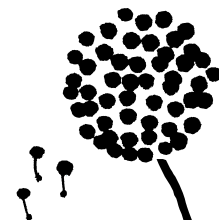


# Passo a Passo

No.48 NOVEMBRO 2001

MEDICAMENTOS TRADICIONAIS



TEARFUND



Foto: Dr. Hans-Martin Hint

## O que é a medicina tradicional?

Parte do problema é que este é um assunto complicado. Não há uma definição única e clara de medicina tradicional. Entretanto, há uma enorme variedade de métodos utilizados para o tratamento de doenças. Estes métodos são baseados na experiência pessoal ou no conhecimento compartilhado ao longo de muitas gerações. Embora haja alguma boa evidência proveniente de pesquisas científicas da eficácia dos medicamentos tradicionais, as pessoas usam os métodos tradicionais principalmente por causa da sua própria experiência, com base nas suas próprias observações. Esta é, na verdade, a única característica comum de todos os diferentes métodos de tratamento de doenças que chamamos de *medicina tradicional*.

Para ajudar a nossa compreensão, pode ser útil dividir a medicina em três grupos distintos:

■ **Medicina popular** Desde a infância, as pessoas usam as plantas medicinais para tratar problemas de saúde e doenças, muitas vezes, com grande eficácia. No leste da República Democrática do Congo, as mães do povo Bashi, por exemplo, dão duas ou três gotas de folhas expremidas de *Tetrademia riparia* para os seus bebês beberem, quando eles têm cólicas abdominais. Para tratar a febre, as pessoas procuram folhas da árvore

## Medicina tradicional e medicina moderna: a necessidade de cooperação

Markus Müller e Innocent Balagizi

Abrimos um seminário sobre a medicina tradicional em Asmara, na Eritreia, com a pergunta "Algum de vocês possui experiência com a medicina tradicional?" Houve um silêncio completo, até mesmo hostil, na sala. Finalmente, alguns participantes disseram "Somos cristãos. Não temos nada a ver com isso."

Apresentamos, então, uma planta *Datura stramonium*, que havíamos colhido na frente do centro de treinamento, e explicamos como a usamos nos hospitais no Congo. De repente, a audiência voltou à vida novamente. Todos conheciam esta planta.

Ficamos sabendo que ela era usada nas famílias dos participantes para muitas doenças, desde dores de dentes até abscessos e cólicas abdominais. No final, falamos por mais de uma hora só sobre os usos desta planta!

Esta forte reação à medicina tradicional é encontrada freqüentemente em muitas partes do mundo. Em Uganda, um paciente contou-me "Todos nós a usamos, mas não gostamos de falar sobre isso, pelo menos não na frente de um médico missionário."

### NOTA AOS LEITORES

A *Passo a Passo* é lida na África, Europa e América do Sul. A língua portuguesa muda de um continente para o outro. Alguns artigos podem estar escritos em um estilo diferente do português que você fala. Esperamos que isto não venha a mudar a sua apreciação pela *Passo a Passo*.

NB Escrevemos "AIDS/SIDA", porque alguns de nossos leitores conhecem a doença como "AIDS", enquanto outros a chamam de "SIDA".

### LEIA NESTA EDIÇÃO

- Hortas medicinais
- Cartas
- Estudo de caso da RD do Congo
- Produção de medicamentos
- Medicina natural: O trabalho da Anamed
- Malária: uma nova solução
- Estudo bíblico: A dádiva dos medicamentos tradicionais
- Recursos
- Estudo de caso: Práticas tradicionais em partos
- Encontrando-se líderes comunitários

## Passo a Passo

ISSN 1353 9868

A *Passo a Passo* é uma publicação trimestral que procura aproximar pessoas em todo o mundo envolvidas na área de saúde e desenvolvimento. A Tearfund, responsável pela publicação da *Passo a Passo*, espera que esta revista estimule novas idéias e traga entusiasmo a estas pessoas. A revista é uma maneira de encorajar os cristãos de todas as nações em seu trabalho conjunto na busca da melhoria de nossas comunidades.

A *Passo a Passo* é gratuita para aqueles que promovem saúde e desenvolvimento. É publicada em inglês, francês, português e espanhol. Donativos são bem-vindos.

Os leitores são convidados a contribuir com suas opiniões, artigos, cartas e fotografias.

**Editora:** Isabel Carter  
PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire,  
WV16 4WQ, Inglaterra

Tel: +44 1746 768750 Fax: +44 1746 764594  
E-mail: [footsteps@tearfund.org](mailto:footsteps@tearfund.org)

**Editora – Línguas estrangeiras:** Sheila Melot

**Comitê Editorial:** Ann Ashworth, Simon Batchelor, Mike Carter, Paul Dean, Richard Franceys, Martin Jennings, Ted Lankester, Simon Larkin, Sandra Michie, Nigel Poole, Alan Robinson, Rose Robinson, José Smith, Ian Wallace

**Ilustração:** Rod Mill

**Design:** Wingfinger Graphics

**Tradução:** S Boyd, L Bustamante, Dr J Cruz, S Dale-Pimentil, T Dew, N Edwards, R Head, J Hermon, M Leake, E Lewis, M Machado, O Martin, J Martinez da Cruz, N Mauriange, J Perry

**Relação de endereços:** Escreva, dando uma breve informação sobre o trabalho que você faz e informando o idioma preferido para: Footsteps Mailing List, 47 Windsor Road, Bristol, BS6 5BW, Inglaterra. Tel: +44 1746 768750

**Mudança de endereço:** Ao informar uma mudança de endereço, favor fornecer o número de referência mencionado na etiqueta.

**Artigos e ilustrações da *Passo a Passo*** podem ser adaptados para uso como material de treinamento que venha a promover saúde e desenvolvimento rural, desde que os materiais sejam distribuídos gratuitamente e que os que usarem estes materiais adaptados saibam que eles são provenientes da *Passo a Passo*, Tearfund. Deve-se obter permissão para reproduzir materiais da *Passo a Passo*.

**As opiniões e os pontos de vista** expressados nas cartas e artigos não refletem necessariamente o ponto de vista da Editora ou da Tearfund. As informações técnicas fornecidas na *Passo a Passo* são verificadas minuciosamente, mas não podemos aceitar responsabilidade no caso de ocorrerem problemas.

A **Tearfund** é uma organização cristã evangélica que se dedica ao trabalho de desenvolvimento e assistência através de grupos associados, a fim de levar ajuda e esperança às comunidades em dificuldades no mundo. Tearfund, 100 Church Road, Teddington, Middlesex, TW11 8QE, Inglaterra. Tel: +44 20 8977 9144

**Publicado pela Tearfund**, uma companhia limitada, registrada na Inglaterra sob o No.994339. Organização sem fins lucrativos sob o No.265464.

## Medicamentos feitos com ervas

Estes são alguns dos medicamentos usados no Hospital Nebobongo, na RD do Congo:

Problema de saúde	Nome latino da planta	Parte da planta e preparação
infecção por verme nemátodo	<i>Carica papaya</i>	sementes (cruas ou secas)
feridas infeccionadas	<i>Carica papaya</i>	fruta verde
disenteria amebiana, asma	<i>Euphorbia hirta</i>	a planta inteira para chá
bronquite	<i>Eucalyptus globulus</i>	folhas para tintura
prisão de ventre	<i>Cassia occidentalis</i>	folhas para chá
dores reumáticas	<i>Capsicum frutescens</i>	fruta moída para unguento
queimaduras	<i>Aloe ferox</i>	gel das folhas
problemas de sono	<i>Passiflora edulis</i>	folhas secas para chá
malária	<i>Artemisia annua</i>	folhas secas para chá
náusea	<i>Zingiber officinale</i>	rizoma fresco

Vernonia amygdalina (comumente conhecidas como “folhas amargas”), e, para tratar vermes intestinais, são usadas as folhas da pequena erva *Celosia trigyna*.

Há duas coisas em comum nestes tratamentos:

- Eles são oferecidos e usados por pacientes ou seus familiares.
- Eles são gratuitos.

As famílias trocam observações sobre o uso destas plantas sem reservas, e não há segredos sobre os seus usos.

Algumas plantas medicinais também são usadas como alimento, outras são usadas apenas medicinalmente.

### ■ A medicina dos curandeiros tradicionais

Para os problemas de saúde difíceis de tratar, os pacientes procuram a ajuda de pessoas que praticam a medicina moderna ou a medicina tradicional.

Os curandeiros tradicionais são, muitas vezes, especialistas. As parteiras tradicionais podem ser encontradas em quase todos os povoados. Outros curandeiros tradicionais são as pessoas que endireitam ossos fraturados ou deslocados, ou os especialistas em doenças mentais ou crônicas. Muitas vezes, o trabalho dos curandeiros não se limita apenas aos problemas de saúde física. Os problemas sociais e religiosos, tais como conflitos entre pessoas, ou entre o homem e os demônios ou deuses, são freqüentemente vistos como a causa das doenças. Assim, o tratamento requer procedimentos religiosos ou sociais.

Ao contrário da medicina popular, os procedimentos do tratamento dos curandeiros são secretos e não podem ser discutidos abertamente. Eles só podem ser transferidos de geração a geração, dentro das famílias dos curandeiros, e estes devem ser pagos por seu trabalho. O preço do tratamento depende, muitas vezes, do status social do paciente. O pagamento é, muitas vezes, feito através de bens, tais como galinhas ou cabras.

Nos círculos cristãos, os curandeiros tradicionais são geralmente vistos com desconfiança, ou até mesmo medo, pois eles podem trabalhar com poderes espirituais que entram em conflito com a crença cristã. Porém, há, também, curandeiros como as parteiras tradicionais e os herbanários, que estão bem integrados nas comunidades eclesásticas.



Plantando *Artemisia annua* var *anamed* em Adol, no sul do Sudão: uma abordagem comunitária.

Foto: Dr. Markus Müller

## ■ Sistemas conceituais de medicina

**tradicional** Há, também, sistemas holísticos de medicina tradicional baseados não só no conhecimento com base na observação, mas, também, em teorias documentadas das causas das doenças. *Ayurveda*, na Índia, *unani*, nos países árabes, ou a medicina tradicional chinesa são exemplos importantes destes sistemas.

