



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

Utilização das mídias sociais para educação em saúde pela LAFITO: do instagram a oficinas de saúde e a interação entre academia e comunidade

Laise Caroline Costa Soares*;Ariele Souza Lima Melo; Adriana Anunciação dos Santos
Andresa Graciele da Silva Braga; Carine Paixão da Silva.

Departamento de Ciências da Vida - Universidade do Estado da Bahia– UNEB, Brasil.



Figura 1: Logomarca da Liga acadêmica

Resumo

Considerando a utilização tradicional das plantas medicinais e dos fitoterápicos, por vezes sem conhecimento prévio, demonstra-se relevante a discussão e expansão dos conhecimentos importantes sobre as plantas para os acadêmicos e para a comunidade, tanto no ambiente físico quanto virtual, onde é possível atingir maior público por transcender as barreiras físicas, como a distância. Este estudo pretende descrever como a liga acadêmica pôde utilizar a ferramenta tecnológica virtual, o instagram, e suas possibilidades de atividades correlacionadas com os eventos físicos realizados para estreitamento das relações da comunidade com os estudantes e profissionais de saúde permitindo e facilitando o acesso ao conhecimento de forma simples e compreensível. Este artigo possui um texto descritivo sobre a abordagem realizada pela liga acadêmica, com dados obtidos da própria rede social utilizada (instagram). Dessa forma foi possível perceber que o instagram pode ser uma ferramenta utilizada para educação em saúde, mas que deve ser usado com cautela e com referencial científico.

Palavras-chave: educação, saúde, tecnologia, instagram.

Contatos:

laise147@live.com*
carinepaixaosilva@gmail.com; adriana.anunciacao@gmail.com; desadejesus@hotmail.com

1. Introdução

A Liga Acadêmica de Plantas Medicinal e Fitoterápica [LAFITO] tem como objetivo geral atuar no estudo, pesquisa e extensão, bem como promover e difundir conhecimentos acerca da área de plantas medicinais e fitoterápicos. Para isso, utiliza de ferramentas, como o instagram, para facilitar a comunicação com a comunidade. Dessa forma, também, é possível divulgar e promover as novas ações dos membros em oficinas, feiras, sessões abertas e hospitais.



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

De acordo com a Resolução da Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária [RDC N° 26, DE 13 DE MAIO DE 2014], são medicamentos fitoterápicos, aqueles que possuem exclusivamente matérias-primas vegetais com segurança e eficácia baseada em evidências clínicas e que são caracterizados pela constância da qualidade. Além disso, de acordo com a regulamentação é necessário promover testes referentes ao controle de qualidade. Essas medidas permitem comprovar e garantir a segurança e confiabilidade desse tipo de medicamento para o uso da população. Apesar do fitoterápico ser proveniente de matéria-prima vegetal, assim como os medicamentos sintéticos, também possui reações adversas, toxicidade, entre outros riscos que devem ser entendidos pelos usuários.

A fitoterapia é uma prática integrativa e complementar regulamentada no Brasil desde 2006 pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC) através da portaria do Ministério da Saúde GM/MS n° 971. Além do decreto da Presidência da República n°. 5.813, de 22 de junho de 2006, que criou a Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos. O uso da fitoterapia, no Brasil, é facilitado pela grande diversidade, baixo custo e o costume da população em utilizar plantas medicinais, através do conhecimento popular, para tratamento das doenças [SANTOS, R.L et al. 2011].

Através da Portaria n° 971, de 3 de maio de 2006, o Ministério da Saúde disponibiliza opções terapêuticas e preventivas aos usuários do SUS, dentre elas o uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos [BRASIL 2006]. A prescrição e a obtenção dos fitoterápicos a partir das farmácias das Unidades Básicas de Saúde (UBS) passa para os usuários maior segurança para a sua utilização, pois além da forma correta de preparo é possível ter acesso também a informações como contraindicações e efeitos adversos.

