




**USO DE FITOTERÁPICOS PELA POPULAÇÃO DE UM BAIRRO EM
ITAPERUNA-RJ: PERCEPÇÃO E CONHECIMENTO**

**USE OF HERBAL MEDICINES BY THE POPULATION OF A NEIGHBORHOOD
IN ITAPERUNA-RJ: PERCEPTION AND KNOWLEDGE**

**USO DE FITOTERÁPICOS POR LA POBLACIÓN DE UN BARRIO EN
ITAPERUNA-RJ: PERCEPCIÓN Y CONOCIMIENTO**

 <https://doi.org/10.56238/levv16n55-020>

Data de submissão: 04/11/2025

Data de publicação: 04/12/2025

Isaque Narde Martins

Graduando em Farmácia

Instituição: Universidade Iguaçu – Campus V

E-mail: saquezada13@gmail.com

Juliana Maria Rocha e Silva Crespo

Mestre em Ciências e Tecnologia

Instituição: Universidade Federal de Viçosa (UFV)

E-mail: 0520047@professor.unig.edu.br

Orcid: <https://orcid.org/0000-0000-0000-0000>

Vivian Vasques de Oliveira Leite

Mestre em Ciências Naturais - Biorganica

Instituição: Universidade Estadual do Norte Fluminense (UENF)

E-mail: 0518038@professor.unig.edu.br

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8300-7325>

Arith Ramos dos Santos

Mestre em Química de Produtos Naturais

Instituição: Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

E-mail: arithramos@hotmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1568-8472>

Sabryne da Rocha Ladeira

Mestre em Pesquisa Operacional e Inteligência Computacional

Instituição: Universidade Cândido Mendes (UCAM)

E-mail: byne.rocha@uol.com.br

Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-6489-2017>

Rondinelli de Carvalho Ladeira

Mestre em Pesquisa Operacional e Inteligência Computacional

Instituição: Universidade Cândido Mendes (UCAM)

E-mail: rondinellicl@uol.com.br

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3313-7129>

Renan Modesto Monteiro

Doutor em Biociências e Biotecnologia
Instituição: Universidade Estadual do Norte Fluminense (UENF)
E-mail: renanmodesto@gmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0680-8644>

Sérgio Henrique de Mattos Machado

Doutor em Planejamento Regional e Gestão da Cidade
Instituição: Universidade Cândido Mendes (UCAM)
E-mail: shmmachado@gmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3559-8917>

Cristiano Guilherme Alves de Oliveira

Mestre em Pesquisa Operacional
Instituição: Universidade Cândido Mendes (UCAM)
E-mail: cristiano.farma@hotmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4764-018X>

Paula de Almeida Claudino

Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos
Instituição: Centro Universitário FAESA
E-mail: paulaclaudio1@gmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-0469-6818>

RESUMO

O uso de plantas medicinais e fitoterápicos, embora fortemente presente na cultura brasileira, ainda é permeado por concepções equivocadas sobre segurança e eficácia. Este estudo avaliou o uso de fitoterápicos pela população de um bairro de Itaperuna-RJ, identificando o perfil dos usuários, as principais plantas utilizadas, suas finalidades terapêuticas e o nível de conhecimento quanto aos riscos e à importância da orientação profissional. Trata-se de uma pesquisa descritiva, de abordagem qualitativa, realizada por meio de questionário estruturado aplicado online a 100 participantes. Os resultados indicaram que o uso de fitoterápicos é frequente, sendo as espécies mais citadas camomila, erva-cidreira, hortelã e babosa, geralmente empregadas como calmantes, digestivos e para fortalecimento da imunidade. Observou-se predominância de adultos jovens com ensino superior, que reconheceram a importância do acompanhamento profissional, mas ainda se baseiam em indicações informais. Concluiu-se que o uso de fitoterápicos é culturalmente enraizado, porém frequentemente realizado sem orientação adequada, evidenciando a necessidade de ações educativas voltadas ao uso racional e seguro desses produtos.

Palavras-chave: Fitoterápicos. Uso Racional. Orientação Profissional. Automedicação.

ABSTRACT

The use of medicinal plants and herbal medicines, although deeply rooted in Brazilian culture, is still surrounded by misconceptions regarding their safety and effectiveness. This study aimed to evaluate the use of herbal medicines among residents of a neighborhood in Itaperuna-RJ, identifying users' profiles, the main plants used, their therapeutic purposes, and the level of knowledge about risks and the importance of professional guidance. This is a descriptive study with a qualitative and quantitative approach, conducted through an online structured questionnaire applied to 100 participants. Results indicated that the use of herbal medicines is frequent, with chamomile, lemon balm, mint, and aloe vera being the most cited species, generally used as calming, digestive, and immune-strengthening agents. Most participants were young adults with higher education who recognize the importance of professional monitoring but still rely on informal recommendations. It is concluded that the use of herbal medicines is culturally rooted but often occurs without adequate guidance, highlighting the need for educational actions to promote their rational and safe use.

Keywords: Herbal Medicines. Rational Use. Professional Guidance. Self-Medication.

RESUMEN

El uso de plantas medicinales y fitoterápicos, aunque muy presente en la cultura brasileña, sigue estando plagado de conceptos erróneos sobre su seguridad y eficacia. Este estudio evaluó el uso de fitoterápicos por parte de la población de un barrio de Itaperuna (RJ), identificando el perfil de los usuarios, las principales plantas utilizadas, sus fines terapéuticos y el nivel de conocimiento sobre los riesgos y la importancia del asesoramiento profesional. Se trata de una investigación descriptiva, con un enfoque cualitativo-cuantitativo, realizada mediante un cuestionario estructurado aplicado en línea a 100 participantes. Los resultados indicaron que el uso de fitoterápicos es frecuente, siendo las especies más citadas la manzanilla, la melisa, la menta y la aloe vera, generalmente empleadas como calmantes, digestivos y para fortalecer la inmunidad. Se observó un predominio de adultos jóvenes con estudios superiores, que reconocían la importancia del seguimiento profesional, pero que aún se basaban en indicaciones informales. Se concluyó que el uso de fitoterápicos está culturalmente arraigado, pero que a menudo se realiza sin la orientación adecuada, lo que pone de manifiesto la necesidad de acciones educativas orientadas al uso racional y seguro de estos productos.

Palabras clave: Fitoterápicos. Uso Racional. Orientación Profesional. Automedicación.

1 INTRODUÇÃO

O uso de plantas medicinais e fitoterápicos acompanha a história da humanidade e, no Brasil, é fortemente influenciado por fatores culturais e pelo fácil acesso a esses produtos, frequentemente considerados mais seguros por serem “naturais” (Veiga Júnior; Pinto; Maciel, 2005). No entanto, a utilização sem acompanhamento profissional pode gerar riscos significativos, como interações medicamentosas e efeitos adversos já descritos em estudos científicos (Bruning; MoseguiI; Vianna, 2012).

