



MANUAL COMPLETO DE ERVAS



PLANTAS QUE CURAM

Ameba:

- 1 - Sumo de hortelã da folha miúda com mel de abelha de urucu, durante 5 dias.
- 2 - Mastruz com leite em jejum durante 5 manhãs.

Anemia:

- 1 - Chá de erva cidreira - 2 vezes ao dia, durante 15 dias
- 2 - Chá de agrião - comer as folhas na salada
- 3 - Fubá de milho com rapadura - 2 colheres de sopa, 3 vezes ao dia
- 4 - Coentro cru - comer junto a comida, durante 30 dias

Asma:

- 1 - Mel de abelha com limão - tomar 1 colherinha de 10 em 10 minutos
- 2 - Chá de flor do cordão de São Francisco - tomar 2 vezes ao dia, durante 15 dias ou mais.

Azia:

- 1 - Chá de erva doce - tomar depois das refeições, durante 15 dias
- 2 - Alface ou um Chá da sua raiz - Comer a folha crua ou fazer um chá da sua raiz - 2 vezes ao dia durante 1 semana

Bexiga:

- 1 - Chá de folha de carambola
- 2 - Chá de caroço ralado de abacate
- 3 - Chá de cabelo de milho
- 4 - Chá de folha de pitanga

Qualquer deles, tomar 2 vezes ao dia, durante 15 dias

Baque:

- 1 - Chá de casca de quixabeira, de molho - 3 vezes ao dia até desaparecer os sintomas
- 2 - Chá de raiz de vassourinha de botão - 2 vezes ao dia, durante 1 semana
- 3 - Chá da folha de maracujá-estrela - 2 vezes ao dia, durante 5 dias
- 4 - Sumo de mastruz, com água - 1 vez ao dia, durante 5 dias

Barriga Inchada:

- 1 - Chá da folha do pé de mamão.
 - 2 - Chá de macela
 - 3 - Chá de folha de louro
 - 4 - Chá da flor do mamão macho
- Qualquer deles, 2 vezes ao dia, durante 15 dias

Bronquite:

- 1 - 1 gema de ovo com açúcar ou mel - 3 vezes ao dia, durante 7 dias.
- 2 - Chá de casca de juazeiro - 3 vezes ao dia, durante 1 semana
- 3 - Chá da flor da catingueira - 3 vezes ao dia, durante 1 semana
- 4 - Chá de pétala de rosa amarela - 2 vezes ao dia, durante 7 dias

Cansaço:

- 1 - Chá de alho branco - 2 vezes ao dia, durante 1 semana
- 2 - Limão com mel de abelha e bálsamo da vida - 2 vezes ao dia, durante 15 dias
- 3 - Chá da flor ou da madeira do Cordão de São Francisco - 3 vezes ao dia, durante 15 dias

Coqueluche:

- 1 - Lamedor com 3 beterrabas e 3 pedaços de cenoura - juntar tudo e fazer um chá, coar e colocar 2 xícaras grandes de açúcar. Tomar uma colher de sopa ou de chá, conforme a idade 2 vezes ao dia, até desaparecer o sintoma

Catarata:

- 1 - Raspar 1 cenoura crua, espremer num pano e colocar um pingo no olho, 3 vezes ao dia até desaparecer o sintoma
- 2 - Chá de canela - 3 vezes ao dia, durante 15 dias
- 3 - Chá de pimenta do reino - 2 vezes ao dia, ou conforme o caso

Câncer:

- 1 - Chá de pétala de rosa amélia (ensinado em sonho pelo Padre Cícero) - 3 vezes ao dia, durante 15 dias
- 2 - Massa de coco babaçu - tomar com leite, suco, mingau, banana, etc.
- 3 - Chá de Quixaba - 3 vezes ao dias, durante 15 dias
- 4 - Chá de alho roxo - 1 vez ao dia, durante 1 semana.

Coração:

- 1 - Chá da folha ou da flor da colônia, com endro - tomara à noite, por muito tempo.
- 2 - Chá da flor do milindro - 3 vezes ao dia, durante 15 dias
- 3 - Chá de coentro - pilar 3 sementes e fazer o chá - 2 vezes ao dia, durante 3 dias
- 4 - Chá de alecrim - 3 vezes ao dia, durante 15 dias
- 5 - Passar alho na testa
- 6 - Chá de gangonha - 2 vezes ao dia, durante 5 dias

Coceira:

- 1 - Colocar a raiz do pega-pinto de molho - tomar um banho com ela
- 2 - Água da raiz do coco catolé - 2 vezes ao dia, durante 1 semana.

Cólica Menstrual:

- 1 - Chá da folha de 7 dores
- 2 - Chá da folha de arruda
- 3 - Chá da folha de capim santo

Qualquer deles, 3 vezes ao dia, durante 3 dias

Dor de dente:

- 1 - Alho pisado com um pouco de álcool - colocar 1 gota no ouvido, do lado que dói o dente**
- 2 - Cravo da Índia - colocar a essência na cárie**
- 3 - Chá de pitanga - tomar uma xícara, 3 vezes ao dia**

Dor de Cabeça:

- 1 - Chá de semente de mostarda (torrada e transformada em pó) com a folha da hortelã miúda - 3 vezes ao dia, até passar a dor.**
- 2 - Chá de flores de mamoeiro macho - umas 7 folhas, tomar 3 vezes ao dia.**
- 3 - Semente de mostarda e girassol - pisar, colocar numa xícara com água quente e abafar, para tomar meia xícara, 3 vezes ao dia.**

Dor nos Olhos:

- 1 - Gergelim - cozinhas as folhas, esfriar e banhar os olhos**
- 2 - Girassol - cozinhar a folha e lavar o olho 2 vezes ao dia, durante 1 semana.**
- 3 - Arruda- colocar 1 gota do suco da arruda, no olho, de hora em hora.**

Dor na Coluna:

- 1 - Chá da folha de avenca (samambaia) - 3 vezes ao dia, durante 15 dias**
- 2 - Chá da casca de sassafral - 2 vezes ao dia, durante 15 dias**
- 3 - Sumo da folha da hortelã miúda, com mel - 2 vezes ao dia, durante 1 mês.**
- 4 – Casca de Quixabeira – faz a infusão em 5 dias e toma 1 cálice pequeno 3 vezes ao dia, durante 15 dias**

Dor de Ouvido:

- 1 - Alho - esquentar o alho no óleo e colocar 1 gota do óleo morno, no ouvido.**
- 2 - Arruda - machucar as folhas e colocar o sumo embebido em algodão, no ouvido.**

Espinhas, Rugas e Manchas:

1 - Pepino - cortar 1 pepino médio em rodelas e colocar num pilão, para esmagar até obter um creme. Depois juntar a 2 colheres de açúcar, coar e passar no rosto antes de dormir no local das manchas e lavar o rosto pela manhã.

Esquecimento:

1 - Limão - tomar 1 copo de suco de limão morno, no transcorrer do dia, durante 15 dias.

