



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO  
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

THALITA COSTA DE CASTRO

**O USO DE FITOTERÁPICOS POR ESTUDANTES: uma revisão integrativa da  
literatura**

ICÓ – CE  
2025

THALITA COSTA DE CASTRO

**O USO DE FITOTERÁPICOS POR ESTUDANTES: uma revisão integrativa da literatura**

Monografia submetida à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II (TCC11) do Curso de Bacharelado em enfermagem do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), a ser apresentado como requisito para obtenção de nota.

**Orientador:** Prof. Ms. Cleciana Alves Cruz

THALITA COSTA DE CASTRO

**O USO DE FITOTERÁPICOS POR ESTUDANTES: uma revisão integrativa da literatura**

Monografia submetida à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II (TCC1I) do Curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), a ser apresentado como requisito para obtenção de nota.

Aprovado em \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA:**

---

**Prof.<sup>a</sup> Ms. Cleciana Alves Cruz**  
Centro Universitário Vale do Salgado  
Orientadora

---

**Prof. Dr. Josué Barros Júnior**  
Centro Universitário Vale do Salgado  
1º Examinador

---

**Prof.<sup>a</sup> Ms. Lucenir Mendes Furtado Medeiros**  
Centro Universitário Vale do Salgado  
2º Examinadora

## DEDICATÓRIA

Dedico esta monografia aos meus pais, Rita de Cássia da Silva Costa e Francisco Wagner de Castro Medeiros, por todo amor, sacrifício e apoio incondicional ao longo da minha jornada. Por acreditarem em mim mesmo nos momentos mais desafiadores e por me ensinarem, com seu exemplo de força e dedicação, que o conhecimento é o caminho para a realização dos sonhos.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me conceder força, sabedoria e perseverança para concluir mais esta etapa da minha vida, iluminando meus caminhos e fortalecendo minha fé em todos os momentos.

À minha mãe, Rita de Cássia da Silva Costa, pelo amor incondicional, apoio constante e incentivo diário, que sempre foram o alicerce da minha trajetória. Ao meu pai, Francisco Wagner de Castro Medeiros, por toda dedicação, exemplo de esforço e confiança depositada em mim.

À minha irmã, Ludmylla Castro Santana, pela amizade, paciência e companheirismo durante toda essa jornada.

Ao meu padrinho, Ronaldo da Silva Costa, e à minha tia, Maria Stella da Silva Costa, pelo carinho, presença e por sempre acreditarem no meu potencial.

Agradeço, de forma especial, à minha orientadora Cleciana Alves Cruz, pela orientação cuidadosa, pela disponibilidade em compartilhar seus conhecimentos e pela contribuição essencial para o desenvolvimento deste trabalho.

Estendo meus agradecimentos a todos os professores que fizeram parte da minha formação acadêmica, pelos ensinamentos transmitidos e pelo compromisso com a educação.

Por fim, agradeço a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização da minha graduação, oferecendo apoio, incentivo e palavras de encorajamento ao longo dessa caminhada.

## EPÍGRAFE

“O Senhor é quem vai adiante de ti; Ele será contigo, não te deixará nem te desampará.”  
— Deuteronômio 31:8

## RESUMO

CASTRO, T. C. **O USO DE FITOTERÁPICOS POR ESTUDANTES: uma revisão integrativa da literatura** (Projeto de Monografia). 43 f. Curso Bacharelado em Enfermagem, Centro Universitário Vale do Salgado, Icó-Ce, 2025.

**INTRODUÇÃO:** A fitoterapia constitui uma prática terapêutica baseada no uso de plantas medicinais para prevenção, tratamento e alívio de diferentes condições de saúde, sendo amplamente utilizada tanto na população em geral quanto por estudantes. O interesse por esse tema decorre da crescente valorização de abordagens complementares e integrativas no cuidado em saúde, além da influência da cultura, tradição e conhecimento popular na escolha dos fitoterápicos. **OBJETIVO:** Compreender, por meio de uma revisão integrativa da literatura, o uso de fitoterápicos por estudantes. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura de natureza qualitativa, realizada a partir de busca em bases de dados científicas, incluindo BVS, LILACS, MEDLINE, BDNF e SCIELO, utilizando descritores em Ciências da Saúde como “fitoterapia”, “terapias complementares” e “estudantes”. Foram incluídos estudos publicados entre 2020 e 2025, disponíveis em texto completo e escritos em português, abrangendo pesquisas qualitativas, quantitativas e relatos de experiência. Os dados foram organizados em tabela contendo informações sobre autores, ano, tipo de estudo, objetivos, fitoterápicos citados e indicações de uso. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os estudos revelaram que os estudantes utilizam uma diversidade de fitoterápicos, predominando camomila, hortelã, erva-doce, gengibre, babosa, valeriana, chá-verde, alho e açafrão. As indicações mais comuns incluem alívio de sintomas leves como ansiedade, distúrbios digestivos, insônia, fadiga e reforço imunológico. Observou-se que o uso segue práticas culturais e familiares, mesmo entre estudantes da saúde, ocorrendo frequentemente de forma empírica, sem orientação profissional ou conhecimento sobre dosagens e possíveis interações medicamentosas. A escolha dos fitoterápicos é fortemente influenciada pela tradição e disponibilidade regional, refletindo a continuidade de saberes populares. Lacunas no conhecimento formal evidenciam a necessidade de integrar ensino acadêmico e saber popular. Embora os estudantes reconheçam a importância da fitoterapia, sua aplicação prática ainda é limitada e pode envolver riscos, reforçando a necessidade de educação em saúde, protocolos clínicos e orientação profissional para uso seguro. **CONCLUSÃO:** O uso de fitoterápicos por estudantes é culturalmente enraizado, recorrente e com potencial terapêutico, mas requer maior fundamentação científica e educativa. Recomenda-se a inclusão de conteúdos sobre fitoterapia nos currículos da área da saúde e campanhas educativas para promover a integração entre saber popular e prática clínica segura, efetiva e culturalmente sensível.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fitoterapia; Terapias Complementares; Estudantes.

## ABSTRACT

CASTRO, T. C. *THE USE OF HERBAL MEDICINES BY STUDENTS: an integrative literature review* (Undergraduate Thesis Project). 43 pages. Bachelor's Degree in Nursing, Centro Universitário Vale do Salgado, Icó-CE, 2025.

**INTRODUCTION:** Phytotherapy is a therapeutic practice based on the use of medicinal plants for the prevention, treatment, and relief of various health conditions. It is widely used both by the general population and by students. The growing interest in this topic arises from the increasing appreciation of complementary and integrative approaches in health care, as well as the influence of culture, tradition, and popular knowledge on the choice of herbal medicines. **OBJECTIVE:** To understand, through an integrative literature review, the use of herbal medicines by students. **METHODOLOGY:** This is a qualitative Integrative Literature Review conducted through searches in scientific databases, including BVS, LILACS, MEDLINE, BDNF, and SCIELO, using Health Sciences Descriptors such as “phytotherapy,” “complementary therapies,” and “students.” Studies published between 2020 and 2025, available in full text and written in Portuguese, were included, encompassing qualitative, quantitative, and experience-based research. The data were organized in a table containing information on authors, year, type of study, objectives, cited herbal medicines, and indications of use. **RESULTS AND DISCUSSION:** The studies revealed that students use a variety of herbal medicines, most frequently chamomile, mint, fennel, ginger, aloe vera, valerian, green tea, garlic, and turmeric. The most common indications included the relief of mild symptoms such as anxiety, digestive disorders, insomnia, fatigue, and immune support. It was observed that use often follows cultural and family practices, even among health students, occurring empirically without professional guidance or awareness of dosages and possible drug interactions. The choice of herbal medicines is strongly influenced by tradition and regional availability, reflecting the continuity of traditional knowledge. Gaps in formal knowledge highlight the need to integrate academic education with traditional wisdom. Although students recognize the importance of phytotherapy, its practical application remains limited and may involve risks, reinforcing the need for health education, clinical protocols, and professional guidance to ensure safe use. **CONCLUSION:** The use of herbal medicines by students is culturally rooted, frequent, and has therapeutic potential but requires stronger scientific and educational foundations. It is recommended that content on phytotherapy be included in health-related curricula and that educational campaigns be promoted to encourage the integration of traditional knowledge with safe, effective, and culturally sensitive clinical practice.

**KEYWORDS:** Phytotherapy; Complementary Therapies; Students.

## LISTA DE QUADROS E ILUSTRAÇÕES

<b>QUADRO 1</b> – Etapas da Revisão Integrativa de Literatura.....	22
<b>QUADRO 2</b> – Descritores do DeCS para os componentes da pergunta norteadora.....	23
<b>FIGURA 1</b> – Fluxograma de identificação e seleção dos artigos que emergiram da busca tematizada.....	25
<b>QUADRO 3</b> – Categorização dos artigos incluídos mediante a código de identificação, autor/ano, título, tipo de estudo, objetivo e resultados. Icó, Ceará, Brasil, 2025.....	26

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

<b>ATM</b>	Articulação Temporomandibular
<b>CNS</b>	Conselho Nacional de Saúde
<b>IBGE</b>	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
<b>MTCI</b>	Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas
<b>MT/MCA</b>	Medicina Tradicional e Complementar/Alternativa
<b>OMS</b>	Organização Mundial da Saúde
<b>PICS</b>	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
<b>PIC</b>	Práticas Integrativas e Complementares
<b>PNPIC</b>	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
<b>PNPMF</b>	Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
<b>RAS</b>	Rede de Atenção à Saúde
<b>RENAME</b>	Relação Nacional de Medicamentos Essenciais
<b>SUS</b>	Sistema Único de Saúde
<b>UNIVS</b>	Centro Universitário Vale do Salgado

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>11</b>
<b>2 OBJETIVOS .....</b>	<b>13</b>
2.1 OBJETIVO GERAL.....	13
<b>3 REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>14</b>
3.1 ASPECTOS GERAIS DAS TERAPIAS INTEGRATIVAS .....	14
3.2 POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES ..	15
3.3 PLANTAS MEDICINAIS NO CUIDADO DE SAÚDE.....	21
<b>4 METODOLOGIA.....</b>	<b>24</b>
4.1 TIPO DE ESTUDO .....	24
4.2 ABORDAGEM DA PESQUISA .....	25
4.3 CENÁRIO E LOCAL DA PESQUISA.....	26
4.4 PERÍODO DE COLETA DE DADOS.....	26
4.5 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO .....	26
4.6 CATEGORIZAÇÃO E ANÁLISE DOS ESTUDOS.....	26
<b>5 RESULTADOS .....</b>	<b>28</b>
<b>6 DISCUSSÃO .....</b>	<b>32</b>
6.1 TIPOS DE FITOTERÁPICOS UTILIZADOS POR ESTUDANTES.....	32
6.2 INDICAÇÕES DE USO DOS FITOTERÁPICOS POR ESTUDANTES .....	35
<b>7 CONCLUSÃO.....</b>	<b>38</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>39</b>
<b>APÊNDICES .....</b>	<b>43</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A fitoterapia é uma abordagem terapêutica baseada no uso de plantas medicinais em diversas formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, mesmo que de origem vegetal. Ao longo dos anos, esses produtos vegetais serviram como base para o tratamento de diversas doenças. O uso de fitoterápicos tem crescido significativamente em várias partes do mundo, sendo apresentado nas formas: planta fresca (in natura), Planta seca (droga vegetal), Fitoterápico manipulado e fitoterápico industrializado (Brasil, 2022).