Nas últimas décadas, o interesse pela fitoterapia tem crescido, impulsionado tanto pela valorização dos saberes tradicionais quanto por políticas públicas, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), implementada pelo Sistema Único de Saúde (SUS) em 2006, que ampliou a oferta terapêutica e fortaleceu a racionalidade no uso desses recursos (Brasil, 2006; Arnosti et al., 2020). Apesar desse avanço, pesquisas apontam que grande parte dos usuários consome fitoterápicos sem orientação de profissionais de saúde, baseando-se em informações populares ou experiências pessoais (Oliveira et al., 2017), o que reforça a crença de que, por serem naturais, tais produtos seriam isentos de riscos (Macedo; Rosa; Silva, 2019). Diante desse contexto, formula-se a seguinte questão norteadora: qual é o perfil de utilização de fitoterápicos pela população de um bairro de Itaperuna–RJ e qual o nível de conhecimento em relação à sua eficácia, riscos e necessidade de orientação profissional? Parte-se da hipótese de que o uso desses produtos é frequente, mas geralmente realizado sem acompanhamento profissional, havendo desconhecimento quanto a possíveis efeitos adversos e interações medicamentosas, além de forte influência de fatores culturais.

O objetivo geral deste estudo é avaliar o uso de fitoterápicos pela população do bairro investigado. Como objetivos específicos, busca-se: identificar o perfil sociodemográfico dos usuários; levantar a frequência e os principais fitoterápicos utilizados; verificar as finalidades e percepções de eficácia; avaliar o conhecimento sobre riscos e interações; e investigar a existência de orientação profissional. A relevância da pesquisa está no fato de que, embora o SUS incentive a fitoterapia, a automedicação e o consumo sem acompanhamento adequado podem representar riscos à saúde, como hepatotoxicidade, reações alérgicas e interações medicamentosas (Lorenzi; Matos, 2008; Lima et al., 2016). Dessa forma, compreender o perfil local de uso contribui para a prática farmacêutica e para estratégias de educação em saúde, promovendo o uso racional desses recursos terapêuticos.

Metodologicamente, trata-se de um estudo descritivo, de abordagem quali-quantitativa, desenvolvido por meio de questionário estruturado no Google Forms, aplicado online a moradores de um bairro de Itaperuna–RJ, com idade mínima de 18 anos, selecionados por conveniência. Os dados serão analisados por estatística descritiva e confrontados com a literatura científica obtida em bases como SciELO, PubMed, Google Scholar e documentos oficiais do Ministério da Saúde.

O artigo está estruturado da seguinte forma: a introdução apresenta a contextualização, o problema, as hipóteses, os objetivos, a justificativa e a metodologia; em seguida, a revisão de literatura discute o uso de fitoterápicos, seus benefícios e riscos; posteriormente, é detalhada a metodologia; a seção seguinte traz os resultados e a discussão; por fim, as considerações finais sintetizam as principais conclusões do estudo.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 CONCEITO E HISTÓRIA DOS FITOTERÁPICOS

Os **fitoterápicos** são produtos de origem vegetal utilizados com fins terapêuticos, obtidos a partir de plantas ou de seus derivados. Eles podem ser apresentados em diversas formas, como comprimidos, cápsulas, xaropes e cremes, e seu uso é fundamentado em **evidências científicas que comprovam eficácia e segurança** (Ministério da Saúde, 2024). Na década de 1970, a **Organização Mundial da Saúde (OMS)** criou o Programa de Medicina Tradicional, com o objetivo de orientar políticas globais para o uso racional e integrado dos fitoterápicos, incentivando os países membros a implementar práticas reguladas e seguras (Ministério da Saúde, 2024). No Brasil, o uso de plantas medicinais remonta a mais de **12 mil anos**, constituindo um patrimônio cultural que incorpora tradições indígenas, africanas e europeias. Esse conhecimento acumulado ao longo do tempo contribuiu significativamente para o desenvolvimento da medicina popular no país (Cherobin et al., 2024).

A fitoterapia, como prática formalizada, ganhou respaldo institucional com a criação da **Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF)** em 2006, no âmbito do **Sistema Único de Saúde (SUS)**. Essa política busca integrar o saber tradicional ao sistema de saúde, promovendo o uso seguro e racional desses recursos terapêuticos (Figueredo et al., 2014).

Historicamente, o uso terapêutico de plantas no Brasil passou por diferentes etapas. Inicialmente, os povos indígenas aplicavam seus conhecimentos ancestrais no tratamento de enfermidades. Com a chegada dos colonizadores, houve a fusão de saberes com práticas africanas e europeias, originando um vasto repertório de plantas e preparações utilizadas na medicina popular brasileira (Tomazzoni et al., 2006). Apesar dos avanços regulatórios e do incentivo institucional, o uso de fitoterápicos ainda enfrenta desafios, principalmente relacionados à **automedicação**, à falta de orientação profissional e ao desconhecimento sobre **efeitos adversos e possíveis interações medicamentosas** (Carvalho et al., 2023). É importante diferenciar **planta medicinal** de **fitoterápico**: enquanto a primeira se refere a qualquer planta que contenha substâncias com propriedades terapêuticas em suas partes (folhas, flores, raízes ou cascas), os fitoterápicos correspondem aos produtos derivados dessas plantas, preparados de forma padronizada e destinados à utilização como medicamento (Ministério da Saúde, 2024).

2.2 PRINCIPAIS FITOTERÁPICOS UTILIZADOS PELA POPULAÇÃO

O uso de plantas medicinais é uma prática profundamente enraizada na cultura brasileira, transmitida de geração em geração e incorporada à rotina de diversas comunidades. Estudos realizados em áreas rurais, como no Distrito de União do Norte, em Mato Grosso, demonstram que a utilização de plantas medicinais constitui, muitas vezes, a principal forma de tratamento para determinadas enfermidades humanas ou animais, em razão do fácil acesso e da possibilidade de cultivo doméstico (Carbolim et al., 2024).

Segundo a Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename) esses são os fitoterápicos mais utilizados no SUS:

- Alcachofra (*Cynara scolymus* L.)
- Aroeira (*Schinus terebinthifolia* Raddi)
- Babosa (*Aloe vera* (L.) Burm. f.)
- Cáscara-sagrada (*Rhamnus purshiana*)
- Espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek)
- Guaco (*Mikania glomerata* Spreng)
- Garra-do-diabo (*Harpagophytum procumbens* (Burch.) DC ex Meisn)
- Hortelã (*Mentha x piperita* L.)
- Isoflavona de soja (*Glycine max* (L.) Merr.)
- Plantago (*Plantago ovata* Forssk.)
- Salgueiro (*Salix alba* L.)
- Unha-de-gato (*Uncaria tomentosa* (Willd. ex Schult.) DC.

