

CULTURA QUILOMBOLA EM FOCO: Valorização e preservação das plantas medicinais e fitoterápicos nas comunidades dos Campos Gerais

Cultura e Saúde

Coordenador(a) da atividade: Flávio Luís BELTRAME

Poliana SALVARO[1]; Maysa DA COSTA[2], Gustavo DUQUE[2], Flávio BELTRAME[3].

Projeto de Extensão Cultura Quilombola em Foco

Resumo: O projeto de extensão intitulado “Cultura Quilombola em Foco: Valorização e Preservação das Plantas Medicinais e Fitoterápicos nas Comunidades dos Campos Gerais” teve como principal objetivo promover a valorização e revitalização do conhecimento tradicional das comunidades quilombolas da região, especificamente em relação ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos. Durante o período de execução, foram realizadas duas visitas a comunidades quilombolas distintas, localizadas no interior de Castro, Paraná. Depois de conhecer ambas as comunidades, foi possível coletar dados relevantes sobre as espécies vegetais utilizadas, suas indicações terapêuticas, modo de preparo e uso. Com isso, foi feita uma pesquisa aprofundada que resultou na elaboração de um livro destinado às próprias comunidades. O material reuniu os conhecimentos compartilhados com os membros, complementados por informações científicas de fontes confiáveis, organizadas de forma acessível e linguagem clara. O objetivo foi facilitar o acesso ao conteúdo, ampliar o entendimento sobre o uso racional de plantas e fortalecer o vínculo entre o saber tradicional e o conhecimento acadêmico.

Palavras-chave: Cultura quilombola. Plantas medicinais. Valorização cultural

INTRODUÇÃO

A utilização de plantas medicinais remonta a épocas remotas. Embora não se saiba precisamente quando essa prática teve início, acredita-se que a utilização desses recursos foi repassada oralmente de geração em geração ao longo da história da humanidade (Da Silva, 2019).

---

[1] Apresentador(a)
[2] Coautores participantes
[3] Coordenador

No Brasil, os quilombos surgiram no século XVI, quando os escravos, fugiam das senzalas e se reuniam em assentamentos denominados “quilombos”. As comunidades quilombolas então se apropriaram dos territórios e dos recursos naturais disponíveis para transmitir suas práticas culturais de matriz africana para futuras gerações. A cultura, a natureza, a ancestralidade e as relações sociais constituem, concretamente, a identidade quilombola (Pereira, 2023)

Nosso país é reconhecido por sua diversidade étnica e cultural, o que resultou em um grande repertório de conhecimentos tradicionais. A história do uso de plantas medicinais no Brasil apresenta influências das culturas africana, indígena e europeia, transmitidas oralmente ao longo dos séculos. A contribuição dos povos africanos escravizados foi especialmente significativa, tanto por meio das espécies vegetais que trouxeram consigo quanto pelo uso ritualístico e terapêutico que atribuíam a essas plantas, com base em saberes empíricos acumulados ao longo do tempo (Da Silva, 2019).

Com isso em vista, torna-se essencial conhecer e valorizar os saberes das comunidades quilombolas dentro da cultura brasileira. Essa valorização contribui para fortalecer a cultura tradicional, ao mesmo tempo em que promove o diálogo entre diferentes formas de conhecimento, tanto o popular, quanto o científico.

OBJETIVOS

O objetivo deste trabalho é apresentar os dados coletados durante duas visitas realizadas a comunidades quilombolas distintas, localizadas na região dos Campos Gerais, no estado do Paraná. Além disso, o trabalho aborda o início do processo de organização de um livro informativo, elaborado especialmente para essas comunidades.

METODOLOGIA

O projeto contou com duas visitas a comunidades quilombolas distintas, realizadas em dezembro de 2024 e fevereiro de 2025. Em ambas as visitas, foram coletados dados sobre o uso tradicional de plantas medicinais entre os membros locais.