O uso de plantas para tratamento, cura e prevenção de doenças é uma das formas mais antigas de terapia. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), entre 65% e 80% da população de países em desenvolvimento depende das plantas medicinais como principal recurso para os cuidados básicos de saúde. O conhecimento popular sobre o uso e a eficácia dessas plantas na medicina alopática reforça a adoção dos fitoterápicos, validando informações terapêuticas acumuladas ao longo dos séculos (Carvalho; Leite; Costa, 2021).

Corroborando com esse pensamento, a cultura, a tradição de uso e a ampla biodiversidade do Brasil justificam uma alta demanda pela fitoterapia nos cuidados de saúde. Estima-se que cerca de 82% da população brasileira utiliza produtos seletivos e à base de plantas medicinais. Esse dado reforça a estimativa da OMS (Silva et al., 2022).

No âmbito da Política Nacional de Assistência Farmacêutica e do SUS, a Farmácia Viva engloba todas as etapas do processo, desde o cultivo e coleta de plantas medicinais até o armazenamento, processamento, manipulação e dispensação de manuais e oficinais de fitoterápicos. Considerando que a maioria dos programas de fitoterapia no Brasil segue esse modelo, o Ministério da Saúde oficializou a Farmácia Viva no Sistema Único de Saúde (SUS) em abril de 2010 (Brasil, 2024).

A Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME) é um instrumento fundamental para orientar o uso de medicamentos e insumos no SUS. Atualizada a cada dois anos, a RENAME 2024 reúne os medicamentos disponíveis no SUS em todos os níveis de atenção, organizados conforme as responsabilidades de financiamento. Essa estruturação garante a transparência no acesso e reforça a importância do Uso Racional de Medicamentos (Brasil, 2024).

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são abordagens terapêuticas externas para a prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde, destacando a escuta acolhedora, a construção de vínculos terapêuticos e a conexão entre o ser humano, o meio ambiente e a sociedade (Brasil, 2024). As PICS fazem parte das Medicinas

Tradicionais, Complementares e Integrativas (MTCI), conforme a classificação da OMS. Esses recursos terapêuticos fortalecem o cuidado oferecido no SUS, promovendo a autonomia e o autocuidado da população (Carvalho; Baiense, 2023).

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS foi aprovada no Brasil pelo Ministério da Saúde em 3 de maio de 2006, por meio da Portaria GM nº 971. Essa política inclui a fitoterapia entre suas diretrizes. Posteriormente, em 22 de junho de 2006, com base na PNPIC, o Presidente da República sancionou o Decreto nº 5.813, instituindo a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), cujo objetivo principal é garantir à população brasileira o acesso seguro e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos (Silva et al., 2020). Diante desse cenário, formulou-se a seguinte questão norteadora: Como ocorre o uso de fitoterápicos por estudantes?

Com o avanço da indústria farmacêutica, houve uma redução temporária no uso de plantas medicinais. No entanto, nas últimas décadas, esse cenário tem sido modificado, impulsionado pela compreensão das limitações dos medicamentos ocasionais na resolução dos problemas de saúde e pelo alto número de efeitos adversos associados ao seu uso. Esse contexto levou muitos pacientes a buscar alternativas terapêuticas menos agressivas e abordagens de cuidado mais holísticas (Soares et al., 2020).

O interesse por este tema surgiu a partir da vivência acadêmica e profissional, onde foi possível observar o crescente uso da fitoterapia tanto na prática clínica quanto em estudos científicos, além de seu destaque como terapêutica complementar no SUS, especialmente por meio da PNPMF. Apesar dos avanços, ainda persistem barreiras relacionadas ao acesso, à resistência de profissionais e pacientes, e à escassez de evidências científicas que sustentem seu uso seguro e eficaz.

O presente estudo reflete na importância da fitoterapia como prática integrativa no cuidado à saúde reforçando a necessidade de ampliar a investigação da fitoterapia, incentivando na formação profissional voltada para essa área. Assim, possibilitando a produção de conhecimento científico que sustente sua aplicação na prática clínica. E, dessa forma podendo oferecer a comunidade um atendimento mais holístico e de baixo custo, valorizando seus benefícios e a cultura na utilização de fitoterápicos de forma adequada.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

- Compreender, por meio de uma revisão integrativa da literatura, o uso de fitoterápicos por estudantes.

### 3 REFERENCIAL TEÓRICO

#### 3.1 ASPECTOS GERAIS DAS TERAPIAS INTEGRATIVAS

O campo das Práticas Integrativas e Complementares (PPC) abrange sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos, também reconhecidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como medicina tradicional e complementar/alternativa (MT/MCA) (OMS, 2002). Esses sistemas e recursos se baseiam em abordagens que visam estimular os mecanismos naturais de prevenção de doenças e recuperação da saúde, utilizando tecnologias comprovadamente seguras e eficazes (Brasil, 2006).

Dão ênfase à escuta acolhedora, ao fortalecimento do vínculo terapêutico e à integração do indivíduo com o ambiente e a sociedade. Entre os aspectos comuns das diversas abordagens presentes nesse campo, destacam-se a compreensão ampliada do processo saúde-doença e a valorização do cuidado humano integral, com foco especial no autocuidado (Brasil, 2024).

No final da década de 1970, a OMS criou o Programa de Medicina Tradicional, com o propósito de elaborar políticas voltadas a essa área. Desde então, por meio de diversos comunicados e resoluções, a organização tem reafirmado seu compromisso em apoiar os Estados-membros na criação e implementação de políticas públicas voltadas ao uso racional e à integração da MT/MCA nos sistemas nacionais de saúde (Brasil, 2006).

A realização de pesquisas científicas tem sido essencial para aprofundar o conhecimento sobre a segurança, a eficácia e a qualidade dessas práticas. O documento “Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2002–2005” reforça a importância do desenvolvimento desses fundamentos (Brasil, 2006)

No Brasil, o reconhecimento e a incorporação institucional dessas abordagens de cuidado em saúde tiveram início na década de 1980, especialmente após a criação do SUS. Com a descentralização e o fortalecimento da participação popular, estados e municípios passaram a ter maior autonomia na formulação de suas políticas e ações em saúde, possibilitando a implementação de experiências inovadoras pioneiras (Brasil, 2015).

Os objetivos incluem Integrar e aplicar a Política de Práticas Corporais (PPC) no Sistema Único de Saúde (SUS), considerando a prevenção de agravos e a promoção e recuperação da saúde, com foco na atenção básica, direcionada ao cuidado contínuo, integral e humanizado (Brasil, 2024).

Visa também colaborar para a ampliação da capacidade de resolução do sistema e o aumento do acesso às práticas, assegurando qualidade, segurança, eficácia e eficiência em sua utilização. Além disso, propõe-se incentivar a racionalização das ações de saúde por meio do fomento a iniciativas inovadoras e com impacto social positivo, que contribuam para o desenvolvimento sustentável das comunidades (Brasil, 2015).

Por fim, busca-se fortalecer as ações de controle e participação social, estimulando o envolvimento ativo, responsável e permanente de usuários, gestores e profissionais nas diferentes esferas de implementação das políticas de saúde (Brasil, 2006).

Entre as principais diretrizes, destacam-se: a organização e o fortalecimento da oferta de PIC no SUS, a elaboração de estratégias voltadas à qualificação dos profissionais do SUS em PIC, respeitando os princípios da educação permanente; a disseminação de informações essenciais sobre as PIC entre profissionais de saúde, gestores e usuários, valorizando metodologias participativas, bem como os saberes populares e tradicionais (Brasil, 2015).

Também se evidencia o incentivo à articulação intersetorial, com o objetivo de estabelecer parcerias que favoreçam o desenvolvimento integral das ações; o fortalecimento da participação social; a garantia do fornecimento de medicamentos homeopáticos e fitoterápicos, com foco na ampliação da produção pública e na adequação da assistência farmacêutica conforme a regulamentação sanitária; e o acesso assegurado a outros insumos estratégicos da PNPIC, com garantia de qualidade e segurança (Brasil, 2024).

Além disso, contempla-se o fomento à pesquisa em PIC, voltada à qualificação do cuidado em saúde por meio da avaliação de sua eficiência, eficácia, efetividade e segurança; o desenvolvimento de ações de monitoramento e avaliação para subsidiar a gestão; a promoção da cooperação nacional e internacional nas áreas de atenção, educação e pesquisa; e, por fim, o acompanhamento da qualidade dos fitoterápicos por meio do Sistema Nacional de Vigilância Sanitária (Brasil, 2015).

### 3.2 POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

As PICS, que integram a PNPIC, fundamentam-se em abordagens que priorizam o cuidado integral, o fortalecimento do vínculo terapêutico e a promoção do autocuidado. Essas práticas se baseiam em saberes tradicionais e culturais, frequentemente milenares, voltados à promoção da saúde, prevenção de enfermidades e como forma de tratamento complementar (Brasil, 2024).

A PNPIC foi criada em 2006 com o reconhecimento de cinco práticas iniciais: Homeopatia, Fitoterapia/Plantas Medicinais, Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura, Terapias Manuais (como a quiropraxia e a osteopatia) e Termalismo Social/Crenoterapia. Desde então, esse número aumentou e, atualmente, a política contempla oficialmente mais de 30 práticas integrativas (Brasil, 2006).

Assim, compreendem uma ampla diversidade de abordagens terapêuticas, entre as quais se destacam: Apiterapia, Aromaterapia, Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Bioenergética, Constelação Familiar, Cromoterapia, Dança Circular, Geoterapia, Hipnoterapia, Imposição de Mãos, Medicina Antroposófica/Antroposofia Aplicada à Saúde, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Ozonioterapia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa, Terapia de Florais e Yoga (Brasil 2017).

Uma das práticas que fazem parte da política referida acima, é a apiterapia, Terapia milenar, já citada por Hipócrates e presente em antigos registros chineses e egípcios, que utiliza produtos oriundos das abelhas, como apitoxina, mel, própolis, geleia real e pólen – com finalidades terapêuticas e para a promoção da saúde (Brasil, 2015).

