



ATIVIDADE COMPLEMENTAR

CIÊNCIAS



Ensino Fundamental: 3º ao 5º ano

AS PLANTAS MEDICINAIS

AS PLANTAS MEDICINAIS



Fonte: <https://images.app.goo.gl/8bNR5omMDWLSmaax5>

OBJETIVO: RECONHECER A IMPORTÂNCIA DAS PLANTAS MEDICINAIS DA NOSSA REGIÃO E VALORIZAR ESSE CONHECIMENTO TRADICIONAL.

❑ INICIANDO A ATIVIDADE:

ESTA ATIVIDADE SERÁ INICIADA COM UMA PESQUISA QUE PODE SER FEITA COM PESSOAS DA FAMÍLIA, COM AMIGOS OU VIZINHOS QUE QUEIRAM PARTICIPAR! COMEÇAREMOS A PESQUISA FAZENDO A SEGUINTE PERGUNTA:

- VOCÊ JÁ USOU ALGUMA PLANTA MEDICINAL QUANDO ESTAVA DOENTE? QUE PLANTA ERA? QUE DOENÇA VOCÊ TINHA? QUE REMÉDIO FOI FEITO COM A PLANTA?

VOCÊ MELHOROU?



Fonte: <https://images.app.goo.gl/KgiWpvXQWEMFPFYL6>

- É IMPORTANTE OUVIR OS MAIS VELHOS, QUEM JÁ MOROU NA ZONA RURAL, QUEM TEM PLANTAS MEDICINAIS EM CASA... ESSAS PESSOAS TÊM CONHECIMENTO SOBRE O ASSUNTO, ENTÃO PROCURE CONVERSAR COM SEUS PAIS, AVÓS, TIOS E OUTRAS PESSOAS COM MAIS EXPERIÊNCIA DE VIDA.

DURANTE A PESQUISA:

QUANDO AS PESSOAS FALAREM, FAÇA UMA RELAÇÃO DAS PLANTAS QUE FORAM CITADAS E PARA QUE DOENÇAS ELAS FORAM USADAS COMO REMÉDIO. USE O QUADRO A SEGUIR QUE VOCÊ PODE FAZER NO SEU CADERNO MESMO:

<i>Nome da planta medicinal</i>	<i>Para qual problema ou doença ela foi usada?</i>
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

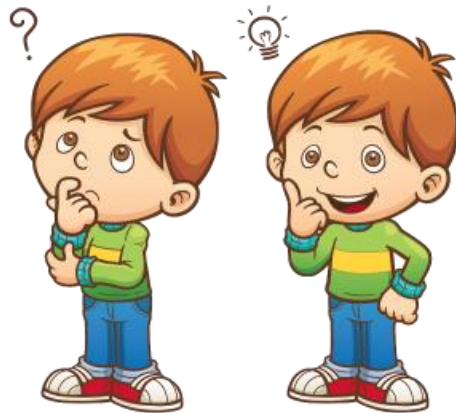
- VOCÊ PODE ACRESCENTAR MAIS LINHAS PARA RELACIONAR MAIS PLANTAS!

❑ IMPORTANTE:

APÓS AS PESSOAS FALAREM DAS PLANTAS MEDICINAIS QUE JÁ USARAM, PERGUNTE SE ELAS ACHAM AS PLANTAS MEDICINAIS IMPORTANTES E SE ELAS CULTIVAM ESSAS PLANTAS EM CASA. ANOTE NO CADERNO O NOME DAS PLANTAS QUE ELAS CULTIVAM!

E AGORA, APÓS TER FEITO A PESQUISA COM AS PESSOAS, RESPONDA VOCÊ:

- *QUAL A IMPORTÂNCIA DAS PLANTAS MEDICINAIS?*
- *VOCE JÁ TOMOU ALGUM REMÉDIO FEITO DE PLANTA MEDICINAL?*
- *ELE FEZ O EFEITO, OU SEJA, DEIXOU VOCÊ MELHOR DE SAÚDE?*



Fonte: <https://images.app.goo.gl/xyZcTSfL6jDnnftLA>

ANOTE SUAS RESPOSTAS NO SEU CADERNO!