Na primeira visita, foram conduzidas entrevistas individuais, nas quais os participantes relataram quais plantas utilizavam, suas finalidades terapêuticas, modos de preparo e uso,

além de compartilharem quem lhes havia passado esse conhecimento. Já na segunda visita, a comunidade já havia se organizado apresentando uma lista com os nomes das plantas utilizadas, seus modos de uso e respectivas finalidades, o que facilitou a troca de conhecimentos sobre seus usos tradicionais e possíveis aplicações alternativas. Com isso, foram debatidas estratégias para fomentar uma produção mais ativa dessas plantas, promovendo sua preservação e cultivo sustentável.

Após a coleta, os dados permaneceram em análise por alguns meses, visando uma organização criteriosa para posterior metodização. As plantas medicinais foram o principal objeto de estudo, sendo classificadas conforme suas finalidades terapêuticas, tais como sintomas respiratórios, saúde digestiva, dores, sistema urinário, queimaduras, pressão alta, entre outros.

Em seguida, os integrantes do projeto dividiram entre si os grupos de plantas categorizadas, ficando responsáveis pela pesquisa aprofundada de cada espécie. Os acadêmicos pesquisaram o nome científico, parte utilizada, marcadores ativos, indicações terapêuticas, mecanismo de ação, toxicidade, interações medicamentosas contraindicações, modo de preparo e de uso.

Após revisão pelos professores do projeto, visando à futura publicação do livro, ocorreu a retirada de informações mais técnicas, como o mecanismo de ação, por não se tratar de conteúdo essencial para o público-alvo da comunidade.

RESULTADOS

Com a realização das duas visitas, foi possível coletar dados suficientes para a realização de pesquisas aprofundadas sobre o uso de plantas medicinais, sempre que havia respaldo na literatura científica. Algumas espécies mencionadas pelos moradores não foram encontradas em fontes documentais, possivelmente se tratando nomes populares não registrados. Nesses casos, optou-se por não incluir descrições detalhadas, a fim de evitar imprecisões.

A coleta dos nomes das plantas foi realizada por meio de entrevistas individuais, utilizando formulários físicos elaborados pela equipe previamente. Após as visitas, os dados foram organizados e revisados para evitar duplicações ou imprecisões. As plantas foram então