A Aromaterapia, prática secular que emprega óleos essenciais, extraídos de plantas, com propriedades capazes de restaurar o equilíbrio e promover bem-estar físico e mental. Pode ser usada individual ou coletivamente, sozinha ou em combinação com outras terapias, como florais e cromoterapia. É uma prática adotada por diversos profissionais de saúde – como enfermeiros, psicólogos, fisioterapeutas, médicos, veterinários e terapeutas holísticos – atuando de forma complementar para restabelecer o equilíbrio físico e emocional (Brasil, 2017).

Nesse mesmo sentido, encontra-se a Arteterapia, uma técnica de expressão artística com fins terapêuticos, que conecta os mundos interno e externo por meio da simbologia presente em atividades como pintura, colagem, dança, poesia, teatro, fotografia, música, entre outras. Funciona tanto como processo criativo quanto como ferramenta para análise terapêutica, promovendo saúde física e emocional por meio da arte em contextos individuais ou coletivos (Brasil, 2024).

Outra prática com base tradicional e integrativa é o Ayurveda, Sistema tradicional de saúde indiano, considerado um dos mais antigos do mundo, cujo significado é “ciência da vida”. Baseado na observação e uso de recursos naturais, integra aspectos físicos, mentais, energéticos e espirituais. Avalia o equilíbrio dos elementos éter, ar, fogo, água e terra no organismo e utiliza técnicas como massagens, fitoterapia, alimentação específica, posturas, respiração (pranayamas) e exercícios (mudras). A saúde, segundo o Ayurveda, depende do equilíbrio dos

doshas, nutrição adequada dos tecidos (dhatu), eliminação correta dos resíduos (malas) e bem-estar mental e espiritual (Brasil, 2018).

Complementando essas abordagens integrativas, a Biodança é um método corporal que promove vivências integradoras utilizando música, dança, canto e dinâmicas em grupo para restaurar o equilíbrio emocional e físico, fortalecer os vínculos afetivos e estimular o desenvolvimento humano. Trabalha a coordenação motora, a integração e a comunicação interpessoal por meio do movimento expressivo (Brasil, 2015).

Já a Bioenergética, é uma abordagem que une diagnóstico etiológico e psicoterapia corporal, por meio de exercícios associados à respiração e movimentos. Trabalha a expressão das emoções e a liberação de tensões físicas e emocionais através de práticas em grupo ou individuais, com foco na educação corporal e verbalização dos sentimentos (Brasil, 2024).

A Constelação Familiar é uma terapia de base sistêmica e fenomenológica que busca compreender a origem dos conflitos e sofrimentos trazidos pelo indivíduo, a partir da observação de dinâmicas familiares e relacionais (Brasil, 2017).

No campo das terapias com estímulos visuais, destaca-se a Cromoterapia, método terapêutico que utiliza as cores do espectro solar, como vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta, para reequilibrar os campos físico e energético. As cores são classificadas entre quentes (estimulantes) e frias (calmantes), sendo que o violeta possui a frequência mais elevada, atuando nos níveis mais sutis do ser (Brasil, 2015).

Assim como outras práticas que promovem o coletivo, a Dança Circular, é uma prática ancestral de dança em grupo que utiliza movimentos em roda, cânticos e ritmos tradicionais ou contemporâneos para promover conexão, aprendizagem, igualdade e bem-estar em dimensões física, emocional, mental e social. Inspirada por diferentes culturas do mundo, foi sistematizada por Bernard Wosien a partir de 1976, incentivando respeito à diversidade e à cooperação coletiva (Brasil, 2018).

Já a Geoterapia, envolve o uso terapêutico de elementos naturais como argila, barro, lamas, pedras e cristais, que possuem propriedades químicas e energéticas capazes de auxiliar no tratamento de desequilíbrios físicos e emocionais. Atua também sobre os centros energéticos do corpo, estimulando o contato com o Eu Interior e promovendo vitalidade por meio da energia solar captada pelos elementos utilizados (Brasil, 2015).

Em sequência, a Hipnoterapia constitui um conjunto de técnicas que induzem a estados ampliados de consciência por meio de relaxamento profundo e concentração, permitindo trabalhar condições como medos, fobias, estresse, insônia, depressão e dores crônicas. Também

favorece o autoconhecimento e pode ser associada a outras abordagens terapêuticas (Brasil, 2024).

Por sua vez, a Homeopatia é uma terapia holística baseada nos princípios da Lei dos Semelhantes, da experimentação em indivíduos saudáveis e do uso de substâncias altamente diluídas. enxerga o ser humano como um todo e busca estimular o processo natural de cura do organismo. Os medicamentos homeopáticos estão incluídos na Renama. Seguindo para práticas de energia sutil, a Imposição de Mãos é uma prática tradicional que envolve a transmissão de energia vital (Qi, prana) por meio das mãos com o objetivo de reequilibrar o campo energético e apoiar processos de cura física, mental e espiritual (Brasil, 2018).

Nesse contexto integrativo, também se insere a Medicina Antroposófica/Antroposofia Aplicada à Saúde, uma abordagem que une a medicina convencional com princípios da antroposofia, considerando o ser humano em sua dimensão física, mental e espiritual, através de modelos como trimembração, quadrimembração e análise biográfica. Utiliza terapias específicas como arteterapia, banhos, aplicações externas e aconselhamento biográfico, promovendo a saúde por meio do fortalecimento da individualidade e da fisiologia do paciente, mais do que apenas combater doenças (Brasil, 2017).

Outro sistema tradicional é a Medicina Tradicional Chinesa, Acupuntura, um sistema terapêutico milenar com base nas teorias do yin-yang e dos cinco elementos, que visa harmonizar os aspectos energéticos e orgânicos do indivíduo. Utiliza diagnóstico por meio da anamnese integrativa, pulso, língua, entre outros, e terapias como acupuntura, moxabustão, ventosaterapia, fitoterapia, dietoterapia e práticas corporais/mentais. A OMS recomenda diretrizes para formação profissional nesta abordagem por meio do documento *Benchmarks for Training in Traditional Chinese Medicine* (Brasil, 2015).

Em paralelo, a Meditação é uma prática individual de origem milenar, descrita em diversas culturas tradicionais, que consiste no exercício de focalização da atenção de maneira não analítica ou discriminatória, reduzindo a repetição de pensamentos e promovendo uma reorganização cognitiva. Essa prática gera efeitos positivos no humor e no desempenho mental, além de fortalecer a conexão entre mente, corpo e o ambiente externo. A meditação contribui para ampliar a observação, a concentração e o controle das emoções e do corpo, além de desenvolver a habilidade de lidar com pensamentos e perceber os conteúdos que emergem à consciência. Também favorece o autoconhecimento, o autocuidado e a transformação pessoal, aprimorando as relações interpessoais, sociais e com o meio ambiente, sendo uma ferramenta eficaz na promoção da saúde (Brasil, 2024).

De modo complementar, a Musicoterapia é uma terapia expressiva integrativa realizada individualmente ou em grupo, que se vale da música e/ou de seus elementos, como o som, o ritmo, a melodia e a harmonia, como meio de facilitar e promover comunicação, vínculo, aprendizado, mobilização, expressão e organização, entre outras finalidades terapêuticas importantes. Tem como propósito atender às demandas físicas, emocionais, mentais, espirituais, sociais e cognitivas do indivíduo ou do coletivo (Brasil, 2015).

Também utilizando recursos naturais, a Naturopatia é uma terapia que adota uma visão ampla e multidimensional da vida e dos processos relacionados à saúde e à doença, empregando diversos métodos e recursos naturais no cuidado e atenção à saúde. No campo das terapias manuais, destaca-se a Osteopatia, que aborda a saúde de maneira integral, utilizando técnicas manuais diversas, como manipulação do sistema musculoesquelético (ossos, músculos e articulações), alongamentos, tratamentos de disfunções da articulação temporomandibular (ATM) e mobilização das vísceras, com o intuito de tratar disfunções e promover o equilíbrio do organismo (Brasil, 2018).

Com foco na oxigenação celular, a Ozonioterapia é um tratamento integrativo e complementar caracterizado por ser de baixo custo e reconhecido pela segurança, que faz uso terapêutico de uma mistura de gases como oxigênio e ozônio aplicada por diferentes vias. Essa prática estimula o organismo humano e animal a recuperar sua funcionalidade de forma natural, contribuindo para a melhoria de diversas condições de saúde. É empregada regularmente em áreas como odontologia, neurologia, oncologia, entre outras (Brasil, 2015).

Dando continuidade, temos as Plantas medicinais, Fitoterapia, cujo uso envolve espécies vegetais, cultivadas ou não, utilizadas por diferentes vias ou formas, com efeitos terapêuticos. Devem ser usadas com cautela, devido a possíveis interações, efeitos adversos e contraindicações. A fitoterapia é um tratamento baseado no uso dessas plantas em diferentes formulações farmacêuticas, sem isolar princípios ativos, mesmo que de origem vegetal. Reconhecida como uma terapia integrativa voltada à promoção, proteção e recuperação da saúde, a fitoterapia foi institucionalizada no SUS por meio da PNPIC e da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF) (Brasil, 2017).

No âmbito das práticas quiroterápicas, a Quiropraxia atua no diagnóstico, tratamento e prevenção de alterações mecânicas do sistema neuromusculoesquelético e seus impactos na função do sistema nervoso e na saúde em geral. Dá ênfase a técnicas manuais, como a manipulação articular e dos tecidos moles, com foco em ajustar a coluna vertebral e outras partes do corpo, a fim de corrigir posturas, aliviar dores e favorecer os mecanismos naturais de cura do corpo (Brasil, 2024).

Na mesma linha, a Reflexoterapia é uma prática terapêutica baseada na aplicação de estímulos em áreas reflexas, como os microssistemas e pontos reflexos dos pés, mãos e orelhas, com a finalidade de eliminar toxinas, aliviar dores e promover relaxamento. Parte do princípio de que o corpo é percorrido por meridianos que o dividem em zonas reflexas, principalmente nos pés e mãos, as quais, ao serem massageadas, contribuem para restaurar o equilíbrio e a homeostase nas áreas afetadas. Também conhecida como reflexologia ou terapia reflexa, trabalha com regiões específicas do corpo que representam, energeticamente, o organismo como um todo (Brasil, 2015).

A esse grupo soma-se o Reiki, uma terapia que promove o reequilíbrio energético físico e mental por meio da imposição de mãos, canalizando a energia vital. Tem como objetivo desbloquear áreas onde a energia está estagnada, eliminar toxinas, restaurar o funcionamento celular e harmonizar o fluxo energético (Qi). O Reiki está alinhado com novos paradigmas da saúde, que consideram os aspectos da consciência, do corpo e das emoções (Brasil, 2018).

