

Camila Araújo Coelho

Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos - ITPAC Palmas - TO

Área: Ciências da Saúde

Introdução: As Plantas medicinais representam fator de grande importância para a manutenção das condições de saúde das pessoas. Além da comprovação da ação terapêutica de várias plantas utilizadas popularmente, a fitoterapia representa parte importante da cultura de um povo sendo também parte de um saber utilizado e difundido pelas populações ao longo de várias gerações. **Objetivo (s):** O objetivo do projeto é cultivar e incentivar o uso de plantas medicinais, adquirindo-se assim os seus benefícios. **Métodos ou Relato de Experiência:** O projeto visa a construção de uma farmácia viva dentro da instituição acadêmica como forma de integrar o uso de plantas medicinais na vida dos estudantes, que tem a finalidade de explicar a importância, benefícios, uso adequado e os malefícios da sua utilização inadequada. Foi disponibilizado em todos os andares da Instituição, garrafas com água quente, sache de chá e cards de orientações. **Resultados/Discussão:** Por meio dessa estratégia, foi possível perceber o interesse e participação de toda comunidade acadêmica, trazendo sachês de chá para serem compartilhados durante a semana. **Considerações Finais:** Pode-se concluir por meio deste trabalho que, o uso de plantas medicinais permite que o ser humano se reconecte com o ambiente, acessando o poder da natureza, para ajudar o organismo a normalizar funções biológicas prejudicadas restaurar a imunidade enfraquecida, promover a desintoxicação e o rejuvenescimento, desde que utilizada com sabedoria e doses adequadas.

Palavras-chave: Plantas Medicinais. Fitoterapia. Saúde. Bem e Estar.