Furúnculos e Tumores na Pele:

1 - Óleo de Piqui - aquecer ele um pouco e com ele molhar uma folha de pimenta. Depois colocar a folha com o óleo em cima da ferida, mudando 3 vezes ao dia, até estourar

Ferida no Útero:

1 - Eucalipto - fazer o chá das folhas e tomar 2 vezes ao dia, durante 5 dias.

2 - Pau d'Arco Roxo - chá das folhas, tomar 2 vezes ao dia, durante 10 dias

Febre:

1 - Laranjeira - fazer o chá da folha, abafar durante 15 minutos e tomar ainda morno, várias vezes ao dia.

2 - Melancia - fazer o chá da semente e tomar várias vezes ao dia.

3 - Sabugueiro - fazer o chá das flores e folhas e tomar com pouco açúcar, ainda quente,

Fraqueza, anemia e vício de fumar:

1 - Pó de babaçu - colocar no leite e ferver - para a fraqueza e anemia, tomar 2 colheres de sopa, 1 pela manhã e a outra à tarde, durante 15 dias e para os que fumam e que são viciados em bebidas e drogas, devem usar diariamente, durante uns 4 ou 5 meses.

Gripe:

1 - Eucalipto - tomar o chá das folhas, adoçado com mel de abelhas, 2 vezes ao dia, durante uma semana

2 - Limão e Alho - Queima o açúcar numa caçarola e depois junta o limão em rodela com um dente de alho até ferver. Tomar o chá ao deitar, à noite, durante 5 dias.

3 - Jatobá - bota-se de molho a casca e toma-se à vontade.

4 - Mastruz - pisar umas 40 folhas e colocar o sumo em meio copo de leite e tomar durante uma semana.

Hemorroidas:

1 - Alho Branco - mastigar um dente do alho, pela manhã, durante 15 dias

Hepatite:

1 - Casca de limão maduro - colocar num vidro grande, com água, em infusão, até que a água fique amarela - tomar 2 xícaras por dia, até os sintomas desaparecerem.

Intestinos: (para funcionar bem)

1 - Laranja - comer com a pele branca, em jejum, pela manhã e uma antes de deitar, à noite e, paralelamente, beber muito líquido

2 - Chá da casca de quebra-faca - 2 vezes ao dia e, enquanto precisar

Inflamação dos Ovários:

1 - Malva Corama (folha santa) - pisar a folha e tomar 1 colher do suco por dia, em jejum, durante 15 a 20 dias

Menopausa:

1 - Louro verde ou seco - 1 folha para cada xícara de chá, ferver durante 5 minutos e tomar 1 xícara por dia ou quando for necessário, nas cólicas.

2 - Chá de folha de parreira (uva) - 1 xícara de manhã e outra à noite, antes de deitar. Repetir até desaparecer os calorões.

3 - Pepino grande - bater 1 no liquidificador e tomar o suco 1 vez por semana

Prisão de Ventre:

1 - Mamão, de manhã cedo, com sementes.

2 - Abóbora com mel ou rapadura - passar no liquidificador com água e tomar 10 ou 15 dias, todas as noites

3 - mel - 1 colher, num copo d'água, à noite.

Pele:

1 - Óleo de Oliva ou amêndoa do coco, com sumo de camomila

2 - Óleo de germe de trigo com pepino, mamão ou cenoura - para pele seca, usar 2 vezes ao dia, de preferência à noite, no rosto e no corpo

Pressão Alta:

1 - Farinha de mandioca - 1 colher de sopa, num copo com água, diariamente, pela manhã

2 - Chá de folha de hortelã miúda - 2 vezes ao dia, durante 15 dias

3 - Chá de endro - 2 vezes ao dia, durante 15 dias

Pressão baixa:

1 - Chá de canela

2 - Comer ovo duro com sal

3 - Caldo de feijão, com sal

Rins:

1 - Chá de cabelo de milho - 2 vezes ao dia durante 15 dias.

2 - Chá da raiz de quebra-pedra - 2 vezes ao dia durante 1 semana.

3 - Chá da folha seca da cana - 3 vezes ao dia, durante 15 dias.

4 - Caldo de cana - 1 litro por semana.

Reumatismo:

1 - Chá de uma folha do umbuzeiro e a cada dia mais uma folha - 2 vezes ao dia, durante 1 semana.

2 - Chá da folha do abacateiro - 3 vezes ao dia, durante 1 semana.

Resfriado:

1 - Chá de alho com limão - tomar à noite, durante 1 semana

2 - Chá de folha do eucalipto - 3 vezes ao dia, durante 5 dias

3 - Suco de laranja, sem água

4 - Suco de limão - nas refeições, durante 7 dias

5 - Suco de cenoura ou de beterraba - 3 vezes ao dia, durante 3 dias

Tuberculose:

1 - Sumo de mastruz com mel de abelha - 3 vezes ao dia, durante 5 dias

2 - Cozinhas folhas de mastruz com leite - 2 vezes ao dia, durante 6 dias

3 - Lambedor de casca de jatobá - 1 colher de sopa, 3 vezes ao dia

RELAÇÃO DE DOENÇAS E AS ERVAS INDICADAS



Aborto / prevenção >>> [Unha de Gato](#)

Acido úrico >>> [Bétula](#) - [Cavalinha](#) - [Douradinha](#) - [Salsaparrilha](#) - [Boldo do Chile](#) - [Bardana](#) - [Cabelo de Milho](#) - [Chapéu de Couro](#) - [Unha de Gato](#) - [Porangaba](#)

Acne >>> [Taiuiá](#)

Afecções das vias respiratórias >>> [Tanchagem](#)

Afecções das vias urinárias >>> [Quebra Pedra](#)

Afrodisíaco >>> [Carapiá](#) - [Marapuama](#) - [Catuaba](#) - [Ginseng Panax](#) - [Guaraná](#) - [Nó de Cachorro](#)

Aftas >>> [Alfavaca](#) - [Erva de Bugre](#) - [Jequitibá](#) - [Cajueiro](#) - [Pedra-Ume-Caá](#)

Analgésico >>> [Alfazema](#)

Anemia >>> [Angélica](#) - [Carqueja Amarga](#) - [Jurubeba](#) - [Guaraná](#)

Angústia >>> [Capim Cidrão](#)

Anti sifilítico >>> [Carobinha](#)

Antidientérico >>> [Erva de São João](#)

Antiespasmódica >>> [Beladona](#)

Antiinflamatório >>> [Cana do Brejo](#) – [Camomila](#)

Antinêmico >>> [Alcachofra](#)

Antioxidante >>> [Guaraná](#) - [Ginkgo-Biloba](#).

Antisséptico das vias urinárias >>> [Zimbro](#)

Apetite/ falta >>> [Alecrim](#) - [Boldo](#) - [Losna](#)

Ar/falta >>> [Jasmin](#)

Aromático tônico >>> [Cálamo](#)

Arteriosclerose >>> [Ipê Roxo](#) - [Sete Sangrias](#) - [Ginkgo-Biloba](#), [Ginseng](#) .