A facilidade para adquirir plantas que servirão de base para os fitoterápicos e a compatibilidade cultural são fatores de muita relevância para o avanço da Fitoterapia, principalmente no Nordeste do Brasil, onde é comum o uso das mesmas na preparação de remédios caseiros para auxiliar no tratamento e na prevenção de enfermidades [Batista e Valença, 2012].

A fitoterapia é uma prática de antigas civilizações que desempenha um papel importantíssimo na manutenção da saúde da população até os dias atuais. É empregada especialmente no contexto da atenção primária, que é resultado de uma avaliação global do indivíduo, com necessidade de compreensão dos sintomas, como também das crenças dos indivíduos [BRASIL 2012].

Diversos comunicados e resoluções da Organização Mundial da Saúde (OMS) mostram a posição do organismo a respeito da notoriedade dos fitoterápicos e da necessidade de valorizar a utilização desses medicamentos. As plantas medicinais são consideradas importantes aparatos para a Assistência Farmacêutica, cerca de 80% da população do mundo recorre às práticas tradicionais no que se refere à atenção primária à saúde, e 85% dessa parcela utiliza plantas ou preparações a base de vegetais [ALONSO 1998].

A utilização de plantas medicinais e produtos fitoterápicos vai ao encontro das proposições da OMS que, constantemente, incentiva a valorização das terapias tradicionais, reconhecidas como recursos terapêuticos úteis, visando atender às demandas de saúde da população, na tentativa de contribuir para o sistema local de saúde dos usuários do sistema público de saúde.

O uso das redes sociais para educação em saúde é uma estratégia que demonstra avanço, pois é um forte meio de comunicação, utilizando formas interativas como imagens e vídeos. Possibilita o interesse dos mais jovens, público que mais utiliza essas redes, o que pode permitir a utilização do conhecimento em momentos futuros desta geração (PRYBUTOK e RYAN 2015).

O Instagram, por sua vez, segundo a Social Media Trends, [2018] foi a que apresentou o maior crescimento e se consolidou como a segunda mídia social mais usada no Brasil [AGUIAR 2018]. Devido a isso, utilizar o instagram como meio de difundir informações relevantes sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápico demonstra ter um papel importante para a sociedade, seja acadêmica, profissional de saúde ou não. Assim, o presente artigo revela a abordagem da rede social pela



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

LAPFITO, vinculados às ações realizadas fora do ambiente virtual, para a educação em saúde da comunidade.

2. Metodologia

O presente artigo traz um estudo descritivo de ações realizadas virtualmente e não virtualmente pela LAPFITO para a promoção da educação em saúde.

A oficina de saúde sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicas do Sistema Único de Saúde (SUS) foi uma atividade realizada durante o primeiro período do ano de 2019, na Universidade do Estado da Bahia (UNEB), orientada pela Doutora Alessandra da Silva Guedes e pelas discentes Andresa Graciele e Tatiane Santos.

O principal objetivo deste trabalho foi difundir e promover conhecimentos, por meio da elaboração de eventos para a academia e sociedade. Este um dos propósitos LAPFITO.

Assim a experiência se subdividiu em duas etapas. No primeiro momento foi realizada uma revisão científica da literatura, na qual houve um levantamento bibliográfico que se baseou na busca de artigos, teses, dissertações nos bancos de dados como: Scielo, Lilacs, Medline e Portal Capes.

Dentre os artigos encontrados, somente considerou os artigos que descreve-se sobre as 12 plantas medicinais disponibilizados pelo SUS, com base nas informações do Programa de Pesquisa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos do Ministério da Saúde e segundo a RDC N° 48 DE 2004. Das plantas estudadas, foram encontradas as de maior impacto utilizadas na dor e inflamação e nos distúrbios gastrointestinais, respiratórios, cardiovasculares e nervosos.

