

RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE

Memento de Chás Medicinais



VENDA PROIBIDA
Distribuição Gratuita

da
POLÍTICA INTERSETORIAL DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS
DO RIO GRANDE DO SUL

Projeto APLPMFito/RS

2022
Porto Alegre/RS

Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Ângela Sperry
Taína Scheid

Revisores

Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes

Realização

Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul/
Departamento de Assistência Farmacêutica
Ministério da Saúde /
Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos

Fotos

Cassio Rabuske da Silva
Clarice Azevedo Machado
Daniel Grasel
João Augusto Bagatini
Juliano de Oliveira Nunes
Leonardo Domingues Mesquita
Marcio Verdi
Paulo Schwirkowski
Pedro Joel S. Silva Filho
Rosângela Gonçalves Rolim
Sérgio Bordignon

Arte e Diagramação

Carolina de Azevedo Fernandes

Para elaboração desta publicação foi utilizada a plataforma Canva®.

R585m Rio Grande do Sul. Secretaria da Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica. Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica. Política Intersetorial e Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul.

Memento de chás medicinais da Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul [recurso eletrônico] : Projeto APLPMFito/RS / elaborado por Cristiane Bernardes de Oliveira ... [et al.] - Porto Alegre : ESP/SES/RS, 2022.

152 p. : il. , color.

ISBN 978-65-89000-23-5

1. Chás medicinais. 2. Fitoterapia. 3. Assistência farmacêutica. 4. Rio Grande do Sul. I. Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul. II. Projeto APLPMFito/RS. III. Oliveira, Cristiane Bernardes de. IV. Dresch, Roger Remy. V. Sperry, Ângela. VI. Scheid, Taína. VII. Título.

NLM QV 766

RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA
Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul
Projeto Arranjo Produtivo Local de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF

MEMENTO DE CHÁS MEDICINAIS

da Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
do Rio Grande do Sul

Projeto APLPMFito/RS

2022

Porto Alegre/RS



GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



Abreviaturas



- ANVISA - Agência Nacional de Vigilância Sanitária.
- APLPMFITO/RS - Arranjo Produtivo Local de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Estado do Rio Grande do Sul.
- DEAF - Departamento de Assistência Farmacêutica.
- DIQAF - Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica.
- EMA - *European Medicines Agency*.
- ESP - Escola de Saúde Pública do Rio Grande do Sul.
- HC - *Health Canada*.
- MS - Ministério da Saúde.
- OMS - Organização Mundial da Saúde.
- PANC - Planta Alimentícia Não Convencional.
- PIPMF/RS - Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul.
- PNPMF - Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos.
- RENAME - Relação Nacional de Medicamentos Essenciais.
- RENISUS - Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao Sistema Único de Saúde.
- REPLAME/RS - Relação Estadual de Plantas Medicinais de interesse do Sistema Único de Saúde no Rio Grande do Sul.
- SES/RS - Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul.
- SUS - Sistema Único de Saúde.

Apresentação

Em tempos em que a informação chega ao usuário em profusão, circula, vai e vem e desaparece de nossas telas, registrar a memória de uma cultura é um compromisso de todos com a vida... Das pessoas, das plantas, e de um modo de vida em resgate!

*O **Memento de Chás Medicinais da Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos da Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul** nasceu da experiência contínua de elaboração de folhetos orientativos sobre o uso de plantas medicinais para o usuário do SUS e para a população em geral, interessada nesse conhecimento.*

*Baseado na **Relação Estadual de Plantas Medicinais (REPLAME/RS)** que compilou estudos sobre as espécies mais utilizadas pela população no estado, o trabalho recortou as sessenta e sete plantas mais familiares na nossa cultura, tão diversa, tão intensa em seus hábitos e tão forte na ligação com a terra.*

*Comparados esses usos a estudos científicos, o **Memento** registra os quesitos para o melhor uso das espécies elencadas na promoção e no cuidado à saúde, com a garantia da eficácia e segurança. A opção pelo “chá”, como infusão ou decocto, busca a associação com a cultura popular que predomina no uso de plantas medicinais, tanto para a orientação familiar como para a educação em fitoterapia, no âmbito da rede de saúde. E o refere como “chá medicinal” como indicativo para a utilização desses produtos quando disponibilizados no mercado, mediante notificação oficial e sob produção com boas práticas farmacêuticas.*

A publicação deste material, orientativo, educativo, segue as diretrizes das políticas nacionais e estaduais voltadas para a fitoterapia, e contribui para a grande oferta de materiais regionais, étnicos, específicos para ciclos de vida, inclusive, que decorreram dessas políticas, tanto em meio físico como virtual, assim como com a intensidade das publicações científicas e institucionais, do campo tradicional à inovação em fármacos.

*E motivados por esse cenário, a sistematização de folhetos elaborados pela equipe da coordenação da PIPMF, com recursos do Programa Nacional de Plantas Medicinais do Ministério da Saúde, resultou nesse **Memento da SES/RS**, que se refere ao registro de uma memória popular, conferindo cientificidade à tradição.*

Este é um documento gratificante que condensa conhecimento, estudos, pesquisas e dedicação de conhecedores e apaixonados pelas plantas medicinais, pela perspectiva de que elas possam contribuir para a humanização do cuidado em saúde, com a preservação da natureza e com um olhar mais atencioso, natural e amoroso com a nossa biodiversidade.

Sílvia Czermainski



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



Sumário



ABREVIATURAS.....	4
APRESENTAÇÃO.....	5
ESPÉCIES VEGETAIS CITADAS EM NORMATIVAS E COMPÊNDIOS OFICIAIS.....	9
FOLHETOS DAS PLANTAS MEDICINAIS DO MEMENTO DE CHÁS MEDICINAIS DA PIPMF/RS	
<i>Achillea millefolium</i> - MIL-FOLHAS.....	9 e 19
<i>Achyrocline satureioides</i> - MARCELA.....	9 e 21
<i>Aloe vera</i> - BABOSA.....	9 e 23
<i>Aloysia citrodora</i> - ERVA-LUÍSA.....	9 e 25
<i>Aloysia gratissima</i> - ERVA-SANTA.....	9 e 27
<i>Anethum graveolens</i> - ENDRO.....	9 e 29
<i>Arctium lappa</i> - BARDANA.....	9 e 31
<i>Artemisia absinthium</i> - LOSNA.....	9 e 33
<i>Baccharis articulata</i> - CARQUEJA-MIÚDA.....	9 e 35
<i>Baccharis crispa</i> - CARQUEJA.....	9 e 37
<i>Bauhinia forficata</i> - PATA-DE-VACA.....	10 e 39
<i>Bidens pilosa</i> - PICÃO-PRETO.....	10 e 41
<i>Calendula officinalis</i> - CALÊNDULA.....	10 e 43
<i>Campomanesia xanthocarpa</i> - GUABIROBA.....	10 e 45
<i>Casearia sylvestris</i> - ERVA-DE-BUGRE.....	10 e 47
<i>Chaptalia nutans</i> - ARNICA.....	10 e 49
<i>Coronopus didymus</i> - MASTRUÇO.....	10 e 51
<i>Cunila microcephala</i> - POEJO.....	10 e 53
<i>Cuphea carthagenensis</i> - SETE-SANGRIAS.....	10 e 55
<i>Cymbopogon citratus</i> - CAPIM-CIDRÓ.....	10 e 57
<i>Cynara scolymus</i> - ALCACHOFRA.....	11 e 59



Sumário



<i>Dysphania ambrosioides</i> - ERVA-DE-SANTA-MARIA.....	11 e 61
<i>Echinodorus grandiflorus</i> - CHAPÉU-DE-COURO.....	11 e 63
<i>Eriobotrya japonica</i> - NÊSPERA.....	11 e 65
<i>Eugenia uniflora</i> - PITANGUEIRA.....	11 e 67
<i>Foeniculum vulgare</i> - FUNCHO.....	11 e 69
<i>Ilex paraguariensis</i> - ERVA-MATE.....	11 e 71
<i>Lippia alba</i> - SÁLVIA-DA-GRIPE.....	11 e 73
<i>Luehea divaricata</i> - AÇOITA-CAVALO.....	11 e 75
<i>Malva parviflora</i> - MALVA.....	12 e 77
<i>Malva sylvestris</i> - MALVA.....	12 e 79
<i>Matricaria chamomilla</i> - CAMOMILA.....	12 e 81
<i>Maytenus ilicifolia</i> , <i>Monteverdia ilicifolia</i> - ESPINHEIRA-SANTA.....	12 e 83
<i>Mentha pulegium</i> - POEJO-MIÚDO.....	12 e 85
<i>Mentha x piperita</i> - HORTELÃ-PIMENTA.....	12 e 87
<i>Mikania glomerata</i> - GUACO.....	12 e 89
<i>Mikania laevigata</i> - GUACO.....	12 e 91
<i>Ocimum carnosum</i> - ALFAVACA.....	13 e 93
<i>Parapiptadenia rigida</i> - ANGICO-VERMELHO.....	13 e 95
<i>Passiflora alata</i> - MARACUJÁ-DOCE.....	13 e 97
<i>Passiflora edulis</i> - MARACUJÁ-AZEDO.....	13 e 99
<i>Persea americana</i> - ABACATEIRO.....	13 e 101
<i>Petiveria alliacea</i> - GUINÉ.....	13 e 103
<i>Phyllanthus niruri</i> - QUEBRA-PEDRA.....	13 e 105
<i>Pimpinella anisum</i> - ERVA-DOCE.....	13 e 107



Sumário



<i>Plantago australis</i> - TANSAGEM.....	13 e 109
<i>Plantago major</i> - TANSAGEM.....	13 e 111
<i>Plectranthus barbatus</i> - BOLDO-BRASILEIRO.....	13 e 113
<i>Pluchea sagittalis</i> - QUITOCO.....	14 e 115
<i>Polygonum punctatum</i> - ERVA-DE-BICHO.....	14 e 117
<i>Psidium cattleianum</i> - ARAÇÁ.....	14 e 119
<i>Psidium guajava</i> - GOIABEIRA.....	14 e 121
<i>Rosmarinus officinalis</i> - ALECRIM.....	14 e 123
<i>Ruta graveolens</i> - ARRUDA.....	14 e 125
<i>Salvia officinalis</i> - SÁLVIA.....	14 e 127
<i>Sambucus australis</i> - SABUGUEIRO.....	14 e 129
<i>Sida rhombifolia</i> - GUANXUMA.....	14 e 131
<i>Solanum paniculatum</i> - JURUBEBA.....	14 e 133
<i>Solidago chilensis</i> - ERVA-LANCETA.....	14 e 135
<i>Sphagneticola trilobata</i> - ARNICA-DO-MATO.....	14 e 137
<i>Stachytarpheta cayennensis</i> - GERVÃO.....	15 e 139
<i>Symphytum officinale</i> - CONFREI.....	15 e 141
<i>Syzygium cumini</i> - JAMBOLÃO.....	15 e 143
<i>Tagetes minuta</i> - CHINCHILA.....	15 e 145
<i>Tanacetum vulgare</i> - CANTIGA-DE-MULATA.....	15 e 147
<i>Taraxacum officinale</i> - DENTE-DE-LEÃO.....	15 e 149
<i>Zingiber officinale</i> - GENGIBRE.....	15 e 151

Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais

	NOME CIENTÍFICO - ESPÉCIE VEGETAL (2)	NOME POPULAR (1)	NORMAS E COMPÊNDIOS OFICIAIS ONDE SÃO CITADAS
1	<i>Achillea millefolium</i> L.	MIL-FOLHAS	Formulário(7) RENISUS(10) IN N°04/2014(21)
2	<i>Achyrocline satureioides</i> (Lam.) DC.	MARCELA	Farmacopeia(6) Formulário(7)
3	<i>Aloe vera</i> (L.) Burm. f. (syn. <i>Aloe barbadensis</i> Mill.)	BABOSA	Farmacopeia(6) Formulário(7) Memento(8) RENAME 2022(9) RENISUS(10) IN N°86/2021(12) IN N°04/2014(21)
4	<i>Aloysia citrodora</i> Paláu (syn. <i>Aloysia triphylla</i> Royle)	ERVA-LUÍSA	Não encontrado(5)
5	<i>Aloysia gratissima</i> (Gillies & Hook.) Tronc. (syn. <i>Aloysia sellowii</i> (Briq.) Moldenke)	ERVA-SANTA	Não encontrado(5)
6	<i>Anethum graveolens</i> L.	ENDRO	Farmacopeia(6)
7	<i>Arctium lappa</i> L.	BARDANA	Formulário(7) IN N°04/2014(21)
8	<i>Artemisia absinthium</i> L.	LOSNA	RENISUS(10) IN N°04/2014(21)
9	<i>Baccharis articulata</i> (Lam.) Pers. (syn. <i>Baccharis gaudichaudiana</i> DC.)	CARQUEJA-MIÚDA	Não encontrado(5)
10	<i>Baccharis crispa</i> Spreng. (syn. <i>Baccharis trimera</i> (Less.) DC.)	CARQUEJA	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10)
11	<i>Bauhinia forficata</i> Link.	PATA-DE-VACA	RENISUS(10)

Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais

¹²	<i>Bidens pilosa</i> L.	PICÃO-PRETO	Formulário(7) RENISUS(10)
¹³	<i>Calendula officinalis</i> L.	CALÊNDULA	Farmacopeia(6) Formulário(7) Memento(8) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) IN N°86/2021(12) Monografia MS(16) Monografia-EMA/MS(20) IN N°04/2014(21)
¹⁴	<i>Campomanesia xanthocarpa</i> (Mart.) O. Berg.	GUABIROBA	Não encontrado(5)
¹⁵	<i>Casearia sylvestris</i> Sw.	ERVA-DE-BUGRE	Formulário(7) RENISUS(10)
¹⁶	<i>Chaptalia nutans</i> (L.) Pol.	ARNICA	Não encontrado(5)
¹⁷	<i>Coronopus didymus</i> (L.) Sm.(3)	MASTRUÇO	Não encontrado(5)
¹⁸	<i>Cunila microcephala</i> Benth.	POEJO	Não encontrado(5)
¹⁹	<i>Cuphea carthagenensis</i> (Jacq.) J. Macbr.	SETE-SANGRIAS	Não encontrado(5)
²⁰	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf.	CAPIM-CIDRÓ	Farmacopeia(6) Formulário(7)
²¹	<i>Cynara scolymus</i> L.	ALCACHOFRA	Farmacopeia(6) Formulário(7) Memento(8) RENAME 2022(9) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) INN°86/2021(12) Monografia-EMA/MS(20) IN N°04/2014(21)
²²	<i>Dysphania ambrosioides</i> (L.) Mosyakin & Clemants (syn. <i>Chenopodium ambrosioides</i> L.).	ERVA-DE-SANTA- MARIA	RENISUS(10)

Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais

23	<i>Echinodorus grandiflorus</i> (Cham. & Schltr.) Micheli.	CHAPÉU-DE-COURO	Farmacopeia(6)
24	<i>Eriobotrya japonica</i> (Thunb.) Lindl.	NÊSPERA	Não encontrado(5)
25	<i>Eugenia uniflora</i> L.	PITANGUEIRA	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10)
26	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	FUNCHO	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10) IN N°04/2014(21)
27	<i>Ilex paraguariensis</i> A.St.-Hil.	ERVA-MATE	IN N°04/2014(21) Monografia EMA (22)
28	<i>Lippia alba</i> (Mill.) N.E.Br. ex. P. Wilson.	SÁLVIA-DA-GRIPE	Formulário(7)
29	<i>Luehea divaricata</i> Mart. & Zucc.	AÇOITA-CAVALO	Não encontrado(5)
30	<i>Malva parviflora</i> L.	MALVA	Não encontrado(5)
31	<i>Malva sylvestris</i> L.	MALVA	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10)
32	<i>Matricaria chamomilla</i> L. (syn. <i>Chamomilla recutita</i> (L.) Rauschert; <i>Matricaria recutita</i> L.).	CAMOMILA	Farmacopeia(6) Formulário(7) Memento(8) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) IN N°86/2021(12) Monografia-EMA/MS(20)
33	<i>Monteverdia ilicifolia</i> (Mart. ex Reissek) Biral. (syn. <i>Maytenus ilicifolia</i> Mart. Ex Reissek).	ESPINHEIRA-SANTA	Formulário(7) Farmacopeia(6) Memento(8) RENAME 2022(9) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) IN N°86/2021(12)
34	<i>Mentha pulegium</i> L.	POEJO-MIÚDO	RENISUS(10) RDC N°26/2014 - restrição(19)

Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais

35	<i>Mentha x piperita</i> L. (syn. <i>Mentha citrata</i> Ehrh.; <i>Mentha x balsamea</i> Willd.; <i>Mentha piperita</i> var. <i>balsamea</i> (Willd.) Rouy).	HORTELÃ-PIMENTA	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENAME 2022(9) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) Monografia-EMA/MS(20) IN N°04/2014(21)
36	<i>Mikania glomerata</i> Spreng.	GUACO	Formulário(7) RENAME 2022(9) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) IN N°86/2021(12) Monografia MS(13)
37	<i>Mikania laevigata</i> Sch.Bip. ex Baker.	GUACO	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10)
38	<i>Ocimum carnosum</i> (Spreng.) Link & Otto ex Benth. (syn. <i>Ocimum selloi</i> Benth.).	ALFAVACA	Não encontrado(5)
39	<i>Parapiptadenia rigida</i> (Benth.) Brenan. (syn. <i>Piptadenia rigida</i> Benth.).	ANGICO VERMELHO	Não encontrado(5)
40	<i>Passiflora alata</i> Curtis.	MARACUJÁ-DOCE	Farmacopeia(6) RENISUS(10) IN N°86/2021(12) Monografia MS(15)
41	<i>Passiflora edulis</i> Sims.(4)	MARACUJÁ-AZEDO	Farmacopeia(6) RENISUS(10) IN N°02/2014(11)
42	<i>Persea americana</i> Mill.	ABACATEIRO	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10)
43	<i>Petiveria alliacea</i> L.	GUINÉ	Não encontrado(5)

Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais

44	<i>Phyllanthus niruri</i> L.	QUEBRA-PEDRA	Farmacopeia(6) Formulário(7) RENISUS(10)
45	<i>Pimpinella anisum</i> L.	ERVA-DOCE	Farmacopeia(6) Formulário(7) IN N°02/2014(11) Monografia-EMA/MS(20) IN N°04/2014(21)
46	<i>Plantago australis</i> Lam.	TANCHAGEM	Não encontrado(5)
47	<i>Plantago major</i> L.	TANCHAGEM	Formulário(7) RENISUS(10) Monografia MS(14)
48	<i>Plectranthus barbatus</i> Andrews. (syn. <i>Coleus barbatus</i> (Andrews) Benth.).	BOLDO-BRASILEIRO	Formulário(7) RENISUS(10)
49	<i>Pluchea sagittalis</i> (Lam.) Cabrera.	QUITOCO	Não encontrado(5)
50	<i>Polygonum punctatum</i> Elliott. (syn. <i>Polygonum acre</i> Kunth).	ERVA-DE-BICHO	RENISUS(10)
51	<i>Psidium cattleianum</i> Sabine. (syn. <i>Psidium cattleianum</i> Sabine).	ARAÇÁ	Não encontrado(5)
52	<i>Psidium guajava</i> L.	GOIABEIRA	Farmacopeia(6) Formulário(7) Memento(8) RENISUS(10)
53	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	ALECRIM	Farmacopeia(6) Formulário(7) IN N°04/2014(21)
54	<i>Ruta graveolens</i> L.	ARRUDA	RENISUS(10) Monografia MS(18)
55	<i>Salvia officinalis</i> L.	SÁLVIA	Formulário(7) IN N°04/2014(21)

Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais

56	<i>Sambucus australis</i> Cham. & Schltdl.	SABUGUEIRO	Farmacopeia(6) Formulário(7)
57	<i>Sida rhombifolia</i> L.	GUANXUMA	Não encontrado(5)
58	<i>Solanum paniculatum</i> L.	JURUBEBA	RENISUS(10) RDC N°26/2014 - restrição(19)
59	<i>Solidago chilensis</i> Meyen.	ERVA-LANCETA	Não encontrado(5)
60	<i>Sphagneticola trilobata</i> (L.) Pruski. (syn. <i>Wedelia paludosa</i> DC.)	ARNICA-DO-MATO	Não encontrado(5)
61	<i>Stachytarpheta cayennensis</i> (Rich.) Vahl.	GERVÃO	Não encontrado(5)
62	<i>Symphytum officinale</i> L.	CONFREI	Formulário(7) IN N°02/2014(11) IN N°86/2021(12) RDC N°26/2014 - restrição(19) Monografia-EMA/MS(20) IN N°04/2014(21)
63	<i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels. (syn. <i>Syzygium jambolanum</i> (Lam.) DC.)	JAMBOLÃO	RENISUS(10)
64	<i>Tagetes minuta</i> L.	CHINCHILA	RENISUS(10)
65	<i>Tanacetum vulgare</i> L.	CATINGA-DE-MULATA	Não encontrado(5)
66	<i>Taraxacum officinale</i> F.H. Wigg.	DENTE DE LEÃO	Formulário(7) IN N°04/2014(21)
67	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe.	GENGIBRE	Farmacopeia(6) Formulário(7) Memento(8) RENISUS(10) IN N°02/2014(11) IN N°86/2021(12) Monografia-EMA/MS(20) IN N°04/2014(21)

Fonte: Autoria Própria

Legenda da tabela "Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais"

- **(1)** Nome popular das plantas medicinais citadas no Memento de Chás Medicinais da Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul – Projeto APLPMFito/RS. 1ª Edição. Porto Alegre/RS.
- **(2)** Nome científico das plantas medicinais citadas no Memento de Chás Medicinais da Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul – Projeto APLPMFito/RS. 1ª Edição. Porto Alegre/RS.
- **(3)** Espécie descrita como nativa no Rio Grande do Sul apenas segundo site da Flora Digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina.
- **(4)** A espécie *Passiflora edulis*, umas das plantas medicinais nativas mais utilizadas pela população do Rio Grande do Sul, está avaliada como uma espécie quase ameaçada de extinção conforme Decreto no 52.109, de 1 de dezembro de 2014.
- **(5)** Onde menciona “Não encontrado” refere-se que a espécie não foi encontrada em nenhum dos documentos do Ministério da Saúde citados nesta legenda.

- **(6)** Espécies citadas na Farmacopeia Brasileira, 6ª Edição, 2019.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Farmacopeia Brasileira**: Volume II – Monografias Plantas Medicinais. 6ª ed. Brasília, DF: ANVISA, 2019. 745 p.

Disponível em: < <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/farmacopeia-brasileira> > e

< file:///C:/Users/ses4231872/Downloads/PLANTAS%20MEDICINAIS%20(1).pdf >. Acesso em 15/03/2022.

- **(7)** Espécies citadas no Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, 2ª edição, considerando RDC nº 463/2021 e RDC nº 596/2022.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.

Disponível em: < <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico> >. Acesso em 15/03/2022.

- **(8)** Espécies citadas no Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 2016.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico**: Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115 p.

Disponível em: < <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/pnmpf/orientacao-ao-prescritor/memento-fitoterapico-da-farmacopeia-brasileira> > e < <http://antigo.anvisa.gov.br/documents/33832/2909630/Memento+Fitoterapico/a80ec477-bb36-4ae0-b1d2-e2461217e06b> >. Acesso em 15/03/2022.

- **(9)** Espécies citadas na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais-RENAME, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Relação Nacional de Medicamentos Essenciais**: RENAME 2022. Brasília, DF, 2022.183 p.

Disponível em: < <https://www.gov.br/conitec/pt-br/assuntos/renome-2022> > e < https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/20220128_renome_2022.pdf >. Acesso em 15/03/2022.

Legenda da tabela "Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais"

- **(10)** Espécies citadas na Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS – RENISUS, 2009. A finalidade da lista é orientar estudos e pesquisas que possam subsidiar a elaboração de uma relação de fitoterápicos disponíveis para uso da população, com segurança e eficácia.

BRASIL. Ministério da Saúde. **RENISUS** – Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS. Espécies vegetais. DAF/SCTIE/MS – RENISUS – fev/2009.

Disponível em: < <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/plantas-medicinais-e-fitoterapicas/ppnmpf/arquivos/2014/renisus.pdf> > e

< <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/plantas-medicinais-e-fitoterapicas/ppnmpf/plantas-medicinais-de-interesse-ao-sus-2013-renisus> >. Acesso em 15/03/2022.

- **(11)** Espécies citadas na Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado e na Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado da IN N° 02/2014 e sua alteração na IN N°10/2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução Normativa – IN N° 02 de 13 de maio de 2014**. Publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado”. Brasília, DF: ANVISA, 2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução Normativa – IN N° 10, de 26 de novembro de 2014**. Altera o item 11 da Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado, do Anexo da Instrução Normativa N° 2, de 13 de maio de 2014, que publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado”. Brasília, DF: ANVISA, 2014.

Disponível em < https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/int0002_13_05_2014.pdf > e

< https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/int0010_26_11_2014.html >. Acesso em: 15/03/2022.

- **(12)** Espécies citadas na Lista de Medicamentos Isentos de Prescrição da IN N°86/2021.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução Normativa – IN N° 86, de 12 de março de 2021**. Define a Lista de Medicamentos Isentos de Prescrição. Brasília, DF: ANVISA, 2021.

Disponível em < <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-in-n-86-de-12-de-marco-de-2021-309013946> > Acesso em: 15/03/2022.

- **(13)** Monografia da espécie *Mikania glomerata* Spreng., publicada pelo Ministério da Saúde.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Mikania glomerata* Spreng., Asteraceae – Guaco**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2018. 92p.

Disponível em <

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/informacoes_sistematizadas_relacao_nacional_plantas_medicinais_interesse_sus_guaco.pdf >.

Acesso em: 15/03/2022.

Legenda da tabela "Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais"

- **(14)** Monografia da espécie *Plantago major* L., publicada pelo Ministério da Saúde.
BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Plantago major* L., Plantaginaceae (Tanchagem).** Brasília, DF : Ministério da Saúde, 2021. 91p.
Disponível em < https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/componentes-da-assistencia-farmaceutica-nosus/cbaf/arquivos/arquivos-plantas-medicinais-e-fitoterapicos/plantago_major.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.
- **(15)** Monografia da espécie *Passiflora alata* Curtis, publicada pelo Ministério da Saúde.
BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Passiflora alata* Curtis, Passifloraceae (Maracujá-Doce).** Brasília, DF : Ministério da Saúde, 2020. 54p.
Disponível em < https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/componentes-da-assistencia-farmaceutica-nosus/cbaf/arquivos/arquivos-plantas-medicinais-e-fitoterapicos/maracuja_doce.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.
- **(16)** Monografia da espécie *Calendula Officinalis* L., publicada pelo Ministério da Saúde.
BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Calendula Officinalis* L., Asteraceae (Calêndula).** Brasília, DF : Ministério da Saúde, 2021.94p.
Disponível em < https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/componentes-da-assistencia-farmaceutica-nosus/cbaf/arquivos/arquivos-plantas-medicinais-e-fitoterapicos/calendula_officinalis.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.
- **(17)** Monografia das espécies *Polygonum hydropiperoides* Michx. e *Polygonum acre* Lam., publicada pelo Ministério da Saúde.
BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Polygonum hydropiperoides* Michx. e *Polygonum acre* Lam., Polygonaceae - Erva-de-bicho.** Brasília,DF : Ministério da Saúde, 2021.48p.
Disponível em < https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/componentes-da-assistencia-farmaceutica-nosus/cbaf/arquivos/arquivos-plantas-medicinais-e-fitoterapicos/erva_bicho.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.
- **(18)** Monografia da espécie *Ruta graveolens* L., publicada pelo Ministério da Saúde.
BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Ruta graveolens* L. (Arruda).** Brasília,DF : Ministério da Saúde, 2021. 76p.
Disponível em < https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sctie/daf/componentes-da-assistencia-farmaceutica-nosus/cbaf/arquivos/arquivos-plantas-medicinais-e-fitoterapicos/ruta_graveolens.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.

Legenda da tabela "Espécies vegetais citadas em normas e compêndios oficiais"

- **(19)** Lista de espécies vegetais com restrições para o registro/notificação de medicamentos fitoterápicos e produtos tradicionais fitoterápicos, citados no ANEXO I, da RDC ANVISA Nº26/2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução de Diretoria Colegiada - **RDC N° 26, de 13 de maio de 2014.**

Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 14 mai. 2014a. Seção I, p. 52.

Disponível em < https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026_13_05_2014.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.

- **(20)** Monografias publicadas pelo Comitê de Fitoterápicos da Comunidade Europeia (Comitee on Herbal Medicinal Products (HMPC) da European Medicines Agency (EMA), traduzidas para português e disponibilizada pela ANVISA. Segundo a ANVISA, estas monografias são reconhecidas dentro do processo de registro simplificado de medicamentos fitoterápicos e produtos tradicionais fitoterápicos no Brasil pela RDC nº 26/2014.

Disponível em < <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/setorregulado/regularizacao/medicamentos/fitoterapicos-dinamizados-e-especificos/informes/fitoterapicos/orientacoes-sobre-uso-das-traducoes-das-monografias-publicadas-pela-hmpc-ema-para-registro-simplificado> > e

< https://www.gov.br/anvisa/pt-br/setorregulado/regularizacao/medicamentos/fitoterapicos-dinamizados-e-especificos/monografias-traduzidas/copy2_of_CompiladodeMonografias.pdf >. Acesso em: 15/03/2022.

- **(21)** Guia de orientação para registro de Medicamento Fitoterápico e registro e notificação de Produto Tradicional Fitoterápico da IN Nº04/2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução Normativa - IN N° 04, de 18 de junho de 2014.** Determina a publicação do Guia de orientação para registro de Medicamento Fitoterápico e registro e notificação de Produto Tradicional Fitoterápico. Brasília, DF: ANVISA, 2014.

Disponível em < http://antigo.anvisa.gov.br/documents/33836/2501251/Consolidado_fitoterapicos_2018.pdf/a2f53581-43e5-47bb-8731-99d739114e10 > e

< <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/setorregulado/regularizacao/medicamentos/fitoterapicos-dinamizados-e-especificos/informes/fitoterapicos/in-04-2014.pdf> >. Acesso em: 28/03/2022.

- **(22)** EMA. Community herbal monograph on *Ilex paraguariensis* St. Hilaire, folium. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC): European Medicines Agency, 2010. Disponível em: https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-ilex-paraguariensis-st-hil-folium-first-version_en.pdf

Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

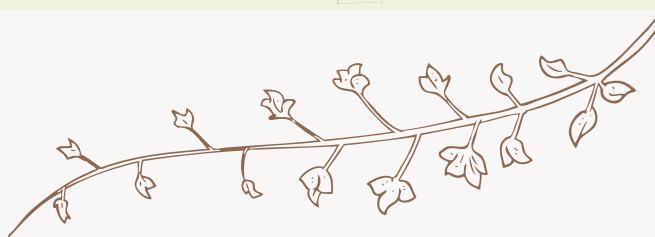
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(7,8)

MIL-FOLHAS
Achillea millefolium

MIL-FOLHAS - *Achillea millefolium* L.

NOME POPULAR:

Mil-folhas, mil-em-ramas, milefólio, pronto-alívio, novalgina, atroveran, erva-de-carpinteiro, mil-folhada(1) .

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

É uma espécie que se adapta a qualquer tipo de solo permeável, mesmo pobre e com poucas chuvas, preferindo solos argilosos e ricos em matéria orgânica. Necessita de iluminação plena. Prefere o clima subtropical, mas resiste ao clima árido. Não tolera umidade excessiva. O plantio é feito com estacas ou divisão de touceiras, na primavera ou no outono(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta exótica, perene, distribuída e cultivada com facilidade em regiões temperadas. Amplamente cultivada em hortos em quase todo Brasil(1).

CURIOSIDADES:

O nome latino do gênero deriva do herói grego Aquiles que a utilizou em uma de suas batalhas para curar seu rei, e o epíteto *millefolium*, que significa mil folhas, é alusivo ao grande número de minúsculas folhas que possui(1).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Estimulante do apetite(3,4). Tratamento sintomático de queixas gastrointestinais leves e espasmódicas, incluindo inchaço e flatulência(3,4). Para o tratamento sintomático de distúrbios menstruais(3,4). Resfriados comuns(3). Anti-inflamatório e cicatrizante tópico nas lesões de pele, boca e garganta(1,3,4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher e 1/2 de sobremesa das folhas e flores em 250 ml de água e tomar até 3 vezes ao dia entre as refeições(1,3,4,6).

Uso Tópico:

Compressas, gargarejos e banhos: utilizar infusão com 1 colher de sopa das folhas e flores para cada 150 ml de água e aplicar tópico nas lesões de pele, boca e garganta 2 vezes ao dia, por 10 minutos(2). Aplicar a infusão na pele na forma de banho ou cataplasma 3 a 4 vezes ao dia(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

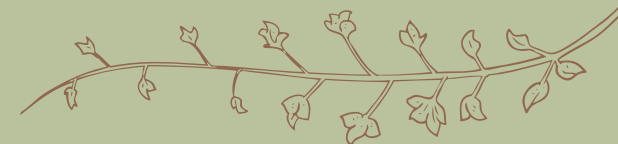
Pode ocorrer reações de hipersensibilidade na pele (3,4).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Estudo clínico com extrato aquoso demonstra efeito benéfico como tratamento complementar em pacientes com esclerose múltipla(5).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- CORRÊA, A. D.; BATISTA, R.S.; QUINTAS, L.E.M. **Plantas medicinais: do cultivo à terapêutica**. Petrópolis: Vozes, p. 164-165 .1998.
- WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants**. Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.4, 2009.
- EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Achillea millefolium* L., herba**. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2011.
- AYOUBI, F., MOGHADAM-AHMADI, A., AMIRI, H., VAKILIAN, A., HEIDARI, M., FARAHMAND, H., SHAMSIZADEH, A. *Achillea millefolium* is beneficial as an add-on therapy in patients with multiple sclerosis: a randomized placebo-controlled clinical trial. **Phytomedicine**, 2018.
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos: Farmacopeia Brasileira**. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100426360>> Photographer: Steve R. Turner CC-BY-NC-SA .
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100426354>> Photographer: Steve R. Turner CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

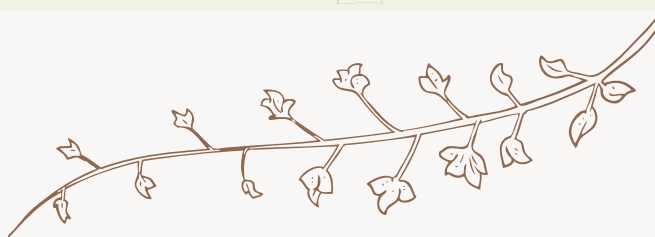
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Fitoterapia Brasil(17), HERBARIOVAA(18)

MARCELA

Achyrocline satureioides

MARCELA - *Achyrocline satureioides* (Lam.) DC.

NOME POPULAR:

Marcela, macela, marcela-do-campo, camomila-nacional(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Propagação por sementes e mais raramente por estacas. Prefere luz, mas pode ocupar terrenos de encosta pouco ensolarados. Nos campos altos e secos seu porte é mais baixo. Produz melhor nas várzeas. Nos solos secos e arenosos sua produção é menor e sofre com as secas, pelo sistema radicular superficial e pouco abundante de raízes secundárias. Não é exigente quanto ao pH e à fertilidade do solo. Prefere temperaturas mais amenas(2,3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativa de campos e áreas abertas do sul e sudeste do Brasil, além do estado da Bahia. Também ocorre no Uruguai, Argentina e Paraguai. Cresce espontaneamente em pastagens e beiras de estradas. Planta herbácea perene, e muito ramificada, de até um metro e meio de altura, pilosa, com inflorescências amarelo-douradas(3,4,5).

CURIOSIDADES:

Na medicina popular esta planta medicinal é coletada no domingo de Páscoa. Tal fato se baseia por nesse período do ano haver maior teor de princípios ativos na inflorescência da marcela.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

No tratamento de cólicas menstruais, intestinais e de origem nervosa, e na diarreia. Ação digestiva, anti-inflamatória, analgésica, sedativa leve e relaxante muscular(5,6). Atividade hepatoprotetora e colerética(7), melhora na qualidade do sono(8) e diminuição de colesterol e triglicerídeos(9), ação antiúlcera gástrica(10). Extratos aquosos com elevado efeito antimicrobiano em indivíduos com lesões na pele(11). Potencial para cicatrização de feridas(12).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando uma colher e meia de chá das inflorescências picadas em 150 ml de água, até 3 vezes ao dia(13).

Uso Tópico:

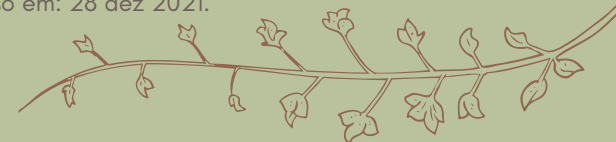
Em reumatismo, nevralgias, cólicas intestinais, renais e menstruais, dor articular e muscular, na forma de cataplasmas ou imersão (5 colheres de sopa da planta inteira picada em um litro de água fervente)(5).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Quadros de hipersensibilidade(6).
- Extratos aquosos provocaram efeito citotóxico *in vitro* e efeito genotóxico *in vivo*(14), além de aumentar a peroxidação lipídica (efeito pró-oxidante)(15), e causar anemia(16). Assim, o uso desse chá não deve ser prolongado (não acima de uma semana)(16).

REFERÊNCIAS:

1. RAMOS, A. J. K. et al. **Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul.** Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.
2. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Sul.** Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
3. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais.** São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
4. Deble, L.P. 2020. *Achyrocline* in Flora do Brasil 2020. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB108826>>. Acesso em: 28 dez. 2021.
5. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
6. PANIZZA, S. T.; VEIGA, R. S.; ALMEIDA, M. C. **Uso Tradicional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos.** São Luís: Conbrafito, 2012.
7. KADARIAN, C. et al. **Pharmacological Research,** v.45, p.57-61, 2002.
8. PEDEMONTE, M. et al. **Sleep Science,** v.6, p.135-140, 2013.
9. ESPIÑA, D. C. et al. **Cell Biochemistry and Function,** v.30, p.347-353, 2012.
10. SÁNTIN, J. R. et al. **Journal of Ethnopharmacology,** v.130, p.334-339, 2010.
11. CALVO, D. et al. **Revista Latinoamericana de Microbiologia,** v.48, p.247-255, 2006.
12. ALERICO, G. C. et al. **Journal of Ethnopharmacology,** v.176, p.305-310, 2015.
13. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
14. CARIDDI, L. N. et al. **BioMed Research International,** v.2015, p.1-13, 2015.
15. POLYDORO, M. et al. **Life Sciences,** v.74, p.2815-2826, 2004.
16. LOPES, A. M. V.; ALVAREZ FILHO, A. **Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul.** Santa Maria: Infograph, 1997.
17. Fitoterapia Brasil. Disponível em: <<http://www.fitoterpiabrasil.com.br>> Acesso em: 17 out 2022.
18. HERBARIOVAA. Herbário Virtual Austral Americano. Disponível em: <<https://herbariovaa.org/taxa/index.php?taxon=17989>> Acesso em: 28 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

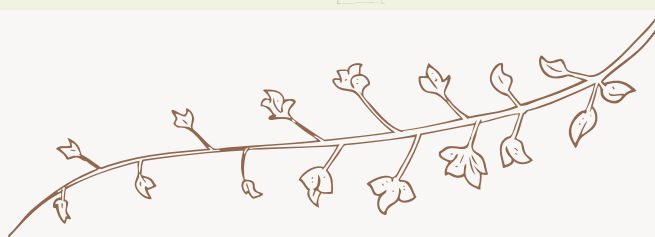
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropical.theferns(12), Tropicos(13)

BABOSA
Aloe vera

BABOSA – *Aloe vera* (L.) Burm. f.

