

USO DE PLANTAS OLERÍCOLAS E MEDICINAIS COMO ESTRATÉGIA ALIMENTAR E FITOTERAPEUTICA PARA IDOSOS NO ASILO LAR BOM SAMARITANO, NO MUNICÍPIO DE VIDEIRA – SC



DOI: 10.5281/zenodo.17790793

Sandro Dan Tatagiba

Professor do Ensino Básico, Técnico e Tecnológico (EBTT) do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira. Graduado em Agronomia e em Licenciatura em Ciências Biológicas, Mestre em Produção Vegetal, Doutor em Fisiologia Vegetal e Pós-Doutor na área de Ciências Florestais. É Especialista em Cultura Teológica, Fitoterapia e Engenharia de Segurança do Trabalho. E-mail: sandrodantatagiba@yahoo.com.br.

Paloma Colombo

*Aluna do Curso de Agronomia no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.
E-mail: colombo.paloma123@gmail.com*

Anniely Rodrigues de Andrade

*Aluna do Curso de Agronomia no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.
E-mail: annielydeandrade@gmail.com*

Amanda Maresco

*Aluna do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.
E-mail: amandamoresco10@gmail.com*

Felipe Vitali de Bortoli

*Aluno do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.
E-mail: lipedebortoli@gmail.com*

Gabriela Jakobczynski

*Aluna do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação,
Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.*

E-mail: gjakobczinsky@gmail.com

Joana Tragancin Thomé

*Aluna do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação,
Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.*

E-mail: joanathome@gmail.com

Pedro Henrique França Gonçalves

*Aluno do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação,
Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.*

E-mail: eu.pedrofrancav@gmail.com

Tainá Semke

*Aluno do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação,
Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.*

E-mail: tainasemke09@gmail.com

Talita Piroli

*Aluno do Curso Integrado em Agropecuária do Instituto Federal de Educação,
Ciência e Tecnologia Catarinense - Campus Videira.*

E-mail: talitapiroli79476@gmail.com

RESUMO

Construir em conjunto com o Lar Bom Samaritano, ações extensionistas que valorizem e ampliem o conhecimento sobre o uso de plantas olerícolas e medicinais, enfatizando sua importância nutricional, as partes utilizadas na alimentação, modo de preparo e efeitos fitoterápicos, através da implantação e revitalização de uma horta, de maneira orgânica e sustentável, teve como objetivo o estudo. Foram cultivadas um total 632 plantas, sendo 616 olerícolas e 16 medicinais. Entre as espécies olerícolas, destacaram-se: *Lactuca sativa* (Alface, 476 plantas), *Brassica oleracea* var. *italica* (Brócolis, 40 plantas) e *Brassica oleracea* var. *botrytis* (Couve flor, 30 plantas). Entre as espécies de plantas medicinais, destacaram: *Plectranthus barbatus* (Boldo comum, 4 plantas) e *Ocimum basilicum* (Manjerição roxo, 3 plantas). A família botânica

olerícola que apresentou maior frequência foi a Asteraceae (476 plantas), seguida da Brassicaceae (100 plantas). Entre as medicinais destacaram-se a família Lamiaceae (11 plantas) e Asteraceae (3 plantas). O órgão das plantas mais utilizado para consumo foi a folha (88,9%) e a forma de preparo mais frequente foi a *in natura* (78,5%). A iniciativa extensionista envolveu práticas das disciplinas técnicas, desenvolvendo atividades terapêuticas na horta, estimulando ações e exercícios de coordenação dos idosos, fornecendo alimentos saudáveis e de valores fitoterápicos, proporcionando vivência nas atividades e fortalecendo os laços entre o meio acadêmico e a comunidade local.

Palavras-chave: Educação ambiental. Espaço didático. Horta. Saúde do idoso.

ABSTRACT

The objective of this study, in conjunction with Lar Bom Samaritano, was to develop extension initiatives that value and expand knowledge about the use of vegetable and medicinal plants, emphasizing their nutritional importance, the parts used in food, preparation methods, and phytotherapeutic effects, through the implementation and revitalization of a vegetable garden in an organic and sustainable manner. A total of 632 plants were cultivated, 616 vegetable and 16 medicinal. Among the vegetable species, the following stood out: *Lactuca sativa* (lettuce, 476 plants), *Brassica oleracea* var. *italica* (broccoli, 40 plants), and *Brassica oleracea* var. *botrytis* (cauliflower, 30 plants). Among the medicinal plant species, the following stood out: *Plectranthus barbatus* (common boldo, 4 plants) and *Ocimum basilicum* (purple basil, 3 plants). The most frequently used vegetable botanical family was Asteraceae (476 plants), followed by Brassicaceae (100 plants). Among the medicinal plants, the Lamiaceae (11 plants) and Asteraceae (3 plants) stood out. The most commonly consumed plant organ was the leaf (88.9%), and the most common form of preparation was fresh (78.5%). The extension initiative involved practical activities in technical disciplines, developing therapeutic activities in the garden, encouraging coordination activities and exercises for the elderly, providing healthy foods with phytotherapeutic values, providing hands-on experience in the activities, and strengthening ties between the academic environment and the local community.

Keywords: Environmental education. Educational space. Garden. Elderly health.

INTRODUÇÃO

A saúde pública classifica o envelhecimento populacional como um desafio para a saúde. Os idosos são os principais pacientes da rede pública e privada de saúde, sendo priorizados no atendimento hospitalar em relação às demais faixas etárias da população. A ampliação do tempo de vida pode ser gerada pela qualidade em que o ser humano é exposto, podendo comprometer seu viver (Lima; Veras, 2013). O envelhecimento traz o aumento do aparecimento de doenças agudas crônicas, ganhando forma através do tempo e da falta de cuidado físico e mental, aumentando os riscos de contrair enfermidades ou por falta de condições financeiras e

acessibilidade as informações primordiais a saúde, colocando-se assim como alternativa, o uso das plantas olerícolas e medicinais como uma forma segura e viável para amenizar males e distúrbios fisiológicos que por ventura vierem a surgir (Costa et al., 2017).