## Plantas medicinais nos cuidados de saúde primários

Em muitos países dos trópicos, as pessoas possuem pouco acesso à medicina moderna. Nas regiões remotas do nordeste da República Democrática do Congo, onde trabalhamos, não há praticamente nenhuma infra-estrutura para o transporte de medicamentos importados, mesmo que a maioria dos pacientes pudessem pagá-los.

Dada esta situação, começamos a nos perguntar se a produção local de medicamentos a partir de plantas medicinais poderia ser útil. Começamos usando algumas plantas conhecidas para tratar problemas médicos comuns, para as quais existiam informações sobre as doses, a eficácia e os efeitos colaterais. Depois, criamos uma horta de plantas medicinais e, com a permissão dos departamentos de saúde regionais, produzimos e usamos alguns medicamentos feitos com ervas, quando não havia medicamentos importados (veja exemplos na tabela, na página 2). Os pacientes gostaram da maioria destes remédios, e, como resultado, foram criadas várias hortas medicinais, com uma enorme participação da comunidade.

Nos últimos anos, a República Democrática do Congo passou por períodos muito difíceis. Alguns postos de saúde foram completamente saqueados. Nestes casos, a produção local de medicamentos feitos com ervas continuou, permitindo que estes centros oferecessem os seus serviços novamente.

## Um fórum para a medicina tradicional e moderna

Também incentivamos a criação de um fórum para os curandeiros tradicionais, médicos e enfermeiros, administradores de serviços de saúde e autoridades políticas. Aqui, discutimos os problemas da saúde e as contribuições para o atendimento à saúde oferecidas por ambas as medicinas tradicional e moderna. Alguns aspectos foram muito delicados. Os médicos eram cépticos quanto à eficácia e aos possíveis efeitos colaterais da medicina tradicional e questionaram a ética fundamental desta forma de tratamento.

Os curandeiros tradicionais haviam aprendido através das suas experiências a serem cuidadosos e, assim, não queriam que os procedimentos dos seus tratamentos fossem investigados sem a garantia de proteção dos seus conhecimentos. Para a surpresa dos funcionários médicos, eles também reclamaram dos baixos padrões éticos da medicina moderna.

Em particular, o nosso trabalho com a *Artemisia annua* (da qual derivou-se um novo grupo de antimaláricos – veja a página 12) tem ajudado a incentivar a participação total de todas as partes neste fórum. Ao trabalharmos juntos, aprendemos muita coisa uns com os outros. Estamos convencidos de que, aumentando-se a cooperação entre a medicina tradicional e a medicina moderna, daremos uma contribuição consideravelmente melhor aos cuidados de saúde do que cada uma delas poderia dar sozinha.



Foto: Geoff Crawford, Tearfund

*Em muitos países, as pessoas possuem pouco acesso à medicina moderna.*

*Markus Müller é médico e trabalhou por muitos anos na República Democrática do Congo. Sua sede agora é no Instituto Alemão de Missão Médica, PO Box 1307, D-72003 Tübingen, Alemanha.*

*Innocent Balagizi é biólogo e trabalha em Bukavu, na RD do Congo, com ênfase especial em plantas medicinais tradicionais. Seu endereço é BP 388, Cyangugu, Ruanda.*

## DA EDITORA

A medicina tradicional é um assunto que afeta todas as pessoas, pois todos temos interesse em nossa própria saúde. Todos nós provavelmente experimentamos algum tipo de medicina tradicional desde a nossa infância. Os remédios feitos com ervas formam parte das nossas culturas, porém, este conhecimento está sendo perdido rapidamente. A medicina moderna possui a maioria das respostas para os problemas de saúde, mas nem sempre se pode obtê-la ou pagá-la. Além disso, muitos países têm dificuldades consideráveis em obter suprimentos médicos.

Na Bíblia, em Apocalipse 22:1-2, vemos que Deus ofereceu as folhas da árvore da vida para a cura das nações. Até agora, apenas 1% das espécies vegetais das florestas do mundo foram examinadas, para ver que substâncias químicas possuem. Muitas outras provavelmente possuem propriedades de cura. A biodiversidade do nosso mundo, que vimos na *Passo a Passo 47*, possui muitos outros segredos a serem descobertos, a não ser que sejamos negligentes com a nossa herança.

Calcula-se que 80% da população mundial ainda dependa dos medicamentos tradicionais para a segurança da sua saúde. Muitos remédios modernos são feitos a partir de fontes naturais, muitas vezes impossíveis de serem fabricadas sinteticamente. Um quarto de todos os remédios vendidos nos Estados Unidos, por exemplo, provém das plantas.

Incentivar o uso dos medicamentos tradicionais não é nada fácil, e precisamos de uma consideração e uma discussão cuidadosas, para assegurar que somente os aspectos benéficos sejam usados com segurança. Entretanto, muito pouca pesquisa foi realizada sobre a eficácia e a segurança de seu uso. Consulte sempre primeiro os especialistas médicos qualificados. Esperamos ter fornecido informações suficientes para incentivar tanto a sabedoria, quanto a precaução. O valor dos medicamentos tradicionais foi incentivado pela Organização Mundial da Saúde já em 1987, quando foi estabelecido que os “Países membros devem: envolver os curandeiros tradicionais no atendimento à saúde comunitário, apoiar a pesquisa sobre plantas medicinais tradicionalmente utilizadas e manter um intercâmbio com outros países no campo da medicina tradicional.”

Todos os nossos colaboradores possuem muitos anos de experiência nesta área e têm muito para nos ensinar.

*Isabel Carter*



Informações provenientes de *Conserving Indigenous Knowledge* – um estudo comissionado pelo Programa de Desenvolvimento das Nações Unidas.

## Hortas medicinais

O cultivo das plantas medicinais garante que elas sejam preservadas para o seu próprio uso, assim como para as futuras gerações. Muitas **frutas** servem como medicamentos, assim como alimento. Algumas delas são a banana, o abacaxi, a amora, o maracujá e o mamão. Algumas **plantas comestíveis** que também servem como medicamento são a cebola, o alho, o amendoim, o repolho, a pimenta, o café, a abóbora, o girassol, a batata doce, o arroz, o milho, o gengibre, a pimenta do reino e o gergelim (*Sesamum indicum*).

Outras plantas são cultivadas apenas pelas suas qualidades medicinais e são essenciais numa horta medicinal. As variedades de plantas variam conforme o país, mas podem incluir o cravo-de-defunto (*Tagetes erecta*), a tefrósia (*Tephrosia vogelii*), a vinca (*Vinca rosea*), o estramônio (*Datura stramonium*), o urucuzeiro (*Bixa orellana*), o margaridão-amarelo (*Tithonia diversifolia*) e o caruru-azedo (*Hibiscus sabdariffa*). Não se entusiasme demais ao colher estas plantas, para que elas não morram na natureza.

### Sebe viva

Antes de plantar as plantas medicinais, plante sebes vivas ao longo das linhas de contorno, para prevenir a erosão do solo, fertilize o solo e crie sombra. As linhas devem ter de 2 a 4 metros de distância num terreno em declive, e 5 metros num terreno plano. Algumas espécies úteis são:

- capim-santo (*Cymbopogon citratus*), uma planta medicinal
- leucena (*Leucaena leucocephala*) um legume que melhora a fertilidade do solo
- *Cassia spectabilis*, que cresce facilmente a partir de enxertos de um metro
- feijão guandu (*Cajanus cajan*)



- moringa (*Moringa oleifera*), que produz folhas e frutos comestíveis, ricos em proteínas, vitaminas e sais minerais.

Todos os anos, no início da estação das chuvas, apare as sebes vivas numa altura de um metro e enterre as folhas no solo.

### Árvores

Plante árvores frutíferas ao redor das sebes ou ao longo da horta. Dependendo do solo, do clima e da altitude, plante mangueiras, tamarindos, laranjeiras, mamoeiros, goiabeiras e abacateiros. Todas as frutas destas árvores são ricas em vitaminas A e C.

Plante árvores de nim, se o clima permitir. Elas possuem muitas propriedades medicinais, inseticidas e outras. Elas crescem bem, mesmo em climas secos.

### Métodos de plantio

Se possível, faça duas hortas – uma horta de **demonstração** e uma de **produção**. Para a horta de produção, é útil montar um viveiro para gerar sementes e pequenos enxertos. É melhor semear em linhas alternadas ou misturar as várias plantas medicinais, assim como elas cresceriam na natureza. Desta forma, as plantas fornecem sombra umas para as outras, e é possível fazer uma colheita na estação seca também.

Descubra experimentando se as plantas crescem melhor ao sol ou à sombra, e se elas precisam de muita ou pouca água. Observe cuidadosamente onde elas parecem florescer na natureza.

Separe uma pequena área para a horta de demonstração.



As laranjeiras são boas fontes de vitaminas A e C.

Foto: Isabel Carter, Tearfund

### Horta de demonstração

Separe uma pequena área para a horta de demonstração, que poderá ser utilizada para aulas com funcionários médicos, curandeiros tradicionais, crianças de escolas e professores. Plante exemplares de cada planta conhecida e usada na medicina tradicional. Faça esta horta perto da rua – por exemplo, perto da entrada de uma clínica ou hospital. Assim, todos que passarem poderão vê-la.

### Rotule as suas plantas

Na horta de demonstração, coloque um rótulo em cada planta, com o nome local, o nome científico e os seus usos escritos nele. Podem-se cortar lâminas de ferro e baldes de plástico velhos, para fazer rótulos permanentes úteis. Escreva com uma caneta de tinta permanente. O nome científico é importante, pois os visitantes de outros países – ou mesmo do povoado vizinho – podem chamá-las por nomes locais bem diferentes.



Informações fornecidas pelo Dr Keith Lindsey e pelo Dr Hans-Martin Hirt, da Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Alemanha.