NOME POPULAR:

Babosa, aloé, aloe, aloé-do-cabo, erva-babosa, aloés(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Prefere solo arenoso e não exige muita água. Multiplica-se bem por separação dos brotos laterais das folhas (filhãço)(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta herbácea, suculenta, de até 1 metro de altura, de origem africana(3,4). Folhas carnosas, grossas e suculentas(3); flores tubuladas de cor amarela dispostas em espigas sobre um longo pedúnculo que parte do centro das folhas(5).

CURIOSIDADES:

Uma das plantas de uso tradicional mais antigas que se conhece(3). No Rio Grande do Sul a espécie de babosa mais utilizada é a *Aloe arborescens*(6), de mesmo uso terapêutico da *A. vera*(3), de flores de cor laranja-avermelhada(7), mas sem descrição da forma de uso na literatura consultada.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Na cicatrização de ferimentos, em queimaduras de primeiro e segundo grau e de radiação, em escoriações e abrasões. Auxiliar no tratamento da psoríase e de eczemas(3,8,9,10,11).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

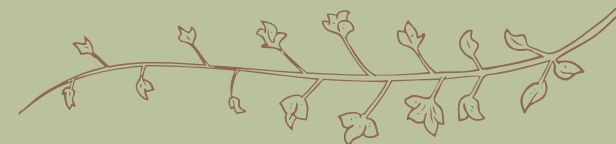
Preparação à base de 10% de gel de babosa, aplicando de 1 a 3 vezes ao dia na área afetada(11). Também pode ser empregado diretamente o sumo fresco das folhas ou cortando-se uma folha, de modo a deixar o gel exposto para ser aplicado na pele(3).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Sumo fotossensibilizante(10).

REFERÊNCIAS:

- RAMOS, A. J. K. et al. **Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul**. Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico**: Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115p.
- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil**: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- WHO Monographs on Selected Medicinal Plants, v.1. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42052/9241545178.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> Acesso em: 28 dez 2021.
- PECKOLT, T.; PECKOLT, G. **História das plantas medicinais e úteis do Brasil**. Belo Horizonte: Fino Traço, 2016.
- LOPES, A. M. V.; ALVAREZ FILHO, A. **Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul**. Santa Maria: Infograph, 1997.
- CASTRO, L. O.; RAMOS, R. L. D. **Cultivo de três espécies de babosa**. Circular técnica n.20. Porto Alegre: FEPAGRO, 2002.
- MATOS, F. J. A. **Farmácias vivas**: sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades. 4.ed. Fortaleza: UFC, 2002.
- SAAD, G. A. et al. **Fitoterapia contemporânea**: tradição e ciência na prática clínica. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.
- PANIZZA, S. T.; VEIGA, R. S.; ALMEIDA, M. C. **Uso Tradicional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos**. São Luís: Conbrafito, 2012.
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
- Tropical Plants Database, Ken Fern. tropical.theferns.info. 2021-12-28. <tropical.theferns.info/viewtropical.php?id=Aloe+vera> Photograph by: Molinero .
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100107133>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA .



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

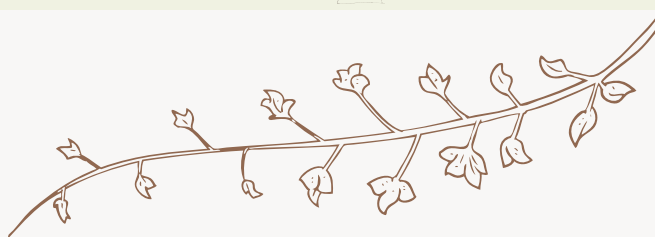
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch

Melaine Terra

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos (6,7)

ERVA-LUÍSA
Aloysia citrodora

ERVA-LUÍSA - *Aloysia citrodora* Palau (= *Aloysia triphylla* (L'Hér.) Britton)

NOME POPULAR:

Erva-cidreira, cidró, cidrão, cidrozinho(1), limonete, erva-luíza, verbena-limão(2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Deve ser cultivada a sol pleno. Adapta-se bem à maioria dos solos, desde que moderadamente férteis e bem drenados, leves, de pH neutro ou ligeiramente alcalino(2). É dificilmente propagada via sementeira, devido às sementes serem pequenas, de difícil coleta, e ocorrência de dormência e/ ou de imaturidade, com baixos índices de germinação. A propagação é feita principalmente por estacas, na primavera e no verão(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Sua origem é das regiões montanhosas do Peru, Argentina e Chile e cultivada no Sul do Brasil(1).

CURIOSIDADES:

Na aromaterapia é usada contra problemas nervosos e digestivos, e para acnes(1,3). Na culinária é servida como recheio de bolos, no preparo de licores, sucos, pães, e para dar aroma às carnes(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

É utilizada no tratamento da asma, resfriado, febre, flatulência, cólicas do trato gastrointestinal e indigestão(1,4). Possui propriedades sedativas e antioxidantes(3).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão: para uma xícara colocar 1 colher de sopa de folhas, verter água quente sobre, abafar por 15 minutos, coar e tomar. Toma-se 2-3 xícaras ao dia(5).

Uso Tópico:

Não consta na literatura pesquisada.

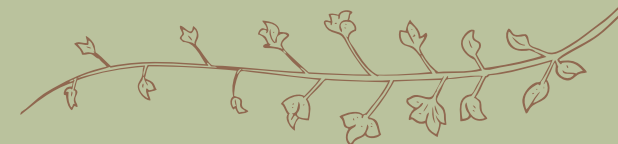
CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

- Pessoas com doença renal preexistente devem evitar doses excessivas de erva-luísa, devido à possível natureza irritante do óleo volátil(4).
- O uso prolongado provoca irritação da mucosa gástrica.
- O emprego do óleo essencial em perfumaria provocou reações de hipersensibilidade na pele ante a exposição solar(5).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. CARVALHO, A. M. RODRIGUES, M. A. Estacaria de *Aloysia citrodora* Palau: ensaios de enraizamento em estufa sob diferentes condições. **Revista de Ciências Agrárias**, 2017, 40 (Especial): p.50-58. e 4Acc.
3. PAULUS, D.; VALMORBIDA, R.; TOFFOLI, E; PAULUS, E. Propagação vegetativa de *Aloysia triphylla* (L'Hér.) Britton em função da concentração de AIB e do comprimento das estacas. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v.16, n.1, p.25-31, 2014.
4. BARNES, J., ANDERSON, L. A., PHILLIPSON, J. D. **Fitoterápicos**. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2012. 720p.
5. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS - Campus Universitário - Trindade - Florianópolis - Santa Catarina - Brasil
<<https://hortodidatico.ufsc.br/erva-luiza/>> Acesso em: 09 Jul 2021.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100107152>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100107154>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

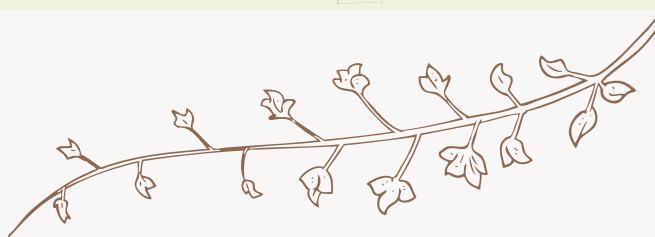
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Horto didático(3), Tropicos(7)

ERVA-SANTA
Aloysia gratissima

ERVA-SANTA - *Aloysia gratissima* (Gillies & Hook.) Tronc.

NOME POPULAR:

Erva-santa, alfazema-do-Brasil(1), erva-cheirosa(2), mimo-do-brasil, erva de nossa senhora(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Sua propagação pode ser realizada por estacas produzidas a partir dos seus ramos ou por plantio direto de suas sementes, sendo facilmente cultivada em lugares com bastante incidência de sol ou à meia sombra. Recomenda-se o plantio de outubro a dezembro(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma planta aromática nativa do sul do Brasil, amplamente distribuída nas regiões subtropicais da América do Sul, principalmente no Brasil, Paraguai e Argentina, ocorrendo predominantemente em bordas de mata e campos(1,4).

CURIOSIDADES:

O ato de mascar as folhas é usado para aliviar o mal estar gástrico e a azia. Além do uso como chá, as folhas são misturadas à erva-mate para consumo associado ao chimarrão. Ocasionalmente é utilizada como cerca viva, pois aceita podas drásticas e suas inflorescências são muito ornamentais(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Usada popularmente para dor de cabeça, gripes, bronquite e distúrbios do sistema nervoso, incluindo sintomas relacionados à depressão como por exemplo, mudanças de humor e tristeza(4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão preparada com 1 colher de sobremesa das folhas secas ou até 6 folhas frescas rasuradas para 1 xícara (200 ml) de água fervente, após abafar por 15 minutos, ingerir até 3 vezes ao dia, por no máximo duas semanas(5).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

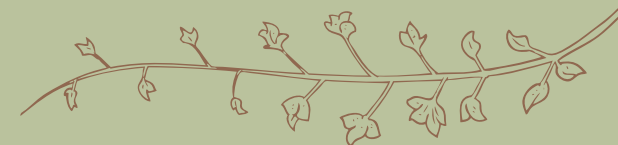
CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

- O extrato aquoso de *Aloysia gratissima* apresentou interação com os receptores serotoninérgicos, noradrenérgicos e dopaminérgicos, o que demonstra compartilhar alguns mecanismos de ação com os medicamentos antidepressivos(6).
- *Aloysia gratissima* pode ser associada à espécie *Maytenus ilicifolia* (espinheira-santa), para tratamento de úlceras gástricas, através do uso interno da infusão preparada em 1 xícara (200mL) de água fervente com até 4 folhas frescas de cada planta até 3 vezes ao dia, por no máximo 15 dias(5).

REFERÊNCIAS:

1. HARO MM; ALVARENGA AA; DOUSSEAU S; BARBOZA JN; CHAVES IS; PEREIRA VB. 2008. **Estaquia de *Aloysia gratissima* (Gill. et Hook) Troncoso.** Horticultura Brasileira 26: S2854-S2858.
2. Couto, M.E. **Coleção de plantas medicinais aromáticas e condimentares.** Pelotas: Embrapa Clima Temperado, 2006. 91 p .
3. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS - Campus Universitário - Trindade - Florianópolis - Santa Catarina - Brasil . Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/erva-santa/>> Acesso em: 08 Jul 2021.
4. Zeni, A.L.B., Andréa D.E. Zomkows, A.D.E., Maraschin, M., Tasca, C.I., Rodrigues, A.L.S. Evidence of the involvement of the monoaminergic systems in the antidepressant-like effect of *Aloysia gratissima*. **Journal of Ethnopharmacology.** 2013 Jul 30; 148(3):914-20.
5. SANTOS, A. P. et al. **Guia de Plantas Medicinais de Florianópolis.** Projeto "Capacitação de Profissionais da Atenção Básica de Florianópolis", 2019.
6. Zeni AL, Zomkowski AD, Dal-Cim T, Maraschin M, Rodrigues AL, Tasca CI. Antidepressant-like and neuroprotective effects of *Aloysia gratissima*: Investigation of involvement of larginine-nitric oxide-cyclic guanosine monophosphate pathway. **Journal of ethnopharmacology**, 2011 (137) pags. 864-874.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100229237>> Photographer: Germaine A. Parada CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

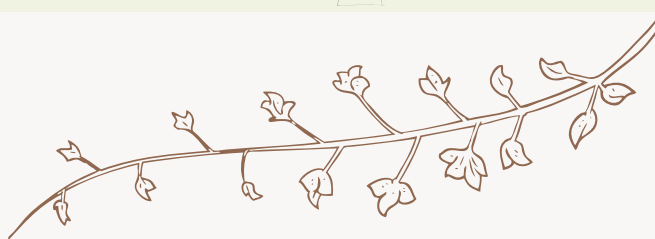
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(6,7)

ENDRO

Anethum graveolens

ENDRO - *Anethum graveolens* L.

NOME POPULAR:

Aneto, endro, dill(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Adapta-se bem a qualquer tipo de clima. Prefere solos de textura média, férteis e bem permeáveis. Exige irrigação adequada para não comprometer a produção. A propagação é realizada por sementes. A colheita é feita quando as inflorescências começam a amadurecer. A planta é arrancada inteira e colocada para secar(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É considerada exótica. É uma erva anual que cresce na Região mediterrânea, centro e sul da Ásia. Amplamente cultivada em todo o mundo(2).

CURIOSIDADES:

É a erva preferida para tratar cólicas em crianças(3). Controla-se o mau hálito (halitose) mascando as sementes(3). O primeiro relato do dill como planta medicinal foi encontrado no Egito 5.000 anos atrás quando foi referida como "remédio calmante" e é amplamente utilizada na medicina ayurvédica(4). Gladiadores eram alimentados com refeições cobertas com dill porque se esperava que a erva fosse garantir a eles valor e coragem(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Indicada para o tratamento de flatulência e cólicas resultante dela. Estimula o fluxo de leite no período da amamentação(1,3).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Despeje uma xícara de chá de água fervente sobre 1 a 2 colheres de chá das sementes esmagadas e deixe em infusão por 10 a 15 minutos. Para tratamento da flatulência, tome uma xícara antes das refeições(3).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

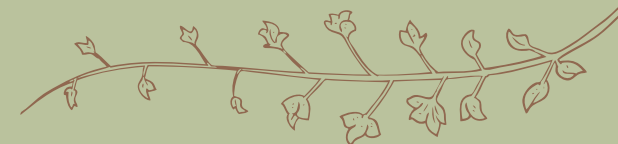
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Diversos estudos demonstram propriedades antimicrobiana, anti-inflamatória, analgésica, protetora e anti-secretora da mucosa gástrica entre outros(1).

REFERÊNCIAS:

1. AL-SANAFI, A.E. The pharmacological importance of *Anethum graveolens*. A review. **International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences**, Vol 6, Issue 4, 2014, 11-13.
2. EMBRAPA, Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Brasil, 2007. Série **Plantas Mediciniais, Condimentares e Aromáticas**. <<https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/786727/1/FOL112.pdf>> Acesso em: 09 Jul 2021.
3. HOFFMANN, D. **O guia completo das plantas medicinais: ervas de A a Z para tratar doenças; restabelecer a saúde e o bem estar**. São Paulo: Curltrix, 2017.
4. JANA, S., . SHEKHWAT, G. S. *Anethum graveolens*: An Indian traditional medicinal herb and spice. **Pharmacognosy Reviews**. July-December 2010 | Vol 4 | Issue 8.
5. Missouri Botanical Garden. *Anethum graveolens* Disponível em: <<http://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?kempercode=d682>> Acesso em: 09 Jul 2021.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100537192>> Photographer: Steve R. Turner CC-BY-NC-SA.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100537193>> Photographer: Steve R. Turner CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

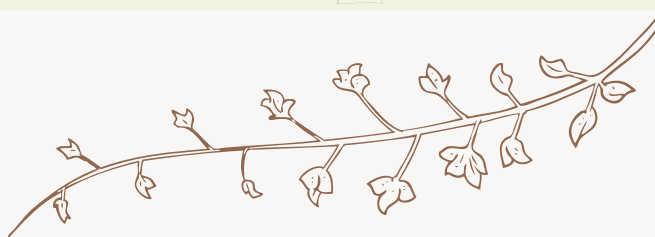
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: NCEGPT(10)

BARDANA
Arctium lappa

BARDANA - *Arctium lappa* L.

NOME POPULAR:

Bardana, baldrana, baldramem(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação é por sementes(2). O solo para o cultivo da bardana deve ser fértil, bem irrigado e drenado, de preferência arenoso, porque facilitará o aprofundamento e colheita das raízes(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

São plantas que atingem mais de um metro de altura. São de origem europeia e asiática(1).

CURIOSIDADES:

Os japoneses usam suas raízes como alimento(1). A bardana chegou ao Brasil por meio dos imigrantes japoneses devido ao seu valor terapêutico e alimentar(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As raízes têm ação diurética(4), assim como atividade antirreumática, anti-inflamatória, colerética, antipsoriática, na anorexia nervosa, nas afecções renais e cistites e como anticaspa, além do tratamento da gota(5), cólicas renais e na perda do apetite(7). As folhas apresentam ação diurética, anti-inflamatória, antirreumática, colerética e no tratamento da gota e das cólicas renais(1,6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Decocção, utilizando uma colher de sopa das raízes em 150 ml de água, 3 vezes ao dia(7). Infusão, utilizando uma colher de sopa das folhas em 150 ml de água, 3 vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Aplicar compressas da infusão ou decocção na pele lesada 3 vezes ao dia(8) para tratamento de doenças crônicas da pele por suas propriedades cicatrizante, antibacteriana e antifúngica, incluindo ferimentos e úlceras da pele, eczemas, psoríase, acne, dermatites, furúnculos, úlceras aftosas(1,5,6).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não usar nos casos de feridas abertas e na diarreia(6), bem como nos casos de hipertensão e cardiopatia(9).
- Pode ocorrer febre, disúria, espasmo e sangue na urina(7).

REFERÊNCIAS:

1. LOPES, A. M. V.; ALVAREZ FILHO, A. **Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul**. Santa Maria: Infograph, 1997.
2. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais**. São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
3. MUNARIN, E. E. O. et al. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v.12, n. 2, p.141-148, 2010.
4. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
5. CARVALHO, J. C. T. **Formulário Médico-Farmacêutico de Fitoterapia**. 4. ed. São Paulo: Pharmabooks, 2016.
6. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais: mineiras, nativas e cultivadas**. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.
7. EUROPEAN MEDICINES AGENCY. **Community herbal monograph on *Arctium lappa* L., radix**. Committee on Herbal Medicinal Products, 2010. Disponível em: <https://www.ema.europa.eu/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-arctium-lappa-l-radix_en.pdf> Acesso em: 20 dez 2021.
8. SANTOS, J. S.; ALMEIDA, C. C. O. F. **Das plantas medicinais à fitoterapia: uma ciência em expansão**. Brasília: IFB, 2016.
9. VILAR, D. A. et al. **Plantas medicinais: um guia prático**. Aracaju: IFS, 2019.
10. NCEGPT. North Carolina Extension Gardener Plant Toolbox. Fotos Flowersbeautifulcataya CC BY-NC-ND 2.0 e FormArmand Robichaud CC BY-NC 2.0 Disponível em: <<https://plants.ces.ncsu.edu/plants/arctium-lappa/>> Acesso em: 29 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

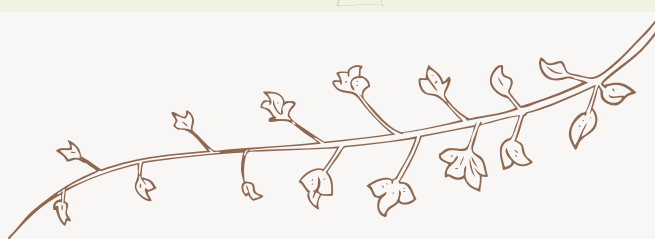
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch

Melaine Terra

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Trópicos(5,6)

LOSNA

Artemisia absinthium

LOSNA - *Artemisia absinthium* L.

NOME POPULAR:

Losna, absinto, artemísia, erva-santa, gotas amargas, erva-dos-vermes, erva-do-fel(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Propagação no Rio Grande do Sul unicamente por estacas, pois a planta não produz sementes. Não é exigente quanto ao tipo de solo(2). É uma planta típica de clima temperado, exigindo frio hibernal para o seu bom desenvolvimento, perenidade e sanidade. Em clima mais quente, torna-se anual e degenera, morrendo por ataques de doenças fúngicas(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Cresce espontaneamente em locais pedregosos da Europa, Ásia e norte da África(1). É considerada uma erva daninha(3). No Brasil é cultivada como planta medicinal(1).

CURIOSIDADES:

É cultivada na América do Norte e em alguns países da Europa para preparação de vinhos e licores(1). Utilizada na jardinagem por suas folhagens se apresentarem na cor prateadas, o que oferece excelente contraste com plantas com flores e folhagens verdes em canteiros e jardins de ervas. Também pode ser eficaz em jardins de pedras. Boa seleção para áreas com solos pobres e secos(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada nos casos de perda de apetite, leves distúrbios dispépticos e gastrointestinais(4). Indicada nos casos de pequenos ferimentos e picadas de insetos(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar por infusão 1 colher chá de folhas picadas para uma xícara de chá de água fervente. Tomar 1 xícara de chá, até no máximo três vezes ao dia, meia hora antes das principais refeições(1,4).

Uso Tópico:

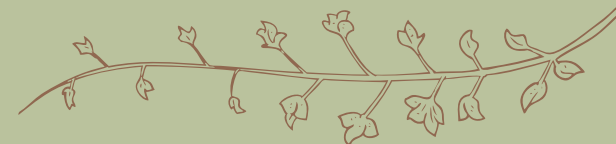
Aplicar na forma de compressas e lavagens locais. Preparar por decocção, 1 mão cheia da planta fresca em 1 litro de água(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não é indicada para gestantes e lactantes, podendo causar aborto e deixar o leite amargo(1).
- Não utilizar em caso de hipersensibilidade à(s) substância(s) ativa(s) e a outras plantas da família Asteraceae.
- Contraindicada na obstrução do ducto biliar e doenças hepáticas(4).
- Esta planta possui um composto chamado tujona e a administração em altas doses causa vômitos, cólicas no estômago e nos intestinos, dor de cabeça, zumbido nos ouvidos e distúrbios do sistema nervoso central(1).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. CASTRO, L.O.; CHEMALE, V.M. **Plantas medicinais, condimentares e aromáticas:** Descrição e cultivo. Guaíba: Agropecuária, 1995.
3. Missouri Botanical Garden. *Artemisia absinthium*. Imagem. Disponível em: <https://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?kempercode=a938> Acesso em: 25 mai 2021.
4. EMA, European Medicines Agency. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). **European Union herbal monograph on *Artemisia absinthium* L.**, herba EMA/HMPC/751490/2016.
5. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100107796>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100829413>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

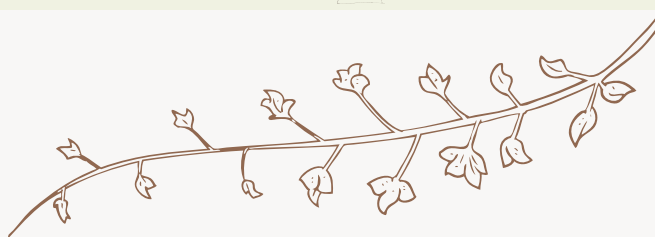
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(7), Tropicos(6)

CARQUEJA-MIÚDA

Baccharis articulata

CARQUEJA-MIÚDA - *Baccharis articulata* (Lam.) Pers.

NOME POPULAR:

Carqueja-branca, carqueja, vassoura, carqueja-do-morro e carqueja-miúda(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Se desenvolve melhor em pleno sol e é rústica, tolera bem os diferentes tipos de solo. A época preferencial de plantio é a primavera(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É um arbusto nativo da América do Sul, com dispersão de São Paulo até o Rio Grande do Sul, bem como Paraguai, Uruguai e Argentina(2).

CURIOSIDADES:

Os camponeses da Argentina dizem que o chá corrige a impotência masculina e a esterilidade da mulher. A planta inteira é utilizada como emagrecedora(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Suas partes aéreas são usadas internamente, no combate de dispepsias, como digestiva, diurética, amarga, tônica e antifebril(3,4).

Para uso tópico é indicada como cicatrizante, na lavagem de feridas e úlceras e colocação da planta seca sobre chagas sifilíticas(2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Pode ser usada na forma de infusão ou decocção. Utilizar aproximadamente 1 colher de chá das partes aéreas secas em uma xícara de chá de água(4).

Uso Tópico:

Pode ser usada na forma de infusão ou decocção(4).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

Alguns autores citam o efeito hipotensor e sua indicação no tratamento do diabetes, portanto deve-se evitar seu uso concomitante com medicamentos para hipertensão e diabetes(2).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Difere-se de *B. trimera* por possuir seus ramos bialados, verde-acinzentados(3).

Em um estudo com o extrato aquoso de *B. articulata* em células das pontas de raízes *Allium cepa* foram usadas como sistema teste in vivo e verificou-se a presença de atividade antiproliferativa e mutagênica, indicando que sua utilização pela população requer maior cuidado(5).

REFERÊNCIAS:

- Heiden, G. *Baccharis* in **Flora e Funga do Brasil**. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<https://floradobrasil.jbrj.gov.br/FB5158>>. Acesso em: 19 out. 2022
- CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial**. Plantas para o futuro - Região Sul. Brasília: MMA, 2011.
- SIMÕES, C.M.O. et al. **Plantas da medicina popular no Rio Grande do Sul**. Porto Alegre: UFRGS. 1986. 186p.
- ABAD, M. J.; BÉRMEJO, P- *Baccharis* (Compositae): a review update. **Arkivoc**, [S. l], v. 7, p. 76-96, 2007. Disponível em: <http://www.arkat-usa.org/get-file/19602/> - Acesso em: 03 de Jun de 2020.
- FACHINETTO, J.M.; TEDESCO, S.B. Atividade antiproliferativa e mutagênica dos extratos aquosos de *Baccharis trimera* (Less.) A. P. de Candolle e *Baccharis articulata* (Lam.) Pers. (Asteraceae) sobre o sistema teste de *Allium cepa*. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Botucatu, v.11, n.4, p.360-367, 2009.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100194143>> Photographer: Germaine A. Parada CC-BY-NC-SA .
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini - Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=14484> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=18192> Acesso em: 28 Feb 2022.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

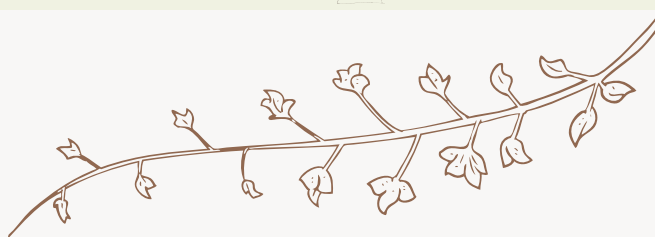
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



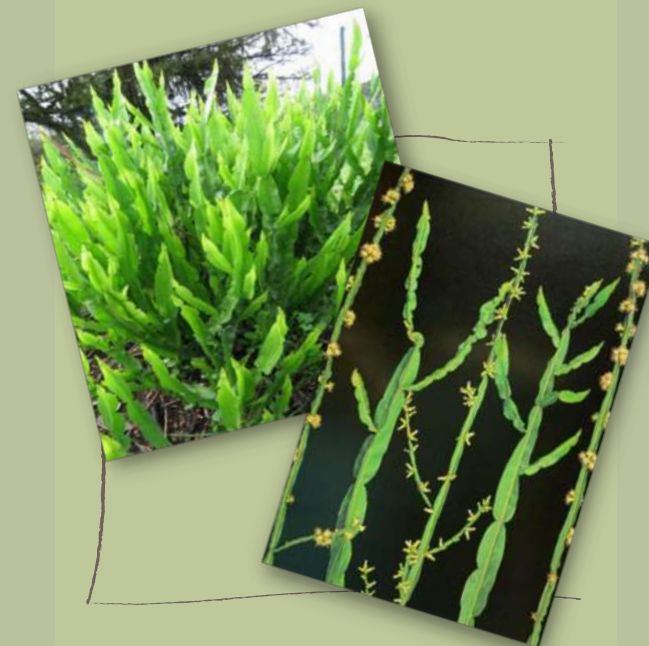
Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: LORENZINE & MATOS(6), MACHADO(8)

CARQUEJA *Baccharis crispa*

CARQUEJA - *Baccharis crispa* Spreng (= *Baccharis trimeria* (Less.) DC.)

NOME POPULAR:

Carqueja, carqueja-verdadeira, carqueja-amarga ou vassourinha(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A carqueja é uma planta que se desenvolve melhor em pleno sol(2). A época preferencial de plantio é a primavera. A colheita dos ramos deve ser realizada antes da floração. Propagada por meio de sementes e mudas produzidas por estaquia a partir de ramos(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É um arbusto nativo do sul do Brasil, Paraguai, Uruguai e Argentina. Cresce bem em vários tipos de solo, crescendo abundantemente em regiões de campos e pastagens em todo o país(3,4).

CURIOSIDADES:

É muito utilizada em fórmulas emagrecedoras e também é usada na fabricação de sabonetes e xampus contra piolho(2). Os óleos essenciais extraídos de suas folhas são produzidos e usados em perfumaria, possuindo alto valor para indústrias de fragrâncias(5). Na região Sul costuma ser usada como complemento do chimarrão.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada tradicionalmente no alívio de sintomas do trato gastrointestinal, tais como dispepsia(1), tônico, estomáquico, hepatoprotetor, digestivo, antiúlcera, antiácido gástrico, anti-inflamatório, analgésico(6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sopa das partes aéreas secas em 150 ml de água e tomar até 3 vezes ao dia, antes das refeições(6).

Uso Tópico:

A decocção das partes aéreas é indicada como antiséptica(7).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

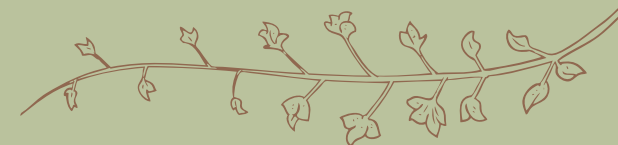
- Não utilizar na gravidez e durante a amamentação. Evitar o uso concomitante com medicamentos para hipertensão e diabetes.
- O uso pode causar hipotensão(1).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Considerando a semelhança morfológica de algumas espécies nativas, as diferenças entre as três espécies aladas *B. trimeria*, *B. cylindrica* e *B. usterii* são muito difíceis de identificar na ausência de flores(7).

REFERÊNCIAS:

1. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
2. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial.** Plantas para o futuro - Região Sul. Brasília: MMA, 2011.
3. VAZ, A. P. A.; JORGE, M. H. A. **Carqueja.** Corumbá: Embrapa Pantanal, 2006. 1 p. (Plantas medicinais, codimentares e aromáticas). Folder Formato Eletrônico.
4. Heiden, G. 2020. *Baccharis* in Flora do Brasil 2020. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB5172>>. Acesso em: 13 jul. 2021.
5. AGOSTINI, F. et al. Estudo do óleo essencial de algumas espécies do gênero *Baccharis* (Asteraceae) do sul do Brasil. **Revista Brasileira de farmacognosia**, João Pessoa, v. 15, n. 3, p. 215-219, Jul/Set 2005. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2005000300010&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-695X2005000300010>. Acesso em: 03 Jun 2020.
6. LORENZI, H.; MATOS, F.A. **Plantas medicinais no Brasil nativas e exóticas.** 2.ed. Nova Odessa: Plantarum, 2008.
7. ABAD, M. J.; BERMEJO, P- *Baccharis* (Compositae): a review update. *Arkivoc*, [S. l], v. 7, p. 76-96, 2007. Disponível em: <http://www.arkat-usa.org/get-file/19602/> - Acesso em: 03 de junho de 2020.
8. Foto: Clarice Azevedo Machado, 2018.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

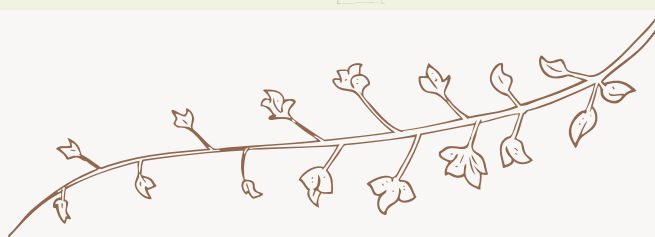
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Taina Scheid

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(2)

PATA-DE-VACA

Bauhinia forficata

PATA-DE-VACA - *Bauhinia forficata* Link.

NOME POPULAR:

Pata de vaca, bauhinia, unha de boi, mororó(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A *Bauhinia forficata* é uma espécie plástica quanto a solos, ocorrendo em quase todos os tipos de solo, preferindo os profundos, permeáveis e de boa fertilidade química(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

A *Bauhinia forficata* assemelha-se muito com as folhas de outras espécies do gênero *Bauhinia*, diferenciando-se pela presença de espinhos junto ao pecíolo das folhas e por suas flores exclusivamente brancas(5). As pétalas frescas são comestíveis *in natura*, sendo carnosas e adocicadas, ou adicionadas em doces, compotas e geleias(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Na medicina popular uma das principais indicações é para o tratamento do diabetes(3,6). Apesar de estudos em animais(7,8) e em pequeno número de pacientes com diabetes demonstrarem ações hipoglicemiantes(9,10) e redutoras sobre o colesterol e triglicérides(10), são necessários mais estudos para concluir sobre a eficácia e baixa toxicidade do chá durante o uso prolongado para o diabetes. Por isso a recomendação é não utilizar o chá de forma contínua, nem interromper o tratamento para o diabetes prescrito pelo profissional de saúde em favor do chá.

Outra indicação popular é como diurético, para cistites e pedras nos rins. Apesar de haver evidências pré-clínicas da ação diurética do chá de pata de vaca(11), também não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais para esta indicação.

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Considerando que ainda não existem evidências científicas conclusivas sobre a eficácia e segurança do uso do chá de pata de vaca para o diabetes, orienta-se não utilizar o chá de forma prolongada e sem orientação de um profissional de saúde. Decocção, fervendo por 3 minutos uma colher de sobremesa das folhas, para uma xícara de água. Tomar 3 vezes ao dia, sendo uma em jejum e as demais antes das principais refeições (12).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

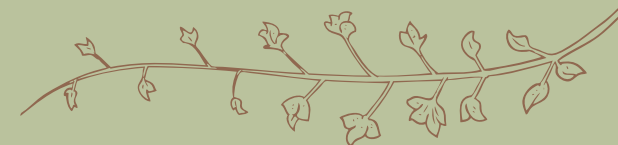
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

A pata de vaca possui efeito indutor sobre a atividade da enzima CYP3A412, a qual é responsável pela metabolização de muitos fármacos. Assim, esta ação pode resultar em modificação do efeito terapêutico dos medicamentos utilizados junto com a pata de vaca.

Como o chá apresenta efeito diurético e pode aumentar a eliminação de sódio(11), pessoas com problemas renais, hipertensos e em uso de diuréticos não devem utilizar o chá sem avaliação e acompanhamento do profissional de saúde.

REFERÊNCIAS:

1. Foto Clarice Azevedo Machado, 2018.
2. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini -Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=14246> Acesso em: 28 Feb 2022.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil**: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. CARVALHO, P. E .R. Circular técnica nº 74: Pata de vaca. EMBRAPA: Colombo, PR, 2003.
5. LÓPEZ, R. E. S; SANTOS, B. C. *Bauhiniaforficata* Link. (Fabaceae). **Fitos**, v. 9, n. 3, p. 217-232, 2015.
6. TROJAN-RODRIGUES, M. et al. Plants used as antidiabetics in popular medicine in Rio Grande do Sul, Southern Brazil. **J Ethnopharmacol.** v. 139, p. 155-163, 2012.
7. LEMUS, I. et al. Hypoglycaemic activity of four plants used in Chilean popularmedicine. **Phytother. Res.**, v. 13, p. 91-94, 1999.
8. CUNHA, A. M. et al. Hypoglycemic activity of dried extracts of *Bauhinia forficata* Link. **Phytomedicine**, v. 17, n. 1, p. 37-41, 2010.
9. TOLOZA-ZAMBRANO, P. et al. Determinación de rutina y trigonelinaenextractos de hojas de *Bauhiniaforficatasubsp. pruinosa* y evaluacióndelefecto hipoglicemiante en humanos **Boletín Latino americano y del Caribe de Plantas Medicinales y Aromáticas.** v. 14, n. 1, p. 21 - 32, 2015.
10. CÓRDOVA MARIÁNGEL, P. et al. Effects of *Bauhinia forficata* Link Tea on Lipid Profile in Diabetic Patients. **J Med. Food.** v. 22, n. 3, p. 321-323, 2019.
11. SOUZA, P. et al. Influence of prostanoids in the diuretic and natriuretic effects extracts and Kaempferitrin from *Bauhinia forficata* Link leaves in rats. **Phytother. Res.**, v. 10, p. 1521-1528, 2017.
12. AMARAL, A. C. F.; SIMÕES, E. V.; FERREIRA, J. L. P. **Coletânea Científica de Plantas de Uso Medicinal.** Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2005.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

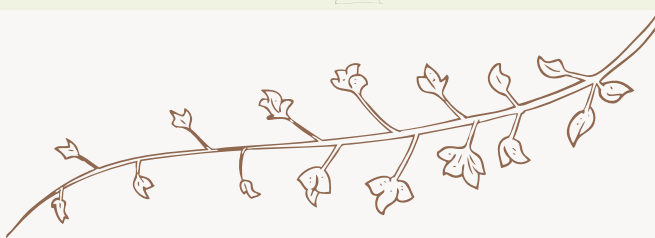
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(12,13)

PICÃO-PRETO

Bidens pilosa

PICÃO-PRETO - *Bidens pilosa* L.

NOME POPULAR:

Picão preto, picão ou carrapicho, cuambu, cuambri, piolho-de-padre(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Erva anual, como nasce espontaneamente em terrenos baldios, hortas e cultivos agrícolas, não existem relatos de cultivo. Características agrônômicas indicam que não é exigente em solo, prefere luz plena e multiplica-se por sementes(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Originária da América tropical, encontra-se em quase todos os países de regiões tropicais e subtropicais, assim como em algumas regiões da Europa. No Brasil, é encontrada em praticamente todo o território, porém concentra-se nas áreas agrícolas da região Centro-Sul(2).

CURIOSIDADES:

É uma planta comestível, usada como “legume” em algumas regiões africanas, pelos indígenas e alguns europeus. Tem a habilidade de bioacumular cádmio em seus tecidos, de forma que pode ser usado para despoluir solos contaminados com cádmio(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada no tratamento de icterícia(1,4), como hepatoprotetor(1,2,5), tem ação anti-inflamatória(4,6), como antimalárico(2,8), antialérgica(2,7), redutor da pressão arterial(8,9), hipoglicemiante(2,10). Uso tópico na cicatrização de feridas(1,2) e para tratamento de herpes(2,11).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa de toda a planta em 150 ml de água 4 vezes ao dia(2).