O consumo de plantas visto de forma terapêutica e natural empregada como uma alternativa medicinal popular vem ganhando cada vez mais adeptos pela população idosa, acreditando no seu aspecto benéfico de utilização (Balbinot; Velasquez; Dusman, 2013). Outro fator que responde as buscas por plantas por idosos está em relação ao baixo custo. A prescrição de medicamentos com valores exorbitantes se sobrepõe a renda mensal, sendo motivo de recorrer a métodos acessíveis, como o uso das plantas medicinais (Balbinot; Velasquez; Dusman, 2013), podendo ser encontradas em lugares simples, como numa horta.

No Brasil verifica-se que mais de 80% da população idosa fazem ou já fez uso de plantas medicinais. Entretanto, grandes partes dos idosos que apresentam acesso às plantas realizam procedimentos simples e empíricos, de acordo com as crenças e a propagação da informação, dispondo de pouca orientação sobre os riscos que podem ser oferecidos quando utilizadas inadequadamente (Pereira, 2016). Grande parte dos idosos faz o próprio semeio, cultivo e colheita das plantas, em consequência, o conhecimento sobre as propriedades fitoterápicas presentes nos vegetais são obstruídos, percebendo que a informação não se renova, apenas carregam o conhecimento prévio das atividades simples e empíricas em relação às plantas (Oliveira, 2018), levando a ausência de informações cruciais das propriedades fitoterápicas de cada espécie, formas de preparado e indicações específicas as enfermidades (Santos, et al., 2019). A partir da necessidade de uso racional da informação sobre as plantas medicinais e fitoterápicas, o Ministério da Saúde aprovou em 2006 a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, regulamentada por meio do Decreto nº 5.813 de 22 de junho de 2006, onde se justifica o uso da ciência medicinal no cotidiano da população (Teixeira et al., 2002). O Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos aprovado pelo Governo Federal (Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006), tem com o objetivo assegurar o uso e acesso seguro das plantas medicinais mais utilizadas e buscadas pela população, visando com maior amplitude à população idosa, por precisar de maior atenção e acompanhamento profissional.

No estado de Santa Catarina, no ano de 2002, foi promulgada a Lei Nº 12.386, a qual autoriza o poder executivo a criar o Programa Estadual de Fitoterapia e Plantas Medicinais tendo por objetivo estimular o desenvolvimento de atividades intersetoriais voltadas à fitoterapia e contribuir para a promoção da saúde, à produção de plantas medicinais como insumos para a indústria farmacêutica e produtos de valor agregado, à adequação tecnológica dos setores farmacêuticos e agrônômicos catarinenses, fundamentada no desenvolvimento sustentável e no manejo racional da biodiversidade do Estado, considerando-se os aspectos sociais, econômicos e ecológicos inerentes. Assim, cabe com tal finalidade, promover, incentivar e prestar assessoria técnica para implantação e desenvolvimento de programas congêneres no âmbito dos municípios no Estado. A Lei supracitada ainda prevê competências, como a de garantir o acesso a produtos fitoterápicos de qualidade por toda a população do Estado de Santa Catarina, através da promoção e do incentivo à criação de hortas caseiras e “farmácias vivas”, incluindo a produção de mudas e a orientação tanto sobre o cultivo, quanto sobre o uso. Também prevê a inclusão de conteúdos afins nos currículos dos cursos universitários das áreas envolvidas com a fitoterapia, a fim de promover a educação popular, nas comunidades, resgatando a cultura de uso das plantas pela população.

Dessa forma, se faz necessário buscar a auto-suficiência na produção estadual de plantas medicinais, através do desenvolvimento da pesquisa e extensão agrônômica. Formar recursos humanos capacitados para o desenvolvimento da extensão nas instituições de ensino é o ponto de partida para o sucesso dessa política pública, envolvida com o uso das plantas. As instituições de ensino podem contribuir para a superação destes desafios e auxiliar na ampliação do conhecimento e uso de plantas olerícolas e medicinais, na medida em que incorpora a formação de futuros profissionais no mercado e oferece espaços e atividades que promovam a prática e utilização, possibilitando a correta identificação e o uso seguro (Bitencourt et al., 2021).

A prática da olericultura representada pelas hortaliças, também chamadas de legumes e verduras é um valioso alimento nutricional (Filgueira, 2007), utilizado pelos idosos como fonte de vitaminas, sais minerais, proteínas e carboidratos. Todos esses elementos, de forma balanceada, estabilizam as funções internas do corpo. As verduras, parte importante da alimentação, possuem funções fitoquímicas que desempenham papéis importantes na manutenção da saúde dos idosos. Seus efeitos

podem ser: hormonais, antiinflamatórios ou antioxidantes (Lunn, 2007). Elas fornecem não apenas variedade de cor e textura às refeições, mas também nutrientes importantes. As olerícolas têm pouca gordura e calorias, relativamente pouca proteína, mas são ricas em carboidratos e fibras e fornecem níveis significativos de micronutrientes à dieta (Favell, 1998).

Diante dessa perspectiva, estabelecer às principais espécies de plantas olerícolas e medicinais que os idosos poderão fazer uso no Lar Bom Samaritano, de acordo com a necessidade específica das enfermidades acometidas, buscando compreender a importância atribuída ao uso em sua vida cotidiana, se justificou a execução deste trabalho.