Voltada ao cuidado infantil, a Shantala é uma terapia de massagem aplicada por pais em bebês e crianças, composta por uma série de movimentos que fortalecem o vínculo afetivo e proporcionam diversos benefícios, como o alongamento dos membros e ativação da circulação. A técnica contribui para a saúde integral ao equilibrar os sistemas imunológico, respiratório, digestivo, circulatório e linfático, além de estimular articulações, musculatura e o desenvolvimento motor – facilitando rolar, sentar, engatinhar e andar. Também reforça vínculos emocionais, confiança, criatividade, equilíbrio físico e emocional (Brasil, 2015).

No campo das práticas coletivas, a Terapia Comunitária Integrativa é uma abordagem terapêutica coletiva realizada em espaços abertos com participação da comunidade, voltada para a construção de redes de apoio social solidárias, promoção da vida e valorização dos recursos e capacidades individuais, familiares e comunitárias. O conhecimento tradicional e as experiências de vida dos participantes são pilares centrais para o fortalecimento de laços sociais, apoio emocional, partilha de experiências e redução do isolamento. Atua como instrumento de autonomia e promoção da saúde (Brasil, 2017).

Já a Terapia de Florais, utiliza essências extraídas de flores para atuar em aspectos mentais e emocionais. A terapia floral de Bach, criada pelo Dr. Edward Bach (1886–1936), é considerada pioneira nesse campo. Existem outros sistemas florais, como os australianos, californianos, de Minas, de Saint Germain, do cerrado, Joel Aleixo, Mystica, do Alaska, e do Hawai (Brasil, 2024).

No universo das águas terapêuticas, o Termalismo social/crenoterapia é uma terapia baseada no uso de águas com propriedades físicas, térmicas, radioativas ou outras, às vezes

aplicadas com estímulos hidromecânicos, como recurso terapêutico. A eficácia do termalismo está ligada à composição química da água – como águas sulfuradas, radioativas, bicarbonatadas ou ferruginosas –, à forma de aplicação (banho, sauna, etc.) e à temperatura. O uso da água como agente de cura remonta a tempos antigos, observando-se inclusive o comportamento dos animais feridos nas cavernas (Brasil, 2015).

Por fim, encerrando esta diversidade de práticas integrativas, temos o Yoga, uma prática corporal e mental de origem oriental que busca integrar corpo e mente, geralmente associada à meditação. Com técnicas específicas como hatha-yoga, mantra-yoga e laya-yoga, originadas de tradições especializadas, trabalha os aspectos físicos, mentais, emocionais, energéticos e espirituais, promovendo a unificação do ser. Entre seus principais benefícios estão: redução do estresse, regulação do sistema nervoso e respiratório, melhora do sono, aumento da vitalidade física e mental, equilíbrio hormonal, fortalecimento do sistema imunológico, além de melhorar a concentração, criatividade e o humor, resultando em melhor qualidade de vida (Brasil, 2017).

### 3.3 PLANTAS MEDICINAIS NO CUIDADO DE SAÚDE

Planta medicinal é aquela que possui substâncias com propriedades terapêuticas presentes em suas partes, como folhas, flores, raízes ou cascas. Essas substâncias exercem efeitos benéficos no organismo humano e são empregadas no tratamento ou alívio de doenças, sintomas ou condições de saúde. O uso de plantas medicinais envolve uma visão ampliada sobre saúde, pois traz outras formas de lidar com o tempo e com a relação entre corpo e vida (Cock et al., 2024).

Ademais, a PNPIC busca ampliar o acesso da população a esses serviços e produtos na Rede de Atenção à Saúde (RAS), garantindo segurança, eficácia e uma abordagem multiprofissional, em conformidade com os princípios e diretrizes do SUS (Brasil, 2024). Por meio de uma abordagem interdisciplinar, as PICS são importantes para um cuidado contínuo, humanizado e integral, ampliando conhecimentos e qualificando profissionais de saúde para garantir uma oferta segura e de qualidade aos usuários do SUS (Sá; Ribeiro; Costa, 2023).

Entre 2017 e 2018, a PNPIC expandiu uma lista de sistemas complexos e recursos terapêuticos reconhecidos, possibilitando sua oferta no SUS além das práticas já contempladas pela política, como plantas medicinais e fitoterapia, medicina antroposófica e termalismo-crenoterapia. A aprovação da PNPIC foi fundamental para dar visibilidade à oferta de serviços de PICS no país, refletida no aumento do número de serviços cadastrados, além de fortalecer o pluralismo terapêutico no SUS (Brasil, 2018).

Com isso, surgem reflexões sobre como os processos de trabalho são conduzidos, especialmente quando se busca garantir a integralidade da atenção à saúde, o que requer a inclusão de conhecimentos e práticas baseados na experiência, valorizando a diversidade de abordagens. Por isso, é essencial refletir sobre as práticas de cuidado, a gestão participativa e a educação popular (Santos et al., 2021).

Desde os tempos pré-históricos, as plantas medicinais têm sido utilizadas no tratamento de ferimentos e doenças, tornando-se importantes aliadas na vida das pessoas. Em algumas redes de atenção à saúde, são disponibilizados recursos terapêuticos aos usuários. As plantas representam uma fonte rica de compostos químicos, tanto orgânicos quanto inorgânicos, com grande potencial de uso humano. Frequentemente, são aplicadas como complemento a tratamentos convencionais, seja por influência de práticas antigas ou por tradições familiares transmitidas ao longo de gerações (Iguinácio et al., 2020).

Atualmente, observa-se um crescimento tanto na recomendação quanto no consumo de plantas medicinais. Esse aumento se deve, entre outros fatores, ao incentivo de políticas públicas, à influência das redes sociais e à busca por finalidades estéticas, como a perda de peso. No entanto, a eficácia e a segurança do uso dessas plantas dependem de diversos fatores, como a correta identificação da espécie, o conhecimento da parte que deve ser utilizada, o modo de preparo, a forma de administração e a dosagem adequada. Esses aspectos unem os saberes tradicionais consolidados ao longo do tempo e os resultados de pesquisas científicas (Patricio et al., 2022).

O material disponível no site da Anvisa também busca desconstruir os preconceitos ainda existentes em relação aos fitoterápicos. Há quem acredite, por exemplo, que as plantas são sempre seguras, não provocam efeitos colaterais e não têm eficácia diante de doenças mais graves. Essa ideia, no entanto, está equivocada. As plantas contêm compostos ativos capazes de tratar diversos problemas de saúde, mas, se utilizadas de forma inadequada, podem sim desencadear reações adversas (Mendonça Neto et al., 2022).

Ainda assim, o uso de plantas medicinais pode causar efeitos indesejados, sobretudo quando feitas combinações impróprias, uso prolongado ou associações com medicamentos convencionais e outros produtos naturais. Por esse motivo, investigações sobre os efeitos benéficos e os possíveis riscos desse uso são estratégias fundamentais para gerar evidências que apoiem ações de promoção da saúde, educação em saúde, o desenvolvimento sustentável, a criação de novos medicamentos e o avanço da indústria farmacêutica (Pedro; Andrade; Pires, 2021).

Nas plantas, muitas vezes existem interações naturais entre substâncias que potencializam seus efeitos positivos, o que pode resultar em benefícios para a saúde. Um exemplo disso é o chá verde e o chá preto, que possuem propriedades antioxidantes e contribuem para a prevenção de doenças cardiovasculares e câncer, entre outras condições (Iguinácio et al., 2020).

Por outro lado, também podem ocorrer interações negativas ou efeitos opostos, que acabam trazendo prejuízos à saúde. Tais situações podem se agravar especialmente quando os usuários não têm conhecimento dos riscos envolvidos. Grupos vulneráveis, como os idosos, cujos organismos funcionam de forma diferente dos adultos jovens, das crianças e das gestantes, devem ser especialmente considerados no momento de avaliar o uso dessas plantas em suas diversas formas (Santos et al., 2021).

As contraindicações para o uso de plantas medicinais envolvem o risco de interações com medicamentos, efeitos tóxicos, reações alérgicas, além da necessidade de cautela em grupos específicos, como gestantes, crianças e pessoas com determinadas condições clínicas. Por isso, é fundamental buscar orientação de um profissional de saúde antes de iniciar o uso de plantas medicinais, especialmente quando já se faz uso de medicamentos ou se possui algum problema de saúde pré-existente. (Cock et al., 2024).

Produtos derivados de plantas medicinais são considerados seguros quando utilizados corretamente. Aqueles que atuam com fitoterapia ou pesquisa, seja orientando, prescrevendo ou buscando novos compostos naturais, como profissionais da saúde, pesquisadores ou curadores, estão comprometidos com o uso responsável, visando alcançar os resultados esperados e evitar reações adversas. O uso seguro envolve diversos fatores, como o modo de preparo, a parte da planta usada, a identificação correta da espécie, o uso por diferentes faixas etárias, a dosagem, o tempo de uso, os efeitos colaterais e as interações com medicamentos convencionais (Mendonça Neto et al., 2022).

Os efeitos colaterais de algumas plantas nem sempre são discutidos ou conhecidos. Há situações em que os usuários desconhecem completamente esses riscos. Em pesquisas realizadas, observou-se que apenas uma pequena parte dos entrevistados sabia da possibilidade de efeitos adversos associados ao uso de plantas medicinais. Esse dado destaca o quanto esse tema ainda é negligenciado pelos usuários e reforça a necessidade de ações educativas por parte dos profissionais da saúde, além de uma maior conscientização entre a população que faz uso dessas práticas (Pedro; Andrade; Pires, 2021).

## 4 METODOLOGIA

### 4.1 TIPO DE ESTUDO

Este trabalho configura-se como uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), de natureza qualitativa. O propósito é oferecer uma perspectiva ampliada sobre o tema, voltada a estudantes, profissionais e demais interessados, promovendo o aprofundamento do conhecimento e estimulando a construção de reflexões, diálogos e debates que possam subsidiar futuras produções acadêmicas na área (Mendes, Silveira, Galvão, 2019).

A revisão integrativa da literatura demanda a elaboração de uma síntese organizada em múltiplos eixos temáticos, permitindo uma visão abrangente do saber acumulado sobre o objeto de estudo. Essa etapa representa um marco inicial na trajetória da produção científica, pois favorece o desenvolvimento de novas abordagens teóricas e a identificação de lacunas que podem ser exploradas em pesquisas subsequentes. Ressalta-se que esse tipo de revisão não se limita à simples compilação de informações, mas exige uma análise crítica e estruturada do conteúdo investigado (Mendes, Silveira, Galvão, 2019).