Artrite >>> [Arnica](#) - [Unha de Gato](#) - [Aroeira](#) - [Chapéu de Couro](#)

Artrose >>> [Arnica](#)

Asma >>> [Alfazema](#) - [Jaborandi Graúdo](#) - [Beladona](#) - [Angico](#) - [Eucalipto](#) - [Gengibre](#)

Azia >>> [Boldo](#) - [Espinheira-Santa](#) - [Pariparoba](#)

Bexiga, afecções na >>> [Quebra Pedra](#), [Ginseng](#)

Biles >>> [Cáscara Sagrada](#) - [Boldo](#) - [Chapéu de Couro](#) - [Jaborandi](#)

Blenorragia >>> [Barbatimão](#) - [Boldo](#) - [Ginseng](#).

Boca amarga >>> [Picão](#)

Bronquite >>> [Alcaçuz](#) – [Alfavaca](#) - [Guaco](#) - [Jaborandi Graudo](#) -

Cálculos biliares >>> [Melissa Officinalis](#) – [Menta](#) - [Boldo](#)

Cálculos renais >>> [Abacateiro](#) - [Quebra Pedra](#)

Calmante >>> [Alfazema](#) - [Arruda](#) - [Hipérico](#) - [Maracujá](#) - [Melissa](#) - [Tília](#)

Candidíase >>> [Ipê Roxo](#)

Cardiotônico >>> [Angélica](#) - [Douradinha](#) - [Ginseng Panax](#) – [Melissa](#)

Caspa >>> [Juá](#)

Catapora >>> [Sabugueiro](#)

Catarro >>> [Sabugueiro](#) - [Zimbro](#) - [Jaborandi](#) [Graúdo](#) - [Alfazema](#) - [Cáscara-Sagrada](#)

Caxumba >>> [Jaborandi](#)

Celulite >>> [Agar-Agar](#) - [Centelha Asiática](#)

Cicatrizante >>> [Carobinha](#) - [Confrey](#) - [Erva de Bugre](#) - [Espinheira Santa](#)

Circulação >>> [Alecrim](#) - [Artemísia](#) - [Castanha da Índia](#) - [Cavalinha](#) - [Centella Asiática](#) - [Hamamélis](#) - [Sete Sangrias](#) - [Gengibre](#)

Cirrose >>> [Boldo](#) - [Alcachofra](#)

Cistite >>> [Cana do Brejo](#) - [Cabelo de Milho](#) - [Aroeira](#) - [Quebra Pedra](#)

Cistos >>> [Barbatimão](#) - [Unha-De-Gato](#)

Coceira >>> [Erva de Bugre](#)

Colesterol >>> [Bétula](#) - [Cajueiro](#) - [Carqueja Amarga](#) - [Chapéu de Couro](#) - [Graviola](#) - [Salsaparrilha](#) - [Alcachofra](#) - [Alfafa](#) - [Pata de Vaca](#) - [Gengibre](#)

Colica menstrual >>> [Artemísia](#) - [Aroeira](#) - [Carapiá](#) - [Tília](#).

Concentração / falta >>> [Ginkgo-Biloba](#)

Constipação >>> [Agar Agar](#) - [Cáscara-Sagrada](#) - [Espinheira-Santa](#) - [Sene](#)

Contusões >>> [Aroeira](#) - [Arnica](#)

Corrimento vaginal >>> [Barbatimão](#)

Depressão >>> [Hipérico](#) - [Tília](#)

Depurativo >>> [Carobinha](#) - [Carqueja Amarga](#) - [Douradinha](#) - [Pata de Vaca](#) - [Sassafrás](#) - [Angico](#) - [Cana do Brejo](#) - [Dente de Leão](#) - [Taiuiá](#) - [Salsaparrilha](#)

Dermatite >>> [Sete Sangrias](#)

Dermatoses >>> [Sucupira](#) - [Valeriana](#)

Desânimo >>> [Guaraná](#) - [Ginseng](#) - [Catuaba](#)

Desintoxicante >>> [Bardana](#) - [Dente de Leão](#) - [Garra do Diabo](#)

Diabetes >>> [Cajueiro](#) - [Chapéu de Couro](#) - [Graviola](#) - [Jurubeba](#) - [Losna](#) - [Pata de Vaca](#) - [Pfáffia](#) - [Carqueja Amarga](#) - [Jaborandi Gráudo](#) - [Pedra-Ume-Caá](#)

Diarréia >>> [Abacateiro](#) - [Angico](#) - [Aroeira](#) - [Barbatimão](#) - [Erva de Bicho](#) - [Hipérico](#) - [Macela](#)

Digestivo >>> [Alcachofra](#) - [Alfavaca](#) - [Carqueja](#) - [Chapéu de Couro](#) - [Jasmin](#) - [Melissa](#) [Officinalis](#) - [Menta](#) - [Sálvia](#) - [Anis Estrelado](#)

Disenteria >>> [Angico](#)

Dispepsia >>> [Alecrim](#) - [Guaraná](#) - [Boldo](#) - [Cáscara-Sagrada](#)

Diurético >>> [Abacateiro](#) - [Cabelo de Milho](#) - [Cana do Brejo](#) - [Carqueja](#) - [Cavalinha](#) - [Chapéu de Couro](#) - [Douradinha](#) - [Pata de Vaca](#) - [Porangaba](#)

Diurético suave >>> [Hipérico](#)

Doenças inflamatórias >>> [Alcaçuz](#)

Dor de cabeça >>> [Ginkgo-Biloba](#) - [Guaraná](#) - [Sene](#) - [Guiné](#)

Dor nas pernas >>> [Ginkgo-Biloba](#)

Dor nos rins >>> [Espinheira-Santa](#) - [Quebra-Pedra](#)

Dores >>> [Arnica](#) - [Bétula](#)

Dores artríticas >>> [Sassafrás](#)

Dores de cabeça >>> [Guiné](#) - [Maracujá](#) - [Capim Cidrão](#)

Dores estomacais >>> [Alfavaca](#)

Dores gástricas >>> [Tília](#)

Dores musculares >>> [Confrey](#)

Eczemas >>> [Centella Asiática](#) - [Sete Sangrias](#) - [Sucupira](#)

Elefantíase >>> [Pata de Vaca](#)

Elimina uréia >>> [Boldo do Chile](#)

Emagrecer >>> [Carqueja Amarga](#) - [Cáscara Sagrada](#) - [Graviola](#) - [Alcachofra](#) - [Boldo do Chile](#) - [Carobinha](#) - [Sene](#) - [Centella Asiática](#) - [Erva de Bugre](#)

Emenagoga >>> [Vitex](#)

Energético físico e mental >>> [Pfáffia](#) - [Guaraná](#)

Energético geral >>> [Catuaba](#) - [Ginseng](#) [Panax](#)

Enjôos >>>

Enxaqueca >>> [Alfazema](#) - [Camomila](#) - [Guaraná](#)

Epilepsia >>> [Ginseng](#)

Erisipela >>> [Taiuiá](#)

Erupções cutâneas >>> [Chapéu de Couro](#)

Erupções cutâneas rebeldes >>> [Sassafrás](#)

