

PERCEPÇÕES SOBRE O CONSUMO DE CHÁS MEDICINAIS: OLHARES SOBRE CULTURA E SAÚDE POPULAR

**Autores: Filipe Teixeira Pinheiro de Souza¹, Ana Vitória Oliveira Machado²,
Jailson Mauricio Pinto², Karla Maria Pedra de Abreu¹**

¹ Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Espírito Santo, Rodovia ES-482 (Cachoeiro-Alegre, Km 72 – Rive), Alegre - ES, 29500-000, Brasil, autor1filipeteixeira156@gmail.com, autor4 karla.abreu@ifes.edu.br.

² Universidade Federal do Espírito Santo, Alto Universitário, S/N, Guararema, Alegre - ES 29500-000, Brasil, autor2anavitoria.pharma@gmail.com, autor3jailsonecop@hotmail.com

Resumo

Este trabalho investigou as percepções sobre o consumo de chás medicinais entre estudantes da Educação de Jovens e Adultos (EJA), com foco na articulação entre saberes populares e educação científica. A pesquisa, de natureza qualitativa e exploratória, foi realizada em uma aula de Biologia com duração de 60 minutos, utilizando questionários estruturados, aula expositiva e roda de debates. Os resultados indicaram que o consumo de chás está fortemente vinculado à tradição oral e à cultura familiar, com preferência por ervas naturais e interesse em aprofundar o conhecimento sobre fitoterapia. Apesar da crença nos benefícios terapêuticos, foram identificadas dúvidas quanto à eficácia e segurança dos chás medicinais. A abordagem pedagógica mostrou-se eficaz na promoção da alfabetização científica e valorização dos saberes tradicionais. Conclui-se que oficinas e projetos interdisciplinares podem potencializar o aprendizado e fortalecer o vínculo entre ciência, cultura e saúde popular.

Palavras-chave: Fitoterapia. Educação científica. Práticas culturais. Interdisciplinaridade.

Área do Conhecimento: Biológicas (INID)

Introdução

O uso de plantas medicinais como recurso terapêutico é uma prática ancestral que permanece viva nas comunidades, sendo transmitida comumente por meio oral, em meio a bate-papos. No Brasil, a fitoterapia tem sido reconhecida como prática integrativa no Sistema Único de Saúde (SUS), impulsionada pela ampla biodiversidade e pelo baixo custo associado ao tratamento, além do incentivo governamental à pesquisa e à implementação de programas de saúde que valorizem o conhecimento tradicional (Silva et al., 2011).

No campo educacional, a abordagem da fitoterapia tem se mostrado uma estratégia eficaz para promover a alfabetização científica, especialmente em projetos pedagógicos que articulam teoria e prática. Essas iniciativas permitem que os estudantes desenvolvam uma compreensão crítica, integrando saberes empíricos e fundamentos científicos (Schäeffer et al., 2017).

A Educação de Jovens e Adultos (EJA) representa um espaço privilegiado para o diálogo entre ciência e cultura, considerando a bagagem de experiências dos alunos e sua relação direta com práticas tradicionais de cuidado. A valorização desses saberes no ambiente escolar contribui para o fortalecimento da identidade cultural e para a construção de conhecimentos significativos sobre saúde e bem-estar (Alves; Silva; Tavares, 2024).

Diante desse cenário, o presente trabalho tem como objetivo investigar as percepções sobre o consumo de chás medicinais entre estudantes da EJA, buscando compreender como os saberes populares dialogam com a educação científica e quais impactos essa interação pode gerar na formação dos alunos.

Metodologia

O presente estudo adotou uma abordagem qualitativa e exploratória, visando investigar as percepções de consumo de chás medicinais entre estudantes da EJA da Escola Estadual de Ensino

A Ciência do **NANO** e seu impacto transformador no **MACRO**

Fundamental e Médio de Jerônimo Monteiro. A metodologia foi estruturada a partir de estratégias didáticas que permitiram a coleta e análise de dados sobre o tema, articulando saberes populares, práticas educativas e fundamentos científicos.

A pesquisa foi realizada no contexto da disciplina de Biologia, em uma aula com duração de 60min, ministrada no dia 08 de maio de 2025. Como pré-requisito, considerou-se a bagagem cultural dos alunos relacionada ao conhecimento empírico sobre plantas medicinais, permitindo um diálogo entre ciência e tradição.

Para a coleta de dados, foi aplicado um questionário impresso com perguntas estruturadas, a fim de identificar o nível de conhecimento prévio dos alunos sobre chás medicinais. Em seguida, foi conduzida uma aula expositiva, apresentando o conceito de fitoterapia, sua etimologia, contexto histórico e diferenciação entre os métodos de infusão e decocção.