Uso Tópico:

Compressas e banhos: utilizar infusão com 1 colher de sopa das folhas para cada 150 ml de água na cicatrização de feridas(1,2) e para tratamento de herpes(2,11). Aplicar no local por 2 vezes ao dia, por 10 minutos(2).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não utilizar na gravidez(2).

Evitar associar com medicamentos anticoagulantes, antidiabéticos e anti-hipertensivos (14).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. **Monografia da espécie *Bidens pilosa* (picão - preto)**. Brasília, DF: Ministério da Saúde: ANVISA, 2015.
3. Sun, Y., Zhou, Q., Wang, L., & Liu, W. (2009). Cadmium tolerance and accumulation characteristics of *Bidens pilosa* L. as a potential Cd-hyperaccumulator **Journal of Hazardous Materials**, 161 (2-3), 808-814.
4. HORIUCHI M, SEYAMA Y. Antiinflammatory and antiallergic activity of *Bidens pilosa* L. var. radiata Scherff. **Journal of Health Science**. 2006;52(6):7117.
5. SUZIGAN MI, BATTOCHIO AP, COELHO KL, COELHO CA. An aqueous extract of *Bidens pilosa* L. protects liver from cholestatic disease: experimental study in young rats. **Acta Cir Bras**. 24(5):347-52, 2009.
6. YOSHIDA N, KANEKURA T, HIGASHI Y, KANZAKI T. *Bidens pilosa* suppresses interleukin1(beta)-induced cyclooxygenase-2 expression through the inhibition of mitogen activated protein kinases phosphorylation in normal human dermal fibroblasts. **Journal of Dermatology**. 2006;33(10):676-83.
7. CLARKSON C, MAHARAJ VJ, CROUCH NR, GRACE OM, PILLAY P, MATSABISA MG, et al. In vitro antiplasmodial activity of medicinal plants native to or naturalised in South Africa. **Journal of Ethnopharmacology**. 2004;92(2-3):177-91.
8. BRITO SD, BARBER FOX MO, BARBER GUTIÉRREZ E. Volemia y excreción urinaria en ratas hipertensas tratadas con nifedipina o diuréticos. **Rev cuba invest bioméd**. 2001;20(2):99-103.
9. DIMO T, AZAY J, TAN PV, PELLECUER J, CROS G, BOPELET M, SERRANO JJ. Effects of the aqueous and methylene chloride extracts of *Bidens pilosa* leaf on fructose-hypertensive rats **J Ethnopharmacol**. 2001 Aug; 76(3):215-21.
10. HSU Y-J, LEE T-H, CHANG CL-T, HUANG Y-T, YANG W-C. Anti-hyperglycemic effects and mechanism of *Bidens pilosa* water extract. **Journal of Ethnopharmacology**. 2009;122(2):379-83.
11. NAKAMA S, TAMAKI K, ISHIKAWA C, TADANO M, MORI N. Efficacy of *Bidens pilosa* Extract against Herpes Simplex Virus Infection In Vitro and In Vivo. **Evid Based Complement Alternat Med**. 2012:413-53.
12. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<http://www.tropicos.org/Image/100826116> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.
13. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<http://www.tropicos.org/Image/100826114> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA .
14. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos: Farmacopeia Brasileira**. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

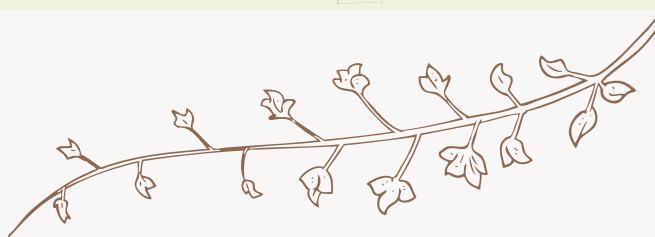
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Mobot(2)

CALÊNDULA *Calendula officinalis*

CALÊNDULA - *Calendula officinalis* L.

NOME POPULAR:

Calêndula, mal-me-quer e maravilha-do-jardim(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Facilmente cultivado em solos moderadamente férteis e bem drenados com plena exposição ao sol(2). Adapta-se bem a diferentes climas e tolera o frio, porém, não resiste a temperaturas extremas(2). Multiplica-se por sementes que devem ser plantadas no inverno(1,2). A floração mais intensa ocorre no final da primavera até no final do verão(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta exótica, anual, nativa das ilhas Canárias e região mediterrânea. Muito cultivada no sul do Brasil para fins ornamentais(1,2).

CURIOSIDADES:

As pétalas da calêndula são comestíveis, sendo adicionadas a pratos em substituição a condimentos, como por exemplo, o açafrão. Foi muito utilizada em várias guerras para tratamento tópico de ferimentos(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Planta medicinal bem estabelecida há muitas décadas na medicina tradicional(1,3) para uso externo como cicatrizante, anti-inflamatório e antisséptico no tratamento de lesões da pele promovendo a cicatrização e modulando os possíveis focos inflamatórios(1,3,5,6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

Bochechos e gargarejos: Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das flores para cada 150 ml de água até 3 vezes ao dia nas afecções de boca e garganta(3,4,5). Compressas, banhos ou cataplasmas: Infusão com 1 colher de sobremesa das flores para cada 150 ml de água até 3 vezes ao dia, para tratar feridas, furúnculos e queimaduras(1,3,5,6).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Em caso de alergias descontinue o uso(1,3,5,6).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Estudo clínico do infuso de calêndula, quatro vezes ao dia, durante sete dias, na forma de enxaguatório bucal, produziu a cicatrização do tecido lesionado após cirurgia periodontal(7). Outro estudo clínico demonstrou eficácia do creme vaginal a 1% (extrato alcoólico) para tratar candidíase vaginal(8).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. MOBOT. Missouri Botanical Garden [Internet] 2020. Disponível em: <<https://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?taxonid=277409>> Acesso em: 30 dez 2021.
3. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Calendula officinalis* L., herba.** Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2018.
4. BORNHAUSEN, R.L. **As ervas do sítio.** São Paulo: UNESP. p. 80-82, 1996.
5. WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants.** Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.3, 2009
6. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico:** Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115p.
7. MERCADO, L. F.; HERRERA, A. H.; CABALLERO, A. D. Enjuagues de *Calendula officinalis* como alternative de los antisépticos orales. **Revista Cubana de Estomatología**, v. 50, p. 436- 442, 2013.
8. SAFFARI, E. MOHAMMAD-ALIZADEH-CHARANDABI, S. ADIBPOUR M, MIRGHAFOURVAND, M. JAVADZADEH, Y. Comparing the effects of *Calendula officinalis* and clotrimazole on vaginal candidiasis: A randomized controlled trial. **Women Health**. 57:1145-60, 2017.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

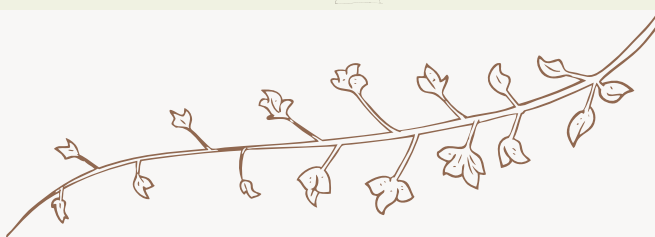
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(1)

GUABIROBA

Campomanesia xanthocarpa

GUABIROBA - *Campomanesia xanthocarpa* (Mart.) O.Berg

NOME POPULAR:

Guabiroba(1), guabirobeira(2), gabiroba-de-árvore, guavirova, guavirobeira(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A floração ocorre de outubro a novembro e a frutificação de dezembro a janeiro. A propagação ocorre por meio das sementes(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma árvore nativa. Ocorre desde o estado de Minas Gerais até o Rio Grande do Sul. Ocorre frequentemente na Floresta Ombrófila Mista, especialmente nos solos úmidos das formações aluviais, nos capões e em áreas mais abertas das florestas secundárias(2). No Rio Grande do Sul ocorre em todas as formações florestais(1).

CURIOSIDADES:

Os frutos desta espécie são consumidos por várias espécies de pássaros e mamíferos, sendo também usados na produção de doces caseiros, sorvetes, aguardente, licores e refrescos(2). Os frutos também apresentam interessantes propriedades nutricionais, como alto teor de vitamina C, sais minerais e compostos fenólicos, por isso é considerado um alimento funcional(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As folhas desta planta são usadas como uma infusão na medicina popular para tratar doenças inflamatórias, doenças urinárias e reumáticas e hipercolesterolemia(4). A infusão da pele dos frutos também pode ser usado para catarros, diarreia e desintéria(3). As cascas são utilizadas no tratamento de cistites e de urenites, e antidiarreicas(3).

COMO UTILIZAR:

Uso oral:

Infusão, utilizando 1 colher de sobremesa das folhas, para uma xícara de chá, duas a três vezes ao dia(5).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

Estudos científicos demonstram que apresenta potencial mutagênico e efeitos sinérgicos que resultam em atividade comutagênica(4).

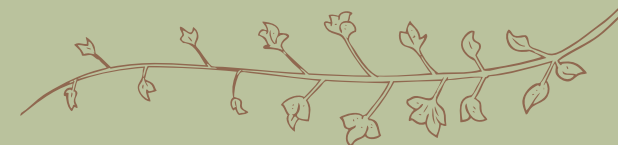
CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Pouco se conhece sobre os aspectos morfológicos e anatômicos de *C. xanthocarpa*(2).

As frutas da guabiroba apresentaram propriedades antidiabéticas e antioxidantes significativas e podem ser potencialmente adotadas como parte de estratégias dietéticas no manejo dos estágios iniciais do diabetes tipo 2 e complicações associadas(6).

REFERÊNCIAS:

- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini -Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=13441> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=13436> Acesso em: 24 Fev 2022.
- Gogosz, A.M.; Cosmo, N.L.; Souza, L.A. Morfoanatomia da plântula de *Campomanesia xanthocarpa* O. Berg. (Myrtaceae). **Acta bot. bras.** 24(3): 613-623. 2010.
- Compêndio Online Gerson Luiz Lopes. **Laboratório de Manejo Florestal.** *Campomanesia xanthocarpa* O. Berg Guavirova, guaviroveira. <<https://sites.unicentro.br/wp/manejoflorestal/8934-2/>> Acesso em 07 Jul 2021.
- Sant'Anna, L.S. et al. Chemical Composition and Hypotensive Effect of *Campomanesia xanthocarpa*. **Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine.** Volume 2017.
- GARLET, T. M. B. **Plantas medicinais nativas de uso popular no Rio Grande do Sul.** UFSM: PRE, 2019.
- Arcari, S. G., Arena, K., Kolling, J., Rocha, P., Dugo, P., Mondello, L., & Cacciola, F. Polyphenolic compounds with biological activity in guabiroba fruits (*Campomanesia xanthocarpa* Berg.) by comprehensive two-dimensional liquid chromatography. **Electrophoresis**, 0, 1-9,2020.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

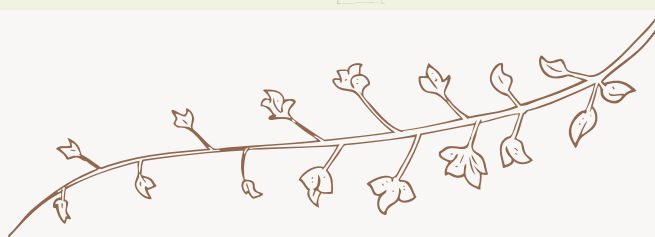
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(7,8)

ERVA-DE-BUGRE

Casearia sylvestris

ERVA-DE-BUGRE - *Casearia sylvestris* Sw.

NOME POPULAR:

Guaçatonga, erva-de-bugre, erva-de-lagarto(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

É uma árvore de porte pequeno que ocorre, naturalmente, em diversos tipos de solos. Em plantios, cresce melhor em solos férteis, bem drenados de textura argilosa a areno-argilosa, após a produção de mudas com germinação das sementes(5).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa de quase todo Brasil, principalmente no planalto meridional(3,5). Prefere a floresta primária alterada, onde existe menor incidência de luz, contudo, após desmatamento, pode-se tornar invasora de pastagem cultivada(5). É polinizada por pequenos insetos e têm suas sementes dispersas por pássaros. Por seus aspectos ecológicos, o uso da guaçatonga é altamente recomendável em projetos de recuperação de áreas degradadas(5).

CURIOSIDADES:

É também chamada de pau de lagarto, pois dizem que este animal, ao se deparar com uma cobra peçonhenta na floresta, só irá enfrentá-la se houver uma árvore como esta por perto, já que ela contém antídoto para eventual picada que venha a receber(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Como auxiliar no alívio da dispepsia, gastrite e halitose(1,3), como anti-inflamatório(7). Uso tópico como antisséptico e cicatrizante em lesões da pele (queimaduras, herpes labial e genital, pequenas lesões cutâneas)(1,3) e eficaz em lesões ocasionadas por mordidas de cobra (gênero Bothrops e Crotalus)(2,4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa em 150 ml 2 a 3 vezes ao dia antes das principais refeições(1,3).

Uso Tópico:

Compressas e banhos: utilizar infusão com 1 colher de sopa das folhas para cada 150 ml de água, por 10 minutos(1,3). Deixar esfriar e aplicar no local 3 a 4 vezes ao dia.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

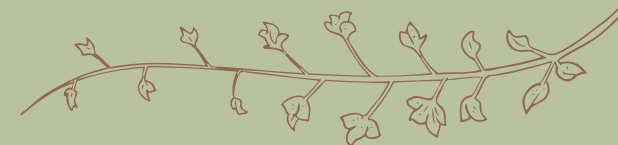
Não encontrado na literatura consultada.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

As atividades antiofídica do extrato aquoso são atribuídas à sua ação antifosfolipásica, explicando o potencial anti-inflamatório, sugerindo um bloqueio análogo ao dos fármacos anti-inflamatórios não-esteroidais na formação de mediadores oriundos do ácido araquidônico e na ativação da ciclooxigenase(6).

REFERÊNCIAS:

- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
- BORGES, M.H., SOARES, A.M., RODRIGUES, V.M., ANDRIANO-ESCARSO, S.H., DINIZ, H., HAMAGUCHI, A., QUINTERO, A., LIZANO, S., GUTIERREZ, J.M., GIGLIO, J.R., HOMSI-BRANDEBURGO, M.I. Effects of aqueous extract of *Casearia sylvestris* (Flacourtiaceae) on actions of snake and bee venoms and on activity of phospholipases A2. **Comp. Biochem. Physiol.** 127, 21-30, 2000.
- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- Cavalcante, W.L.G., CAMPOS, T.O., PAI-SILVA, M.D., PEREIRA, P.S., OLIVEIRA, C.Z., SOARES, A.M., GALLACCI, M. Neutralization of snake venom phospholipase A2 toxins by aqueous extract of *Casearia sylvestris* (Flacourtiaceae) in mouse neuromuscular preparation. **Journal of Ethnopharmacology** 112, 490-497, 2007.
- CARVALHO, P. E. R. **Cafezeiro-do-mato *Casearia sylvestris*.** Colombo, PR: Embrapa Florestas. 16 p. (Circular técnica, n.138), 2007.
- FERREIRA P.M.P., COSTA-LOTUFO L.V, MORAES M.O, BARROS F.W, MARTINS A.M, CAVALHEIRO A.J, BOLZANI V.S, SANTOS A.G, PESSOA, C. Folk uses and pharmacological properties of *Casearia sylvestris*: a medicinal review. **An Acad Bras Cienc** 83:1373-1384, 20118.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Marcio Verdi. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=4614> Acesso em: 30 dez 2021.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Pedro Joel S. Silva Filho. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=3742> Acesso em 30 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

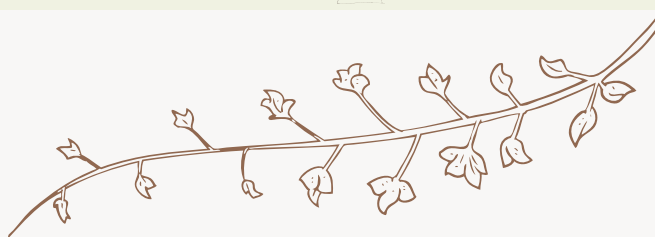
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(8,9)

ARNICA

Chaptalia nutans

ARNICA - *Chaptalia nutans* (L.) Pol.

NOME POPULAR:

Arnica, arnica-língua-de-vaca, costa-branca, fumo-do-mato, erva-de-sangue, língua-de-vaca-miúda, tapira, buglossa, chamama, serralha-de-rocha¹, arnica-do-campo⁽²⁾.

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Erva perene, encontrada em interior e bordas de mata. Também pode ser encontrada na área urbanizada como ruderal de locais sombreados e úmidos. Apresenta flores praticamente o ano todo⁽³⁾.

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Ocorre no Brasil e em toda a América tropical, desde o México até o Rio de La Plata⁽²⁾.

CURIOSIDADES:

É denominada comumente de arnica-do-campo pelo fato de apresentar efeitos associados à arnica verdadeira, a qual se constitui de inflorescências de *Arnica montana* L. Pela mesma razão, outras espécies de Asteraceae recebem denominações semelhantes, a exemplo de *Solidago microglossa* DC., conhecida como arnica-silvestre, cujas folhas e sumidades floridas são empregadas para os mesmos fins⁽²⁾.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Na medicina popular, as folhas são indicadas internamente para tratamento de resfriados, tosse, dispepsia, flatulência, laxante e como vermífuga⁽¹⁾. Externamente, usar para dores musculares, torções, contusões e feridas⁽⁴⁾.

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando de 1 a 2 colheres da planta inteira em uma xícara de chá, até 4 vezes ao dia⁽⁵⁾.

Uso Tópico:

Infusão de uma a duas colheres das de chá em 1 xícara de água quente⁽⁶⁾. Utilizar a infusão para machucados e contusões⁽¹⁾.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

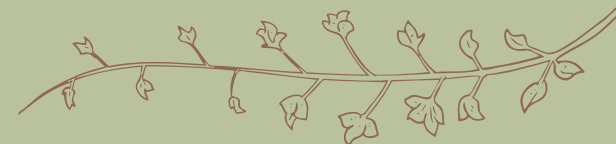
Não encontrado na literatura consultada.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Até o momento, nenhum estudo sobre sua composição fitoquímica, atividade antioxidante e citotoxicidade foi evidenciado, tornando importantes novas investigações⁽⁷⁾.

REFERÊNCIAS:

1. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS. Campus Universitário - Trindade - Florianópolis - Santa Catarina - Brasil . *Chaptalia nutans* (L.) Pol. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/arnica-lingua-de-vaca/>> Acesso em: 24 Feb 2022.
2. EMPINOTTI, C.B.; DUARTE , M.C. Caracteres Anatômicos de arnica-do-campo: *Chaptalia nutans*. **Acta Farmacéutica Bonaerense** - vol. 25 n° 3 - año 2006
3. Fernandes, A.C.; RITTER, M.R. A família Asteraceae no Morro Santana, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil . **Rev. Bras. Bioci.**, Porto Alegre, v. 7, n. 4, p. 395-439, out./dez. 2009.
4. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br> <http://www.ufrgs.br/fitoecologia/florars/open_sp.php?img=6882> Acesso em 06/09/2021.
5. PANIZZA, S. T.; VEIGA, R. S.; ALMEIDA, M. C. Uso Tradicional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos. São Luís: Conbrafito, 2012.
6. Plantas e Ervas Mediciniais, Plantamed. www.plantamed.com.br Disponível em: <https://www.plantamed.com.br/plantaservas/especies/Chaptalia_nutans.htm> Acesso em: 06 Set 2021.
7. Souza , L. B. et al. Phytochemical Analysis, Antioxidant Activity, Antimicrobial Activity, and Cytotoxicity of *Chaptalia nutans* Leaves . **Advances in Pharmacological and Pharmaceutical Sciences** , 2020.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100130424>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.
9. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100130426>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

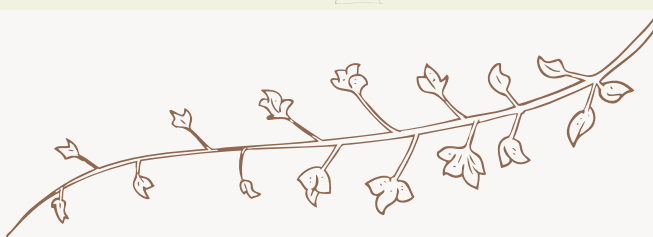
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(7); Tropicos(8)

MASTRUÇO *Coronopus didymus*

MASTRUÇO - *Coronopus didymus* (L.) Sm.

NOME POPULAR:

Mentruz, mastruço, mastruz, mentruço, erva-de-santa-maria erva-formigueira(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

O plantio deverá ocorrer no outono, já que a planta não se desenvolve bem no verão. É considerada planta daninha invernal. Se adapta a todo tipo de solo, preferindo aqueles de textura média, bem drenados e férteis(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa da América do Sul, distribuindo-se em regiões de clima temperado e subtropical. No Brasil, ocorrem nas regiões Centro Oeste, Sudeste e Sul como ruderais e invasoras de culturas(2).

CURIOSIDADES:

A planta é uma espécie amplamente utilizada também como vermífuga para animais, e as fumigações são aplicadas como inseticida doméstico, sendo extremamente útil para espantar pulgas, percevejos, baratas e demais insetos(9). As folhas e os ramos jovens, de aroma forte e sabor picante, são consumidas cruas, em saladas, ou cozidas, em refogados, bolinhos e risotos. Possui altos valores de proteína, fósforo, potássio e zinco, tendo valores superiores aos de hortaliças comumente consumidas(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada como anti-inflamatório(3), antialérgico(5), antipirético(5), hepatoprotetor(5). Uso tópico como cicatrizante para feridas cutâneas(3,4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das partes aéreas (folhas, flores e sementes) em 150 ml de água, 2 vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Na forma de cataplasma, preparado amassando-se 3 colheres de sopa da planta inteira em um pouco de água até formar uma pasta, aplicando na região afetada por 2 horas(6).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

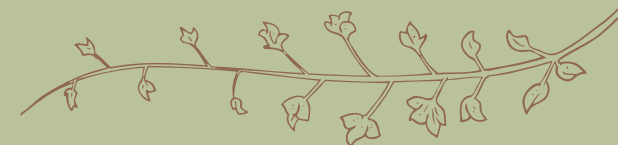
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Apesar de amplo uso popular ainda é uma planta medicinal pouco estudada.

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H. **Plantas daninhas do Brasil**: terrestres, aquáticas, parasitas, tóxicas e medicinais. 3. ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 608p, 2000.
- SCALON, V.R.; SOUZA, V.C. Brassicaceae. In: Wanderley, M.;G.L.; Shepherd, G.J.; Giuliatti, A.M. **Flora Fanerogâmica do Estado de São Paulo**. São Paulo: FAPESP/HUCITEC. p.57-63, 2002.
- PRABHAKAR, K.R., SRINIVASAN, K.K., PADMA, G.M.R. Chemical investigation, anti-inflammatory and wound healing properties of *Coronopus didymus*. **Pharm. Biol.** 40, 490-493, 2002.
- NITZ, A.C., ELY J.B., D'ACAMPORA, A.J., TAMES, D.R., CORRÊA, B.P. Estudo morfométrico no processo de cicatrização de feridas cutâneas em ratos, usando: *Coronopus didymus* e *Calendula officinalis*. **Arq Catarin Med.** 35(4):74-9, 2006.
- MANTENA, S.K., MUTALIK, S., SRINIVASA, H., SUBRAMANIAN, G.S., PRABHAKAR, K.R., REDDY, K.R., SRINIVASAN, K.K., UNNIKRISSNAN, M.K.. Antiallergic, antipyretic, hypoglycemic and hepatoprotective effects of aqueous extract of *Coronopus didymus*. **Linn. Biol. Pharm. Bull.** 28, 468-472, 2005.
- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil**: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Paulo Schwirkowski (FloraSBS). Disponível em: https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=6890 Acesso em: 30 dez 2021.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100467160>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA .
- MARQUES, Evandro. **Mentruz e suas variadas propriedades medicinais**. Coisas da Roça. Santa Cruz, 05 de novembro de 2016. Disponível em: <https://www.coisasdaroca.com/plantas-medicinais/mentruz.html>. Acesso 08/11/2022.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

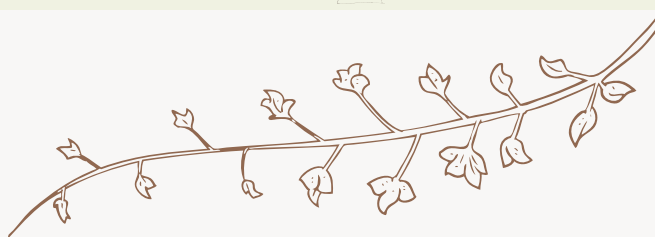
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Horto didático(1)

POEJO

Cunila microcephala

POEJO – *Cunila microcephala* Benth.

NOME POPULAR:

Poejo, poejinho(1), poejo-do-banhado(4).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Floresce e frutifica de setembro a dezembro. Prefere solo fértil e úmido, com meio sombreamento(3). Propaga-se por sementes, fragmentos de ramos com raízes ou por estaquia(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativa da região sul do Brasil, Argentina e Uruguai(2). No Brasil ocorre com frequência no sul do país(5). É herbácea, perene, muito aromática, que cresce em solos úmidos, nas bordas de matas(1).

CURIOSIDADES:

É utilizada na medicina tradicional desde a época de nossos antepassados indígenas. Consta somente na 1ª edição da Farmacopéia Brasileira(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As folhas e flores são usadas na forma de chá como estimulante, antiespasmódico e no tratamento de tosse crônicas e infecção respiratória(2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar uma infusão com uma colher de chá das partes aéreas em uma xícara de água, tomar até 2 xícaras ao dia durante até 2 semanas(1).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

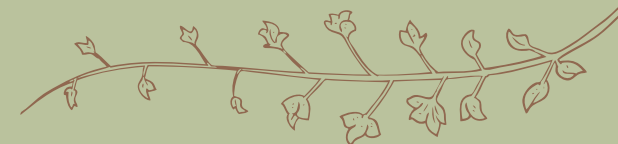
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Esta espécie é muito utilizada na medicina popular do Sul do Brasil, não havendo referências sobre intoxicações causadas por ela. No entanto a presença de mentofurano (que tem ação hepatotóxica), sugere cautela no seu emprego, até melhores esclarecimentos(1).

REFERÊNCIAS:

1. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS. Campus Universitário – Trindade – Florianópolis – Santa Catarina – Brasil. *Cunila microcephala* Benth. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/poejo/>> Acesso em: 25 Fev 2022.
2. TOLEDO, M.G.T.; ALQUINI, Y.; NAKASHIMA, T. Caracterização anatômica das folhas de *Cunila microcephala* Benth. (Lamiaceae). **Rev. Bras. Cienc. Farm**, vol. 40, n. 4, out./dez., 2004.
3. BORDIGNON, S.A.L. The essential oil composition of *Cunila microcephala* and *Cunila fasciculata*. **Phytochemistry**, [S. l.], v. 44, n. 7, p. 1283-1286, 1997.
4. CORADIN, L., SIMINSKI, A., REIS A. **Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial: plantas para o futuro – Região Sul**. Brasília: MMA, 2011. 934p.
5. PASTORE, J.F.; SANTOS, E.P. 2015 *Cunila* in **Lista de Espécies da Flora do Brasil**. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/jabot/floradobrasil/FB8134>>. Acesso em 07 Set 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

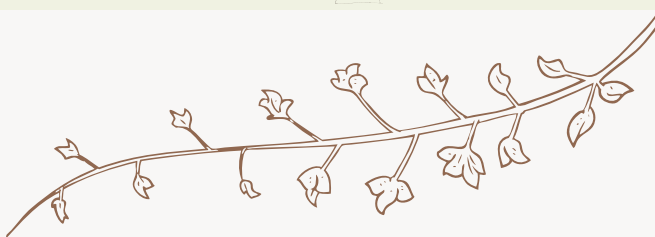
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(14)

SETE-SANGRIAS *Cuphea carthagenensis*

SETE-SANGRIAS - *Cuphea carthagenensis* Lourteig

NOME POPULAR:

Sete-sangrias, sete-sangrias-do-campo, guanxuma-vermelha, guanxuma, erva-de-sangue, pé-de-pinto(1,2,3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie ruderal, adaptada a condições ecológicas variadas, com preferência por solos úmidos e arenosos. Propagação por sementes(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa da América do Sul, distribuída em todas as Regiões do Brasil, com até 50 cm de altura, comum nos campos sulinos. Possui caule vermelho e flores de cor lilás, que lembram a guanxuma(1,5,6).

CURIOSIDADES:

O epíteto *carthagenensis* refere-se à origem em Nova Cartago, na Colômbia(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada no tratamento de palpitações cardíacas, aterosclerose e hipertensão arterial, como depurativa do sangue, laxante, na má circulação, para diminuir colesterol, como calmante suave e na febre(6,7,8,9). Ação analgésica, diaforética e anti-inflamatória, no alívio da sensação da respiração difícil e na insônia(2,3,10,11).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando uma colher de sopa das folhas em 150 ml de água, 3 vezes ao dia(6).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

- Não usar em hipótese alguma em crianças(2).
- Não utilizar por mais que 30 dias consecutivos(9).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Pode ser confundida com a árvore *Symplocos platyphylla*, também denominada de sete-sangrias, da família Symplocaceae, com propriedades medicinais semelhantes(1). Não há comprovação científica do uso etnofarmacológico como diurético, na diminuição dos triglicerídeos e na perda de peso(12,13).

REFERÊNCIAS:

1. BEVILAQUA, G. A. P. et al. **Tecnologia de plantas medicinais e bioativas da flora de clima temperado**. Pelotas: EMBRAPA, 2015.
2. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais**. São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Sul**. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
5. Cavalcanti, T.B.; Graham, S.A.T.; Facco, M.G.; Brauner, L.M. 2020. *Cuphea* in Flora do Brasil 2020. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://reflora.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB8744>>. Acesso em: 28 dez. 2021.
6. SAAD, G. A. et al. **Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência na prática clínica**. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.
7. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais: mineiras, nativas e cultivadas**. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.
8. LEITZKE, R. C. Z. **Etnobotânica e propagação de espécies vegetais**. Tese, Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, 2012.
9. PANIZZA, S. T.; VEIGA, R. S.; ALMEIDA, M. C. **Uso Tradicional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos**. São Luís: Conbrafito, 2012.
10. FERNANDES, F. R. et al. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 12, suppl. 1, p. 55-56, 2002.
11. MENTZ, L. A.; LUTZEMBERGER, L. C.; SCHENKEL, E. P. **Caderno de Farmácia**, v. 13, n. 1, p. 25-48, 1997.
12. BIAVATTI, M. W. et al. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 93, p. 385-389, 2004.
13. PRANDO, T. B. L. et al. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 174, p. 369-378, 2015.
14. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Daniel Grasel. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/fitoecologia/florars/open_sp.php?img=11913> Acesso em: 28 dez. 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

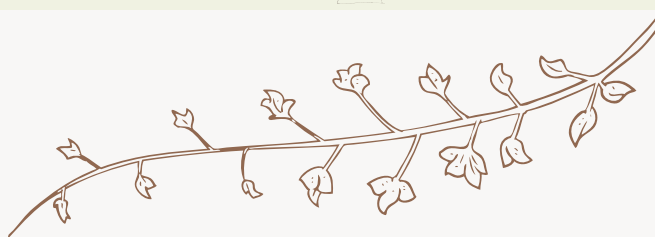
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(12), MOBOT(13)

CAPIM-CIDRÓ *Cymbopogon citratus*

CAPIM-CIDRÓ - *Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf

NOME POPULAR:

Capim-santo, capim-limão, capim-cidrô, capim-cheiroso, capim-cidreira, erva-cidreira, cidreira(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação é por mudas de touceira(2). Cultivada em qualquer tipo de solo e resiste ao sol pleno, mas solos úmidos e encharcados não são favoráveis ao cultivo. A colheita é feita durante o ano, seis meses após o plantio(3,4). Permite até quatro cortes por ano(5).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativo da Índia e do sul da Ásia(6). Forma grandes touceiras, com cerca de um metro de altura(7).

CURIOSIDADES:

Planta historicamente ligada ao comércio indiano por suas propriedades medicinais. Também foi usada por comerciantes hindus para aromatizar tecidos e distingui-los frente aos tecidos de outras regiões(6). Planta medicinal introduzida no Brasil com o objetivo de diminuir a erosão nas estradas de ferro(7). Tem uso na indústria de perfumaria na fabricação de sabonetes e desinfetantes(8).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Bactericida, analgésica, calmante(2) e anticonvulsivante(9), além de atividade antiespasmódica, ansiolítica e sedativa leve(6,10). Tem ainda ação hipotensora, hipoglicemiante, hipocolesterolêmica e hepatoprotetora, antitussígena e antirreumática(6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando uma colher de sopa das folhas em 150 ml de água, de 3 a 4 vezes ao dia(10).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

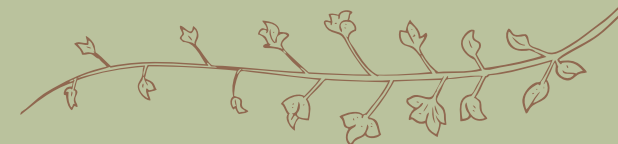
- Deve ser utilizada com cuidado em pessoas com hipotensão(11).
- As infusões devem ser cuidadosamente filtradas, pois a ingestão contínua de microfilamentos que ficam em suspensão podem ocasionar ulcerações na mucosa do esôfago(6).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Planta medicinal que pode ser confundida com outras espécies vegetais também conhecidas com o nome popular de erva-cidreira, como *Melissa officinalis*, *Lippia alba* e *Aloysia citrodora*.

REFERÊNCIAS:

1. RAMOS, A. J. K. et al. **Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul.** Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.
2. SANTOS, J. S.; ALMEIDA, C. C. O. F. **Das plantas medicinais à fitoterapia: uma ciência em expansão.** Brasília: IFB, 2016.
3. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais.** São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
4. GILBERT, B.; FERREIRA, J. L. P.; ALVES, L. F. **Monografias de plantas medicinais brasileiras e aclimatadas.** Curitiba: Abifito, 2005.
5. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas.** Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
6. SAAD, G. A. et al. **Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência na prática clínica.** 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.
7. LOPES, A. M. V.; ALVAREZ FILHO, A. **Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul.** Santa Maria: Infograph, 1997.
8. RITTO, J. L. A.; OLIVEIRA, F.; AKISUE, G. **Farmacognosia: Básica e Aplicada.** São Paulo: Et Cetera Editora, 2019.
9. AVOSEH, O. et al. **Molecules**, v. 20, p. 7438-7453, 2015.
10. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
11. VILAR, D. A. et al. **Plantas medicinais: um guia prático.** Aracaju: IFS, 2019.
12. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100111484>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
13. MOBOT. Missouri Botanical Garden. Disponível em: <<https://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/FullImageDisplay.aspx?documentid=22539>> Acesso em: 28 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

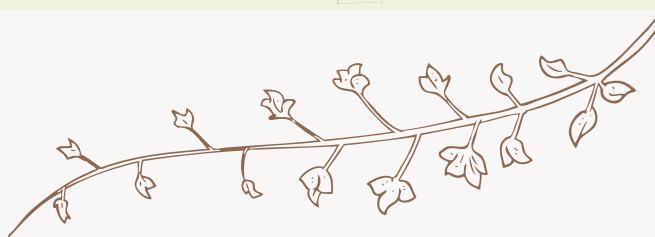
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Mesquita(8), Tropicos(7)

ALCACHOFRA *Cynara scolymus*

ALCACHOFRA - *Cynara scolymus* L.

NOME POPULAR:

Alcachofra(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Deve ser cultivada sob sol pleno, em solo fértil, bem drenável e enriquecido com matéria orgânica.

Planta tolerante ao calor, porém não produz botões florais em climas quentes, necessitando de frio para o florescimento que ocorre no verão, em climas subtropicais e temperados. A colheita, para fins medicinais, é feita das folhas no crescimento máximo e, para a alimentação, das flores.

Multiplica-se por sementes e por divisão das mudas formadas no entorno da planta mãe. A colheita de sementes é feita no outono com os capítulos florais secos, antes destes caírem no solo(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta de porte herbáceo, nativa do Mediterrâneo e norte da África, sendo possivelmente originada a partir de espécies selvagens, naturais da flora daquelas regiões(2).

CURIOSIDADES:

A alcachofra aparece na mitologia grega, tendo sido supostamente originada dos cabelos acinzentados de Cynara, uma bela jovem que recusara o amor de Zeus. Como castigo, o Deus do olimpo castigou a moça, transformando-a em uma planta selvagem e espinhosa. Daí a origem de seu nome científico(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Antidispéptico, antifatulento, diurético(1,4,5). Auxiliar na prevenção da aterosclerose(1,5). Coadjuvante no tratamento de dislipidemia mista, leve a moderada e como auxiliar nos sintomas da síndrome do intestino irritável(1,4,5).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas em 150 ml de água até 4 vezes ao dia(1,4,5).

Uso Tópico:

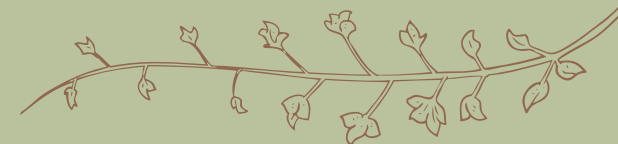
Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não indicado o uso em casos de obstrução do ducto biliar(1,4,5).
- O uso concomitante com diuréticos em casos de hipertensão arterial ou cardiopatia deve ser realizado sob estrita supervisão médica, dada a possibilidade de haver descompensação da pressão arterial, ou, se a eliminação de potássio for considerável, pode ocorrer potencialização de fármacos cardiotônicos(1).

REFERÊNCIAS:

1. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico:** Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115p.
2. ICTA - Instituto de Ciência e Tecnologia de Alimentos, da UFRGS. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/afeira/materias-primas/hortalias/alcachofra/caracteristicas-botanicas>> Acesso em: 30 dez 2021.
3. Cozinha Mediterranea. Disponível em: <<https://cozinhamediterraneaunifaj.wordpress.com/2018/10/26/alcachofra/>> Acesso em 30 dez 2021.
4. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Cynara scolymus* L., herba.** Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2018.
5. WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants.** Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.3, 2009
6. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100111609>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
8. Foto Leonardo Domingues Mesquita.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

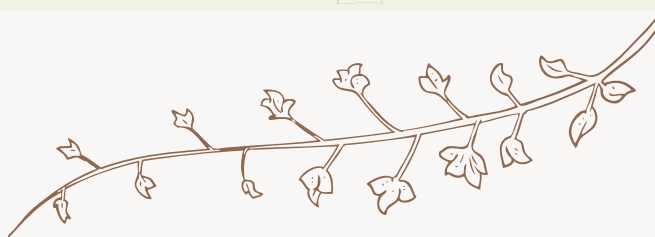
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(4,5)

ERVA-DE-SANTA-MARIA *Dysphania ambrosioides*

ERVA-DE-SANTA-MARIA - *Dysphania ambrosioides* (L.) Mosyakin & Clemants (= *Chenopodium ambrosioides* L.)

