

Revista da

# adaph

Fruticultura  
Viticultura  
Olivicultura  
Horticultura Herbácea  
Horticultura Ornamental

Associação Portuguesa de Horticultura

ISSN - 1646 - 1290 - Publicação Trimestral - Preço de venda: 5 € - N.º 98 Julho - Agosto - Setembro 2009

**INFLUÊNCIA LUSA NA OLERICULTURA BRASILEIRA**

**INTERVENÇÕES EM VERDE NA VINHA**

**FOTOPESTICIDAS VEGETAIS**

**PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS: USOS E SABERES DE SEMPRE**

**VIVEIROS ARBORLUSITANIA - ENTREVISTA**

# PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS: USOS E SABERES DE SEMPRE, PERSPECTIVAS ACTUAIS E DE FUTURO

Ana Maria Carvalho & Margarida T. Ramos

*Os saberes e práticas tradicionais associados às plantas aromáticas e medicinais, transmitidos ao longo de gerações, são fontes de informação relevantes para a produção e aplicação industrial das espécies. A metodologia etnobotânica facilita o inventário e registo do conhecimento empírico, como se demonstra com a apresentação dos principais resultados obtidos em vários projectos levados a cabo no Nordeste Transmontano.*

O uso de plantas aromáticas e medicinais (PAM) tem uma tradição milenária, tanto num contexto local como alargado, e particularmente na medicina popular do mediterrâneo, bem documentada nas obras de Hipócrates e de Dioscórides, onde se mencionam espécies, virtudes e usos que ainda hoje formam parte do domínio cultural de muitas regiões e estão patentes no conhecimento empírico dos seus habitantes.

Nos últimos anos, assiste-se a um renovado interesse pelas PAM, que em

certa medida, acompanha a divulgação e adopção de preocupações ecológicas e a busca de alternativas à medicina convencional. Contudo, ao crescente interesse por estas plantas nem sempre corresponde o investimento na produção, na tecnologia, e no processamento e aprovisionamento de matérias-primas. No caso português, ressalve-se o trabalho notável desenvolvido por alguns técnicos e pequenas empresas instaladas há vários anos no sector da produção e comercialização de PAM.

Por outro lado, é fácil encontrar à venda material de qualidade duvidosa, mal identificado, incorrectamente conservado e sem registo de proveniência, para já não falar da venda sem controlo de plantas secas, recolhidas por amadores, produtos que apresentam, em geral, elevada heterogeneidade e qualidade deficiente, e que são obtidos por colheita de material silvestre, cujo impacto ambiental, económico e social não é conhecido e avaliado.

As potencialidades, diversidade de aplicações e virtudes terapêuticas de várias espécies de PAM são frequentemente apontadas como uma alternativa para a revitalização das zonas rurais, afectadas por alterações dos sistemas agrários que derivam em mudanças socioeconómicas e no abandono de actividades tradicionais.

Devido às numerosas propriedades e aos princípios activos (compostos do metabolismo primário e secundário das plantas) presentes, considera-se (Palacio, 2000) que as PAM proporcionam importantes benefícios tanto ambientais, como económicos e sociais, além



Pojinha (*Thymus pulegioides*), a infusão das inflorescências alivia constipações e catarro.

de terem ampla utilização na indústria alimentar, farmacêutica e cosmética.

Muitos dos produtos derivados de plantas empregues correntemente foram testados e usados por gerações de utilizadores de todo o mundo. O conhecimento empírico relativo às PAM revela-se assim uma ferramenta basilar para o seu aproveitamento, nomeadamente nos domínios da fitoterapia e da etnofarmacologia (fig. 1), porque permite compreender as razões do uso e selecção de determinadas espécies pelas populações, ajustar indicações terapêuticas e formas de administração, prevenir riscos e efeitos adversos e ainda inferir novas tendências e aplicações como alternativa/complemento à medicina convencional.