## Coletores de água da chuva

As informações da *Passo a Passo* ajudaram as pessoas a construir tanques de cimento armado para a água da chuva. Entretanto, muitas pessoas precisam de saber como evitar que os mosquitos se reproduzam dentro destes tanques. Aqui estão os passos práticos que desenvolvi, para fazer uma tampa em forma de domo:

- Meça o diâmetro do topo do tanque e acrescente 3-4cm.
- Corte um pedaço de cordão com exatamente metade desta medida.
- Marque um ponto central num solo plano. Segure uma das extremidades do cordão neste ponto e, com o cordão esticado, mova a outra extremidade ao redor dele, marcando um círculo no solo.
- Cave um pouco da terra e pressione firmemente, para formar um buraco raso.
- Cubra a terra com papel ou aniagem.
- Coloque arames de metal de 6mm atravessando o círculo em ambas as direções, com aproximadamente 6-10cm de distância entre eles e amarre-os.



Foto: Dickson Tenywa

- Também, se possível, coloque uma tela de arame ou rede por cima.
- Cubra com um cimento firme e argamassa de areia (uma parte de cimento para três partes de areia), de maneira que a tampa tenha de 2-3cm de espessura.
- Cubra com linhagem húmida e deixe solidificar por vários dias.

Se for necessário que haja uma pequena abertura na tampa, coloque, primeiro, uma vasilha ou lata entre os arames, antes de colocar a argamassa. Faça uma tampa com mosquiteiro ou uma vasilha que se encaixe bem.

Você também pode usar este método, para fazer uma tampa plana – simplesmente faça a tampa num solo plano. Entretanto, a tampa em forma de domo é mais forte.

*Dickson Tenywa  
The Rain Harvesters Technicians  
PO Box 15131, Kibuye  
Uganda*

## Biscoitos nutritivos

Sou enfermeira e organizo um grupo para crianças pequenas. Nós as ensinamos a trabalhar e sobre a Palavra de Deus. Para conquistar a sua confiança, no final do encontro, damos-lhes doces feitos por nós mesmos, ou biscoitos que compramos, os quais são caros. Já temos alguns ingredientes, como soja, farinha e açúcar. Algum dos leitores teriam receitas para fazer biscoitos, para diminuirmos as nossas despesas?

*Muanda Mimi Antoine  
BP 227, Boma, Bas Congo  
RD do Congo*

## Doença de gado

Sou trabalhador na área da saúde e uso o meu tempo livre, para ajudar os fazendeiros camponeses e os grandes Bororo (criadores de gado) que vivem aqui em Kouhouat, no oeste de Camarões.

Recentemente, um criador de gado abordou-me com este problema. Há uma doença que está atacando as vacas. Primeiro, a vaca começa a morder a boca seriamente. No segundo dia, ela começa a produzir uma grande quantidade de saliva e pára de comer por vários dias. Depois de uma semana, as pernas começam a ter problemas, e a vaca não consegue andar durante as três semanas seguintes e fica descansando na sombra.

*(Esquerda) Uma das tampas em forma de domo da Rain Harvesters.*

*(Direita) Alguns dos membros da APICAM em Camarões, com as suas abelhas.*

Se for uma fêmea com um bezerro, a quantidade de leite diminui, e o leite fica ensangüentado. O bezerro morre, se tiver menos de dois meses de idade. Se a vaca estiver prenha, o parto é de nado-morto.

Os criadores de gado chamam-na *mborro*. Ela se propaga através do pasto infectado. Eu acho que deve ser uma infecção causada por bactéria ou vírus. Isso ocorre em outros países? Alguém sabe o nome científico desta doença e onde e como se pode conseguir uma vacina ou um remédio para tratá-la? No momento, não há nenhum tratamento, e, se uma vaca a contrai, todas as outras no rebanho também a pegam.

*Ngah Edward  
CITEX Farmers  
c/o BBH Box 9, Nso, NWP  
Camarões*

## O DR E GOODMAN (CHRISTIAN VETERINARY MISSIONS) RESPONDE:

*O problema de saúde que o senhor descreve enquadra-se com a descrição da febre aftosa. Ela deve ser confirmada com os devidos testes, através das autoridades veterinárias governamentais, o mais rápido possível. Existe uma vacina, a qual pode ajudar a limitar a propagação. Esta doença é muito contagiosa e os animais não devem ser removidos para outras regiões. Considere a possibilidade de animais trazidos de fora serem a fonte original da infecção.*

*A Christian Veterinary Missions oferece um serviço de consultoria, para dar informações sobre infecções desconhecidas nos animais. Eles podem enviar um formulário para os fazendeiros completarem, a fim de ajudar a CVM a responder às suas perguntas. O endereço é:*

*CVM, PO Box 166, Turbeville, SC 29162, EUA  
E-mail: comvetdrdeg@ftc-i.net*

## Apicultura em Camarões

Ficamos contentes ao descobirmos a *Pas à Pas*. Somos membros da Apicultores de Camarões (APICAM). Somos uma organização muito ativa, formada há 14 anos, e gostaríamos muito de dividir o nosso conhecimento de apicultura com os leitores da *Passo a Passo*.

*Ruben Ngwe  
BP 14814, Yaoundé  
Camarões*



# Trabalhando com medicamentos tradicionais

René Gayana Simbard

ESTUDO  
DE CASO

O Instituto Pan-Africano de Saúde Comunitária (IPASC) na RD do Congo possui vários departamentos, entre eles, de treinamento, pesquisa, cuidados de saúde, cuidados de saúde materna e consultas.



Foto: Anamed

O uso de plantas locais com propriedades medicinais pode reduzir o custo dos cuidados com a saúde.

A maioria das comunidades em que trabalhamos são pobres e as pessoas freqüentemente não têm dinheiro para os cuidados com a saúde. Nos últimos anos, descobrimos que um número cada vez maior de pessoas têm morrido de doenças comuns, as quais são fáceis de tratar com medicamentos. Assim, investigamos como poderíamos usar as plantas locais com propriedades medicinais, para reduzir os custos dos cuidados com a saúde.

### Ênfase prática

Para aceitar este desafio, a IPASC iniciou um projeto de pesquisa de medicina tradicional. A IPASC sempre incluiu aulas sobre a medicina tradicional em seus cursos, mas, até recentemente, não enfatizava os aspectos práticos. Levou quase dois anos para que este sonho se tornasse realidade. O objetivo da IPASC é



identificar as plantas locais com propriedades medicinais, preparar remédios com elas, examinar pacientes e, após consulta, dar-lhes o tratamento. Como resultado, usamos medicamentos tradicionais para tratar a malária, o tifo, a disenteria amebiana, os vermes intestinais, tosse, a gastrite, infecções de ouvido, o reumatismo, a impotência e muitos outros problemas. Todos os tratamentos são, primeiro, experimentados e testados (claro que, para os sintomas mais sérios, tentamos encontrar a causa fundamental, se pudermos).

Trabalhamos diretamente com a Anamed, em Kivu Sul, com a CRMS (Centro de Pesquisa Multidisciplinar para o Desenvolvimento) em Bunia e o Centro de Terapia com Plantas em Bunia, assim como com muitos curandeiros tradicionais.

### Alguns dos problemas

Encontramos várias dificuldades:

- Alguns pacientes param o seu tratamento assim que se sentem um pouco melhor, e não os vemos mais nos centros. Isto torna difícil sabermos até que ponto o tratamento foi eficaz.
- Quando um paciente se sente melhor, ele geralmente recusa-se a ser examinado ou permitir que o seu problema seja controlado por nosso laboratório.
- Os pacientes têm relutância em pagar os tratamentos com ervas, mesmo que lhes peçamos uma quantia muito pequena.

René Gayana Simbard é o representante da medicina tradicional em Nyankunde, IPASC, PO Box 21285, Nairobi, Quênia.  
E-mail: [ipasc@maf.org](mailto:ipasc@maf.org)

## Notícia Tratamento alternativo para a tuberculose

Existe agora um tratamento alternativo para pessoas com tuberculose. Ele consiste em tomar muito menos comprimidos do que o tratamento atual, de 16 comprimidos por dia. A Organização Mundial da Saúde (OMS) diz que o novo tratamento reduz o número de comprimidos para até 3 ou 4 por dia nos primeiros dois meses, e apenas 2 por dia, durante mais 4-6 meses. O tratamento é também mais eficaz na prevenção da propagação das formas de tuberculose resistentes às drogas.

O novo tratamento (conhecido como *combinações de doses fixas* – CDF) usa comprimidos em combinação contendo até quatro drogas diferentes. Ele baseia-se no tratamento DOTS (Tratamento Diretamente Observado de Curta Duração), recomendado atualmente, introduzido pela OMS em meados dos anos 90. O CDF também diminui o custo do tratamento.

Há aproximadamente oito milhões de novos casos de tuberculose por ano, e, no mínimo, dois milhões de pessoas morrem devido a esta doença no mundo. Oitenta por cento dos pacientes com tuberculose encontram-se na Ásia e na África.

No momento, os pacientes com tuberculose precisam de tomar até 16 comprimidos por dia, por, pelo menos, 2 meses, e, depois, até 9 por dia, durante mais 4-6 meses, a fim de se recuperarem totalmente. Muitos pacientes não terminam o tratamento, quando se sentem melhor. O resultado é que eles não estão curados e a resistência às drogas propaga-se.

O Dr Spinaci, da WHO, diz "Este trabalho pioneiro com as combinações de doses fixas pode ser desenvolvido também, para ser usado no tratamento de outras doenças infecciosas, tais como a malária e o HIV/AIDS (SIDA)."

# Produção de medicamentos

O preparo de um medicamento a partir de uma planta que contém uma substância química benéfica varia de acordo com a substância química e a planta. Às vezes, a substância química é extraída das folhas com água fervendo. Às vezes, as raízes são desenterradas e moídas. O processo mais comum e básico para a produção de medicamentos é através do uso de líquido e calor.

Aqui está uma lista de alguns dos vários processos que podem ser utilizados. As páginas 8 e 9 contêm exemplos de como estes processos são utilizados, para produzir medicamentos a partir de apenas sete plantas comuns. Naturalmente, há centenas de plantas benéficas que podem ser usadas. Seleccionamos apenas algumas, que são bastante conhecidas e foram testadas, experimentadas e pesquisadas cientificamente.

