

## Sobre plantas medicinais

O uso de plantas com fins medicinais é tão antigo quanto a própria história da humanidade. O convívio íntimo e intenso com a natureza fez com que os primeiros seres humanos tivessem um profundo entendimento e domínio dos elementos ao seu redor, acumulando um enorme conhecimento sobre a diversidade animal e vegetal, e as propriedades de cada uma das espécies, seja para fins alimentícios, utilitários, ou medicinais. Assim, foi possível a descoberta e catalogação de inúmeras plantas com propriedades medicinais e, ao longo do tempo, a identificação das partes que contem maior quantidade de princípios ativos, seja raiz, caule, folha, flores, frutos ou sementes, e o desenvolvimento das melhores formas de se extrair esses princípios, seja por infusões, pomadas, extração ou mesmo comendo partes da planta in natura.

Entretanto, com o advento da industrialização e intensificação dos processos de urbanização, ocorreu uma fuga de pessoas das zonas rurais, e por consequência, uma desconexão dessas pessoas com o mundo natural e uma ligação com o ambiente urbano, completamente antropizado. Este movimento exigiu uma série de transformações nos modos de vida dos habitantes da cidade, agora preocupados em trabalhar, acumular capital e troca-lo por bens e serviços. Esta lógica, aliada a uma mentalidade de valorização do "novo", do tecnológico, do processado, rápido e fácil, fez com que conhecimentos tradicionais fossem relegados, considerados arcaicos, de um passado que estava rapidamente sendo substituído pelo "progresso" e pela "civilização". Assim, surgiram novas formas de se alimentar, de morar e de cuidar da saúde de uma maneira individualista e totalmente desconectada de nós mesmos e do nosso entorno. Porém, podemos observar atualmente uma tentativa de se reverter esta lógica antropocentrista/utilitarista que desconecta o ser humano dos seres e processos naturais que não possuem um uso direto na cadeia produtiva e no mercado, criando novas formas de se ver o mundo e resgatando formas tradicionais, menos predatórias, de se produzir e usufruir dos bens da natureza. O crescente interesse das pessoas pelas PANCS, Plantas Alimentícias Não Convencionais, é um primeiro sinal de uma mudança de percepção do ambiente que esta ao nosso redor. Onde antes víamos "mato", crescendo em calçadas e terrenos baldios, a retomada de conhecimentos tradicionais permite agora chama-lo de comida, agregando valor a locais antes considerados ociosos e promovendo a diversidade biológica e de fontes de alimentação, garantindo assim, maior segurança alimentar. Processo semelhante também ocorre com as plantas que possuem propriedades medicinais, muitas delas também alimentícias e não convencionais no ambiente urbano. O

resgate do conhecimento sobre estas plantas permite uma maior conexão com o ambiente em que vivemos e também uma maior percepção e conhecimento dos processos que ocorrem em nosso organismo, visando uma compreensão integral do bem-estar, da doença e da cura. Este interesse pelo resgate do conhecimento tradicional também teve desdobramentos na Academia, com o desenvolvimento da Etnobotânica e Etnofarmacologia, ramos da ciência interessados em compreender o papel e os usos das plantas em comunidades tradicionais, seja na alimentação, fabricação de utensílios, moradia ou rituais, e no caso específico da Etnofarmacologia, seu uso medicinal. Com isso, foi possível compreender melhor os usos e corroborar as práticas tradicionais, dando suporte e maior credibilidade aos tratamentos fitoterápicos alternativos.

Contudo, não devemos ser ingênuos quanto à realidade dos tratamentos com plantas medicinais e muito menos ignorar seus possíveis riscos. Como já dizia o velho ditado: "a diferença entre o veneno e o remédio esta na dose", assim, devemos sempre estar atentos às receitas e formas de uso dos fitoterápicos, seguindo as orientações de alguém experiente, que conheça a fundo as plantas medicinais e suas propriedades, para não correremos os riscos de alguma intoxicação ou efeito adverso. Portanto, devemos respeitar este conhecimento e ter muito cuidado ao nos apropriarmos dele, valorizando e respeitando sua origem e tradição, e principalmente as pessoas que resistiram tanto tempo guardando consigo este saber, apesar das inúmeras forças contrárias e contra todas as sortes, e que agora podem nos oferecer um conhecimento poderosíssimo e de valor imensurável.

*Victor Keller*