Esgotamento físico mental >>> [Marapuama](#) - [Catuaba](#) - [Ginseng](#) - [Guaraná](#)

Espasmos em geral >>> [Erva de São João](#) - [Melissa Officinalis](#) - [Menta](#)

Esporão >>> [Garra do Diabo](#)

Estafa nervosa >>> [Alfavaca](#)

Estimulante físico e mental >>> [Guaraná](#)

Estimulante geral >>> [Alecrim](#) - [Cálamo](#) - [Porangaba](#) - [Erva Doce](#)

Estomacal >>> [Boldo](#) - [Carqueja](#) - [Cidreira](#) - [Espinheira-Santa](#) - [Macela](#) - [Pata de Vaca](#)

Estresse (STRESS) >>> [Valeriana](#) - [Catuaba](#) - [Guaraná](#) - [Ginseng](#)

Expectorante >>> [Eucalipto](#) - [Guaco](#) - [Juá](#)

Fadiga/cansaço >>> [Guaraná](#) - [Ginseng](#)

Faringite >>> [Angico](#)

Febre >>> [Carapiá](#) - [Sabugueiro](#) - [Alecrim](#) - [Aroeira](#)

Fígado >>> [Alcachofra](#) - [Losna](#) - [Macela](#) - [Pariparoba](#) - [Espinheira Santa](#) - [Carqueja Doce](#) - [Boldo do Chile](#) - [Camomila](#) - [Dente de Leão](#).

Flacidez >>> [Agar-Agar](#)

Flebites >>> [Castanha da Índia](#) - [Gingko Biloba](#)

Males e Doenças e Indicações Terapêuticas.



ABERRAÇÃO CROMOSSÔNICA: genericamente, qualquer alteração estrutural ou numérica de cromossomos na célula. Ver também síndromes: down, klinefelter, turner, etc.

ABLUÇÕES: o mesmo que lavagem.

ABORTIVAS: plantas e ervas que podem provocar aborto; se tomadas em maior quantidade, são um perigo; abutua, artemísia, algodoeiro (semente), açafraão, alecrim-do-jardim, arruda, babosa, buchinha-do-norte, aroeira, ananás (verde), cabacinha (fruto), café (folhas), caruru-de-cacho (sementes), Cavalinha, corticeira (semente), cipó-mil-homens, mamoeiro-vermelho, manga (suco da fruta), ruibarbo, salsa (semente usada com frequência). Evitar: Unha de Gato.

ABORTO, ajudar a evitá-lo: alfafa, capim-pé-de-galinha, calêndula, espelina, lágrimas-de-nossa-senhora (farinha), João-da-costa ou cura-tombo, limão, margarida, pita, salva, sálvia-do-rio-grande-do-sul, Unha-de-Gato, viburno.

ABRASIVA: capaz de provocar desgaste: cortar, moer, polir, perfurar.

ABSCESSO: tumor; ajuntamento de pus; inchaço causada por formação de pus; acumulação de pus numa cavidade originado por inflamações. Para amadurecê-lo, pode-se aplicar cataplasma de: açoita-cavalo (casca), assa-peixe ou mata-campo, arroz, bardana, cabaça ou porongo, calêndula, cardo-santo, cebola, cinamomo (folhas), erva-de-passarinho (fruto com farinha),

jurubeba (folhas e frutos, uso interno), malva, melão-de-são-caetano, tuna, amora-do-mato (folhas), aipo com farinha (emplasto), arrebenta-cavalo (aplicar fruto), copo-de-leite (bulbo amassado), vassourinha-do-campo (folhas picadas com sal, uso externo), Levedo de Cerveja, óleo de borragem, erva-dutra, pau-d'alho, sumaré, figo, Óleo de Alho.

ABSCISÃO: queda de folhas ou de frutos em vegetais.

ABSTERGENTE: usado para limpar ferimentos: limão, cebola, agrião, banana, figo, mamão.

ÁCAROS: insetos microscópicos que costumam proliferar dentro de objetos, feitos com matéria porosa tais como tapetes, colchões, cortinas etc. são causadores freqüentes de alergia.

ACIDEZ DA BOCA: limão.

ACIDEZ DO ESTÔMAGO: açoita-cavalo, amora-do-mato, anis, araçá-do-campo, bardana, Boldo-do-chile, camboatá, caqui, cipó-mil-homens, erva-cidreira, erva-de-raposa ou santos-filho, endro, funcho, Gengibre (bulbo), hortelã, juá (chá 5 frutinhas), laranja (casca), limão, losna, louro-preto, mamica-de-cadela (casca), paratudo (casca), pariparoba, pasto-de-anta, picão (folha e flor), pitanga, poejo, quebra-pedra, tansagem, paineira (casca), Espinheira-Santa, carqueja, Carvão Vegetal.

ACIDIFICANTE: torna ácido o meio em que está inserido.

ÁCIDO: capaz de, em solução aquosa, liberar íons hidrogênio, dando uma sensação picante ao paladar ou ao olfato.

ÁCIDO ASCÓRBICO: Vitamina C - vitamina hidrossolúvel antioxidante e que combate o escorbuto. Principais fontes: frutos cítricos como a Acerola, laranja e limão, Ferro+Vitamina C.

ÁCIDO BENZÓICO: substância química comum em vegetais, composta por um núcleo cíclico de átomo de carbono, chamado de benzeno, e um radical de ácido orgânico. Ele exerce ações anestésica local, anti-séptica e analgésica.

ÁCIDO NUCLÉICO: macromolécula presente nas células de todos os seres vivos; está relacionada com a hereditariedade; ver DNA e RNA.

ÁCIDO PRÚSSICO: ácido cianídrico; antídoto urucu.

ÁCIDO ÚRICO: um ácido azotado, que representa o último termo do metabolismo das purinas, e que é geralmente eliminado do organismo pela urina, mas que, em casos patológicos, forma grandes depósitos nas articulações -gôta- ou nas vias urinárias -cálculos-; agrião, Alcachofra, Hepatozan, arnica-do-mato, batata-de-sucupira, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-prata, cloreto de magnésio, congonha-de-bugre, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, erva-pombinha, cabelo-de-milho, japecanga, limão, pau-ferro, quebra-pedra, salsaparilha, samambaia, uva-do-mato, abacateiro (folhas), alfavaca, beldroega, capim-pé-de-galinha, ciperó, cardo-santo, chuchu, chá-de-bugre, erva-tostão, grama, losna, melancia, pixirica, sabugueiro, salsa (raiz), tiririca, trapoeraba, urtigão.

ÁCIDOS GRAXOS: classe de substância onde estão incluídas as gorduras; qualquer ácido

orgânico monocarboxílico.

ÁCINO-PANCREÁTICO: porção exócrina do pâncreas, responsável pela produção de enzimas digestivas.

ACLIMATADO: diz-se do vegetal que apesar de originário de outro país adaptou-se ao novo clima, sem prejuízo para seu desenvolvimento.