NOME POPULAR:

Erva-de-santa-maria, ambrisina, cacica, canudo, erva-do-formigueiro, erva-santa, mastruço, mastruz, mata-cobra, mentrei, mentrusto, mentruz, quenopódio(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Prefere solos de textura média, com boa fertilidade e suprimento moderado de água, tolerando solos salinos. O desenvolvimento vegetativo é favorecido por uma boa iluminação. A propagação ocorre por semente(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É originária da América Central e do Sul e espontânea no sul e sudeste do Brasil, onde é considerada planta daninha(1).

CURIOSIDADES:

Toda a planta tem cheiro forte, desagradável e característico(1). Esta planta está relacionada nos levantamentos da Organização Mundial de Saúde como uma das mais utilizadas entre os remédios tradicionais no mundo inteiro(1). *Chenopodium ambrosioides* é uma erva tropical americana pungente e extensamente usada na culinária mexicana, assim como várias espécies não aromáticas têm uma longa história de uso como plantas alimentícias(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Na medicina popular brasileira é utilizada como estomáquica, antireumática e anti-helmíntica(1). É usado na forma de infusão como tônico estomacal e estimulante das funções gastrointestinais, contra febres, dispepsias, como diurético, contra problemas hepáticos e para combater vermes intestinais. É também usada para gripes e resfriados(3).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão: 1 colher (sobremesa) de folhas picadas para 1 xícara de água fervente. Tomar 1 xícara 2x ao dia, antes das refeições(3).

Uso Tópico:

A planta triturada é usada no tratamento de contusões e fraturas, por meio de compressas ou ataduras(1). Externamente na forma de cataplasma, é usado no tratamento de lesões cutâneas causadas por *Leishmania* spp. e afecções da pele (eczema e erisipela)(3).

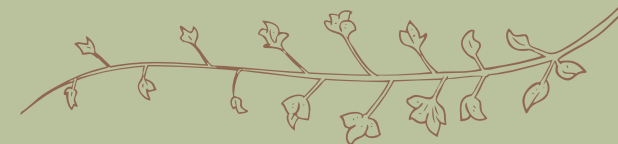
CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

- É contraindicada para gestantes por induzir contrações uterinas e durante a amamentação(2).
- O óleo essencial do *Chenopodium ambrosioides* é tóxico, devido principalmente ao ascaridol(2).
- Ainda se conhece pouco da toxicidade de folhas frescas e secas, como ocorre seu metabolismo no organismo e da toxicinética(2).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. POZZATTI, P.N. et al. Aspectos farmacológicos e terapêuticos da utilização da Erva-de-santamaria (*Chenopodium ambrosioides*) em humanos e animais. **PUBVET**, Londrina, V. 4, N. 35, Ed. 140, Art. 946, 2010.
3. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS. Campus Universitário - Trindade - Florianópolis - Santa Catarina - Brasil. *Chenopodium ambrosioides* L. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/erva-de-santa-maria/>> Acesso em: 25 Feb 2022.
4. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 04 Nov 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100529352>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.
5. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100529621>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

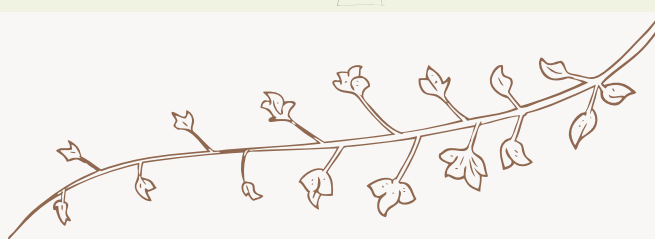
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(8)

CHAPÉU-DE-COURO *Echinodorus grandiflorus*

CHAPÉU-DE-COURO - *Echinodorus grandiflorus* (Cham. & Schlecht.) Mill.

NOME POPULAR:

Aguapé, chá-de-campanha, chá-mineiro, erva-do-pântano, erva-do-brejo(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Cresce espontaneamente em várias regiões do Brasil, preferindo pântanos e áreas alagadas, portanto para cultivo necessita de áreas irrigadas. É resistente ao frio, não tolera insolação e solo seco. A colheita das folhas pode ser feita em qualquer época do ano. A reprodução é feita por sementes ou pela divisão de brotos(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

A espécie tem ocorrência desde os Estados Unidos da América até a Argentina, sendo restrita ao hemisfério ocidental(1). O extrativismo em larga escala (principal forma de abastecimento do mercado) dessa espécie tem provocado, em algumas regiões, o aumento do risco de extinção local ou regional da mesma(1). São comumente descritas na literatura como espécies capazes de absorver metais pesados presentes na água, assim como outros contaminantes de impacto importante para o ecossistema, destacando o potencial descontaminante da espécie no controle de poluentes aquíferos(2,5,7).

CURIOSIDADES:

Suas grandes folhas encantam pelo perfume agradável e pelo formato de coração. O nome chapéu de couro foi dado pois suas folhas maiores, dobradas nas pontas, lembram o formato de um chapéu. A planta é utilizada na produção dos refrigerantes brasileiros(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Anti-inflamatório, diurético, anti-hipertensivo e cardioprotetor(1,3). Uso tópico como analgésico e cicatrizante de feridas(1,2,4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas picadas em 150 ml de água 2 vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Compressas com a infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas em 150 mL de água, para alívio de dores nevrálgicas, gota reumática e cicatrização de feridas, até 3 vezes ao dia(1,3).

Gargarejo e bochecho da infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas em 150 mL de água em casos de estomatite, gengivite e afecções na garganta, até 3 vezes ao dia(1,3).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

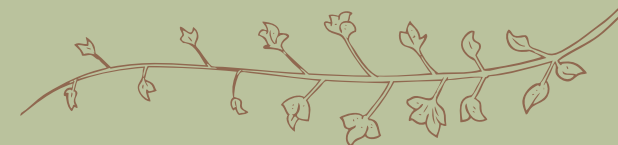
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Apesar do amplo uso popular, ainda é uma planta medicinal pouco estudada(1,3).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- BEVILAQUA, G. A. P. et al. Distribuição geográfica e composição química do chapéu-de-couro (*Echinodorus spp.*) no Rio grande do Sul. **Ciência Rural**, v. 32, n. 2, p. 213-218, 2001.
- MARQUES A.M., PROVANCE D.W., JR, KAPLA M.A.C., FIGUEIREDO M.R. *Echinodorus grandiflorus*: Ethnobotanical, phytochemical and pharmacological overview of a medicinal plant used in Brazil. **Food Chem Toxicol** 109 (Pt 2),1032-1047, 2017.
- BEVILAQUA, G.A.P., NEDEL, J.L. Caracterização morfofisiológica e padrões protéicos de genótipos de chapéu-de-couro. **Rev. Bras. Agrociência** 9 (3), 215-220, 2003.
- YING, L., LEI, L. A comparison of decontaminating effects of hydroponic plants on domestic sewage. **Jiangxi Nongye Daxue Xuebao**. v. 36, n. 4, p. 881-886, 2014.
- Chapéu-de-couro organico. Kampo de ervas, 2022. Disponível em: <https://loja.kampodeervas.com.br/chapeu-de-couro>. Acesso 09 de novembro de 2022..
- PIMENTA, D.S. **Contribuição a ecologia, cultivo e validação do uso de *Echinodorus grandiflorus* (Cham. & Schultdl.) Micheli (Chapéu de Couro)** /Contribution the ecology, culture and validation of the use of *Echinodorus grandiflorus* (Cham. & Schultdl.) Micheli (Chapéu de Couro). Tese: Apresentada a Instituto Oswaldo Cruz para obtenção do grau de Doutor. Rio de Janeiro; s.n; 179 p, 2002.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini -Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=12389> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=12387> Acesso em 30 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

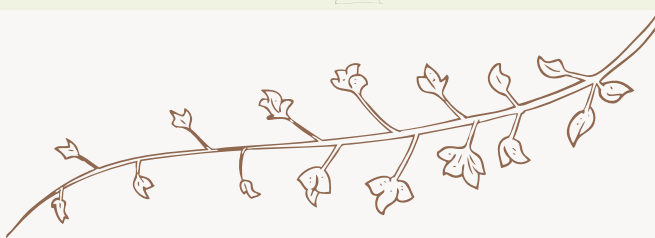
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: NCEGPT(13)

NÊSPERA

Eriobotrya japonica

NÊSPERA - *Eriobotrya japonica* (Thunb.) Lindl.

NOME POPULAR:

Ameixa-amarela, nêspira, ameixa-do-japão, ameixeira(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação é por mudas enxertadas ou por sementes. A planta adapta-se bem a diferentes tipos de solos, desde que sejam bem drenados(2). A colheita dos frutos se dá a partir do segundo ano de cultivo(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Árvore originária da China, Japão e Índia, de porte médio, atingindo uma altura de cerca de 5 metros. As folhas são longas e brilhantes com pequenos pelos na parte inferior(4,5,6). Os frutos possuem uma casca de coloração amarelada a alaranjada, com frequentemente de 4 a 5 sementes, e a polpa é suculenta, de aroma suave e agradável(2).

CURIOSIDADES:

O consumo de nêspira está relacionado principalmente ao sabor peculiar dos seus frutos, bem como às suas características funcionais e nutricionais(5). Consumida ao natural ou em salada de frutas e também na produção de doces (geleia e compotas), biscoitos, sorvetes e farinhas(7,8). Espécie introduzida no Brasil por imigrantes japoneses, e seu cultivo comercial teve início na década de 1940. A fruta ainda pode ser utilizada para fazer licor(9).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As folhas novas são usadas como diurético, hipotensora, antirreumática, antidiarreico e no tratamento da arteriosclerose e hemorroidas. Os frutos são laxativos e usados nas tosse e resfriados(4). As folhas podem ser usadas para o tratamento de doenças de pele, do diabetes, além de ser um poderoso anti-inflamatório, analgésico e agente expectorante, utilizado no tratamento de bronquite crônica e úlceras(10). Na medicina tradicional chinesa é usada para o tratamento da tosse, da bronquite, do diabetes e do câncer, além de possuir ação anti-inflamatória(11).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

Pode provocar distúrbios neurológicos(12). A semente da nêspira e as folhas mais novas são tóxicas por conterem uma pequena quantidade de glicosídeos cianogênicos, substâncias que produzem cianeto quando digeridos(9). Por esse motivo, as folhas mais novas não podem ser usadas como saladas, mas somente serem extraídas à quente por infusão, quando há liberação dos compostos tóxicos.

REFERÊNCIAS:

1. RAMOS, A. J. K. et al. **Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul.** Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.
2. HASEGAWA, P. N. **Caracterização fisiológica e físico-química de diferentes cultivares de nêspira (*Eriobotrya japonica* Lindl.) durante o desenvolvimento e o amadurecimento.** Dissertação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008.
3. IAC. Instituto Agrônomo. A Nespereira. Disponível em: <http://www.iac.sp.gov.br/imagem_informacoestecnologicas/13.pdf> Acesso em: 29 dez 2021.
4. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais: mineiras, nativas e cultivadas.** Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.
5. SANCHES, J. et al. **Bragantia**, v. 70, p. 455-459, 2011.
6. WAWAZA. How to Make Loquat Leaves Tea (Biwa Cha) Japanese Way, s.d. Disponível em: <<https://wawaza.com/pages/how-to-make-loquat-leaves-tea-biwa-cha-japanese-way/>> Acesso em 29 dez 2021.
7. PIO, R. et al. Aspectos técnicos do cultivo da nespereira, 2006. Disponível em: <http://www.infobibos.com/Artigos/2006_3/nespereira/index.htm> Acesso em 29 dez 2021.
8. FRIGHETTO, C. L. **Elaboração de sorvete a base de nêspira (*Eriobotrya japonica*).** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação), Universidade Federal da Fronteira Sul, Laranjeiras do Sul, 2017.
9. AUR, D. Nêspira: propriedades, benefícios e como consumir, 2018. Disponível em: <<https://www.greenme.com.br/alimentarse/alimentacao/6441-nespera-propriedades-beneficios-e-como-consumir/>> Acesso em 29 dez 2021.
10. PIO, R. et al. **Pesquisa Agropecuária Brasileira**, v. 42, p. 1053-1056, 2007.
11. LIU, Y. et al. **Journal of Molecular Sciences**, v. 17, p. 1-15, 2016.
12. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais.** São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
13. NCEGPT. North Carolina Extension Gardener Plant Toolbox. Fotos *Eriobotrya japonica*, liesvanrompaey, CC BY 2.0 e leaves and fruit, Zeynel Cebeci, CC BY-SA 4.0 Disponível em: <https://plants.ces.ncsu.edu/find_a_plant/?q=Eriobotrya+japonica> Acesso em: 29 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

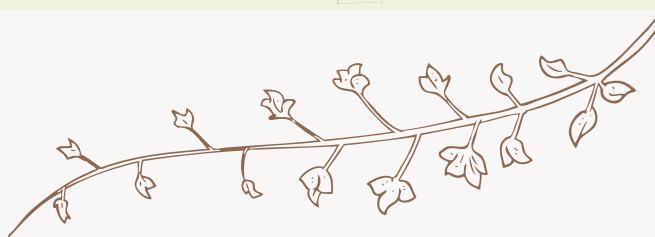
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(8,9)

PITANGUEIRA *Eugenia uniflora*

PITANGUEIRA - *Eugenia uniflora* L.

NOME POPULAR:

Pitangueira, cereja -brasileira(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A pitangueira vegeta e produz muito bem em climas quentes e úmidos, adaptando-se bem ao clima temperado e a diferentes altitudes. É resistente à ventos fortes e geadas. Apresenta certa tolerância à seca, desenvolvendo-se bem em condições semiáridas, desde que se proporcione uma mínima quantidade de água. Não tolerante à salinidade. Cresce adequadamente em diferentes tipos de solo(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa, porém não endêmica do Brasil, sendo encontrada também no Paraguai, Argentina e Uruguai. Devido à sua adaptabilidade às mais distintas condições de clima e solo, a pitangueira foi disseminada e é cultivada nas mais variadas regiões do globo(2).

CURIOSIDADES:

Na língua tupi, a palavra pitanga significa "vermelho". Assim, a expressão tipicamente brasileira "chorar as pitangas", seria o mesmo que verter muitas lágrimas até os olhos ficarem vermelho(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Usada como antidiarreica(1,4), antibacteriana(5), anti-inflamatória(5,6), analgésica(5), antifebril(6), antioxidantes(6) e antidiabéticas(6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas picadas em 150 ml de água. Ingerir 30 mL do infuso após cada episódio de diarreia, no máximo dez vezes ao dia(7).

Uso Tópico:

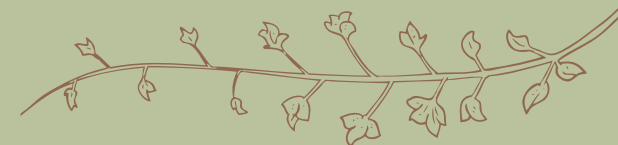
Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não tomar mais que 300mL ao dia.
- O uso do chá pode causar constipação intestinal.
- Pode haver risco potencial para pessoas que apresentam arritmia ou insuficiência cardíaca(7).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. BEZERRA, JEF; FREITAS, EV; LEDERMAN, IE; DANTAS, AP. **Performance of Surinam cherry (*Eugenia uniflora* L.) in Pernambuco.** Brazil pg. 13. Capítulo 5 - alimentícias 167. Cruz das Almas, BA: EMBRAPA-C- NPMF: p. 13-27. 1993.
3. Courtois Vosatka, A. L. **As influências das línguas indígenas no português do Brasil.** Diplomarbeit, University of Vienna. Philologisch Kulturwissenschaftliche Fakultät BetreuerIn: Krennitz, Georg, 2012.
4. Almeida, C.E.; Karnikowski, M.G.O.; Foletto, R. & Baldisserotto, B. Analysis of antidiarrhoeic effect of plants used in popular medicine. **Revista de Saúde Pública** 29: 428-433, 1995.
5. Falcão T. R., de Araújo A. A., Soares L. A. L, de Moraes Ramos R. T., Bezerra I. C. F., Ferreira M. R. A., de Souza Neto M. A., Melo M. C. N., de Araújo j. r. R. F., de Aguiar Guerra A. C. V., de Medeiros J. S., Guerra G. C. B. Crude extract and fractions from *Eugenia uniflora* Linn leaves showed anti-inflammatory, antioxidant, and antibacterial activities. **BMC Complement Altern Med**; 18: 84, 2018.
6. Schumacher N. S. G., Colomeu T. C., Figueiredo D., Carvalho V. C., Cazarin C. B. B., Prado M. A, Meletti L. M. M., Zollner R. L. Identification and antioxidant activity of the extracts of *Eugenia uniflora* leaves. Characterization of the anti-inflammatory properties of aqueous extract on diabetes expression in an experimental model of spontaneous type 1 diabetes (NOD Mice). **Antioxidants**. 4:662-680, 2015.
7. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021 <<http://www.tropicos.org/Image/100112880>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
9. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021 <<http://www.tropicos.org/Image/47016>> Photographer: Gerrit Davidse CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

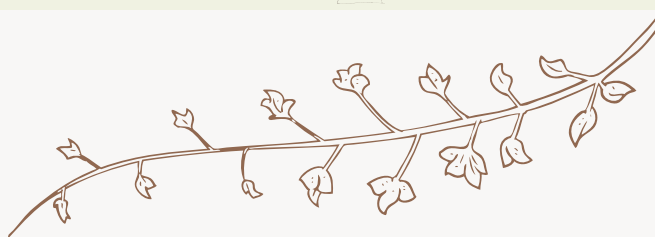
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czeremainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(8,9)

FUNCHO

Foeniculum vulgare

FUNCHO - *Foeniculum vulgare* Mill.

NOME POPULAR:

Erva-doce, erva-doce-de-cabeça, falsa-erva-doce, falso-anís, funcho-bastardo, funcho-comum, funcho-doce, funcho-italiano, funho-vulgar(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

É cultivado desde regiões onde o clima é ameno, ao nível do mar, até zonas tropicais com temperaturas mais elevadas, onde apresenta as melhores produções em termos de qualidade aromática e medicinal(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma planta naturalizada(3). É nativo na região Mediterrânea da Europa e da África, sendo também cultivado fora dessa área devido à grande adaptabilidade. No Brasil, foi introduzido pelos primeiros colonizadores europeus, sendo encontrado em jardins e hortas de norte a sul(2).

CURIOSIDADES:

O nome do gênero vem do nome latino para esta tradicional salada e erva que, em italiano, se chama finocchio(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Antiespasmódico, utilizado para reduzir gases e cólicas intestinais tanto em adultos como em crianças(7). Utilizado para alívio das cólicas menstruais. Usado como um expectorante na tosse associada ao resfriado(5,6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar em torno de 2 g (1 colher de sobremesa) dos frutos, em 250 mL de água fervente. Deixar em contato com a água por 15 minutos. Não fazer uso por mais de 2 semanas(5).

Uso Tópico:

Na forma de cataplasma, creme, gel, pomada, pó e banhos para atividade cicatrizante ou de cura de feridas(7).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

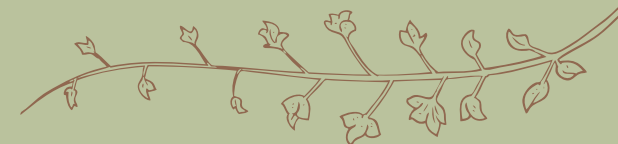
- A utilização prolongada de preparações a base de funcho deve ser limitada em crianças devido ao efeito estrogênico. Cautela deve existir quanto ao efeito sobre o Sistema Nervoso Central em pacientes predispostos à epilepsia. Outro fator que desaconselha o uso prolongado de preparação com funcho é a presença do estragol no óleo essencial(7).
- O uso não é recomendado em crianças menores de 4 anos de idade devido à falta de estudos adequados(5).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Na Colômbia, as gestantes indicam a infusão com funcho no preparo dos seios, durante a gestação, para auxiliar na hora da amamentação, além disso, a erva é utilizada para aumentar a produção e para auxiliar o "leite descer". No entanto, ele também pode ser administrado juntamente com outras ervas para suprimir a lactância devido ao seu efeito estrogênico(7).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2002.
2. CARVALHO, L.M.; OLIVEIRA, I.R.; CARNELOSSI, M.A.G.; NUNES, R.S. Caracterização da produtividade do funcho (*Foeniculum vulgare* Mill.) no sertão de Sergipe. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Botucatu, v.13, especial, p.527-532, 2011.
3. Lucas, D.B.; Cardozo, A.L.; Vahl, D.R.; Antar, G.M.; Heiden, G.; Almeida, R.B.P. 2020. *Apiaceae in Flora do Brasil 2020*. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB21886>>. Acesso em: 13 Jul 2021.
4. Missouri Botanical Garden. *Foeniculum vulgare*. Imagem. Disponível em: <<http://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?taxonid=275990>> Acesso em: 14 Set 2020.
5. EMA, European Medicines Agency. **Community Herbal Monograph on *Foeniculum vulgare* Miller Subsp. Vulgare** Var. *Vulgare*, Aetheroleum Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2007.
6. ALONSO, J. R. **Tratado de fitomedicina.** Bases clínicas y farmacológicas. Buenos Aires: Isis, 1998.
7. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Monografia da Espécie *Foeniculum vulgare* Mill. (Funcho).** Brasília. Organização: Ministério da Saúde e ANVISA, 2015. Disponível em: <<file:///C:/Users/cristiane-oliveira/Documents/folhetos%20Cris/Artigos/Monografia-Funcho.pdf>> Acesso em: 24 Ago 2020.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100113377>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
9. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100825202>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

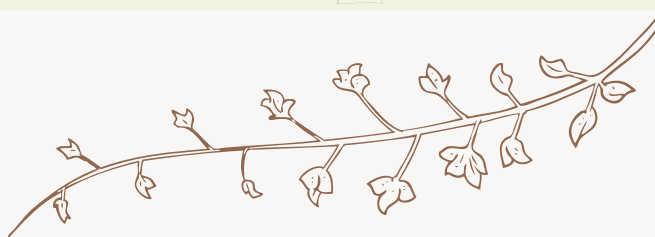
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Taina Scheid

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(1,2)

ERVA-MATE

Ilex paraguariensis

ERVA-MATE - *Ilex paraguariensis* A. St.-Hil.

NOME POPULAR:

Erva-mate, mate, erva do Paraguai, congonha(3,4).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

O plantio deve ser realizado em solo profundo e bem aerado, não encharcado. A produção de mudas de erva-mate é comumente realizada por sementes(5).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Ilex paraguariensis é uma planta nativa que ocorre em diversas regiões do Brasil (sul, sudeste, centro-oeste e nordeste)(6). É a espécie mais utilizada do gênero na produção do chá-mate, chimarrão ou tererê, bebidas tradicionais nas culturas do sul da América do Sul. Para os Guarani, “caá”; mas como também a utilizavam como um elemento que facilitava a comunicação com o sobrenatural, os outros lhe chamavam “erva-do-diabo”(8). A partir da relação com os jesuítas a utilização da planta expandiu-se à cultura não índia, sendo chamada de chá-dos-jesuítas ou yerba-santa, para os uruguaios(8).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Para fadiga, como estimulante(7). Indicada como auxiliar em problemas menores do trato urinário, por seu efeito diurético(7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Para o preparo do chá devem ser utilizadas folhas que não foram submetidas à tostagem. Preparar o chá por infusão. Utilizar 1 colher de chá da planta seca, duas a três vezes ao dia, máximo 3 g/dia(7).

Uso Tópico:

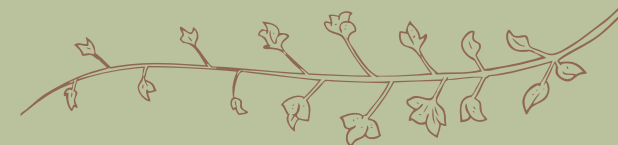
Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Evitar o consumo do chá de *Ilex paraguariensis* antes de dormir pois pode causar insônia(6).
- O chá de erva mate não deve ser utilizado por pessoas com úlceras gástricas e duodenais, hipertensos e com hipertireoidismo(7).
- A utilização por crianças e adolescentes não é recomendada já que não existem dados sobre a segurança do uso nesta faixa etária(7).
- A cafeína - presente no chá da erva mate - atravessa a placenta e também é excretada no leite materno, e os outros componentes têm efeitos desconhecidos durante a gestação e aleitamento. Assim, a recomendação é que o chá desta planta seja evitado pelas mulheres grávidas e que estão amamentando(7).

REFERÊNCIAS:

1. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini -Nova Prata, RS. Disponível em: https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=12799 Acesso em: 28 Feb 2022.
2. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Sérgio Bordignon. Disponível em: https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=10701 Acesso em: 28 Feb 2022.
3. RIO GRANDE DO SUL. Portaria nº 588 de 05 de dezembro de 2017. Institui a Relação Estadual de Plantas Medicinais de interesse do Sistema Único de Saúde no Rio Grande do Sul e listas complementares. Secretaria da Saúde do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS, 05 dez. 2017.
4. *Ilex paraguariensis* A. St.-Hil. Banco de Dados e Amostras de Plantas Aromáticas, Medicinais e Tóxicas/UFMG. Disponível em: <http://www.dataplant.org.br/v3-novaversao-block/#/planta/?idPlanta=19> Acesso em: 26 Nov 2019.
5. PENTEADO JUNIOR, J.F.; GOULART, I. C. G. R. **Erva 20**: sistema de produção para erva-mate. Brasília/DF: Embrapa, 2019. 152 p. Disponível em: <https://www.embrapa.br/florestas/transferecia-de-tecnologia/erva-mate> Acesso em: 28 nov. 2019.
6. FLORA DO BRASIL. Disponível em: <http://floradobrasil.jbrj.gov.br/> Acesso em: 26 Nov 2019.
7. EUROPEAN MEDICINES AGENCY / Committee on Herbal Medicinal Products. Assessment report on *Ilex paraguariensis* A. St.-Hilaire folium. EMA/HMPC/580545/2008, 2010.
8. CONTINI, A. Z. et al. A erva-mate e os Kaiowá e Guarani: da abordagem etnobotânica à promoção do desenvolvimento local. **Interações**, v. 13, n. 2, p. 161-168, 2012.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

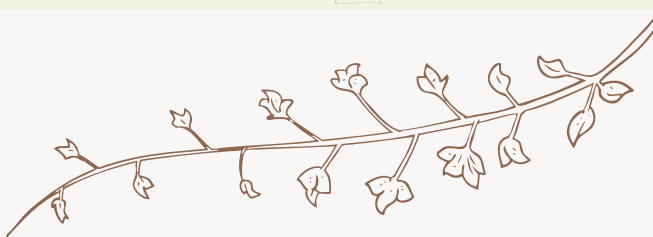
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(14,15)

SÁLVIA-DA-GRIPE

Lippia alba

SÁLVIA-DA-GRIPE - *Lippia alba* (Mill.) N.E.Br. ex Britton & P.Wilson

NOME POPULAR:

Cidreira, erva-cidreira, sálvia-da-gripe, alecrim-do-campo(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Facilmente cultivável por estaquia. Forma grandes touceiras com grande quantidade de folhas(2). De fácil propagação. Cresce em vários tipos de solo, preferindo os levemente arenosos. A colheita é feita normalmente durante todo o ano, cinco a seis meses após o plantio(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativa entre o sul dos Estados Unidos da América e o norte da Argentina. É uma planta arbustiva atingindo até dois metros de altura(2,4).

CURIOSIDADES:

Pode ser usada como tempero de carnes(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Ação calmante, sedativa, ansiolítica, analgésica e anti-inflamatória(4,6), além de atividade expectorante(6), anticonvulsivante(7), para tratamento de enxaqueca(8), ação antiespasmódica e antidispéptica(9), anti-hipertensiva(10), febrífuga(5) e anti-infecciosa contra vírus, bactérias e fungos(4,11).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando uma colher de sopa das partes aéreas picadas em 150 ml de água, de 3 a 4 vezes ao dia(12).

Uso Tópico:

Maceração de 100g de folhas frescas em 500 ml de solução hidroalcoólica a 60%, para massagear o peito em caso de resfriados(3). Uso externo também como cicatrizante(13).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

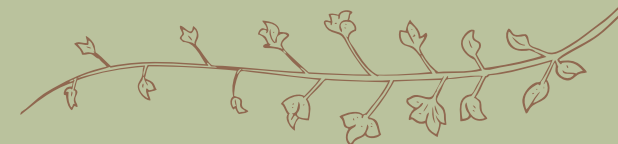
Deve ser utilizada com cuidado em pessoas com hipotensão(9).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Planta medicinal que pode ser confundida com outras espécies vegetais também conhecidas com o nome popular de erva-cidreira, como *Melissa officinalis*, *Cymbopogon citratus* e *Aloysia citrodora*.

REFERÊNCIAS:

1. RAMOS, A. J. K. et al. **Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul**. Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.
2. MATOS, F. J. A. **Farmácias vivas: sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades**. 4. ed. Fortaleza: UFC, 2002.
3. GILBERT, B.; FERREIRA, J. L. P.; ALVES, L. F. **Monografias de plantas medicinais brasileiras e aclimatadas**. Curitiba: Abifito, 2005.
4. HENNEBELLE, T. et al. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 116, p. 211-222, 2008.
5. LOPES, A. M. V.; ALVAREZ FILHO, A. **Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul**. Santa Maria: Infograph, 1997.
6. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
7. VIANA, G. S. B. et al. **Biological and Pharmaceutical Bulletin**, v. 23, p. 1314-1317, 2000.
8. CARMONA, F. et al. **Phytomedicine**, v. 20, p. 947-950, 2013.
9. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos: Farmacopeia Brasileira**. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
10. GAZOLA, R. et al. **Pharmacological Research**, v. 50, p. 477-480, 2004.
11. OCAZONEZ, R. E. et al. **Memórias do Instituto Oswaldo Cruz**, v. 105, p. 304-309, 2010.
12. PANIZZA, S. T. **Como prescrever ou recomendar plantas medicinais e fitoterápicos**. 2. ed. São Luís: Conbrafito, 2017.
13. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais**. São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
14. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 29 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100168513>> Photographer: Indiana Coronado CC-BY-NC-ND.
15. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 29 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100168514>> Photographer: Indiana Coronado CC-BY-NC-ND.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

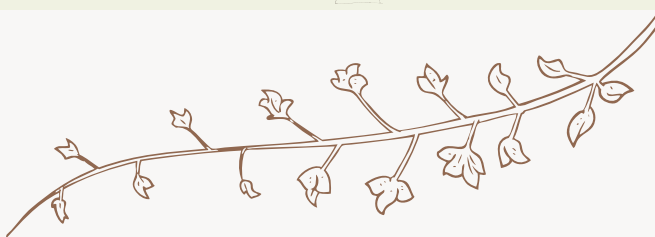
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5), Flora digital(6)

AÇOITA-CAVALO

Luehea divaricata

AÇOITA-CAVALO - *Luehea divaricata* Mart.

NOME POPULAR:

Açoita-cavalo, pau-de-canga, estriveira, ibitinga, ivatingui(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Vegeta indiferentemente em terrenos secos ou úmidos, rasos e pedregosos, com drenagem regular, é exigente de luz. Apresenta crescimento lento sendo árvores longevas. é recomendado para plantios em áreas de preservação permanente, em encostas íngremes, margens de rios e em áreas com o solo permanentemente encharcado. Suporta inundações periódicas de rápida duração e encharcamento moderado(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa e arbórea comum na vegetação secundária, principalmente em capoeiras e invadindo as pastagens. A floração ocorre entre os meses de dezembro e fevereiro e a maturação dos frutos ocorre entre maio e agosto. Além disso, produz anualmente grande quantidade de sementes viáveis, disseminadas pelo vento(1)

CURIOSIDADES:

Em tupi-guarani, é conhecido como ivatingi, que significa “fruto-que-aborrece”. O nome vulgar açoita-cavalo advém da flexibilidade dos galhos e do seu uso como chicote para animais. Índios de várias etnias do Paraná e de Santa Catarina usam as folhas e a casca do caule do açoita cavalo para descolorir o cabelo(1).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada como anti-inflamatório(2), analgésico(2), apresenta efeito adstringente na limpeza de úlceras e de feridas(2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão com 1 xícara (café) de pedaços da casca em 1 litro de água. Tomar 2 a 3 xícaras de chá ao dia(7).

Uso Tópico:

Compressas e banhos: Decocção com 1 xícara (café) de pedaços da casca em 1 litro de água. Deixar esfriar, aplicar 3 vezes ao dia nos locais afetados(7).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

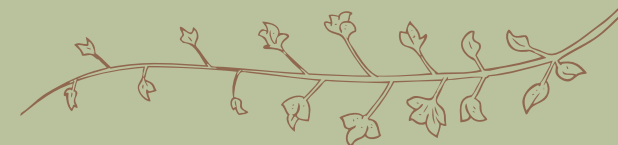
Ainda é uma planta com poucos estudos científicos comprovando sua eficácia terapêutica.

Em um recente estudo *in vivo* foi demonstrado que o extrato aquoso das folhas foi eficaz na atenuação da dor neuropática, comparado a gabapentina indicando pela primeira vez o potencial terapêutico dessa espécie para esse tipo de dor(3).

Outro estudo *in vivo* com extrato aquoso demonstrou ser potencialmente eficaz na prevenção ou tratamento de doenças neurodegenerativas, incluindo a Doença de Huntington(4).

REFERÊNCIAS:

- CARVALHO, P. E. R. **Açoita-Cavalo (*Luehea divaricata*)**. Colombo: Embrapa Florestas, 9 p. (Embrapa Florestas. Circular técnica, 147), 2008.
- Calixto-Júnior, J.T., Morais, S.M., Colares, A.V., Coutinho, H.D.M.,. The Genus *Luehea* (Malvaceae-Tiliaceae): Review about Chemical and Pharmacological Aspects. **J. Pharm.** P.1-9, 2016.
- Kroth, A., Quevedo M. C. S., Silva, T. C. B., Silveira, E. M. S., Trapp, M., Bezzerra R. M. N., Simabuco, F., Niero, Rivaldo., Partata, W. A. Aqueous extract from *Luehea divaricata* Mart. Leaves reduces nociception in rats with neuropathic pain. **Journal of Ethnopharmacology**. V:256, 2020.
- Courtes A.A, Arantes L.P., Barcelos R.P., da Silva I.K, Boligon A. A., Athayde M.L., Puntel R.L., Soares F.A. Protective effects of aqueous extract of *Luehea divaricata* against behavioral and oxidative changes induced by 3-nitropropionic acid in rats. **Evid Based Complem Alternat Med.**, 723431, 2015.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100159941>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Cassio Rabuske da Silva. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=12987> Acesso em: 30 dez 2021.
- GRANDI, T. S. M. **Tratado das Plantas Medicinais - Mineiras, Nativas e Cultivadas**. Adaequatio Estúdio, Belo Horizonte. 2014.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

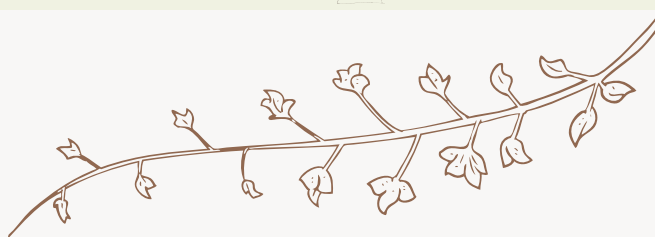
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMPF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicós(7,8)

MALVA

Malva parviflora

MALVA – *Malva parviflora* L.

NOME POPULAR:

Malva, Malva-pequena, malva-da-flor-pequena(1), malva-de-dente(2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Em regiões de inverno rigoroso, semear na primavera / verão, pois não tolera geadas. Nas demais regiões, pode ser semeada o ano todo. Semear em sementeira, bandejas ou vasos, cobrir levemente com substrato, manter o substrato sempre úmido mas sem encharcar. Plantar em local com luz solar direta pelo menos 4 horas por dia, prefere solos bem adubados ricos em matéria orgânica, requer regas regulares(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Erva nativa da Europa, amplamente difundida no Rio Grande do Sul(4).

CURIOSIDADES:

A *malva parviflora* possui características e nomes populares a *Malva sylvestris* e ocasionalmente é empregada como substituta(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Popularmente utilizada no tratamento de feridas, contusões, abscessos por suas propriedades anti-inflamatórias(6). Usada externamente para inflamações da boca, das gengivas, da garganta e da pele(4). A mucilagem possui atividade anti-inflamatória e protetora das mucosas digestiva, respiratória e cutânea(2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão – uma colher das de sobremesa de folhas frescas para uma xícara de água. Até 4 xícaras ao dia. Para gastrites, tomar 40 minutos antes das refeições(2).

Uso Tópico:

Infusão de 10 g de folhas por litro de água(4).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

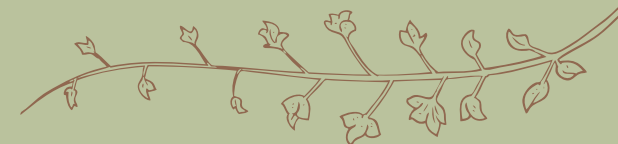
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Não existem muitos estudos científicos referentes a esta planta(6).

REFERÊNCIAS:

1. CASTRO, L.O.; CHEMALE, V.M. **Plantas medicinais, condimentares e aromáticas: Descrição e Cultivo**. Guaíba: Agropecuária, 1995. p.99-101.
2. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS. Campus Universitário - Trindade - Florianópolis - Santa Catarina - Brasil . *Malva parviflora* L. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/malva-de-dente/>> Acesso em: 25 Feb 2022.
3. Site caminho da roça. Sementes. R. Passo Raso, S/ N°. Sítio Santa Catarina <<https://www.caminhodarocasementes.com/malva-malva-parviflora>>.
4. EMBRAPA. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. **Identificação e tecnologia de plantas medicinais da flora de clima temperado**. Pelotas, RS, 2007.
5. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
6. Lagunas-Herrera, H. et al. Acute and Chronic Antihypertensive Effect of Fractions, Tiliroside and Scopoletin from *Malva parviflora*. **Biol. Pharm. Bull.** 42, 18-25, 2019.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100285308>> Photographer: Germaine A. Parada CC-BY-NC-SA.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100285310>> Photographer: Germaine A. Parada CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

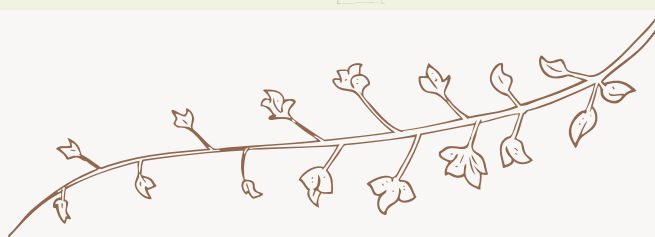
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos (6,7)

MALVA
Malva sylvestris

MALVA – *Malva sylvestris* L.

