



Práticas de cuidado em saúde, medicinas tradicionais e saúde popular no sertão paraibano: uma pesquisa exploratória

Practices of health care, traditional medicines, and popular health in the sertão paraibano: an exploratory research.

SILVA, Kailane; PIMENTEL, Bruna²

¹ Instituto Federal da Paraíba (IFPB) campus Sousa, kailane.silva@academico.ifpb.edu.br; ² Instituto Federal da Paraíba (IFPB) campus Sousa, bruna.t.pimentel@hotmail.com

RESUMO EXPANDIDO TÉCNICO CIENTÍFICO

Eixo Temático: saúde e agroecologia

Resumo: Este estudo investiga a relação entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia no Sertão Paraibano. Com base em depoimentos de moradores locais, observa-se que o uso de plantas medicinais cultivadas em quintais e hortas está intimamente ligado às práticas agroecológicas. A agroecologia resgata conhecimentos populares e promove a manutenção da biodiversidade, enquanto o uso de plantas medicinais é uma prática comum de autocuidado em diversas comunidades. Essa conexão entre cuidado em saúde e agroecologia ocorre principalmente pelo cultivo de ervas e pelo conhecimento dos agricultores sobre as propriedades terapêuticas das plantas nativas. O estudo destaca a importância dessas práticas para promover meios de vida mais saudáveis, valorizando o conhecimento tradicional e contribuindo para a conservação do meio ambiente. Ao compreender melhor essa relação, busca-se fortalecer políticas e práticas de saúde alinhadas com os princípios da agroecologia, valorizando as práticas tradicionais de cuidado em saúde e promovendo a sustentabilidade nas comunidades do Sertão Paraibano.

Palavras-chave: práticas tradicionais de cuidado em saúde; agroecologia; plantas medicinais; sertão paraibano.

Introdução

A relação entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia tem sido cada vez mais explorada como uma abordagem integrada para promover a saúde sustentável nas comunidades. No contexto do Sertão Paraibano, essa conexão é particularmente relevante, dada a importância das práticas ancestrais e do conhecimento tradicional no cuidado com a saúde e a busca por meios de vida mais saudáveis. Nas comunidades do Sertão Paraibano, as práticas tradicionais de cuidado em saúde têm sido transmitidas ao longo das gerações, com destaque para o uso de plantas medicinais cultivadas em quintais e hortas familiares (SARMENTO ET AL, 2015). Essas plantas são valorizadas por suas propriedades terapêuticas e são utilizadas para tratar uma variedade de condições de saúde, desde gripes e resfriados até problemas digestivos e dores.

Ao mesmo tempo, a agroecologia tem ganhado espaço nessas comunidades, promovendo o cultivo de plantas sem o uso de agrotóxicos e a adoção de práticas



agrícolas que respeitam os ciclos naturais e a saúde do solo. Nesse contexto, a interação entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia apresenta um potencial significativo.

Com o objetivo investigar a relação entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia no Sertão Paraibano. E compreender como o uso de plantas medicinais cultivadas em quintais e hortas está relacionado às práticas agroecológicas. Neste estudo, exploramos as conexões e potencialidades entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia no Sertão Paraibano. Ao aprofundar nosso conhecimento sobre essa relação, esperamos contribuir para a valorização e preservação das práticas tradicionais de cuidado em saúde, promovendo sua integração com abordagens agroecológicas e incentivando políticas e práticas de saúde que estejam alinhadas com os princípios da agroecologia.

Metodologia

Nazarezinho é um município que está situado a oeste na depressão do alto sertão do estado da Paraíba, na região Nordeste do Brasil. Pertence à microrregião de Sousa e está situado a aproximadamente 400 km da capital do estado, João Pessoa. Caracterizada por um clima semiárido e vegetação predominante de caatinga. A região é conhecida por suas paisagens áridas e a presença de cactos, adaptados às condições climáticas adversas.

Sua economia é baseada principalmente na agricultura familiar, pecuária e na produção de leite. A cidade é marcada pela cultura e tradições populares, com destaque para festividades religiosas, como a festa de Nossa Senhora de Nazaré, padroeira da cidade, celebrada anualmente em setembro.

Em termos de infraestrutura, Nazarezinho conta com serviços básicos como saúde e educação. As pessoas da região têm acesso aos serviços de saúde por meio de Unidades Básicas de Saúde (UBS) e hospitais localizados nas cidades vizinhas.

O estudo foi realizado com uma membra da comunidade rural de Nazarezinho, ela tem uma profunda conexão com a terra e as tradições da região. Suas experiências e práticas são moldadas pelo contexto cultural em que vive.

Como uma mulher negra, que se identifica como "parda", sua educação formal limitada não afeta sua sabedoria e compreensão das práticas de cuidado em saúde, medicinas tradicionais e saúde popular. Pelo contrário, ela confia plenamente no conhecimento transmitido por gerações, especialmente por sua mãe, para cuidar de sua saúde e bem-estar. Essa conexão com suas raízes culturais e saberes ancestrais fortalece sua confiança e autonomia na busca por uma vida saudável.