ACNE: erupção na pele que aparece pelo acúmulo de secreções que afetam as glândulas sebáceas; pústulas na pele; espinhas, cravos, cistos; doença das glândulas sebáceas do rosto, da pele. Duração de 2 a 20 anos. Evitar chocolate, derivados de leite, bebidas alcoólicas. Usar laxativos e purgantes. Regularizar as funções hepáticas e intestinais; caiapó, velame, rosa branca, exilir de velame, Levedo de Cerveja, Chlorella, Dolomita, agrião (salada), arroz (emplasto de farinha), argila (aplicar ou tomar na água), banhos faciais diários, limão (passar no local), feijão (farinha em vinagre, passar), maravilha (passar pó da semente), tansagem (chá), nogueira (chá das folhas), vitaminas A e vitamina E, salsaparrilha (chá das folhas e raiz), Própolis Ervas Spray.

ACROCÊNTRICO: cromossômos cujo centrômero se desloca visivelmente do centro.

ACRODINIA: doença infantil causada pela intoxicação por mercúrio, caracterizada por eritema do nariz e tórax, polineurite e sintomas gastrointestinais; afecção que se observa em ratos, cães e porcos, caracterizada por tumefação e necrose de patas, lábios e extremidades do nariz e dos ouvidos; tipo de neurite das extremidades, ocasionando inflamação e vermelhidão das mãos e dos pés, Carvão Vegetal.

ACTINA: proteína presente nas miofibrilas citoplasmáticas e essencial para a contração muscular.

AÇÚCAR: classe de substâncias orgânicas formadas por átomos de carbono, hidrogênio e oxigênio: ver também hidrato de carbono, monossacarídeos e polissacarídeos.

ACUIDADE MENTAL: capacidade de concentração, Ginkgo-biloba.

ADELGAÇADOR: afina, torna menos denso.

ADENITE: inflamações das glândulas: óleo de eucalipto, limão.

ADINAMIA: grande fraqueza muscular, sobretudo durante processos infecciosos prolongados; falta de força física e/ou moral, debilidade, fraqueza, prostração; astenia, Chlorella, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Cogumelo-do-Sol.

ADIPOSIDADE: excesso de gordura, obesidade; limão, Fat Blocker, Chlorella, Fibra Quitosana, Quitosana, Bioslim Quitosana.

ADOÇANTE: qualquer substância (açúcar, mel puro, melado, sacarina etc.) natural ou artificial, usado para adoçar um alimento ou bebida ou ainda como medicamento; frutose, stevia.

ADSORVENTE: captador de líquidos ou gases; Carvão Vegetal.

ADSTRINGENTE SUAVE o mesmo que adstringente, porém com uma ação mais leve.

ADSTRINGENTE: que contrai, estreita, reduz, produz constrição, união, ligação; que contrai os tecidos e vasos sanguíneos, diminuindo a secreção das mucosas; contrai ou recobre os tecidos orgânicos, diminuindo as secreções ou formando camada protetora; contraem os tecidos, combatendo diversas moléstias inflamatórias da boca, garganta, intestinos, órgãos genitais; provoca contração das mucosas, dos vasos e dos tecidos; agrião, aperta-ruão, aroeira, barbatimão, bolsa-de-pastor, buranhém, chicória, cipó-chumbo, óleo de eucalipto, Guaraná, jaca, jatobá, jequitibá, maçã, mil-em-rama, Óleo de Alho, romã, açoita-cavalo, álamo, avenca, begônia, caqui, chorão, cambuí, casca-de-anta, casca-de-cedro, cipó-escada, guabiroba, goiabeira, marmeleiro, noqueira, rosa, sempre-viva, videira (folhas).

AÉREA: parte do vegetal que vive e se desenvolve em contato com o ar.

AERÓBIAS: que requer oxigênio livre no processo respiratório.

AEROSSOL: produto cosmético no qual existem duas fases, uma gasosa e outra líquida.

AFECÇÃO BACTERIANA: Óleo de Alho.

AFECÇÃO CUTÂNEA: abscessos, acne, eczemas, espinhas, frieiras, furúnculos, herpes, impetigo, manchas e úlceras, abóbora-d'anta, barbatimão, batata-de-purga, batata-de-sucupira, canela-de-sassafrás, caroba ou carobinha, cedro-rosa, chagas-de-são-sebastião, cipó-azogue, confrey, fruto de biçuíba, funcho, gervão-roxo, japecanga, mata-pau, Maytenus, noqueira, óleo-de-copaíba, pau-d'alho, pirazoutama, pomada de cipó-azogue, pomada de Cyrtopodium, salsaparrilha, suma roxa, tomba, velame-do-campo, velame-do-mato, trianosperma.

AFECÇÃO DA VESÍCULA BILIAR: Alcachofra, Hepatozan, Acerola, Óleo de Alho.

AFECÇÃO DAS VIAS RESPIRATÓRIAS: mel puro e derivados, Óleo de Alho, Acerola.

AFECÇÃO DO FÍGADO: Alcachofra, Hepatozan, Boldo-do-chile, carqueja, jurubeba.

AFECÇÃO DO TRATO URINÁRIO: Espinheira-Santa, quebra-pedra.

AFECÇÃO GÁSTRICAS: gervão.

AFECÇÃO INTESTINAL: Carvão Vegetal.

AFECÇÃO NERVOSA: angústia, ansiedade, convulsões, depressão, epilepsia, histeria, insônia, nervosismo, neurastenia; artemísia, baúna, camomila, cassú, catuaba, cerejeira, erva-cidreira, Maracujá, mulungu, sementes de imburana.

AFECÇÃO PULMONAR: broncopneumonia, pleurisia, pneumonia, tuberculose; agrião, assa-peixe, cambará, cambucá, cerejeira, erva-de-passarinho, óleo de eucalipto, imburana, mastruço, seiva de jatobá.

AFERENTE: aquilo que chega. Nervos que fazem o impulso nervoso chegar ao snc são chamados de nervos aferentes, por exemplo. Ver também eferente.

AFONIA: perdas da voz, rouquidão; limão.

AFRODISÍACO: estimula o desejo sexual. Conserva ou restaura as forças geradoras; que excita os desejos sexuais; medicamento ou substância que excita o apetite sexual; cipó-cravo, confrey, seiva de bananeira (seiva), seiva de jatobá, japeribá, Guaraná, cedro rosa, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, catuaba, marapuama, manjerona, maca-peruana, Alcachofra, Hepatozan, abacate, agrião, amendoim, anis, aveia, batata-doce, baunilha (vagem), caju, canela, cereais (germes), chuchu, chicória, cravo-da-índia, crista-de-galo (semente com leite ou chá das flores), coca, colorau, damiana, erva-moura (brotos novos), gergelim, girassol (semente), giesta-das-canárias, losna, nastruço, mostarda, melão-de-são-caetano (sementes), noqueira, noz-moscada, pimenta, rabanete, salsaparrilha, confrey, criptocária, seiva de jatobá, japeribá.

AFTA: pequenas vesículas que logo se ulceram e que aparecem especialmente na mucosa da boca; alfavaca, limão, saião, malva, sucupira, tanchagem, sálvia, amora-preta, amora-vermelha (chá para fazer bochechos), tansagem (bochechos), guaçatonga (tomar e fazer bochechos), Carvão Vegetal, Própolis Ervas Spray.