2.3 RISCOS ASSOCIADOS AO USO DE FITOTERÁPICOS

Embora os fitoterápicos possuam eficácia comprovada para diversas condições de saúde, seu uso inadequado pode representar riscos significativos. A crença comum de que produtos de origem natural são sempre seguros contribui para a **automedicação** e para a utilização sem orientação profissional (Macedo; Rosa; Silva, 2019).

Estudos indicam que o consumo incorreto, seja por **dosagem inadequada**, associação com medicamentos sintéticos ou uso prolongado, pode levar a consequências graves, como **hepatotoxicidade**, **nefrotoxicidade** e **reações alérgicas** (Silva et al., 2021). Além disso, alguns fitoterápicos apresentam **potencial de interação medicamentosa** relevante. Por exemplo: *Ginkgo biloba* pode intensificar o efeito de anticoagulantes, aumentando o risco de sangramentos; e o *Hypericum perforatum* (erva-de-são-joão) pode reduzir a eficácia de anticoncepcionais orais e antidepressivos; já o *Allium sativum* (alho), quando consumido em excesso, pode interferir no controle da glicemia e da pressão arterial (Ferreira et al., 2020). Outro fator que merece atenção é a **falta de**

padronização e controle de qualidade em alguns produtos comercializados como naturais. Adulteração, contaminação microbiológica e ausência de informações claras nos rótulos dificultam o **uso racional e seguro** dos fitoterápicos (ANVISA, 2023). O armazenamento inadequado e a manipulação incorreta também podem alterar a concentração de princípios ativos, comprometendo a eficácia terapêutica e aumentando o risco de toxicidade (Lorenzi; Matos, 2008).

Portanto, o **uso racional de fitoterápicos** depende de orientação técnica adequada, garantindo que os benefícios superem os riscos e que os usuários estejam conscientes sobre possíveis efeitos adversos e interações medicamentosas. A educação em saúde e o acompanhamento profissional são fundamentais para prevenir complicações e promover a utilização segura desses recursos terapêuticos.

2.4 IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL NO USO DE FITOTERÁPICOS

A presença de **profissionais de saúde qualificados** é fundamental para garantir que o uso de fitoterápicos seja **seguro e eficaz**, já que, apesar de naturais, esses produtos contêm **princípios ativos** que podem causar reações adversas se utilizados de forma inadequada. Profissionais como farmacêuticos, médicos e enfermeiros desempenham papel essencial na promoção do uso racional, prevenindo riscos e acompanhando a terapia (Costa; Almeida, 2022).

De acordo com a **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)**, o emprego de fitoterápicos deve estar integrado à atenção básica à saúde, priorizando práticas seguras, fundamentadas em evidências científicas e respeitando os saberes tradicionais (Brasil, 2006). Nesse contexto, o farmacêutico assume função central na **educação em saúde**, orientando os usuários sobre posologia, formas corretas de preparo, possíveis interações medicamentosas e contraindicações (Pereira et al., 2020).

Além da atuação direta, estratégias educativas voltadas à comunidade são essenciais para desmistificar a ideia de que “natural” significa “isento de risco”. Campanhas de conscientização, palestras e materiais informativos podem auxiliar a população a compreender a importância do **acompanhamento profissional** e da prescrição adequada no uso de fitoterápicos (Ramos et al., 2021).

3 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa **descritiva**, com **abordagem qualitativa**, realizada no município de **Itaperuna – RJ**. O objetivo foi identificar o perfil de utilização de fitoterápicos e o nível de conhecimento da população quanto à eficácia, aos riscos e à importância da orientação profissional no uso desses produtos. A **coleta de dados** foi conduzida por meio de um **questionário estruturado** elaborado no **Google Forms**, contendo perguntas objetivas e discursivas relacionadas às variáveis sociodemográficas (idade, sexo e escolaridade), aos principais fitoterápicos utilizados, às finalidades terapêuticas, à frequência de uso e à existência de

acompanhamento profissional. O instrumento também incluiu questões voltadas à percepção dos participantes sobre eficácia, segurança e possíveis efeitos adversos dos fitoterápicos.

O questionário foi disponibilizado **online**, sendo o link de acesso compartilhado com **moradores de um bairro de Itaperuna – RJ**, com idade mínima de **18 anos**, selecionados por conveniência. A participação foi **voluntária e anônima**, e todos os respondentes declararam ciência sobre o caráter acadêmico da pesquisa, autorizando o uso das informações de forma confidencial e apenas para fins científicos. Os **dados obtidos** foram organizados em planilhas do **Microsoft Excel** e submetidos à **análise estatística descritiva**, com a apresentação dos resultados em **tabelas e gráficos**. As respostas discursivas foram interpretadas por meio da **análise qualitativa de conteúdo**, buscando identificar percepções, crenças e padrões de comportamento relacionados ao uso de fitoterápicos.

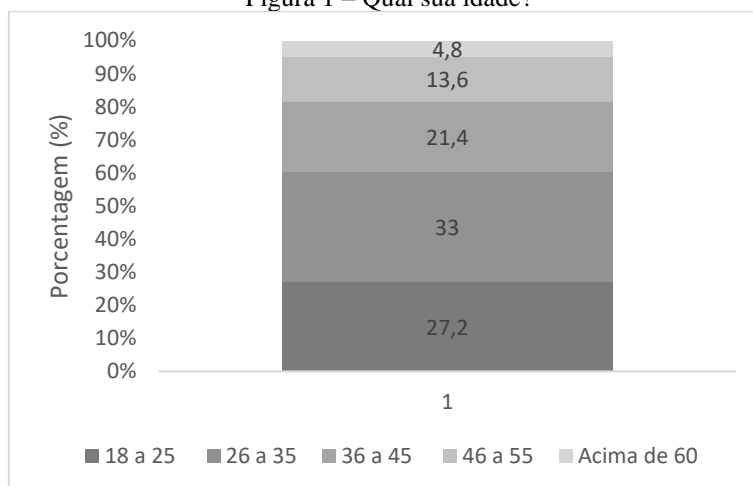
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS PARTICIPANTES

O questionário foi respondido por 100 participantes, todos residentes de um bairro do município de Itaperuna – RJ. Inicialmente, os respondentes tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e, após leitura, todos aceitaram participar voluntariamente da pesquisa, representando 100% de adesão. Esse resultado demonstra o interesse da população em contribuir com estudos sobre práticas naturais e fitoterápicas, além da clareza do processo de consentimento.

Quanto à faixa etária, observou-se predominância de adultos jovens: 33% tinham entre 26 e 35 anos, 27,2% entre 18 e 25 anos, 21,4% entre 36 e 45 anos, 13,6% entre 46 e 55 anos, e 4,8% acima de 60 anos. Esses dados revelam que o uso e o interesse por fitoterápicos estão concentrados entre adultos economicamente ativos, corroborando estudos como os de Oliveira et al. (2017) e Macedo, Rosa e Silva (2019), que associam essa faixa etária à busca por terapias complementares e ao maior acesso à informação sobre saúde e bem-estar.