Procurando agregar as diferentes expectativas, tanto em nível de atuação de aprendizado dos alunos e dos profissionais envolvidos, quanto em nível de atuação na comunidade local, foi proposto o presente trabalho, com o objetivo de implantar e revitalizar uma horta, de maneira orgânica e sustentável, valorizando e ampliando o conhecimento sobre o uso de plantas olerícolas e medicinais, enfatizando sua importância nutricional, as partes utilizadas na alimentação, modo de preparo e efeitos fitoterápicos.

METODOLOGIA

O projeto foi realizado na instituição de permanência para idosos, Asilo Lar Bom Samaritano, localizado na rua Jaçanã nº. 100, bairro São Cristóvão, no município de Videira, estado de Santa Catarina. A Instituição abriga atualmente 24 idosos, 12 do gênero masculino e 12 feminino, com idade média entre 80 e 90 anos. O Asilo promove a acolhida de pessoas idosas em situação de vulnerabilidade social, situações de violência e/ou negligência, em situação de rua, ou abandono e com vínculos familiares inexistentes ou fragilizados. A instituição é assistida por uma equipe formada por 12 profissionais, compreendendo, ajudantes de limpeza, cozinheiras, cuidadoras, psicóloga e nutricionista. O local dispõe de uma área externa onde estão disponíveis poucas plantas, que são utilizadas pelos idosos e funcionários no preparo de chás fitoterápicos e na alimentação.

Percebe-se um desconhecimento do uso das plantas medicinais entre os profissionais do Asilo, os quais poderiam ser utilizados para atender as reais

necessidades e enfermidades mais freqüentes dos idosos, necessitando do apoio acadêmico técnico-científico e orientação específica das espécies.

A escolha das espécies olerícolas e medicinais e a quantidade utilizada foi prevista em conjunto acordo com os gestores e profissionais do Asilo Bom Samaritano, atendendo as particularidades dos idosos, seja em relação à necessidade alimentar, nutricional e indicação terapêutica em reunião prévia planejada para esse fim. Foram agendados com antecedência, encontros periódicos com os integrantes do projeto, realizados semanalmente ou a cada quinze dias, a depender da necessidade técnica de implantação, manutenção ou colheita das plantas, a fim de realizar os manejos e tratos culturais necessários. Os idosos aptos a realização das atividades na horta foram convidados a participar.

Para popularizar o uso correto das plantas olerícolas e medicinais foi realizado um levantamento bibliográfico com informações a respeito de algumas espécies utilizadas para fins alimentares, nutricionais e medicinais, (Ferreira, Shimabuku Jr, 2012; Lopes et al., 2015).

Para revitalização do espaço da horta, os canteiros foram delimitados com estacas de madeira e barbante, em formato retangular, medindo aproximadamente 5 metros de comprimento por 90 centímetros de largura (Fróes, 1986). Como o terreno possuía um nível de declividade, os canteiros foram construídos cortando a água das chuvas que desce pelo terreno. A classificação do solo, local de implantação da horta, é um Argissolo Vermelho Distrófico. Foi realizada a análise granulométrica do solo obtendo-se a classificação textural como muito argiloso.

Amostras do substrato foram analisadas quimicamente, resultando em boa disponibilidade de bases trocáveis ($SB = 14,1 \text{ cmolc.dm}^{-3}$), de saturação de bases ($V = 86,2\%$) e de disponibilidade de fósforo ($85,2 \text{ mg.dm}^{-3}$). Antes do plantio não foi necessário realizar a correção da acidez do solo. A adubação de plantio foi realizada incorporando cerca de 0,5 toneladas de matéria orgânica proveniente da compostagem de esterco de gado de corte, realizada a lanço e incorporado de forma manual ao solo.

A irrigação das plantas foi realizada diariamente no período da manhã e final da tarde de forma manual, através de uma mangueira presente no local, pelos próprios idosos.

O método utilizado para coleta dos dados das plantas foi o quali-quantitativo, do tipo censo, também denominado inventário total (Silva; Silva, 2012). As avaliações

foram realizadas com base na determinação da espécie, procurando identificar o nome científico, popular e da família. Para classificação das espécies e famílias botânicas foi adotado o sistema APG IV (2016) e a grafia dos táxons foi consultada junto aos bancos de dados eletrônicos disponibilizado pelo Jardim Botânico do Rio de Janeiro (Forzza et al., 2010; Freitas et al., 2015) e do Missouri Botanical Garden (Mobot, 2018). As plantas também foram identificadas quanto ao hábito botânico (Vidal; Vidal, 2007), as partes utilizadas, modos de preparo (infusão, inalação, maceração em água, maceração em álcool) e indicação terapêutica (Tatagiba, Sousa; Oliveira, 2019; Tatagiba et al., 2023).

Os dados coletados foram planilhados e analisados por meio de estatística descritiva, com base em um enfoque quantitativo e qualitativo, desenvolvido no programa Microsoft Excel® (2010).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a revitalização e implantação da horta foi utilizado um total de 632 plantas, sendo 616 olerícolas e 16 medicinais. Desse total, foram cultivadas 08 espécies olerícolas e 08 medicinais (Tabelas 01 e 02).

Na tabela 01 são apresentadas as famílias botânicas, nome científico e popular, parte da planta utilizada para consumo, forma de preparo e uso das plantas olerícolas cultivadas na horta. Nota-se que a família Brassicaceae, apresentou uma maior diversidade de cultivares, registrando 04 variedades da espécie *Brassica oleracea*, sendo elas: *Brassica oleracea* var. *capitata* f. *rubra* (Repolho Roxo), *Brassica oleracea* var. *capitata* (Repolho verde), *Brassica oleracea* var. *italica* (Brocólis) e *Brassica oleracea* var. *botrytis* (Couve-flor). Em seguida a família Asteraceae, apresentou 02 espécies, a *Cichorium intybus* (Chicória) e *Lactuca sativa* (Alface). Ainda observam-se, com uma espécie representante, as famílias botânicas Amaranthaceae e Apiaceae (Tabela 01).