## Extrato com água fria

Este é utilizado para ingredientes que são destruídos pelo calor. As folhas devem ser cortadas em pequenos pedaços, e as raízes, moídas. Deixe os ingredientes de molho em água fria de um dia para o outro. Use dentro de um dia.

## Chá (ou infusão)

Despeje um litro de água fervendo em cima de um punhado de ervas. Deixe por 15–20 minutos e, então, filtre com um tecido limpo. Use dentro de um dia.



## Decocção

Ferva um punhado das ervas em um litro de água por 20 minutos. Filtre com um tecido limpo. Use dentro de um dia.

## Xarope

Se as ervas tiverem um gosto amargo, pode-se fazer um xarope. Depois de preparar o chá ou a decocção, filtre o líquido e acrescente uma xícara (chávena) de açúcar para cada xícara de líquido. Aqueça levemente, se necessário, para dissolver o açúcar. Use dentro de três dias.

## Tintura

As tinturas contêm álcool, o qual ajuda a conservar os extratos das ervas. Use um álcool medicinal de boa qualidade. Geralmente, mistura-se 100g de ervas com um litro de uma mistura de álcool e água (45–70% de álcool). A mistura não é aquecida, mas colocada dentro de uma garrafa e deixada por uma semana num local morno, antes de ser filtrada. Quanto maior o teor de álcool, maior o tempo de conservação. Com 20% de álcool, deve conservar-se por dois anos; um teor de 40% ou mais de álcool, significa que se conservará por cinco anos.

## Ungüento

Os unguentos usam óleo vegetal puro e cera. O azeite de dendê (óleo de palma) de boa qualidade, feito com dendê recém colhido e processado é muito adequado. Pode-se também utilizar azeite de oliva, óleo de amendoim ou óleo de manteiga de karité.

Seque as folhas e triture-as até formarem um pó fino. Misture uma xícara (chávena) deste pó com nove xícaras de óleo. Aqueça a mistura em banho-maria em duas panelas. Encha a panela maior externa

## Atenção!

Há riscos e efeitos colaterais no uso de plantas medicinais. Todas as ervas, assim como todas as substâncias químicas, podem causar uma variedade de efeitos. O efeito principal pode ser positivo para um paciente, negativo para outro e até mesmo perigoso para um terceiro. Por exemplo, uma planta que é boa para a pressão sanguínea baixa, pode matar uma pessoa com pressão sanguínea alta. Além disso, a quantidade do ingrediente ativo de uma planta pode variar de acordo com a variedade, a estação ou a idade da planta. Por isso, não nos podemos responsabilizar por quaisquer resultados do uso destas receitas com ervas. Tudo o que podemos fazer é incentivá-lo a ser cuidadoso e observador.

Mantenha anotações e registros cuidadosos de todas as ervas, quantidades, tratamentos e efeitos. Aprenda constantemente com as suas próprias experiências e esteja em contato direto com outros especialistas, para poder aprender com o conhecimento e a experiência deles.

Quando em dúvida, procure auxílio.

com um quarto de água e leve-a ao fogo. Coloque o óleo e o material vegetal na panela menor interna com tampa. Assegure-se de que a água da panela externa não entre na panela interna. Deixe a água ferver por 60 minutos.

Não tente fazer isso sem o banho-maria, pois o calor excessivo danifica o óleo. Filtre o óleo com um tecido de algodão, enquanto ainda estiver quente. Acrescente uma xícara de cera limpa aquecida (use cera de abelha, cera comercial ou velas), enquanto o óleo ainda estiver quente, e mexa por um minuto.



Adaptado do livro *Natural Medicine in the Tropics*, examinado na página 14.

# Remédios naturais

Aqui estão apenas alguns exemplos das receitas explicadas no livro da Anamed, *Natural Medicine in the Tropics* (veja a página 14).

Algumas das plantas aqui descritas também são **tóxicas** (venenosas) e podem causar reações sérias, se você mudar a receita ou usar as plantas de maneira indevida. Vários sintomas e doenças mencionadas tais como a tosse e o diabetes, podem revelar problemas de saúde fundamentais sérios. Sempre que possível, as pessoas devem consultar, primeiro, um profissional da área da saúde ou um médico.

Recomendamos com grande ênfase o uso de balanças exatas. Se não for possível obtê-las, seque as folhas, remova os caules, esfregando-os sobre uma tela de arame para mosquiteiro. 5g de folhas secas é aproximadamente o equivalente ao que caberia bem apertado dentro de um tubo de plástico de filme fotográfico de 35mm. Por favor, monitore a eficácia do seu tratamento com microscópios e outros equipamentos disponíveis nos postos de saúde.

## Gengibre

**OUTROS NOMES** *Zingiber officinale*

**PARA TRATAR** Enjôo de viagem e náusea

**PREPARO** O gengibre em pó é feito lavando, secando, moendo e peneirando o rizoma (a raiz subterrânea).

**POSOLOGIA** Tome uma colher de chá rasa do pó 30 minutos antes de viajar. Para evitar a náusea, tome 1/2 colher de chá do pó 3 vezes ao dia.

**PARA TRATAR** Disenteria bacilar

**POSOLOGIA** Tome 45g de gengibre fresco em porções durante o dia.

**PARA TRATAR** Tosses, bronquite e reumatismo

**PREPARO** Faça uma tintura com 25g de gengibre recém picado e 100ml de álcool 70%. Deixe por uma semana e filtre.

**POSOLOGIA** Tome 10–20 gotas da tintura 3–4 vezes ao dia. Use, também, como anti-séptico para pequenas feridas.

**PARA TRATAR** Reumatismo

**PREPARO** Faça um óleo de gengibre, aquecendo 10g de gengibre picado em 50g de óleo vegetal por 1 hora em banho-maria. Coe e deixe esfriar.

**POSOLOGIA** Aplique nas áreas doloridas.



## Goiaba

**OUTROS NOMES** *Psidium guajava*

**PARA TRATAR** Diarréia e disenteria amebiana

**PREPARO** Use um punhado de folhas para fazer uma decoção com um litro de água. Filtre, acrescente 4 colheres de sopa de mel ou 2 colheres de sopa cheias de açúcar e 1 colher de chá rasa de sal.

**POSOLOGIA** Tome dentro de um dia.

**PARA TRATAR** Diabetes e tosse

**PREPARO** Como acima, mas não coloque o mel e o sal.

**POSOLOGIA** Tome dentro de um dia.



## Mamão

**OUTROS NOMES** Papaia, *Carica papaya*

**PARA TRATAR** Vermes intestinais

**PREPARO** Para obter o látex, lave um mamão grande verde, ainda no mamoeiro, faça vários cortes verticais de 1mm de profundidade na casca e colete as gotas da seiva branca numa colher ou xícara (chávena) limpa. A faca e a colher utilizadas devem ser de aço inoxidável, pois os vestígios de ferrugem podem destruir a substância química ativa, a papaína. Mantenha o látex longe dos olhos.

**POSOLOGIA** Para os adultos, tome 4 colheres de chá do látex fresco pela manhã, antes de comer. Repita uma semana mais tarde. Para os bebês de 6 meses a 1 ano, dê 1/2 colher de chá; de 1–3 anos, 1 colher de chá; de 4–6 anos, 2 colheres de chá e de 7–13 anos, 3 colheres de chá.

**PARA TRATAR** Feridas sujas – para limpá-las

**POSOLOGIA** Coloque algumas gotas do látex em água fervida fria.

**PARA TRATAR** Indigestão

**POSOLOGIA** Coloque 1 ou 2 gotas do látex na comida ou mastigue 3 sementes de mamão.

**PARA TRATAR** Disenteria amebiana

**POSOLOGIA** Mastigue uma colher de chá de sementes de mamão 3 vezes ao dia, durante 7 dias para os casos leves. Para os casos graves, dê uma colher de sopa de sementes moídas 3 vezes ao dia, durante 7 dias.

**PARA TRATAR** Furúnculos abertos, feridas infeccionadas e queimaduras

**POSOLOGIA** Lave e corte um mamão verde. Com uma faca de aço inoxidável limpa, corte uma fatia da espessura do dedo mindinho de uma criança. Coloque-a sobre a ferida, fixando-a com uma bandagem. Deixe por 4 horas; mas, se doer, retire antes. Repita 4 vezes ao dia até que o pús infeccionado desapareça. Entre estes tratamentos, cubra a ferida com uma mistura de mel e açúcar.





## Nim

**OUTROS NOMES** *Azadirachta indica*



**PARA TRATAR** Malária

**PREPARO** Faça um litro de chá com 5g de folhas secas ou 40 folhas pequenas individuais frescas (não o galho todo).

**POSOLOGIA** Beba 1 litro de chá durante o dia.

**PARA TRATAR** Doença do sono

**POSOLOGIA** Além dos remédios médicos recomendados, beba 1 litro de chá por dia.

**PARA TRATAR** Piolho

**PREPARO** Faça uma tintura com 10g de folhas de nim secas e 100ml de álcool e deixe por 7 dias.

**POSOLOGIA** Use a tintura como loção capilar 3 vezes ao dia, por 5 dias. Ou triture algumas sementes de nim até formar uma pasta. Lave o cabelo todas as noites e, depois, esfregue 1 colher de chá da pasta no cabelo e deixe até a próxima noite. Repita, se necessário.

**PARA TRATAR** Problemas de pele, como a acne, infecções fúngicas, psoríase, sarna e eczema.

**PREPARO** Faça um unguento com 10 g de óleo de nim e 100g de unguento (receita na página 7) ou faça uma tintura com 20g de folhas secas e 100g de álcool 70% e deixe de molho por uma semana.

**POSOLOGIA** Aplique o unguento ou misture 1 colher de chá de tintura com uma colher de chá de óleo vegetal e esfregue nas áreas afetadas.

**PARA TRATAR** Queimaduras infeccionadas

**PREPARO** Faça uma decocção com um punhado de folhas frescas em um litro de água. Filtre, enquanto ainda estiver bem quente, para evitar contaminação e deixe esfriar.