A RIL começa com a definição do problema e da pergunta de pesquisa. Em seguida, são estabelecidos os critérios de inclusão e exclusão dos estudos. Realiza-se a busca nas bases de dados com descritores específicos. Após isso, os artigos são selecionados por meio da leitura de títulos, resumos e textos completos. Os dados relevantes são extraídos e organizados. Por fim, os resultados são analisados e discutidos com base na literatura científica (Mendes, Silveira, Galvão, 2019).

A abordagem qualitativa, por sua vez, permite captar os significados, sentidos e intenções presentes nas ações, relações e estruturas sociais, compreendendo-as como construções humanas repletas de significados, especialmente quando aplicadas ao campo da saúde (Minayo, 2014).

No caso da revisão integrativa, são seguidas algumas etapas essenciais descritas no quadro a seguir:

**QUADRO 1** – Etapas da Revisão Integrativa de Literatura

<b>ETAPA 1</b>	Identificação do tema e construção da questão norteadora.	Escolha e definição do tema; Definição dos objetivos; Definição dos descritores e Definição das bases de dados.
	Estabelecimento dos critérios de	Uso das bases de dados; Busca dos estudos

<b>ETAPA 2</b>	inclusão e exclusão.	com base nos critérios de inclusão e exclusão e seleção dos estudos.
<b>ETAPA 3</b>	Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados.	Leitura dos títulos e resumos das publicações; Organização dos estudos pré-selecionados e Identificação dos estudos selecionados.
<b>ETAPA 4</b>	Categorização dos estudos selecionados	Categorização e análise das informações e Análise crítica dos estudos selecionados
<b>ETAPA 5</b>	Análise e interpretação dos resultados.	Discussão dos resultados; Proposta de recomendações e Sugestões para futuras pesquisas.
<b>ETAPA 6</b>	Apresentação da revisão integrativa.	Criação de um documento que descreva detalhadamente a revisão e Propostas para estudos futuros.

FONTE: (Mendes, Silveira, Galvão, 2019).

## 4.2 ABORDAGEM DA PESQUISA

Para construir a pergunta norteadora, utilizou-se a estratégica PVO (P - população, cenário e/ou situação problema; V - variáveis; O - desfecho). Para tal, foi considerado a estrutura P: Estudantes; V: Fitoterápicos; O: Terapias Complementares.

*Population, Variables and Outcomes* (PVO) foi a estratégia utilizada para auxiliar a selecionar os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) que melhor se encaixam com a pergunta: Como ocorre o uso de fitoterápicos por estudantes?

Foram escolhidos os Descritores em Ciências da Saúde e teve como base a seguinte questão: Como ocorre o uso de fitoterápicos por estudantes?

**Quadro 2** – Descritores do DeCS para os componentes da pergunta norteadora.

<b>Itens da Estratégia</b>	<b>Componentes</b>	<b>Descritores de Assunto</b>
<i>Population</i>	Acadêmicos	Estudantes
<i>Variable</i>	Uso de fitoterápicos	Fitoterápico
<i>Outcomes</i>	Práticas de cuidado / adesão	Terapias Complementares

Fonte: Dados da Pesquisa, 2025.

#### 4.3 CENÁRIO E LOCAL DA PESQUISA

A coleta de dados foi realizada de maneira pareada por meio de pesquisa nas seguintes bases de dados científicas: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), incluindo as bases a Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), o Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Latino-Americana (MEDLINE), a Base de Dados de Enfermagem (BDENF) e a Biblioteca Eletrônica Científica Online (SCIELO).

Para realização das buscas foram utilizadas os seguintes Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): Fitoterapia; Terapias Complementares; Estudantes.

#### 4.4 PERÍODO DE COLETA DE DADOS

A busca e coleta de dados foi realizada no período de agosto e setembro de 2025.

#### 4.5 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram definidos critérios específicos para a inclusão e exclusão de artigos científicos na pesquisa. Os critérios de inclusão consideraram estudos publicados nas bases de dados selecionadas, disponíveis na íntegra, escritos em língua portuguesa e no formato de artigos científicos, incluindo pesquisas qualitativas, quantitativas e relatos de experiências. Além disso, foram incluídos apenas os trabalhos publicados entre os anos de 2020 e 2025. Quanto aos critérios de exclusão, foram descartados artigos de revisão, estudos duplicados e aqueles que não abordavam diretamente a temática proposta ou que não atendiam aos critérios de elegibilidade estabelecidos.

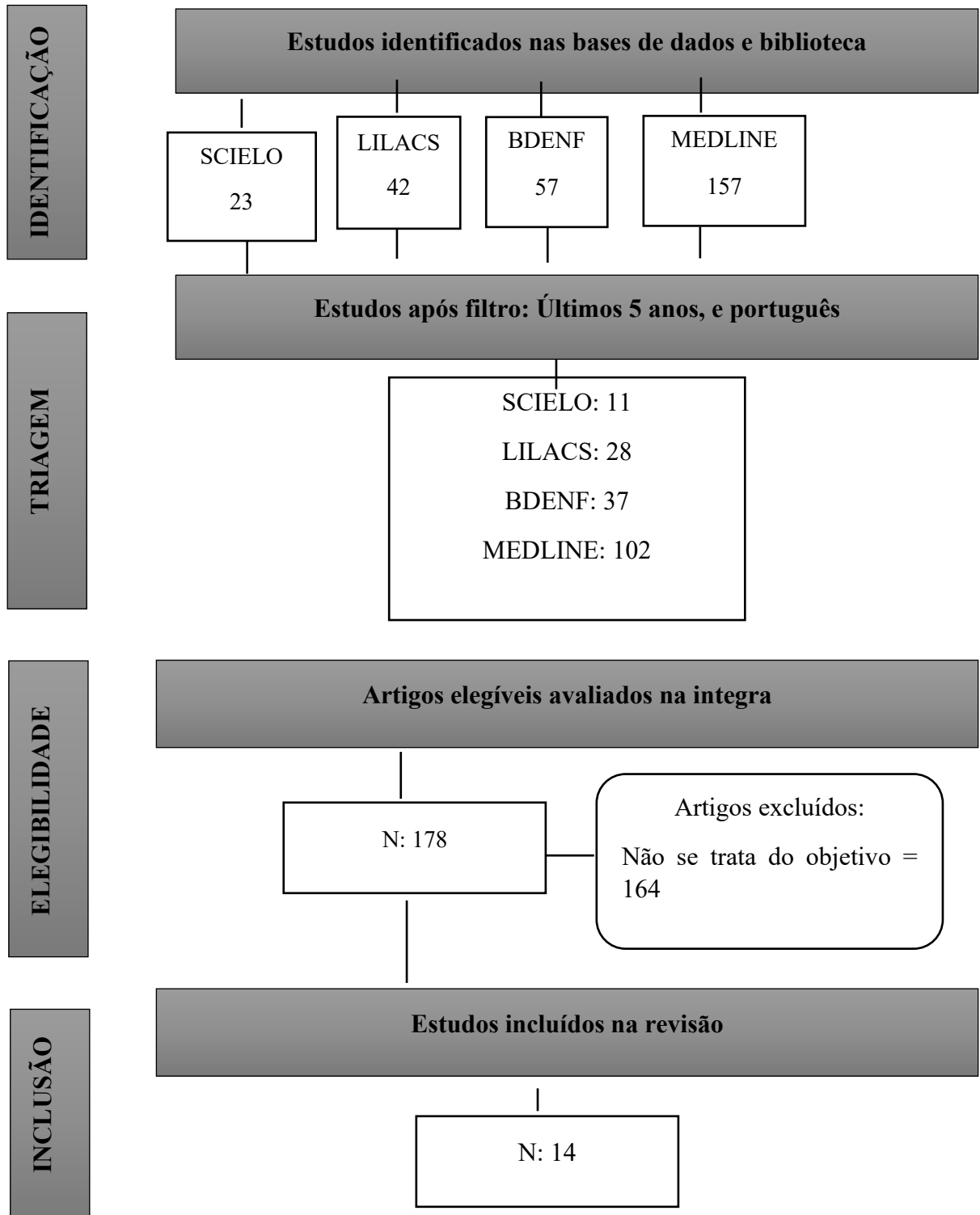
A princípio a escolha foi feita de acordo com os títulos e com o ano de publicação, em seguida, os artigos foram analisados. Nesse caso, foram revisados artigos relacionados aos objetivos em estudo e, desse modo, o material foi retido para inclusão neste trabalho.

#### 4.6 CATEGORIZAÇÃO E ANÁLISE DOS ESTUDOS

A categorização dos estudos dessa pesquisa, ocorreu através sintetização dos por meio de uma tabela, para compilar as informações. Nessa tabela, tem expostos aspectos específicos dos materiais selecionados, como: Codificação do Artigo; Título; Ano de publicação; Método;

Tipo de estudo e Resultados, de acordo com os critérios de inclusão estabelecidos (APÊNDICE A).

**FIGURA 1** – Fluxograma de identificação e seleção dos artigos que emergiram da busca tematizada



## 5 RESULTADOS

A seguir o quadro 3 de análise dos estudos coletados, identificados código, autor/ano, título, tipo de estudo, objetivo e resultados:

**Quadro 3** – Categorização dos artigos incluídos mediante a código de identificação, autor/ano, título, tipo de estudo, objetivo e resultados. Icó, Ceará, Brasil, 2025.

Nº	Autor/Ano	Título em Português	Tipo de Estudo	Objetivo	Resultados
1	Bispo et al., 2021	Percepções e uso de plantas medicinais por comunidade escolar em Vila Velha, Espírito Santo, Brasil	Descritivo	Avaliar percepções e uso de plantas medicinais por comunidade escolar	Conhecimento moderado e uso frequente de plantas medicinais, principalmente hortelã, boldo, camomila e erva-doce para problemas leves de saúde como má digestão, cólicas e ansiedade. Uso empírico e risco de dosagens inadequadas.
2	Salimena et al., 2021	Conhecimentos, atitudes e práticas sobre o uso de medicamentos botânicos em território rural do Caribe	Observacional	Avaliar o conhecimento, atitudes e práticas da população rural sobre medicamentos botânicos	População apresentou conhecimento limitado, mas atitudes positivas em relação ao uso de fitoterápicos como babosa, erva-cidreira, gengibre e alecrim, usados para resfriados, inflamações e distúrbios gastrointestinais. Práticas baseadas em tradição oral, sem acompanhamento profissional.
3	Rafik et al., 2022	Inserção de práticas medicinais fitoterápicas entre alunos da Universidade Sultan Moulay Slimane, Marrocos	Seccional retrospectivo	Avaliar conhecimento e uso de fitoterapia entre estudantes universitários	Uso moderado de fitoterápicos como hortelã, alho, gengibre e camomila, indicados para problemas respiratórios, digestivos e ansiedade. Conhecimento influenciado por formação acadêmica e tradição cultural, uso sem prescrição formal.

