

**ÁREA TEMÁTICA:** (marque uma das opções)

- ( ) COMUNICAÇÃO  
( ) CULTURA  
( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA  
( X ) EDUCAÇÃO  
( ) MEIO AMBIENTE  
( ) SAÚDE  
( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO  
( ) TRABALHO

## **CARTILHA DE ORIENTAÇÕES E CUIDADOS A DIABETES E HIPERTENSAO PARA GESTANTES EM LÍNGUA KAINGANG**

**Mirian Guimarães de Freitas<sup>1</sup>**

**Sara Alves Inácio<sup>2</sup>**

**Alvaro Franco da Fonseca Junior<sup>3</sup>**

**Letícia Fraga<sup>4</sup>**

**Resumo:** Este produto vincula-se ao projeto “Saberes outros” e surgiu de uma ação de extensão que considerou as comorbidades em mulheres indígenas da Terra Indígena de Mangueirinha/PR gestantes entre 2019 e 2020. Esse levantamento permitiu que se propusesse um conjunto de materiais específicos (inclusive em língua indígena) com o objetivo de colaborar para a prevenção das comorbidades que oferecem risco à gestação. A ação extensionista mostrou que as mulheres, de maneira geral, constituem um grupo bastante suscetível ao desenvolvimento de doenças e carências nutricionais, em função de alterações fisiológicas e hormonais ocorridas ao longo da vida. Por essa razão, anemia, hipertensão, diabetes e infecção do trato urinário costumam ser comorbidades comuns a gestantes. Na sequência, em razão do compromisso com a questão da interculturalidade, realizou-se um levantamento dos principais remédios tradicionais para a comorbidade usados pela comunidade. As plantas medicinais utilizadas nas comunidades indígenas brasileiras são um berço de conhecimento e efetividade no processo saúde-doença. Sendo assim, a relevância desse produto está no fato de que ele respeita

---

<sup>1</sup> Membro de execução do projeto; UEPG; Medicina; [mirianguimaraes17@gmail.com](mailto:mirianguimaraes17@gmail.com).

<sup>2</sup> Membro de execução do projeto; UEPG; Medicina; [sarainacio2015@gmail.com](mailto:sarainacio2015@gmail.com).

<sup>3</sup> Membro participante de projeto; SEED; Artes; [alvarofonsecajunior@gmail.com](mailto:alvarofonsecajunior@gmail.com).

<sup>4</sup> Coordenadora do projeto de extensão; DEEL/UEPG; [leticiafraga@gmail.com](mailto:leticiafraga@gmail.com).

os saberes tradicionais dos povos originários, em articulação com o tratamento de saúde fornecido pelo Estado brasileiro

**Palavras-chave:** Gestação. Comorbidade. Povo Kaingang. Língua Kaingang

## **NOME DO PROGRAMA OU PROJETO**

Saberes Outros: Estudos e Ações Indígenas.

## **PÚBLICO-ALVO**

Comunidade universitária, comunidade externa, professores em formação continuada das escolas participantes (indígenas e não-indígenas), alunos das escolas participantes (indígenas e não indígenas).

## **JUSTIFICATIVA**

O produto em questão surgiu de uma ação extensionista, voltado às gestantes indígenas, em que se analisou a prevalência de comorbidades crônicas não transmissíveis, visto que as populações indígenas por si só são susceptíveis a agravos, devido, principalmente às condições socioeconômicas e ambientais desfavoráveis, contato com as cidades e condições domiciliares insalubres. (AÇÕES DE SAÚDE DA MULHER EM COMUNIDADES INDÍGENAS KAINGÁNG). A saúde indígena apresenta-se intimamente relacionada às modificações causadas no estilo de vida dessas populações. O processo histórico de mudanças sociais, econômicas e ambientais, juntamente com a expansão de frentes demográficas e econômicas nas diversas regiões do país ao longo do tempo, tem influenciado os determinantes e os perfis da saúde indígena. As mudanças socioculturais refletiram negativamente em relação à morbimortalidade indígena, elevando o índice de mortes em adultos e idosos. No caso dos últimos, por causas relacionadas a doenças infecto-parasitárias, obesidade, doenças metabólicas como a diabetes, doenças do aparelho circulatório, alcoolismo, suicídio, riscos associados à gravidez. Já no caso das crianças, a mortalidade infantil está relacionada à desnutrição. Os hábitos alimentares mudaram consideravelmente. Foram adicionados mais carboidratos e gorduras à dieta e o consumo de frutas, hortaliças e leites diminuiu. Dentre os hábitos alimentares culturais indígenas que ainda permanecem está a preparação do pão na chapa, bolo azedo e colheita de couve-domato para consumo, entre outros. O organismo da mulher, quando grávida, passa por várias