Na tabela 02 são apresentadas as famílias botânicas, nome científico e popular, parte da planta utilizada para consumo, forma de preparo e uso das plantas medicinais cultivadas na horta. Observa-se que a família Lamiaceae apresentou a maior diversidade de espécies, registrando 05 espécies/cultivares, são elas: *Melissa officinalis* (Melissa ou Erva-cidreira), *Ocimum basilicum* var. *citriodorum*



Tabela 01. Espécies vegetais olerícolas cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira – SC. Família botânica, nome científico, nome popular, parte da planta utilizada, forma de preparo e uso de contraindicação.

Família/ Nome Científico	Nome Popular	Parte Utilizada	Forma de Preparo	Uso
Asteraceae				
<i>Cichorium intybus</i>	Chicória	Folhas	<i>In natura</i>	Ajuda o fígado Desintoxica o corpo Auxilia a digestão e o intestino
<i>Lactuca sativa</i>	Alface	Folhas	<i>In natura</i>	
Brassicaceae				
<i>Brassica oleracea</i> var. <i>capitata</i> f. <i>rubra</i>	Repolho Roxo	Folhas	<i>In natura</i> , cozida ou refogada	Rico em antioxidantes.
<i>Brassica oleracea</i> var. <i>capitata</i>	Repolho(verde)	Folhas	<i>In natura</i> , cozida ou refogada	Melhora a digestão
<i>Brassica oleracea</i> var. <i>112tállica</i>	Brócolis	Inflorescência e talos	Cozido, refogado ou grelhado	Fortalece o sistema imunológico
<i>Brassica oleracea</i> var. <i>botrytis</i>	Couve-Flor	Inflorescência imatura	Cozida, assada ou crua	Desintoxicação do organismo.
Amaranthaceae				
<i>Beta vulgaris</i>	Beterraba	Raiz	Cozida, assada ou crua	Melhora a circulação e a pressão arterial
Apiaceae				
<i>Petroselinum crispum</i>	Salsinha	Folhas e talos	Condimento	Combate a retenção de líquidos.

Fonte: Autores (2025)

(Manjerição Verde), *Ocimum basilicum* var. *crispum* (Manjerição Roxo), *Plectranthus barbatus* (Boldo) e *Thymus vulgaris* (Tomilho). A família Asteraceae apresentou duas espécies representantes, *Artemisia absinthium* (Losna) e *Artemisia camphorata* (Cânfora de jardim), enquanto com uma única espécie representante, ficou a família Monimiaceae (Figura 02). O maior uso de espécies da família Lamiaceae na horta está ligado ao atendimento às particularidades dos idosos, conforme a necessidade alimentar e principalmente indicação terapêutica das enfermidades de maior ocorrência no Asilo Lar Bom Samaritano.

Tabela 02. Espécies vegetais medicinais cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC. Família botânica, nome científico, nome popular, parte da planta utilizada, forma de preparo e uso de contra-indicação.

Família/ Nome Científico	Nome Popular	Parte Utilizada	Forma de Preparo	Uso
Lamiaceae				
<i>Melissa officinalis</i>	Melissa (Erva-cidreira)	Folhas	Chá por infusão	Calmante, insônia, ansiedade
<i>Ocimum basilicum</i> var. <i>citriodorum</i>	Manjerição Verde	Folhas	Chá, condimento e Cataplasma	Dor de cabeça, cólicas, calmante leve.
<i>Ocimum basilicum</i> var. <i>crispum</i>	Manjerição Roxo	Folhas	Chá e condimento	Infecções respiratórias, anti-inflamatório
<i>Plectranthus barbatus</i>	Boldo	Folhas	Chá por infusão	Problemas digestivos, fígado, azia
<i>Thymus vulgaris</i>	Tomilho	Folhas	Chá, condimento e gargarejo	Tosse, dor de garganta, expectorante
Monimiaceae				
<i>Peumus boldus</i>	Boldo do Chile	Folhas	Chá por infusão	Digestivo, fígado, cólicas
Asteraceae				
<i>Artemisia absinthium</i>	Losna (Absinto)	Folhas	Chá por infusão	Estimulante digestivo, vermífugo
<i>Artemisia camphorata</i>	Cânfora de Jardim	Folhas	Chá por infusão	Menstruação irregular, cólicas menstruais ou ansiedade

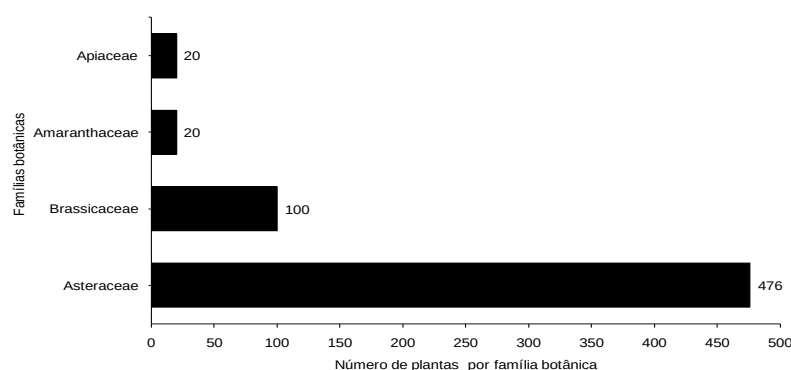
Fonte: Autores (2025)

O número de plantas das famílias botânicas olerícolas cultivadas é apresentada do gráfico 01. Verifica-se que foram cultivadas um total de 476 plantas da família Asteraceae, 100 plantas da Brassicaceae e 20 plantas da Amaranthaceae e Apiacea. O cultivo do maior número de plantas de uma mesma família em determinada local, como no Asilo Bom Samaritano, mesmo as que possuem ampla distribuição, mostra a preferência de consumo dos idosos pelas espécies desta família.