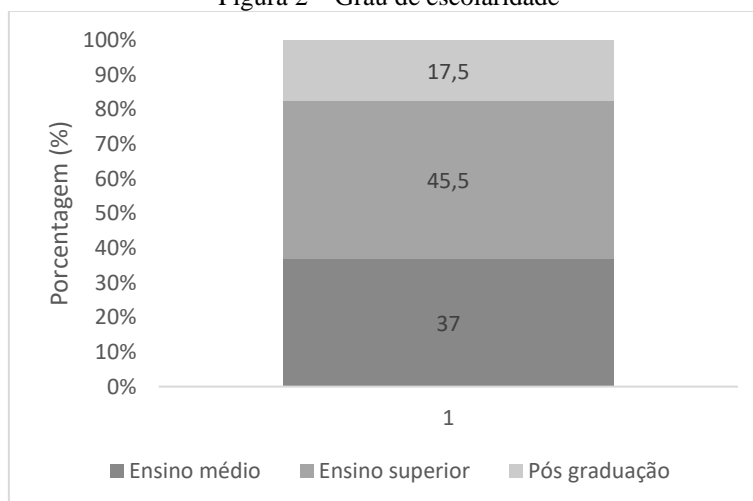
Figura 1 – Qual sua idade?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Em relação à escolaridade, a maioria dos participantes possuía ensino superior (45,5%), seguida de ensino médio (37%) e pós-graduação (17,5%). Esse resultado indica que o público investigado apresenta bom nível de instrução, o que pode facilitar o acesso a informações sobre o uso racional de medicamentos, inclusive fitoterápicos. No entanto, conforme destaca Carvalho et al. (2023), um maior grau de escolaridade não garante conhecimento técnico-científico adequado, sendo comum a persistência de práticas baseadas em tradições populares ou indicações informais.

Figura 2 – Grau de escolaridade

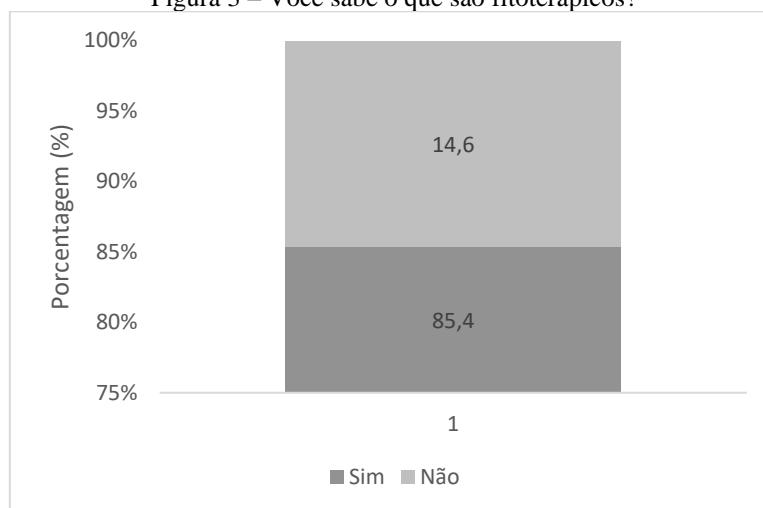


Fonte: Dados da pesquisa, 2025

4.2 CONHECIMENTO E UTILIZAÇÃO DE FITOTERÁPICOS

Quando questionados se sabiam o que são fitoterápicos, 85,4% responderam que sim, enquanto 14,6% afirmaram não saber. Esse alto percentual de conhecimento inicial pode estar relacionado à ampla divulgação desses produtos em mídias sociais e campanhas de saúde. No entanto, conhecer o termo não implica em compreender seus riscos e indicações adequadas, o que será discutido adiante.

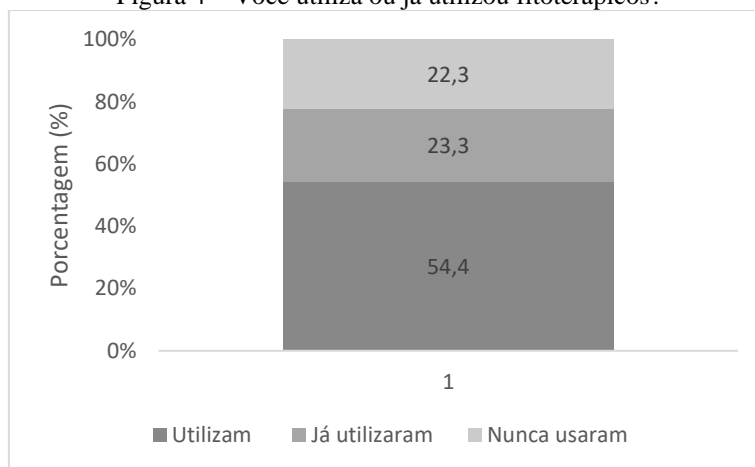
Figura 3 – Você sabe o que são fitoterápicos?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Sobre o uso, 54,4% declararam utilizar atualmente fitoterápicos, 23,3% já utilizaram anteriormente e 22,3% nunca fizeram uso. Esses dados indicam que mais da metade da população investigada consome fitoterápicos, o que confirma a hipótese inicial do estudo. Resultados semelhantes foram observados por Bruning, Mosegui e Vianna (2012), que relataram alta prevalência de automedicação com produtos naturais entre adultos brasileiros.

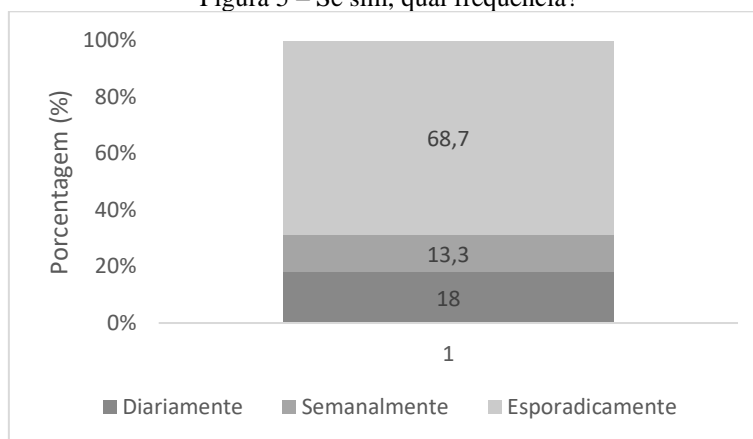
Figura 4 – Você utiliza ou já utilizou fitoterápicos?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025

Quanto à frequência de uso, 68,7% relataram consumo esporádico, 13,3% semanalmente e 18% diariamente. Esse padrão de uso eventual sugere que grande parte dos indivíduos recorre aos fitoterápicos em situações pontuais, como sintomas leves, o que reforça seu caráter de automedicação culturalmente aceita.