**POSOLOGIA** Use para lavar a queimadura infeccionada. Mantenha o paciente embaixo de um mosquito, para evitar outra infecção.

## Áloe

**OUTROS NOMES** *Babosa, Aloe vera, Aloe ferox, Aloe arborens*



**PARA TRATAR** Queimaduras

**PREPARO** Corte e lave uma folha. Esterilize uma faca em água fervendo e corte as extremidades e as laterais da folha. Depois, corte ao meio, deixando uma grande superfície da parte interna da folha.

**POSOLOGIA** Esfregue o lado suculento por toda a queimadura. Repita 4 vezes ao dia.

**PARA TRATAR** Feridas e úlceras

**POSOLOGIA** Mais uma vez, esfregue o lado suculento na úlcera 4 vezes ao dia, mas também use o tratamento com mamão descrito acima.

## Maracujá

**OUTROS NOMES** *Passiflora edulis*



**PARA TRATAR** Falta de sono, ansiedade e espasmos (câimbras)

**PREPARO** Faça uma tintura com 10g de folhas novas secas em 100ml de álcool.

**POSOLOGIA** Use 30 gotas 1–3 vezes ao dia.

**PARA TRATAR** Asma e como sedativo (também para os problemas anteriores)

**PREPARO** Faça uma decocção fervendo 1 punhado grande de folhas novas em 1 litro de água.

**POSOLOGIA** Beba 1 litro da decocção durante o dia.

**PARA TRATAR** Falta de sono

**PREPARO** Faça uma decocção fervendo 1 punhado de folhas novas em apenas 1 xícara (chávena) de água por 10 minutos.

**POSOLOGIA** Beba todas as noites.

## Artemísia

**OUTROS NOMES** *Artemisia annua*



**PARA TRATAR** Malária

**PREPARO** Coloque 1 litro de água fervendo em cima de 5g de folhas secas ou 25g de folhas frescas.

**POSOLOGIA** Divida o chá em 4 partes iguais e beba a cada 6 horas. Pode ser necessário um pouco de açúcar ou mel para adoçar o chá. Faça-o todos os dias, durante 7 dias. Nunca dê o chá para mulheres grávidas e somente sob supervisão médica, para crianças pequenas.

**PARA TRATAR** Tosse, resfriados (constipações, em Portugal) e problemas de sinusite

**PREPARO** Inale o vapor do chá de artemisia quente por 10 minutos, 3 vezes ao dia.

Fotos: Anamed

### Por favor, note:

As receitas da Anamed visam incentivar o bom relacionamento entre pacientes e funcionários médicos. Elas podem ajudar a aumentar a variedade de tratamentos disponíveis nos hospitais, centros de saúde ou em casa. Mas, por favor, tenha cuidado.

**Sempre** procure ajuda médica qualificada para os problemas de saúde sérios. Os tratamentos com ervas também **nunca** podem substituir os benefícios da vacinação.

Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Alemanha.  
Fax: +49 719565367 E-mail: anamed@t-online.de

# Anamed

## “Medicina natural”

Dr Hans-Martin Hirt e Dr Keith Lindsey



Quando os europeus chegaram pela primeira vez à África, à Ásia e às Américas e testemunharam práticas como o sacrifício ritual e a idolatria dos ancestrais, eles logo as rotularam como primitivas, introduzindo, ao invés delas, os costumes, a cultura e a religião europeia. Entretanto, agora, reconhecemos que há muito a ser aprendido com estas culturas tradicionais. Ao rejeitarem-se algumas práticas perigosas, muitas outras práticas benéficas foram ignoradas.

### Uma situação desesperadora

Hoje, as empresas químicas e farmacêuticas estão correndo para patentear a produção de medicamentos feitos com plantas tropicais, tais como o nim, o karitê, a pervinca e muitas outras plantas. As propriedades terapêuticas de muitas destas plantas foram agora provadas por pesquisas científicas recentes. Porém, elas têm sido usadas em receitas tradicionais por muitos séculos.

A situação em muitos países tropicais agora está bastante desesperadora. O preço cada vez mais alto dos remédios médicos, as leis de patenteação modernas e a queda no valor das moedas locais fazem com que os centros médicos não tenham condições, às vezes, para comprar os remédios mais básicos. Ao mesmo tempo, o conhecimento e as habilidades locais em termos de

remédios feitos com ervas estão-se perdendo rapidamente. Muitas comunidades estão sendo deixadas sem nenhum conhecimento especializado na área da saúde.

A cooperação entre todas as partes envolvidas na provisão de atendimento à saúde – tanto os curandeiros tradicionais quanto os funcionários médicos – é, portanto, extremamente importante para o bem-estar das pessoas locais.

### Reunindo-se

A Anamed é uma pequena iniciativa cristã na Alemanha. Eles possuem uma experiência considerável na realização de seminários sobre a “medicina natural”. Estes seminários geralmente duram uma semana, com aproximadamente 30 pessoas, sendo que algumas são treinadas na prática médica moderna, tais como

médicos, enfermeiros e sanitaristas básicos, e outras são curandeiros tradicionais.

**A Anamed descreve a medicina natural como a combinação das vantagens da medicina do Sul com as da medicina do Norte.**

A boa medicina tradicional com base nas ervas é acessível, utiliza plantas disponíveis no local, é relativamente barata (podendo, às vezes, ser paga com galinhas, ao invés de dinheiro) e é muito pessoal. A medicina moderna, por outro lado, enfatiza a importância da limpeza e da higiene e as medidas e a posologia precisas. Assim, cada uma delas tem muito a ganhar com a outra!

Hoje, ainda há freqüentemente suspeita e desconfiança entre os curandeiros tradicionais e os funcionários dos hospitais. Compreendemos os dois lados. Do ponto de vista dos médicos e dos missionários, os curandeiros incutem medo, amaldiçoam as pessoas, fazem coisas ridículas como “retirar dentes falsos” ou causam mutilações terríveis, o que, muitas vezes, mata pessoas. Do ponto de vista do curandeiro, por outro lado, os médicos exploram os seus pacientes, não compreendem as crenças e os comportamentos culturais e não revelam o seu conhecimento sobre como prevenir doenças. Muitos curandeiros acreditam que os médicos não tentam proporcionar a boa saúde à região, mas, ao contrário, procuram ganhar muito dinheiro tratando um grande número de “seus” antigos pacientes.

### Respeito mútuo

Durante os seminários, o primeiro passo importante é organizar para que os curandeiros e os médicos comam as mesmas refeições juntos e durmam nas mesmas casas! O segundo passo é fazer com que o respeito mútuo cresça, permitindo que eles reconheçam que cada um tem êxitos assim como fracassos em seus tratamentos. O terceiro passo é começar a

### Uma mudança de opinião

Um bispo metodista na República Democrática do Congo costumava proibir os hospitais na sua diocese de usar plantas medicinais. Muitos enfermeiros queriam usar estas plantas, pois eles estavam familiarizados com o seu uso, mas o bispo tinha medo de bruxaria e estava decidido a usar somente a medicina ocidental moderna na sua diocese. Quando o conhecemos pessoalmente, demos a ele o cartaz da Anamed das 60 plantas medicinais que crescem no seu país e o livro *Natural Medicine in the Tropics*, o qual descreve como preparar e usar medicamentos feitos com estas plantas. Ele imediatamente perguntou se podia tratar as suas próprias doenças usando as receitas do livro. Lembramos a ele que isso era contrário às suas próprias crenças, mas ele disse que materiais tão bem produzidos e coloridos certamente não eram tradicionais, mas, sim, modernos e científicos e, portanto, totalmente aceitáveis!



compartilhar parte do seu conhecimento uns com os outros.

No último dia dos nossos seminários, discutimos como organizar para que haja cooperação no futuro. Os funcionários médicos elegem uma pessoa para ser o seu representante, e os curandeiros fazem o mesmo. Estes dois representantes encontram-se todos os meses, ou com mais frequência, quando há problemas. Eles servem de canal de comunicação entre os grupos. Aqui estão exemplos de situações que podem muito bem ocorrer:

■ *Na ronda da manhã, o médico descobre que um paciente com câncer (cancro) recebeu cortes profundos que causaram sangramento e infecção durante a noite, por parte de um curandeiro que entrou furtivamente no hospital! Como resultado, o médico chama o representante médico, que fala com o representante dos curandeiros. Desta forma, evita-se que o problema se repita.*

■ *Um paciente diabético não tem dinheiro para comprar insulina e procura ajuda no hospital. Trabalhando-se através dos representantes, encontra-se um curandeiro conhecido por seu êxito no tratamento do diabetes. O hospital oferece as suas instalações laboratoriais para que o curandeiro examine gratuitamente o sucesso ou o fracasso do seu tratamento com ervas!*

Muitas igrejas acusam os curandeiros de praticar bruxaria. Nos nossos seminários, sempre passamos tempo suficiente discutindo esta questão muito importante. Entretanto, é certo que, se um curandeiro tiver acesso a todas as plantas de que precisa, a tentação de usar bruxaria será muito menor. Criar uma horta medicinal para suprir o fornecimento constante de ervas é essencial.