Entre o número de plantas das famílias botânicas medicinais, observa-se que a Lamiaceae apresentou 11 plantas, seguida da Asteraceae com 3 e Monimiaceae com 2 plantas cultivadas (Gráfico 02). As famílias que apresentaram maior número de espécies no presente estudo sejam elas olerícolas ou medicinais também se destacaram em levantamentos realizados em diferentes regiões do Brasil, sinalizando

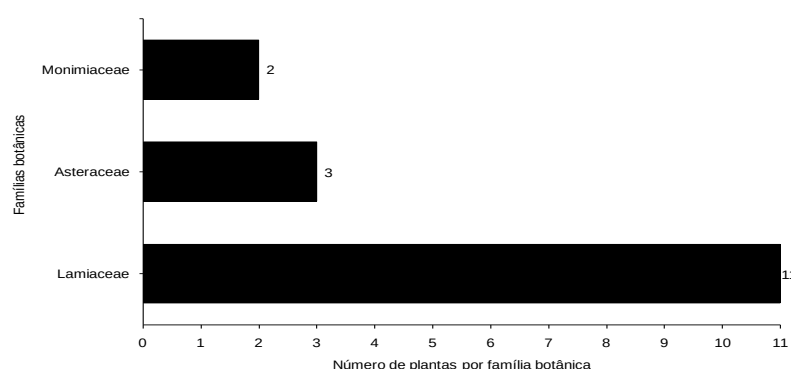
para uma provável eficácia alimentar e nutricional, assim como preferência de consumo, além de colaborar no combate a enfermidades (Jesus et al., 2009; Marinho et al., 2011; Feijó et al., 2013; Liporacci; Simão, 2013), tendendo serem mais representadas e utilizadas nos hortos populares. Com isso, presume-se que as famílias Asteraceae, Brassicaceae, Laminaceae, apresentam potencial de cultivo e eficácia alimentar, nutricional e terapêutica, podendo ser utilizada de forma segura pelos idosos.

Gráfico 01. Famílias botânicas das plantas olerícolas cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.



Fonte: Autores (2025)

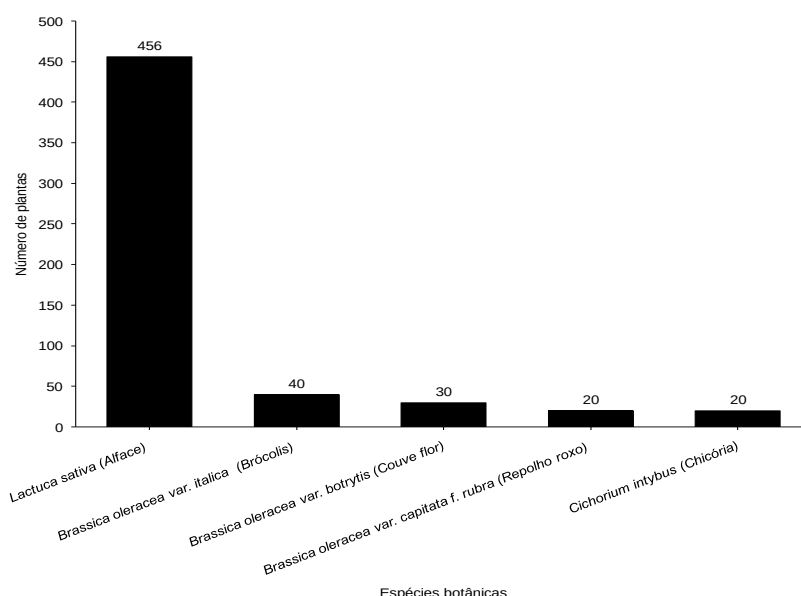
Gráfico 02. Famílias botânicas das plantas medicinais cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.



Fonte: Autores (2025)

As espécies olerícolas mais cultivadas foram *Lactusa sativa* (Alface) com 456 plantas, seguidas de *Brassica oleracea* var. *italica* (Brócolis), com 40 plantas e *Brassica oleracea* var. *botrytis* (Couve-flor), com 30 plantas (Gráfico 03).

Gráfico 03. Espécies botânicas das plantas olerícolas cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.

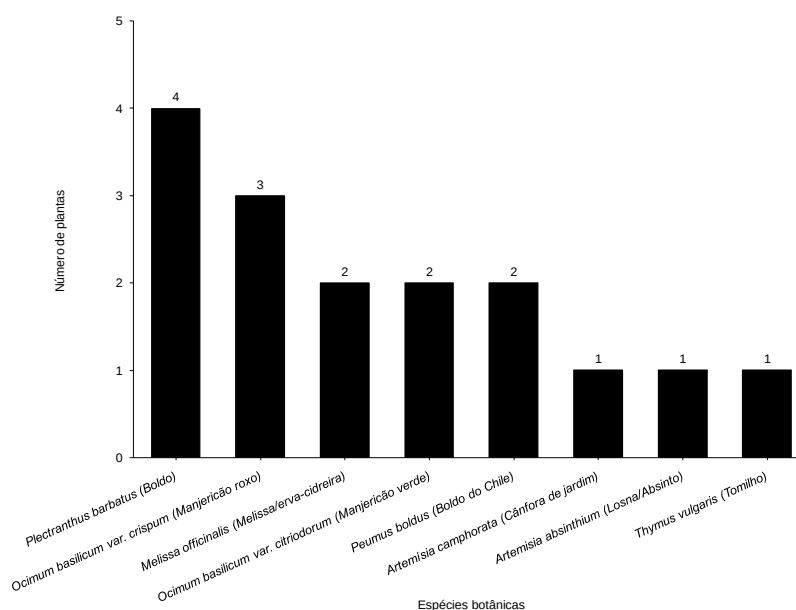


Fonte: Autores (2025)

Entre as espécies medicinais mais cultivadas, destaca-se *Plectranthus barbatus* (Boldo), com 04 plantas e *Ocimum basilicum* var. *crispum* (Manjeriço roxo), com 03 plantas (Gráfico 04).