transformações de ordem anatômica, fisiológica e bioquímica que podem ocasionar alguns desequilíbrios funcionais na gestante, favorecendo desta forma o surgimento de algumas patologias. Por ocorrer esse desequilíbrio fisiológico ou mesmo pela falta de hábitos saudáveis, esta encontra-se em estado de vulnerabilidade, podendo desencadear alterações nos parâmetros laboratoriais. Estudos sugerem que as condições de saúde dos povos indígenas no Brasil permanecem pouco conhecidas em relação a outros segmentos da sociedade brasileira. Inicialmente se tinha o sistema de Saúde Indígena como sendo precário, no entanto este paradigma vem mudando nos últimos anos. Entretanto, estudos que retratem as reais condições de saúde e doença ainda são escassos, razão pela qual os materiais cultural e linguisticamente específicos são mais raros ainda.

## **OBJETIVOS**

- Promover a interação entre universidade e escolas públicas, indígenas e não indígenas, por meio de debates, discussões, eventos, elaboração e distribuição de materiais didáticos;
- Elaborar e sistematizar propostas de materiais que contribuam para disseminar conhecimento sobre povos indígenas juntamente com eles, os quais partam de políticas linguístico-educacionais adequadas à perspectiva indígena;

## **METODOLOGIA**

Metodologicamente, este produto foi construído com base nas orientações de Leyva e Speed (2008), que defendem o co-labor, segundo o qual “profissionais e comunidade [identificam] conjuntamente os problemas a resolver, deliberem ações a respeito e avaliem autonomamente o processo” (AMARAL, 2015).

Amaral (2015) traz a questão da proposta de pesquisa decolonial que visa ao trabalho "com" comunidades indígenas e Leyva e Speed (2008) tratam do trabalho coletivo. Enfim, para discutir ética na pesquisa com comunidades indígenas, considera-se Silva e Grubtis (2006). Sobre o trabalho colaborativo, Fernandes (2015, p. 331) afirma que estes " [...] são ressignificad[o]s, reelaborad[o]s e redefinid[o]s a partir das percepções de cada povo". Além disso, Fernandes (2015, p. 333) afirma que:

De “objeto de estudo” as comunidades indígenas passam a sujeitos na elaboração de conhecimento sobre si mesmas, se apropriando dos referenciais ocidentais para compreender os processos históricos de dominação, subordinação e assimilação, reagindo e reescrevendo as histórias a partir de epistemologias e cosmovisões próprias, desafiando a academia à revisão das posturas historicamente europeizadas, elitizadas e ocidentalizadas. (FERNANDES, 2015, p. 333)

## RESULTADOS

A ação extensionista permitiu a identificação das comorbidades crônicas não transmissíveis das gestantes participantes e, a partir disso, propôs-se o planejamento das cartilhas de orientação, as quais serão impressas e distribuídas amplamente para as gestantes participantes do projeto, como para toda a comunidade indígena da T.I. de Mangueirinha/PR.

Além do levantamento de dados junto às gestantes, realizou-se também uma entrevista com o senhor José Missioneiro, Pajé da Aldeia de Mangueirinha, que deu as seguintes informações sobre a medicina tradicional Kaingang voltada à saúde da gestante:

Quadro 1 – Entrevista

*Os chás que as gestantes podem tomar são chá de folha de pessegueiro, capim limão (capim cidró), folha de maracujá. Esses chás além de fazer bem para a gestante, faz bem para o bebê, são chás calmante que vão ajudar no desenvolvimento do bebê, além disso, agem no fortalecimento do próprio coração do bebê. As gestantes também podem tomar chá de amora branca (folhas, pequenos talos), chá de folha de eucalipto, chá de insulina, chá de avenca, erva de passarinho também pode se tomar junto com outras ervas, esses chás são utilizados no tratamento de Diabetes. No tratamento de hipertensão em gestantes é utilizado o chá de sete sangria (primeira escolha. O guaco, o alecrim também são utilizados no tratamento de hipertensão. Todos os chás acima citados, não são chás amargos.*

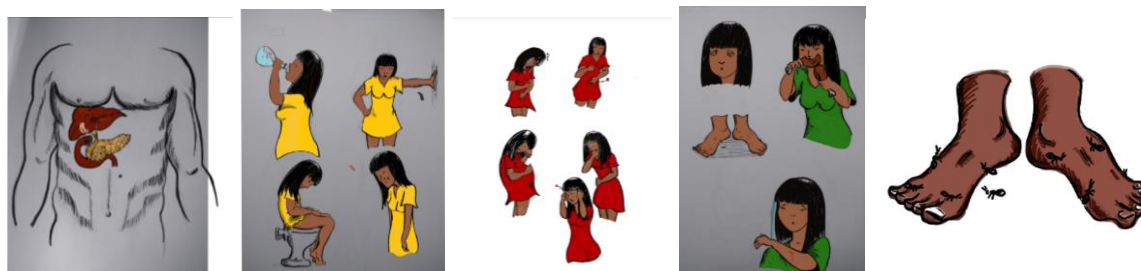
Fonte: Entrevista José Missioneiro (2020)

Quadro 1 – Texto das Cartilhas

Texto cartilha de hipertensão (português/Kaingang)	Texto cartilha de diabetes (português/Kaingang)
<p><b>SERÁ QUE ESTOU GRÁVIDA ? O QUE FAZER?</b> Procure o postinho de saúde sua aldeia, explique os seus sintomas e logo o médico (a) vai pedir um exame para confirmar ou descartar a gravidez. Se confirmar a gravidez você fará o pré-natal durante a gestação para acompanhar o desenvolvimento do seu bebê e sua saúde nesse período.</p> <p><b>Inh m̄y ḡir ra n̄i hen? Inh ne han ma?</b> ã jamã ki postinho ra t̄ig n̄i, médico m̄y tó há han n̄i, k̄y tóg ã m̄y exame han m̄u ã t̄y ḡir ra n̄i ãn ven jé. ã t̄y ḡir ra n̄in k̄y, vahá á tóg pré natal han m̄u, ag t̄y n̄en̄ t̄y há n̄i ãn ve ken jé ti m̄y kaga t̄u? há ki ã tóg sir ti m̄an m̄u.</p> <p><b>SINTOMAS INICIAIS DA GRAVIDEZ / ã t̄y vahá núg mog k̄y á tóg gej ke m̄u:</b></p> <p><b>Atraso menstrual</b> - ã kaga (kysã) vej ke t̄u</p> <p><b>Cólica abdominal</b> - Nug kaga</p> <p><b>Mamas sensíveis e aumentadas</b> - ã n̄ugj̄e kaga, kar mygmag m̄u</p> <p><b>Alterações no corrimento vaginal</b> - Jynh ke j̄e ja á tóg ke m̄u</p> <p><b>Náuseas, enjoos e vômitos</b> - T̄üḡt̄u t̄i ja á tóg kar T̄üḡt̄u sór ke t̄i mu o gé.</p> <p><b>Vontade frequente de urinar</b> - Kãnhmar ã tóg sór kej m̄u jánh</p> <p><b>Aumento do sono</b> - N̄ür sór t̄i ja á tóg m̄u gé</p> <p><b>Constipação intestinal</b></p>	<p><b>•O QUE É DIABETES GESTACIONAL? Ne n̄y diabetes gestacional he t̄i?</b> Segundo a OMS é definido como qualquer nível de intolerância a carboidratos resultando no aumento dos níveis de glicose no sangue durante a gravidez. Podendo ou não persistir depois do parto.</p> <p>- OMS ag tóg to ég t̄y n̄in ã kar t̄y carboidratos ko k̄y ég tóg diabetes n̄j m̄u ég kyvénh tóg kórég n̄i m̄u gé, ã t̄y ḡir ra n̄i ki. He re m̄un tóg kar há kej m̄u ã t̄y ḡir m̄an kar k̄y.</p> <p><b>•DIABETES TIPO I:</b> é definida pela deficiência absoluta de insulina, geralmente ocorre em vrianças, jovens e adultos jovens. É necessário o tratamento com insulina para o seu controle .</p> <p>- <b>Diabetes pir:</b> To ag tóg insulina v̄y t̄u p̄e n̄i ã kyvénh ki he t̄i, vénh kaga tag v̄y ḡir, kyr̄u, tutóg fag kar k̄y un móg fag kaga n̄i. K̄y ag tóg v̄ahã vénhkaga t̄y insulina kro kron ke n̄y t̄i fag t̄y pégs̄i ken jé.</p> <p><b>SINTOMAS/ Ge tóg t̄i:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Sede em excesso</b> - Goj kron sór kamã</li> <li><b>Urina frequente</b> - Kãnhmar jánh</li> <li><b>Cansaço e fraquezaa</b> - Krónh ke ky</li> </ol>