❑ CONHECENDO MAIS SOBRE AS PLANTAS MEDICINAIS

PLANTAS MEDICINAIS SÃO PLANTAS QUE TÊM AÇÃO MEDICINAL E QUE SÃO MUITO USADAS POR PESSOAS EM TODOS OS LUGARES DO MUNDO. AS PESSOAS USAM ESSAS PLANTAS QUANDO ESTÃO COM PROBLEMAS DE SAÚDE SIMPLES E ATÉ GRAVES.

GERALMENTE AS PESSOAS USAM ESSAS PLANTAS PARA PREPARAR CHÁS, XAROPES, FAZER BANHOS DE ASSENTO, ESCALDA-PÉS E CATAPLASMAS (POMADAS NATURAIS) E ATÉ MASCAM AS FOLHAS PARA AJUDAR NO TRATAMENTO DE DIVERSOS PROBLEMAS DE SAÚDE COMO DOR DE CABEÇA, PROBLEMAS INTESTINAIS, FEBRE, GRIPES, TOSSES, FERIMENTOS NA PELE E OUTRAS DOENÇAS.

EM REGIÕES ONDE O ATENDIMENTO MÉDICO É MAIS DIFÍCIL O USO DAS PLANTAS MEDICINAIS É MUITO COMUM. NA AMAZÔNIA, OS POVOS QUE VIVEM NA FLORESTA (SERINGUEIROS, RIBEIRINHOS, INDÍGENAS, AGRICULTORES...) USAM MUITAS PLANTAS MEDICINAIS PARA TRATAR PROBLEMAS DE SAÚDE.

□ PARA PENSAR:

E COMO AS PESSOAS APRENDEM SOBRE O USO DESSAS PLANTAS MEDICINAIS?

- CHAMAMOS O CONHECIMENTO SOBRE O USO DESSAS PLANTAS MEDICINAIS DE UM CONHECIMENTO TRADICIONAL DOS POVOS QUE VIVEM NUMA REGIÃO, POIS NÃO É UM CONHECIMENTO QUE FOI APRENDIDO NA ESCOLA. É UM CONHECIMENTO QUE É PASSADO DE PAI PARA FILHO, DE UMA GERAÇÃO PARA OUTRA, E AS PESSOAS VÃO FAZENDO USO DESSE CONHECIMENTO E DIVULGANDO PARA OUTRAS PESSOAS DA SUA CULTURA.



Fonte: <https://images.app.goo.gl/3haA7FcfF4fogzRs7>

✓ OS POVOS QUE VIVEM NA AMAZÔNIA TÊM UM GRANDE CONHECIMENTO SOBRE O USO DE PLANTAS DA FLORESTA PARA CURAR DOENÇAS E MELHORAR SUA SAÚDE.



Fonte: <https://images.app.goo.gl/H9QrDAFEmVGMesyP6>



Fonte: <https://images.app.goo.gl/VGt2WgP5LdogBNJr8>



Fonte: <https://images.app.goo.gl/2xnoxrQHkotDR6F56>

✓ ESSE CONHECIMENTO TRADICIONAL SOBRE O USO DAS PLANTAS MEDICINAIS É UMA RIQUEZA DA CULTURA DAS PESSOAS QUE VIVEM EM UMA REGIÃO. É UM CONHECIMENTO QUE DEVE SER PRESERVADO E VALORIZADO!