## PAM - COMPREENDER E REGISTAR O CONHECIMENTO EMPÍRICO

A Etnobotânica é um domínio de investigação interdisciplinar que estuda as interações entre o homem e as plantas, centrando-se no modo como o universo vegetal é percebido e manipulado nas sociedades humanas. Como em qualquer outra área, os estudos etnobotânicos precisam de suporte conceptual e metodológico de modo a respeitarem certos padrões facilmente reconhecidos pela comunidade científica nacional e internacional, nomeadamente no que se refere à capacidade de descrever e quantificar a informação conseguida. A posterior aplicação dessa informação, tanto em contexto agrónomico ou de investigação aplicada, como em projectos de desenvolvimento rural põe em evidência a multiplici-

dade de contribuições geradas por este tipo de estudos (Heinrich et al., 2009)

A recolha de informação etnobotânica obedece a requisitos mínimos de ordem ética e metodológica (Heinrich et al, 2009) e baseia-se no cruzamento de métodos e técnicas características de várias áreas científicas, como por exemplo, a botânica, a ecologia, a antropologia, a fitofarmacologia e a estatística (Martin, 1995; Alexiades, 1996). Combinam-se técnicas de selecção de áreas de estudo e de participantes (os informantes), técnicas de inquirição e observação das ciências sociais, métodos de inventariação da vegetação e herborização da flora e estratégias de amostragem e colheita de material para estudos químicos.

Em Portugal, ao contrário do que acontece na vizinha Espanha, a dinâmica e evolução dos usos da flora silvestre e cultivada, e concretamente das PAM, e o conhecimento tradicional associado a estes recursos não têm sido tratados de forma sistemática, recorrendo a metodologias bem definidas e análogas. Este facto dificulta a comparação dos resultados obtidos pelos diversos autores e não permite avaliar a continuidade e vigência do conhecimento e as principais mudanças ocorridas relativas aos saberes e práticas.

Tendo em conta tudo o que foi referido anteriormente, a Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Bragança desenvolveu vários projectos que se centraram na elaboração de um catálogo da Etnoflora do Nordeste Transmontano, na recolha e documentação de usos e nomenclatura popular e nas percepções e saberes associados ao universo vegetal em colaboração com outras entidades regionais (Parques Naturais de Montesinho e Douro Internacional), nacionais (Centro em Rede de Investigação em Antropologia) e internacionais (Real Jardín Botánico e Universidad Autónoma de Madrid).

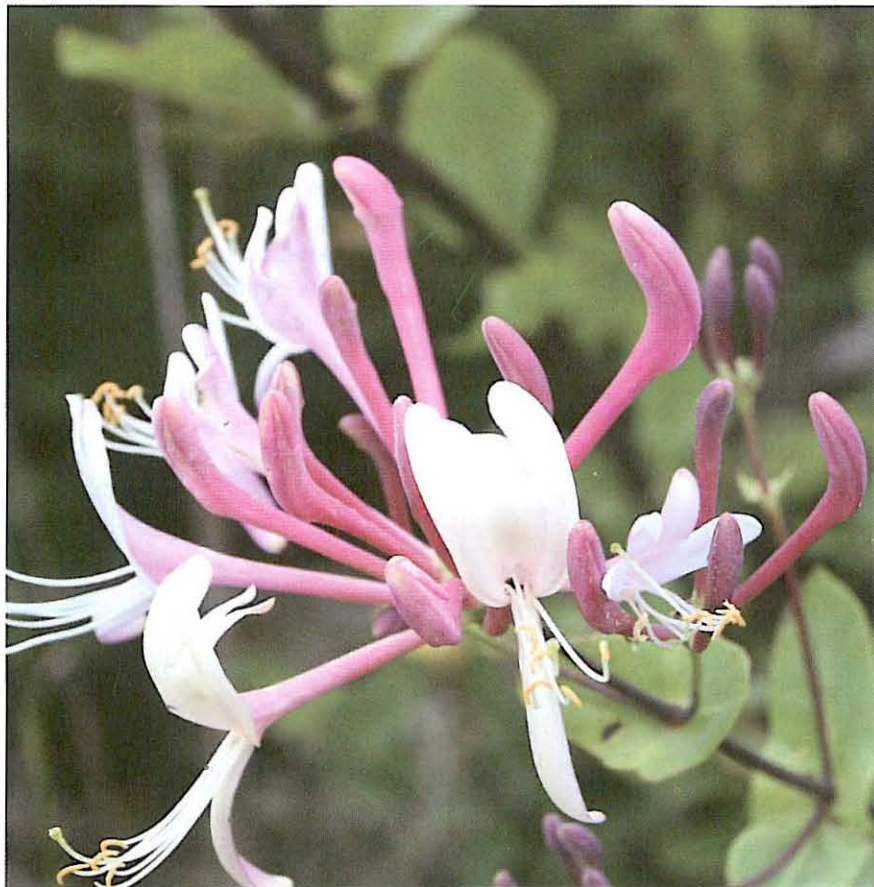


Figura 1 - Madressilva, os frutos usavam-se para aliviar problemas respiratórios e dores musculares.