Figura 5 – Se sim, qual frequência?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

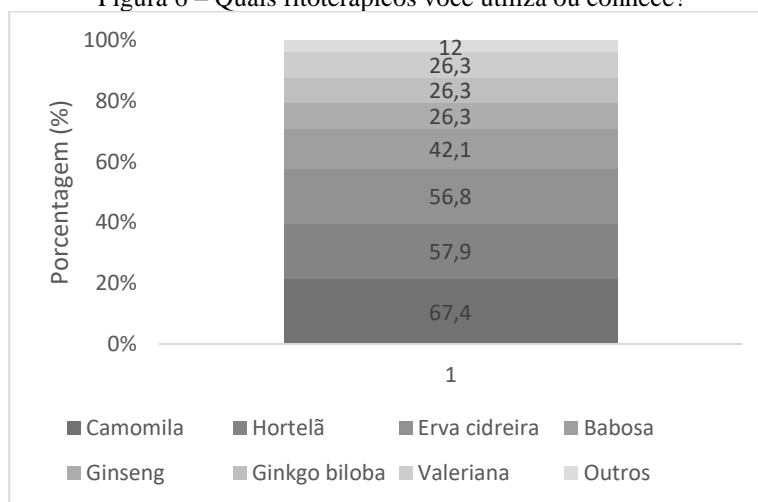
4.3 FITOTERÁPICOS MAIS CONHECIDOS E SUAS FINALIDADES

Os fitoterápicos mais citados pelos participantes foram camomila (67,4%), hortelã (57,9%), erva cidreira (56,8%), babosa (42,1%), ginseng (26,3%), ginkgo biloba (26,3%) e valeriana (26,3%). Entre os fitoterápicos incluídos na categoria “outros”, destacam-se passiflora, funcho, boldo e erva doce, também amplamente conhecidos pela população brasileira. Essas plantas se enquadram entre as mais populares citadas na literatura, conforme Lorenzi e Matos (2008) e a Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename), que inclui várias dessas espécies como de uso autorizado no SUS.

Além disso, ao comparar os fitoterápicos mais mencionados pelos participantes com aqueles listados na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME), observou-se que há diferenças relevantes entre o uso popular e o uso oficial preconizado pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Enquanto plantas como camomila, erva-cidreira, hortelã e babosa foram as mais citadas pelos entrevistados, a RENAME contempla espécies como guaco (*Mikania glomerata*), espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia*) e alcachofra (*Cynara scolymus*), voltadas a condições respiratórias e digestivas (Brasil, 2024). Essa divergência indica que o consumo local é fortemente influenciado pela tradição popular e pela facilidade de acesso, e não necessariamente pelas diretrizes oficiais de fitoterapia.

Resultados semelhantes foram relatados por Silva et al. (2021) e Oliveira et al. (2020), que destacam a predominância do uso cultural e empírico de plantas medicinais em detrimento dos fitoterápicos padronizados. Esse cenário reforça a importância de ações educativas voltadas ao esclarecimento da população sobre os fitoterápicos disponíveis no SUS, promovendo o uso racional e seguro dessas terapias.

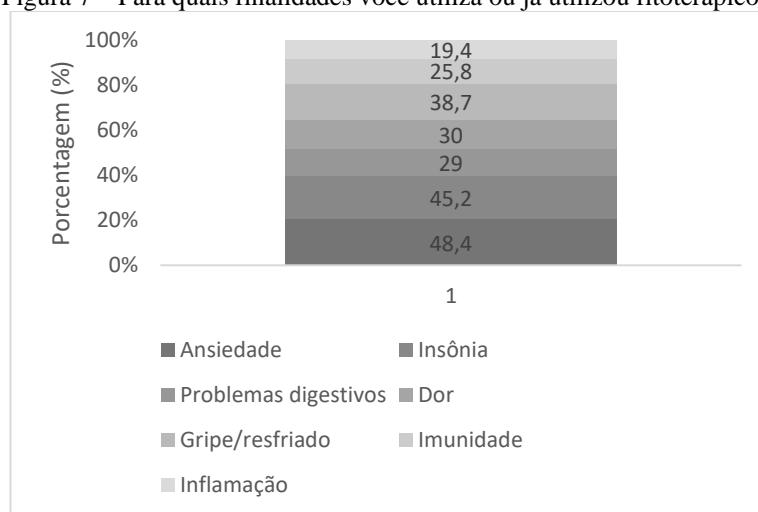
Figura 6 – Quais fitoterápicos você utiliza ou conhece?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A popularidade da camomila, erva-cidreira e hortelã reflete seu uso tradicional como calmantes, digestivos e antiespasmódicos, enquanto ginseng e ginkgo biloba são mais associados à energia e memória, e babosa ao uso tópico e regenerador. Quanto às finalidades terapêuticas, as mais mencionadas foram: ansiedade (48,4%), insônia (45,2%), problemas digestivos (29%), dor (30%), gripe/resfriado (38,7%), imunidade (25,8%) e inflamações (19,4%).

Figura 7 – Para quais finalidades você utiliza ou já utilizou fitoterápicos?



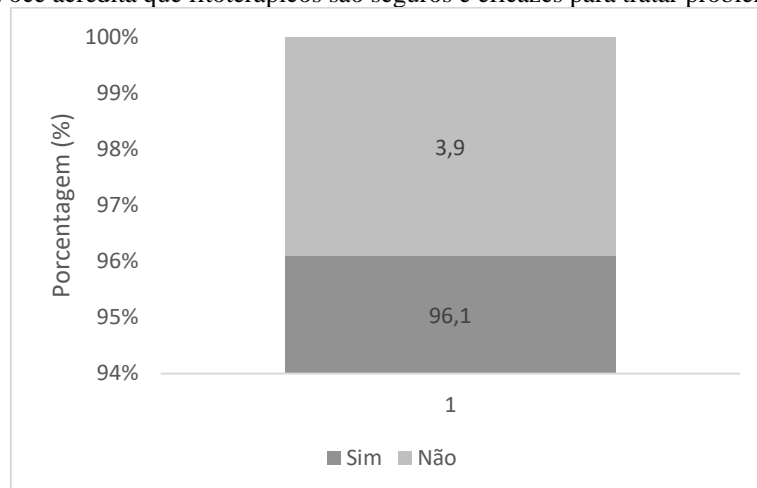
Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Esses resultados evidenciam que a população busca principalmente efeitos ansiolíticos e calmantes, seguidos de usos relacionados ao bem-estar geral e imunidade, confirmando a tendência observada por Ramos et al. (2021), que destaca o uso de fitoterápicos como estratégia de manejo do estresse e melhoria da qualidade de vida.

4.4 PERCEPÇÕES SOBRE SEGURANÇA, RISCOS E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Ao serem questionados sobre a segurança e eficácia dos fitoterápicos, 96,1% dos participantes acreditam que esses produtos são seguros e eficazes, enquanto 3,9% discordam. Essa percepção positiva, embora comum, reforça a crença equivocada de que o natural é isento de riscos, conforme alertam Ferreira et al. (2020) e Silva et al. (2021).