Além da abordagem teórica, a metodologia contemplou uma roda de debates, incentivando a participação ativa dos alunos na troca de experiências e opiniões sobre os efeitos terapêuticos dos chás. Durante esse momento, foram levantadas questões sobre a relação entre medicina popular e ciência, bem como os impactos da fitoterapia na saúde pública.

Os recursos utilizados na pesquisa incluíram computador, projetor para apresentação de slides, controle de slides e material impresso, garantindo suporte didático para a exposição do conteúdo e interação com os participantes.

A análise dos dados foi realizada a partir da interpretação das respostas dos questionários e das discussões emergentes durante os debates. Buscou-se identificar padrões de conhecimento, crenças e lacunas na compreensão sobre fitoterapia, visando a elaboração de reflexões sobre a importância da educação científica na disseminação de informações sobre plantas medicinais.

Resultados

A análise dos dados obtidos revela um panorama significativo sobre o consumo de chás medicinais entre os estudantes da EJA. Embora a maioria dos participantes tenha indicado que consome chás apenas algumas vezes por mês ou raramente, esse dado não deve ser interpretado como desinteresse ou desconhecimento. Ao contrário, ele aponta para um uso pontual e estratégico, em que os chás são acionados como recurso terapêutico diante de situações específicas, como sintomas físicos ou momentos de estresse.

A partir do questionário aplicado, os tipos de ervas mais citados foram: hortelã (25%), camomila (20%), erva-cidreira (15%), gengibre (10%) e 30% responderam outros. São plantas tradicionalmente associadas ao relaxamento, à digestão e ao alívio de dores leves, o que indica que os estudantes reconhecem e valorizam os efeitos terapêuticos dessas espécies. Além disso, a presença de outras ervas menos comuns sugere uma diversidade de repertórios culturais e uma abertura à experimentação, o que pode ser explorado pedagogicamente como ponto de partida para discussões sobre biodiversidade, saberes locais e práticas sustentáveis.

As motivações para o consumo dos chás também revelam camadas importantes de sentido. O relaxamento aparece como principal razão, seguido pelo alívio de sintomas físicos e pela influência familiar. Esses dados indicam que o uso de plantas medicinais não é apenas uma escolha racional, mas também uma prática carregada de simbolismo, afetividade e tradição. Muitos estudantes relataram que aprenderam sobre os chás com familiares, especialmente avós e pais, o que reforça o papel da oralidade e da transmissão intergeracional na construção do conhecimento sobre fitoterapia.

A preferência por chás naturais, preparados com ervas frescas ou secas, em detrimento dos industrializados, revela uma valorização da autenticidade e da conexão com a natureza. Essa escolha pode ser interpretada como uma crítica implícita à medicalização excessiva e ao consumo de produtos processados, apontando para uma busca por alternativas mais sustentáveis e alinhadas com o bem-estar. Além disso, essa prática pode ser vista como uma forma de resgate cultural, especialmente em contextos onde o conhecimento tradicional foi historicamente marginalizado ou desvalorizado.

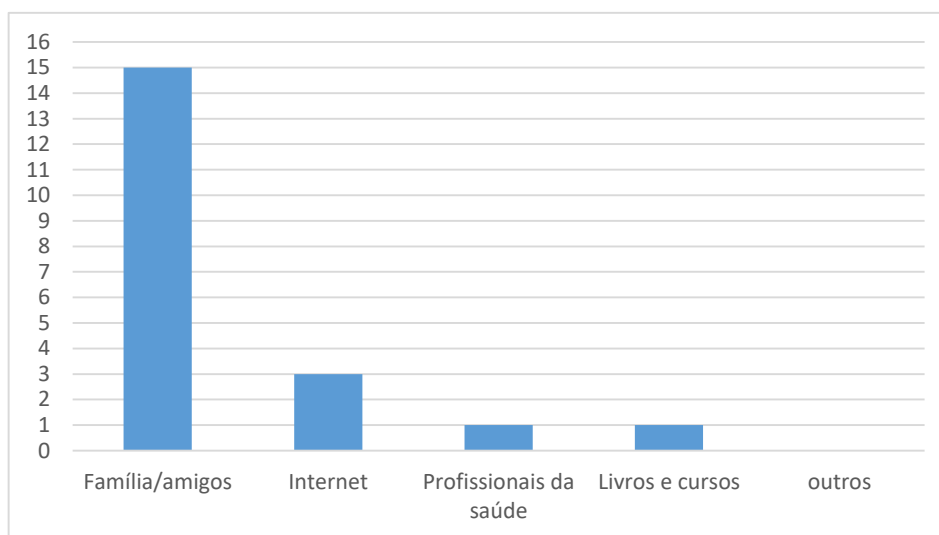
No que diz respeito aos efeitos colaterais, a maioria dos estudantes afirmou nunca ter tido problemas com o uso de chás medicinais. Os poucos casos relatados incluíram desconfortos digestivos e uma única ocorrência de reação alérgica. Esse dado reforça a percepção de segurança no uso das plantas medicinais, mas também levanta questões sobre o nível de informação disponível aos estudantes, especialmente no que diz respeito a interações medicamentosas, contraindicações e dosagens. A ausência de problemas pode ser real, mas também pode indicar uma subnotificação ou