## O INVENTÁRIO DE ESPÉCIES E A RECOLHA DE SABERES E USOS

Ao longo de 10 anos, realizaram-se estudos etnobotânicos nas aldeias do Nordeste Transmontano. Aplicaram-se três tipos de entrevistas, abertas, semi-estruturadas e estruturadas (fig. 2), e organizaram-se diversas sessões de observação participante, discussão de grupo, confrontação com plantas previamente colhidas e com listas de espécies frequentemente citadas, exercícios de caracterização livre (*free-listing* e *pile-sorting*), recolhas de material de herbário, frutos, sementes e material seco conservado pelos participantes, colheita de amostras para análise química.

A informação relativa aos modos de utilizar as plantas foi agrupada de forma artificial em dez categorias de uso (medicinal, alimentar, industrial, por exemplo) para sistematizar e comparar os dados obtidos. Toda a informação compilada e relativa às espécies, usos, saberes e práticas foi introduzida numa base de dados relacional elaborada com o programa FileMaker Pro, que além de facilitar a pesquisa e consulta permite fazer cálculos simples e descrever e analisar estatisticamente os resultados (Carvalho, 2005).

O material herborizado, que se encontra depositado no Herbário da Escola Superior Agrária de Bragança (BRESA), foi identificado e classificado com base nos critérios de várias obras de referência (Castroviejo et al., 1986 – 2008; Franco, 1971 e 1984; Franco & Rocha Afonso, 1994, 1998 e 2003; Coutinho, 1939; Aizpuru et al., 1999).

O catálogo preliminar da Etnoflora do Nordeste Transmontano reúne já cerca de 400 taxa de plantas vasculares e 20 espécies de fungos e líquenes. Aproximadamente 55% do material inventariado corresponde a espécies silvestres e o restante a espécies cultivadas pelo seu interesse alimentar ou pelo seu contributo para a economia familiar e regional. Encontra-se registado um total de 1550 aplicações dos taxa catalogados, relativas a 850 usos específicos, organizados por categorias de uso (Carvalho, 2005; Ramos, 2008; Projecto POCI/ANT/59395/2004).



Figura 2 - Esclarecendo dúvidas com informantes em aldeia de Bragança.

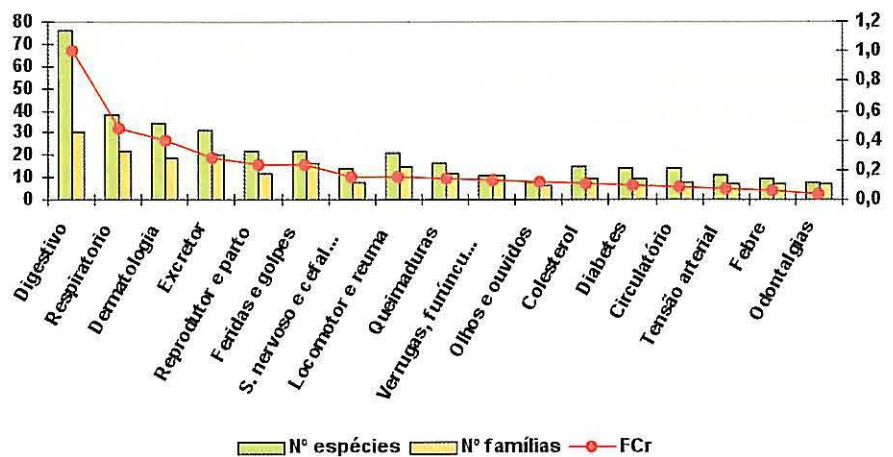


Figura 3 - Plantas medicinais do catálogo e sistemas corporais e patologias: número de espécies e famílias, frequência de citação relativa das subcategorias e aplicações (FCr).

O conhecimento empírico e a variabilidade social do processo cognitivo de categorização de plantas baseada em diferenças de idade, género, escolarização, competências profissionais e experiências individuais estão ainda em fase de análise (Frazão-Moreira et al., 2007 e 2009).

## O PREDOMÍNIO DAS PAM NA ETNOFLORA CATALOGADA

A repartição dos taxa catalogados pelas categorias de uso definidas revela que as PAM são predominantes na Etnoflora do Nordeste Trasmontano, tanto pelo número de taxa inventariados (46% do total catalogado) como pelo número de pessoas que os mencionaram (73% dos entrevistados),

mas também pela variedade de aplicações específicas (468) que equivale ao maior número de registos por categoria. Trata-se de 180 taxa que correspondem a 135 géneros determinados e 52 famílias botânicas, dos quais 70% são silvestres e frequentes na flora ruderal do entorno das aldeias, campos agrícolas, margens dos rios e bosques.

