



MÃOS À HORTA



BOLETIM INFORMATIVO

EDIÇÃO ESPECIAL
Nerium oleander

Edição
n.5 v.1

Sinop
02 jun. 2023



NOSSA EQUIPE

Juliana Roriz Aarestrup
Coordenadora

Anna Yasmin Juscelino Vitorino
Estudante bolsista

Arthur L. A. S. Gomes de Castro
Estudante bolsista

Vinicius Aarestrup Azevedo
Estudante voluntário

--- NESTA EDIÇÃO ---



*O que é natural,
não faz mal, certo?*

Página 1

*Nerium oleander:
naturalmente linda e tóxica*

Página 4

Espaço Aberto

Página 7





FOTO: JULIANA RORIZ AARESTRUP, 2023.

O que é natural, não faz mal, certo?

POR JULIANA RORIZ AARESTRUP

O uso das plantas com finalidade medicinal é uma prática milenar. Diversos povos de culturas diferentes mencionam que o consumo destas plantas pode trazer bem-estar físico, espiritual - auxilia o autoconhecimento - e permite o contato com o sobrenatural.

Na China, é difundida a ideia de que os chás - infusão - tiveram a sua origem na mitologia e que a sua descoberta ocorreu meramente ao acaso. Vejamos! Dizem que, por volta do ano 2.737 a.C., o Imperador Shen Nong tomava a sua costumeira água quente embaixo de uma árvore, quando algumas folhas caíram diretamente em sua xícara - gaiwan. Ao apreciar a água, ele percebeu um aroma agradável e sabor refrescante, apaixonando-se pela bebida. Contudo, estudiosos refutam estas informações, afirmando ser uma lenda e que Nong nunca existiu.

Em registros históricos indianos, também há a descrição de monges budistas consumindo o chá das folhas de *Camellia sinensis*, popularmente conhecida como chá-da-índia, com a finalidade de se manterem despertos durante a vigília.

No Brasil, os saberes europeus, indígenas e afros somaram-se em um verdadeiro mix cultural. A colonização pelos portugueses e imigração de povos africanos favoreceram a entrada de muitas especiarias. Os conhecimentos nativos,



Gaiwan



Camellia sinensis

<https://arteacup.com/ja/products/jianzha-n-tenmoku-crystal-gaiwan>

www.gardenersworld.com/plants/camellia-sinensis-tea-plant/



portanto, passaram a ter um “novo sabor”. E foi esta miscigenação cultural que contribuiu para a bagagem tão diversificada de informações sobre os usos das plantas como medicamentos, nos dias atuais.

Adicionalmente às tradições, difundiu-se a crença de que os “ingredientes da terra” são sempre benéficos à saúde por terem origem natural. É fato que alguns medicamentos são fabricados através da extração de princípios ativos de plantas e são muito úteis à medicina. Por exemplo, a dipirona - analgésico e antitérmico - é produzida a partir de *Achillea millefolium*. Outro fármaco, porém de uso tópico, é feito a partir de *Cordia verbenacea*, uma planta nativa da Mata Atlântica/Br com ação anti-inflamatória.

Por este motivo, talvez, há recomendações populares sobre o uso de chás de plantas para uma infinidade de condições de saúde. Mas será que um chazinho pode fazer mal? A resposta é: depende! Não são todas as plantas que apresentam qualidades terapêuticas e existem plantas muito semelhantes em aparência, mas que não possuem os mesmos princípios ativos ou benefícios à saúde. Por exemplo, a espíneira-santa - *Maytenus truncata* - é uma planta nativa do Brasil, utilizada no tratamento de úlceras estomacais. Esta espécie se assemelha, morfologicamente, com a mata-olho - *Sorocea bonplandii* - e a falsa espíneira santa - *Zollernia ilicifolia* - que podem causar danos à saúde. Alguns cuidados são recomendados antes de se investir em “um chazinho”. Há um dito popular que será muito útil, neste momento: “A diferença entre o remédio e o veneno está na dose”. Os medicamentos e as plantas medicinais podem apresentar efeitos colaterais indesejáveis e até representar um risco à vida, se consumidos de forma

*Achillea millefolium**Cordia verbenacea**Maytenus truncata**Sorocea bonplandii**Zollernia ilicifolia*

<https://univitta.net>
<http://floradobrasil.jbrj.gov.br>
<https://www.coisasdaroca.com>
<http://www.plantsystematics.org>
<https://www.biodiversity4all.org>

Indiscriminada, desrespeitando-se a frequência e quantidade recomendadas por um especialista.

Outro aspecto importante é o conhecimento prévio sobre a planta e a sua parte – raiz, caule, folha, flor – a ser utilizada na terapêutica, baseado em informações científicas. A espécie *Hibiscus sabdariffa*, popularmente chamada de hibisco, é uma planta que se encaixa neste perfil. Ela produz flores amplamente consumidas devido ao seu potencial medicinal. Entretanto, alguns estudos demonstraram que o seu chá desencadeia tumores, a depender da dose. Ainda, há aquelas plantas que não apresentam propriedades benéficas, e sim prejudiciais à saúde, qualquer que seja a dosagem. Tais espécies podem ser produtoras de toxinas – veneno – e desencadear reações alérgicas significativas ou altos graus de intoxicações. Em casos mais graves, a simples inalação ou o toque em uma flor destas plantas pode promover efeitos perigosos. Em 2022, ocorreu um caso grave de intoxicação por inalação em uma criança de 6 anos, após cheirar algumas flores de cicuta - *Conium maculatum*. A planta, muito comum nos E.U.A e também em algumas localidades brasileiras, provocou o inchaço dos olhos e das orelhas, brotoejas e bolhas por todo o corpo, dificuldade respiratória, lentidão e sonolência. Existem princípios ativos que só revelam o seu potencial maléfico, quando em contato com a corrente sanguínea, sendo transportado para locais importantes, como o cérebro, coração e os pulmões.

Estes alertas mostram a importância dos estudos científicos e a divulgação sobre as propriedades das plantas para que a população possa usufruir dos seus sabores com segurança.



Hibiscus sabdariffa



Conium maculatum

www.picturethisai.com

www.plantasonya.com.br/

<https://prefeitura.pbh.gov.br/fundacao-de-parques-e-zoobotanica/jardim-botanico/nossos-jardins/plantas-medicinais-e-toxicas>

LIMA et al. Análise da citotoxicidade e genotoxicidade de *Hibiscus sabdariffa* L. in natura e industrializado. Ed. Stellata, 2020.

LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas. 2.ed. Nova Odessa: Plantarum, 2008. 544p.