Nº	Autor/Ano	Título em Português	Tipo de Estudo	Objetivo	Resultados
4	Al-Nadaf & Awadallah, 2022	Avaliação do nível de conhecimento sobre o uso de fitoterápicos em estudantes universitários na região de Mutah	Transversal	Determinar conhecimento e hábitos de uso de fitoterápicos	Nível de conhecimento variou com o curso e ano acadêmico. Fitoterápicos como zimbros, tomilho e chá-verde eram usados para tosse, fadiga e controle de peso. Uso informal e sem embasamento farmacológico.
5	Mahmoud et al., 2024	Atitude e prática dos estudantes de farmácia em relação aos medicamentos tradicionais à base de ervas, Sudão	Transversal	Avaliar atitudes e práticas de estudantes de farmácia sobre fitoterápicos	Atitudes positivas; conhecimento prático limitado. Fitoterápicos citados: camomila, gengibre, açafraão e hortelã, usados para alívio de dor e ansiedade. Necessidade de inclusão no currículo.
6	Alharbi et al., 2024	Avaliação de estudantes de enfermagem sobre medicamentos herbais e interações medicamentosas em Riad, Arábia Saudita	Transversal	Analisar noções de fitoterápicos e riscos de interações entre estudantes de enfermagem	Estudantes apresentaram conhecimento básico sobre erva-doce, alho e camomila, mas pouco preparados para aplicação clínica segura. Risco de interações medicamentosas não reconhecido.
7	Almech et al., 2024	Conhecimento e percepções da medicina herbal na Arábia Saudita: devem escolas médicas tomar medidas imediatas?	Transversal	Avaliar conhecimento e percepções de estudantes de medicina sobre fitoterapia	Alta aceitação da fitoterapia; lacunas significativas no conhecimento formal. Fitoterápicos mencionados: gengibre, ginseng, camomila e chá-verde, indicados para problemas digestivos e ansiedade. Necessidade de educação curricular.
8	Ritschel et al., 2023	Fitoterapia conhecida e aplicada por	Observacional	Investigar o uso de fitoterapia por pacientes	Muitos estudantes conheciam fitoterápicos, mas uso

Nº	Autor/Ano	Título em Português	Tipo de Estudo	Objetivo	Resultados
		pacientes com câncer de cabeça e estudantes de medicina na Alemanha		oncólogos e estudantes de medicina	prático limitado. Pacientes relataram alívio de desconfortos orais usando calêndula, camomila e babosa. Falta de integração da fitoterapia na formação médica.
9	Silveira-Sabba et al., 2023	Conhecimento de produtos naturais na prática de estudantes de medicina	Descritivo	Avaliar o conhecimento indígena e práticas medicinais entre estudantes	Estudantes reconheceram a importância do conhecimento tradicional, mas aplicabilidade clínica limitada. Fitoterápicos: boldo, erva-cidreira e erva-doce para distúrbios digestivos e insônia.
10	Silva et al., 2024	Conhecimento de acadêmicos da saúde sobre a prática da fitoterapia como alternativa terapêutica	Transversal	Avaliar o conhecimento de estudantes da área da saúde sobre fitoterapia	A maioria reconheceu a importância da fitoterapia, mas demonstrou lacunas no conhecimento prático e teórico. Fitoterápicos usados: camomila, erva-doce, hortelã e babosa para distúrbios gastrointestinais e inflamatórios.
11	Barbosa et al., 2024	Avaliação da utilização de plantas medicinais por alunos dos cursos de saúde de uma faculdade de Maceió/AL para ansiedade e sono	Descritivo	Identificar o uso de plantas medicinais para tratar ansiedade e distúrbios do sono entre estudantes	Predominância do uso de camomila e valeriana para ansiedade e distúrbios do sono. Estudantes relataram melhora dos sintomas, mas uso não sistemático e sem acompanhamento profissional.
12	Oliveira et al., 2024	Plantas medicinais e fitoterápicos utilizados por discentes como prática complementar durante o	Transversal	Identificar o uso de fitoterápicos por estudantes durante a pandemia	Uso frequente de fitoterápicos como complemento para imunidade; principais plantas: alho, gengibre e erva-doce. Uso preventivo sem

Nº	Autor/Ano	Título em Português	Tipo de Estudo	Objetivo	Resultados
		enfrentamento da COVID-19			comprovação clínica, autoprescrição comum.
13	Almeida et al., 2025	Sintomas depressivos, ansiedade, estresse e uso de plantas medicinais entre estudantes de enfermagem	Transversal	Relacionar sintomas depressivos, ansiedade e estresse ao uso de plantas medicinais	Uso de fitoterápicos mais frequente entre estudantes com níveis mais altos de estresse e ansiedade. Fitoterápicos citados: camomila, valeriana e maracujá. Falta de orientação sobre doses e interações.
14	Silva et al., 2025	Percepção de estudantes do ensino médio sobre o uso de plantas medicinais no período pós-pandemia em Balsas, Maranhão, Brasil	Descritivo	Explorar percepções de estudantes sobre o uso de plantas medicinais no período pós-pandemia	Estudantes apresentaram maior interesse e confiança no uso de fitoterápicos após a pandemia, como gengibre, hortelã e erva-cidreira, mantendo práticas tradicionais. Carência de informações científicas e educativas sobre segurança.

Autores, 2025.

A análise dos estudos selecionados demonstra que, entre os anos de 2021 e 2025, houve um crescimento progressivo nas publicações relacionadas ao uso de fitoterápicos por estudantes, evidenciando o interesse crescente pela temática dentro da área da saúde e das práticas integrativas. Observa-se que os anos de 2023 a 2025 concentram o maior número de produções, especialmente com enfoque em estudantes universitários das áreas de enfermagem, medicina e farmácia.

Em relação à distribuição geográfica das pesquisas, verifica-se predominância de estudos internacionais, especialmente oriundos do Oriente Médio (Arábia Saudita, Sudão, Jordânia) e do norte da África (Marrocos), o que demonstra o envolvimento crescente de países árabes e africanos no debate científico sobre o uso de medicamentos à base de plantas. No contexto latino-americano, destacam-se as produções realizadas no Brasil, com estudos conduzidos nos estados de Espírito Santo, Maranhão e Alagoas, reforçando a relevância cultural e a forte influência da tradição popular no uso de fitoterápicos.

## 6 DISCUSSÃO

### 6.1 TIPOS DE FITOTERÁPICOS UTILIZADOS POR ESTUDANTES

A diversidade de fitoterápicos utilizados por estudantes reflete não apenas a influência de práticas culturais e familiares, mas também a disponibilidade regional de espécies vegetais e o nível de conhecimento acadêmico sobre plantas medicinais. Estudos recentes revelam que, mesmo em contextos universitários, o uso de fitoterápicos permanece fortemente vinculado a tradições populares, evidenciando uma continuidade entre saberes empíricos e práticas cotidianas.

Em comunidades escolares urbanas, como em Vila Velha, Bispo et al. (2021) identificaram o uso frequente de hortelã, boldo, camomila e erva-doce, plantas amplamente reconhecidas por suas propriedades digestivas e calmantes. A literatura confirma que a hortelã possui ação antiespasmódica e analgésica, sendo eficaz em distúrbios gastrointestinais; o boldo é tradicionalmente utilizado para problemas digestivos e hepáticos, embora estudos alertem para riscos de toxicidade em uso prolongado; a camomila apresenta propriedades calmantes e anti-inflamatórias, com evidências científicas que sustentam seu uso em ansiedade e distúrbios digestivos; e a erva-doce é reconhecida por seu efeito carminativo e analgésico, especialmente em cólicas. Nesse sentido, observa-se que os usos relatados pelos estudantes coincidem com as indicações científicas, reforçando a legitimidade do saber popular, mas também evidenciando a necessidade de orientação quanto à dosagem segura.

Já em áreas rurais do Caribe, Salimena et al. (2021) observaram a predominância de babosa, erva-cidreira, gengibre e alecrim, indicando que o acesso a espécies cultivadas localmente influencia diretamente a escolha dos fitoterápicos. A literatura descreve a babosa como cicatrizante e hidratante, com uso tópico validado, mas alerta para riscos de toxicidade quando ingerida em excesso; a erva-cidreira é reconhecida por suas propriedades calmantes e sedativas, confirmando o uso popular para ansiedade e insônia; o gengibre possui ação anti-inflamatória e antiemética, sendo amplamente estudado em casos de náuseas, inclusive em pacientes oncológicos; e o alecrim é descrito como antioxidante e estimulante, com potencial hepatoprotetor e cognitivo. Assim, os achados de campo dialogam com a literatura, embora alguns usos ainda careçam de protocolos clínicos bem definidos.

Entre estudantes universitários, a variedade de plantas utilizadas também varia conforme o contexto geográfico e cultural. Rafik et al. (2022) apontam que estudantes marroquinos recorrem a hortelã, alho, gengibre e camomila, enquanto Al-Nadaf & Awadallah

(2022) destacam o uso de zimbro, tomilho e chá-verde entre estudantes da Universidade de Mutah. A literatura confirma que o alho possui propriedades antimicrobianas e reguladoras da pressão arterial, mas alerta para interações medicamentosas; o zimbro é tradicionalmente usado para problemas digestivos e urinários, embora haja relatos de toxicidade renal; o tomilho apresenta ação antimicrobiana e expectorante, validando seu uso em distúrbios respiratórios; e o chá-verde é reconhecido por seu efeito antioxidante e estimulante, mas o consumo excessivo pode gerar efeitos adversos devido à cafeína. Nesse contexto, percebe-se que os usos relatados pelos estudantes estão em consonância com a literatura, mas exigem cautela quanto à segurança e às interações.

Com isso, a presença recorrente de determinadas espécies, como camomila, gengibre, hortelã e erva-doce, em diferentes estudos sugere que há um núcleo de fitoterápicos amplamente difundido entre estudantes, independentemente da região. Essa recorrência pode ser atribuída à facilidade de acesso, ao baixo custo e à forte presença dessas plantas na cultura popular, o que contribui para sua incorporação nos hábitos de saúde dos jovens.

Por outro lado, estudos como os de Mahmoud et al. (2024) e Alharbi et al. (2024) mostram que estudantes de cursos da área da saúde, como farmácia e enfermagem, também utilizam fitoterápicos como açafrão, ginseng e calêndula. A literatura confirma que o açafrão possui ação anti-inflamatória e antioxidante, sendo estudado em doenças metabólicas e cardiovasculares; o ginseng é reconhecido como adaptógeno, melhorando energia e imunidade, mas apresenta risco de interações medicamentosas; e a calêndula é validada como cicatrizante e anti-inflamatória, especialmente em uso tópico. Esses achados evidenciam que, mesmo em contextos acadêmicos, há lacunas quanto à dosagem segura e às interações medicamentosas, reforçando a importância de incluir conteúdos sobre fitoterapia nos currículos acadêmicos.