<p>- Jäfa tũg ja ä tóg mü gé</p> <p><b>Cansaço frequente</b></p> <p>- Krónh ke ti ja á tóg mü gé</p> <p><b>Alterações de humor</b></p> <p>- Jũ sór ti ja a tóg mü gé</p> <p><b>Abdômen inchado</b></p> <p>- Ä gró vỹ kánh par mü</p> <p><b>O QUE É HIPERTENSÃO GESTACIONAL?</b> Aumento da pressão arterial, após as 20ª semana de gestação.</p> <p>- <b>Ne nê hipertensão gestacional ke tí?</b> pressão tóg mág kân tí ä tỹ 20ª semana ki nug mág nĩn kỹ.</p> <p><b>Fatores de risco para hipertensão/ Tag vỹ kórég nỹtĩ hipertensão:</b></p> <p><b>Idade da gestante</b></p> <p>- Nug mág fi prỹg</p> <p><b>Parentes que tem diabetes</b></p> <p>- Ä kánh ká ü tỹ diabetes nĩ ü</p> <p><b>Parentes com pressão alta ou mulheres com pré- eclampsia</b></p> <p>- Ä kánhká tỹ pressão alta nĩ,</p> <p><b>Se você tem pré-eclampsia ou hipertensão durante a gestação</b></p> <p>- Ä tỹ pré eclampsia kar kỹ hipertensão nĩ kỹ ä tỹ gĩr ra nĩn kỹ vėnh ki rĩr nĩ</p> <p><b>Se você tem pressão alta</b></p> <p>- Ä tỹ pressão alta nĩn kỹ</p> <p><b>Se está acima do peso</b></p> <p>- Ä tỹ tåg gy nĩn kỹ ke gé</p> <p><b>Diabetes</b></p> <p>- Ä tỹ diabetes nĩn kỹ</p> <p><b>Doença nos rins</b></p> <p>- Ä tanh kra vỹ kagaj mü gé</p> <p><b>Fumantes</b></p> <p>- Vėju ko kamã nĩn kỹ</p> <p><b>Uso de bebidas alcoólicas</b></p> <p>- Gojfa kron kamã nĩn ky ke gé</p> <p><b>Alto consumo de sal</b></p> <p>- Vėjėn ki sa mág ko kamã nĩn kỹ ke gé</p> <p><b>Não praticar atividades físicas</b></p> <p>- Ä tỹ , móra ke vánh, vėnhvo vánh</p> <p><b>O QUE É PRÉ- ECLAMPسيا?</b> É uma complicação da hipertensão gestacional associada a uma alteração nas proteínas.</p> <p>- <b>Ne nê pré eclampsia he tí?</b> Ti venhmỹ ke kỹ tóg hipertensão gestacional ke ti gé, kỹ tóg ěg proteina tỹ vėnhmỹ ke tí.</p> <p><b>O QUE É ECLAMPسيا?</b> Quando a mãe apresenta convulsões tendo o diagnóstico de pré-eclampsia.</p> <p>- <b>Ne nê eclampsia he tí?</b> Mỹnh fi tỹ ter sĩ ke kỹ ag tóg to pré ecampsia ke tí.</p> <p><b>SINTOMAS DE PRESSÃO ALTA/ Ä tỹ ge kỹ pressão alta hä vė</b></p> <p><b>Dor de cabeça.</b></p> <p>- Krĩ kaga</p> <p><b>Zumbido no ouvido</b></p> <p>- Ä Nigrėg kátá vyr vyr ke tí</p> <p><b>Falta de ar</b></p> <p>- Jengėr ror</p> <p><b>Visão dupla ou embaçada</b></p> <p>- Kanė ki krũj ve</p> <p><b>Tonturas</b></p> <p>- Krĩ vỹvỹr</p> <p><b>CHÁS QUE PODEM SER UTILIZADOS PARA AUXILIAR NO TRATAMENTO DE PRESSÃO ALTA DURANTE A GESTAÇÃO:</b></p> <p><b>Vėnhkagta tag ag tóg há nỹti gé ä tỹ kron jé nignėnh kỹ, a tỹ gĩr ra nĩn kỹ:</b></p> <p>No tratamento de hipertensão em gestantes é utilizado o chá de sete sangria (primeira escolha) . O guaco, o alecrim , também são utilizados no tratamento de hipertensão.</p> <p>- Vėnhkagta tag nignėj ja á tóg ke mü sete sangria, guaco, kar kỹ alecrim tóg hipertensão kygta nỹtĩ gé.</p> <p><b>OBSERVAÇÃO/ Ha vem nĩ</b></p> <p><b>NÃO SUBSTITUIR O MEDICAMENTO RECEITADO PELO MÉDICO(A) PELOS CHÁS.