NOME POPULAR:

Malva, malva-cheirosa, malva-de-dente(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação se dá por sementes. O plantio deve ser realizado no início da estação chuvosa, utilizar área de terra firme, de preferência com topografia plana. Solos encharcados e mal drenados não são recomendados. A colheita ocorre seis a sete meses depois da sementeira(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma planta herbácea anual. É natural na Europa, Norte da África e da Ásia(2) e ocasionalmente cultivada no Sul do Brasil(4).

CURIOSIDADES:

Uso externo pode ser usada em banhos, é empregada contra afecções de pele, contusões, furúnculos, abscessos e picadas de insetos(4). É considerada uma planta têxtil(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Uso interno: expectorante(3).

Uso externo: anti-inflamatório e antisséptico da cavidade oral(3).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

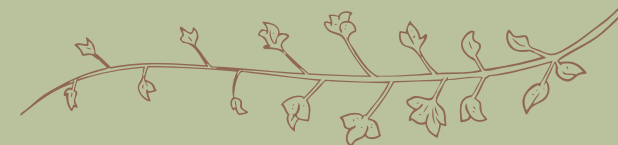
Preparar por decoção, durante 15 minutos, duas colheres de sopa das folhas e flores secas em uma xícara de chá. Após higienização, aplicar o decocto com auxílio de algodão sobre o local afetado, três vezes ao dia. Fazer bochechos ou gargarejos três vezes ao dia(3).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Em doses excessivas é considerada laxativa(4). Em caso de aparecimento de reações alérgicas, suspender o uso imediatamente(3).
- O uso em crianças menores de 12 anos ainda não foi estabelecido por falta de dados(5).

REFERÊNCIAS:

1. Marodin SM, Baptista LRDM. **The use of plants for medicinal purposes in the city of Dom Pedro de Alcântara, Rio Grande do Sul, Brazil.** O uso de plantas com fins medicinais no município de Dom Pedro de Alcântara, Rio Grande do Sul, Brasil. 2001;4(1):57-68.
2. DIAS, M. C.; BARRETO, J. F.; XAVIER, J. J. B. N. **Recomendação técnica para malva.** Manaus: Embrapa Amazônia Ocidental, 2008. 4 p. (Embrapa Amazônia Ocidental. Comunicado Técnico, 66).
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
4. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil nativas e exóticas.** Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2002.
5. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Malva sylvestris* L.** Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2018.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100115783>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100737418>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

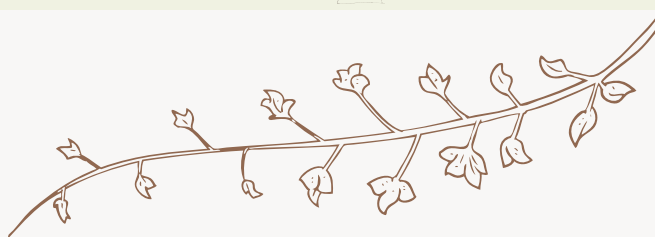
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5)

CAMOMILA

Matricaria chamomilla

CAMOMILA - *Matricaria chamomilla* L.

NOME POPULAR:

Camomila, maçoanilha, matricária(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Cultivada em quase todo o mundo, inclusive nos estados do Sul e Sudeste do Brasil(3), como uma cultura de inverno. O clima ideal para cultivo requer temperaturas médias anuais abaixo de 20°C, em sol pleno, solos bem drenados, argilo-arenosos e férteis; assegura a saúde das plantas ao redor. Amiga das couves, cebolas, mentas e repolho(6,7).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta exótica, anual, nativa dos campos da Europa e aclimatada em algumas regiões da Ásia e nos países latino-americanos(2,3).

CURIOSIDADES:

É uma das plantas mais populares do mundo, contos de fadas e canções de ninar cantam suas virtudes. Dizem que a camomila dá muita sorte e prosperidade, por isso, em tempos remotos, os jogadores costumavam lavar suas mãos com chá de camomila antes de jogos importantes(7).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Uso oral como emenagoga(1,2), antiespasmódica(1,2,4), sedativo leve(1,2), distúrbios inflamatórios do trato gastrointestinal(1,2), inchaço e flatulência(1). Uso tópico para tratamento de inflamações da pele ou mucosa(1,2,4), na cavidade oral e na gengivite(1,2,4), inflamações na área anal ou genital(1,2); má cicatrização e feridas infectadas(1,2,4); furúnculos(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sopa das inflorescências em 150 ml de água, tomar 3 a 4 vezes ao dia(13).

Uso Tópico:

Infusão utilizando 1 colher de sopa das inflorescências para cada 150 ml de água para bochechos e/ou gargarejos 3 vezes ao dia(1,2,3,4).

Compressas, banhos e cataplasmas: utilizar infusão com 1 colher de sopa das flores para cada 150 ml de água, por 10 minutos(1,2,3).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

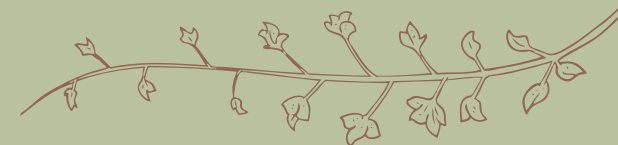
- Gestantes não devem utilizar devido à atividade emenagoga e relaxante da musculatura lisa(8).
- Foram descritas interações com varfarina, estatinas e contraceptivos orais(9).
- Em caso de alergias descontinue o uso(1,2,3,4).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Uma recente revisão sistemática constatou que a administração do chá de camomila em estudos clínicos mostrou-se eficaz no controle glicêmico, podendo ser benéfica no tratamento de diabetes mellitus do tipo 2(10).

REFERÊNCIAS:

1. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Matricaria recutita* L., herbal.** Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2016.
2. WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants.** Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.1, 1999.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas.** Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico: Farmacopeia Brasileira.** Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115p.
5. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022 <http://www.tropicos.org/Image/100188607e> <http://www.tropicos.org/Image/100188609> Photographer: Steve R. Turner CC-BY-NC-SA.
6. CORRÊA-JUNIOR, C.; SCHEFFER, M.; C. Borsato, A.V. **o cultivo da camomila.** Instituto Paranaense de Assistência Técnica e Extensão Rural - EMATER, Curitiba, Paraná, 2008.
7. BORNHAUSEN, R.L. **As ervas do sítio.** São Paulo: UNESP. p. 80-82, 1996.
8. ARRUDA, J.T.; APPROBATO, F.C.; MAIA, M.C.S.; SILVA, T.M.; APPROBATO, M.S. Efeito do extrato aquoso de camomila (*Chamomilla recutita* L.) na prenhez de ratas e no desenvolvimento dos filhotes. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 15, p. 66-71, 2013.
9. SMERIGLIO, A.; TOMAINO, A.; TROMBETTA, D. Herbal products in pregnancy: Experimental studies and clinical reports. **Phytother Res**, v. 28, p. 1107-1116, 2014.
10. HAJIZADEH-SHARAFABAD, F. VARSHOSA, P. JAFARI-VAYGHAN, H. ALIZADEH, M. MALEKI, V. Chamomile (*Matricaria recutita* L.) and diabetes mellitus, current knowledge and the way forward: A systematic review. **Complementary Therapies in Medicine**, 48, 102284, 2020.
11. AWAAD AA, EL-MELIGY RM, ZAIN GM, SAFHI AA, AL QURAIN NA, ALMOQREN SS, ZAIN YM, SESH ADRI VD, AL-SAIKHAN FI. Experimental and clinical antihypertensive activity of *Matricaria chamomilla* extracts and their angiotensin-converting enzyme inhibitory activity. **Phytother Res**, 32(8):1564-1573, 2018.
12. SHARIFI F, SIMBAR M, MOJAB F, MAJD HA. Comparison of the effects of *Matricaria chamomilla* (Chamomile) extract and mefenamic acid on the intensity of premenstrual syndrome. **Complement Ther Clin Pract**. 20(1):81-8, 2014.
13. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos: Farmacopeia Brasileira.** 2.ed. Brasília, 2021. 223p.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

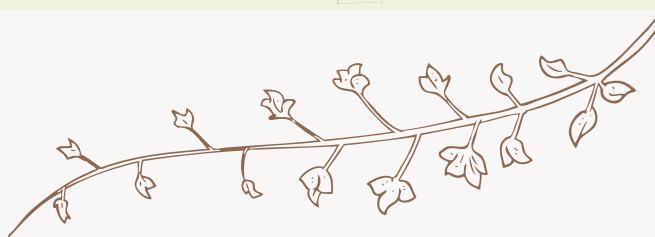
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Taina Scheid

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Horto Didático(1,2)

ESPINHEIRA-SANTA

Maytenus ilicifolia,
Monteverdia ilicifolia

ESPINHEIRA-SANTA – *Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek, *Monteverdia ilicifolia* (Mart. ex Reissek) Biral,

NOME POPULAR:

Espinheira santa, cancorosa(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação é realizada por meio de sementes, preferencialmente entre os meses de dezembro e fevereiro. O substrato deve ser rico em matéria orgânica, com irrigação frequente e as mudas devem ser protegidas da insolação direta. A germinação ocorre entre três semanas e seis meses, apresentando crescimento muito lento. A colheita deve ser realizada através da poda dos ramos, no outono, quando as plantas já passaram pelo estágio reprodutivo, garantindo a produção de sementes. A primeira colheita deve ser realizada a partir do segundo ou terceiro ano(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Originária da América do Sul, a espinheira-santa desenvolve-se principalmente no bioma Pampa(6), onde possui ampla utilização na medicina popular(9). Está presente também em regiões do Paraguai, Bolívia e Argentina. O alto valor medicinal desta planta tem gerado o extrativismo predatório, o que pode resultar na extinção da espécie. Estima-se que 95% da espinheira-santa consumida ainda seja obtida por extrativismo nas florestas(5). O extrativismo orgânico sustentável da Espinheira santa é uma das práticas fortemente incentivadas para mudança deste cenário; as boas práticas em detalhes podem ser consultadas no documento elaborado pelo Ministério do Meio Ambiente(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

O chá é utilizado como auxiliar no tratamento de gastrite e úlcera duodenal e sintomas de mal estar gástrico(9). O Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira(3) classifica-o como antidiarréico, antiácido e protetor da mucosa gástrica, além de ser coadjuvante no tratamento de úlcera gástrica, conforme estudos clínicos (10).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar o chá por infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas em 1 xícara de chá de água fervente. Beber esta preparação três a quatro vezes ao dia(3).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- O chá de espinheira santa não deve ser utilizado durante a gravidez e em crianças menores de seis anos(3).
- Há indícios que o uso de espinheira-santa cause a redução do leite materno, sendo também contraindicado durante a lactação(3).
- Não encontrado na literatura consultada definição sobre o tempo máximo de tratamento recomendado. Um estudo clínico(7) avaliou pacientes com dispepsias que utilizaram o extrato aquoso liofilizado por 28 dias, demonstrando que houve melhora clínica sem efeitos colaterais significativos. Contudo recomenda-se que havendo persistência dos sintomas que motivaram o uso do chá por mais do que alguns dias, que se procure o serviço de saúde para avaliação.
- Apesar da baixa toxicidade do extrato aquoso demonstrada em pesquisas clínicas, foram relatados efeitos adversos em pacientes que o utilizaram em doses crescentes (100 a 2.000mg/dia) ao longo de seis semanas: boca seca (xerostomia), náusea, tremor nas mãos e aumento da frequência urinária (poliúria)(8).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Várias plantas são comercializadas com o nome popular de “espinheira-santa”, como as espécies *Sorocea bonplandii*, *Jodina rhombifolia*, *Monteverdia aquifolia* (= *Maytenus aquifolia*, *Maytenus aquifolium*), *Citronella gongonha* e *Zollernia ilicifolia* (11,12).

REFERÊNCIAS:

1. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS – Campus Universitário – Trindade – Florianópolis – Santa Catarina – Brasil. *Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/espinheira-santa/espinheira-santa2/>> Acesso em: 28 Fev 2022.
2. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS – Campus Universitário – Trindade – Florianópolis – Santa Catarina – Brasil. *Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/espinheira-santa/>> Acesso em: 28 Fev 2022.
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico:** Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115p.
4. MARIOT, M. P; BARBIERI, R. L. **Espinheira-santa:** uma alternativa de produção para a pequena propriedade / Documento n. 177. Pelotas: Embrapa, 2006.
5. CNCFlora. *Maytenus ilicifolia* in Lista Vermelha da flora brasileira versão 2012.2 Centro Nacional de Conservação da Flora. Disponível em: <<http://cncflora.jbrj.gov.br/portal/pt-br/profile/Maytenus-ilicifolia>> Acesso em: 23 Mar. 2020.
6. BRASIL. Ministério do Meio Ambiente. Secretaria de Extrativismo e Desenvolvimento Rural Sustentável. Departamento de Extrativismo. **Espinheira-Santa:** boas práticas para o extrativismo sustentável orgânico / Ministério do Meio Ambiente. Secretaria de Extrativismo e Desenvolvimento Rural Sustentável. Departamento de Extrativismo. – Brasília, DF, 2016.
7. CARLINI, E. A. et al. Tratamento de pacientes portadores de dispepsia alta ou de úlcera péptica com preparações de Espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia*). In: (CEME) CdM, editor. Estudo de ação antiúlcera gástrica de plantas brasileiras (*Maytenus ilicifolia* “Espinheira-santa” e outras). Brasília, DF: CEME/MS; p. 75-87, 1988.
8. TABACH, R. et al. Pharmacological and toxicological study on *Maytenus ilicifolia* leaf extract Part II – Clinical Study (Phase I). **Phytother. Res.**, v. 31, n. 6, p. 921-926, 2017.
9. SANTOS-OLIVEIRA, R. et al. Revisão da *Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek, Celastraceae. Contribuição ao estudo das propriedades farmacológicas. **Rev. Bras. Farmacogn.**, v. 19, n. 2B, p. 650-659, 2009.
10. BRASIL. Ministério da Saúde. **A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos.** Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
11. SANTOS, A. P. et al. **Guia de Plantas Medicinais de Florianópolis.** Projeto “Capacitação de Profissionais da Atenção Básica de Florianópolis”, 2019.
12. Rio Grande do Sul. Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul. Departamento de Ações em Saúde. **Plantas Medicinais do Jardim Botânico de Porto Alegre / Organização de Clarice Azevedo Machado, José Fernando da Rosa Vargas.** Porto Alegre: Escola de Saúde Pública, 2018.

Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

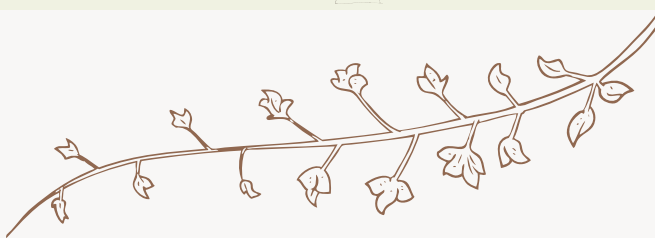
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Lorenzi & Matos(1),Tropicos(6)

POEJO-MIÚDO *Mentha pulegium*

POEJO-MIÚDO - *Mentha pulegium* L.

NOME POPULAR:

Poejo, hortelãzinha, erva-de-são-lourenço, poejo-real, menta-selvagem, poejo-das-hortas(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Planta adaptada ao clima temperado e subtropical, não tolera geadas severas ou calor excessivo associado à umidade relativa do ar elevada. Apesar de gostar de bastante claridade, não deve ficar exposto à incidência direta do sol. Gosta de solos úmidos e alcalinos, recomenda-se realizar o plantio durante a primavera ou o outono. Se propaga por divisão de touceira e sementes(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie exótica de origem europeia e asiática, perene e anual, aclimatada no território brasileiro, assim como em quase todos os países de clima temperado(1,2).

CURIOSIDADES:

A grande qualidade do poejo é mesmo como repelente de insetos, daí seu nome científico *pulegium*, que significa pulga. O ramo de poejo quando esfregado na pele, protege contra picada de mosquitos, pulga e até mesmo piolhos e carrapatos(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Uso popular em afecções respiratórias como expectorante, perturbações digestivas e espasmos gastrointestinais(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas e flores, em 150 ml de água 2 a 3 vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

Não deve ser utilizada na gravidez, lactação e em crianças menores de 6 anos(1).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Estudos contemplando de extrato aquoso são escassos na literatura consultada, portanto o uso popular não está amparado em evidências robustas.

Estudos recentes mostraram que o extrato aquoso apresentou potencial ação antiglicêmica(4) e antimicrobiana(5).

A espécie é bem caracterizada pela presença de compostos tóxicos no óleo essencial, que em doses elevadas tem ação abortiva e hepatotóxica(1,3).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- BORNHAUSEN, R.L. **As ervas do sítio.** São Paulo: UNESP. p. 80-82, 1996.
- National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. LiverTox: clinical and research information on drug-induced liver injury. <http://livertox.nih.gov>. Accessed Jun 31, 2020.
- Farid O, Zeggwagh NA, Eddouks M. *Mentha pulegium* aqueous extract exhibits antidiabetic and hepatoprotective affects in streptozotocin-induced diabetic rats. **Endocr Metab Immune Disord Drug Targets**,19 (8), 2018.
- Rad, S.S., Sani, A.M., Mohseni, S. Biosynthesis, characterization and antimicrobial activities of zinc oxide nanoparticles from leaf extract of *Mentha pulegium* (L.). **Microbial Pathogenesis** 131, 239-245, 2019.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100828314>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

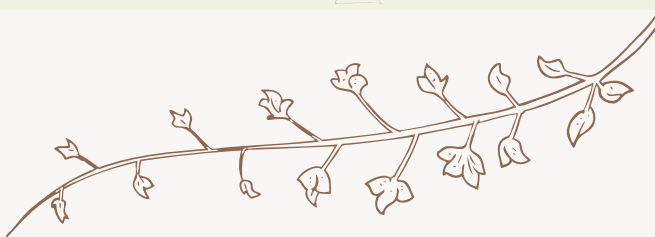
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(10,11)

HORTELÃ-PIMENTA *Mentha x piperita*

HORTELÃ-PIMENTA - *Mentha X piperita* L.

NOME POPULAR:

Hortelã-pimenta (1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Existem cerca de 25 espécies do gênero *Mentha*, dada a facilidade de hibridação não se recomenda o cultivo de diversas espécies de hortelã na mesma área. Sua propagação é por rizomas. A partir do quarto mês de plantio, faz-se a colheita das folhas. A secagem é à sombra ou em secador a 40°C no máximo. Como é uma planta produtora de óleos essenciais, recomenda-se colher bem cedo ou à noite, para não haver perda de óleo existente na planta(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É originária da Europa de onde foi trazida no período da colonização para o Brasil e atualmente é amplamente cultivada como planta medicinal em todo o país. A *Mentha piperita* é um híbrido entre *Mentha aquatica* e *Mentha spicata*(2).

CURIOSIDADES:

O nome do gênero vem de *Minthe* ou *Menthe*, uma ninfa da água na mitologia grega, que foi transformada por *Perséfone* em uma planta de menta em vingança pelo caso em curso de *Minthe* com *Hades* (marido de *Perséfone*)(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Antiespasmódico e antiflatulento(4). Ação estomacal, vermífuga(5), antiemética, antisséptica, antifúngica e antiviral(6), analgésica, diaforética, estimula a secreção da bile, em gripes e resfriados(7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar por infusão 1 colher de sobremesa das folhas secas em uma xícara de chá de água, tomar uma xícara de chá três vezes ao dia(4).

Uso Tópico:

Também é usado topicamente (lavagens de boca e garganta) para aliviar a dor nas alterações da cavidade bucal e / ou orofaringe(8).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- O uso é contraindicado para pessoas com cálculos biliares e obstrução dos ductos biliares e danos hepáticos severos(2).
- O refluxo gastroesofágico pode piorar com a ingestão, pois a hortelã-pimenta relaxa o esfíncter esofágico, por isso, não é recomendado para pessoas com problemas gastroesofágicos e com refluxo(8).
- Não deve ser usado durante a lactação(2,8).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Um chá feito com leite em lugar de água, é conhecido remédio contra vermes em crianças(9).

REFERÊNCIAS:

1. RODRIGUES, V. G. S.; GONZAGA, D. S. de O. M. Hortelã-pimenta (*Mentha x piperita* L.). Porto Velho: Embrapa Rondônia, 2001. (Série Plantas Medicinais, 9).
2. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Monografia da espécie *Mentha x piperita* L. (hortelã-pimenta)**. Brasília: Ministério da Saúde e ANVISA, 2015. Disponível em: <http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2017/setembro/11/Monografia-Mentha-piperita.pdf> Acesso em : 8 Jul 2020.
3. Missouri Botanical Garden. *Mentha x piperita*. Imagem. Disponível em: <http://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?taxonid=281400> Acesso em: 08 Jul 2020.
4. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
5. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais: mineiras, nativas e cultivadas**. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.
6. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas Medicinais no Brasil**: nativas e exóticas. 2. ed. Nova Odessa: Plantarum, 2008.
7. HOFFMANN, D. **O Guia Completo das Plantas Medicinais**. São Paulo: Cultrix, 2017.
8. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Mentha x piperita* L., folium**. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2018.
9. SIMÕES, C.M.O. et al. **Plantas da medicina popular no Rio Grande do Sul**. Porto Alegre: UFRGS. 1986. 186p.
10. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 19 Oct 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100330103>> Photographer: Steve R. Turner CC-BY-NC-SA
11. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 19 Oct 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100468908>> Photographer: Gerrit Davidse CC-BY-NC-SA



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

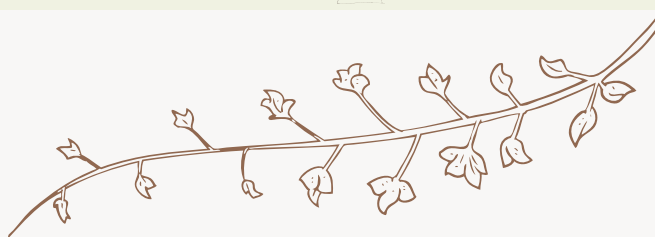
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(13)

GUACO

Mikania glomerata

GUACO – *Mikania glomerata* Spreng.

NOME POPULAR:

Guaco, guaco-liso, cipó-caatinga, erva-de-cobra(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Tem seu habitat nas margens dos rios, crescendo espontaneamente em matas primárias, capoeiras, orlas de matas, terrenos de aluvião, várzeas sujeitas a inundações, além de possuir boa adaptação ao cultivo doméstico(2). A espécie propaga-se por estacas, em solos argilosos, úmidos e ricos em matéria orgânica, sob sol pleno e parcial. A colheita é feita 6 meses após o plantio(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa, comumente encontrada em regiões de mata atlântica. Sua distribuição geográfica na América do Sul abrange, principalmente, as Regiões Sul e Sudeste do Brasil, podendo ser encontrada ainda no estado da Bahia, bem como no Paraguai, Uruguai e na Argentina(2). Trepadeira sublenhosa, volúvel, de grande porte, sem gavinhas(1,3,4,5).

CURIOSIDADES:

Planta medicinal pouco cultivada em outras Regiões do país, mas que pode ser substituída terapeuticamente pelo chambá (*Justicia pectoralis*) (6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Ação expectorante, analgésica, antiedematogênica, antifúngica e antiulcerogênica, com comprovação de atividade broncodilatadora e antitussígena em estudos clínicos(4,7,8,9), além de prevenção da cárie e da placa bacteriana dos dentes(1). Uso externo em traumatismos, nevralgias, pruridos, eczemas e dores reumáticas, além de gargarejos e bochechos, nos casos de inflamação da boca e garganta(4,10).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando uma colher de sopa das folhas em 150 ml de água, 3 vezes ao dia(11).

Uso Tópico:

Infusão, utilizando duas e meia colheres de sopa das folhas em 150 ml de água. Abafar, filtrar, deixar esfriar e após aplicar várias vezes ao dia(10).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Indivíduos com problemas hepáticos podem apresentar toxicidade com o uso prolongado(2).
- Recomenda-se maior critério na sua administração na presença de quadros respiratórios crônicos não diagnosticados(2).
- Devido à ação anticoagulante, seu uso deve ser suspenso pelo menos uma semana antes de qualquer procedimento cirúrgico(2).
- Contraindicado em hipertensos graves e cardiopatas(3,10), assim como em casos de trombocitopenias e coagulopatias(12).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Pode ser confundida facilmente com a *Mikania laevigata*, pela semelhança na composição química, usos medicinais e distribuição geográfica(2).

Comprovada atividade antitussígena e broncodilatadora em ensaios clínicos, sem toxicidade(8).

REFERÊNCIAS:

1. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial:** Plantas para o Futuro – Região Sul. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Mikania glomerata* Spreng., Asteraceae – Guaco.** Brasília: Ministério da Saúde, 2018.
3. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Medicinais.** São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
4. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
5. GILBERT, B.; FERREIRA, J. L. P.; ALVES, L. F. **Monografias de plantas medicinais brasileiras e aclimatadas.** Curitiba: Abifito, 2005.
6. MATOS, F. J. A. **Farmácias vivas:** sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades. 4. ed. Fortaleza: UFC, 2002.
7. GASPARETTO, J. C. et al. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 20, p. 627–640, 2010.
8. BRASIL. Ministério da Saúde. **A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos.** Brasília : Ministério da Saúde, 2006.
9. NAPIMOGA, M. H.; YATSUDA, R. **The Journal of Pharmacy and Pharmacology**, v. 62(7), p. 809–820, 2010.
10. SAAD, G. A. et al. **Fitoterapia contemporânea:** tradição e ciência na prática clínica. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.
11. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
12. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais:** mineiras, nativas e cultivadas. Belo Horizonte: Adeaquo Estúdio, 2014.
13. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Fotos Sérgio Bordignon. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/fitoecologia/florars/open_sp.php?img=11913> Acesso em: 28 dez. 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

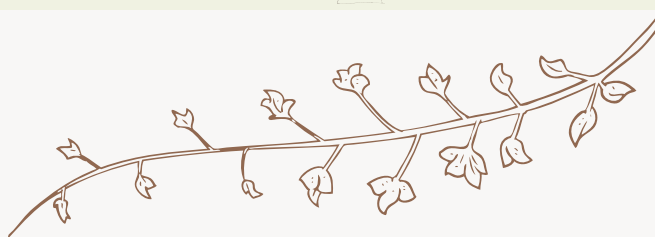
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(8)

GUACO

Mikania laevigata

GUACO – *Mikania laevigata* Sch.Bip. ex Baker

NOME POPULAR:

Guaco, guaco-cheiroso(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A espécie propaga-se por estacas, mergulhia ou por alporquia, com cultivo em solos argilosos, úmidos e ricos em matéria orgânica, sob sol pleno e parcial. Terrenos muito úmidos e os arenosos muito secos são inadequados. A colheita é feita 6 meses após o plantio(1,2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa, endêmica do Brasil, encontrada nas Regiões Sul e Sudeste, além dos estados da Bahia e do Mato Grosso do Sul(3). Ocorre preferencialmente no interior de matas, mas também em bordas. Consiste de trepadeira volúvel(1).

CURIOSIDADES:

É a espécie de *Mikania* mais utilizada como medicinal no Rio Grande do Sul(1). Apresenta cerca de 5 vezes mais o composto químico cumarina do que a espécie *Mikania glomerata*, o que está relacionado ao nome popular de guaco-cheiroso(1,4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Ação expectorante, antitussígena, antiofídica, antiulcerogênica e broncodilatadora(5,6), além de prevenção da cárie e da placa bacteriana dos dentes(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando uma colher de sopa das folhas em 150 ml de água, 3 vezes ao dia(7).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

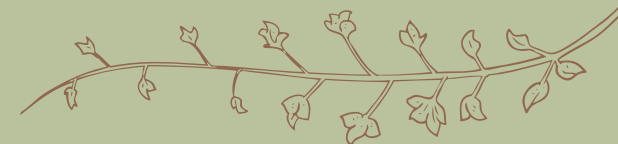
- Recomenda-se maior critério na sua administração na presença de quadros respiratórios crônicos não diagnosticados(2).
- Contraindicado em hipertensos graves, cardiopatas e indivíduos com problemas hepáticos(2).
- Devido à ação anticoagulante, seu uso deve ser suspenso pelo menos uma semana antes de qualquer procedimento cirúrgico.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Planta medicinal que pode ser confundida facilmente com a *Mikania glomerata*, pela semelhança na composição química, usos medicinais e distribuição geográfica(4).

REFERÊNCIAS:

1. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial**: Plantas para o Futuro – Região Sul. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
2. HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Mediciniais**. São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010.
3. Ritter, M.R.; Gandara, A.; Simão-Bianchini, R.; Souza-Buturi, F.O.; Abreu, V.H.R. 2020. *Mikania in Flora do Brasil 2020*. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://reflora.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB5388>>. Acesso em: 28 dez. 2021 .
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Mediciniais de Interesse ao SUS**: *Mikania glomerata* Spreng., Asteraceae – Guaco. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.
5. GASPARETTO, J. C. et al. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 20, p. 627-640, 2010.
6. NAPIMÓGA, M. H.; YATSUDA, R. **The Journal of Pharmacy and Pharmacology**, v. 62(7), p. 809-820, 2010.
7. GOUVEIA, G. D. A.; SIMIONATO, C. **Memento Fitoterápico para Prática Clínica na AB**. Universidade Federal de Santa Catarina, Núcleo Telessaúde Santa Catarina, Florianópolis: CCS/UFSC, 2019.
8. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Sérgio Bordignon. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=11913> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=11914> Acesso em: 28 dez. 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

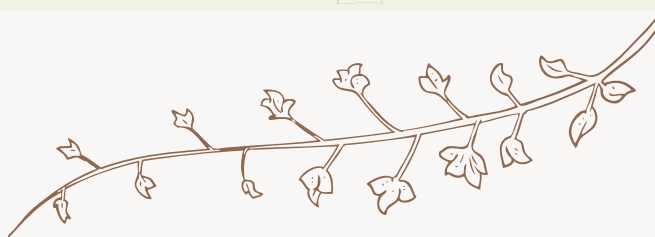
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(6)

ALFAVACA

Ocimum carnosum

ALFAVACA - *Ocimum carnosum* (Spreng.) Link & Otto ex Benth.

NOME POPULAR:

Alfavaca(1), atroveran(1), elixir-paregórico(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Desenvolve-se bem em áreas com sol abundante, terrenos bem drenados, ricos em matéria orgânica, vegetando também em terrenos pedregosos e arenosos do litoral e em terras altas. Não tolera ventos fortes e umidade elevada(3). Multiplica-se por sementes e estacas e a colheita deve ser feita duas a três semanas antes da floração(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta nativa do sul do Brasil, espécie perene e anual, ocorre nas regiões Sul e Sudeste do Brasil. É considerada planta invasora(2).

CURIOSIDADES:

Suas folhas possuem sabor de anis e são utilizadas na fabricação de licores(1).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Uso popular como digestivo(1) e antiespasmódica(1), analgésico em febres e resfriados(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas e flores, em 150 ml de água 2 a 3 vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

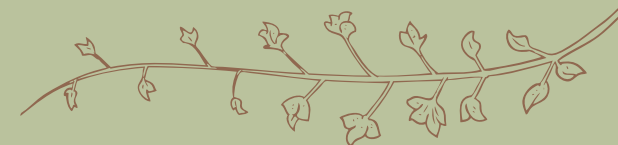
CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

É uma planta muito pouco estudada, assim não foi encontrado na literatura consultada evidências científicas para o extrato aquoso.

Já estudos com óleo essencial demonstram atividade positiva como repelente de insetos(4), bem como ação antimicrobiana(5).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- LOPES, A.M.V; SIMIONATO, C.P.; MAGALHÃES, A.M.; DA ROSA S.C. **OCIMUM CARNOSUM.** IN: **CORADIN, L., SIMINSKI, A., REIS, A..(Eds.). Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial: plantas para o futuro** - Região Sul. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, cap. 5, pp. 663-664, 2011.
- PEREIRA, R.C.A.; MOREIRA, A.L.M. **Manjeriço:** cultivo e utilização. Fortaleza: Embrapa Agroindústria Tropical, 31p, 2011.
- PADILHA DE PAULA, J., GOMES-CARNEIRO, M.R., PAUMGARTEN, F.J.R. Chemical composition, toxicity and mosquito repellency of *Ocimum selloi* oil. **J. Ethnopharmacol.** 88, 253-260, 2003.
- NASCIMENTO, J.C.; BARBOSA, L.C.A.; PAULA, V.F.; DAVID, J.M.; FONTANA, R.; SILVA, L.A.M.; FRANÇA, R.S. Chemical composition and antimicrobial activity of essential oils of *Ocimum canum* Sims. and *Ocimum selloi* Benth. **Ann. Acad. Bras. Cienc.** 83, 787-799, 2011.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2022. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br> . Fotos Paulo Schwirkowski (FloraSBS) . Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=6501> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=6498> Acesso em: 04 jan 2022.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

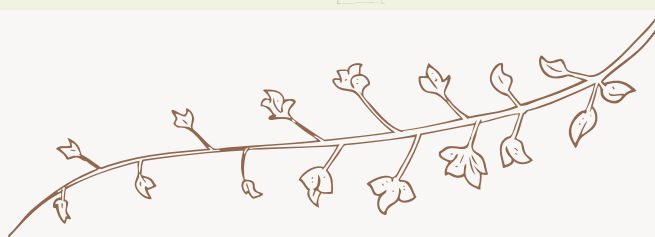
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital (9)

ANGICO-VERMELHO *Parapiptadenia rigida*

ANGICO-VERMELHO - *Parapiptadenia rigida* (Benth.) Brenan

NOME POPULAR:

Angico, angico-cedro, angico-curtume, angico-ferro, angico-vermelho, angico-gurucaia(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie pioneira, agressiva, comum em terrenos abandonados e em vegetação secundária, com posição importante nas capoeiras e capoeirões. Regeneração natural abundante(1). Ocorre naturalmente em vários tipos de solos, tanto em solos úmidos quanto em secos, sendo mais abundante nos bem drenados; adapta-se bem a solos rasos, principalmente os derivados de basalto, por isso frequente nas encostas dos vales(2). Propaga-se por sementes, sendo ideal semeadura em substrato organo-argiloso. As mudas atingem porte adequado para o plantio cerca de cinco meses após a semeadura(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa das regiões Sul, Sudeste e Centro-Oeste do Brasil. Tolerante a baixas temperaturas, árvore que pode alcançar até 35 metros de altura, formando copa alta e ampla(1,3).

CURIOSIDADES:

É utilizada para construção civil, pela madeira ser muito resistente e de grande durabilidade. Como combustível (lenha e carvão). Importante na reposição de mata ciliar e na recuperação de áreas degradadas(1,2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Tônico depurativo no tratamento de disenterias e diarreias, na sinusite e no fortalecimento dos ossos. É usada no combate ao raquitismo, inapetência, debilidade, além de ser hemostático e analgésico. Para tosses, bronquites e gripes, além de cicatrizante e no tratamento de infecções fúngicas e bacterianas (1,4,5,6,7,8). A goma é emoliente e peitoral, sendo empregada nas afecções bronco-pulmonares, nas afecções catarrais, e na desobstrução das vias respiratórias, como calmante da tosse e da asma, facilitando a expectoração; é muito usada em forma de xarope, de sabor agradável(2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

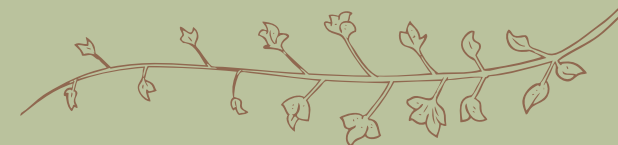
Tratamento do corrimento vaginal, da blenorragia e indicado também para lavagens vaginais, bem como em casos de reumatismo e contusões, com o uso de decocção ou tintura da casca(1,2).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

REFERÊNCIAS:

1. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Sul**. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
2. CARVALHO, P. E. R. Angico-gurucaia. **Circular técnica** no 58. Colombo: Embrapa, 2002.
3. Morim, M.P. 2020. *Parapiptadenia* in **Flora do Brasil 2020**. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB31381>>. Acesso em: 29 dez. 2021
4. NASCIMENTO, S. R. do. **Avaliação da atividade antinociceptiva de compostos derivados da *Parapiptadenia rigida* e *Cedrela fissilis* em ensaios farmacológicos "in vivo"**. Dissertação, Universidade do Oeste de Santa Catarina, Videira, 2016.
5. MARIANTE, H. M. **Medicina Campeira e Povoira**. Porto Alegre: Martins Livreiro, 1984.
6. RONCHI, H. S. et al. Enciclopédia Biosfera, **Centro Científico Conhecer**, v. 13, n. 23, p. 986-1001, 2016.
7. BIASI-GARBIN, R. P. et al. **Revista do Instituto de Medicina Tropical do Estado de São Paulo**, v. 58, n. 18, p. 1-5, 2016.
8. SOUZA, C. G. et al. Ethnopharmacological studies of antimicrobial remedies in the south of Brazil. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 90, p. 135-143, 2004.
9. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini -Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=18171> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=17172> Acesso em: 29 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

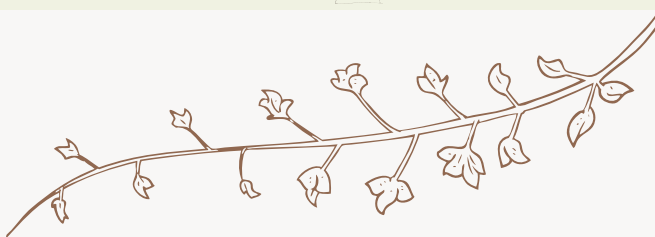
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(7)

MARACUJÁ-DOCE

Passiflora alata

MARACUJÁ-DOCE - *Passiflora alata* Curtis

NOME POPULAR:

Maracujá1, maracujá-doce(2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie perene, pode ser cultivada em quase todo o país em regiões de clima ameno, não tolerando lugares frios nem geada. Pode ser propagada por sementes ou por estacas de ramos. O local de cultivo deverá receber bastante sol e ser abrigado dos ventos frios de inverno, se for cultivado no sul do país. Como é um cipó, necessita de cultivo em latada ou espaldeira, longe de árvores, por que tende a enrolar-se nelas(3). São requeridos solos com adubações fartas, porém equilibradas, para assegurar as quantidades necessárias de nutrientes(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa da América do Sul, especialmente do Brasil, com distribuição do Nordeste do Peru ao leste do Brasil, da Bahia até o Rio Grande do Sul. Presente na floresta atlântica, floresta estacional e restinga(5).