Além disso, em contextos clínicos e oncológicos, Almech et al. (2024) e Ritschel et al. (2023) destacam o uso de gengibre, chá-verde, camomila, babosa e calêndula por estudantes e pacientes, especialmente como auxiliares no alívio de sintomas como náuseas, inflamações e ansiedade. A literatura confirma tais indicações, mas ressalta que o uso clínico ainda carece de protocolos bem estabelecidos, o que limita sua aplicação segura em ambientes hospitalares.

Silveira-Sabba et al. (2023) e Silva et al. (2024) reforçam que o contato com o conhecimento tradicional continua a influenciar fortemente a escolha dos fitoterápicos entre estudantes. Plantas como boldo, erva-cidreira, camomila, hortelã e babosa permanecem como referências terapêuticas, mesmo diante da formação científica. Essa permanência sugere que a integração entre saberes populares e acadêmicos pode ser uma estratégia eficaz para promover o uso seguro e consciente das plantas medicinais.

Observa-se que, apesar da diversidade de fitoterápicos relatada nos estudos, há uma predominância de plantas comumente utilizadas em culturas tradicionais, como camomila, hortelã, erva-doce e gengibre. Isso sugere que a escolha dos fitoterápicos não é apenas determinada pelo conhecimento acadêmico ou científico, mas fortemente influenciada por práticas culturais e familiares, que se perpetuam mesmo em contextos urbanos ou universitários. A interferência cultural torna-se um fator essencial a ser considerado na integração da fitoterapia nos currículos acadêmicos, especialmente para profissionais da saúde que irão lidar com pacientes que já utilizam essas plantas.

Além disso, nota-se que a familiaridade com determinadas plantas pode gerar uma falsa sensação de segurança entre os estudantes e comunidades, levando ao uso empírico sem conhecimento adequado de dosagem e possíveis interações. Esse aspecto evidencia a necessidade de políticas educativas que contemplem a fitoterapia de maneira sistemática, garantindo que os usuários compreendam tanto os benefícios quanto os riscos, promovendo um uso seguro e fundamentado das plantas medicinais.

A análise dos usos relatados pelos estudantes evidencia que, embora haja uma forte correspondência entre práticas populares e indicações científicas, persiste uma lacuna significativa quanto ao conhecimento técnico sobre dosagem, formas de preparo e possíveis interações medicamentosas. Por exemplo, plantas como o alho e o ginseng, amplamente reconhecidas por seus efeitos benéficos, podem interagir com anticoagulantes e outros fármacos, gerando riscos clínicos quando utilizadas sem orientação adequada. Esse aspecto reforça que o simples acesso à informação popular não garante segurança terapêutica, sendo necessário que os currículos acadêmicos abordem a fitoterapia de forma sistemática e crítica.

Outro ponto relevante é a questão da falsa sensação de segurança que determinadas plantas podem transmitir. Espécies como camomila, hortelã e erva-doce, por serem de uso cotidiano e culturalmente aceitas, tendem a ser consumidas sem restrições, o que pode levar ao uso indiscriminado. A literatura alerta que, embora sejam consideradas seguras em doses usuais, o consumo excessivo ou em situações específicas (como gestação ou uso concomitante com medicamentos) pode gerar efeitos adversos. Assim, a familiaridade cultural deve ser vista como um fator que exige maior atenção educativa, e não como garantia de inocuidade.

Além disso, observa-se que o uso de fitoterápicos em contextos clínicos, como relatado em estudos oncológicos, abre espaço para uma discussão sobre a medicalização do saber popular. Plantas como gengibre, chá-verde e calêndula, tradicionalmente utilizadas em ambientes domésticos, começam a ser incorporadas em protocolos de cuidado complementar. No entanto, a literatura científica ainda carece de ensaios clínicos robustos que estabeleçam

parâmetros claros de eficácia e segurança. Esse cenário revela uma tensão entre a valorização da tradição e a necessidade de evidências científicas, apontando para a urgência de pesquisas que validem ou refutem tais práticas.

Outro aspecto que merece destaque é a influência da disponibilidade regional na escolha dos fitoterápicos. Em áreas rurais, como observado no Caribe, o uso de plantas cultivadas localmente, como babosa e alecrim, reflete a relação direta entre ambiente e práticas de saúde. Já em contextos urbanos, a presença de plantas comercializadas em feiras e farmácias, como camomila e hortelã, evidencia a influência do mercado na manutenção de hábitos terapêuticos. Essa diferença sugere que políticas públicas voltadas para a fitoterapia devem considerar não apenas a dimensão cultural, mas também a logística de acesso às espécies vegetais.

Por fim, é importante ressaltar que a integração entre saberes populares e acadêmicos não deve ser vista como uma simples validação científica das práticas tradicionais, mas como uma oportunidade de diálogo que reconheça a legitimidade de ambos os campos. A literatura mostra que muitas plantas utilizadas por estudantes possuem respaldo científico, mas também evidencia riscos quando o uso é feito sem orientação. Portanto, a construção de currículos acadêmicos que contemplem a fitoterapia pode contribuir para formar profissionais mais preparados, capazes de orientar pacientes de forma segura e consciente, promovendo uma prática clínica que respeite a cultura e, ao mesmo tempo, se apoie em evidências científicas.

## 6.2 INDICAÇÕES DE USO DOS FITOTERÁPICOS POR ESTUDANTES

As indicações de uso dos fitoterápicos entre estudantes revelam uma prática marcada pela busca por alívio de sintomas comuns, como ansiedade, distúrbios digestivos, fadiga e insônia. Essa escolha é frequentemente guiada por experiências familiares, tradições culturais e pela percepção de eficácia imediata, mesmo quando não há orientação profissional ou respaldo técnico.

Estudos como os de Bispo et al. (2021) e Salimena et al. (2021) mostram que plantas como hortelã, camomila, erva-doce, babosa e gengibre são amplamente utilizadas para tratar desconfortos gastrointestinais, estados ansiosos e inflamações leves. A literatura confirma que a hortelã (*Mentha* spp.) possui propriedades antiespasmódicas e analgésicas, sendo eficaz em distúrbios digestivos, o que vai ao encontro dos achados. A camomila (*Matricaria recutita*) é reconhecida por seus efeitos calmantes e anti-inflamatórios, validando seu uso para ansiedade e insônia. A erva-doce (*Foeniculum vulgare*) apresenta ação carminativa e analgésica, confirmando seu uso em cólicas e desconfortos digestivos. A babosa (*Aloe vera*) é cicatrizante

e hidratante, com uso tópico validado, mas a ingestão pode causar toxicidade, o que diverge parcialmente do uso empírico relatado. Já o gengibre (*Zingiber officinale*) é amplamente estudado por suas propriedades anti-inflamatórias e antieméticas, confirmando seu uso para náuseas e inflamações leves.

Entre estudantes universitários, Rafik et al. (2022) e Al-Nadaf & Awadallah (2022) identificaram o uso de fitoterápicos para problemas respiratórios, digestivos e fadiga. A literatura confirma que o alho (*Allium sativum*) possui ação antimicrobiana e reguladora da pressão arterial, mas alerta para interações medicamentosas, o que mostra que o uso popular coincide com a ciência, embora com riscos. O zimbro (*Juniperus communis*) é tradicionalmente usado para problemas digestivos e urinários, mas estudos apontam toxicidade renal, revelando divergência entre prática popular e segurança científica. O tomilho (*Thymus vulgaris*) apresenta propriedades antimicrobianas e expectorantes, confirmando seu uso em problemas respiratórios. O chá-verde (*Camellia sinensis*) é antioxidante e estimulante, validando seu uso para energia e prevenção, mas o excesso pode causar efeitos adversos devido à cafeína.

Mahmoud et al. (2024) e Alharbi et al. (2024) destacam que estudantes da área da saúde recorrem a fitoterápicos como camomila, gengibre, açafrão e erva-doce para alívio de dor, ansiedade e sintomas leves. A literatura confirma que o açafrão (*Curcuma longa*) possui ação anti-inflamatória e antioxidante, sendo estudado em doenças metabólicas e cardiovasculares, o que coincide com os relatos. O ginseng (*Panax ginseng*) é reconhecido como adaptógeno, melhorando energia e imunidade, mas apresenta risco de interações medicamentosas, mostrando que o uso popular está alinhado, mas exige cautela. A calêndula (*Calendula officinalis*) é validada como cicatrizante e anti-inflamatória, especialmente em uso tópico, confirmando os achados.

Em ambientes hospitalares e oncológicos, Almech et al. (2024) e Ritschel et al. (2023) evidenciam o uso de gengibre, camomila, calêndula e babosa para o alívio de mucosite, desconfortos orais e sintomas digestivos. A literatura confirma tais indicações, mas ressalta que o uso clínico ainda carece de protocolos bem estabelecidos, o que limita sua aplicação segura em ambientes hospitalares.

Barbosa et al. (2024) e Oliveira et al. (2024) apontam que, em situações de pandemia ou estresse acadêmico, fitoterápicos como camomila, valeriana, alho e gengibre são utilizados para tratar ansiedade, distúrbios do sono e reforço imunológico. A literatura confirma que a valeriana (*Valeriana officinalis*) possui efeito sedativo e ansiolítico, validando seu uso para insônia e ansiedade. O maracujá (*Passiflora incarnata*) também é reconhecido por suas propriedades calmantes, confirmando os achados de Almeida et al. (2025) e Silva et al. (2025).

Esses dados revelam que, em grande parte, os usos relatados pelos estudantes coincidem com as indicações científicas, especialmente em plantas como camomila, hortelã, gengibre e erva-doce. No entanto, há divergências importantes, como no caso da babosa ingerida, do zimbro com risco renal e do uso indiscriminado de alho e ginseng sem considerar interações medicamentosas.

Assim, observa-se que o uso de fitoterápicos é frequentemente motivado por necessidades práticas e imediatas, especialmente em contextos de vulnerabilidade emocional, estresse acadêmico ou crises de saúde pública, como a pandemia. A familiaridade cultural com determinadas plantas pode gerar uma falsa sensação de segurança, levando ao uso empírico sem conhecimento adequado de dosagem e possíveis interações. Esse aspecto evidencia a necessidade de políticas educativas que contemplem a fitoterapia de maneira sistemática, garantindo que os usuários compreendam tanto os benefícios quanto os riscos.

Portanto, qualquer proposta de integração da fitoterapia na formação acadêmica deve considerar não apenas o conhecimento técnico, mas também a compreensão das necessidades reais e das práticas culturais dos usuários. Ao unir tradição cultural e prática baseada em evidências, é possível promover um cuidado em saúde mais seguro, eficaz e culturalmente sensível.