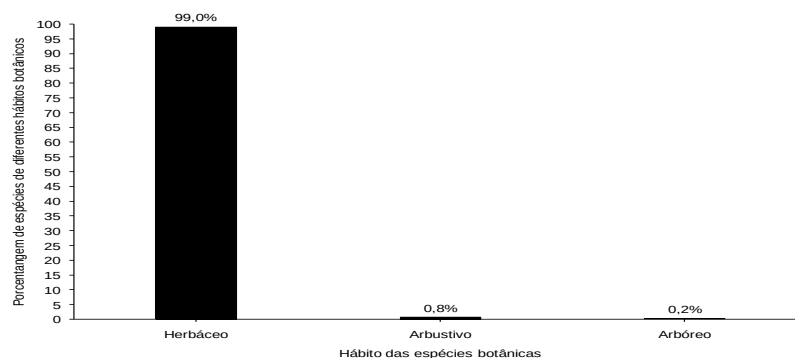
O hábito de crescimento botânico predominante entre as plantas olerícolas a medicinais foi o herbáceo, representando 99 % das espécies cultivadas (Gráfico 05). Em seguida vieram o arbustivo (0,8 % das espécies) e arbóreo (0,2 % das espécies). Esta prevalência de espécies com o hábito de crescimento herbáceo pode estar associada ao fato das plantas apresentarem uma produção constante de folhas, proporcionando uma fonte alimentar de fácil cultivo, sendo observada em outros estudos, como os realizados por Albertasse et al. (2010) e Liporacce e Simão (2013). Evidências atuais corroboram a ampla utilização de espécies herbáceas nos sistemas de cura populares, pois as ervas tendem a investir em compostos secundários de alta atividade biológica, como alcalóides, glicosídeos e terpenóides (Stepp; Moerman, 2001). Guarim Neto e Amaral (2010) acreditam que a presença de herbáceas é mais comum devido ao pequeno espaço reservado ao cultivo e a maioria destas plantas serem destinadas ao uso alimentar e medicinal.

Gráfico 04. Espécies botânicas das plantas olerícolas cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.



Fonte: Autores (2025)

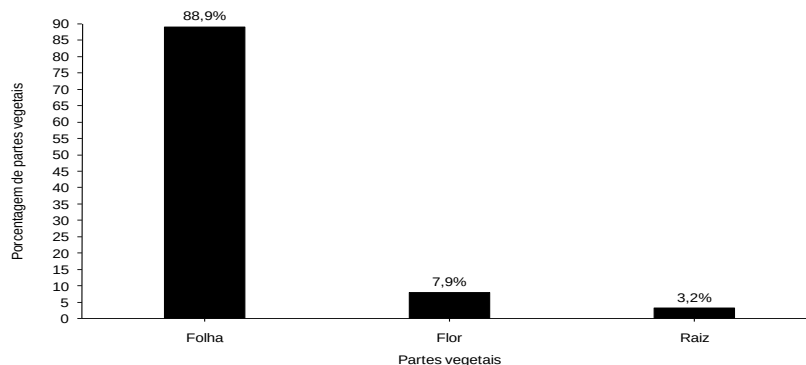
Gráfico 05. Porcentagem de espécies botânicas olerícolas e medicinais de diferentes hábitos botânicos cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.



Fonte: Autores (2025)

Entre as partes das plantas, a folha foi a mais utilizada no preparo das receitas (88,9 %), seguida da flor (7,9 %) e raiz (3,2 %) (Gráfico 06). A folha é citada como a parte do vegetal mais utilizada em estudos realizados por Lipoeacce; Simão, 2013; Oliveira; Menini Neto, 2012; Vasquez et al., 2014. O maior uso das folhas provavelmente se deve à facilidade de coleta. Outro fato a ser observado, é que as outras partes vegetais, como os frutos e sementes não encontram disponíveis em todas as épocas do ano, diminuindo a oferta do alimento.

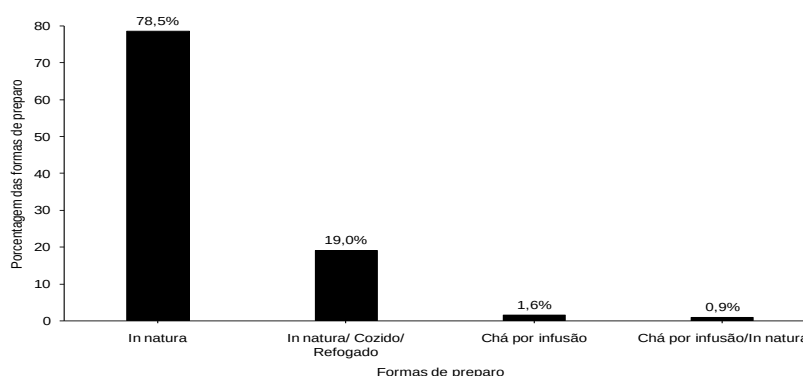
Gráfico 06. Porcentagem de partes vegetais de plantas olerícolas e medicinais cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.