Labiadas (15% do total de PAM catalogadas), Compostas (11%), Rosáceas (9%) e Leguminosas (5%) são as famílias botânicas mais interessantes considerando a frequência de citação, o grau de coincidência entre informantes e o número de espécies que reúnem.

Estas famílias além de serem as mais citadas são também as que apresentam o maior índice de importância relativa, o qual pondera tanto o número de espécies e seus usos como o número de informantes que as cita (Carvalho, 2005).

De acordo com 90% dos informantes, as espécies destas famílias são também as que tratam um grande número de sintomatologias ou doenças como se observa na figura 3, onde se representa a contribuição das famílias com mais de três espécies para a farmacopeia tradicional. Sobressaem os temas relacionados com o aparelho digestivo e aparelho respiratório e com as lesões de carácter dermatológico, visto que estes transtornos, além de muito frequentes, estão associados à austeridade da vida quotidiana nos meios rurais, às carências alimentares de outras épocas e à dureza dos trabalhos agro-pecuários, motivo porque se acumularam um número apreciável de conhecimentos, transmitidos de geração em geração.

É ainda de salientar a importância dada ao uso de plantas para sanar ou prevenir outro tipo de afecções como sejam o colesterol, a diabetes ou a hipertensão. A capacidade para reconhecer, discriminar e classificar estes transtornos, tal como a sua prevenção e tratamento, é relativamente nova, comparando com outras indicações terapêuticas mencionadas. A avaliação de percepções e saberes mostra que se trata de usos mais recentes, resultantes de melhor informação e cuidados médicos, ou da introdução de novas práticas por emigrantes, boticários, conterrâneos a viver nas cidades ou por outros meios de difusão, apesar de nem sempre ser claramente admitido pela maioria dos entrevistados (Carvalho, 2005, Projecto POCI).

Tendo em conta a importância relativa de cada taxon (IR), os valores normalizados da diversidade de usos e aplicações específicas e do número de citações, a figura 4 mostra as trinta espécies do catálogo que mais se destacam na categoria medicinal. A “carqueija” (*Pterospartum tridentatum*) e o linho são as espécies medicinais com maior relevância, seguidas da noqueira (*Juglans regia*), “alcária” (*Xolantha tuberaria*), “montrasto” (*Mentha suaveolens*), pericão (*Hypericum perforatum*), que se salientam também por apresentarem um certo compromisso entre a frequência de citação e fina-

lidades. A “cidreira” e o “fiolho” (*Foeniculum vulgare*) são casos interessantes por serem repetida e consensualmente mencionadas. O índice IR das restantes espécies varia pouco, o que significa que têm importância semelhante. De alguma maneira, este índice valoriza menos as espécies muito citadas, mas pouco versáteis como a “alcária”, a “cidreira”, o sabugueiro (*Sambucus nigra*)

ou a “malvela”.

De acordo com os informantes que proporcionaram mais conhecimentos e práticas, a eficácia dos preparados utilizados depende da colheita, que deve ser realizada na época e hora do dia apropriada, no estado fenológico preciso e ser também adaptada ao tipo de uso, de preparação e conservação adequada do material.

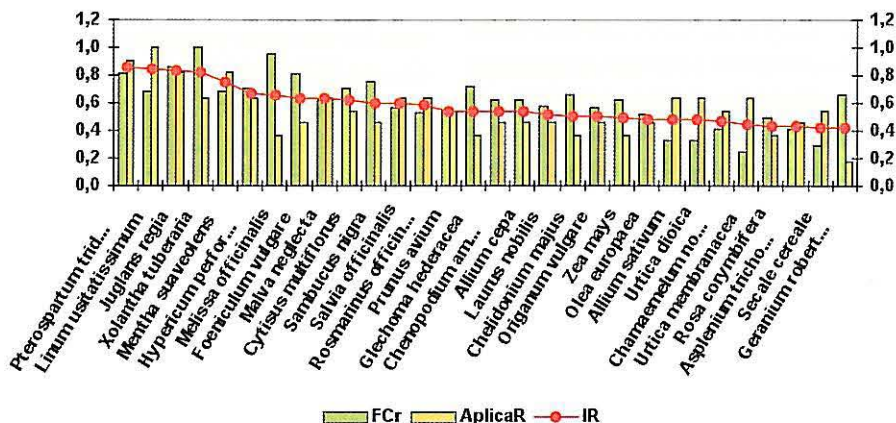


Figura 4 - Trinta espécies do catálogo com maior importância relativa (IR). AplicaR – número relativo de aplicações específicas; FCr – frequência de citação relativa



Figura 5 - Abrunheiro (*Prunus spinosa*), licor digestivo e estomacal.