Gil (2008), em suas obras sobre metodologia de pesquisa social, aborda o estudo de caso como uma abordagem valiosa para explorar, descrever e explicar fenômenos sociais. Sua contribuição amplia o conhecimento e a compreensão do uso dessa abordagem no contexto brasileiro, auxiliando pesquisadores a realizar estudos de caso de forma eficaz e significativa.

O estudo de caso pode ser aplicado tanto em pesquisas exploratórias, que buscam compreender fenômenos pouco estudados ou desconhecidos, quanto em pesquisas descritivas e explicativas (GIL, 2008). A pesquisa atrelou o estudo de caso com a pesquisa exploratória e baseou-se em uma entrevista realizada com a participante selecionada, utilizando uma abordagem qualitativa. Os dados foram coletados por meio de entrevista semiestruturada, permitindo que a entrevistada compartilhasse suas percepções, experiências e conhecimentos sobre as práticas de cuidado em saúde e medicinas tradicionais. Os resultados foram apresentados e dialogados com referências que enriquecem o debate.

Resultados e Discussão

Este estudo apresenta a experiência de uma mulher de 40 anos, residente na zona rural de Nazarezinho, Paraíba, no contexto das práticas de cuidado em saúde, medicinas tradicionais e saúde popular. A entrevistada descreveu sua percepção de saúde como estar bem física e mentalmente, com disposição para realizar suas atividades diárias. Ela compartilhou que aprendeu a cuidar de sua saúde com sua mãe, que buscava formas de cuidado mesmo em situações financeiras limitadas. De acordo com a entrevistada: “[aprendi] Com minha mãe, desde pequena por ter muitos irmãos e condições financeiras não muito boas naquela época, ela sempre buscou cuidar da gente e nos auxiliar a fazer isso”.

A reflexão trazida por essa afirmação nos faz ponderar que a realidade das mulheres no sertão não é tão distinta daquelas de outros grupos sociais. As mulheres desempenham um papel fundamental na sobrevivência de seus filhos e filhas, assumindo a responsabilidade de transmitir seus conhecimentos. Podemos observar essa dinâmica em diferentes contextos, inclusive nas comunidades de matriz africana abordadas por Coutinho (2001), onde as mulheres têm um protagonismo semelhante na transmissão de saberes.

De acordo com Gomes (2020), os ofícios tradicionais de cuidado em saúde, fundamentados no conhecimento tradicional e no uso de plantas medicinais, são predominantemente realizados por mulheres, que assumem múltiplos papéis, desde o cuidado com a casa, os filhos e o cultivo de quintais e hortas. As atividades agrícolas conduzidas pelas mulheres são frequentemente desvalorizadas e negligenciadas, pois muitas vezes são trabalhos não remunerados, com o objetivo principal de assegurar a soberania alimentar da família ou até mesmo de medicamentos naturais de baixo ou zero custo.



A entrevistada mencionou a importância de uma alimentação saudável e o uso de plantas medicinais como parte de suas práticas de cuidado em saúde. Quanto às medicinas tradicionais utilizadas em sua comunidade, a entrevistada mencionou o lambedor de malva-verde com hortelã, mel de abelha, alho, limão e diversos chás, como boldo e erva-doce. Ela destacou que muitas dessas plantas são cultivadas em seu próprio quintal, sem o uso de agrotóxicos, há uma preocupação com a qualidade das ervas, tanto no plantio, quanto na manutenção da saúde das plantas.

Planto sim, geralmente no quintal de casa mesmo, não posso dizer uma época certa no ano que faço isso, pois sempre que elas estão esgotando faço a plantação de novas plantas. A escolha geralmente é feita pelas que mais são usadas, assim planto só o necessário para o uso, e quando ocorre delas adoecerem procuro métodos que não utilizem agrotóxicos para curá-las, um exemplo muito utilizado por muitas pessoas é a borra do café, uma solução muito viável e sem custo financeiro (Entrevistada).

A entrevistada ressaltou a confiança nas medicinas tradicionais devido aos seus benefícios para gripes, tosse e problemas intestinais, e enfatizou a escolha dessas práticas em detrimento dos serviços de saúde convencionais, com o objetivo de evitar a dependência de medicamentos e seus possíveis efeitos negativos na imunidade.

Em uma pesquisa realizada por Sarmento e colaboradores/as (2015) sobre plantas medicinais em quintais no sertão paraibano mostrou que foram identificadas 13 espécies de plantas medicinais nos quintais das residências, sendo a Malva a mais predominante. Ainda de acordo com os autores, a plantação em quintais é uma prática comum em comunidades rurais, essa forma de cultivo é importante pois permite o acesso fácil e imediato às plantas medicinais, sem a necessidade de deslocamento para buscar remédios em farmácias ou mercados. Além disso, o cultivo em quintais promove a autonomia das famílias, reduzindo a dependência de produtos alopáticos e incentivando o uso de remédios naturais. Essa prática também contribui para a preservação do conhecimento tradicional sobre as plantas medicinais, passado de geração em geração, e para a conservação da biodiversidade local.

