
**Consumo de *ilex paraguariensis* (erva-mate) no lar
dos velinhos São Vicente de Paula**
**Consumption the *ilex paraguariensis* (mate) in the
home for old people São Vicente de Paula**

MARIELI DA LUZ GIROLDO¹
DIEGO CASTRO MUSIAL²
CRISTIANE ARIETA ALVAREZ³

RESUMO: A cultura de tomar chimarrão, a partir da erva-mate vem se mantendo há anos, principalmente em regiões do Sul do Brasil, acredita-se que a erva-mate tenha propriedades medicinais, como a presença de flavonóides trazendo benefícios aos seus usuários. Este trabalho teve como objetivo avaliar o consumo desta bebida entre os moradores do Lar de Velinhos São Vicente de Paula, localizada em Iretama – Paraná. Foram entrevistados 100% dos moradores do Lar, oriundos dos mais variados locais do Brasil, e destes 67% consomem chimarrão diariamente, sendo que dos usuários da erva-mate 87,5% tomam chimarrão em grupo, aumentando assim a integração entre os moradores do Lar, tendo então um efeito benéfico para os moradores do lar que com ele podem se socializarem, além de usufruir dos benefícios de sua propriedade medicinal.

Palavras-chave: Chimarrão. Socialização. Propriedade Medicinal.

ABSTRACT: The culture of taking mate from the mate has been maintaining for years mainly in the south of Brazil, it is believed that the mate has medicinal properties, such as the presence of flavonoids bringing benefits to its users. This study aimed to evaluate the

¹Mestranda em Ciências da Saúde da Pontifícia Universidade Católica do Paraná.

²Acadêmico do Curso de farmácia da Faculdade Integrado de Campo Mourão – Rodovia BR-158, Km207, Cep 87300-970, Campo Mourão-PR, e-mail: diego_4630@hotmail.com

³Docente da Faculdade Integrado de Campo Mourão.

consumption of this beverage among the inhabitants of the old Home of San Vicente de Paula, located in Iretama - Paraná. It interviewed 100% of the residents of the home, from the most diverse places in Brazil and 67% consume these mate daily, with users of mate take 87.5% in group, thus increasing the integration of the residents of home and then a beneficial effect for residents of the home that he can socialize with, and enjoy the benefits of its medicinal properties.

Key-words: Mate. Socialization. Medicinal Properties.

INTRODUÇÃO

A erva-mate denominada cientificamente como *Ilex paraguariensis*, originou-se na América do Sul, Brasil, Argentina, Paraguai e Uruguai.

Nos dias atuais algumas regiões do sul do Brasil, tem o hábito de consumir a erva-mate como chimarrão, que é uma bebida preparada através de uma infusão com água quente, e colocado em um recipiente denominado cuia. O chimarrão tornou-se uma bebida típica, porém os indígenas muito antes já preparavam infusões com as folhas da erva-mate (BERTÉ et al., 2006). A erva-mate é processada primeiramente por uma pré-secagem das folhas e talos, então ocorre uma etapa de torrefação onde a temperatura fica em torno de 120°C por aproximadamente 15 min, após ocorre à trituração.

A erva-mate é constituída basicamente por fenóis e ácidos fenólicos destes se destacam os alcoóis, alcanos, carboidratos, ácidos graxos, aminoácidos, terpenóides, metilxantinas, flavonóides, ácido p-hidroxibenzóico e o p-hidroxibenzil, ácido clorogênico e o seu derivado ácido quínico (FONSECA et al., 2006).

Ilex paraguariensis destaca-se no ponto de vista econômico e social, estando vinculado a cultura das regiões que constituem o Mercosul. A população consome a bebida como chimarrão ou tererê, sendo que o tererê é preparado com água fria, tornando-se assim o oposto do chimarrão. A maioria das empresas que produzem a erva-mate procuram diferenciar e diversificar o produto, acrescentando plantas aromáticas e associando a sacarose (SHUBERT et al., 2006; VALDUGA et al., 2005).

Os benefícios assim como os malefícios causados pelo consumo de erva-mate em nosso organismo, ainda são assunto de pesquisas, o que já se sabe é que o chimarrão atua como bebida estimulante cardíaca e

vasodilatadoras, relaxante dos músculos lisos, diurética, e a cafeína encontrada na erva, estimula o sistema nervoso central. (ITO; CROZIER; AISHIHARA, 1997)

Este trabalho teve como objetivo avaliar o consumo de erva-mate (chimarrão) no Lar São Vicente de Paula, por moradores que consomem a erva-mate diariamente, esta pesquisa relacionou-se com alguns quadros patológicos e a interação entre os internos do Lar.

MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo foi realizado com os moradores do Lar São Vicente de Paula, sem distinção de etnia, sexo, escolaridade, histórico clínico, ou demais variáveis possíveis. O lar fica localizado na cidade de Iretama, estado do Paraná, pertencente a 11ª Regional de Saúde.

Inicialmente explicou a população o objetivo do estudo seguindo a recomendação da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, estas concordando em participar do mesmo, foi preenchido o questionário socioeconômico com aplicação direta ao idoso e este desenvolvido ao longo de dezembro de 2008.

Os dados coletados foram digitados duplamente por pessoas distintas, e posteriormente comparados para que fossem feitas as correções necessárias. Em seguida estes foram tabelados em protocolos específicos, perfazendo análises individualizadas, e realizado o teste estatístico com medidas de tendência central e desvio padrão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

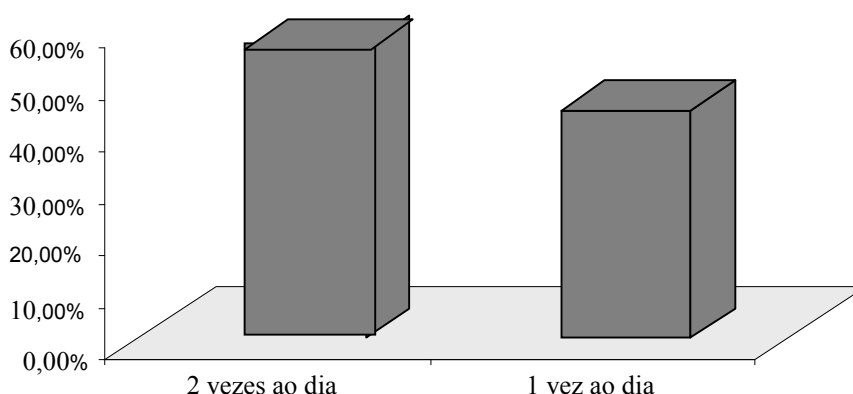
O Lar de Velinhos São Vicente de Paula tem atualmente 24 moradores, sendo que a idade média dos moradores do Lar é de 65 anos, com desvio padrão para 9 anos. Entretanto destes 16% não sabiam informar sua idade, 33% dos moradores são mulheres e 67% homens.

A respeito de sua naturalidade todos são brasileiros, 79% paranaense, 12,5% mineiro, 4,1% paulistano e 4,1% cearense. Quando questionados sobre o tempo em que vivem no Lar, obtivemos as mais variadas respostas (tabela 1) desde 1 mês a 10 anos, sendo que dos entrevistados 4% não sabia a quando tempo residia no Lar.

Tabela 1. Tempo em que os idosos moram no Lar São Vicente de Paula.

TEMPO	<i>n</i>	%
Não sabe	1	4%
Menos de 1 anos	2	8%
De 1 a 5 anos	16	67%
Acima de 5 anos	5	21%
Total	24	100%

Sobre o hábito de tomar chimarrão 67% dos moradores do asilo, tomam chimarrão todos os dias, e dentro destes 56% tomam chimarrão assim quando acorda e ao entardecer, e 43% tomam chimarrão apenas quando se levantam pela manhã (Fig. 1).

**Figura 1.** Demonstra a quantidade de vezes ao dia que os moradores que tomam chimarrão fazem utilização deste.

Um fator interessante, é que das pessoas que tomam o chimarrão, 18% quando foram lhes perguntado se acreditavam que o chimarrão faziam bem para a saúde, responderam que não. A maioria justificou que devido à água estar quente não se sente bem algumas vezes, tendo distúrbios gastrintestinais. Estes relatos vem confirmar um dado apresentado por um estudo realizado na cidade de Taquara localizada no estado do Rio Grande do Sul, no qual o mate ingerido pela população da região está com a temperatura elevada acima de 60° C, o que pode facilitar o aparecimento de carcinoma epidermóide de esôfago (5).