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

desconhecimento dos riscos, o que reforça a importância de integrar esse tema ao currículo escolar de forma crítica e acessível.

O gráfico 1, revela que a maioria dos estudantes obtém conhecimento sobre chás medicinais por meio da família e dos amigos, seguido pela internet. Esse resultado evidencia a centralidade da tradição oral e da experiência compartilhada como forma legítima de saber. A escola, nesse contexto, pode atuar como ponte entre o saber popular e o saber científico, promovendo o diálogo entre diferentes epistemologias e combatendo preconceitos que ainda cercam a medicina tradicional.

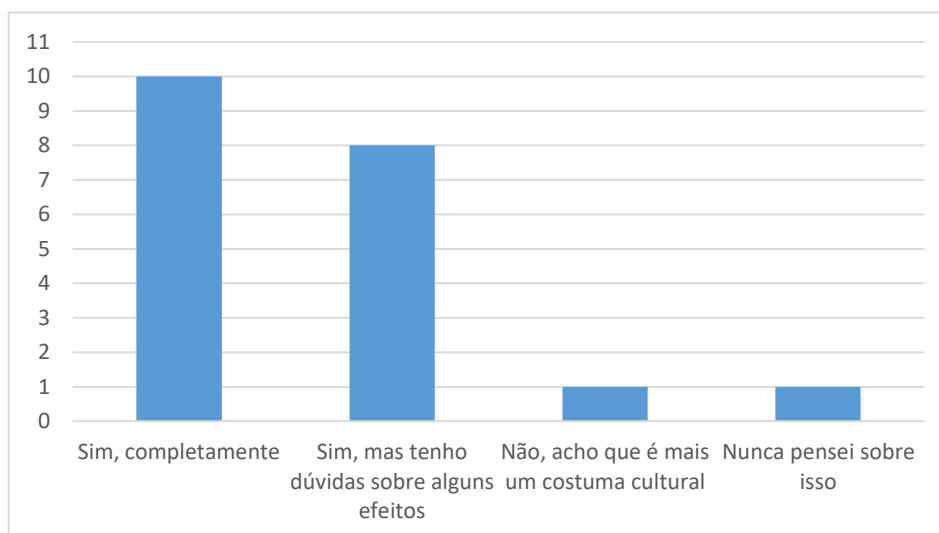
Gráfico 1 - Onde você costuma obter informações sobre chás medicinais?



Fonte: Os autores, 2025.

Já o gráfico 2, mostra que a maioria dos estudantes acredita plenamente em seus efeitos positivos, enquanto outros expressam dúvidas ou ceticismo. Essa crença generalizada revela que os chás ocupam um lugar de confiança simbólica na vida dos participantes, funcionando como recurso terapêutico, emocional e cultural. As dúvidas, por sua vez, indicam espaço para formação crítica, onde o conhecimento científico pode dialogar com a experiência pessoal, sem deslegitimar os saberes tradicionais.

Gráfico 2 - Você acredita nos benefícios dos chás medicinais?



Fonte: Os autores, 2025.

A Ciência do **NANO** e seu impacto transformador no **MACRO**

Por fim, quando questionados sobre o interesse em aprender mais sobre chás medicinais, os estudantes apresentaram respostas diversas, mas a maioria demonstrou abertura para participar de oficinas temáticas e atividades educativas. Esse dado é promissor, pois revela que há potencial pedagógico para trabalhar a fitoterapia como eixo interdisciplinar, envolvendo ciências, história, geografia e até literatura. A receptividade dos estudantes indica que, quando o conteúdo é contextualizado e respeita suas vivências, ele se torna significativo, transformador e capaz de fortalecer vínculos entre escola, cultura e saúde.