Diga-se que os informantes que melhor conhecem as PAM e as suas virtudes são também aqueles que têm maior consciência dos riscos de uma utilização inapropriada, chamando constantemente a nossa atenção para a toxicidade de algumas espécies, partes de certas plantas ou misturas de outras, bem como para a importância de respeitar dosagens e intervalos de administração.

Muitas plantas usadas na medicina tradicional eram também empregues no tratamento de sintomas e afecções do gado e dos animais domésticos. Além disso, pelo menos 18 das espécies cultivadas e 39 das espécies silvestres incluídas na categoria medicinal têm também uma utilidade relevante na categoria alimentação, porque se empregam como condimento na gastronomia local e se utilizam nos adobes das carnes, do fumeiro e da caça, em conservas caseiras, no fabrico de licores e doçaria (fig. 5), na cura das azeitonas e na preparação de tisanas (Carvalho 2005; Projecto POCI).

## A ADAPTAÇÃO A NOVAS REALIDADES

Observou-se em várias aldeias que algumas plantas foram propositadamente recolhidas nos seus habitats, propagadas e cultivadas nas hortas e quintais, mais perto de casa, para facilitar a sua colheita e consumo. Estão neste caso a “hortemis” (*Tanacetum parthenium*), a “edra” (*Hedera helix*), a “malvela” (*Glechoma hederacea*), a “cheirosinha” (*Thymus zygis*), o “sal puro” (*Thymus mastichina*), o “mangérico do monte” (*Origanum virens*) ou a “bretónica” (*Mellittis melissophyllum*).

Muitas vezes esta prática deve-se ao envelhecimento da população e à maior dificuldade em percorrer os trilhos da recolha silvestre, mas foram identificados outros factores também responsáveis. Nomeadamente, a destruição das zonas preferenciais de colheita das PAM provocada pelas al-

terações nos sistemas agrários, que conduziram ao abandono e substituição de cultivos, os incêndios e os cortes da floresta, a redução da pecuária e do pastoreio e a construção de caminhos e da rede viária.

Estas plantas silvestres de introdução recente nas hortas e quintais partilham o seu espaço com outras cultivadas desde sempre e consideradas indispensáveis: a cidreira (*Melissa officinalis*), a hortelã-pimenta (*Mentha spicata*), o cravo-verde (*Mentha x piperita*), o té (*Chenopodium ambrosioides*) o limonete (*Aloysia citriodora*) e o loureiro (*Laurus nobile*).

Por outro lado, a maior facilidade de ligação viária entre as aldeias e o exterior e a grande facilidade na obtenção de informação através dos meios de comunicação social propiciou a entrada de saberes exógenos e de material vegetal proveniente de outras regiões e muitas vezes, de espécies exóticas. As novas introduções e os respectivos usos são incorporados com os



Material vegetal recolhido durante um curso de PAM (Macedo de Cavaleiros, Junho de 2008) e acção de divulgação com alunos da Escola Secundária de Fornos de Algodres (Maio de 2009).

saberes tradicionais e adaptados às necessidades dos utilizadores. Alguns exemplos são o aloé, o maracujá e a erva-príncipe (*Cymbopogon citratus*) cultivados em zonas protegidas dos quintais e usados com fins medicinais (Frazão-Moreira et al., 2007 e 2009).

## A DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS E A CONTINUIDADE DOS ESTUDOS

A experiência de 10 anos de trabalho e de contacto permanente com as populações contribui indirectamente para a valorização das PAM, dos saberes e das práticas relacionadas. A difusão do conhecimento sistematizado e dos resultados gerados pelos estudos etnobotânicos funciona, sobretudo a nível local, como um rastilho para novas ideias e acções.