AGENTE CITOTÓXICO: que é tóxico para as células.

AGENTE ETIOLÓGICO: àquele que causa uma doença - etiologia=causa, princípio.

AGLUTINAÇÃO: o mesmo que juntar, aproximar, aglomerar.

AGREGAÇÃO PLAQUETÁRIA, inibidor: previne a formação de trombose; Óleo de Alho.

AGROQUÍMICOS: nome genérico dado aos produtos químicos usados na agricultura convencional.

AIDS: Unha-de-Gato, echinácea, camapú, Cogumelo-do-Sol.

ALBUMINA: qualquer membro de uma classe de proteínas solúveis em água e coaguláveis por aquecimento.

ALBUMINÚRIA: ocorrência de proteína na uréia; cainca, limão, Alcachofra, Hepatozan, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-cabeludo, congonha-de-bugre, douradinha-do-campo, erva-tostão, parietária, limão.

ALCALINIZANTE: substância capaz de neutralizar a ação de um ácido; reduz a acidez sangüínea; cebola, pepino, tomate, melancia, melão, laranja, pêra.

ALCALÓIDES: classe de substâncias muito encontrada nos vegetais, de propriedades básicas, e de grande interesse medicinal. São substâncias químicas presentes numa variedade de plantas medicinais; possuem uma estrutura nitrogenada, de reação alcalina, com um ou mais átomos de carbono, normalmente em estrutura cíclica. Apresentam atividades farmacológicas marcantes e muito diversificadas.

ALCOOLISMO: plantas que ajudam a combater o vício de beber álcool: angélica, carvalho (chá das bolotas), limão, Maracujá-açu, couve (talos colocados na cachaça e tomar uma colher por

dia), erva-cancrosa, espinho-de-carneiro (a raiz no chimarrão), flor-do-pará, café salgado (uma xícara), vassoura-do-campo (chá dos brotos), Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare.

ALEITAMENTO: aumentam o leite materno: abóbora (comer), agrião, amendoim, amêndoas, aveia, banana, beldroega (comer e tomar chá), castanha, caju, canjica, cebola, cenoura (semente), cominho, coco, erva-doce, funcho, feijão, figos, grandiuva (chá), lentilha (comer), milho-verde, oliva (óleo), pamonha. Plantas que diminuem ou suprimem o leite materno: cana-do-brejo (chá da raiz), cerefólio (aplicando em cataplasma sobre os seios), dulcamara (cataplasma), escolopendra (chá, uso interno), sabugueiro (chá das flores), salsa (folhas amassadas em cataplasma), Sene (chá das folhas 3 xícaras por dia), hortelã-pimenta (cataplasma), pervinca (cataplasma das folhas), tasneirinha, sálvia (chá uso interno), calêndula (chá das folhas ou da flor). Para alergia no seio: carobinha-do-campo (tomar o chá e lavar com um cozimento mais forte), oficial-de-sala ou paina-de-sapo (lavar), tomar sal do mar em pequenas colheradas. Evitar alimentos e bebidas ácidas.

ALELO: que estão lado a lado; diz-se gens alelos daqueles que estão na mesma posição, em cromossomos diferentes do par homólogo; que ocupam o mesmo locus nos cromossomos homólogos.

ALERGIA: hipersensibilidade a determinadas substâncias e agentes físicos, que se manifesta em certas pessoas; doenças que se atribuem à alergia: asma, eczema, enxaqueca, urticária, etc.): adotar regime alimentar adequado. Fazer cura de limão, salsaparrilha, velame, Cecropia peltata L., EMBAUBA, Ginkgo biloba L., GINKGO, Chamaemelum nobile (L.) All., MACELA, Genciana lutea L., GENCIANA, Oenothera biennis L., ERVA-DOS-BURROS, Agaricus blazei, Ziziphus jujuba Mill., JUJUBA, Ipomoea carnea Jacq., ALGODÃO-BRAVO, Tabebuia impetiginosa (Mart. ex DC.) Standl., IPÊ-ROXO, MENTRASTO, erva-de-são-joão - Ageratum conyzoides L. Sieber, Óleo de Fígado de Bacalhau. Vitamina A e D - PHYTOMARE, ANGICO - Anadenanthera peregrina (L.) Speng., AGRIMÔNIA - Agrimonia eupatoria L., Piper callosum Ruiz & Pav., ELIXIR-PAREGÓRICO, Equisetum arvense L., CAVALINHA, Scutellaria baicalensis Georgi, SOLIDÉU-DE-BAICAL, BABOSA - Aloe arborescens Mill., Spilanthes acmella (L.) Murray., JAMBÚ. Tomar banhos de vapor. Ver também intoxicações. Levedo de Cerveja.

ALOPÉCIA: ausência congênita ou não dos cabelos; jaborandi.

ALTERANTE: plantas que produzem sêde; jurubeba.

ALTERNA: quando as folhas num ramo nascem de forma alternada, de um lado e do outro.

ALZHEIMER: Ginkgo-biloba.

AMACIANTE: capaz de abrandar, suavizar.

AMAMENTAÇÃO, aumentar: algodoeiro, erva-doce, flor de sabugueiro, funcho; diminuir: Maytenus e sálvia.

AMARELÃO: certificar-se se vem do fígado ou de vermes no sangue. Conforme a causa veja icterícia ou a vermes.

AMARGO: substância de sabor adstringente, penetrante ou desagradável; artemisia: Artemisia vulgares), ruibarbo.

AMEBAS: São vermes que vivem em nosso organismo, nos intestinos. Causam cólicas crônicas e disenterias; carobinha-do-campo (chá das folhas em infusão), hortelã, cebola, erva-de-santa-maria (chá). O cozimento da raiz da ipecacuanha é empregada na cura da disenteria amebiana.

AMEBICIDA: que mata as amebas.

AMENORRÉIA: É supressão do fluxo menstrual, fora da menopausa, ausência de menstruação: aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula , abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

AMIDO: polissacarídeo sintetizado a partir de reunião de moléculas de glicose, utilizado por certas algas e pelas plantas como substância de reserva.

AMIGDALITE: inflamação das amígdalas; função defensora do organismo; fazer gargarejos quentes com chá de plantas como: angico (casca), anis, amoreira (folha), Óleo de Alho (com leite quente), bardana, camomila, canela, carapiá (gargarejos), chicória, cipó-chumbo, hortelã, jequitibá, limão (suco), malva, picão, romã (folhas ou casca), rosas (folhas ou flor), sabugueiro, salva, tansagem (todo o pé), trevo-cheiroso, óleo-de-copaíba, sucupira, tomilho, propoluna. Gargarejos quentes com chás de plantas medicinais. Pincelar a garganta com limão. Regime de sucos de frutas durante 2 a 4 dias.

AMILOPLASTO ou grão de amido: estrutura presente exclusivamente em células de plantas e de algas; origina-se a partir do leucoplasto que armazena amido.

AMINOÁCIDOS ESSENCIAIS.