Fonte: Autores (2025)

Algumas plantas exigem cuidados especiais em sua administração. Tais cuidados podem estar diretamente relacionados à planta ou à maneira como é preparada (Rehman et al., 2017). O modo de preparo das plantas olerícolas e medicinais no presente estudo foi diverso, sendo o principal o *in natura*, representando 78,5 % do total. Em seguida registrou-se o *in natura*/cozido/refogado (19 %), chá por infusão (1,6 %) e chá por infusão *in natura* (0,9 %) (Gráfico 07).

Gráfico 07. Porcentagem de das forma de preparo de plantas olerícolas e medicinais cultivadas no Lar O Bom Samaritano, Videira - SC.



Fonte: Autores (2025)

A predominância por plantas com modo de preparo *in natura* pode ser relacionada à três fatores importantes: por serem formas de preparo baratas, rápidas e de fácil acesso. É importante mencionar que o modo de preparação é algo muito

diversificado, diferindo de acordo com a espécie de plantas utilizada e de preferência de consumo, conforme observações de Roque et al. (2010).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A iniciativa extensionista da implantação e revitalização da horta mostrou-se relevante ao promover atividades de ensino compartilhadas e interativas, sendo percebida como uma oportunidade para o desenvolvimento de atitudes positivas e maior disponibilidade para o trabalho compartilhado, favorecendo o trabalho colaborativo em equipe e à melhoria da qualidade da atenção à saúde, através do cultivo de plantas olerícolas e medicinais, estimulando atividades terapêuticas, fornecendo alimentos saudáveis e de valores fitoterápicos. Na elaboração da horta houve o desfrute das vantagens práticas e estéticas, garantindo o fácil acesso a valiosas plantas olerícolas e terapêuticas, trazendo a natureza para mais perto, promovendo uma abordagem holística para o cuidado da saúde e do bem-estar geral.

Foram cultivadas um total 632 plantas, entre elas 616 olerícolas, onde se destacaram as espécies: *Lactuca sativa* (Alface, 476 plantas), *Brassica oleracea* var. *italica* (Brócolis, 40 plantas) e *Brassica oleracea* var. *botrytis* (Couve flor, 30 plantas). Entre as 16 plantas medicinais, as espécies que destacaram foram: *Plectranthus barbatus* (Boldo comum, 4 plantas) e *Ocimum basilicum* (Manjerição roxo, 3 plantas). A família botânica olerícola que apresentou maior frequência foi a Asteraceae (476 plantas), seguida da Brassicaceae (100 plantas). Entre as medicinais destacaram-se a família Lamiaceae (11 plantas) e Asteraceae (3 plantas). O órgão das plantas mais utilizado para consumo foi à folha (88,9%) e a forma de preparo mais frequente foi à *in natura* (78,5%).

REFERÊNCIAS

- ALBERTASSE, P. D.; THOMAZ, L. D.; ANDRADE, M. A. Plantas medicinais e seus usos na comunidade da Barra do Jucu, Vila Velha, ES. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v.12, n.3, p. 250-60, 2010.
- ANGIOSPERM PHYLOGENY GROUP. An update of the phylogeny group classification for the orders and families of flowering plants: APG III. **Botanical Journal of the Linnean Society**, v. 161, p. 105-121, 2009.

BALBINOT, S.; VELASQUEZ, P. G.; DUSMAN, E. Reconhecimento e uso de plantas medicinais pelos idosos do Município de Marmeleiro - Paraná. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 15, n. 4, p. 632-638, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Assistência Farmacêutica. Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasília: Ministério da Saúde, 2006a.

BITENCOURT, R. R.; GUARNIERI, J. M.; LUCIANE MARIA PILOTTO, L.M.; SILVA, M. A. S.; CONTRI, R. V. Extensão universitária com plantas medicinais. **Saberes Plurais: Educação na Saúde**, v. 5, n. 1, p. 5 – 11, 2011.

COSTA, J. L. B.; PINTO A. V.; PINTO, A.V.; MEDEIROS, A. A. F. D. Uso de fitoterápicos pela população idosa. Congresso internacional de Envelhecimento Humano, 2017.

FAVELL, D. J. A comparison of the vitamin C content of fresh and frozen vegetables. **Food Chemistry**, v. 62, p. 59 - 64, 1998.

FEIJÓ, E. V. R. S.; PEREIRA, A. S.; SOUZA, L. R.; SILVA, L. A. M.; COSTA, L. C. B. Levantamento preliminar sobre plantas medicinais utilizadas no bairro Salobrinho no município de Ilhéus, Bahia. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 15, n. 4, p. 595-604, 2013.

FERREIRA, S. M. C.; SHIMABUKU JR, R. S. Cartilha informativa - Projeto Plantas medicinais. Itaipu Binacional, 2012.

FILGUEIRA, F. A. R. Novo manual de olericultura: agrotecnologia moderna na produção e comercialização de hortaliças. 3. ed. Viçosa, MG: UFV, 2007.

FORZZA, R. C., LEITMAN, P. M., COSTA, A. F., CARVALHO, A. A., PEIXOTO, A. L., WALTER, B. M. T. Introdução. Lista de Espécies da Flora do Brasil. Rio de Janeiro: Jardim Botânico do Rio de Janeiro; 2010. Disponível em <http://floradobrasil.jbrj.gov.br/2010/>. Acesso em: 12/08/2024.

FREITAS, W. K., PINHEIRO, M. A. S., ABRAHÃO, L. L. F. Análise da Arborização de Quatro Praças no Bairro da Tijuca, RJ, Brasil. **Floresta e Ambiente**, v. 22, n. 1, p. 23-31, 2015.