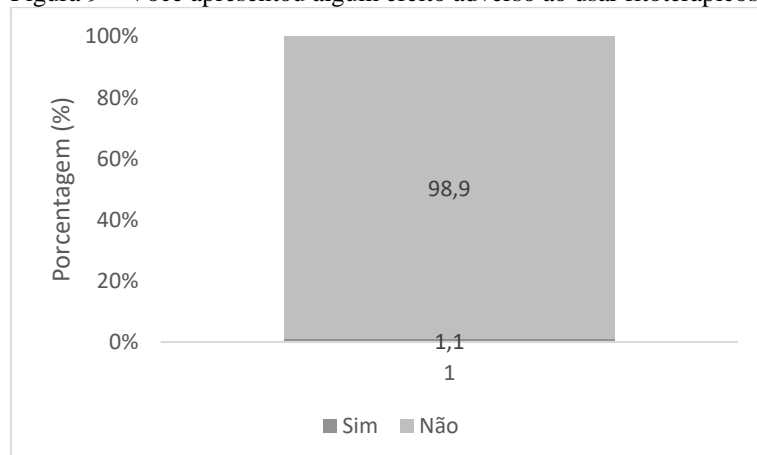
Figura 8 – Você acredita que fitoterápicos são seguros e eficazes para tratar problemas de saúde?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Apenas 1,1% relataram ter apresentado algum efeito adverso, enquanto 98,9% afirmaram não ter experienciado nenhum. Essa baixa incidência pode estar relacionada ao uso esporádico ou à falta de percepção e registro de reações adversas leves, o que é consistente com a literatura, que destaca a subnotificação desses eventos (ANVISA, 2023).

Figura 9 – Você apresentou algum efeito adverso ao usar fitoterápicos?

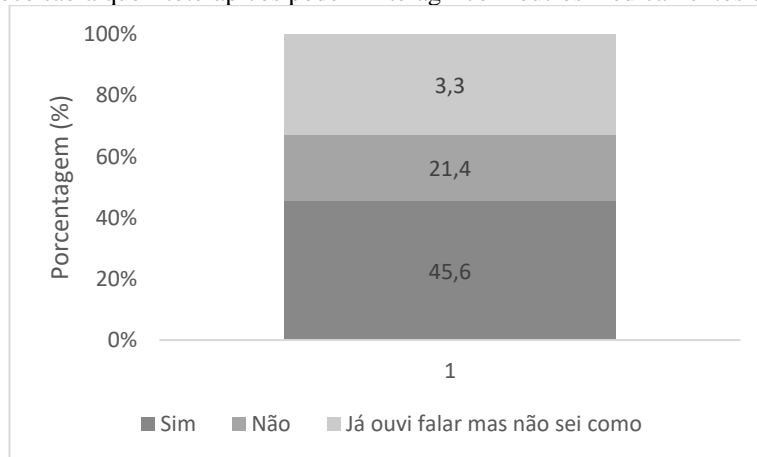


Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Sobre o conhecimento de interações medicamentosas, 45,6% responderam que sabem que fitoterápicos podem interagir com outros medicamentos, 33% afirmaram já ter ouvido falar, mas não sabem como ocorre, e 21,4% desconheciam totalmente o fato. Esses dados evidenciam uma lacuna

significativa no conhecimento farmacoterapêutico, o que pode resultar em riscos de interações clinicamente relevantes, como as descritas por Ferreira et al. (2020) envolvendo Ginkgo biloba e Hypericum perforatum.

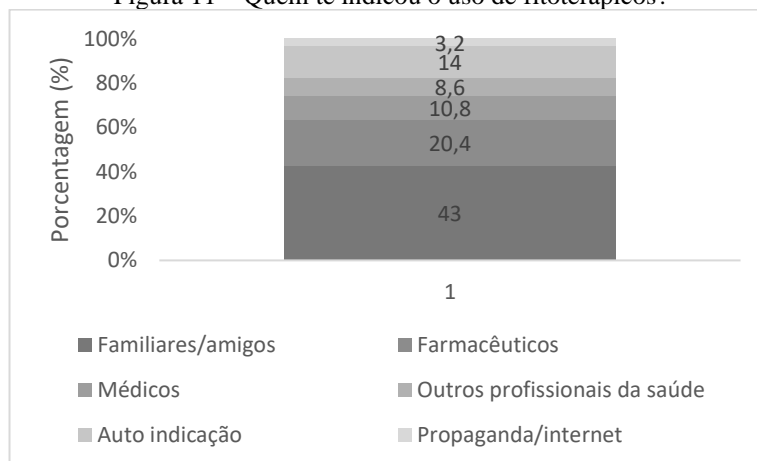
Figura 10 – Você sabia que fitoterápicos podem interagir com outros medicamentos de uso contínuo?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Em relação à indicação de uso, as principais fontes foram familiares e amigos (43%), seguidas por farmacêuticos (20,4%), médicos (10,8%), outros profissionais de saúde (8,6%), autoindicação (14%) e propaganda/internet (3,2%). Essa predominância de indicações não profissionais reforça a necessidade de ampliar o papel educativo do farmacêutico e demais profissionais de saúde na orientação da população, conforme recomendam Costa e Almeida (2022) e Pereira et al. (2020).

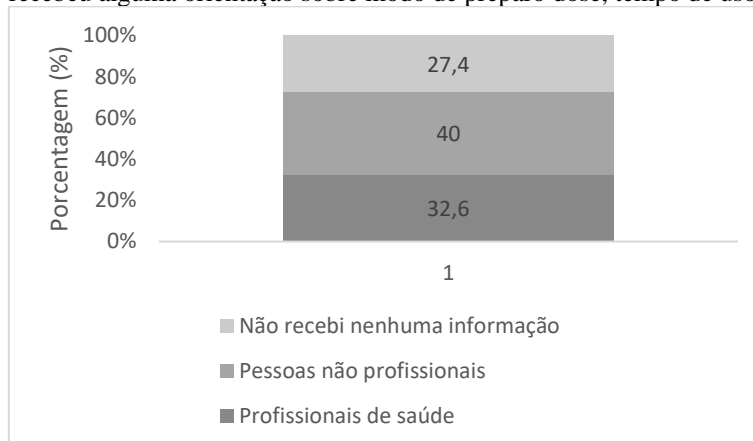
Figura 11 – Quem te indicou o uso de fitoterápicos?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

No que se refere à orientação sobre preparo, dose e riscos, 32,6% afirmaram ter recebido informações de um profissional de saúde, 40% receberam orientações de pessoas não profissionais e 27,4% não receberam qualquer tipo de informação.

