

## **AÇÃO EDUCATIVA SOBRE FITOTERAPIA PARA IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

<sup>1</sup>Guilherme Brandão Duarte, <sup>2</sup>Luzia Elani de Farias, <sup>3</sup>Maria Meiryane Xavier, <sup>4</sup>Ana Beatriz Vasconcelos, <sup>5</sup>Eroteide Leite de Pinho,

<sup>1,2,3,4</sup>Acadêmicos de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú(UVA) - Sobral/CE, <sup>5</sup>Docente do curso de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú - Sobral/CE, Email: guilherme2002brandao@gmail.com

Fitoterápicos são produtos feitos a partir de plantas medicinais como folhas, raízes, flores, sementes ou cascas, normalmente utilizados para prevenir e tratar uma variedade de condições de saúde. Eles contêm compostos ativos e seu uso remete a práticas medicinais tradicionais de diferentes culturas. Dessa forma, com o decorrer dos anos, os fitoterápicos ganharam evidência científica e regulamentação, permitindo assim, um uso mais seguro e direcionado. Esses produtos oferecem uma alternativa aos medicamentos industrializados, sendo aplicados no alívio de sintomas leves, muitas vezes relacionados a problemas digestivos e no fortalecimento do sistema imunológico. Ademais, o uso de fitoterápicos deve ser orientado por profissionais de saúde, uma vez que a interação com medicamentos ou entre duas ou mais plantas pode ocasionar efeitos adversos. O presente estudo tem por objetivo relatar uma ação realizada com um grupo de idosos em um centro de acolhimento. Trata-se de um relato de experiência, resultante de uma ação de extensão realizada no Centro do Idoso Rosa Maria Rodrigues, situado na Tv. José Maria Alverne-Sumaré, no município de Sobral-CE. A ação foi estruturada pelos acadêmicos de enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), integrantes do Grupo de Estudos em Saúde do Idoso (GESI). Foi abordada junto aos idosos a importância da utilização dos fitoterápicos para o alívio de sinais e sintomas relacionados a problemas respiratórios e gástricos, bem como, efeitos produzidos por chás utilizados por eles no seu cotidiano. Além disso, foi aberto espaço para os idosos compartilharem suas experiências com a utilização de fitoterápicos. Os acadêmicos promoveram uma dinâmica juntamente com a Coordenadora do GESI, Profa. Eroteide Leite de Pinho para finalizar a ação, denominada de amostragem do chá, na qual, foi preparado um chá à base de folhas de capim santo e servido aos idosos. A ação consolidou-se como positiva com uma participação efetiva dos idosos presentes e aprendizado para os alunos, haja vista a possibilidade de aumentar seu conhecimento com a temática.

**Palavras-chave:** Medicamento Fitoterápico; Idoso; Educação em saúde.

**Agradecimentos:** Ao Grupo de Estudos em Saúde do Idoso pela oportunidade de extensão.