

HERBÁRIO COM PLANTAS MEDICINAIS E SEUS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE

Gabrielly Renata Zonta¹, Rafaela Chiesa², Giovana Andreani Zortea³, Samila Silva Camargo⁴

1. Discente do curso de graduação em Agronomia, Unoesc, Videira, SC
2. Discente do curso de graduação em Agronomia, Unoesc, Videira, SC
3. Discente do curso de graduação em Agronomia, Unoesc, Videira, SC
4. Docente do curso de graduação em Agronomia, Unoesc, Videira, SC

Autor correspondente: Gabrielly Renata Zonta, gabriellyrenatazonta10@gmail.com

Área: Ciências Agrárias

Introdução: A confecção de um herbário de plantas medicinais é de extrema importância para a preservação destas plantas, além da identificação e catalogação de informações sobre os benefícios de cada uma. O uso destas plantas é feito desde a antiguidade, diante disso, estudos científicos comprovam os benefícios de cada uma. **Objetivo:** O presente trabalho teve como objetivo demonstrar a importância de criar um herbário com plantas medicinais, afim de preservar e compartilhar informações. **Método:** O trabalho foi elaborado a partir de uma pesquisa bibliográfica de carácter exploratório-descritivo com abordagem qualitativa. No presente estudo foram utilizadas publicações na forma de Artigos constantes base de dados da Scientific Electronic Library Online (SciELO Brasil) e no periódico CAPES. Foram realizadas buscas direcionadas para revisões, utilizando termos como "importância do herbário" e "benefícios das plantas medicinais". Foram consideradas as publicações ocorridas a partir do ano de 2022. **Resultados:** Foram encontrados centenas de trabalhos sobre o assunto, no entanto utilizamos somente três deles. De acordo com os resultados obtidos, o herbário reuniu diversas variedades de plantas, dentre elas as plantas medicinais que apresentam benefícios importantes para a saúde. A melissa atua como calmante natural, combatendo ansiedade, insônia e possui ação antiviral; a marcela tem propriedades anti-inflamatórias e calmantes para cólicas e problemas gastrointestinais; a hortelã melhora a digestão e alivia dores de cabeça e congestão nasal; a losna aumenta o apetite e tem efeito antiparasitário. O tanchai é utilizado como diurético, ajudando em problemas renais e digestivos; a cidreira é usada como calmante, ameniza dores musculares e tem ação antioxidante; a erva-doce facilita a digestão e age como expectorante, contra tosse e cólicas; o louro possui ação anti-inflamatória, antimicrobiana e auxilia no controle de diabetes. As informações descritas confirmam a importância do herbário para a preservação do conhecimento tradicional e o estudo científico das plantas medicinais. **Conclusão:** Conclui-se, que a elaboração do herbário é de suma importância para a catalogação e identificação de plantas. No uso medicinal, conseguimos observar plantas típicas de uma determinada região, o que auxilia os estudos dos impactos que o uso dessas plantas causa na saúde dos indivíduos. A catalogação também nos auxilia no desenvolvimento e estudos de novos medicamentos naturais e com menores efeitos colaterais. Salienta-se também a importância de se manter viva a tradição dos povos mais antigos na preservação da cultura do uso da medicina tradicional.

Palavras-chave: plantas medicinais; herbário; saúde; medicamentos naturais.