</b></p> <p>- Médico tỹ ä mỹ vėnhkagta vin mü ěh kron tỹ krỹ ke tóg nĩ, ä tỹ vėnhkagta ni kỹ mrė kron nĩ.</p> <p>Falar com seu médico antes de iniciar tratamento com os chás.</p> <p>- Ä médico mrė vĩ nĩ ä tỹ ěnhkagta nignej kron tũr</p>	<p>ron kãn</p> <p><b>4. Perda de peso</b> - Kyjon kãn</p> <p>•<b>DIABETES TIPO II:</b> É uma deficiente relativa de insulina, é o tipo mais frequente de diabetes, aparece geralmente após os 40 anos de idade.</p> <p>- <b>DIABETES RÉGRE:</b> Tag vỹ insulina tỹ sĩ ěn to ke tí gé, kỹ sir diabetes tag tóg ěg prỹg tỹ no pãte vėnh ven tí.</p> <p><b>SINTOMAS/ Ge tóg tí:</b></p> <p><b>5. Visão turva</b> - Kanė ki krũj</p> <p><b>6. Muita fome</b> - Kókĩr kamã</p> <p><b>7. Formigamento nos pés</b> - ä pėn tygty kamã</p> <p><b>8. Infecções frequentes</b> - Fugfóm kamã</p> <p><b>9. Má cicatrização de feridas</b> - Ä tỹ vėnh gynh kỹ pi kánhmar há ke tí</p> <p><b>Quais gestantes tem predisposição a desenvolver a doença? ü tỹ gĩr ra nĩ tỹ ne fag nỹ diabetes kág mig tí?</b></p> <p>•</p> <p><b>10. Idade materna avançada;</b></p> <p>- Ä tỹ kófa ra krėg kỹ</p> <p><b>11. Sobrepeso, obesidade ou ganho excessivo de peso na gravidez atual;</b></p> <p>- Ä tỹ gĩr ra nĩ kỹ mág kãn kỹ</p> <p><b>12. Historia familiar de diabetes em parentes de primeiro grau;</b></p> <p>- Ä kánhká ü mỹ diabetes nĩ hỹn</p> <p><b>13. Crescimento fetal excessivo</b></p> <p>- Ä tỹ gĩr ra nĩ tỹ mág kãn pé henkỹ</p> <p><b>14. Hipertensão ou pre-eclampsia na gravidez atual</b></p> <p>- Ä tỹ gĩr ra nĩn ky vén ki rĩr nĩ ä tỹ eclampsia tũ nĩn jé</p> <p><b>15. Antecedentes obstétricos de abortamentos de repetição, malformações, morte fetal ou neonatal;</b></p> <p>- Ä mỹ kejėn gĩr ü fón hur, ke tũ nĩ mỹr ä kánhká ü fi</p> <p><b>16. Síndrome de ovários policísticos;</b></p> <p>- Tag tóg krėg vánh nĩj mü</p> <p><b>17. Baixa estatura (inferior a 1,5 m).</b></p> <p>- Mog vánh ( 1,5 krém ke)</p> <p>•<b>CHÁS QUE PODEM SER UTILIZADOS PARA AUXILIAR NO TRATAMENTO DE DIABETES DURANTE A GESTAÇÃO:</b></p> <p>- <b>Vėnhkagta tag nighen kỹ kron nĩ a tỹ gĩr ra nĩn kỹ diabetes nĩn kỹ</b></p> <p>As gestantes também podem tomar chá de amora branca ( folhas, pequenos talos), chá de folha de eucalipto, chá de insulina, chá de avenka, erva de passarinho também pode se tomar junto com outras ervas, esses chás são utilizados no tratamento de Diabetes.</p> <p>- ü tỹ gĩr ra nĩ ěn fi tóg vėnkagta tag ag kron mü gé nénh kỹ, krėn kupri fėj, kalipio fėj, insulina fėj, avenka fėj, jėsi jėn fá jej, kar kỹ nėn kamĩ vėnhkagta ü ag fėj kegė, diabetes kygta vė gé.</p> <p><b>OBSERVAÇÃO/ Ha vem nĩ</b></p> <p>•<b>NÃO SUBSTITUIR O MEDICAMENTO RECEITADO PELO MÉDICO(A) PELOS CHÁS.</b></p> <p>- Médico tỹ ä mỹ vėnhkagta vĩn mü kron vén nĩ.</p> <p>•Falar com seu médico antes de iniciar tratamento com os chás.</p> <p>- Ä médico mrė vĩ vén nĩ kar vėnhkagta nignej kron nĩ.</p>
---	--

