

SEMANA DE ENFERMAGEM DA AJES DE GUARANTÃ DO NORTE-MT 18 A 20 DE MAIO DE 2016

PLANTAS MEDICINAIS COM ATIVIDADE ENERGÉTICA PARA SAÚDE HUMANA

SANTOS, Kamila C.¹; JORGE, Carlos A.¹; ALVES, Débora da M.¹; A,
RODRIGUES, Luana D.¹; LARA, Mariana, A.¹; BIESKI, Isanete G. C.²

E-mail: kamilacorreia2014@gmail.com

Introdução: O uso de Plantas medicinais perdura o início das civilizações e tem grande importância a saúde humana, tanto na cura como na prevenção. Dentre as várias finalidades do uso de plantas medicinais estão sua atividade energética, isso se deve a sua ação estimulante física e mental que contribui com a diminuição do desânimo, fadiga e estresse. **Objetivo:** Apresentar algumas das principais plantas medicinais com atividade energética e sua importância para a saúde e qualidade de vida. **Métodos:** O trabalho foi realizado utilizando pesquisa mediante consulta às bases de dados de revistas indexadas na área da saúde, tais como: Scielo, Medline, além de teses e publicações científicas nacionais, por serem importantes na saúde humana. **Resultados:** Diversas rotas metabólicas percorridas pelas moléculas construção ou desconstrução das moléculas orgânicas básicas, ou seja, carboidratos, lipídeos, proteínas e nucleotídeos, porém, mesmo existindo essas diversas rotas metabólicas o metabolismo pode ser dividido em apenas dois grupos: o catabolismo e o anabolismo. O catabolismo trata dos processos que visam à quebra das moléculas para gerar energia e a quebra de proteínas para se obter aminoácidos; o anabolismo é o contrário, ou seja, os processos que visam à construção de moléculas; como base no exposto apresentamos algumas plantas utilizadas como energética e estimulante no organismo humano além de várias outras atividades como: prevenir envelhecimento precoce, obesidade, desintoxicação do sangue, flatulência, dispepsia, depressão, insônia, cefaleia, arteriosclerose, entre outros, adaptogênico imunoestimulante e revigorante físico e psíquico, melhora o desempenho do atleta em atividade na prática desportiva, aumenta a velocidade de raciocínio, reduz a fadiga por excesso de trabalho, revigorante sexual, tônicos, estimulantes e emagrecedores, sendo as principais plantas medicinais energéticas: Guaraná (Paullinia cupana); Ginseng - Pfaffia paniculata (Mart.) Kuntze; Café - Coffea arabica L; Catuaba (Trichilia catigua Adr. Juss.); Marapuama (Ptychopetalum olacoides Benth. **Conclusão:** As plantas medicinais energéticas são muito importantes para a saúde humana, já visto que cada vez mais o ser humano vive com excesso de atividades, porém muitos estudos devem ser realizados para contribuir com o registro e desenvolvimento tecnológico do mesmo e assim garantir a eficácia terapêutica do uso desses produtos.

Palavra-chave: Plantas Medicinais; Energética; Eficácia.

¹Discentes da disciplina de Bioquímica, curso de enfermagem, faculdade AJES. Guarantã do Norte, MT, Brasil.

²Docente da disciplina de Bioquímica da faculdade AJES. Guarantã do Norte, MT, Brasil.