FRÓÉS, L. (Trad.). **O Jardim e a Mini Horta**. 2. ed. Rio de Janeiro, RJ: Expressão e Cultura, 1986.

GUARIM NETO, G.; AMARAL, C. N. Aspectos etnobotânicos de quintais tradicionais dos moradores de Rosário Oeste, Mato Grosso, Brasil. **Polibotanica**, v. 29, p. 191-212, 2010.

JESUS, N. Z. T., LIMA, J. C. S.; SILVA, R. M.; ESPINOSA, M. M.; MARTINS, D. T. O. Levantamento etnobotânico de plantas popularmente utilizadas como antiúlcera e antiinflamatórias pela comunidade de Pirizal, Nossa Senhora do Livramento-MT, Brasil. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 19, n. 1, p. 130-139, 2009.

LEI PROMULGADA Nº 12.386, de 16 de agosto de 2002. Autoriza o Poder Executivo a criar o Programa Estadual de Fitoterapia e Plantas Medicinais no Estado de Santa Catarina e adota outras providências. Disponível em https://leis.alesc.sc.gov.br/html/2002/12386_2002_lei.html. Acesso em: 12/10/2024.

LIMA, C. M. F.; VERAS, R. Saúde pública e envelhecimento. **Caderno de Saúde Pública**, v. 19. N. 3. P. 700-7001, 2003.

LIPORACCI, H. S. N.; SIMÃO, D. G. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais nos quintais do Bairro Novo Horizonte, Ituiutaba, MG. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 15, n. 4, p. 529-540, 2013.

LOPES, M. A.; NOGUEIRA, I. S.; OBICI, S.; ALBIERO, A. L. M. Estudo das plantas medicinais utilizadas pelos pacientes atendidos no programa “Estratégia saúde da família” em Maringá/PR/Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v.17, n.4, p.702-706, 2015.

LUNN, J. Nutrição e Envelhecimento Saudável. Nutrição em Pauta, v.15, n. 85, p. 1 - 9, jul. 2007. MASSAMBONE, Í. UFGD forma horta caseira como terapia ocupacional para idosos. In: ENCONTRO NACIONAL DOS GRUPOS PET, 11., 2006, Florianópolis. Anais eletrônicos... Florianópolis: UFSC, 2006.

MARINHO, M. G. V.; SILVA, C. C.; ANDRADE, L. H. C. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais em área de caatinga no município de São José de Espinharas, Paraíba, Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v.13, n.2, p.170-182, 2011.

MISSOURI BOTANICAL GARDEN – MOBOT. Explore the beta release of Web TROPICOS. citation on computers documents. Disponível em: <<http://mobot.mobot.org/W3T>>. Acesso em: 20 set. 2024.

OLIVEIRA, E. R.; MININI NETO, L. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais utilizadas pelos moradores do povoado de manejo, Lima Duarte – MG. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 14, n. 2, p. 311-320, 2012.

OLIVEIRA, T. L. Utilização de plantas medicinais por idosos em três bairros do município de Conceição do Almeida - BA. **Journal of Biology & Pharmacy and Agricultural Management**, v. 14, n. 2, 2018.

PEREIRA, A. R. Uso tradicional de plantas medicinais por idosos. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v. 17, n. 3, p. 427-434, 2016.

REHMAN, S.; LATIEF, R.; BHAT, K. A.; KHUROO, M. A.; SHAWL, A. S.; CHANDRA, S. Comparative analysis of the aroma chemicals of *Melissa officinalis* using hydrodistillation and HS-SPME techniques. **Arabian Journal of Chemistry**, v. 10, p.2485-2490, 2017.

ROQUE, A. A.; ROCHA, R. M.; LOIOLA, M. I. B. Uso e diversidade de plantas medicinais da Caatinga na comunidade rural de Laginhas, município de Caicó, Rio

Grande do Norte (nordeste do Brasil). **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 12, n. 1, p. 31-42, 2010.

SANTOS, S. L. F.; ALVES, H. H.; BARROS, K. B. N.; PESSOA, C. V. Uso de plantas medicinais por idosos de uma instituição filantrópica. **Revista Brasileira de Pesquisa em Ciências da Saúde**, v. 4, n. 2, p. 71-75, 2019.

STEPP, J. R.; MOERMAN, D. E. The importance of weeds in ethnopharmacology. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 75, p. 19-23, 2001.

TATAGIBA, S. D.; SOUSA, I. S., OLIVEIRA, A. E. W. Etnobotânica de plantas medicinais na Região de Integração do Rio Tapajós, Comunidade do Bairro Maria Magdalena, Município de Itaituba, Pará, Brasil. **Biota Amazônia**, v. 9, n.4, p. 41-49, 2019.

TATAGIBA, S. D.; SARMENTO, E. C.; BERTHA, I.; PADILHA, A. S.; NACHTIGALL, G. R.; ARAÚJO, R.; HACKBARTH, C. Levantamento quali-quantitativo de indivíduos arbóreos do Instituto Federal Catarinense, Campus Videira. **Scientific Electronic Archives**, v. 16, n. 11, p. 1-11, 2023.

TEIXEIRA, C. F. Promoção e vigilância da saúde no contexto da regionalização da assistência à saúde no SUS. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 18, p. 153-162, 2002.

VÁSQUEZ, S. P. F.; MENDOÇA, M. S.; NODA, S. N. Etnobotânica de plantas medicinais em comunidades ribeirinhas do Município de Manacapuru, Amazonas, Brasil. **Acta Amazonica**, v. 44, n.4, p. 457-472, 2014.

VIDAL, W. N., VIDAL, M. R. R. **Botânica – Organografia – Quadros sinóticos ilustrados de fanerógamas**. 4 Ed. Ver. Ampl. - Viçosa: UFV, 2007. 123p.