## Os benefícios dos seminários

Vimos que reunir os curandeiros tradicionais e os médicos tem os seguintes resultados positivos:

■ A população em geral fica melhor informada, pois os comitês dos departamentos de saúde locais escolhem representantes para assistirem aos seminários, os quais informam as pessoas. As pessoas ficam melhor protegidas contra práticas ruins e perigosas. Por exemplo, uma das fontes de infecção de HIV/AIDS (SIDA) e hepatite B na República Democrática do Congo é através dos 40.000 curandeiros não

*Produção de óleos medicinais durante um dos seminários da Anamed sobre "medicina natural".*

## Vantagens dos dois sistemas

### Medicina ocidental (moderna)

- Higiênica
- Aceita científica e internacionalmente
- O profissional médico teve muito treinamento e compreende o corpo e a doença
- É feito um exame médico completo, com testes laboratoriais
- Utiliza posologias precisas
- Os medicamentos duram muito tempo
- As plantas são identificadas através dos seus nomes científicos
- O governo controla os padrões da prática da medicina
- Pode-se tratar um grande número de pacientes, por exemplo, durante epidemias

### Medicina tradicional com ervas

- Utiliza plantas disponíveis no local
- Não há resíduos perigosos que precisem ser eliminados de maneira segura
- Não há problemas de câmbio para remédios caros ou atrasos na alfândega
- Geralmente, é barata para o paciente
- Cria empregos na horta medicinal e no preparo dos medicamentos
- O dinheiro pago pelo tratamento permanece na economia local
- Incentiva a independência
- O curandeiro fala a mesma língua que as pessoas
- Às vezes, é o único auxílio médico disponível

treinados, que dão injeções com seringas não esterilizadas. Com treinamento, os curandeiros e as parteiras tradicionais podem oferecer um tratamento melhor sem propagar o HIV/AIDS (SIDA).

■ Os funcionários médicos aprendem o valor e os efeitos das plantas medicinais e começam a usá-las para tratamentos.

■ Os curandeiros tradicionais aprendem como usar doses precisas, preservar seus produtos de forma melhor e a importância da higiene.

■ As parteiras tradicionais não são mais forçadas a trabalhar ilegalmente e, depois de serem treinadas, oferecem um melhor atendimento à maternidade e ao bebê.

■ O meio ambiente melhora, pois o valor econômico das plantas nativas usadas medicinalmente aumenta e, assim, elas passam a ser protegidas.

## Incentivando a boa prática

Incentivamos os "curandeiros tradicionais" a praticar a medicina natural. Isto significa que eles concordam em NUNCA:

- darem injeções
- fazerem tatuagens
- fazerem cortes (na esperança de libertar a dor ou os maus espíritos)
- retirarem os chamados "dentes falsos" das crianças (os dentes novos das crianças pequenas que sofrem má-



nutrição aparecem nas gengivas. Algumas pessoas acreditam que o dente “velho” deve ser retirado.)

- fazerem qualquer forma de cirurgia
- usarem qualquer forma de bruxaria
- fazerem abortos
- usarem excremento
- usarem enemas

Ao invés disso, nós os incentivamos a:

- oferecerem cuidados preventivos à sua comunidade
- educarem as pessoas quanto aos cuidados preventivos da saúde
- usarem chás medicinais
- usarem receitas seguras para produzir medicamentos como unguentos e óleos

- criarem uma horta de plantas medicinais e nutritivas
- especializarem-se no tratamento de uma doença

Os funcionários médicos podem aumentar o raio de ação do seu trabalho consideravelmente, criando uma horta medicinal e preparando e usando medicamentos feitos com as plantas.

Aqui na Anamed, estamos convencidos de que a medicina natural combina as vantagens de ambos os sistemas. Nos países que valorizam o uso das ervas tradicionais, o Ministério da Saúde pode conseguir realizar muito mais, mesmo com verbas limitadas para a saúde.

O Dr Hans-Martin Hirt possui muitos anos de experiência nas regiões rurais da República Democrática do Congo. Ele e Keith Lindsey estão comprometidos a capacitar e auxiliar as pessoas em suas comunidades locais através da troca de conhecimentos. A Anamed convida os leitores da Passo a Passo a fazerem o mesmo.

Entre em contato com a Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Alemanha.

Fax: +49 7195 65367

E-mail: [anamed@t-online.de](mailto:anamed@t-online.de)

Website: [www.anamed.org](http://www.anamed.org)

**ATENÇÃO:** A Anamed não pode identificar ou realizar a análise científica de plantas medicinais para os leitores da Passo a Passo. Eles também não podem oferecer literatura gratuita ou financiamento.

## Malária: a nova solução

A malária é um problema sério e cada vez maior no mundo inteiro, causando a morte de aproximadamente 2,5 milhões de pessoas por ano. O parasita da malária cria cada vez mais resistência contra as drogas conhecidas para a malária. Estão sendo criadas novas drogas, mas estas são, geralmente, caras e difíceis de serem obtidas. Entretanto, a medicina tradicional parece estar oferecendo uma nova esperança.

A planta *Artemisia annua* (artemísia) é o tratamento antimalárico conhecido há mais tempo, tendo sido usado na China por mais de 2.000 anos. Ela contém a substância artemisinina.

A artemisinina elimina o parasita do sangue mais rapidamente que qualquer outra droga e funciona bem contra os

parasitas *Plasmodium falciparum*, os quais são resistentes a outras drogas.

### Produção de artemisinina

A artemisinina pode ser obtida em forma de produtos comerciais, provavelmente custando entre 3 e 20 dólares por tratamento. Se a demanda crescer, os preços provavelmente baixarão ainda mais.

As drogas com artemisinina devem ser dadas por pelo menos cinco dias, de preferência sete, se forem utilizadas sozinhas. Os tratamentos mais curtos são úteis, se forem combinados com outras drogas antimaláricas. A “terapia de combinação” é uma boa forma de se prevenir a multi-resistência às drogas no futuro.

Ainda não foram vistos efeitos colaterais sérios da artemisinina depois de milhares de tratamentos.

*Plantação de Artemisia annua var anamed em Bukavu, RD do Congo.*

### Resistência às drogas

A OMS pede que a artemisinina e outras drogas obtidas a partir da *Artemisia annua* sejam usadas somente para **tratar** a malária e não como um medicamento **preventivo**. Eles também recomendam que sejam usadas juntamente com outras drogas antimaláricas, para evitar a resistência.

### O híbrido da Anamed

A Anamed também criou uma variedade particular da *Artemisia annua*, que sempre possui uma alta concentração de artemisinina. Este híbrido chega a até dois metros de altura, com muitas folhas. Se for plantada em quantidade numa horta medicinal e processada cuidadosamente, a *Artemisia annua var anamed* pode ajudar um hospital a ter um tratamento barato e eficaz contra a malária.

As sementes da artemísia são muito pequenas e sensíveis, necessitando de muito cuidado. A Anamed pode fornecer sementes desta variedade com as instruções completas (veja a página 14). Embora seja caro, este pode ser um investimento valioso. Uma vez que a planta estiver estabelecida, podem-se tirar mudas (rebentos) e distribuí-las facilmente pela região.



# Questões para discussão

Medicina tradicional é um termo que não se refere apenas às curas para as doenças através de ervas. Ele também está relacionado a tudo que é tipo de abordagem terapêutica. Nesta edição, enfocamos os enormes benefícios disponíveis no uso de remédios feitos com ervas experimentados e testados. Entretanto, o limite entre as curas através das ervas e as influências mais espirituais não é claro. Os cristãos têm evitado **todos** os aspectos da medicina tradicional por medo das influências espirituais negativas.



Embora poucas pessoas questionem os benefícios dos tratamentos com ervas, realmente existem poderes exercidos por alguns curandeiros com os quais os cristãos não se devem envolver. Além disso, cada cultura pode saber de práticas diferentes. Como podemos iniciar a discussão destas questões de uma forma que ajude as pessoas a serem honestas? Como podem os cristãos ser sábios nesta abordagem? Aqui estão algumas questões para discussão, que podem ajudar as pessoas a encontrarem o caminho certo na sua cultura.

**1** Na África, quase 80% da população vive nas áreas rurais e depende dos serviços dos curandeiros tradicionais. Porém, com frequência, pouco é feito pelos trabalhadores da área da saúde e médicos para trabalhar com os curandeiros tradicionais. Por que isso?

**2** As diretrizes da OMS incentivam a cooperação com os herbanários e as parteiras tradicionais. Como está isto sendo abordado no seu posto de saúde local?

**3** São usadas palavras como *médico feiticeiro*, *curandeiro*, *adivinhador*, *herbanário*, *sacerdote*, *xamã* e *profeta* para descrever uma série de curandeiros tradicionais. Discuta os termos usados na sua região. Que termos descrevem as influências espirituais que os cristãos devem evitar?

**4** Os curandeiros tradicionais, muitas vezes, levam em consideração não apenas os sintomas físicos da doença, mas, também, a mente, a alma e o corpo do paciente. Que vantagens e desvantagens há nesta abordagem?

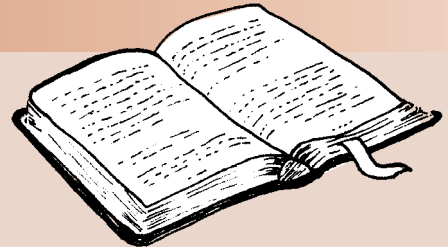
**5** As pessoas que não são cristãs muitas vezes acham que a doença ou o infortúnio são causados tanto por forças visíveis quanto invisíveis, tais como ancestrais, espíritos, anciões ou vizinhos. Como podem os cristãos desafiar esta abordagem de uma forma útil?

**6** O que devem fazer os cristãos que trabalham na área da saúde, se os curandeiros locais considerarem o significado espiritual dos seus remédios feitos com ervas mais importantes que as propriedades medicinais?

## ESTUDO BÍBLICO

# Medicamentos tradicionais: dádivas de Deus

*Eva Ombaka*



Desde o princípio, lemos em Gênesis 1:29 como Deus colocou as plantas nas nossas vidas. Ele nos deu plantas que carregam sementes e árvores que carregam frutos para que as usássemos como alimento. E, assim, em todos os lugares, úmido ou seco, na terra ou no mar, crescem as plantas adequadas (Isaías 41:19).

• *O que isto significa nas nossas vidas diárias e para a vida na Terra?*

Um corpo bem nutrido é também geralmente um corpo saudável. Quando temos uma dieta equilibrada (Ezequiel 4:9), o alimento que comemos pode ser visto como um cuidado preventivo da saúde. Além disso, Deus dá-nos o uso das plantas e das ervas para a cura, tanto física (2 Reis 20:7; Salmos 51:7) quanto emocional (Salmos 45:8; Gênesis 43:11).