De acordo com o estudo previamente realizado para a feira foram obtidos os seguintes resultados, a espécie Espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia*) que demonstrou efeito protetor marcante contra úlceras, além de revelar não ter efeito tóxico e de não possuir efeitos depressor sobre o sistema nervoso central, o que lhes confere um perfil muito favorável como agente terapêutico. O

Guaco (*Mikaniaglomerata*) apresenta uma atividade relaxadora sobre a musculatura lisa respiratória, cujo apresenta ação expectorante e broncodilatadora. A Aroeira (*Schinusterebenthifolius*) apresentou significativa atividade antioxidante, sugerindo que este resultado possa corroborar a ação atribuída a esta espécie na qual pode ser utilizada para uso ginecológico com ação cicatrizante, anti-inflamatória e antisséptica.

Além dessas espécies encontramos outras como a Hortelã (*Mentha x piperita*), na qual a hipótese que com o seu uso, na forma de chá, seria possível o tratamento da síndrome do cólon irritável. Já a Unha-de-gato (*Uncaria tomentosa*) auxilia nos casos de artrites e osteoartrite. A Alcachofra (*Cynarascolymus*) é utilizada no tratamento dos sintomas de dispepsia funcional (síndrome do desconforto pós-prandial) e de hipercolesterolemia leve a moderada.

O Plantago (*Plantago ovata* Forssk) cujas folhas têm sido usadas por séculos, em diversas partes do mundo, como remédio utilizado na cicatrização de ferimentos e no tratamento de algumas enfermidades verificou-se que seu extrato possui várias atividades, tais como: antioxidante, imunostimulante, antiulcerogênica, cicatrizante, analgésica, anti-inflamatória e antibiótica. O Salgueiro (*Salix alba*), por ter ação anti-inflamatória, pode ser utilizado no tratamento de dores lombares aguda. Os resultados do estudo sobre a Babosa (*Aloe vera*) relatam que pode ser utilizada para tratamento tópico de queimaduras de 1° e 2° graus e como coadjuvante nos casos de Psoríase vulgaris.

A Cáscara-sagrada (*Schinusterebenthifolius*) auxilia nos casos de obstipação intestinal eventual. O Garra-do-diabo (*Rhamnus purshiana*) apresenta ação anti-inflamatória, por isso pode ser utilizado tratamento da dor lombar aguda e como coadjuvante nos casos de osteoartrite. A Isoflavona-de-soja (*Uncaria tomentosa*) auxilia no alívio dos sintomas do climatério. Com isto coletamos informações de como as plantas são utilizadas para tratar as patologias e suas características mais relevantes.

No segundo momento foi realizada exposição na feira de saúde das principais plantas medicinais que foram relatadas anteriormente, na qual são oferecidas



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

como alternativa de tratamento pelo sistema único de saúde. Esta etapa realizou-se através de uma abordagem simples e dinâmica, na qual possibilitou a transmissão de informações para a comunidade, além disto, foram sanadas algumas dúvidas relacionadas ao tema. Essa etapa também houve um levantamento das opiniões, atitudes e crenças do grupo que estava na exposição.

Este estudo do tipo relato de experiência tem cunho qualitativo, pois esse tipo de abordagem, como afirma Neves [1996] possibilita a obtenção de dados descritivos diante do contato direto e interativo do pesquisador com objeto de estudo. Maanen [1979 p.526] dispõe que o “objetivo das pesquisas qualitativas é traduzir e expressar os fenômenos do mundo social; trata-se de reduzir a distância entre indicador e indicador, entre contexto e ação”.

O objetivo desta etapa foi discutir a relevância do conhecimento prévio acerca das indicações, contra-indicações, efeitos adversos e interação medicamentosa das plantas medicinais que são disponibilizadas pela unidade básica de saúde, pois o fato de que as patologias que não são caracterizadas como emergência ou urgências levam a população a buscarem plantas medicinais uma forma de tratamento, porém esse tipo de terapêutica para a comunidade tem riscos e benefícios decorrentes que devem ser compreendidos.

Todos os eventos realizados, assim como a feira de saúde, são publicados no Instagram. Bem como, realização de postagens semanais sobre plantas ou fitoterápicos. Retirou-se gráficos do desempenho das postagens disponibilizado nas informações da página da Liga acadêmica no Instagram.