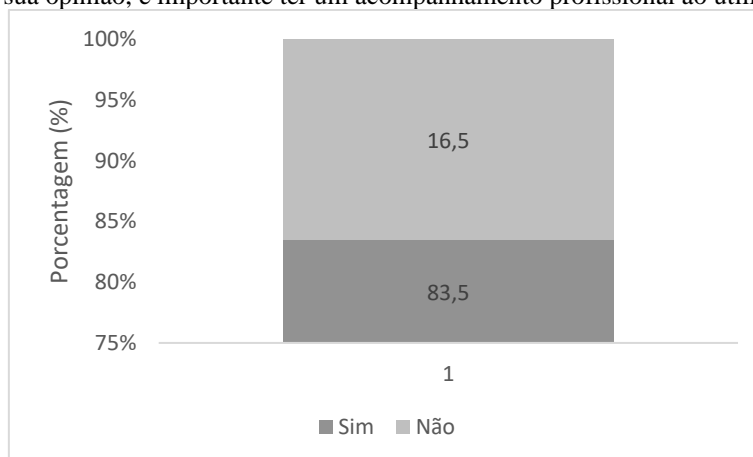
Figura 12 – Você recebeu alguma orientação sobre modo de preparo dose, tempo de uso e possíveis riscos?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Apesar de 83,5% dos entrevistados reconhecerem a importância do acompanhamento profissional, ainda persiste uma discrepância entre a percepção e a prática, o que evidencia a necessidade de estratégias de educação em saúde voltadas à fitoterapia racional. Esses resultados reforçam as observações de Arnósti et al. (2020) e Lima et al. (2016) de que, embora o uso de fitoterápicos seja amplamente aceito, a ausência de acompanhamento técnico pode comprometer a segurança terapêutica e levar à automedicação inadequada.

Figura 13 – Na sua opinião, é importante ter um acompanhamento profissional ao utilizar fitoterápicos?



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo avaliar o uso de fitoterápicos pela população de um bairro do município de Itaperuna – RJ, identificando o perfil sociodemográfico dos usuários, as principais plantas utilizadas, suas finalidades terapêuticas e o nível de conhecimento sobre riscos, interações e necessidade de acompanhamento profissional.

Os resultados obtidos confirmaram a hipótese inicial de que o uso de fitoterápicos é frequente, sendo em grande parte realizado sem orientação adequada. Observou-se predominância de adultos jovens, com ensino superior, que relataram utilizar fitoterápicos principalmente de forma esporádica e

com finalidade calmante, digestiva ou imunológica. As plantas mais conhecidas e utilizadas — como camomila, erva-cidreira, hortelã e babosa — coincidem com aquelas tradicionalmente difundidas pela cultura popular brasileira e incluídas nas listas oficiais do SUS. Embora a maioria dos participantes afirme conhecer o termo “fitoterápico” e acreditar na eficácia e segurança desses produtos, os dados revelam falhas importantes de informação, sobretudo em relação às interações medicamentosas e aos possíveis efeitos adversos. Apenas uma parcela minoritária relatou receber orientação de um profissional de saúde, enquanto a principal fonte de recomendação continua sendo familiar e amigos, o que reforça o caráter cultural e empírico do uso dessas terapias. Esses achados evidenciam a necessidade de fortalecer ações de educação em saúde e de promoção do uso racional de fitoterápicos, com foco na atuação multiprofissional e na valorização do farmacêutico como agente de orientação e segurança terapêutica. A integração entre saber popular e conhecimento científico deve ocorrer de forma responsável, garantindo que o potencial terapêutico das plantas medicinais seja explorado com segurança e eficácia.

Nesse contexto, o farmacêutico desempenha papel essencial na Atenção Primária à Saúde, atuando na orientação sobre o uso correto dos fitoterápicos, na identificação de possíveis interações medicamentosas e na educação da comunidade quanto aos riscos da automedicação. Sua presença é fundamental para garantir o uso racional e seguro dessas terapias. Portanto, o fortalecimento da fitoterapia no SUS depende não apenas de políticas públicas, mas também da conscientização da população e da atuação ativa dos profissionais farmacêuticos como agentes promotores do uso racional e seguro das plantas medicinais. Dessa forma, conclui-se que, apesar do avanço das políticas públicas de incentivo à fitoterapia, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), ainda há desafios significativos quanto à informação e à orientação técnica da população. O fortalecimento de estratégias educativas, a capacitação de profissionais de saúde e a ampliação do acesso a serviços que incluam práticas integrativas são caminhos essenciais para promover o uso racional, seguro e efetivo dos fitoterápicos no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS).

REFERÊNCIAS

- ARNOSTI, J. C. et al. **Fitoterapia e saúde pública: revisão sobre a inserção da fitoterapia no Sistema Único de Saúde**. Revista Brasileira de Plantas Medicinais, v. 22, n. 1, p. 64–72, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/pny48FkxdsHPPJ7dcVjCGTM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 22 set. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPICSUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 01 out. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Relação Nacional de Medicamentos Essenciais: RENAME 2025**. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/setie/daf/renome>. Acesso em: 01 out. 2025.
- BRUNING, M. C. R.; MOSEGUI, G. B. G.; VIANNA, C. M. M. **A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu – Paraná: a visão dos profissionais de saúde**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 17, n. 10, p. 2675–2685, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Fk8d3yYaqGkFhNQdUtD2D6J>. Acesso em: 22 set. 2025.
- CARBOLIM, Roseli Lourdes; CAVALHEIRO, Larissa; PEIXOTO, Maria Gabriela. **Etnoconhecimento associado ao uso de plantas medicinais por comunidades rurais em Peixoto de Azevedo, Mato Grosso**. Revista da Biologia, São Paulo, v. 42, n. 1, p. 1-12, 2024. DOI: 10.11606/issn.1984-5154.217747. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revbiologia/article/view/217747>. Acesso em: 30 set. 2025.
- CARVALHO, F. A. R. et al. **A importância dos medicamentos fitoterápicos e as consequências causadas pelo uso irracional**. 2023. 29 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, Recife, 2023. Disponível em: <https://www.grupounibra.com/repositorio/FARMA/2023/a-importancia-dos-medicamentos-fitoterapicos-e-as-consequencias-causadas-pelo-uso-irracional.pdf>. Acesso em: 30 set. 2025.
- CHEROBIN, Fabiane; BUFFON, Marilene M.; CARVALHO, Denise S. de; RATTMANN, Yanna D. **Plantas medicinais e políticas públicas de saúde: novos olhares sobre antigas práticas**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 32, n. 3, e320306, 2022. DOI: 10.1590/S0103-73312022320306. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/Tq5qNfrxAVClGB6Gk7RmT6R>. Acesso em: 01 out. 2025.
- COSTA, R. S.; ALMEIDA, A. M. **O papel do farmacêutico na orientação do uso racional de fitoterápicos**. Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas, v. 58, n. 2, p. 77–85, 2022. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/congrecpics/2017/TRABALHO_EV076_MD4_SA1_ID1002_04092017154844.pdf. Acesso em: 01 out. 2025.
- FERREIRA, L. L. et al. **Interações medicamentosas entre fitoterápicos e fármacos sintéticos: revisão integrativa**. Revista Fitos, v. 14, n. 3, p. 315–329, 2020. Disponível em: <https://revistafitos.far.fiocruz.br/index.php/revista-fitos/article/view/1033>. Acesso em: 03 out. 2025.
- FIGUEREDO, Climério Avelino de; GURGEL, Idê Gomes Dantas; GURGEL JUNIOR, Garibaldi Dantas. **A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 381-400, 2014. DOI:

10.1590/S0103-73312014000200004. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/physis/a/w8cLzVgI2jWmPKRRqtD9h8D>. Acesso em: 03 out. 2025.