AMNÉSIA: diminuição ou perda de memória; vida moderada. Regime alimentar frugal.

ANAERÓBIA: aplicado à células, principalmente bacterianas, que podem viver sem oxigênio livre; os anaeróbios obrigatórios não podem viver na presença do oxigênio; os anaeróbios facultativos podem viver com ou sem oxigênio.

ANÁFASE: fase da divisão celular onde os cromossômos se separam dirigindo-se para os pólos da célula.

ANALÉPTICO: que restaura as forças; tônico; cenoura, abóbora, couve, abacaxi, maçã, mel puro, soja.

ANALGESIA: perda de sensibilidade à dor.

ANALGÉSICAS: acalmam o sofrimento, a dor: açoita-cavalo (chá), alface (chá da raiz ou folha),

arnica-do-mato, beladona (chá fraco ou compressas), beijo (chá), caruru-bravo (chá), chorão (chá), coerana (chá e compressas), erva-cidreira (chá), erva-lanceta (chá da raiz), fruta-jo-lobo (chá), guiné (chá da raiz ou compressas), hortelã (uso interno 3 externo), juá (chá), jasmim-do-mato, malva, guaxuma, iingua-de-vaca (compressas), mara-cujá, mulungu (chá), pariparoba (chá das folhas ou da raiz), papoula (chá), sal-do-índio (com-pressas), sete-sangrias (chá), timbó (compressas), tília (chá), Garra-do-Diabo, **Espinheira-Santa**.

ANCILOSE: diminuição ou privação do movimento numa articulação naturalmente móvel; limão.

ANCILOSTOMÍASE: anquilostomiase; infestação produzida pelo ancilóstomo, gênero de helmintos parasitos do intestino do homem e de vários animais. Ver vermes intestinais.

ANDROCEU: conjunto de estames que forma o aparelho reprodutor masculino em flores de angiospermas.

ANDROPAUSA: saw-palmetto.

ANEMIA FERROPRIVA, ANEMIA FERROPRIVA: Acerola, Ferro+Vitamina C.

ANEMIA: causada por deficiência de minerais: Ferro+Vitamina C, cobre, vitaminas e proteínas; empobrecimento do sangue; diminuição de hemáceas e hemoglobina do sangue circulante: abacaxi, abóbora-d'anta, Acerola, cogumelo sol, agrião, Alcachofra, Hepatozan, alecrim, alfafa, angélica, araruta (fécula), araticum (banhos), arruda, aroeira (chá), artemísia, aveia, avenca, banana, bardana, beterraba, cabriúva, camboatá, cambuí, canela, carqueja, capim-cheiro, capim-de-burro, canjerana, caqui, carapiá, casca-d'anta, catuaba, cereais em geral, centeio (sopa), cenoura, cipó-cravo (casca), Chlorella, coca, coco, coqueiro (raiz), couve, confrei, dente-de-leão, espina-fre, erva-mate, erva-de-são-joão, fava, erva-da-míngua, fedegoso, feno-grego, geléia-real, Gengibre, Guaraná, ipê-roxo, Levedo de Cerveja, lentilhas, língua-de-vaca (raiz), limão, losna, lúpula, melado, marapuama, noqueira (folhas, nozes), óleo de fígado de bacalhau, ora-pro-nobis, orquídea, pau-pereira, pinheiro, picão, pita, pólen de flores, quina (amarela), quina-do-mato, repolho, trigo integral, salsa, salsaparrilha, serralha (suco), tarumã, urtiga-vermelha, urucu (colorau), vinho natural, raiz-de-caixeta, seiva de bananeira, seiva de jatobá, simaruba, clorofila, uva, vitamina B12, Vit e Minerais.

ANESTÉSICO: promove insensibilidade à dor; jambu, vinagreira.

ANESTÉSICA LOCAL: tira a sensibilidade à dor de uma região específica do corpo.

ANEURISMA: tumor formado no trajeto de uma artéria, pela dilatação da túnica elástica; limão. Evitar líquidos. Evacuar os intestinos todos os dias. Repouso. Consultar um médico.

ANGINA DO PEITO: óleo de germe de trigo, Crataegus oxyacantha.

ANGINA PECTORIS: doença das artérias do coração. Sintomas: forte dor no peito, falta de ar, dor que se espalha para o braço esquerdo e para as costas; erva-de-santana, sete-sangrias, erva-de-bugre, flor-da-noite (chá), cacto, cordão-de-frade (chá), pixirica (chá), jaracatiá (chá), *Crataegus oxyacantha*.

ANGINA: Inflamação forte das mucosas da garganta, laringe e traqueja; agrião, Óleo de Alho, camomila, cereja (brasileira), cactos (chá), cipó-chumbo, erva-de-santa-maria (folhas), erva-levante, gervão, limão (bochechos), jequitibá (a casca para gargarejos), pariparoba (chá), poia-preta, perpétua, poejo, mastruço, mostarda, musgo-da-islândia, sálvia-cidreira (chá), sabugueiro, tansagem (tomar e fazer gargarejos), tinhorão (raiz para gargarejos), trapoeiraba (tomar e fazer gargarejos), tomate (chá para gargarejos), uva-do-mato (chá), violeta (chá), urtiga-branca (chá), alfavaca, cainca, carqueja, côco-de-dendê, erva-dutra, limão, sabugueiro, salva, tanchagem, *Crataegus oxyacantha*. Compressas frias termógenas. Consultar o médico.

ANGIOSPERMA: classe da divisão tracheophyta. Vem do grego: angion, vaso + sperma, semente. Literalmente, semente produzida em um vaso; grupo de plantas cujas sementes são portadas dentro de um ovário maduro (fruto).

ANGÚSTIA: Maracujá.

ANÓDINO: mitiga e alivia as dores; batata-inglesa, tomate, carambola, laranja.

ANOREXIA: falta de apetite: inapetência; pólen, geléia-real, Garra-do-Diabo, **Alcachofra**.

ANQUILOSTOMIASE: ancilostomíase; infestação produzida pelo ancilóstomo, gênero de helmintos parasitos do intestino do homem e de vários animais. Ver vermes intestinais.

ANSIEDADE: agrimônia, kawa-kawa, erva-de-são-joão.

ANSIOLÍTICO: veja ansiedade.

ANTIÁCIDO: reduz a acidez estomacal; atua contra os ácidos neutralizando a ação; substância que combate a acidez gástrica.

ANTIACNÉICA: que impede ou reduz a formação de acne.

ANTIALÉRGICO: elimina os sintomas da alergia; Garra-do-Diabo. Veja alergia.

ANTIÁLGICO: analgésico; que suprime a dor; acalmam o sofrimento, a dor: açoita-cavalo (chá), alface (chá da raiz ou folha), arnica-do-mato, beladona (chá fraco ou compressas), beijo (chá), caruru-bravo (chá), chorão (chá), coerana (chá e compressas), erva-cidreira (chá), erva-lanceta

(chá da raiz), fruta-jo-lobo (chá), guiné (chá da raiz ou compressas), hortelã (uso interno 3 externo), juá (chá), jasmim-do-mato, malva, guaxuma, língua-de-vaca (compressas), mara-cujá, mulungu (chá), pariparoba (chá das folhas ou da raiz), papoula (chá), sal-do-índio (compressas), sete-sangrias (chá), timbó (compressas), tília (chá), Garra-do-Diabo, **Espinheira-Santa**.