Para a realização das postagens semanais sobre plantas medicinais no Instagram, são realizadas pesquisas nos bancos de dados, para obtenção de informações sobre indicações, efeitos colaterais e contra-indicações. Além disso, é realizado quiz para cada planta informada. Os banners para cada publicação são realizados

Com isso destaca-se a importância das redes sociais quanto ao âmbito da informação e interação com o nosso público alvo. As redes sociais mudaram a forma como as pessoas se relacionam com o mundo e há muito tempo, já fazem parte do nosso dia-a-dia. Por tal motivo essas ferramentas são nossos principais meios de interatividade e divulgação das atividades realizadas pela LAPFITO, além do mais se consegue ter um controle do alcance e retorno do público que está detendo essas informações, permitindo criar estratégias para que cada vez esses números sejam maiores e os objetivos da Liga sejam alcançados.

3. Resultados e Discussão

3.1 Abordagem no Instagram

Por o Instagram ser uma rede social que o interesse é a exploração de elementos visuais, a planta a ser discutida tem sua imagem adicionada ao lado de um pequeno texto com as informações mais relevantes como: Nome científico, sinônimo científica, nome popular, família, parte da planta utilizada, forma de utilização, indicações, contra-indicações e efeitos adversos. Na publicação também é adicionado um texto descritivo com informações da planta, sua história, ou outras informações interessantes e curiosidades, além das referências utilizadas.

Para a elaboração das postagens são utilizadas as referências mais atuais possíveis sobre as plantas, apesar da escassez de estudos com determinadas espécies.

Além disso, há postagens sobre dicas, verdades e mitos e para dias comemorativos.

Como o exemplo há a figura 2, uma imagem de uma postagem realizada sobre a planta popularmente conhecida como Garra do diabo.



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde



FIGU

RA 2- Exemplo de postagem

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

A figura 3 é um exemplo de postagem realizada no dia 5 de maio em que se comemora o dia nacional do uso racional de medicamentos.



FIGURA 3 - Exemplo de postagem para data comemorativa

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

O perfil da LAPPITO possui 619 seguidores sendo que, como exposto no gráfico 1, a maior parte dos seguidores é de Salvador (78%), capital sede da liga acadêmica e onde há as intervenções físicas. Para utilizar esta ferramenta fez-se necessário adequar-se uma linguagem rápida e concisa.

Gráfico 1- Principais localizações dos seguidores.



Fonte: INSTAGRAM, 2019.

Descoberta ⓘ

398

Contas alcançadas
4% não estavam seguindo você

Seguiram	0
Alcance	398
Impressões	632
Da Página inicial	588
Do perfil	17
De outro	27

FIGURA 4- Alcance da publicação sobre a planta Garra do Diabo.

Fonte: INSTAGRAM, 2019

As impressões demonstram que 632 vezes esta publicação foi visualizada, seja por acessarem o perfil da LAPPITO, seja por compartilhamento, ou por olharem o feed de novas publicações. O alcance é uma estimativa, talvez não seja exata. Sendo possível que parte destes 398 contas que acessaram a publicação não foram contas que seguiam a LAPPITO ainda, mostrando a possibilidade de alcançar pessoas desconhecidas e difundir esse conhecimento.

Em 2 anos e meio de perfil no Instagram, em 2019 com nova direção, novos tipos de interações com os seguidores e abordagem diversificada do tema, pôde-se perceber um aumento rápido nas afiliações. 10

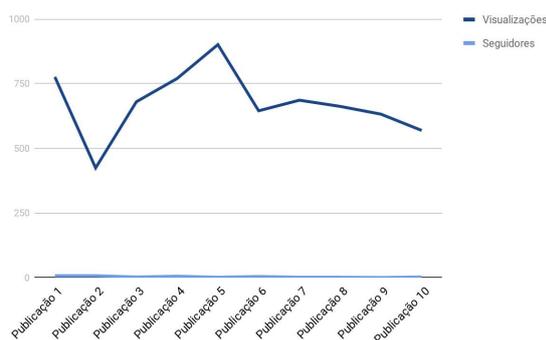


STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

publicações foram realizadas entre abril e junho, prioritariamente nas segundas-feiras.