Discussão

Os resultados da pesquisa evidenciam que o consumo de chás medicinais entre os estudantes está fortemente associado a fatores culturais e familiares. A maioria dos participantes indicou que obtém informações sobre chás medicinais por meio de familiares e amigos, o que reforça a influência da tradição oral na disseminação do conhecimento sobre fitoterapia. Esse dado corrobora estudos anteriores que apontam a relevância dos saberes populares na construção do conhecimento sobre plantas medicinais (Souza; Rodrigues, 2020).

Outro aspecto relevante identificado na pesquisa foi a preferência dos estudantes por chás naturais em detrimento dos industrializados. Esse comportamento pode estar relacionado à percepção de que os chás naturais possuem maior eficácia terapêutica e menos aditivos químicos, conforme apontado por estudos sobre o consumo sustentável de plantas medicinais. Além disso, a valorização de práticas naturais e ecológicas tem sido cada vez mais incentivada no contexto educacional, promovendo uma maior conscientização sobre os benefícios das ervas medicinais para a saúde e o meio ambiente (Alves et al., 2024).

A análise dos dados também revelou que, embora a maioria dos estudantes acredite nos benefícios dos chás medicinais, há uma parcela significativa que expressa dúvidas sobre seus efeitos. Esse resultado sugere a necessidade de uma abordagem educativa mais aprofundada sobre o tema, incluindo informações científicas que possam esclarecer mitos e fornecer embasamento teórico sobre a fitoterapia. Estudos indicam que a integração entre ciência e saberes tradicionais pode contribuir para uma compreensão mais crítica e fundamentada sobre o uso de plantas medicinais (Schaeffer et al., 2025).

Além disso, a pesquisa demonstrou um interesse considerável dos estudantes em aprender mais sobre chás medicinais, seja por meio de cursos, palestras ou conteúdo online. Esse dado reforça a importância de iniciativas pedagógicas que promovam o ensino sobre fitoterapia de forma acessível e interativa. Projetos educacionais que envolvem o cultivo sustentável de ervas medicinais nas escolas têm se mostrado eficazes na construção do conhecimento e na valorização da biodiversidade (Tavares et al., 2024).

Conclusão

De acordo com os resultados obtidos, foi possível perceber que os saberes populares sobre o consumo de chás medicinais entre estudantes da EJA não apenas persistem como prática cultural, mas também se mostram abertos ao diálogo com a educação científica, revelando potencial para enriquecer a formação dos alunos por meio de abordagens pedagógicas que valorizem seus conhecimentos prévios. A realização de oficinas sobre chás medicinais pode ser uma estratégia promissora para aprofundar o aprendizado dos estudantes, permitindo a experimentação prática e o desenvolvimento de habilidades investigativas. A implementação de atividades interdisciplinares, que relacionem biologia, química e cultura, pode fortalecer o engajamento dos alunos e ampliar sua compreensão sobre os impactos da fitoterapia na saúde pública.

Referências

ALVES, J. P.; SANTOS, R. M.; LIMA, T. F. Educação científica e consumo sustentável de plantas medicinais na escola. *Revista Educação & Saúde*, v. 18, n. 1, p. 33–47, 2024.

ALVES, J.; SILVA, M. R.; TAVARES, L. S. A valorização dos saberes populares na Educação de Jovens e Adultos: o uso de plantas medicinais como prática pedagógica. *Revista Brasileira de Educação Popular*, v. 19, n. 1, p. 45–60, 2024.

SCHAEFFER, D. J.; OLIVEIRA, M. A.; COSTA, F. A. Fitoterapia e alfabetização científica: uma proposta de integração entre saberes. *Revista Ciência em Foco*, v. 20, n. 3, p. 221–238, 2025.

SCHAEFFER, D. J.; OLIVEIRA, M. A.; COSTA, F. A. Horta escolar e alfabetização científica: o uso de plantas medicinais como recurso didático. *Ciência & Educação*, v. 23, n. 2, p. 389–406, 2017.

SILVA, T. C.; PEREIRA, M. G.; LIMA, R. S. Políticas públicas e fitoterapia no SUS: avanços e desafios. *Revista Saúde em Debate*, v. 35, n. 91, p. 124–132, 2011.

SOUZA, M. A.; RODRIGUES, F. C. Saberes populares e fitoterapia: uma abordagem cultural sobre o uso de plantas medicinais. *Revista Brasileira de Práticas Integrativas*, v. 12, n. 2, p. 101–115, 2020.

TAVARES, L. S.; MELO, C. A.; SILVA, M. R. Hortas escolares e o ensino de fitoterapia: caminhos para a valorização da biodiversidade. *Revista Brasileira de Educação Ambiental*, v. 16, n. 2, p. 89–104, 2024.

Agradecimentos

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.