• *Refleta sobre como as pessoas têm usado as plantas, as sementes e as ervas. Quais são as conseqüências deste uso?*

O ministério de Jesus inclui tanto a cura espiritual (Mateus 9:2) quanto física. Ele usava a força divina (Lucas 5:17), a fé (Lucas 7:6-10; Lucas

18:42), o tato (Mateus 8:2-3) e até produtos preparados, tais como o lodo e a saliva, usados para a cura em João 9:6-7. Havia, também, rituais associados com a limpeza e a cura, tanto no Velho quanto no Novo Testamento (Levítico 14:49-57; João 17:12-19; Marcos 8:22-25).

• *Considere os diferentes métodos de cura existentes hoje em dia e os rituais associados a eles. Com quais deles você, como cristão, concorda, e por quê?*

**Leia Filipenses 1:9-10 e Tiago 1:5**

Ao considerarmos o uso dos medicamentos tradicionais, façamos escolhas através do estudo e da observação cuidadosa, pedindo a Deus por sabedoria para vermos claramente que tratamentos são melhores, puros e inocentes.

*A Dra Eva Ombaka é farmacêutica e a coordenadora da Ecumenical Pharmaceutical Network. Ela trabalha em Nairobi, Quênia. E-mail: ciss@net2000ke.com*

## Livros Boletins Materiais de treinamento

### Publicações da Anamed

#### Natural Medicine in the Tropics

Hirt e M'Pia (segunda edição)

Este é uma introdução e guia excelente para a produção e uso de medicamentos tradicionais. Ele fornece instruções completas e pormenorizadas sobre como usar 65 plantas medicinais, para tratar uma variedade de questões de saúde. As informações nas páginas 7-9 foram adaptadas a partir deste livro. Altamente recomendado. Pode ser obtido em inglês (nova segunda edição, 19 dólares americanos, 42 marcos alemães), alemão (16 dólares, 35 marcos), francês (16 dólares, 35 marcos), ucraniano (13 dólares, 30 marcos) e espanhol (edição temporária, 30 dólares, 69 marcos) inclusive o envio postal via terrestre.

#### Healing Plants in the Tropics

Este é um cartaz informativo excelente com fotografias a cores de 60 plantas medicinais e descreve as doenças e problemas de saúde para os quais ele pode ser útil. O cartaz custa 13 dólares americanos (30 marcos alemães), pode ser obtido em inglês, francês e alemão, ou em branco para ser usado como material didático.

#### Programa de Malária da Anamed

O kit da *Artemisia annua var anamed* contém 1.200 sementes e informações completas sobre o plantio, o crescimento e a colheita desta planta. Também fornece informações sobre redes entre os participantes do Programa de Malária da Anamed. Custa 93 dólares americanos (210 marcos alemães). Por favor, especifique o país em que será usado, pois cada pacote é preparado individualmente.

A lista pormenorizada de todas as publicações da Anamed pode ser encontrada em seu website [www.anamed.org](http://www.anamed.org). Para todos os materiais acima, por favor, envie o pagamento adiantado em cheque ou por transferência bancária. Para pagamentos através de bancos que não sejam ingleses ou alemães, por favor acrescente 6 dólares americanos para pagar as taxas bancárias. Escreva para:

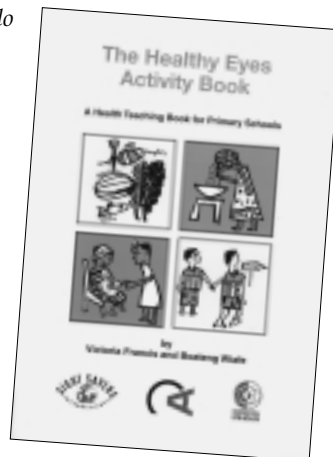
Anamed-versand, Schafweide 77,  
71364 Winnenden, Alemanha  
Fax: +49 7195 65367  
E-mail: [anamed@t-online.de](mailto:anamed@t-online.de)

### The Healthy Eyes Activity Book

Este é um livro didático sobre a saúde para crianças na escola primária, que oferece muitos exercícios e atividades para serem usados em aulas. As 50 páginas fornecem muitas idéias para aulas e materiais para serem fotocopiados e usados com a classe. O livro apresenta informações sobre a boa saúde dos olhos, a prevenção da cegueira (principalmente devido a acidentes) e uma compreensão das causas dos problemas de visão.

O livro custa 3 libras esterlinas, incluindo o envio postal (cinco exemplares por 11 libras esterlinas) e pode ser obtido através de:

International Centre for Eye Health  
Institute of Ophthalmology  
11-43 Bath St  
London  
EC1V 9EL  
Reino Unido

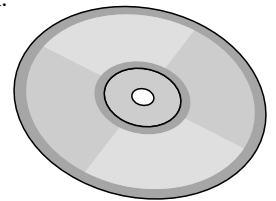


Fax: +44 20 720 3207  
E-mail: [eyesource@ucl.ac.uk](mailto:eyesource@ucl.ac.uk)

### Community Development CD-ROM Library

Acaba de ser publicada uma nova edição desta biblioteca em disco compacto muito útil. Esta é a versão 3.0 e contém o conteúdo de mais de 1.150 livros e jornais relacionados com o desenvolvimento. O escritório da *Passo a Passo* possui cópias que podem ser obtidas por 10 libras esterlinas (15 dólares americanos), incluindo o envio postal por via aérea. Há algumas cópias gratuitas para grupos que não possuem acesso ao câmbio exterior. Por favor, escreva para:

PO Box 200  
Bridgnorth  
Shropshire  
WV16 4WQ  
Reino Unido



### Trees for Living

Este boletim informativo é produzido duas vezes por ano, para incentivar as redes regionais para a agrosilvicultura no sul da África. Ele apresenta artigos sobre várias espécies arbóreas úteis, descobertas dos agricultores e melhoria da fertilidade do solo. Para obter mais informações, escreva para o seguinte endereço:

Dr Andreas Böhringer  
The SADC-ICRAF Zambezi Basin  
Agroforestry Project  
Makoka ARS  
PO Box 134 Zomba  
Malawi

Fax: +265 534283 ou 534298  
E-mail: [aboehringer@malawi.net](mailto:aboehringer@malawi.net)

## Ervas daninhas úteis

Por toda a África oriental, milhares de agricultores estão plantando ervas daninhas nas suas plantações de milho. Embora isso pareça estranho, esta técnica aumenta a produção, pois dá às pragas de insetos outra coisa para comer, ao invés do milho. "É melhor do que inseticida e muito mais barato," diz Ziadin Khan. "A produção agrícola aqui, perto de Mbita, no Quênia, aumentou em 60-70%."

Na África oriental, o milho enfrenta duas pragas principais. A primeira é um inseto chamado broca das hastes. Na maioria dos anos, a larva come, perfurando um terço do milho da região. Porém, Khan descobriu que as brocas das hastes preferem uma erva daninha local, a grama (relva) napier. Plantando a grama napier nas plantações, os agricultores podem atrair as brocas das hastes para longe do milho, numa armadilha, pois a grama produz uma substância pegajosa que mata a larva da broca das hastes (entretanto, em regiões com alta precipitação pluvial, a grama (relva) napier pode tornar-se invasiva).

A segunda praga principal é a striga, uma planta parasita que destrói 10 bilhões de dólares nas colheitas de milho por ano, ameaçando o sustento de 100 milhões de africanos. Mondar a striga é uma das atividades que consome mais tempo para milhares de mulheres agricultoras africanas. Khan descobriu que uma outra erva daninha chamada desmódio parece liberar uma substância química de que a striga não gosta. Se os agricultores plantarem desmódio entre as fileiras de milho, a striga não crescerá.

As idéias de Khan estão espalhando-se rapidamente. O Centro Internacional para a Fisiologia e a Ecologia em Nairobi, onde Khan trabalha, acabou de concluir experiências em mais de duas mil fazendas.

Adaptado por Fred Pearce, a partir de um artigo sobre agricultura sustentável escrito por Jules Pretty em *New Scientist*, Fevereiro de 2001.

# Práticas tradicionais de partos

**ESTUDO DE CASO**

Barbara Soung e Hang Sorya

Os curandeiros tradicionais são conhecidos como *Khru Khmer* no Camboja. Eles aprendem suas habilidades com velhos monges ou parentes mais velhos do sexo masculino. Eles, quase sempre, são homens, embora, ocasionalmente, haja *Khru Khmer* do sexo feminino. Os seus equivalentes femininos são as parteiras tradicionais, que, muitas vezes, aprendem algumas das suas habilidades observando os *Khru Khmer* trabalhando.

No Camboja, quando alguém está doente, eles chamam o *Khru Khmer*, para tratar o corpo e o espírito. Para a maioria dos cambojanos, todas as doenças estão relacionadas com o espírito – seja um problema mental ou um osso quebrado. Uma das “marcas registradas” dos *Khru Khmer* é “soprar” nas pessoas. Acredita-se que eles sejam possuídos por um espírito, e, quando eles sopram numa pessoa, o poder dos espíritos manifesta-se.

Muitas das doenças em sociedades animistas são causadas pelo medo. Assim, as pessoas procuram primeiro a cura espiritual na sua própria cultura. Os cristãos precisam determinar que práticas são úteis e quais são prejudiciais. É importante construir em cima daquilo em que as pessoas já acreditam (mesmo que isso seja medicamente inútil), pois somente então os funcionários da área da saúde poderão começar a influenciar e melhorar a situação. Isso é verdade não só no caso do Camboja, mas, também, de outros países.

Para a CORD (Christian Outreach Relief and Development), os estudos bíblicos semanais com os funcionários proporcionam um fórum para discussão de assuntos como esse. Durante o treinamento das parteiras tradicionais, houve, também, discussões que abriram as mentes das pessoas para a conscientização de que há alternativas. À medida que os funcionários cristãos da CORD desenvolvem um relacionamento com as pessoas locais, eles podem começar a falar em libertação do medo através do Senhor Jesus Cristo.