Gráfico 2- Visualizações e seguidores das publicações dos meses de abril a junho de 2019.



Fonte: INSTAGRAM,2019 (adaptado).

O quantitativo dos usuários que começaram a seguir o perfil através das publicações entre abril e junho de 2019 variam entre 0 e 7 seguidores. Porém as visualizações, que correspondem o quantitativo de usuários que seguem o perfil e que não seguem o perfil variam entre 424 e 901. Sendo a maior publicação visualizada, número 5, uma publicação para o dia das mulheres que continha um aviso de cuidado para mulheres grávidas sobre a Erva doce e o Boldo. Enquanto a menor visualizada, publicação 2 com 424, continha informações em comemoração do dia do uso racional de medicamentos e as interações medicamentosas.

Ao escolher temas para as palestras, eventos criados com o apoio da liga, enquetes com temas relevantes também são realizados, isso permite que as ações sejam direcionadas e agradem ao público, que têm interesse no assunto.

Algumas dificuldades como, o marketing ser exclusivamente feito pelos seguidores para outros seguidores, e por isso provoca certo atraso para que outras pessoas tomem conhecimento da existência do perfil. Não é possível saber se realmente as pessoas estão tendo êxito em adquirir esse conhecimento que é o objeto do projeto, pois não há questionários realizados sobre isso com os seguidores. Outro fator

limitante é o fato de que para acessar a publicação realizada no perfil o usuário precisa estar inscrito na rede social, logo impossibilita o acesso por aqueles que não possuem uma conta ainda.

Apesar de tudo, é uma iniciativa que aproxima aqueles que não sabem onde pesquisar, ou que não detêm desta habilidade por motivos diversos, a ter acesso às informações que podem fazer relevância para a vida pessoal. As informações por serem sobre plantas diversas atingem várias faixas etárias, grávidas, e traz a responsabilidade de não incentivar a automedicação. Entre as recomendações sempre está a de que o paciente deve sempre avisar ao médico sobre o uso de alguma planta para impedir possíveis interações medicamentosas.

Um artigo realizado por Bandeira Neto et al.[2018] demonstrou resultados satisfatórios em atingir o público utilizando a rede social para promoção de educação em saúde. Apesar de utilizar o facebook, e alguns banners com temas não relacionados diretamente a plantas medicinais e fitoterápicas como, infarto agudo do miocárdio, cefaleia, desmaios, intoxicações medicamentosas e queimaduras, também obtiveram o sucesso em difundir informações para a comunidade.

Com temática parecida, o estudo de Sá Kellen Miranda et al [2018] utilizando uma página no facebook para difundir conhecimentos sobre plantas medicinais, houve acessos de usuários em outros países além do Brasil. Uma possibilidade de internautas interagirem entre si sobre algum tema, em buscas das respostas nos comentários.



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

3.2 Feira de Saúde



FIGURA 5- Exposição na feira de saúde sobre os fitoterápicos no SUS
Fonte: LAPFITO, 2019.

Para a exposição, havia alguns exemplares das plantas que estavam sendo abordadas. Para a maior compreensão do que estava sendo dito pelas participantes responsáveis para a apresentação do tema, havia algumas fotos do corpo humano, dividido em sistemas. Cada planta era explicada e exemplificada com uma das fotos. Figura 6.



FIGURA 6- Exemplares das plantas e sistemas do corpo humano na feira de saúde
Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

A utilização desses aparatos foi útil considerando a diversidade de faixa etária. Na feira havia crianças e adultos que demonstraram muito interesse em compreender mais sobre o tema. Pelo fato da feira de saúde ter sido aberta ao público, além de profissionais de saúde e de estudantes de diversas áreas, se buscou utilizar uma linguagem simplificada, o que possibilitou grande participação dos presentes. Orientações foram

dedas e dúvidas foram respondidas. A abordagem utilizada teve o impacto que era esperado e mais convites foram realizados a liga para palestras em escolas, e outros eventos.