Figura 1 – Imagens



Legenda: Imagens que serão utilizadas na finalização das cartilhas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O trabalho conjunto de construção do produto mostra que, além de se dedicar atenção especial ao diagnóstico, tratamento dos casos específicos e cuidados com o meio ambiente, o Estado brasileiro deve fazê-lo nos termos das comunidades, o que inclui o respeito às suas línguas. Já à universidade cabe o papel de propor o diálogo com outros saberes, bem como promover sua valorização.

**APOIO:** Agradecemos à Fundação Araucária, pelas bolsas de extensão concedidas.

## REFERÊNCIAS

AMARAL, João Paulo Pereira do. **Da colonialidade do patrimônio ao patrimônio decolonial**. Dissertação apresentada ao curso de Mestrado Profissional do Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional. Rio de Janeiro. 2015. 158 p.

FERNANDES, Rosani de Fatima. POVOS INDÍGENAS E ANTROPOLOGIA: NOVOS PARADIGMAS E DEMANDAS POLÍTICAS. **Espaço Ameríndio**, Porto Alegre, v. 9, n. 1, p. 322-354, jan./jun. 2015. Disponível em: <file:///C:/Users/Elisa/Downloads/53317-233084-1-PB.pdf>. Acesso em: 10 set. 2017.

LEYVA, Xochitl Solano; SPEED, Shannon. Hacia la investigación descolonizada: nuestra experiencia de co-labor. In: LEYVA, Xochitl Solano; BURGUETE, Araceli; SPEED, Shannon. **Gobernar (en) la diversidad: experiencias indígenas desde América Latina**. Hacia la investigación de co-labor. 1. ed. México: Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social: Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, 2008, p. 66-110.

SILVA, Maíra Pedrosa Corrêa da; GRUBTIS, Sonia. Relações Éticas em Pesquisas com Populações Indígenas. Publicado em **“Psicologia Ciência e Profissão”**, vol. 1, p. 46-57, ISSN 1414-9893, Brasília, 2006.