CURIOSIDADES:

O nome *Passiflora* é devido a sua flor conhecida como 'flor-da-paixão', um resquício da influência da religião Católica. No Brasil, os primeiros colonos, induzidos pelos jesuítas, acreditavam que a flor reproduz os instrumentos utilizados na paixão de Cristo: estiletos claviformes, com seus grandes estigmas (os cravos), anteras alongadas e largos filamentos (o martelo), coroa secundária da corola (a coroa de espinhos) e até mesmo as gavinhas (látigos)(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Possui atividade ansiolítica e é um sedativo leve(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas picadas em 150 ml de água, duas a quatro vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

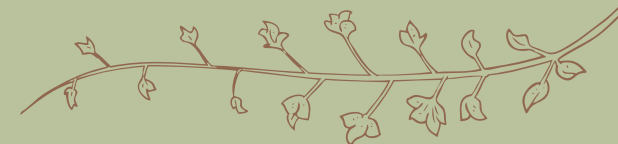
Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Seu uso pode causar sonolência(1).
- Não usar em casos de tratamento com sedativos e depressores do sistema nervoso e não utilizar cronicamente(1).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. Monografia da espécie *Passiflora alata* Curtis (Maracujá-doce). Ministério Da Saúde, 2015.
3. MORELLI, M. R. S. **Guia de produção para plantas medicinais, aromáticas e flores comestíveis.** Porto Alegre: Cidadela Editorial, 252 p. 2010.
4. ROLIM, G. G., et al.. Morfologia, nutrição e principais pragas do maracujazeiro doce (*Passiflora alata curtis*). **Revista de Agroecologia no Semiárido** (RAS) (Sousa - PB), ISSN- 2595-0045, 3(1), 01-13, 2019.
5. Bernacci, L.C.; Nunes, T.S.; Mezzonato, A.C.; Milward-de-Azevedo, M.A.; D.C. Imig; Cervi, A.C. (in memoriam) 2020. *Passiflora in Flora do Brasil 2020.* Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FBI2508>>. Acesso em: 03 jan. 2022.
6. COSTA-NETO, E.M. Análise semântica dos nomes comuns atribuídos às espécies de *Passiflora* (Passifloraceae) no Estado da Bahia, Brasil. **Neotropical Biology and Conservation**, v. 3, n. 2, p. 86-94, 2008.
7. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2022. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Fotos Marcio Verdi. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=1991> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=1993> Acesso em: 03 jan 2022.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

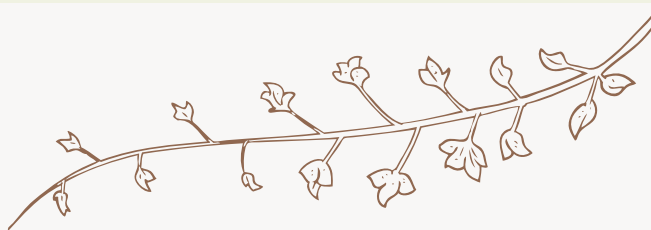
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5,6)

MARACUJÁ-AZEDO *Passiflora edulis*

MARACUJÁ-AZEDO - *Passiflora edulis* Sims

NOME POPULAR:

Maracujá-azedo(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie semi perene, de crescimento contínuo, desenvolve-se em condições climáticas distintas, variando desde as regiões quentes dos trópicos até as de clima subtropical, porém se adapta melhor aos climas quentes. A propagação se dá preferencialmente por meio de sementes, podendo ainda ser por estaquia e enxertia(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa da América tropical, sendo cultivado em todo o território nacional, devido às excelentes condições ecológicas para seu cultivo(3).

CURIOSIDADES:

O nome *Passiflora* é devido a sua flor conhecida como 'flor-da-paixão', um resquício da influência da religião Católica. No Brasil, os primeiros colonos, induzidos pelos jesuítas, acreditavam que a flor reproduz os instrumentos utilizados na paixão de Cristo: estiletos claviformes, com seus grandes estigmas (os cravos), anteras alongadas e largos filamentos (o martelo), coroa secundária da corola (a coroa de espinhos) e até mesmo as gavinhas (látexos)(6).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Possui atividade ansiolítica e é um sedativo leve(1). Estudos clínicos realizados com o chá das folhas confirmaram a sua ação sedativa(7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas picadas em 150 ml de água, duas a quatro vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

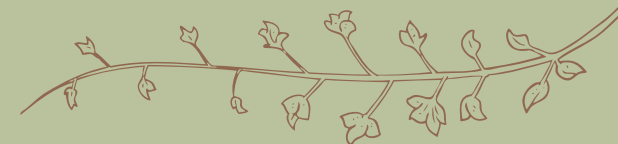
CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

Seu uso pode causar sonolência. Não usar em casos de tratamento com sedativos e depressores do sistema nervoso e não utilizar cronicamente(1).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. Plantas medicinais no Brasil. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- GENEROSO, ANDRESSA LEAL. Conservação e cultivo in vitro de embriões de maracujazeiro-azedo (*Passiflora edulis* Sims). 2018. 158 f. Tese (Doutorado) - Curso de Obtenção do Título de Doutora em Genética e Melhoramento de Plantas, Centro de Ciências e Tecnologias Agropecuárias da Universidade Estadual do Norte Fluminense, Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro - Uenf, Campos dos Goytacazes, 2018.
- WEBER, D. Avaliação de maracujazeiros em condições de clima temperado: produção, qualidade e compostos bioativos. 124f. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Agronomia. Universidade Federal de Pelotas, Pelotas. 2016.
- COSTA-NETO, E.M. Análise semântica dos nomes comuns atribuídos às espécies de *Passiflora* (Passifloraceae) no Estado da Bahia, Brasil. Neotropical Biology and Conservation, v. 3, n. 2, p. 86-94, 2008.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100128846>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100382936>> Photographer: Fortunat Rakotoarivony, MBG-Madagascar CC-BY-NC-ND.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisa de Plantas Mediciniais da Central de Medicamentos.** Brasília: Ministério da Saúde, 2006.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

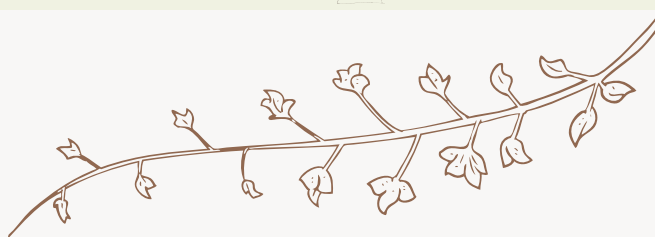
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(12,13)

ABACATEIRO
Persea americana

ABACATEIRO - *Persea americana* Mill.

NOME POPULAR:

Abacateiro, abacate(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Desenvolve-se em climas subtropical ou tropical úmido. Deve-se dar preferência aos solos leves, profundos e bem drenados, neutros ou levemente ácidos, férteis e húmidos. O abacateiro pode ser propagado por sementes ou por enxertia, sendo este último o mais recomendado por oferecer vantagens como uniformidade das plantas quanto às características da variedade e precocidade da produção(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie originária do México e América Central. Atualmente encontra-se dispersado em quase todas as zonas tropicais e subtropicais, é naturalizado no Brasil, ocorrendo em quase todo território brasileiro(2).

CURIOSIDADES:

A primeira menção ao abacate data de 1518, na Colômbia. Anos mais tarde, conquistadores europeus notaram que suas sementes soltavam um líquido cremoso, que se tornava vermelho quando exposto ao ar. Assim, resolveram usar o líquido como uma tinta para escrever em documentos, sendo que alguns desses papéis existem até hoje(3). Um estudo(4) explorou as propriedades corantes de um extrato da semente, demonstrando que essa peculiaridade do fruto tem potencial para ser uma alternativa sustentável para colorações e tintas para escrita(3,4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizado como analgésico e anti-inflamatório(5,6), hepatoprotetor(7), vasorelaxante(8,9). Possui efeito positivo no manejo da síndrome metabólica (principalmente na melhora do perfil lipídico)(10).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de café das folhas picadas em 150 ml de água de três a seis vezes ao dia(11).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

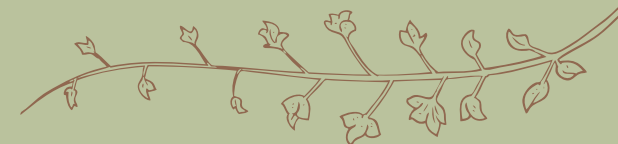
- O uso é contraindicado durante a gestação e lactação. Pode reduzir a produção de leite(11).
- O uso não deve ultrapassar 30 dias, o tratamento pode ser repetido, se necessário, após intervalo de 7 dias(11).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Da mesma forma que o extrato aquoso das folhas e sementes (chá medicinal), a inserção do fruto ou seu óleo na dieta demonstrou resultados significativos na melhora de parâmetros envolvidos no manejo da síndrome metabólica, sendo que o efeito mais significativo foi verificado no perfil lipídico(10).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. DUARTE, O.R. **A cultura do Abacateiro.** Circular Técnica, 4, 21 pg Boa Vista: Embrapa Roraima, 1998. Disponível em: <<http://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/handle/doc/69/4244>> Acesso em 03 jan 2022.
3. ALONSO, J.R. **Tratado de fitoterapia:** bases clínicas y farmacológicas. Buenos Aires: Isis Ediciones SRL, 1937. 1039p.
4. DABAS D, SHEGOG RM, ZIEGLER GR, LAMBERT JD. Avocado (*Persea americana*) seed as a source of bioactive phytochemicals. **Curr Pharm Des.**, 19(34):6133-40, 2013.
5. ADEYEMI O.O, OKPO S.O, OGUNTI O. O. Analgesic and anti-inflammatory effects of the aqueous extract of leaves of *Persea americana* mill (Lauraceae). **Fitoterapia.** Aug;73(5):375-80, 2002.
6. BHUYAN, DEEP JYOTI et al. "The Odyssey of Bioactive Compounds in Avocado (*Persea americana*) and Their Health Benefits." **Antioxidants (Basel, Switzerland)** vol. 8,10 426. 24 Sep. 2019.
7. BRAI BI, ADISA RA, ODETOLA AA. Hepatoprotective properties of aqueous leaf extract of *Persea Americana*, Mill (Lauraceae) 'avocado' against CCL4-induced damage in rats. **Afr J Tradit Complement Altern Med.** 2014 Jan 28;11(2):237-44.
8. OJEWOLE JA, KAMADYAAPA DR, GONDWE MM, MOODLEY K, MUSABAYANE CT. Cardiovascular effects of *Persea americana* Mill (Lauraceae) (avocado) aqueous leaf extract in experimental animals. **Cardiovasc J Afr.** Mar-Apr;18(2):69-76.,2007 .
9. OWOLABI MA, JAJA SI, COKER HA. Vasorelaxant action of aqueous extract of leaves of *Persea americana* on isolated thoracic rat aorta. **Fitoterapia,** 76:567-573, 2005.
10. TABESHPOUR J, RAZAVI BM, HOSSEINZADEH H. Effects of Avocado (*Persea americana*) on Metabolic Syndrome: A Comprehensive Systematic Review. **Phytother Res.** Jun;31(6):819-837. Epub Apr 10, 2017.
11. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
12. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/31480>> Photographer: Gerrit Davidse CC-BY-NC-SA.
13. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100341319>> Photographer: © Rocio Rojas CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

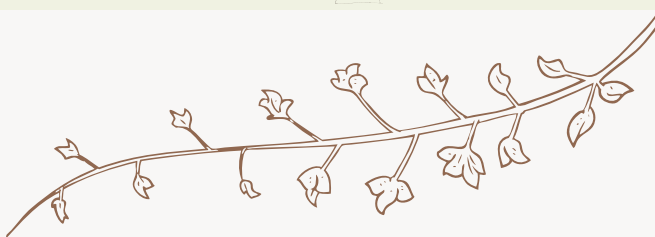
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicós(8,9)

GUINÉ

Petiveria alliacea

GUINÉ - *Petiveria alliacea* L.

NOME POPULAR:

Guiné, tipi, cagambá, embiaindo, raiz-do-congo, amansa-senhor, mucuracaá(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Desenvolve-se preferencialmente em locais sub úmidos e sombreados, é largamente cultivada em hortas e jardins em todas as regiões do Brasil(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativa de regiões tropicais, como Amazônia, África subsaariana, América do Sul e Central, possuindo hábito persistente em algumas regiões, tornando-se difícil de ser erradicada e sendo considerada invasora na caatinga(2).

CURIOSIDADES:

No período escravagista esta espécie era utilizada por seus efeitos sedativos e tóxicos. Há relatos de que as mulheres escravas recorriam às preparações com a espécie para sedução ou para proteção de assédios, por isso foi denominada popularmente de amansa-senhor(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Possui ação analgésica e anti-inflamatória(1,4), além de atividade antimicrobiana para o tratamento de feridas(5).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas em 1000 ml de água, tomar ½ xícara até 3 vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Compressas: infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas, aplicando localmente em regiões doloridas (dores de cabeça, dores reumáticas, contusões) até 3 vezes ao dia(1).

Gargarejo e bochecho: infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas em casos de inflamações na boca e garganta até 3 vezes ao dia(1).

Cataplasma: maceração das folhas para aplicar localmente em regiões doloridas (dores de cabeça, dores reumáticas, contusões) até 3 vezes ao dia(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

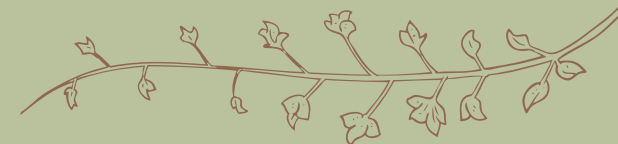
- Em doses elevadas ou repetidas é considerada tóxica, devido ao seu efeito depressor do sistema nervoso central, além de provocar alucinações e insônia, devendo-se ter muito cuidado quando utilizada de forma oral(1,3, 4, 6).
- É uma planta medicinal abortiva(1,4).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Estudo clínico em pacientes com osteoartrite revelou melhora na dor em movimento e na dor à noite após uso de infusão de guiné(7).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. LORENZI, H.; SOUZA, H.M. **Plantas Ornamentais no Brasil:** arbustos, herbáceas e trepadeiras. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 4 ed. 2008.
3. CAMARGO, M.T.L.A. Contribuição etnofarmacobotânica ao estudo de *Petiveria alliacea* L.- Phytolacaceae ("amansa-senhor") e a atividade hipoglicemiante relacionada a transtornos mentais. **Rodriguésia** 23: 21-27, 2007.
4. LUZ, D.A.; PINHEIRO, A.M.; SILVA, M.L.; MONTEIRO, A.M.C.; PREDIGE, R.D.; MAIA, A., C.S.F.; ANDRAD, E.; JÚNIORA, F. Ethnobotany, phytochemistry and neuropharmacological effects of *Petiveria alliacea* L. (Phytolaccaceae): **A review. J. Ethnopharmacol.** 185, 182-20, 2016.
5. Schmidt, C. et al. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 122, p. 523-532, 2009.
6. Pinto, J. E. B. P. et al. **Compêndio de plantas medicinais.** Lavras: UFLA/ FAEPE, 2000.
7. Ferraz, M. B. et al. **Memórias do Instituto Oswaldo Cruz**, v. 86, suppl. 2, p. 241-243, 1991.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/27913>> Photographer: Gerrit Davidse CC-BY-NC-SA.
9. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/80025>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

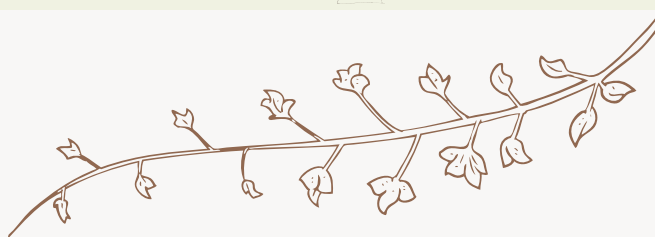
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(10,11)

QUEBRA-PEDRA

Phyllanthus niruri

QUEBRA-PEDRA - *Phyllanthus niruri* L.

NOME POPULAR:

Quebra-pedra(1), arranca-pedra, arrebenta-pedra e erva pombinha(2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Propaga-se por sementes, é de ciclo curto e cresce espontaneamente em qualquer época do ano, principalmente após o período das chuvas, nos mais variados ambientes e locais, como campos, jardins, como ruderal ou invasora em áreas agricultáveis, rachaduras e frestas de muros e calçadas, sendo por essa característica denominada por quebra-pedra(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma planta nativa. O Brasil é considerado um grande centro de diversidade do gênero, com aproximadamente 107 espécies, encontradas em diferentes regiões(2).

CURIOSIDADES:

Outras espécies de *Phyllanthus* são semelhantes morfológicamente e comuns no Brasil sendo usadas para o mesmo fim terapêutico como *P. tenellus* Roxb., *P. amarus* Schumacher & Thonn e *P. urinaria* L(3). Outra planta denominada quebra-pedra é a *Euphorbia prostrata* Aiton (família Euphorbiaceae), de hábito rasteiro. Quando quebrada apresenta látex leitoso sendo considerada planta tóxica(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Litolítico, indicada para eliminação de cálculos urinários(1). Conforme estudos clínicos, esta espécie possui efeito uricosúrico e eleva a filtração glomerular, o que sugere utilização potencial não só como efeito lítico e/ou preventivo na formação de cálculos urinários, mas também possível utilização em pacientes hiperuricêmicos (pelo efeito uricosúrico) e pacientes com insuficiência renal(5). É de ação diurética, hepatoprotetora, no tratamento de blenorragia, moléstias das vias urinárias e icterícia(6,7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar uma infusão utilizando uma colher de sopa das partes aéreas secas em uma xícara de chá. Tomar uma xícara de chá duas a três vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não utilizar em gestantes .
- Doses acima das recomendadas podem causar diarreia e hipotensão arterial(1).
- Contra indicado na eliminação de cálculos grandes.
- Não utilizar por mais de 3 semanas(8).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Presente no Guia Fitoterápico da Prefeitura Municipal de Fortaleza, recomenda sua utilização como um relaxador dos ureteres que promove eliminação de cálculos renais, aliado a uma analgesia do sistema renal(9).

REFERÊNCIAS:

1. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
2. Adubação orgânica e densidade de plantio na produção de quebra-pedra / João Alencar de Sousa... [et al.]. - Fortaleza: Embrapa Agroindústria Tropical, 2019. Publicação disponibilizada on-line no formato PDF. Disponível em: <<https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/207686/1/BP-197.pdf>> Acesso em: 15 Jul 2020.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. AITA, A. M.; MATSUURA, H. N.; MACHADO, C. A. M.; RITTER, M. R. Espécies medicinais comercializadas como "quebra-pedras" em Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, Curitiba, v. 19, n. 2A, p. 471-477, abr./jun. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbfar/v19n2a/a22v192a.pdf>>. Acesso em: 15 Jul 2020.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. **A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos.** Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
6. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais:** mineiras, nativas e cultivadas. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.
7. Chatterjee, M.; Sil, P. C. **Indian Journal of Biochemistry & Biophysics**, v. 43, p. 299-305, 2006.
8. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2. ed. Brasília, 2021. 223 p.
9. MATOS, F.J.A.; LOPES, A.E.C. **Guia fitoterápico.** Prefeitura Municipal - Programa Farmácias Vivas, Fortaleza, 2004.
10. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100168185>> Photographer: G. A. Parada CC-BY-NC-SA.
11. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100168186>> Photographer: G. A. Parada CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

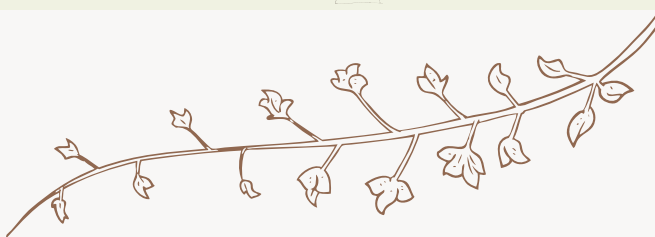
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicós (9,10)

ERVA-DOCE
Pimpinella anisum

ERVA-DOCE - *Pimpinella anisum* L.

NOME POPULAR:

Anis, aniz, erva-doce, aniz-verde(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

É propagada por sementes e a semeadura deve ser realizada preferencialmente em solos sílico-calcáreos, ligeiramente permeáveis e em locais com boa incidência de sol(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie exótica de origem asiática e do leste do mediterrâneo. Aclimatou-se muito bem no Brasil, sendo amplamente cultivada em seu território, principalmente em quintais(3).

CURIOSIDADES:

Os romanos serviam bolos com erva-doce no final de banquetes, para evitar indigestão e flatulência. Era comum servir estes bolos, conhecidos como mustacae, no final de casamentos. A tradição do bolo de casamento decorre deste uso milenar de bolo feito com erva-doce(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizado como antispasmodico, antiespasmódico, antiflatulento(5,6), estimulante da lactação(1,7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa dos frutos secos e amassados em 150 ml 3 vezes ao dia(5).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

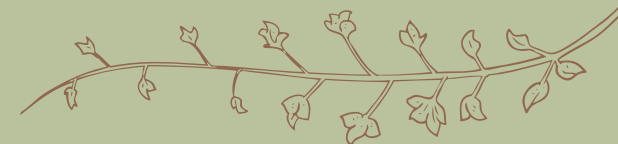
- Utilizar por, no máximo, duas semanas(5).
- Em gestantes pode ocasionar alterações hormonais(5).
- Podem ocorrer reações cutâneas, respiratórias e gastrintestinais à erva-doce(5).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Um estudo clínico em mulheres pós-menopáusicas demonstrou eficácia das cápsulas de *P. anisum* na redução da frequência e gravidade das ondas de calor(8).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. VAZ, A. P. A. AMICI JORGE, M. H. Erva-doce. Série Plantas Medicinais, Condimentares e Aromáticas. EMBRAPA-PANTANAL. 2006.
3. CARVALHO, L.M. **Foeniculum vulgare Mill.** ou *Pimpinella anisum* L. Fonte/Imprensa: Cultivar, Pelotas, 18 ago. Embrapa Tabuleiros Costeiros, 2009.
4. KOWALCHIK, C.; HYLTON, W. H. **Rodale's Illustrated Encyclopedia of Herbs**, Anise. p14-16. 545p. 1998.
5. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
6. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on Pimpinella anisum L., fructs**. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2013.
7. HOSSEINZADEH H, TAFAGHODI M, ABEDZADEH S, TAGHIABADI E. Effect of aqueous and ethanolic extracts of *Pimpinella anisum* L. seeds on milk production in rats. **J Acupunct Meridian Stud.** Aug;7(4):211-6, 2014.
8. NAHIDI F, KARIMAN N, SIMBAR M, MOJAB F. The study on the effects of *Pimpinella anisum* on relief and recurrence of menopausal hot flashes. **Iran J Pharm Res.**;11:1079, 2012.
9. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100786645>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.
10. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100404959>> Photographer: Germaine A. Parada CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

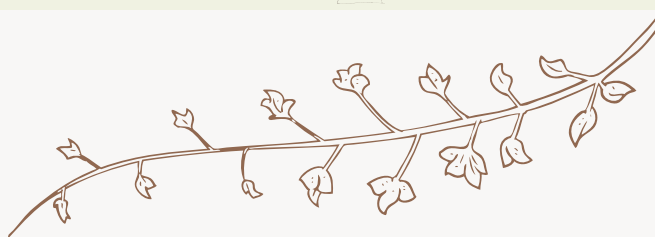
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(6,7)

TANSAGEM
Plantago australis

TANSAGEM – *Plantago australis* Lam.

NOME POPULAR:

Tansagem(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie ruderal e perene, formando densas populações que se multiplicam por sementes. É encontrada nos terrenos arenosos da restinga, solos argilosos, campos secos, limpos, úmidos e turfosos, caminhos das matas, roças, locais abertos, até os campos mais elevados das montanhas. Pode ser coletada com flor e fruto de outubro a abril(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativa do Rio Grande do Sul e Santa Catarina(2), sendo bem representada em áreas protegidas. Têm ocorrência confirmada no Centro-Oeste, Sudeste e Sul do Brasil(3).

CURIOSIDADES:

O nome *Plantago* refere-se às folhas opostas, que, distendidas sobre o solo, lembram as plantas dos pés humanos. Na culinária, as folhas são utilizadas cruas em saladas, ou cozidas em sopas, refogados, bolinhos e pães(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Possui ação anti-inflamatória e antisséptico da cavidade oral(5), antimicrobiana(5), e cicatrizante tópico(5).

COMO UTILIZAR:

Uso oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

Gargarejo e bochecho: infusão utilizando 2 colheres de sopa das folhas em 150 ml de água 3 vezes ao dia em afecções bucais e da garganta(5) e como desintoxicante das vias respiratórias de fumantes(5).

Compressas: decocção utilizando 2 colheres de sopa das folhas para afecções da pele(5).

Cataplasma: esmagar as folhas frescas em uma mistura com glicerina e aplicar localmente em feridas, queimaduras e picadas de inseto(5).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

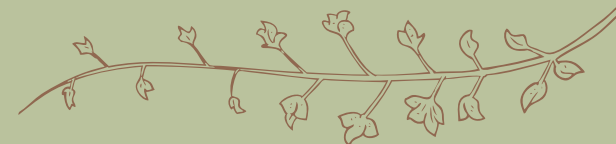
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

É ainda uma planta medicinal pouco estudada, sendo empregada na medicina popular da mesma forma que a espécie *Plantago major*(5).

REFERÊNCIAS:

1. RIO GRANDE DO SUL. Secretaria de Estado da Saúde. **Portaria N° 588, de 22 de dezembro de 2017.** Institui a Relação Estadual de Plantas Medicinais de interesse do Sistema Único de Saúde no Rio Grande do Sul e listas complementares. Diário Oficial do Estado do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, 22 dez. 2017b. p. 168.
2. HEFLER, S. M., W. A. RODRIGUES, AND A. C. CERVI. O gênero *Plantago* L. (Plantaginaceae) na região Sul do Brasil. **Rev. Bras. Biocie.** n. 9: 297-321, 2011.
3. HASSEMER, G. *Plantago in Flora do Brasil 2020 em construção.* Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB12914>>. Acesso em: 11 jan. 2021.
4. GARLET, T.; BISOGNIM, M. **Plantas medicinais nativas de uso popular no Rio Grande do Sul.** Santa Maria. RS:UFSM, PRE, il. Série Extensão, 2019.
5. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100171225>> Photographer: G. A. Parada CC-BY-NC-SA.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 03 Jan 2022<<http://www.tropicos.org/Image/48220>> Photographer: C. Ulloa CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

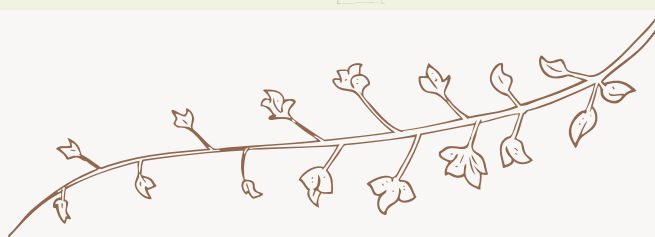
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicós(13,14)

TANSAGEM
Plantago major

TANSAGEM - *Plantago major* L.

NOME POPULAR:

Tansagem, tanchagem, transagem, plantagem(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

É uma planta bianual ou semi perene, vegeta espontaneamente em áreas de pastagem, terrenos cultivados e em locais sombreados e úmidos, propaga-se por sementes. Prefere solo úmido e fértil, mas se adapta a qualquer tipo, assim como prefere o clima temperado, mas se adapta em diferentes tipos de clima(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Originária da América Tropical. No Brasil está distribuída na Amazônia, Caatinga, Cerrado, Mata Atlântica e Pampa, sendo encontrada desde o norte até o sul do país, região onde é naturalizada(3,4).

CURIOSIDADES:

O nome plantago é uma velha adaptação francesa para a palavra em latim que significa planta. Diz uma lenda antiga que uma bela moça se casou com um cavaleiro renomado, que em seguida foi para batalha. Após o beijo de despedida, ele pediu que a moça o esperasse e assim ela o fez. Ele nunca voltou e após tanta espera, ela foi transformada em plantago(5). É considerada uma planta alimentícia não convencional (PANC)(1).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Possui ação anti-inflamatória(6) e antisséptico da cavidade oral(2,7), antimicrobiana(8), e cicatrizante tópico(9,10,11).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não encontrado na literatura consultada.

Uso Tópico:

Gargarejo e bochecho: infusão utilizando 2 colheres de sopa das folhas em 150 ml de água 3 vezes ao dia em afecções bucais e da garganta(1,2) e como desintoxicante das vias respiratórias de fumantes(1).

Compressas: decocção utilizando 2 colheres de sopa das folhas para afecções da pele(1).

Cataplasma: esmagar as folhas frescas em uma mistura com glicerina e aplicar localmente em feridas, queimaduras e picadas de insetos(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não utilizar em casos de hipotensão arterial, obstrução intestinal e gravidez(2,12).
- Não engolir o produto após o bochecho e gargarejo(2,12).
- Antes de procedimentos cirúrgicos, por pelo menos 2 semanas, não é recomendado o uso desta planta, devido ao efeito coagulante dos constituintes da vitamina k 12 (13).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. Plantas medicinais: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 512 p, 2002.
4. PLANTAGINACEAE in Lista de Espécies da Flora do Brasil. Jardim Botânico do Rio de Janeiro.2014.
5. Medicina Natural. **Tanchagem: benefícios e propriedades medicinais.** Disponível em: <<https://www.medicinanatural.com.br/tanchagem-plantago-major/>> Acesso em: 30 dez 2021.
6. ZUBAIR M, WIDÉN C, RENVERT S, RUMPUNEN K. Water and ethanol extracts of *Plantago major* leaves show anti-inflammatory activity on oral epithelial cells. **J Tradit Complement Med.** Aug 17;9(3):169-171, 2018.
7. SOUZA, G. S. de.; MARQUEZAN, P. K. *Plantago major* antimicrobial and antibiofilm activity: a literature review. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 9, p. e496997495, 2020.
8. AMINI M, KHERAD M, MEHRABANI D, AZARPIRA N, PANJEHSHAHIN MR, TANIDEH N. Effect of *Plantago major* on burn wound healing in rat. **Journal of Applied Animal Research.** 37(1):53-6, 2010.
9. RAMIREZ C. **Efectividad del Plántago major (Llantén) en la cicatrización de heridas tórpidas.** Tese. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Peru; 1999.
10. PAREJA B. Plantas empleadas en la medicina tradicional. **Folia Dermatológica Peruana;**11(1):51-4, 2000.
11. BRASIL. Ministério da Saúde. **Monografia da espécie *Plantago major* L. (Tanchagem).** Brasília, DF: Ministério da Saúde: ANVISA, 2014.
12. SHIFFMAN MA. Dangers of herbs when performing surgery. **International Journal of Cosmetic Surgery and Aesthetic Dermatology;** 2(2):95-7,2000.
13. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100827445>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA
14. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 30 Dec 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100781535>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

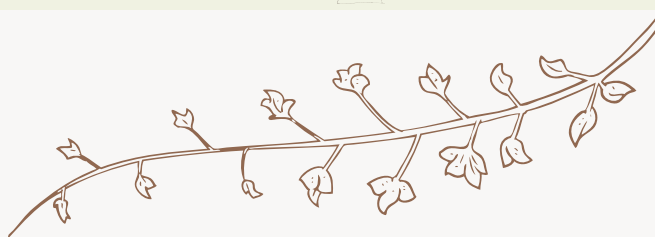
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Taina Scheid

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Machado(1,2)

BOLDO BRASILEIRO

Plectranthus barbatus

BOLDO – *Plectranthus barbatus* Andrews

NOME POPULAR:

Boldo-africano, boldo-brasileiro e boldo-nacional³, falso boldo, malva amarga⁽⁷⁾.

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Propaga-se por sementes ou mudas produzidas a partir de estacas de galhos. O plantio deve ser realizado preferencialmente em regiões de clima tropical, porém a planta também se desenvolve em regiões mais frias. O plantio deve ser realizado no período chuvoso, porém não tolera solos encharcados. Para a utilização na forma de chá devem ser colhidas apenas folhas adultas, preferencialmente antes da floração⁽⁴⁾.

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Apesar do nome popular “boldo brasileiro” atribuído a esta planta em algumas regiões do Brasil, *P. barbatus* é uma espécie originária da Índia⁽⁵⁾, onde é utilizada há séculos pela medicina tradicional ayurvédica⁽⁶⁾. Possui ocorrência nas áreas tropicais do continente africano, asiático, da Oceania e América do Sul, tendo variado uso etnomedicinal conforme a região. No Brasil destaca-se o uso popular para problemas gastrointestinais⁽⁶⁾. Esta espécie de boldo não deve ser confundida com o boldo-do-Chile – espécie com características e composto químicos distintos⁽⁸⁾. Também não confundir *P. barbatus* com *P. grandis* (Boldo-grande); ambas de aparência bastante semelhante, porém os talos de *P. barbatus* não são amargos, apenas as folhas. Em *P. grandis* talos e folhas são igualmente amargos⁽⁷⁾.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As folhas são indicadas para problemas de digestão, azia e mal-estar gástrico em geral^(3,6,7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar o chá por infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas secas para uma xícara de água; tomar o conteúdo de uma xícara, duas a três vezes ao dia⁽³⁾.

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Recomenda-se utilizar o chá pontualmente para o alívio dos sintomas, e em caso de persistência destes, procurar o serviço de saúde para avaliação profissional⁽³⁾.
- O uso contínuo não deve ultrapassar 30 dias, o tratamento pode ser repetido, se for necessário, após intervalo de 7 dias⁽³⁾.
- Utilizar a planta em dose e por período superior ao recomendado pode ocasionar irritação gástrica⁽³⁾.
- O chá não deve ser utilizado por gestantes, lactantes, crianças, hipertensos e portadores de obstrução das vias biliares, portadores de doença renal ou hepatite⁽³⁾.

REFERÊNCIAS:

1. Foto Clarice Azevedo Machado, 2018.
2. Foto Clarice Azevedo Machado, 2018.
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
4. VAZ, A. P. A., JORGE, M. H. A. **Série plantas medicinais, condimentares e aromáticas**: Boldo. Embrapa: Corumbá/MS, 2006.
5. FLORA ZIMBABWE. Disponível em: <https://www.zimbabweflora.co.zw/speciesdata/species.php?species_id=149750> Acesso em: 26 Mai 2020.
6. ALASBAHI, R. H.; MELZIG, M. F. *Plectranthus barbatus*: A Review of Phytochemistry, Ethnobotanical Uses and Pharmacology – Part I. **Planta Med.**, v. 76, n. 7, p. 653–661, 2010.
7. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil**: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
8. RIBEIRO, F. F. et al. Boldo verdadeiro x Boldo falso: caracterização morfoanatomica foliar. **Visão Acadêmica**, v. 18, n. 3, 2017.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

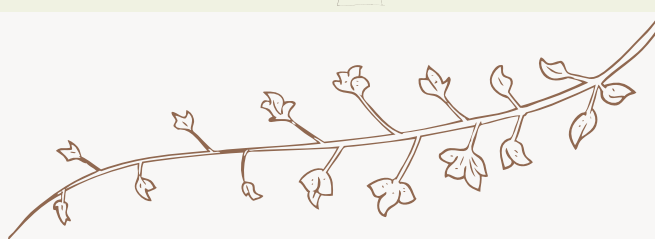
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5,6)

QUITOCO

Pluchea sagittalis

QUITOCO – *Pluchea sagittalis* (Lam.) Cabrera

NOME POPULAR:

Quitoco, arnica, lucera, yerba del lucero(1), erva-lucera, tabacarana, madrecravo(2), cuatrocantos(4).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação é feita por sementes(3). Cresce em solos baixos e úmidos, ao redor de rios(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É originário do continente americano e muito frequente nas regiões Sul e Sudeste do Brasil(2).

CURIOSIDADES:

Pode-se agregar ao chimarrão. A denominação “yerba del lucero” não tem uma explicação bem definida e aparentemente é devido ao seu uso secular tomado pela manhã, na hora da estrela da manhã (hora del lucero). A outra denominação “cuatrocantos”, refere-se as quatro asas que apresenta o talo(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Tem sido usado como expectorante, carminativo, digestivo e anti-reumático(2,3).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Conforme a tradição popular, preparar por infusão utilizando duas colheres de chá das partes aéreas da planta trituradas. Tomar 1 xícara ao dia pela manhã(3,4).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

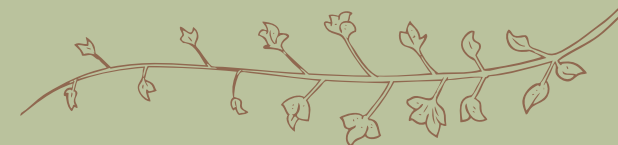
Apesar do seu amplo uso popular, ainda existem poucos estudos sobre a composição química e as propriedades farmacológicas desta planta(3).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Foram evidenciadas, em testes com animais, as seguintes atividades farmacológicas: colagoga, colerética, antioxidante, anti-inflamatória e antiviral(4).

REFERÊNCIAS:

1. Fernandes, A.C.; RITTER, M.R. A família Asteraceae no Morro Santana, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. **Rev. Bras. Bioci.**, Porto Alegre, v. 7, n. 4, p. 395-439, out./dez. 2009.
2. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
3. ROSSATO, L.V.; CANTO-DOROW, T.S.; NICOLOSO, F.T. Micropropagation of *Pluchea sagittalis* (Lam.) Cabrera. **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v.17, n.2, p.239-245, 2015.
4. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS. Campus Universitário – Trindade – Florianópolis – Santa Catarina – Brasil. *Pluchea sagittalis* (Lam.) Cabrera. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/quitoco/>> Acesso em: 25 Fev 2022.
5. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100160102>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100160103>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

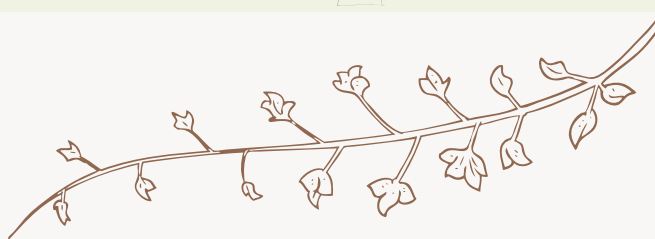
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(9,10)

ERVA-DE-BICHO
Polygonum punctatum

ERVA-DE-BICHO - *Polygonum punctatum* Elliott

NOME POPULAR:

Erva-de-bicho, capigoba, pimenta-d'água, pimenta-do-brejo, cataia(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie de crescimento vigoroso, ocorre em banhados, açudes, lagoas, canais e áreas com solo alagadiço(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa do Brasil, é uma planta ruderal, perene e ocorre em quase todo o território brasileiro(3).