Assim, no seguimento da nossa actividade e em colaboração com associações e ecomuseus têm sido organizadas diversas acções de formação e treino em Etnobotânica e de reconhecimento e identificação de PAM, dirigidas a todas as faixas etárias (fig. 6)

Os resultados obtidos permitiram também avançar com novas linhas de trabalho. O projecto Cultivos, yerbas i saberes: biodiversidade e sustentabilidade em Terras de Miranda, recentemente aprovado, promove o conhecimento, o uso sustentável e a conservação do património fitogenético em Miranda do Douro, em colaboração com o Instituto Nacional de Recursos Biológicos e envolve o Ecomuseu Terra Mater de Picote, a população, as escolas e outras instituições do Planalto. Várias candidaturas de projectos de investigação aplicada no domínio dos produtos naturais foram também submetidas. Na Escola Superior Agrária encontra-se na fase de arranque uma linha de investigação na área da fitoquímica e da fitofarmacologia.



## BIBLIOGRAFIA

- Aizpuru I, Aseginolaza C, Uribe-Echevarria PM, Urrita P & Zorrakin I. (1999). Claves de la flora del País Vasco y territorios limítrofes. Servicio central de publicaciones del gobierno Vasco.
- Alexiades MN. 1996. Selected guidelines for ethnobotanical research: a field manual. The New York Botanical Garden, New York.
- Carvalho AM. 2005. Etnobotânica del Parque Natural de Montesinho. Plantas, tradición y saber popular en un territorio del nordeste de Portugal. Tese de doutoramento, Universidad Autónoma de Madrid, España.
- Castroviejo S. (coord.) 1986-2008. Flora Iberica. Madrid: Real Jardín Botánico, CSIC.
- Coutinho AXP. 1939. Flora de Portugal (Plantas vasculares). 2ª edição. [Bertrand Irmãos, Lisboa.
- Franco JA, Rocha Afonso ML. 1994. Nova Flora de Portugal (Continente e Açores, Volume III, fascículo I (Gramineae), Escolar Editora, Lisboa.
- Franco JA, Rocha Afonso ML. 1998. Nova Flora de Portugal (Continente e Açores, Volume III, fascículo II (Alismataceae – Iridaceae), Escolar Editora, Lisboa.
- Franco JA, Rocha Afonso ML. 2003. Nova Flora de Portugal (Continente e Açores, Volume III, fascículo III.(Juncaceae – Orchidaceae), Escolar Editora, Lisboa.
- Franco JA. 1971 e 1984. Nova Flora de Portugal (Continente e Açores), Volumes I e II. Edição do Autor, Lisboa.
- Frazão-Moreira AM, Carvalho AM, Martins ME. 2007. Conocimientos acerca de plantas en la nueva ruralidad. Cambio social y agro ecología en el Parque Natural de Montesinho (Portugal). Revista Periféria, Número 7. Institut de Ciències i Tecnologies Ambientals (ICTA), Universitat Autònoma de Barcelona.
- Frazão-Moreira AM, Carvalho AM, Martins ME. 2009. Local ecological knowledge also 'comes from books': cultural change, landscape transformation and conservation of biodiversity in two protected areas in Portugal. Anthropological Notebooks, 15 (1): 27–36.
- Heinrich M, Edwards S, Moerman DE, Leonti M. 2009. Ethnopharmacological field studies: A critical assessment of their conceptual basis and methods. J. Ethnopharm, 124:1-17.
- Martin GJ. 1995. Ethnobotany: a methods manual. Chapman & Hall, London.
- Palacios L. 2000. Las plantas medicinales y aromáticas. Una alternativa de futuro para el desarrollo rural. Boletín Economico del ICE, 2652:29-40.
- Ramos MT. 2008. Património vegetal e etnobotânico do Planalto Mirandês. O caso da Freguesia de Ifanes. Tese de Mestrado, Universidade dos Açores e Instituto Politécnico de Bragança, Portugal.

## AUTORES



Ana Maria Carvalho  
anacarv@ipb.pt

Prof. Adjunto da Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Bragança  
Especialidade: Etnobotânica e Recursos Genéticos Vegetais

Margarida Telo Ramos  
margaridatelo@gmail.com

Técnica Superior responsável do Projecto Cultivos, yerbas i saberes: biodiversidade e sustentabilidade em Terras de Miranda  
Especialidade: Etnobotânica e Recursos Genéticos Vegetais

## AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem a colaboração de todos os informantes que participaram nas diferentes fases dos projectos. No projecto POCI/ANT/59395/2004 participaram também Amélia Frazão-Moreira e Elisabete Martins, respectivamente investigadora e bolsista do CRIA.