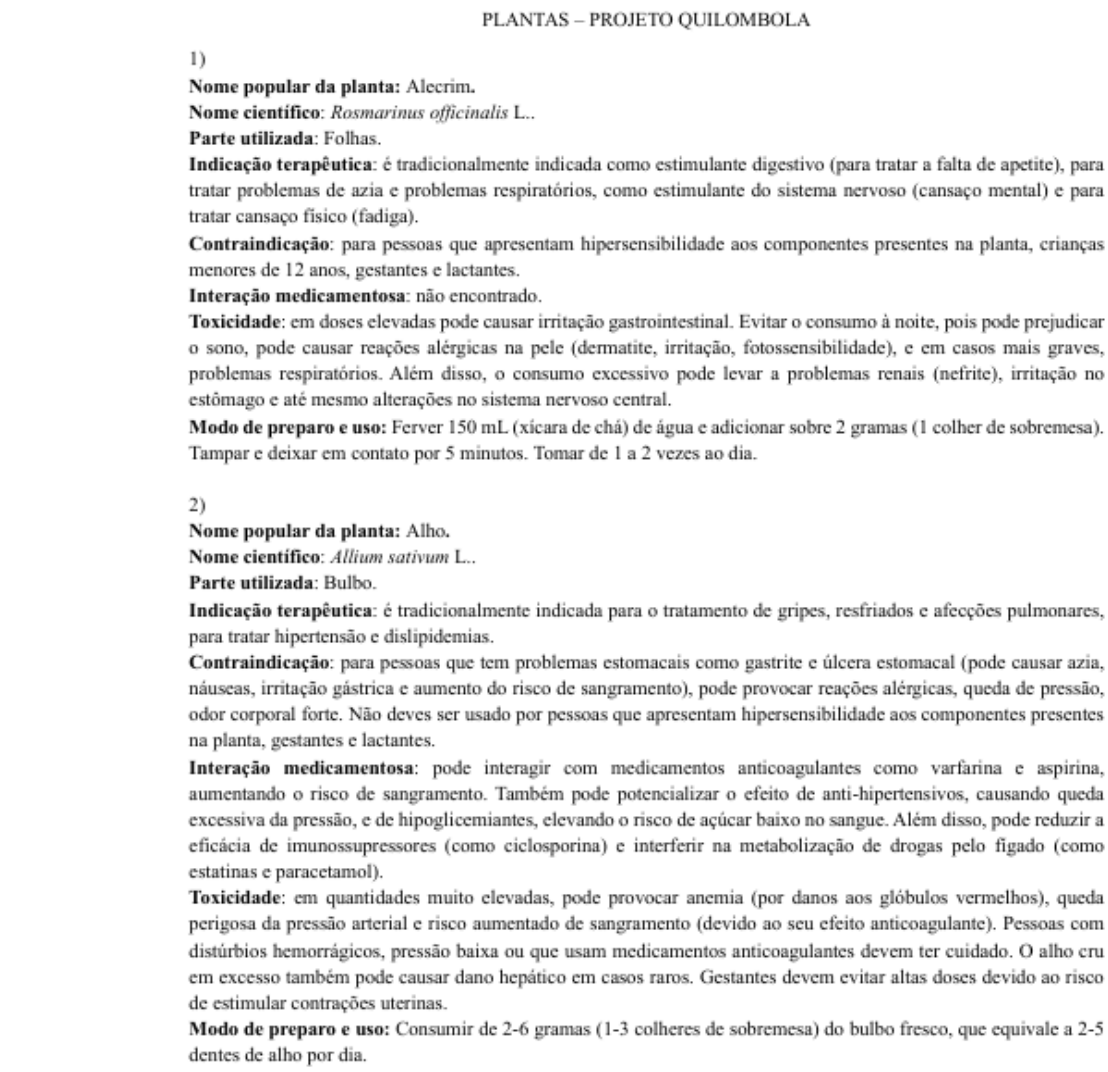
agrupadas em categorias conforme suas finalidades terapêuticas, como forma de facilitar a posterior análise do conteúdo.

Essa categorização foi registrada em uma tabela no Excel, que serviu como base para a divisão das espécies entre os membros da equipe. Cada integrante ficou responsável por pesquisar um conjunto de plantas, processo que exigiu dedicação por um longo período. Essa fase foi essencial para a construção do material que comporá o livro destinado às comunidades, consolidando o conhecimento tradicional com apoio técnico e científico.

Ao todo, foram registradas 69 espécies vegetais. Para cada uma delas, foram realizadas pesquisas que contemplaram: nome popular, nome científico, parte utilizada, indicação terapêutica, contraindicações, interações medicamentosas, modo de preparo e uso. Por se tratarem, em sua maioria, de plantas pouco conhecidas, nem todas as informações desejadas estavam disponíveis na literatura consultada. Quando isso ocorreu, foi inserida a observação "não encontrado na literatura consultada", como forma de elucidar a dificuldade enfrentada.



Figura 1: Equipe realizando entrevistas com membros da comunidade, durante a primeira visita feita em dezembro de 2024



PLANTAS – PROJETO QUILOMBOLA

1)
Nome popular da planta: Alecrim.
Nome científico: *Rosmarinus officinalis* L..
Parte utilizada: Folhas.
Indicação terapêutica: é tradicionalmente indicada como estimulante digestivo (para tratar a falta de apetite), para tratar problemas de azia e problemas respiratórios, como estimulante do sistema nervoso (cansaço mental) e para tratar cansaço físico (fadiga).
Contraindicação: para pessoas que apresentam hipersensibilidade aos componentes presentes na planta, crianças menores de 12 anos, gestantes e lactantes.
Interação medicamentosa: não encontrado.
Toxicidade: em doses elevadas pode causar irritação gastrointestinal. Evitar o consumo à noite, pois pode prejudicar o sono, pode causar reações alérgicas na pele (dermatite, irritação, fotossensibilidade), e em casos mais graves, problemas respiratórios. Além disso, o consumo excessivo pode levar a problemas renais (nefrite), irritação no estômago e até mesmo alterações no sistema nervoso central.
Modo de preparo e uso: Ferver 150 mL (xícara de chá) de água e adicionar sobre 2 gramas (1 colher de sobremesa). Tampar e deixar em contato por 5 minutos. Tomar de 1 a 2 vezes ao dia.