CURIOSIDADES:

A espécie é eficaz em processos de fitorremediação, nos quais são utilizados espécies vegetais para descontaminação ambiental(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Apresenta ação anti-inflamatória(5) e antidiarreica(6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Decocção, fervendo 10 gramas da planta inteira, tomar de 1 a 2 xícaras de chá ao dia(7).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

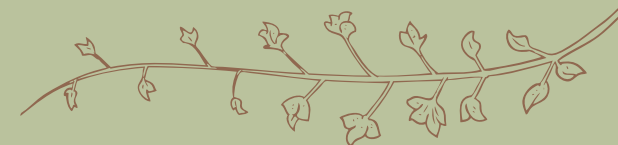
Considerada uma espécie abortiva(8).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

É uma espécie carente de estudos científicos e os poucos dados de atividade farmacológica existentes são de pesquisas bastante antigas.

REFERÊNCIAS:

1. ALVES TMA, RIBEIRO FL, KLOOS H, ZANI CL. Polygodial, a fungitoxic sesquiterpene from *Polygonum punctatum*. **Mem Inst Oswaldo Cruz** 96: 831-833, 2001.
2. Heck RM, editor. **Plantas medicinais do Bioma Pampa no cuidado em saúde**. Brasília, DF(BR): Embrapa; 2017.
3. Melo, E. *Polygonaceae* in Flora do Brasil 2020 em construção. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB13728>>. Acesso em: 11 nov. 2020.
4. ANDRADE, J.C.M.; TAVARES, S.R.L.; MAHLER, C.F. **Fitorremediação**: o uso de plantas na melhoria da qualidade ambiental. São Paulo: Oficina de Textos, 2007.
5. Gorzalczany, S., Acevedo, C., Msuchiatti, L., Martino, V., Ferraro, G. Search for antiinflammatory activity in argentine medicinal plants. **Phytomedicine** 3, 181-184, 1996.
6. Almeida, C. C., Karnikowski, M. G., Foletto, R., and Baldisserotto, B., Analysis of antidiarrhoeic effect of plants used in popular medicine. **Rev. Saude. Publica**, 29, 428-433, 1995.
7. GRANDI, T. S. M. **Tratado das plantas medicinais: mineiras, nativas e cultivadas**. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.
8. RIO DE JANEIRO. SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE. **Resolução SES/RJ N° 1757**, de 18 de fevereiro de 2002. Contraindica o uso de plantas medicinais no âmbito do Estado do Rio de Janeiro e dá outras providências. Diário Oficial do Estado do Rio de Janeiro, 20 de fevereiro de 2002.
9. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Rosângela Gonçalves Rolim. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=10219> Acesso em: 30 dez 2021.
10. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Daniel Grasel. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=24175> Acesso em: 30 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

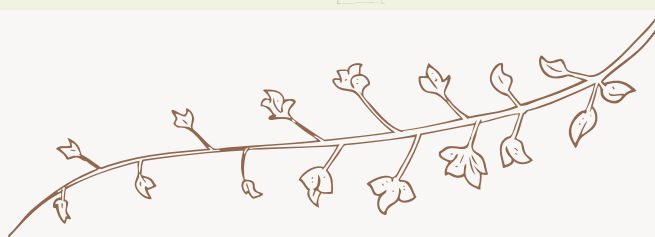
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autor

Roger Remy Dresch

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital (11,12)

ARAÇÁ

Psidium cattleianum

ARAÇÁ - *Psidium cattleianum* Sabine

NOME POPULAR:

Araçá, araçá-da-praia, araçazeiro-do-campo, araçá-amarelo, araçá-vermelho, araçá-de-coroa, araçá-coroa, araçá-comum(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Espécie que produz satisfatoriamente em terrenos de boa fertilidade e ricos em matéria orgânica(2). Propagação principalmente por sementes, mas possível por estaquia e por enxertia. Apresenta duas cultivares comerciais: uma produz frutos amarelos, de sabor doce e baixa acidez, e outra de frutos avermelhados, de sabor mais ácido e com leve adstringência. Para o cultivo, as sementes devem ser despolpadas a partir de frutos maduros colhidos diretamente das plantas(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa, endêmica do Brasil, encontrada nas Regiões Sul, Sudeste e Nordeste(4). Arvoreta ou arbusto de até 6 metros de altura, de tronco tortuoso(2).

CURIOSIDADES:

Produz um fruto considerado dos melhores entre as espécies de araçás. O suco apresenta valor nutricional considerável. Os frutos são consumidos *in natura* e também utilizados para o preparo de compotas, frutos cristalizados, sucos, polpas concentradas e congeladas, sorvetes, licores e geleias(2,3). Devido à sua rusticidade, recomenda-se o emprego da espécie para a recuperação de áreas degradadas(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As folhas são usadas para o tratamento da dor de dente, diarreia, disenteria, hemorragia, dor de garganta e dor abdominal(5,6). As cascas são utilizadas nos casos de diarreia, disenteria, hemorragia(6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Decocção, utilizando duas colheres de sopa das cascas do caule e duas colheres de sopa das folhas jovens em 150 ml de água. Aquecer até ferver por 3 minutos. Tomar uma xícara de chá, 3 vezes ao dia(7).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

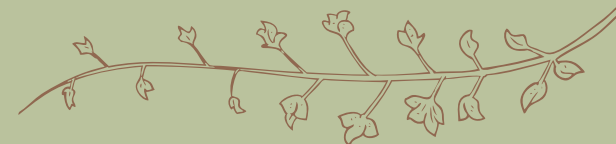
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Os frutos, além de serem usados como alimento, também apresentam inúmeras propriedades medicinais: atividade antimicrobiana, anticárie, adstringente, hepatoprotetora, neuroprotetora, antidiarreica e analgésica, além da diminuição dos níveis de glicose, colesterol e triglicerídeos(5,8,9,10).

REFERÊNCIAS:

1. RAMOS, A. J. K. et al. **Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul**. Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.
2. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Sul**. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
3. VVIEIRA, R. F.; CAMILLO, J.; CORADIN, L. **Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Centro-Oeste**. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2016.
4. Proença, C.E.B.; Costa, I.R.; Tuler, A.C 2020. *Psidium* in **Flora do Brasil 2020**. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FBI0858>>. Acesso em: 29 dez. 2021.
5. ALVARENGA, F. Q. et al. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 150, p. 280-284, 2013.
6. MENTZ, L. A.; LUTZEMBERGER, L. C.; SCHENKEL, E. P. **Caderno de Farmácia**, v. 13, n. 1, p. 25-48, 1997.
7. SENS, S. L. Alternativas para a auto-sustentabilidade dos Xokleng da terra indígena Ibirama. Dissertação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002.
8. CARDOSO, J. S. et al. *Redox Report*, v. 23(1), p. 41-46, 2018.
9. OLIVEIRA, P. S. et al. *Metabolic Brain Disease*, v. 33(5), p. 1551-1562, 2018.
10. MEDINA, A. L. et al. *Food Chemistry*, v. 128, p. 916-922, 2011.
11. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini - Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=17192> Acesso em: 29 dez 2021.
12. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Juliano de Oliveira Nunes. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=15031> Acesso em: 29 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

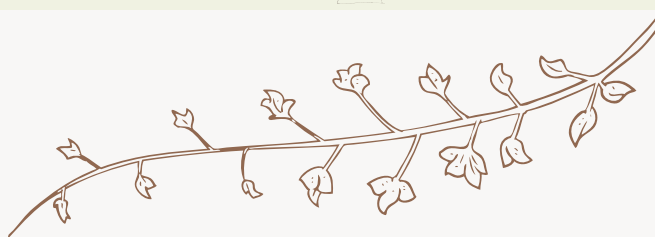
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czeremainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicós(7,8)

GOIABEIRA
Psidium guajava

GOIABEIRA – *Psidium guajava* L.

NOME POPULAR:

Goiabeira(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A propagação da goiabeira é facilmente realizada por meio de sementes. Atualmente, praticamente toda a propagação da goabeira é feita por enraizamento de estacas semilenhosas, tecnologia que viabiliza o rápido crescimento da área plantada(2).

A goiabeira adapta-se melhor aos solos arenoargilosos, profundos e bem drenados. Não prospera bem em terras pantanosas, encharcadas ou úmidas(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativo de áreas tropicais do sul do México ao norte da América do Sul, as goiabeiras foram cultivadas por muitos outros países com climas tropicais e subtropicais, permitindo assim produção em todo o mundo(3).

CURIOSIDADES:

Na Índia, as folhas novas são usadas como febrífugo, antiespasmódico e reumatismo.

Na China utilizavam suas folhas como antisséptico e para a Diabetes mellitus(5).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Tratamento da diarreia aguda não infecciosa e enterite por rotavirus(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar uma infusão com 3 a 4 brotos, incluindo o primeiro par de folhas jovens já crescidas, mas ainda tenras, especialmente da variedade de polpa vermelha, em uma xícara de chá(4). Tomar uma xícara duas a três vezes ao dia(1), ou após cada defecação líquida(4).

Uso Tópico:

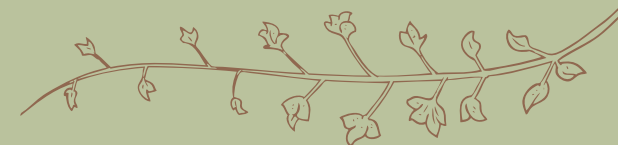
O chá é usado em bochechos e gargarejos no tratamento de inflamações na boca e da garganta ou em lavagens locais de úlceras e leucorreias(4). A infusão ou decocção podem ser aplicadas em feridas, furúnculos, cortes e entorses(6).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Não exceder a dose recomendada ou a duração do tratamento(1).
- Os extratos aquosos das folhas mostraram potencial atividade inibitória contra bactérias Gram-positivas e Gram-negativas (*Salmonella*, *Serratia* e *Staphylococcus*), muitas vezes responsáveis por graves diarreias, assim como contra fungos(3,4).

REFERÊNCIAS:

1. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Fitoterápico:** Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: ANVISA, 2016. 115p.
2. EMBRAPA: Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. **Tecnologia de produção e comercialização da Lima-ácida Tahiti, da Goiaba e do maracujá-azedo para o cerrado.** Editores técnicos, Alberto Carlos de Queiroz Pinto; Evie dos Santos de Sousa; Victor Hugo Vargas Ramos—Brasília, DF: Embrapa Informação Tecnológica, 2004. 69p.: il. – (Documentos, 111). Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/C-PAC-2009/25624/1/doc_111.pdf> Acessado em: 22 Jul 2020.
3. DIAS-DE-CERIO, E.; VERARDO, V.; GÓMEZ-CARAVACA, A.M.; FERNÁNDEZ-GUTIÉRREZ, A.; SEGURA-CARRETERO, A. Health Effects of *Psidium guajava* L. Leaves: An Overview of the Last Decade. **Int. J. Mol. Sci.** 2017, 18, 897.
4. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
5. GUTIÉRREZ, R.M.P.; MITCHELL, S.; SOLIS, R.V. *Psidium guajava*: A review of its traditional uses, phytochemistry and pharmacology. **Journal of Ethnopharmacology** 117 (2008) 1-27.
6. WHO, World Health Organization, 1998. **Medicinal Plants in the South Pacific.** WHO . Regional Publications. Western Pacific Series num. 19 pp. 163.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100359468>> Photographer: Indiana Coronado CC-BY-NC-ND.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100172040>> Photographer: G. A. Parada CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

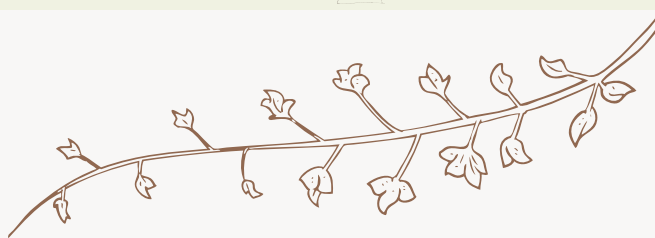
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Taína Scheid

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Missouri Botanical Garden(1)

ALECRIM

Rosmarinus officinalis

ALECRIM – *Rosmarinus officinalis* L.

NOME POPULAR:

Alecrim(2), rosmarinho, rosmarinho, alecrim de cheiro(3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Seu cultivo pode ser realizado a partir de mudas preparadas por estaquia ou mergulhia, crescendo bem em solo rico em calcário e em ambientes úmidos de clima ameno(3). Existem mais de 10 variedades em cultivo desta planta, todas para o mesmo uso, porém com aromas diferentes(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É nativa da região mediterrânea e cultivada em quase todos os países de clima temperado(3). Nas culturas antigas – romana, grega e egípcia – o alecrim ocupava papel de destaque em cerimônias religiosas, fúnebres e matrimoniais, no culto às deusas Afrodite (grega) e Vênus (romana) e posteriormente à Virgem Maria (cristãos), tendo pouca expressão o seu uso medicinal na época(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada tradicionalmente no alívio de sintomas do trato gastrointestinal, tais como dispepsia, flatulência e cólicas intestinais (uso interno)(5,6,7). Externamente, no alívio de dores musculares e nas articulações, e de sintomas menores do sistema circulatório periférico (5, 6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Para os problemas do trato gastrointestinal, preparar o chá por infusão utilizando 1 colher de chá da folha seca em uma xícara de chá de água fervente. Beber esta preparação duas a três vezes ao dia entre as refeições(5,7). Persistindo os sintomas por mais do que alguns dias procurar o serviço de saúde.

Uso Tópico:

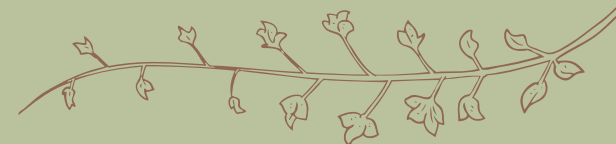
Para o alívio do reumatismo e problemas circulatórios, aplicar o chá externamente, na forma de banhos. Ferver 50 g da planta em 1 litro de água e adicionar à água do banho(5, 6). O banho deve estar entre 35 - 38°C; permanecer por 10 a 20 minutos, uma vez ao dia(5). Se os sintomas persistirem por mais de 4 semanas consultar um profissional de saúde.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- A utilização durante a gestação e amamentação também não é indicada(5).
- Em caso de piora dos sintomas é necessário procurar um serviço de saúde.
- Em caso de hipertensão deve-se evitar/ter cautela com o banho de corpo inteiro(5).
- Em caso de dor articular acompanhada de inchaço, calor e vermelhidão local, procurar atendimento médico antes de qualquer aplicação do chá(5).
- O chá de alecrim não é recomendado para menores de 12 anos, bem como não deve ser utilizado por pessoas que apresentam hipersensibilidade a esta planta. Internamente não deve ser utilizado por pessoas com problemas relacionados aos ductos biliares (obstrução, inflamação e qualquer outra desordem biliar) e doenças hepáticas(5).
- Os banhos com o chá de alecrim são contraindicados em situações onde houver grandes áreas de pele ferida, ferimentos abertos e em doenças agudas de pele, febre alta, infecções severas, problemas circulatórios graves e falência cardíaca(5).

REFERÊNCIAS:

1. MISSOURI BOTANICAL GARDEN. Disponível em: <<http://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/PlantFinderDetails.aspx?kempercode=b968#AllImages>> Acesso em: 11 Dez 2019.
2. RIO GRANDE DO SUL. Portaria nº 588 de 05 de dezembro de 2017. Institui a Relação Estadual de Plantas Medicinais de interesse do Sistema Único de Saúde no Rio Grande do Sul e listas complementares. Secretaria da Saúde do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS, 05 dez. 2017.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. HEINRICH, M. et al. Ethnobotany and ethnopharmacology—Interdisciplinary links with the historical sciences. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 107, p. 157–160, 2006.
5. EUROPEAN MEDICINES AGENCY / Committee on Herbal Medicinal Products. Community herbal monograph on *Rosmarinus officinalis* L., folium. EMA/HMPC/13633/2009, 2010.
6. WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants.** Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.4, 2009.
7. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

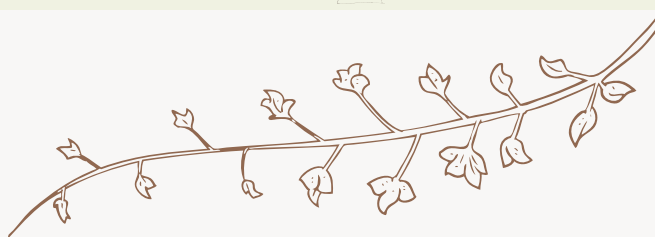
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5,6)

ARRUDA

Ruta graveolens

ARRUDA - *Ruta graveolens* L.

NOME POPULAR:

Arruda-fedorenta, ruta-de-cheiro-forte, arruda-aromática, arruda-do-povo, ruda, ruta-fedorenta, arruda-macho, arruda-fêmea, erva-arruda, arruda-doméstica e arruda-dos-jardins(1,2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Não é exigente quanto ao clima. Desenvolve-se melhor em solos ricos em matéria orgânica e bem drenados. A propagação é feita por sementes e estacas. A colheita das folhas é feita quatro meses após o plantio, logo no início da floração, quando ainda estão fechadas. A secagem das folhas e flores deve ser em local ventilado ou em secador com temperatura máxima de 35°C(3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma planta exótica, originária da região mediterrânea - sul da Europa, norte da África e extremo oeste da Ásia ou Ásia menor(1,2).

CURIOSIDADES:

Na Grécia antiga, ela era usada para tratar diversas enfermidades, mas seu ponto forte era mesmo contra as forças do mal. Dizia-se que era "regida por Marte, dedicada à Ártemis, e ligada à saúde, à proteção e ao amor"(1). Na Idade Média, como toda planta de cheiro forte, ela foi muito associada a bruxarias e seus ramos eram usados como proteção contra as feitiçarias e, ainda, serviam para aspergir água benta nos fiéis em missas solenes(1). Também na Idade Média, essa planta era cultivada sobretudo nos claustros dos conventos, pela sua fama de anti-afrodisíaca(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

É usada popularmente como uso tópico para o tratamento de rigidez de pescoço, como repelente de mosquitos, percevejos, pulgas e tratamento de sarnas e piolho(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não deve ser utilizada por via oral.

Uso Tópico:

Preparar uma infusão com 1 colher de sobremesa de folhas secas em 1 litro de água(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- A arruda é fotossensibilizante, podendo causar dermatites de contato ou queimaduras quando a pessoa a utiliza e se expõe ao sol(1,2).
- A ingestão de arruda está contraindicada porque pode causar hemorragias graves, dores epigástricas, cólicas, vômitos, convulsões e sonolência(3).
- Pelas suas propriedades emenagogas, durante a gravidez, pode provocar hemorragias(3).

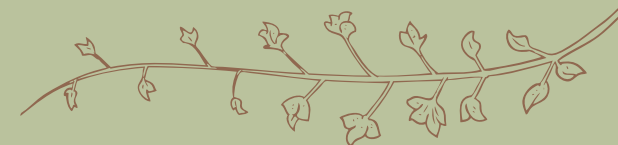
CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Existem cinco espécies correlatas, também denominadas de variedades do gênero *Ruta*: *R. chalepensis*, *R. angustifolia*, *R. montana*, *R. tuberculata* e *R. pinnata*(1).

É uma planta medicinal utilizada na Homeopatia(1).

REFERÊNCIAS:

1. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **MONOGRAFIA DA ESPÉCIE *Ruta graveolens* L. (Arruda)**. Brasília. Organização: Ministério da Saúde e ANVISA, 2015. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2016/fevereiro/05/Monografia-Ruta.pdf>> Acesso em: 11 Jul 2021.
2. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
3. EMBRAPA, Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Brasil. 2001. **Série Plantas Medicinais do Subprojeto Instalação de horto-matriz de plantas medicinais em Porto Velho, Rondônia**. Disponível em <<https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/100482/1/Folder-arruda.pdf>> Acesso em: 11 Jul 2021.
4. DIAS, L.; RESENDE, C.; PINTO, C.; CLEMENTE, J.; ALONSO J.; GONÇALVES, R.; SANTOS, P.; VENTURA, S. A Arruda (*Ruta graveolens* L.). I Jornada de Farmácia ESSa-IPBragança. **Farmácia de Hoje, FÁRMACOS de Amanhã**, 2012. 112-116.
5. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100119840>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100119842>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

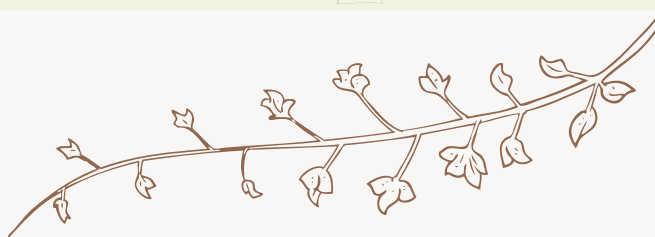
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Mobot(13,14)

SÁLVIA
Salvia officinalis

SÁLVIA - *Salvia officinalis* L.

NOME POPULAR:

Sálvia, salva, salva-das-boticas, salva-dos-jardins, erva-santa(2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Se desenvolve bem em diversos terrenos, no sol forte e na meia sombra, com poucas regas(8). Propaga-se por sementes ou touceiras, em geral pode ser colhida duas vezes ao ano. Se adapta bem no plantio doméstico(8).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Originária do mediterrâneo, é planta perene, aclimatada principalmente na região sul do Brasil(2).

CURIOSIDADES:

Seu nome originário do latim, significa salvar, assim os povos antigos a consideravam símbolo de longevidade, acreditando que com um pé de sálvia no jardim o ser humano não precisava se preocupar com a morte(8).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Uso tradicional bem estabelecido no alívio dos sintomas dispépticos leves como azia e plenitude gástrica(1,2), proporciona alívio da salivação e transpiração excessiva(1,2,3,4). Anti-inflamatório nas afecções de boca, garganta e da pele(1,2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sobremesa das folhas em 150 ml de água até 3 vezes ao dia(1,2).

Uso Tópico:

Compressas: infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas na área da pele afetada, até 3 vezes ao dia(1,2).

Gargarejo e bochecho: infusão utilizando 1 colher de sopa das folhas em casos de inflamações na boca e garganta até 3 vezes ao dia(1,2).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Evitar o uso em pacientes epiléticos(1).
- O uso em quantidades a partir de 15 gramas da folha, pode causar sensação de calor, taquicardia, vertigem e convulsões(1).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Existem cinco espécies correlatas, também denominadas de variedades do gênero *Ruta*: *R. chalepensis*, *R. angustifolia*, *R. montana*, *R. tuberculata* e *R. pinnata*(1).

É uma planta medicinal utilizada na Homeopatia(1).

REFERÊNCIAS:

1. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Salvia officinalis* herba**. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2016.
2. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
3. Barnes J, Anderson LA, Phillipson DJ. Sage. Herbal Medicines. 3rd ed. **The Pharmaceutical Press**, London, 512-514, 2007.
4. Bradley PR, editor. **British Herbal Compendium**. Vol 2. British Herbal Medicine Association, Bournemouth, 270-275, 2006.
5. Bommer S, Klein P, Suter A. First time proof of sage's tolerability and efficacy in menopausal women with hot flushes. **Adv Ther**, 28:490-500, 2011.
6. Scholey AB, Tildesley NTJ, Ballard CG, Wesnes KA, Tasker A, Perry ELK, et al. An extract of *Salvia* (sage) with anticholinesterase properties improves memory and attention in healthy older volunteers. **Psychopharmacology** 198:127-139, 2008.
7. Kennedy, D. O., Pace, S., Haskell, C., Okello, E. J., Milne, A., & Scholey, A. B. Effects of cholinesterase inhibiting sage (*Salvia Officinalis*) on mood, anxiety and performance on a psychological stressor battery. **Neuropsychopharmacology**, 31(4), 845-852, 2006.
8. BORNHAUSEN, R.L. **As ervas do sítio**. São Paulo: UNESP. p. 80-82, 1996.
9. Miroddi M, Navarra M, Quattropiani MC, Calapai F, Gangemi S, Calapai G. Systematic review of clinical trials assessing pharmacological properties of *Salvia* species on memory, cognitive impairment and Alzheimer's disease. **CNS Neurosci Ther.**, 20:485-495, 2014.
10. Ghazanfarpour M, Sadeghi R, Abdolhahian S, Latifnejad R. The efficacy of Iranian herbal medicines in alleviating hot flashes: A systematic review. **Int J Reprod.**,14(3):155-66, 2016.
11. Dos Santos-Neto LL, de Vilhena Toledo MA, Medeiros-Souza P, de Souza GA. The use of herbal medicine in Alzheimer's disease: a systematic review. **Evid Based Complement Alternat Med.**, 3: 441-45, 2006.
12. Abdnezhad R, Simbar M, Sheikhan Z, Mojab F, Nasiri M. *Salvia officinalis* reduces the severity of the premenstrual syndrome. **Complement Med Res.** 26(1):39-46, 2019.
13. MOBOT. Missouri Botanical Garden. Disponível em: <<https://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/FuImageDisplay.aspx?documentid=106907>> Acesso em: 29 dez 2021.
14. MOBOT. Missouri Botanical Garden. Disponível em: <<https://www.missouribotanicalgarden.org/PlantFinder/FuImageDisplay.aspx?documentid=961>> Acesso em: 29 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

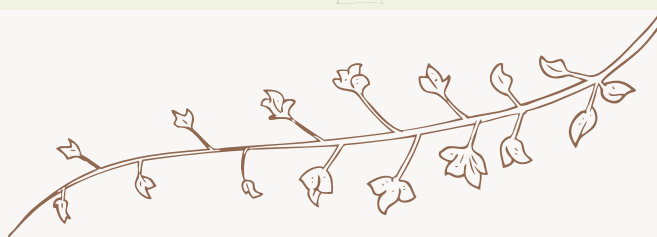
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch

Melaine Terra

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(4)

SABUGUEIRO
Sambucus australis

SABUGUEIRO – *Sambucus australis* Cham. & Schltdl.

NOME POPULAR:

Sabugueiro-do-brasil, sabugueiro, acapora, sabugo-negro, sabugueirinho(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A planta adapta-se a diferentes tipos de solo. A propagação é feita através de estacas ou rebentos. O transplante pode ser feito 60 dias após o plantio das estacas. Também se reproduz por sementes. Floresce no verão e frutifica no outono(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativa do sul da América do Sul, incluindo o Brasil(1), onde ocorre nos três estados da Região Sul do Brasil (PR,SC, RS)(2).

CURIOSIDADES:

É considerada o “remédio do peito” pela eficiência contra problemas respiratórios(1). Utilizada como medicinal, alimentícia e ornamental. As flores e os frutos são utilizados na culinária e para aromatizar geleias. As folhas são consideradas inseticidas e ocasionalmente empregadas para o preparo de inseticida caseiro orgânico(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Auxiliar no tratamento dos sintomas decorrentes de gripe e resfriado comum(3). Externamente, é utilizada para dermatoses (eczemas e dermatites), queimaduras leves, pequenas lesões na boca(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar uma infusão com uma colher de sobremesa das flores picadas em uma xícara de chá, uma a duas vezes ao dia(1).

Uso Tópico:

Pode ser utilizada na forma de gargarejos, compressas e cataplasma, aplicados diretamente na área afetada(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

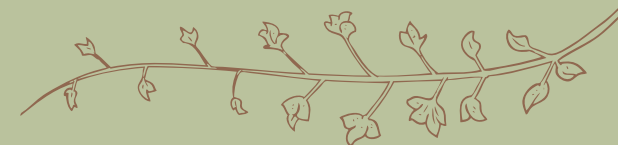
- O uso é contraindicado durante a gestação e lactação(3).
- O uso contínuo não deve ultrapassar 30 dias, o tratamento pode ser repetido, se for necessário, após intervalo de 7 dias(3).
- O uso prolongado de espécies de sabugueiro pode induzir à hipocalcemia(3).
- Pode ocorrer a diminuição da produção de leite materno nas lactantes(3).
- Não utilizar as folhas, pois contêm glicosídeos cianogênicos tóxicos(1).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Por este nome, sabugueiro, são conhecidas duas espécies da família Adoxaceae e do gênero *Sambucus*. Sendo uma espécie naturalizada, a *Sambucus nigra*, e outra nativa que é a *Sambucus australis*, que são muito semelhantes, apresentando discretas diferenças entre si, sendo facilmente reconhecidas pelas folhas compostas(1).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. **Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial: plantas para o futuro – Região Sul**. – Brasília: MMA, 2011. 934p.
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
4. Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini –Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=14484> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=14483> Acesso em: 24 Fev 2022.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

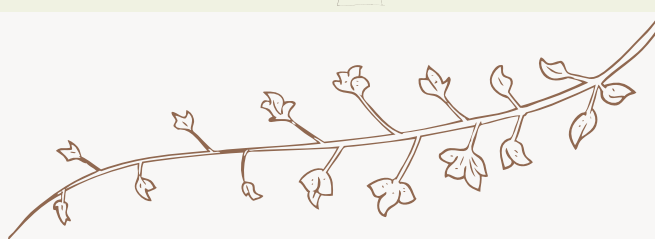
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Flora Digital(8)

GUANXUMA
Sida rhombifolia

GUANXUMA - *Sida rhombifolia* L.

NOME POPULAR:

Guanxuma, vassoura-do-campo, mata-pasto(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Cresce espontaneamente com grande vigor em solos cultivados em lavouras anuais e perenes, beira de estrada, em todo território brasileiro. Multiplica-se apenas por sementes(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma espécie nativa do continente americano, com ampla abrangência na América do Sul. É considerada daninha, e ruderal (que cresce em ambientes degradados)(2).

CURIOSIDADES:

As folhas tem a propriedade de suavizar a pele, servindo para aliviar dores provocadas por picadas de insetos e quando mastigadas, podem ser aplicadas topicamente, em situações de urgência a campo(1).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

As raízes possuem ação anti-inflamatória(1,3), interna e externamente, além de atividade tônica(4), para queda de cabelos, para escurecer os cabelos e combater a caspa(5,6). Também na redução do colesterol e dos triglicerídeos, ação calmante e no tratamento da insônia, hipotensora e diurética(7).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Decocção, utilizando 4 raízes das plantas adultas e ferver em 1 litro de água. Tomar 4 xícaras de chá ao dia(7).

Uso Tópico:

Enxaguar os cabelos com o chá da planta(7).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

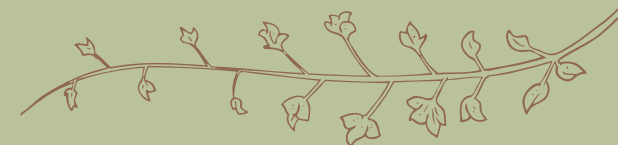
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

É uma planta amplamente utilizada na medicina popular em todo o Brasil como antifebril, digestiva, anti-diarréica e anti-hemorroidal(1). Porém ainda não possui dados suficientes de segurança e eficácia na literatura científica.

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- LORENZI, H. **Plantas daninhas do Brasil:** terrestres, aquáticas, parasitas, tóxicas e medicinais. 4ª ed. Nova Odessa: Editora Plantarum Ltda, 2008.
- LOGESWARI, P.; DINESHKUMAR, V. In-vivo anti-inflammatory effect of aqueous and ethanolic extract of *Sida rhombifolia* L. Root. *Int. J. Pharm. Sci. Res.*, 4, 316-321, 2013.
- MENTZ, L. A.; LUTZEMBERGER, L. C.; SCHENKEL, E. P. **Caderno de Farmácia**, v. 13, n. 1, p. 25-48, 1997.
- SENS, S. L. **Alternativas para a auto-sustentabilidade dos Xokleng da terra indígena Ibirama.** Dissertação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002.
- MARIANTE, H. M. **Medicina Campeira e Povoira.** Porto Alegre: Martins Livreiro, 1984.
- LOPES, A. M. V.; ALVAREZ FILHO, A. **Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul.** Santa Maria: Infograph, 1997.
- Giehl, E.L.H. (coordenador) 2021. Flora digital do Rio Grande do Sul e de Santa Catarina. URL: <http://floradigital.ufsc.br>. Foto Biólogo João Augusto Bagatini - Nova Prata, RS. Disponível em: <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=13615> e <https://floradigital.ufsc.br/open_sp.php?img=13614> Acesso em: 29 dez 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

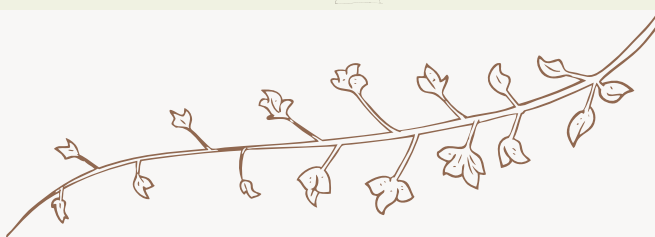
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Raintree(10)

JURUBEBA

Solanum paniculatum

JURUBEBA – *Solanum paniculatum* L.

NOME POPULAR:

Jurubeba, jurubeba verdadeira, jubeba, juripeba, jurupeba, juripiba, jurubebinha, jupeba, juvena, juína, juna e juuína(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Planta perene, de porte arbustivo atingindo até 5 metros de altura. Tem preferência por solos drenados. Por ser uma planta rústica e resistente à seca é própria de clima tropical e subtropical e se adapta a diversos tipos de solo, sem ser exigente em fertilidade. É de fácil cultivo, que deve iniciar no período chuvoso, com propagação por sementes. A floração ocorre todo ano com maior intensidade de setembro a novembro(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa, encontrada em todo território brasileiro, principalmente em lavouras, pastagens, beiras de estradas, rios e terrenos baldios(2).

CURIOSIDADES:

Os frutos da jurubeba são muito apreciados na culinária goiana, mato-grossense e mineira, sendo consumidos na forma de conserva ou na composição de pratos salgados. Também podem ser usados para condimentar bebidas(3). Um estudo científico demonstrou que o fruto possui significativa ação antioxidante(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizada no tratamento de distúrbios gástricos e hepáticos(1,6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de chá da planta inteira (as raízes devem ser finamente picadas) em 150 ml de 3 a 4 x ao dia(1,6).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

- Ainda é uma espécie pouco estudada.
- Doses acima da recomendada e por período de tempo acima do recomendado podem causar intoxicação com náuseas, vômitos, diarreia, cólicas abdominais, confusão mental, edema cerebral e morte(5).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

O extrato alcoólico apresentou atividades antimicrobiana contra patógenos orais(7) e antiviral(8,9).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. FUKUSHI, Y. K. M.; ROCHA, L. G. da S.; SILVEIRA, A. D. DA.; MADEIRA, N. R.; MENDONÇA, J. L. de; BOTREL, N.; JUNQUEIRA, A. M. R. *Solanum paniculatum*: jurubeba. In: VIEIRA, R. F.; CAMILLO, J.; CORADIN, L. (Ed.). **Espécies nativas da flora brasileira de valor econômico atual ou potencial: plantas para o futuro: Região Centro-Oeste**. Brasília, DF: MMA, 2016. (Série Biodiversidade; 44). p. 319-323, 2016.
3. A PLANTA DA VEZ. Disponível em: <<https://www.aplantadavez.com.br/2018/03/jurubeba-solanum-scuticum-m-nee.html>> Acesso em: 21 Fev 2022.
4. Gregoris E, Pereira Lima GP, Fabris S, Bertelle M, Sicari M, Stevanato R. Antioxidant properties of Brazilian tropical fruits by correlation between different assays. **Biomed Res Int**. 132759, 2013.
5. MESIA-VELA, S., SANTOS M.T, SOUCCAR, C., LIMA-LANDMAN MTR, LAPA AJ. *Solanum paniculatum* L. (Jurubeba): Potent inhibitor of gastric acid secretion in mice. **Phytomedicine**, 9(6):508-14, 2002.
6. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Monografia da espécie *Solanum paniculatum* (Jurubeba)**. Brasília: Ministério da Saúde e Anvisa, 2012.
7. VALERINO-DÍAZ AB, GAMIOTEA-TURRO D, ZANATTA AC, VILEGAS W, GOMES MARTINS CH, DE SOUZA SILVA T, et al. New polyhydroxylated steroidal saponins from *Solanum paniculatum* L. leaf alcohol tincture with antibacterial activity against oral pathogens. **J Agri Food Chem**, 66(33): 8703-8713, 2018.
8. VALADARES YM, BRANDÃO'A GC, KROON EG, FILHO JD, OLIVEIRA AB, BRAGA FC. Antiviral activity of *Solanum paniculatum* extract and constituents. **Z Naturforsch C J Biosci**. 2009 Nov-Dec;64(11-12):813-8.
9. KAZIYAMA, V.M. Atividade antiviral de extratos de plantas medicinais disponíveis comercialmente frente aos herpes vírus suíno e bovino. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**. v.14,n.3,p.522-28,2012.
10. RAIN TREE. Jurubeba (*Solanum paniculatum*) Pictures. Disponível em: <<https://rain-tree.com/Plant-Images/jurubeba-pic.htm#.VJREmsBw>> Acesso em: 21 Fev 2022.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

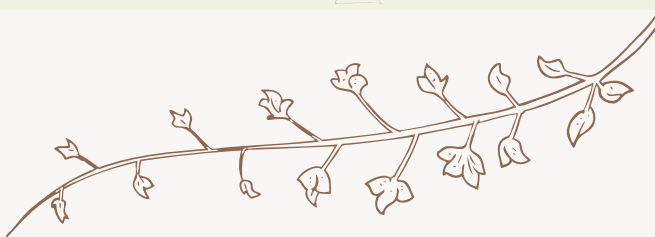
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicós(6,7)

ERVA-LANCETA *Solidago chilensis*

ERVA-LANCETA - *Solidago chilensis* Meyen

NOME POPULAR:

Erva-lanceta, arnica-do-campo, arnica-brasileira, arnica-silvestre, erva-de-lagarto, espiga-de-ouro, lanceta(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Multiplica-se por sementes e principalmente por rizomas. Cresce de forma espontânea em beiras de estradas, em terrenos baldios, gramados e próxima a rios e locais úmidos(3). A melhor época de plantio é na primavera e a época de colheita é no florescimento, que geralmente ocorre no outono(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Espécie nativa do Rio Grande do Sul. No Brasil apresenta distribuição geográfica nas regiões Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul(2).