A conexão entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia foi discutida pela entrevistada. Ela destacou o cultivo de plantas medicinais sem agrotóxicos como uma forma de integrar práticas sustentáveis ao cuidado em saúde. A participante também mencionou que a agroecologia está presente em diversas esferas de sua vida, promovendo meios de vida mais saudáveis e resilientes.

Estão muito relacionadas, porque muitas vezes ao serem plantadas em casa essas plantas que são utilizadas para cuidado à saúde não são feitos o uso de agrotóxicos e venenos, as tornando cada vez mais saudáveis e gerando bem para o meio ambiente e para as pessoas que irão usá-las. Além disso, a agroecologia está em toda parte quando buscamos meios de vida mais saudáveis.



De acordo com as autoras, Navolar, Amaral e Souza (2010), o uso de práticas naturais de saúde, especialmente o uso de plantas medicinais, está fortemente relacionado à prática da agricultura ecológica. Acredita-se que essa conexão ocorra devido ao enfoque da agroecologia no resgate do conhecimento popular e na preservação da biodiversidade, através do cultivo de ervas e do conhecimento dos agricultores sobre as propriedades terapêuticas das plantas nativas. O uso de plantas medicinais é uma forma comum de autocuidado realizada por diversos grupos sociais na América Latina.

Nazarezinho, assim como outras cidades do Sertão Paraibano, enfrenta desafios relacionados à escassez de água, especialmente durante os períodos de seca, à falta de oportunidades econômicas e dificuldade de acesso a saúde, principalmente do que se refere a especialidades médicas mais complexas. Então cuidar da saúde previamente e tratar sintomas ou doenças com o que planta é uma prática comum e ancestral. Apesar dos desafios enfrentados, o sertão paraibano é uma região rica em história, cultura e tradições.

Conclusões

No sertão paraibano, as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia estão interligadas de maneira significativa. A entrevistada destacou o uso de plantas medicinais cultivadas sem agrotóxicos como uma forma de integrar práticas sustentáveis ao cuidado em saúde. Ela ressaltou a confiança nas medicinas tradicionais, utilizando-as para tratar gripes, tosse e problemas intestinais, preferindo-as aos serviços de saúde convencionais para evitar a dependência de medicamentos e seus possíveis efeitos negativos na imunidade.

Segundo Sarmento e colaboradores/as (2015), em um estudo sobre plantas medicinais em quintais no sertão paraibano, foi constatado que a plantação de plantas medicinais nos quintais é uma prática comum nas comunidades rurais. Essa prática facilita o acesso imediato a essas plantas, sem a necessidade de deslocamento para buscar remédios em farmácias ou mercados, promovendo a autonomia das famílias e incentivando o uso de remédios naturais. Além disso, o cultivo em quintais contribui para a preservação do conhecimento tradicional sobre as plantas medicinais e para a conservação da biodiversidade local.

A conexão entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia é enfatizada pela entrevistada, que destaca como o cultivo de plantas medicinais sem agrotóxicos promove práticas sustentáveis de cuidado em saúde. A agroecologia está presente em diferentes aspectos de sua vida, proporcionando meios de vida mais saudáveis e resilientes.

A interligação entre as práticas tradicionais de cuidado em saúde, o uso de plantas medicinais e a agroecologia é um reflexo da valorização do conhecimento popular, da busca pela sustentabilidade ambiental e do fortalecimento das práticas de



cuidado em saúde nas comunidades do sertão paraibano. Essa integração demonstra a importância de resgatar e preservar os saberes ancestrais, promovendo a saúde comunitária e fortalecendo o empoderamento das comunidades.

Apesar dos desafios enfrentados no sertão paraibano, como a escassez de água e a falta de oportunidades econômicas e acesso à saúde, as práticas tradicionais de cuidado em saúde e a agroecologia representam uma forma resiliente e adaptativa de enfrentar essas adversidades. O sertão paraibano é uma região rica em história, cultura e tradições, onde a sabedoria ancestral e a relação sustentável com a natureza desempenham um papel fundamental na busca por uma vida saudável e equilibrada.

Referências bibliográficas

COUTINHO, Andrea Lima Duarte. “A bênção, mãe”: matripotência, transformação e os sentidos da agroecologia enquanto ciência ancestral. **Cadernos de Agroecologia**, v. 16, n. 1, 2021.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, Laura Barroso. Medicina tradicional: saberes e práticas ancestrais na região metropolitana de Belo Horizonte. **Cadernos de Agroecologia**, v. 15, n. 3, p. 1-10, 2020.

NAVOLAR, Thaisa Santos; DO AMARAL RIGON, Silvia; DE SOUZA PHILIPPI, Jane Maria. Diálogo entre agroecologia e promoção da saúde. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 23, n. 1, p. 69-79, 2010.

SARMENTO, M. I.; AUGUSTO, J.; VALE, K. S.; NÓBREGA, E. P. Plantas medicinais em quintais e suas utilidades no sertão paraibano. **Cadernos de Agroecologia**, v. 10, n. 2, 2015.