## 7 CONCLUSÃO

O estudo evidenciou que o uso de fitoterápicos entre estudantes e comunidades escolares configura-se como uma prática recorrente e profundamente enraizada no contexto cultural. Mesmo em ambientes acadêmicos, observa-se que o conhecimento tradicional continua exercendo forte influência sobre as escolhas terapêuticas. Entre os principais achados, destaca-se a frequência no uso de plantas como camomila, gengibre, hortelã, erva-doce, babosa e valeriana, empregadas para o alívio de sintomas leves relacionados à ansiedade, distúrbios digestivos, fadiga, insônia e fortalecimento do sistema imunológico. Esses dados revelam uma preferência por alternativas terapêuticas acessíveis, de baixo custo e socialmente validadas, reforçando o papel das tradições culturais e familiares na construção do cuidado pessoal.

Adicionalmente, constatou-se que mesmo estudantes da área da saúde apresentam lacunas significativas no domínio técnico sobre o uso de fitoterápicos, especialmente no que se refere à dosagem adequada, contraindicações e possíveis interações com medicamentos alopáticos. Tal constatação demonstra que o simples reconhecimento da diversidade de plantas medicinais não é suficiente para garantir competência clínica. A prática empírica e a autoprescrição também se mostraram recorrentes, sobretudo em contextos de elevada pressão emocional, como períodos de estresse acadêmico ou durante crises sanitárias, a exemplo da pandemia de COVID-19, o que pode representar riscos à segurança dos usuários.

Como contribuição, o estudo reforça a importância de integrar os saberes tradicionais aos conhecimentos científicos no processo formativo dos estudantes, em especial daqueles que se preparam para atuar na área da saúde. Destaca-se, nesse cenário, o papel estratégico da enfermagem na promoção do uso consciente e seguro dos fitoterápicos, por meio da orientação qualificada e do incentivo à educação em saúde. Entre os desafios identificados, sobressaem-se a ausência de protocolos clínicos padronizados, a escassez de materiais educativos específicos e a falta de uniformidade na abordagem do tema entre diferentes regiões e cursos de formação.

Diante desse panorama, recomenda-se a inclusão sistemática de conteúdos relacionados à fitoterapia nos currículos dos cursos da área da saúde, bem como o desenvolvimento de campanhas educativas voltadas ao uso seguro das plantas medicinais. Além disso, é fundamental a elaboração de protocolos clínicos baseados em evidências e o estímulo à produção científica que investigue a eficácia e a segurança dos fitoterápicos. Tais medidas podem contribuir para a construção de um cuidado em saúde mais seguro, efetivo e culturalmente sensível, fortalecendo a articulação entre o saber popular e a prática clínica fundamentada em evidências.

## REFERÊNCIAS

- ALHARBI, F. et al. Avaliação de estudantes de enfermagem sobre medicamentos herbais e interações medicamentosas em Riad, Arábia Saudita. **Saudi Journal of Nursing and Health Care**, v. 8, n. 2, 2024.
- ALMECH, A. et al. Conhecimento e percepções da medicina herbal na Arábia Saudita: devem escolas médicas tomar medidas imediatas? **Journal of Complementary and Integrative Medicine**, v. 21, n. 1, 2024.
- ALMEIDA, S. et al. Sintomas depressivos, ansiedade, estresse e uso de plantas medicinais entre estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 78, n. 1, 2025.
- AL-NADAF, R.; AWADALLAH, M. Avaliação do nível de conhecimento sobre o uso de fitoterápicos em estudantes universitários na região de Muthah. **International Journal of Herbal Medicine**, v. 10, n. 1, 2022.
- BARBOSA, L. et al. Avaliação da utilização de plantas medicinais por alunos dos cursos de saúde de uma faculdade de Maceió/AL para ansiedade e sono. **Revista Interdisciplinar de Saúde**, v. 32, n. 1, 2024.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BISPO, A. et al. Percepções e uso de plantas medicinais por comunidade escolar em Vila Velha, Espírito Santo, Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 23, n. 1, 2021.
- BRASIL. **Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Diário Oficial da União, Brasília, 13 jun. 2013. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466\\_12\\_12\\_2012.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html). Acesso em: 7 maio 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Farmácia Viva**. 2024a. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/plantas-mediciniais-e-fitoterapicos/farmacia-viva> . Acesso em: 18 mar. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde: Fitoterapia 2022**. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/politica\\_nacional\\_praticas\\_sus\\_fitoterapia\\_folder.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/politica_nacional_praticas_sus_fitoterapia_folder.pdf) . Acesso em: 17 mar. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria GM nº 702, de 22 de março de 2018a**. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702\\_22\\_03\\_2018.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html) . Acesso em: 18 mar. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 28 de março de 2017**. Amplia as Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS), incluindo 14 novas práticas. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, p. 68, 28 mar. 2017. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849\\_28\\_03\\_2017.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html). Acesso em: 14 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)**. 2024b. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics> . Acesso em: 17 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename)** . 2024c. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/rename> . Acesso em: 18 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. Brasília: Ministério da Saúde, 2006**. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 8 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 96 p. ISBN 978-85-334-2146-2. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf). Acesso em: 8 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)**. 2024d. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/pnpic>. Acesso em: 8 abr. 2025.

CARVALHO, Luzia Gomes; DA COSTA LEITE, Samuel; COSTA, Débora de Alencar Franco. Principais fitoterápicos e demais medicamentos utilizados no tratamento de ansiedade e depressão. **Revista de Casos e Consultoria**, v. 12, n. 1, p. e25178-e25178, 2021.

CARVALHO, Simone Ribeiro; BAIENSE, Alex Sandro Rodrigues. O uso de fitoterápicos em pacientes com depressão. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 10, p. 1952-1966, 2023.

COCK, Nayara Rudeck et al. Plantas medicinais e cuidado em saúde na comunidade: roda de conversa como instrumento de gestão compartilhada. **Revista de Educação Popular**, v. 23, n. 1, 2024.

FONTANELLA, B. J. B.; MAGDALENO JÚNIOR, R. Saturação teórica em pesquisas qualitativas: contribuições psicanalíticas. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 17, n. 1, p. 63-71, jan./mar. 2012.

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. **6. ed. São Paulo**: Atlas, 2014.

GUERRA, A. F. B. **Metodologia científica: pesquisa qualitativa e quantitativa**. Curitiba: CRV, 2014.

IGNÁCIO, Zuleide Maria et al. Educação Popular e Saúde: O cuidado em saúde com o uso de plantas medicinais na cultura indígena kaingang. In: **Educação Popular e Saúde: O cuidado em saúde com o uso de plantas medicinais na cultura indígena kaingang**. 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Icó – CE. **Cidades e Estados**. 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/ce/ico.html>. Acesso em: 7 maio 2025.

MAHMOUD, A. et al. Atitude e prática dos estudantes de farmácia em relação aos medicamentos tradicionais à base de ervas, Sudão. **Sudan Journal of Medical Sciences**, v. 19, n. 1, 2024.

MENDONÇA NETO, Ivan Justo et al. Plantas medicinais e fitoterápicos no cuidado da saúde mental em tempos de pandemia: uma revisão da literatura. **Revista de Medicina**, v. 101, n. 3, 2022.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

Ministério da Saúde. **Glossário temático: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018b. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario\\_tematico\\_praticas\\_integrativas\\_complementares.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_tematico_praticas_integrativas_complementares.pdf). Acesso em: 14 abr. 2025.

OLIVEIRA, J. et al. Plantas medicinais e fitoterápicos utilizados por discentes como prática complementar durante o enfrentamento da COVID-19. **Revista Saúde em Foco**, v. 10, n. 2, 2024.

OLIVEIRA, S. B. **Pesquisa exploratória: fundamentos, aplicações e limitações**. Belo Horizonte: UFMG, 2020.

PATRÍCIO, Karina Pavão et al. O uso de plantas medicinais na atenção primária à saúde: revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, p. 677-686, 2022.

PEDROSO, Reginaldo dos Santos; ANDRADE, Géssica; PIRES, Regina Helena. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 31, n. 02, p. e310218, 2021.

RAFIK, M. et al. Inserção de práticas medicinais fitoterápicas entre alunos da Universidade Sultan Moulay Slimane, Marrocos. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 285, n. 3, 2022.

RITSCHHEL, T. et al. Fitoterapia conhecida e aplicada por pacientes com câncer de cabeça e estudantes de medicina na Alemanha. **European Journal of Integrative Medicine**, v. 55, n. 4, 2023.

SÁ, Claudia Conforto; RIBEIRO, Charles Lima; COSTA, Vanessa Rosa de Oliveira Teixeira. Uso de fitoterápicos na saúde da mulher. **REVISA**, v. 12, n. 2, p. 321-329, 2023.

SALIMENA, A. P. et al. Conhecimentos, atitudes e práticas sobre o uso de medicamentos botânicos em território rural do Caribe. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, n. 2, 2021.

SANTOS, JAMILLE DE LIMA et al. SABERES E PRÁTICAS DA COMUNIDADE SOBRE O USO DE PLANTAS MEDICINAIS NO CUIDADO EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. **REVISTA SAÚDE & CIÊNCIA**, v. 10, n. 2, p. 124-134, 2021.

SILVA, Gisléa Kândida Ferreira da et al. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares: trajetória e desafios em 30 anos do SUS. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, n. 1, p. e300110, 2020.

SILVA, R. et al. Conhecimento de acadêmicos da saúde sobre a prática da fitoterapia como alternativa terapêutica. **Revista de Ciências da Saúde**, v. 16, n. 1, 2024.

SILVA, Rayzza Marcelly Jesus et al. Uso de fitoterápicos no tratamento da dislipidemia: um estudo de revisão. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 3, p. e22311326395-e22311326395, 2022.

SILVA, T. et al. Percepção de estudantes do ensino médio sobre o uso de plantas medicinais no período pós-pandemia em Balsas, Maranhão, Brasil. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v. 26, n. 1, 2025.

SILVEIRA-SABBA, M. et al. Conhecimento de produtos naturais na prática de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 47, n. 2, 2023.

SOARES, Jéssica Aline Silva et al. Potencialidades da prática da atenção farmacêutica no uso de fitoterápicos e plantas medicinais. **Journal Of Applied Pharmaceutical Sciences. Minas Gerais**, p. 10-21, 2020.

UNIVERSIDADE VALE DO SALGADO (UNIVS). **Institucional – História. Icó: UniVS, 2024**. Disponível em: <https://www.univs.edu.br>. Acesso em: 7 maio 2025.

## APÊNDICES

**ANEXO A - INSTRUMENTO PREFERRED REPORTING ITEMS SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSES (PRISMA) (MOHER et al, 2009)**