CURIOSIDADES:

A espécie *S. chilensis* já era utilizada por populações indígenas brasileiras como cicatrizante e na nomenclatura autóctone chama-se Mbuyboty ybám, que significa “espiga de flores pequenas cor de ouro”(2).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

É empregada externamente como cicatrizante no tratamento de ferimentos, escoriações, traumatismos e contusões(1,2). Possui propriedade anti-inflamatória(2).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Não é indicado por ser considerada tóxica(1).

Uso Tópico:

Preparar uma infusão com uma colher de sopa das inflorescências bem picadas em uma xícara de chá. Fazer compressas nos locais de dores articulares, reumatismos, contusões(2).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

O uso tópico pode causar dermatite de contato, efeito comum às espécies medicinais da família Asteraceae(2).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Muitos são os seus empregos pela população, sendo todos eles relacionados a condições inflamatórias, sendo seu principal uso na redução dos sintomas como a dor e o edema no local, por isso as aplicações empíricas em substituição à *Arnica montana* L.(5).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- SAAD, G.A.; LÉDA, P.H.O.; SÁ, I.M.; SEIXLACK, A.C. f. **Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência na prática clínica**. Guanabara koogan, 2 ed. Rio de Janeiro, 2016.
- Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – Herbário Prof. Jorge Pedro Pereira Carauta (HUNI) <<http://www.unirio.br/ccbs/ibio/herbariohuni/solidago-chilensis-meyen>> Acesso em 17 Ago 2021.
- Secretaria de Agricultura e Abastecimento. Coordenadoria de Desenvolvimento Rural Sustentável. – Divisão de Extensão Rural. Plantas Medicinais e Sistema Agroflorestal. Campinas, 2020. <<https://www.cdrs.sp.gov.br/portal/themes/unify/arquivos/produtos-e-servicos/acervo-tecnico/CDRS-DEXTRU-PLAMED-SAF1.pdf>> Acesso em 17 Ago 2021.
- Valverde, S.S; Oliveira, t. b.; Souza, s.p. *Solidago chilensis* Meyen (Asteraceae). **Revista Fitos**, vol. 7 - nº 03 - julho / setembro 2012 .
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100171405>> Photographer: G. A. Parada CC-BY-NC-SA.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100160182>> Photographer: O.M. Montiel CC-BY-NC-ND.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

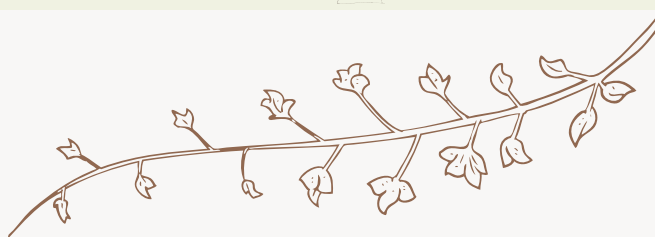
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5,6)

ARNICA-DO-MATO *Sphagneticola trilobata*

ARNICA-DO-MATO - *Sphagneticola trilobata* (L.) Pruski (= *Wedelia paludosa* DC.)

NOME POPULAR:

Arnica-do-mato, arnica-do-brejo, pseudo-arnica, vedelia, vadelia, malmequer, mal-me-quer do brejo, margaridão, pingo-de-ouro, insulina vegetal(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Aprecia áreas úmidas, mas desenvolve-se também em outros ambientes, desde que não estejam sujeitas a secas prolongadas. Tolera sombreamento, porém floresce com mais intensidade ao sol(1).

Prospera em vales, valas, estradas molhadas, plantações, florestas naturais, pastagens, áreas costeiras e áreas urbanas(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É nativa da América do Sul, América Central, México e Índias Ocidentais. Ele foi amplamente encontrado em Bangladesh, Índia, China, Malásia, Indonésia, Vietnã, Camboja e Mianmar. É uma planta selvagem e altamente invasiva(2).

CURIOSIDADES:

Na medicina Ayurvédica é utilizada a espécie *Wedelia calendulaceae* para dor de cabeça, diarreia e distúrbios hepáticos(1).

No Rio Grande do Sul, onde a planta é conhecida pelo nome popular de “insulina vegetal”, usa-se a infusão das folhas para casos de diabetes(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Os extratos aquosos de *S. trilobata* exerceram considerável efeito hipoglicemiante e apresentaram potencial antidiabético(2). Possui propriedades antibacteriana, antifúngica, antidiabética, hepatoprotetora, antioxidante, anticâncer e antipirético-analgésica(4). O uso externo na forma de compressas, da alcoolatura, tintura ou infusão preparada com as partes aéreas desta planta tem bons resultados em dores musculares, articulares, contusões e machucados(4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar uma infusão com uma colher de sobremesa das flores e folhas picadas em uma xícara de água e tomar 3 xícaras ao dia(1).

Uso Tópico:

Infusão preparada com 1 colher de sobremesa das partes aéreas rasuradas para 1 xícara de 200 mL. Realizar o uso tópico na forma de compressa no local com auxílio de um algodão ou pano limpo, até 3 vezes ao dia, por no máximo duas semanas, para alívio de dores reumáticas, artralguas e contusões(4).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

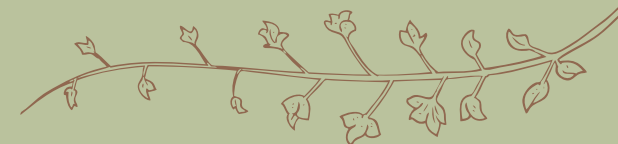
Não há estudos sobre interações medicamentosas, mas as indicações populares orientam cautela em quem usa medicamentos para diabetes(1).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Devido à falta de informações sobre seus efeitos colaterais deve-se realizar o uso interno desta planta somente com acompanhamento profissional. Em casos isolados pode provocar reações alérgicas com formação de vesículas e necrose(4).

REFERÊNCIAS:

1. Horto didático de plantas medicinais do HU/CCS. Campus Universitário - Trindade - Florianópolis - Santa Catarina - Brasil. *Sphagneticola trilobata* (L.) Pruski. Disponível em: <<https://hortodidatico.ufsc.br/arnica-wedelia/>> Acesso em: 25 Feb 2022.
2. Chi, H.T.; Thuong, N.T.L.; LY, B.T.K *Sphagneticola Trilobata* (L.) Pruski (Asteraceae) Methanol Extract Induces Apoptosis in Leukemia Cells through Suppression of BCR/ABL. **Plants**, 10, 980, 2021.
3. Mardina, V.; Ilyas S.; Halimatussakdiah, H.; Harmawan, T.; Tanjung, M.; Yusof, F. Anticancer, Antioxidant, and Antibacterial Activities of the Methanolic Extract from *Sphagneticola trilobata* (L.) J. F Pruski Leaves. **J Adv Pharm Technol Res.** Jul-Sep;12(3):222-226, 2021.
4. Garlet, T. M. B. Plantas medicinais nativas de uso popular no Rio Grande do Sul. UFSM: PRE, 2019.
5. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022 <<http://www.tropicos.org/Image/100813374>> Photographer: John Pruski CC-BY-NC-SA.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 25 Feb 2022 <<http://www.tropicos.org/Image/100538048>> Photographer: John Pruski CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

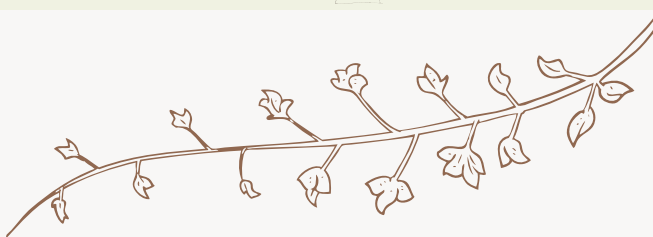
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(5,6)

GERVÃO

Stachytarpheta cayennensis

GERVÃO - *Stachytarpheta cayennensis* (Rich.) Vahl

NOME POPULAR:

Gervão, gervão-zaul, rinchão, gervão-roxo, gervão-do-campo, falsa-verbena, uregão, aguarapondá(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Possui fácil adaptação e alta tolerância ambiental, características que fazem dela uma espécie ruderal. Propaga-se por sementes(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É nativa do Brasil onde cresce em beira de matas sendo considerada como “planta daninha”, quando cresce em local não desejado(1).

CURIOSIDADES:

No Caribe e na Jamaica, é muito utilizada contra vermes e parasitas intestinais. E na Índia, o chá das folhas de gervão é usado no tratamento de inflamações reumáticas, febre e desintéria(1). Nas religiões afro-brasileiras é utilizado como folha sagrada para preparação de banhos de descarrego e *amacis* de cabeça (mistura de ervas, pedras e água - de cachoeira, rio, chuva ou mar, que é energizada ritualisticamente através de orações e aplicada na cabeça dos iniciados para facilitar incorporações mediúnicas em cerimônias religiosas). Há ainda lendas, que contam que as flores do gervão servem de alimento às fadas, seres mitológicos que habitam jardins e criam uma atmosfera de encantamento e fantasia(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Indicado para prisão de ventre e como estimulante digestivo (estomacal, intestinal e biliar) e contra febre(1).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

É indicado seu chá, preparado pela adição de água fervente em 1 xícara de chá contendo 1 colher de sobremesa das folhas fatiadas, na dose de 1 xícara de chá, 2 vezes ao dia antes das refeições(1).

Uso Tópico:

Em uso externo é indicado na forma de cataplasma contra feridas, contusões e afecções da pele (eczemas e erisipela)(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

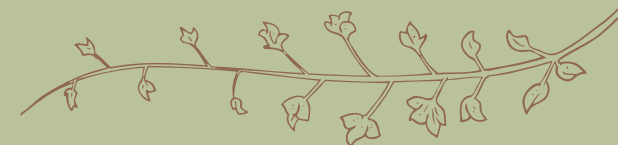
Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Apresenta propriedades etnofarmacológicas como anti-inflamatória, anti-Leishmania, antipirética, anti-helmintíca, para tratamento de disfunções no trato gastrointestinal, diurética e emoliente(2).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
- Dalmagro, A.P.; Gasparetto, A. *Stachytarpheta cayennensis* (Rich.) Vahl: constituição fitoquímica preliminar e efeito antibacteriano. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 3, n. 1, p. 532-544 jan./feb. 2020.
- Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - Herbário Prof. Jorge Pedro Pereira Carauta (HUNI), Instituto de Biociências da UNIRIO, Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://www.unirio.br/ccbs/ibio/herbariohuni/stachytarpheta-cayennensis-rich-vahl>> Acesso em: 04 Nov 2021.
- MOREIRA, H. J. C.; BRAGANÇA, H. B. N. **Manual de identificação de plantas infestantes .Cultivos de verão**. Campinas, SP. 2010.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 04 Nov 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100228574>> Photographer: Ehoarn Bidault CC-BY-NC-ND.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 04 Nov 2021<<http://www.tropicos.org/Image/100120993>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

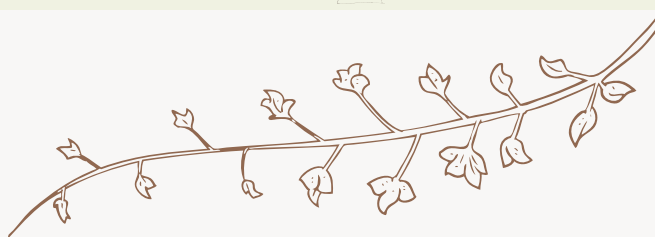
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(6,7)

CONFREI

Symphytum officinale

CONFREI - *Symphytum officinale* L.

NOME POPULAR:

Confrei-russo, confrei, consolida-maior, erva-do-cardial, língua-de-vaca, orelha-de-burro, leite vegetal(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

O plantio do confrei deve ocorrer de agosto a novembro, mas se houver condições satisfatórias de calor e umidade, o plantio pode ser realizado o ano todo. A propagação da planta é feita por mudas pela divisão de touceiras ou a partir de rizomas com cerca de 5 cm. Apresenta bom desenvolvimento em solos argilosos, soltos, profundos, levemente úmidos e com bastante matéria orgânica. A primeira colheita das folhas de confrei pode ser feita a partir do quarto mês de plantio e deve ser obedecido um intervalo de dois ou três meses entre cada colheita(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma planta de origem européia e asiática que foi introduzida nos Estados Unidos e na América do Sul. Atualmente, o confrei encontra-se espalhado por diversos países e não foi claramente estabelecido como ele foi introduzido no Brasil(2).

CURIOSIDADES:

As raízes moídas são usadas como cataplasma para aliviar o incômodo causado por picadas de insetos e queimaduras(1).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Cicatrizante de feridas, inclusive de úlceras varicosas e irritações da pele(1) e anti-inflamatório(3).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Os efeitos hepatotóxicos do confrei limitam seu uso apenas para preparações de aplicação tópica(2).

Uso Tópico:

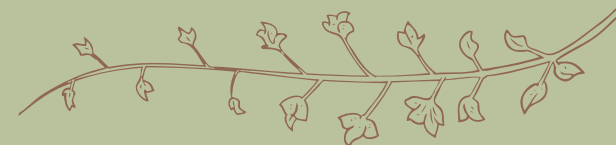
Deve-se preparar uma decocção com 1 a 3 colheres de chá das folhas secas em um copo de água, ferver durante 10-15 minutos. Este decocto deve ser aplicado sobre a lesão(3).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Foi demonstrado que alcaloides pirozolidínicos presentes no confrei são os responsáveis por seus efeitos mutagênicos e carcinogênicos(2). A quantidade de alcalóides contidos em uma xícara de chá de folhas de confrei varia de 8,5 a 26 mg e das raízes bem mais, o que pode causar grandes intoxicações por via oral, cujos resultados vão aparecer três a quatro anos depois(1).
- O extrato fluido de raízes secas de confrei utilizado para preparação de pomadas e géis é utilizado como auxiliar no tratamento decorrente de entorses e contusões. Nesses casos, aplicar na área afetada, 2 vezes ao dia. Não utilizar por mais de 10 dia(4,5).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. FERRARI, R., BARBOSA, A.M., ORNELAS, S.S., LANO, E.D., BARBOSA, A.C.L. Confrei (*Symphytum officinale*) - Aspectos botânicos, fitoquímicos e terapêuticos. **Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde**. v.16 • n.6 • 2012 • p.227-237.
3. CARVALHO, J.C.T. **Formulário Médico-farmacêutico de Fitoterapia**. 3 ed. São Paulo: Pharmabooks, 2012.
4. European Medicines Agency . Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). European Union herbal monograph on *Symphytum officinale* L., radix. EMA/HMPC/572846/2009.
5. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
6. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100121365>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100121366>> Photographer: David Stang CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

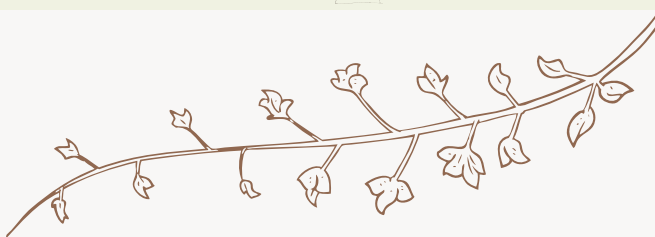
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica
Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica
Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS
Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora
Ângela Sperry

Revisores
Cristiane Bernardes de Oliveira
Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(11.12)

JAMBOLÃO
Syzygium cumini

JAMBOLÃO - *Syzygium cumini* (L.) Skeels

NOME POPULAR:

Jambolão, cereja, jalão, jambol, jambu, jambul, azeitona-do-nordeste, ameixa-roxa, jambuí, murta(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

A espécie é reconhecida como uma planta bastante rústica e de rápido crescimento, adaptando-se bem em qualquer tipo de solo. Apesar de sua origem tropical, pode ser cultivada em todo o território brasileiro. Aprecia solos úmidos e o calor, pode ser propagado por sementeira direta ou mudas em viveiro(2).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Árvore exótica de origem indiana, adaptou-se às condições de solo e clima brasileiros, principalmente ao longo do litoral, sendo hoje uma espécie quase espontânea, sobretudo na região Nordeste do País(3).

CURIOSIDADES:

Um estudo demonstrou que devido ao pigmento antocianina, o fruto pode-se tornar valioso para o desenvolvimento de células solares fotovoltaicas de baixo custo, ajudando a diminuir os custos de produção de painéis solares em aproximadamente 40%(4).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

A fruta, principalmente as sementes, são bem conhecidas por suas propriedades hipoglicemiantes, antilipidêmicas e antihipertensiva(5,6). As cascas e as folhas possuem atividade anti-inflamatória e antibacteriana(5).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Decocção utilizando, 1 colher de café do pó dos frutos ou das sementes secas em 150 ml de água até 4 vezes ao dia, conforme resultado da glicemia(1).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

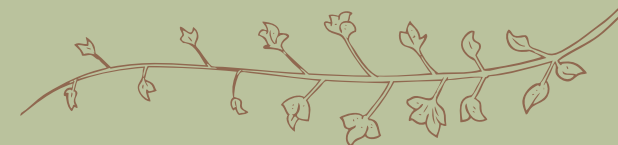
Vários autores relataram sobre os efeitos colaterais comuns no uso de altas doses, em pacientes diabéticos, tais como, distúrbios gastrointestinais, náuseas, coloração vermelha da urina, fraqueza peculiar na parte inferior das pernas e temporária depressão(7).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Estudos clínicos comprovaram o efeito hipoglicêmico das sementes(8), ao passo que para as cascas somente há estudos pré-clínicos com ação significativa nesse sentido(9). Apesar da medicina popular utilizar muito as folhas do jambolão para o manejo do diabetes, estudos clínicos não demonstraram a atividade hipoglicemiante das folhas(10).

REFERÊNCIAS:

- LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed., 2008.
- LORENZI, H., **Árvores Exóticas no Brasil - Madeiras, ornamentais e aromáticas**. Instituto Plantarum. Nova Odessa - SP, 2003.
- LORENZI, H.; BACHER, L.; LÁCERDA, M.; SARTORI, S. **Frutas brasileiras e exóticas cultivadas**. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2006.
- SAWHNEY N, RAGHAV A, SATAPATHI S. Utilization of Naturally Occurring Dyes as Sensitizers in Dye Sensitized Solar Cells. IEEE. **Journal of Photovoltaics** 7(2):539-544, 2017.
- Chhikara, N.; Kaur, R.; Jaglan, S.; Sharma, R.; Gat, Y.; Panghal, A. Bioactive compounds and pharmacological and food applications of *Syzygium cumini*—A review. **Food Funct.** 9, 6096, 2018.
- Sidana, S., Singh, V. B. Effect of *Syzygium cumini* (Jamun) seed powder on blood pressure in patients with type 2 diabetes mellitus-A double blind randomized control trail. **Int. J. Sci. Res.**, 5(3), 753-755, 2016.
- Helmstadter ,A. *Syzygium cumini* (L.) Skeels (Myrtaceae) against diabetes- 125 years of research, Die- Pharmazie- **An Int. J. Pharmaceutical Sciences**, 63(2), 91-101, 2008.
- Sahana, D. A. et al. **Journal of Pharmacy Research**, v. 3, n. 6, p. 1268-1270, 2010.
- Tripathi, A. J.; Kohli, S. **Journal of Complementary and Integrative Medicine**, v. 11, n. 2, p. 71-81, 2014.
- Teixeira, C. C. et al. **Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics**, v. 31, p. 1-5, 2006.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 21 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100551362>> Photographer: Benito Quezada CC-BY-NC-ND.
- Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 21 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100128290>> Photographer: Richard Randrianaivo, MBG-Madagascar CC-BY-NC-ND.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

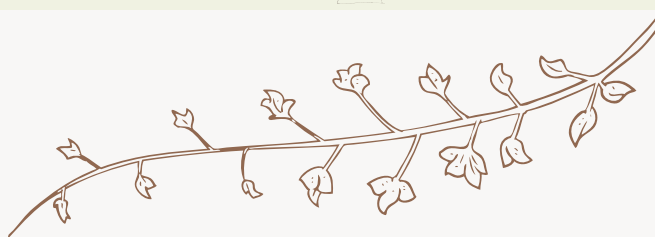
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(7,8)

CHINCHILA
Tagetes minuta

CHINCHILA - *Tagetes minuta* L.

NOME POPULAR:

Cravo-de-defunto, cravo-bravo, coari-bravo, estrondo, rabo-de-foguete, vara-de-rojão, cravo-do-mato, voadeira, cravo-de-urubu, coorá, erva-fedorenta, alfinete-do-mato, rosa-de-lobo, rabo-de-rojão¹, chinchilho^(2,3).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Multiplica-se facilmente por semente, cresce naturalmente a partir da primavera e praticamente desaparece com o início do inverno. A floração ocorre principalmente no final do verão, atraindo abelhas^(2,3).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

É uma espécie naturalizada e não endêmica do país⁽⁴⁾. É considerada uma erva daninha que se desenvolve espontaneamente em todo o país, instalando-se em áreas cultivadas, áreas abandonadas e margens de rodovias⁽⁵⁾.

CURIOSIDADES:

T. minuta é amplamente comercializada devido ao seu óleo essencial, o qual é utilizado na indústria de perfumes e flavorizantes. Como flavorizante, seu óleo é muito utilizado em produtos alimentícios, incluindo bebidas alcoólicas e coca-cola, sobremesas, balas, gelatinas, condimentos e temperos⁽¹⁾.

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

É empregada na medicina popular na forma de infusão ou decoção das folhas para problemas estomacais, pneumonia, verminoses e também como repelente a determinados insetos^(3,5). Como sedativo, na febre e amenorreia⁽⁶⁾.

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão, utilizando 1 parte da planta para 2 partes de água. Tomar de 3-4 xícaras de chá ao dia. Como sedativo apenas 1 xícara de chá antes de dormir⁽⁶⁾.

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

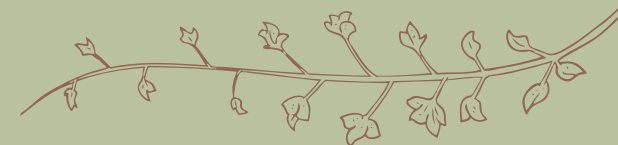
Em um estudo, *T. minuta* apresentou um efeito irritante primário na pele intacta e pode causar dermatite de contato alérgica grave e prolongada, com sensibilização cruzada para outras plantas da família Asteraceae⁽¹⁾.

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

A espécie está ausente em todas as edições da Farmacopeia Brasileira, assim como das monografias da Farmacopeia Americana. A espécie não é citada no compêndio de monografias do Canadá (Health Canada - HC) e nem nas monografias de fitoterápicos da Comunidade Europeia (European Medicines Agency - EMA)⁽¹⁾.

REFERÊNCIAS:

1. MINISTÉRIO DA SAÚDE. MONOGRAFIA DA ESPÉCIE *TAGETES MINUTA* L. (CRAVO-DE-DEFUNTO). Brasília. Organização: Ministério da Saúde e ANVISA, 2015. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/images/pdf/2017/setembro/11/Monografia-Tagetes-minuta.pdf>> Acesso em: 14 Set 2020.
2. GOULART, I. M.; MAYOR, E. R.; PIESANTI, S. R.; FERNANDES, R. K. U.; SCHIEDECK, G. **Efeito de *tagetes minuta* na germinação de sementes e desenvolvimento de plântulas de alface.** Embrapa, 2016.
3. SCHIAVON, D.B.A.; SCHUCH, L.F.D.; FACCIN, A.; GONÇALVES, C.L.; VIEIRA, V.S.C.; GONÇALVES, H.P. REVISÃO SISTEMÁTICA DE *Tagetes minuta* L. (Asteraceae): USO POPULAR, COMPOSIÇÃO QUÍMICA E ATIVIDADE BIOLÓGICA. **Science and animal health**. v.3 n.2 jul/Ddez 2015 p. 192-208.
4. Carneiro, C.R. ***Tagetes* in Flora do Brasil 2020 em construção.** Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://reflora.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB16341>> Acesso em: 14 Set 2020.
5. HENRIQUE JOSÉ DA COSTA MOREIRA & HORLANDEZAN BELIRDES NIPPES BRAGANÇA. **Manual de identificação de plantas infestantes:** Cultivo de verão. Campinas, SP, 2010.
6. AGRA, M. F. et al. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 111, p. 383-395, 2007.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100832600>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 28 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100832734>> Photographer: Jessie Harris CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

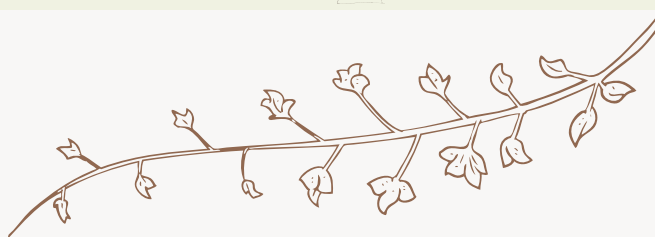
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Cristiane Bernardes de Oliveira

Revisores

Roger Remy Dresch
Melaine Terra
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMF



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Jardim Botânico UTAD(6,7)

CANTIGA-DE-MULATA

Tanacetum vulgare

CANTIGA-DE-MULATA - *Tanacetum vulgare* L.

NOME POPULAR:

Catinga-de-mulata, atanásias-de-boticas, anil-bravo, botão-amarelo, erva-contravermes, erva-dos-vermes, erva-lombrigueira, palma, tanaceto-comum, tanaceto, tanásia e tasneira(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Multiplica-se por sementes(2) e divisão por raízes. Prefere regiões de clima temperado(3). É sensível a seca(4). Tem preferência por solos arenosos, mas bem drenado(4).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Nativo de terrenos úmidos da Europa e cultivado no Brasil(1).

CURIOSIDADES:

No passado na Europa era hábito entre os camponeses recolher as plantas inteiras no campo e pendurá-las nos galpões rurais para secar e posteriormente espalhá-las por toda a casa para espantar as moscas, para afugentar as traças e para repelir as pulgas(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

É amplamente utilizada na medicina tradicional para o tratamento de enxaqueca, distúrbios estomacais, picadas de insetos, bronquite, artrites, gripe e também como emenagogo(1). Para aliviar náuseas e estimular o apetite(3). Apresenta potente ação vermífuga(4), além de atividade amarga digestiva na dispepsia e como carminativa(5).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Raramente é utilizada por via oral, apenas para facilitar a menstruação, aliviar náuseas e estimular o apetite(3). A infusão de seus capítulos florais é usada como um anti-helmíntico recomendado contra a *ascaris* e os oxiuros(5). Infusão, utilizando 1 colher de chá das partes aéreas, para uma xícara de chá, duas vezes ao dia(5).

Uso Tópico:

O banho do seu chá preparado com suas folhas e flores é usado para o tratamento da sarna(3). Na sua aplicação externa, o seu azeite é usado para combater o reumatismo(5).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

Não há evidências científicas robustas e/ou validadas em compêndios oficiais que permitam recomendar doses e tempo de utilização de forma segura e sem efeitos adversos.

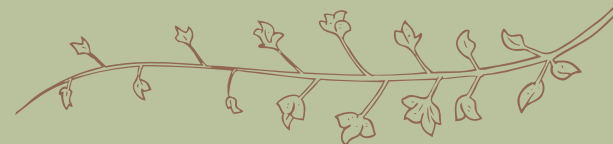
A catinga-de-mulata (*Tanacetum vulgare*) é uma planta com alto grau de toxicidade por isso deve-se tomar cuidado com a dosagem ao administrá-la por via oral. Não utilizar na gestação e lactação(3,4).

CONSIDERAÇÕES ADICIONAIS:

Ensaio biológico tem demonstrado a existência em suas folhas de propriedades insetífuga (afasta insetos), o que é devido à presença de tujona(3).

REFERÊNCIAS:

1. GUERREIRO, K.K.; BOBEK, V.; SANTOS, V.L.P.; FRANCO, C.R.C.; PAULA, J.P.; FARAGO, P.V.I.; BUDEL, J.M. Análise farmacobotânica de folha e caule de *Tanacetum vulgare* (L.). **Rev. Bras. Pl. Med.**, Campinas, v.18, n.1, p.89-95, 2016.
2. Cidade de São Paulo verde e meio ambiente. **Plantas medicinais**. Disponível em: <https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/meio_ambiente/servicos/viveiros/index.php?p=30187> Acesso em: 19 Out 2021.
3. LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. Nedopetalski, P.F.; Krupek, R.A. O uso de plantas medicinais pela população de União da Vitória - PR: o saber popular confrontado pelo conhecimento científico. **Arquivos do Mudi**, v. 24, n. 1, p. 50-67, 2020.
5. HOFFMANN, D. **O Guia Completo das Plantas Medicinais**. São Paulo: Cultrix, 2017.
6. Imagem da espécie *Tanacetum vulgare* por Martin Sirovs do Jardim Botânico UTAD, Flora Digital de Portugal. Disponível em: <https://jb.utad.pt/fotografia/Tanacetum_vulgare.9689469095a7c84a549340.mi.jpg> Acesso em: 19 Out 2021.
7. Imagem da espécie *Tanacetum vulgare* por Andreas Rockstein do Jardim Botânico UTAD, Flora Digital de Portugal. Disponível em: <https://jb.utad.pt/fotografia/Tanacetum_vulgare.9df5742e4005288900d95b.mi.jpg> Acesso em: 19 Out 2021.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

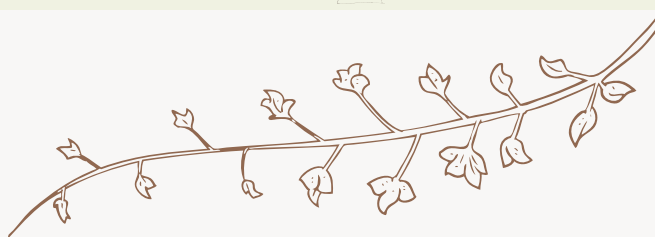
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira
Melaine Terra
Sílvia Beatriz Costa Czermainski
Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Tropicos(7,8)

DENTE-DE-LEÃO *Taraxacum officinale*

DENTE-DE-LEÃO - *Taraxacum officinale* F.H. Wigg.

NOME POPULAR:

Dente-de-leão, taraxaco, alface-de-cão, chicória-silvestre(1).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Cresce com muito vigor em solos agrícolas durante o inverno e a primavera. Propagada por meio de sementes(1).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta exótica, perene, distribuída e cultivada com facilidade em regiões temperadas. Cresce praticamente em todo o lugar, sendo considerada por muitos como uma erva daninha(1,2).

CURIOSIDADES:

As lendas contam que o dente-de-leão, planta que nasce entre gramas e nos burachinhos das calçadas, formou-se de poeira deixada pela carruagem do sol em suas peregrinações diárias, pois suas flores amarelas se abrem ao nascer do dia e se fecham ao cair da tarde(3).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Possui o uso tradicional bem estabelecido por estimular a diurese, para alívio de sintomas relacionados a distúrbios urinários leves(2,4,5); para aliviar perturbações do trato gastro intestinal como flatulências e dispepsias(2,4,5), estimulante biliar e do apetite(2,4,5). Anti-inflamatório e cicatrizante tópico nas lesões de pele (acne, furúnculos e feridas) e em irritações oculares(1,4).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Infusão utilizando 1 colher de sopa da planta inteira com raiz em 150 ml de água até 3 vezes ao dia(5).

Uso Tópico:

Compressas, banhos e cataplasmas: preparar 1 colher de sopa das folhas, flores e raízes em 150 ml de água em fervura por 5 minutos, nas lesões de pele (acne, furúnculos e feridas) e em irritações oculares, 3 a 4 vezes ao dia(1).

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- O uso não é indicado para pessoas com gastrite, úlcera gastroduodenal, cálculos biliares, obstrução dos ductos biliares e do trato intestinal(2,4,5).
- O uso pode provocar hipotensão arterial(2,4,5).
- O uso em pacientes com insuficiência renal e/ou diabetes e/ou insuficiência cardíaca deve ser evitado, devido a possíveis riscos devido à hipercalemia(5).
- Dor epigástrica e hiperacidez podem ocorrer, sem frequência definida(4).

REFERÊNCIAS:

1. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
2. WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants.** Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.3, 2009.
3. BORNHAUSEN, R.L. As ervas do sítio. São Paulo: UNESP. p. 80-82, 1996.
4. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Taraxacum officinale* Weber ex Wigg., radix cum herba L., herba.** Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2019.
5. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
6. Escudero NL, De Arellano ML, Fernández S, et al. *Taraxacum officinale* as a food source. **Plant Foods Hum Nutr.** 58:1-10, 2003.
7. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100186695>> Photographer: Germaine A. Parada CC-BY-NC-SA.
8. Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 24 Feb 2022<<http://www.tropicos.org/Image/100233229>> Photographer: Gerrit Davidse CC-BY-NC-SA.



Cuidados Gerais

Utilize somente plantas medicinais identificadas botanicamente.

Evite o uso durante a gravidez e lactação.

Evite o uso prolongado do mesmo chá medicinal, exceto sob orientação profissional.

Chás medicinais podem apresentar contraindicações e efeitos indesejados. Suspenda o uso em caso de alergia.

Troque informações com profissionais de saúde.

Plantas medicinais devem respeitar o cultivo agroecológico ou orgânico. Não colha em beiras de estradas e locais poluídos.

Medidas de Referência

Colher de sopa: 3 g/15 ml
Colher de sobremesa: 2 g/10 ml
Colher de chá: 1 g/5 ml
Colher de café: 0,5 g/2 ml
Xícara de chá ou copo: 150 ml

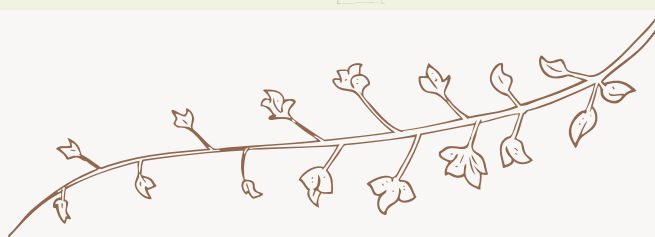
Formas de Preparo

Infusão:

Colocar água potável fervente sobre a planta medicinal (fresca ou seca), dentro de um recipiente, abafando com um prato de louça por 5 a 10 minutos em repouso; coar em seguida.

Decocção:

Colocar a planta medicinal em água potável fria e ferver por 10 a 15 min. Coar após o cozimento e deixar em repouso por 5 a 10 minutos.



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul

Arita Gilda Hübner Bergmann - Secretária

Departamento de Assistência Farmacêutica

Simone de Fátima Pacheco do Amaral - Diretora e
Coordenadora do Projeto APLPMFito/RS da PIPMF/RS

Divisão de Fomento à Qualificação da Assistência Farmacêutica

Gabriela Bandeira Burlamaque - Coordenadora

Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do RS

Carolina de Azevedo Fernandes - Referência Técnica da PIPMF/RS

Autora

Ângela Sperry

Revisores

Cristiane Bernardes de Oliveira

Melaine Terra

Sílvia Beatriz Costa Czermainski

Carolina de Azevedo Fernandes



Secretaria de Estado da Saúde do Rio Grande do Sul
Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
Projeto APL PM FITO RS / PNPMP



<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-intersetorial-de-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-no-sus-rs>
E-mail: plantas-medicinais@saude.rs.gov.br



Chá Medicinal



Fotografia: Lorenzi & Matos(3)

GENGIBRE

Zingiber officinale

GENGIBRE - *Zingiber officinale* Roscoe

NOME POPULAR:

Gengibre, mangarataia(2).

CARACTERÍSTICAS DE CULTIVO:

Adapta-se bem em climas tropical e subtropical, bem como em regiões mais frias. Desenvolve-se bem em terrenos arenosos, leves, bem drenados e férteis. Contudo, não deve ser cultivado seguidamente no mesmo lugar, pois sofre queda acentuada de produção. Propaga-se através de gomos, que são pedaços de rizoma, com 1 a 2 brotos e o plantio deverá ser feito nos meses de outubro a dezembro(8).

ASPECTOS RELACIONADOS À BIODIVERSIDADE:

Planta perene, nativa do sudeste da Ásia e é cultivada nas regiões tropicais, dentre elas o Brasil(2,3,4).

CURIOSIDADES:

Navios chineses levavam estoques de gengibres a bordo de longas viagens para prevenir escorbuto e enjoos marítimos e recomendavam esfregar a raiz cortada no couro cabelo para cessar a queda de cabelo. Na Índia, devotos evitam o consumo de alho em festivais religiosos para não ofenderem as divindades. Neste caso, o gengibre é consumido por deixar o hálito com um aroma agradável(9).

INDICAÇÃO TERAPÊUTICA:

Utilizado como antiemético(1,2), enjoos de gravidez(2,4,7), antidispéptico(1,2,3,4) e em casos de cinetose(1,2,4). Como antitussígeno, alívio dos sintomas de gripes e resfriados e afecções da garganta(2,3,4). Anti-inflamatório(4,5,6).

COMO UTILIZAR:

Uso Oral:

Preparar por infusão ou decoção 1 colher de chá do rizoma em 150 ml de água de 2 a 4 vezes ao dia(1,2).

Uso Tópico:

Não encontrado na literatura consultada.

CUIDADOS ESPECÍFICOS:

- Pessoas que fazem uso de anticoagulantes ou que apresentam distúrbios da coagulação sanguínea devem fazer uso somente com indicação médica. Da mesma forma para pessoas que apresentam cálculos biliares.
- Deve ser evitada a ingestão para pessoas com irritação gástrica e hipertensão arterial(1,2).

REFERÊNCIAS:

1. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário de Fitoterápicos:** Farmacopeia Brasileira. 2.ed. Brasília, 2021. 223p.
2. WHO, World Health Organization. **WHO monographs on selected medicinal plants.** Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.1, 1999.
3. LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil:** nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2 ed. 2008.
4. EMA, European Medicines Agency. **Community herbal monograph on *Zingiber officinalis* herba.** Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2012.
5. GHASEMIAN M, OWLIA S, Owlia MB. 2016. Review of antiinflammatory herbal medicines. **Adv. Pharmacol. Sci.**, 2016: 9130979.
6. YATOO, M. I., GOPALAKRISHNAN, A., SAXENA, A., PARRAY, O. R., TUFANI, N. A., CHAKRABORTY, S., et al. Anti-inflammatory drugs and herbs with special emphasis on herbal medicines for countering inflammatory diseases and disorders –a review. **Drug Discov.**, 2018.
7. VILJOEN E, VISSER J, KOEN N, MUSEKIWA A. A systematic review and meta-analysis of the effect and safety of ginger in the treatment of pregnancy-associated nausea and vomiting. **Nutr. J.** 13: 20, 2014.
8. PEREIRA, R.C.A; BEZERRA, M.G.A; RODRIGUES, T.H.S. **Cultivo de Gengibre em Região Litorânea do Ceará.** Comunicado Técnico. EMBRAPA Fortaleza-CE. n 184. 2012.
9. KAWA, Luciane. *Zingiber officinale* - Gengibre. Meio Ambiente. 26 de janeiro de 2015. Disponível em: <http://professoralucianekawa.blogspot.com/2015/01/zingiber-officinale-gengibre.html>. Acesso em: 01 de novembro 2022.