LIMA, C. S. A. et al. **Uso de fitoterápicos e potenciais interações medicamentosas em idosos.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 19, n. 4, p. 683–694, 2016. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/nKq2ZV9VKgfI9HkpugYNE3x>. Acesso em: 03 out. 2025.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas.** 2. ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2008. Disponível em:
<https://static.scielo.org/scielobooks/xf7vy/pdf/almeida-9788523212162> Acesso em: 09 out. 2025.

MACEDO, J. F.; ROSA, J. F.; SILVA, R. C. **Conhecimento e uso de plantas medicinais pela população: uma revisão de literatura.** Revista Saúde em Foco, v. 11, p. 175–185, 2019. Disponível em: <https://archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/5096>. Acesso em: 09 out. 2025.

OLIVEIRA, E. R. et al. **Perfil de utilização de plantas medicinais e fitoterápicos por usuários do SUS em um município de Minas Gerais.** Revista Brasileira de Plantas Medicinais, v. 19, n. 1, p. 1–9, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbpm/a/f7jm7rFqkAvdURjgb7M6iRN>. Acesso em: 09 out. 2025.

PEREIRA, G. L. et al. **Educação em saúde e o papel do farmacêutico no uso racional de fitoterápicos.** Revista de Ciências da Saúde e Farmácia, v. 6, n. 2, p. 56–65, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/3LgFkWC3ryTCc79YQnhSmdv/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 09 out. 2025.

RAMOS, V. M. et al. **Percepções e práticas relacionadas ao uso de plantas medicinais no cotidiano.** Revista Eletrônica de Enfermagem, v. 23, n. 2, p. 1–9, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/67661>. Acesso em: 22 set. 2025.

SILVA, E. F. et al. **Riscos toxicológicos do uso indiscriminado de fitoterápicos: uma revisão.** Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 31, n. 1, p. 112–120, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbbio/a/wMLzf6zIgz7rxeZP1ZDdHcMA> Acesso em: 22 set. 2025.

VEIGA JÚNIOR, V. F.; PINTO, A. C.; MACIEL, M. A. M. **Plantas medicinais: cura segura?** Química Nova, v. 28, n. 3, p. 519–528, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/qn/a/7fXh7Pf5Lh5g7b4cL9r7dPf>. Acesso em: 22 set. 2025.

TOMAZZONI, Marisa Ines; NEGRELLE, Raquel Rejane Bonato; CENTA, Maria de Lourdes. **Fitoterapia popular: a busca instrumental enquanto prática terapêutica.** Texto & Contexto – Enfermagem, Florianópolis, v. 15, n. 1, p. 115–121, jan./mar. 2006. DOI: 10.1590/S0104-07072006000100014. Acesso em: 22 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plantas Medicinais e Fitoterápicos.** Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/plantas-medicinais-e-fitoterapicos>. Acesso em: 30 set. 2025.

APÊNDICE

Questionário para Trabalho de conclusão de curso – TCC

Questionário sobre o uso de fitoterápicos para trabalho de conclusão de curso da Universidade Nova Iguaçu - campus V Itaperuna - RJ. As respostas serão usadas como dados sigilosos para o desenvolvimento do trabalho. Desde já agradeço a todos que tiraram um tempinho para responder as perguntas.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), do estudo intitulado " Uso de Fitoterápicos pela população de um bairro em Itaperuna-RJ: percepção e conhecimento", conduzida por Isaque Narde Martins, aluno de graduação em Farmácia da Universidade Nova Iguaçu - campus V, Itaperuna - RJ sob a orientação da professora Juliana Maria Rocha e Silva Crespo. Este estudo tem por objetivo: Avaliar o uso de fitoterápicos pela população de um bairro de Itaperuna-RJ, focando no conhecimento e principais indicações. Você foi selecionado(a) por sua disponibilidade em aceitar a fazer a pesquisa e estar disposto a responder todos os questionamentos realizados pelo pesquisador para a condução da sua pesquisa e assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), antes do início da pesquisa. Sua participação não é obrigatória. A qualquer momento, você poderá desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa, desistência ou retirada de consentimento não acarretará prejuízo. Os dados obtidos por meio desta pesquisa serão confidenciais e não serão divulgados em nível individual, visando assegurar o sigilo de sua participação. O pesquisador responsável se comprometeu a tornar públicos nos meios acadêmicos e científicos os resultados obtidos de forma consolidada sem qualquer identificação de indivíduos participantes.

1. Você aceita participar desta pesquisa?

Sim, li e concordo com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Não desejo participar

2. Idade?

18 a 25 anos

26 a 35 anos

36 a 45 anos

46 a 55 anos

Acima de 60 anos

3. Escolaridade?

Ensino fundamental

Ensino médio

Ensino superior

Pós-graduação

4. Você sabe o que são fitoterápicos?

Sim

Não

5. Você utiliza ou já utilizou fitoterápicos?

Sim

Não

Já utilizei

6. Se sim, com qual frequência?

Diariamente

Semanalmente



Esporadicamente

7. Quais fitoterápicos você utiliza ou conhece? (Pode marcar mais de um)

Camomila

Erva cidreira

Hortelã

Ginseng

Ginkgo biloba

Babosa (Aloe Vera)

Valeriana

Outro:

8. Para quais finalidades você utiliza ou já utilizou fitoterápicos?

Ansiedade

Insônia

Problemas digestivos

Dor

Inflamação

Gripe/resfriado

Imunidade

Outro:

9. Você acredita que fitoterápicos são seguros e eficazes para tratar problemas de saúde?

Sim

Não

10. Você apresentou algum efeito adverso ao usar fitoterápicos?

Sim

Não

11. Se sim, quais efeitos?

12. Você sabia que fitoterápicos podem interagir com outros medicamentos de uso contínuo?

Sim

Não

Já ouvi falar, mas não sei como

13. Quem te indicou o uso de fitoterápicos?

Médico

Farmacêutico

Outro profissional de saúde

Familiares/amigos

Propaganda/internet

Autoindicação

14. Você recebeu alguma orientação sobre modo de preparo, dose, tempo de uso e possíveis riscos?

Sim, de um profissional de saúde

Sim, mas de uma pessoa não profissional

Não recebi nenhuma informação

15. Na sua opinião, é importante ter um acompanhamento profissional ao utilizar fitoterápicos?

Sim

Não