## Remédios em forma de chá

Durante a gravidez e o parto, os *Khru Khmer* trabalham com a proteção da mãe e da criança. Eles amarram cordões de

### Questões para discussão

- Muitas das práticas dos *Khru Khmer* são inúteis ou prejudiciais. É melhor para os funcionários da área da saúde procurar boas práticas e construir em cima delas ou dizer às pessoas que evitem usá-las completamente?
- Como as pessoas instruídas podem ser libertadas da sua crença no poder dos *Khru Khmer*?
- Que problemas os funcionários da área da saúde da CORD provavelmente encontrarão?
- Que tabus e crenças semelhantes relacionados com a saúde são praticados na cultura em que você está trabalhando?

algodão com argolas de metal chatas e longas ao redor da cintura da mulher grávida. O cordão pode ser expandido à medida que a gravidez evolui. Os *Khru Khmer* fazem um chá com ervas para a grávida beber, que ajuda a facilitar o parto – supostamente tornando a passagem do parto escorregadia. Muitos problemas durante a gravidez têm remédios em forma de “chá”, e alguns curandeiros mostram aos parentes como prepará-los eles mesmos.

Após o nascimento, muitas pessoas acreditam que o bebê pertence ao mundo espiritual durante os três primeiros dias e, somente no quarto, se continuar vivo, é que o bebê se torna parte do mundo humano. Os três primeiros dias representam, portanto, um período crucial para a proteção da criança. A parteira tradicional prepara incenso e frutas como uma oferenda para os espíritos no quarto dia.

## Tabus

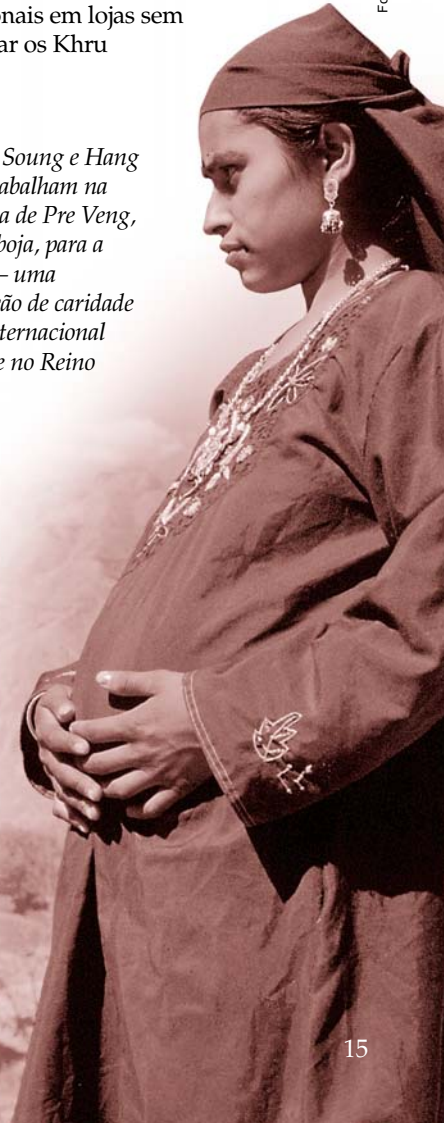
Após o nascimento, as mulheres *Khmer* temem muito por sua saúde, pois tradicionalmente há muitos tabus relacionados com certos alimentos, trabalho árduo demais, ter relações sexuais muito cedo depois do parto, carregar coisas pesadas ou expor-se à chuva e ao vento. Acredita-se que, se uma mulher quebrar algum destes tabus, não há cura. Ela sofrerá para o resto da sua vida ou até mesmo morrerá. Isso, muitas vezes, significa que, se a mãe tem algum problema após o nascimento, a família procura uma causa entre os tabus, ao invés de levar a mulher para receber atendimento médico.

## A necessidade de ensino

Os *Khru Khmer* acreditam que eles possuem uma resposta para todas as doenças e continuam a tratar a pessoa até ela morrer. Eles precisam saber que doenças podem curar e quais precisam de atenção médica. Eles precisam ensinar as pessoas quanto a isso também. Algumas pessoas instruídas ainda acreditam no poder dos *Khru Khmer*, mas não na sua medicina tradicional. Outras compram os medicamentos tradicionais em lojas sem consultar os *Khru Khmer*.

*Barbara Soung e Hang Sorya trabalham na província de Pre Veng, no Camboja, para a CORD – uma instituição de caridade cristã internacional com sede no Reino Unido.*

Foto: Geoff Crawford, Tearfund



# Encontrando os verdadeiros líderes comunitários

Robert Linthicum

Para incentivar a mudança de forma eficaz numa comunidade, você precisa aprender com a comunidade sobre a situação dela. Você também precisa ficar sabendo quem são os verdadeiros líderes. Com frequência, os líderes eleitos não são as pessoas que fazem as coisas acontecerem numa comunidade.

Eu acredito que há quatro pessoas fundamentais em todas as comunidades do mundo. Dei a estas pessoas os nomes de *porteiro*, *zelador*, *captador de notícias* e *corretor*. Estas são as pessoas que realmente fazem a comunidade funcionar.

Como você aprende sobre cada comunidade? À medida que você conversa com as pessoas, pergunte-lhes há quanto tempo elas vivem na região, que mudanças viram durante esse tempo, que esperanças têm e que problemas e preocupações existem. Depois faça perguntas, para descobrir os verdadeiros líderes. Quando você começar a ouvir os mesmos nomes vindos de pessoas diferentes, você saberá que provavelmente os encontrou.

### Os porteiros

O porteiro de uma comunidade é a pessoa que decide se alguém passará pelos "portões" da comunidade e será aceito. Para encontrar os porteiros, pergunte quem se mudou para a região recentemente. Como as pessoas se sentem em relação a eles? As pessoas gostam deles ou os acham estranhos? Por que elas se sentem assim? A resposta poderá ser: "Por que fulano de tal disse-me isso..." Assim, você encontrou o porteiro. Estas são pessoas influentes, que conseguem controlar a maneira como os outros se sentem em relação a novas pessoas e novas idéias.

### Os zeladores

Estes são pessoas para quem os outros se voltam, quando têm problemas. Quando eu estava caminhando numa favela em Chennai, todas as crianças de um bairro pareciam estar brincando do lado de fora de uma casa. A pessoa que morava lá provavelmente era a zeladora daquele bairro – a "mamãe" ou a "pastora" – sempre pronta

para escutar, consolar ou aconselhar. Todas as comunidades têm um zelador, que pode ser um homem ou uma mulher. Para descobrir quem é o zelador, pergunte: "Se você tivesse uma emergência às 2 horas da madrugada, e ninguém da sua família estivesse por perto, a quem você pediria ajuda?"

### Os captadores de notícias

Estes são pessoas que sempre sabem tudo o que está acontecendo. Quando alguém está doente ou morrendo, ou perdeu o emprego, eles sempre parecem ser os primeiros a ficar sabendo. Para encontrar o captador de notícias, você poderia perguntar: "Se se soubesse que alguém estivesse causando problemas ou discussões desnecessárias, com quem as pessoas poderiam falar para ter certeza de que conseguiriam fazer essa pessoa compreender o que elas querem?"

### Os corretores

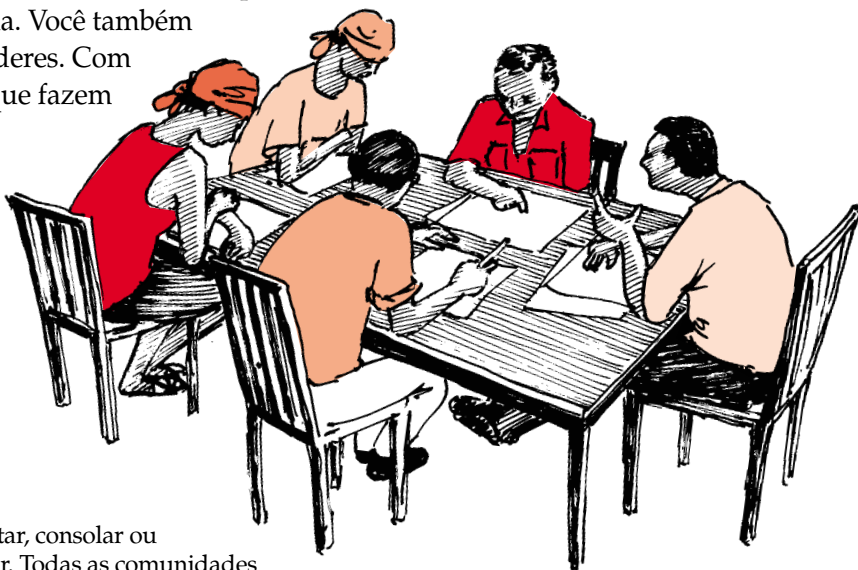
O corretor tem relações com amigos pessoais de pessoas-chaves do governo ou de organizações internacionais, que podem conseguir as coisas! Para encontrar o corretor, pergunte às pessoas a quem elas se voltariam para conseguir que algo fosse feito. A quem elas pediriam ajuda se, por exemplo, a torneira de abastecimento

de água, a eletricidade ou o telefone do seu bairro não estivesse funcionando?

### Encontre-os!

Por que é tão importante encontrar estas quatro pessoas?

■ Em primeiro lugar, porque estas são as pessoas com as habilidades necessárias para organizar a comunidade e incentivar a mudança – seja ela para o trabalho de defesa de direitos ou qualquer outro tipo de trabalho de desenvolvimento.



■ Em segundo lugar, porque as pessoas na comunidade irão primeiro ver se as pessoas mais importantes estão participando ou boicotando o trabalho. Só então elas decidirão se elas próprias participarão ou não.

Procure estas pessoas e crie um relacionamento com elas. Lembre-se, entretanto, de que o interesse delas pode nem sempre ser o mesmo que o seu ou o da comunidade. Procure trabalhar com elas e influenciá-las. Através da compreensão e do apoio destes líderes, a mudança será muito mais provável de ocorrer.

Condensado de um artigo em *Together Magazine*, edição 27, *World Vision*.

Publicado pela: Tearfund, 100 Church Rd, Teddington, TW11 8QE, Inglaterra

Editora: Dra Isabel Carter, PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire, WV16 4WQ, Inglaterra

TEARFUND