Fonte: <https://images.app.goo.gl/FnEW3WVKx1o8ebjj6>



Fonte: <https://images.app.goo.gl/FhQ9iq5jBsdF4zNy8>



Fonte: <https://images.app.goo.gl/ZxJhpVet58aw9jaZA>

❑ PARA NÃO ESQUECER:

- **AS PLANTAS MEDICINAIS SÃO USADAS HÁ MUITO TEMPO POR NOSSOS ANTEPASSADOS E SÃO CONHECIDAS POR TEREM UM PAPEL IMPORTANTE NA CURA E TRATAMENTO DE ALGUMAS DOENÇAS.**
- **O CONHECIMENTO TRADICIONAL SOBRE PLANTAS MEDICINAIS VEM SENDO CONSTRUÍDO E REPASSADO DE GERAÇÃO A GERAÇÃO, SENDO ESTA A PRINCIPAL FORMA DE TRATAMENTO DE DOENÇAS PARA INÚMERAS PESSOAS, PRINCIPALMENTE EM LOCAIS ONDE O ACESSO A MEDICAMENTOS CONVENCIONAIS É DIFÍCIL.**
- **DA MESMA FORMA QUE PODEMOS FAZER UMA HORTA COM VERDURAS PARA NOSSA ALIMENTAÇÃO, TAMBÉM PODEMOS FAZER UMA HORTA DE PLANTAS MEDICINAIS!**



Fonte:
<https://images.app.goo.gl/MGqRKPgbdhHTNHq5>

- MAS TAMBÉM É IMPORTANTE SABER QUE O USO DE PLANTAS COMO REMÉDIO REQUER CUIDADOS, PRINCIPALMENTE PARA PESSOAS QUE JÁ TÊM DOENÇAS OU SAÚDE FRÁGIL. SEMPRE QUE POSSÍVEL, CONSULTAR UM MÉDICO OU UM FARMACÊUTICO E INFORMAR QUE PLANTAS MEDICINAIS VOCÊ COSTUMA USAR PARA DETERMINADAS DOENÇAS OU PROBLEMAS DE SAÚDE É RECOMENDÁVEL!



Fonte: <https://images.app.goo.gl/4yRS38VsnSBU6kQu9>

❑ QUER CONHECER MAIS SOBRE AS PLANTAS MEDICINAIS?

ASSISTA AO VIDEO “DONA MARY - PLANTAS MEDICINAIS DA AMAZÔNIA”, DISPONÍVEL NO YOUTUBE NO ENDEREÇO: <https://www.youtube.com/watch?v=56ey8HrI0-U>



CONFIRA O CONHECIMENTO TRADICIONAL SOBRE AS PLANTAS MEDICINAIS QUE ESTA SENHORA POSSUI!

SE POSSÍVEL, ASSISTA A ESSE VÍDEO COM SEUS PAIS, AVÓS, TIOS... ELES VÃO GOSTAR!

☐ **PARA SABER MAIS:**

- AS PLANTAS MEDICINAIS

<https://www.tuasaude.com/c/plantas-medicinais/>

- PLANTAS MEDICINAIS:

https://www.youtube.com/watch?v=qC_OCldrgUc

- A IMPORTÂNCIA DO CULTIVO DE PLANTAS MEDICINAIS

<https://www.eadplus.com.br/blog/importancia-do-cultivo-de-plantas-medicinais/>



Enquanto isso... Você já sabe!

#FICA EM CASA

E NÃO ESQUEÇA QUE PRECISAMOS CONTINUAR COM AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO AO CORONAVÍRUS

CORONAVÍRUS COVID-19

**O que você precisa saber e fazer.
Como prevenir o contágio:**



Lave as mãos com água e sabão ou use álcool em gel.



Cubra nariz e boca ao espirrar ou tossir.



Evite aglomerações se estiver doente.



Mantenha os ambientes bem ventilados.



Não compartilhe objetos pessoais.

DISQUE
SAÚDE
136



SECRETARIA DE SAÚDE

MINISTÉRIO DA SAÚDE
BRASIL

SECRETARIA DE SAÚDE
RIO DE JANEIRO