As feiras de saúde demonstram ser uma forma de estreitar os laços entre os acadêmicos da área da saúde e a comunidade, e possibilita o convívio do estudante com as demandas que ocorrerão pelas pessoas quando for um profissional da área [CYRINO et al. 2004].

Feiras de saúde demonstram ser importantes espaços de aprendizagem para a comunidade, estudantes e profissionais envolvidos, aprimoramento de seus conhecimentos pelas trocas de saberes e experiências.

4. Conclusão

Pode-se dizer que o objetivo está sendo alcançado, difundindo conhecimento científico sobre plantas medicinais e fitoterápicas para o maior público possível no ambiente virtual e fora dele. Contribuindo, assim para a educação em saúde da população, enquanto ferramenta que possui crescimento de utilização a cada dia.

Espera-se que ao decorrer do tempo, mais pessoas tenham acesso ao perfil, compartilhem e passem a informação para outros que necessitam.

Agradecimentos

Os autores gostariam de agradecer a UNEB, a liga acadêmica, pelo empenho de realizar atividades pensando na comunidade. Agradecemos a nossa orientadora Alessandra Guedes pela ajuda e empenho na construção das atividades da liga.



STAES19'

Seminário de Tecnologias Aplicadas em Educação e Saúde

Referências

- AGUIAR, Adriana. Instagram: saiba tudo sobre esta rede social! Disponível em: Acesso em: 26 maio 2018.
- ALONSO, R. J. Tratado de fitomedicina: bases clínicas y farmacológicas. Buenos Aires: ISIS, 1998. 1039 p.
- BANDEIRA NETO; Pinto, Ebenézer et al. Utilização de mídias digitais como meio de educação em saúde no contexto de emergências: extensão universitária. **Cidadania em Ação: Revista de Extensão e Cultura**, [S.l.], v. 2, n. 2, p. 47-58, dez. 2018.
- BATISTA, L.M.; VALENÇA, A.M.G. A Fitoterapia no Âmbito da Atenção Básica no SUS: Realidades e Perspectivas. Pesquisa brasileira em Odontopediatria e Clínica integrada, v. 12, n. 2, p. 293-296, 2012.
- BATISTA, L. M.; VALENÇA, A. M. G. A Fitoterapia no Âmbito da Atenção Básica no SUS: Realidade e Perspectiva. *Pesq Bras Odontoped Clin Integr*, João Pessoa, v. 12, nº 2, 2012.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 971, 3 de maio de 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. RDC Nº 26, DE 13 DE MAIO DE 2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção a Saúde Departamento de Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica. Práticas Integrativas e Complementares: plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica. Brasília, 2012.
- CYRINO, E. G. TORALLES-PEREIRA, M. L. Trabalhando com estratégias de ensino-aprendizado por descoberta na área da saúde: a problematização e a aprendizagem baseada em problemas. Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 20, n. 3, p. 780- 788, 200.
- MAANEN, J. V. Reclaiming qualitative methods for organizational research: a preface, In *Administrative Science Quarterly*.v. 24.nº4.Dcember.1979 b.pp. 539-550.
- NEVES; J. L. Pesquisa Qualitativa-características, usos e possibilidades. *Caderno de Pesquisa*.São Paulo.v.1.nº 3.2ºsem./1996.
- PRYBUTOK, G.; RYAN, S. Social media: The Key to Health Information Access for 18- to 30-Year-Old College Students. *CIN: Computers Informatics Nursing*, vol. 33, no. 4, p. 132-141, apr. 2015.
- SANTOS, R.L. et al . Análise sobre a fitoterapia como prática integrativa no Sistema Único de Saúde. **Rev. bras. plantas med.**, Botucatu , v. 13, n. 4, p. 486-491, 2011..
- SÁ, Kellen Miranda et al. Mídias Sociais como ferramenta de apoio às práticas integrativas em saúde na área de plantas medicinais. **VITTALLE - Revista de Ciências da Saúde**, [S.l.], v. 30, n. 1, p. 144-151, jul. 2018. ISSN 2177-7853.