

PROJETO JARDIM DA SAÚDE DO TERRITÓRIO DO FORTE SÃO JOÃO: PROMOVENDO SAÚDE COM AS PLANTAS MEDICINAIS

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 2ª edição, de 19/04/2021 a 22/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-96-9

SILVA; Adriana Geraldina Vicente da¹, PEREIRA; Fernanda Maria de Alencar², SACRAMENTO;
Henriqueta Tereza do³

RESUMO

Introdução: A Promoção de Saúde na Atenção Primária em Saúde (APS) visa desenvolver ações que refletem sobre o processo saúde-doença motivando formas mais amplas de intervenção sobre os condicionantes e determinantes sociais de saúde, de forma Intersetorial e com participação popular, favorecendo escolhas saudáveis por parte dos indivíduos e coletividades no território onde vivem e trabalham. Com base nas diretrizes da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) e da Política nacional de Práticas integrativas e complementares (PNPIC) o Projeto Jardim da Saúde na Unidade de Saúde da Família Forte São João, no município de Vitória-ES, localizada numa região de conflitos e violência nasceu em 2014 a partir de reflexões de equipe de saúde (psicóloga e assistente social) sobre os fatores determinantes e condicionantes em saúde, com elevada procura dos usuários por atendimentos, com queixa de insônia, ansiedade, estresse e outros males que afetam diretamente a qualidade de vida dessas pessoas e das outras que as cercam, gerando uma grande demanda por medicação “controlada”. **Objetivos:** proporcionar um espaço de troca entre os usuários e profissionais sobre vida saudável e experiências sobre os benefícios das plantas medicinais e alimentos orgânicos para a saúde, resgatar a autoestima e o saber tradicional do uso de chás que auxiliam no cuidado de sintomas como insônia, ansiedade, agitação, estresse; estimular o cultivo em pequenos espaços (hortas urbanas); incentivar a utilização de tratamentos naturais para reduzir a medicalização. **Metodologia:** Em 2015 foi iniciado a mobilização interna e capacitação dos profissionais com a assessoria de uma médica homeopata e Referência técnica em PICS da Secretaria Municipal da Saúde. No planejamento e execução das ações, foram envolvidos profissionais do serviço social, psicologia, farmácia, odontologia, médica homeopata e engenheiro agrônomo do Programa de Fitoterapia. Identificou-se áreas disponíveis na Unidade de Saúde e definiu-se uma área na frente da mesma. Visando a sustentabilidade do projeto (iniciado em tempos de racionamento de água) coleta-se água do ar condicionado para usar na irrigação das plantas e vasilhas de uso comum (caixa de leite, galão de amaciante de roupa) para servir de regador e vasos para plantio, parceria com viveiro de plantas medicinais da Prefeitura de Vitória, com a comunidade e doações de terceiros. O trabalho com a comunidade é realizado por meio de Rodas de Conversa e oficinas temáticas periódicas alusivas ao calendário de datas comemorativas e a situação epidemiológica do território, como por exemplo: no dia internacional da mulher realiza-se oficinas sobre as plantas que auxiliam no alívio do stress, cólicas menstruais, TPM, menopausa; no dia das mães, plantas e alimentos que proporcionam beleza, redução de inchaço das pernas já que o território possui geografia elevada; outubro rosa, plantas que auxiliam no aumento da imunidade e melhora do sono, e oficina de xaropes e chás nos meses antecedentes ao inverno, repelente como forma de prevenção contra a dengue, zika e chikungunya, sal de ervas aromáticas para redução do uso de temperos industrializados. Realiza-se divulgação das oficinas com o Dia do Chá, onde se oferece chá feito com plantas do Jardim da Saúde e entrega-se convite para próxima oficina. Quando é realizado oficina/grupos não somente é trabalhado a saúde física e biológica mas também a saúde mental, a interação social do indivíduo, o fortalecimento e o sentimento de pertencimento a uma comunidade, a

¹ Prefeitura Municipal de Vitória -Secretaria Municipal de Saúde, adrvicsilva14@gmail.com

² Prefeitura Municipal de Vitória -Secretaria Municipal de Saúde, tinanda.alencar@gmail.com

³ Prefeitura Municipal de Vitória -Secretaria Municipal de Saúde, htsacramento1982@gmail.com

um grupo, resgate das histórias de infância e cultura popular local. No ano de 2020, as atividades foram suspensas devido a pandemia do Covid-19. **Resultados:** participaram das rodas e oficinas cerca de 314 usuários do SUS, e foram constatados por meio de narrativas e acompanhamento da equipe de saúde mudanças de atitudes, uma melhora na autoestima, melhora na qualidade do sono, redução do estresse, motivação para sair de casa, empoderamento, adoção de hábitos saudáveis que replicam na família e na comunidade. **Conclusão:** Dentre os avanços observa-se o resgate da cultura local e aumento do consumo de chá e xaropes pela comunidade, ampliação do cuidado da população e apropriação do Jardim da Saúde pois passaram a auxiliar na manutenção com mais solidariedade, sendo mais proativos. Percebeu-se também nas narrativas que sentem falta das atividades de educação popular em saúde com as plantas medicinais neste período de pandemia e que continuam utilizando as receitas com as plantas medicinais e replicando a ideia no bairro onde moram. Referências bibliográfica BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS.** Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2006. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde.** 3^a ed. Brasília, 2010. TESSER CD, BARROS, NF. Medicinalização social e medicina alternativa e complementar - pluralização terapêutica do Sistema Único de Saúde. **Rev Saúde Pública** 42(5):914-920, 2008.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da saúde, Fitoterapia, Atenção primária em saúde, plantas medicinais

¹ Prefeitura Municipal de Vitória -Secretaria Municipal de Saúde, adrivilcsilva14@gmail.com
² Prefeitura Municipal de Vitória -Secretaria Municipal de Saúde, tinanda.alencar@gmail.com
³ Prefeitura Municipal de Vitória -Secretaria Municipal de Saúde, htsacramento1982@gmail.com