2)
Nome popular da planta: Alho.
Nome científico: *Allium sativum* L..
Parte utilizada: Bulbo.
Indicação terapêutica: é tradicionalmente indicada para o tratamento de gripes, resfriados e afecções pulmonares, para tratar hipertensão e dislipidemias.
Contraindicação: para pessoas que tem problemas estomacais como gastrite e úlcera estomacal (pode causar azia, náuseas, irritação gástrica e aumento do risco de sangramento), pode provocar reações alérgicas, queda de pressão, odor corporal forte. Não deves ser usado por pessoas que apresentam hipersensibilidade aos componentes presentes na planta, gestantes e lactantes.
Interação medicamentosa: pode interagir com medicamentos anticoagulantes como varfarina e aspirina, aumentando o risco de sangramento. Também pode potencializar o efeito de anti-hipertensivos, causando queda excessiva da pressão, e de hipoglicemiantes, elevando o risco de açúcar baixo no sangue. Além disso, pode reduzir a eficácia de imunossupressores (como ciclosporina) e interferir na metabolização de drogas pelo fígado (como estatinas e paracetamol).
Toxicidade: em quantidades muito elevadas, pode provocar anemia (por danos aos glóbulos vermelhos), queda perigosa da pressão arterial e risco aumentado de sangramento (devido ao seu efeito anticoagulante). Pessoas com distúrbios hemorrágicos, pressão baixa ou que usam medicamentos anticoagulantes devem ter cuidado. O alho cru em excesso também pode causar dano hepático em casos raros. Gestantes devem evitar altas doses devido ao risco de estimular contrações uterinas.
Modo de preparo e uso: Consumir de 2-6 gramas (1-3 colheres de sobremesa) do bulbo fresco, que equivale a 2-5 dentes de alho por dia.

Figura 2: Exemplo de monografia de planta medicinal citada no livro produzido.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Participar desse projeto foi uma experiência revigorante, especial e fundamental para a construção de profissionais mais sensíveis e abertos à diversidade cultural e às realidades das comunidades tradicionais. Para todos os envolvidos, foi uma vivência enriquecedora, que fortaleceu habilidades comunicativas e ampliou o conhecimento sobre plantas medicinais, tanto aquelas já conhecidas, quanto outras até então desconhecidas.

Conhecer como essas comunidades usufruíam de efeitos terapêuticos pelas plantas medicinais abordadas e poder compartilhar conhecimentos foi extremamente essencial para construir relações de confiança e respeito mútuo.

Com os dados coletados para o livro, foi gratificante poder contribuir com informações adicionais, que dificilmente seriam adquiridas popularmente, tais como as interações medicamentosas. Além disso, espera-se que o livro seja publicado em breve, possibilitando que os moradores tenham acesso organizado e claro às plantas que já utilizam, além de novos dados que ampliem seu entendimento.

Se houver a continuidade desse projeto, seria de grande relevância expandir as visitas a outras comunidades quilombolas, para que houvesse uma maior propagação do conhecimento que possuímos, além de expandi-lo ainda mais.

APOIO

Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Culturais (PROEX) e Fundação Araucária.

REFERÊNCIAS

DA SILVA, A. C.; LOBATO, F. H. S.; CANETE, V. R.. Plantas medicinais e seus usos em um quilombo amazônico: o caso da comunidade Quilombola do Abacatal, Ananindeua (PA). **Revista NUFEN,** Belém, v. 11, n. 3, 2019.

PEREIRA, A. S.; MAGALHÃES, L.. A vida no quilombo: trabalho, afeto e cuidado nas palavras e imagens de mulheres quilombolas. **Interface** – Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 27, 2023.