Quando são questionados sobre doenças confirmadas que eles apresentam, a maioria responde que sofre de hipertensão, sendo um total de 33% dos moradores do lar, destes todos tomam medicamento anti-hipertensivo, este é um ponto positivo para os usuários do chimarrão já que um estudo revela a presença de flavonóides na erva do chimarrão (6).

Os flavonóides possuem várias atividades farmacológicas, entre elas a atividade anti-hipertensiva, devido à ação diurética que as propriedades destes compostos apresentam (7).

Ao analisar o uso de chimarrão com a socialização dos moradores da casa, o uso de chimarrão se mostra positivo neste ponto já que dos usuários diariamente da erva-mate 87,5% tomam o chimarrão em grupo (Fig. 2).

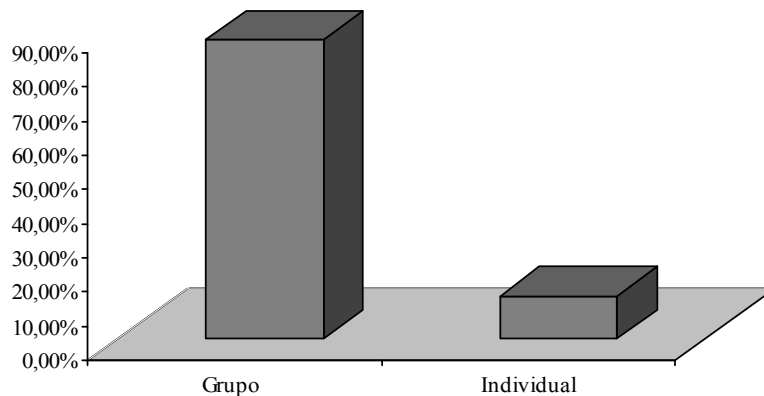


Figura 2. Apresenta a socialização entre os moradores que tomam chimarrão todos os dias.

CONCLUSÃO

Ao finalizar o presente trabalho, foi concluído a partir dos resultados que o chimarrão apresenta um risco de carcinoma apresentado pela literatura, entretanto não existem muitos trabalhos sobre este assunto. A grande maioria dos estudos traz apenas benefícios para o seu uso.

Sendo assim, foi considerado positivo o uso diário da erva-mate, já que além de possuir atividade diurética devido à presença de flavonóides, propicia momentos de integração entre os moradores do lar, aumentando o laço de amizade entre eles.

REFERÊNCIAS

- BARROS, S.G.S, et al. Mate (Chimarrão) é consumido em alta temperatura por população sob risco de carcinoma epidermóide de esôfago. **Arq Gastroenterol**, v.37, n.1, jan./mar., 2000.
- BASTOS, D.H.M. et al. Bioactive compounds content of chimarrão infusions related to the moisture of yerba maté (*Ilex Paraguariensis*) leaves. **Braz arch biol technol**, v.49, n.3, May 2006.
- BERTÉ, K.A.S. et al. Vida-de-Prateleira: Microbiologia da Erva-Mate Chimarrão. **Acta Farm Bonaerense**, v.25, n.1, p.95-8, 2006.
- FONSECA, E.P. et al. Interferência do consumo de Chimarrão nos níveis de ácido hipúrico urinário. **Rev bras anal clin**, v.38, n.3, p.163-5, July-set. 2006.
- ITO, E; CROZIER, A; ASHIHARA, H. Theophylline metabolism in higher plants. **Biochimica et Biophysica Acta**, v.1336, p.323-30, 1997.
- SHUBERT, A. et al. Variação anual de metilxantinas totais em amostras de *Ilex paraguariensis* A. St. - Hil. (erva-mate) em Ijuí e Santa Maria, Estado do Rio Grande do Sul. **Quím Nova**, v.29, n.6, nov./dez. 2006.
- SILVA, D.A. et al. Flavonóides glicosilados de *Herissantia tiubae* (K. Schum) Brizicky (Malvaceae) e testes farmacológicos preliminares do canferol 3,7-di-*O*- α -L-ramnopiranosídeo. **Braz J Pharmacog**, v.15, n.1, p.23-9, jan./mar. 2005.
- VALDUGA, E. et al. Nota previa – avaliação das características de qualidade da erva mate (chimarrão) acondicionadas em diferentes tipos de embalagens. **Braz J Food Technol**, v.8, n.2, p.99-105, abr./jun. 2005.

Enviado em: fevereiro de 2009.
Revisado e Aceito: março de 2009.