ANTIANÊMICO: combate ou evita a anemia; supre a deficiência de Ferro+Vitamina C: Veja anemia.

ANTIARTRÍTICO: usados contra a artrite; medicamento que combate a gota; azeitona, coco, morango, espinafre, cebola, pepino, batata-inglesa.

ANTIASMÁTICA: combate a asma; alfazema, lágrima nossa senhora.

ANTIBACTERIANO: bactericida; substância ou agente que combate as bactérias; alecrim pimenta, Espinheira-Santa.

ANTIBIÓTICA: capaz de inibir a proliferação de bactérias e fungos; qualquer substância antimicrobiana; substância orgânica capaz de inibir a proliferação de bactérias, a penicilina, por exemplo, é um antibiótico: Óleo de Alho, alamanda, violácea, bardana (o pó da raiz contra furúnculos), ipê-roxo, acarandá, tansagem, salsaparrilha, taiuiá, algas, caroba, óleo-de-copaíba, echinácea, moringa.

ANTIBLENORRÁGICO: combate a blenorragia: gonorréia; antigonorréica.

ANTICANCERÍGENO: previne ou combate o câncer: Óleo de Alho, Espinheira-Santa, uva, pêsego, tomate, repolho, agrião, mamão, maxixe.

ANTICARCINOGÊNICA: que evita tumor; que combate tumor.

ANTICATABÓLICO:

ANTICATARRAL: impede a formação de catarro.

ANTICATÁRTICO: combate a diarreia; abóbora, Alcachofra, Hepatozan, goiaba, manga, maçã, Carvão Vegetal.

ANTICLORÓTICO: têm aplicação contra a clorose, tipo de anemia relacionada com peculiaridade à mulher, que imprime à pele uma coloração amarelo-esverdeada; beterraba, noz, uva, cenoura.

ANTICOAGULANTE: que impede a coagulação.

ANTICOLESTEROL: anticolesterolêmica; que faz diminuir o colesterol do sangue, chá-verde.

ANTICOLESTEROLÊMICA: anticolesterol; que faz diminuir o colesterol do sangue, chá-verde.

ANTICONCEPCIONAIS: plantas que influem para evitar a concepção: aipo (chá), agnocasto (chá), alecrim (chá forte), algodoeiro (chá), alfavaca, aspargo, bambu (raiz), caaheê, erva-de-
)assarinho, óleo de eucalipto, fumo, funcho, gólfões (branco e amarelo), hissope, manjeriço, mentasí, nimo-de-vênus, noqueira (folhas e casca), sálvia, urtiga, urtigão, estévia, verbena.

ANTICONGESTIVA: impede a afluência anormal do sangue aos vasos de um órgão.

ANTICONVULSIVANTE: impede as convulsões.

ANTICORPO: substância produzida pelo corpo em reação à introdução de substâncias estranhas a ele. Substância protéica produzida pelos linfócitos que atacam e destroem substâncias ou microorganismos estranhos ao corpo: antígenos).

ANTIDEPRESSIVO: atua contra a depressão; agoniada, hipérico.

ANTIDIABÉTICO: combate a diabete; pata-de-vaca, alface, agrião, cebola, maçã, mamão, pêsego. Veja diabete.

ANTIDIARRÉICO: combate diarréias, disenterias, enterocolites; angico-vermelho, aroeira, barbatimão, buranhen, cabeça-de-negro, calumba, camomila, canela-preta, carapiá, caroba, carqueja, casca-d'anta, romã: casca), cedro-rosa, criptocária, erva-doce, erva-de-bicho, erva-macaé, funcho, graviola, garaná, jambolão, jatobá, lanciba, lungaciba, óleo-de-copaíba, pau-ferro, quassia, raiz de caixeta, simaruba, velame-do-campo, Óleo de Alho, Carvão Vegetal.

ANTIDISENTÉRICA: combate as disenterias.

ANTIDISPÉPTICO: combate os distúrbios das funções digestivas, afecção gastrintestinal, azia, dispepsias, dores de estômago, hiperacidez, úlceras gástricas e duodenais; Alcachofra, Hepatozan, alecrim-do-campo, Allium sativum, aniz-estrelado, Aristolochia, Bacharis, Boldo-do-chile, calumba, camomila, capim-cheiroso, carqueja, carubá, casca-d'anta, cáscar-sagrada, castanha-mineira, chá paulista, chá-porrete, cipó-cravo, cordão-de-frade, criptocária, erva-cidreira, erva-macaé, fedegoso, fel-da-terra, fevillea, fruto de bicuíba, funcho, gervão-roxo, **GARANÁ**, jatobá, camapú, lanciba, lancifólia, laranjeira-da-terra, laranjinha-do-mato, losna, lungaciba, macela-do-campo, flores de macela, mastruço, Maytenus, milhomens, pariparoba, pau-pereira, picão-da-praia, quassia, quina-cruzeiro, seiva de jatobá, taperibá, uva-do-mato, cassáu, juá-de-capote, tinguaciba.

ANTIEDÊMICO: impede o acúmulo de líquidos provenientes do sangue.

ANTIEMÉTICO: que combate os vômitos; aspargo, jenipapo, cidra, limão, hortelã, losna, chá hepático, poejo, sálvia, erva-doce, alfavaca, angélica, erva-dutra, funcho, salva.

ANTIESCLERÓTICA: que combate a esclerose.

ANTIESCORBÚTICO: combate o escorbuto; limoeiro, raiz forte.

ANTIESPASMÓDICO: que evita ou alivia os espasmos, que são contrações musculares bruscas; açafraão, Óleo de Alho.

ANTIESTROGÊNICA: que reduz a produção de estrógeno, hormônio encontrado tanto em homens como em mulheres.

ANTIEXSUDATIVO: que impede a transpiração de substâncias do corpo, como, por exemplo, em casos de ferimentos; Castanha da Índia.

ANTIFEBRIL: antifebrífuga; antitérmica; usado contra a febre; de 36 e 37 graus de temperatura é normal. A febre se caracteriza pelo aumento do calor do corpo, pela aceleração do pulso e mal-estar em geral. Como a febre pode ter várias causas, é prudente detectar a doença ou infecção causadoras e a partir daí, tomar as providências; Espinheira-Santa, carqueja, limão, melancia, abóbora (cabinho), abútua, aipo, alfavaca, Óleo de Alho, arruda, arnica, aroeira, assa-peixe, bambu, barba-de-bode, azedinha, camboatá, camomila, camborá, caroba, caruru-de-espinho carambola, canafístula, Cavalinha, casca-de-anta, coerana, cedro (casca), cipreste, celidônea, coentro, couve (chá do pé), fedegoso, fel-da-terra, gervão, gerânio, Guaraná, gravata, jaborandi, jurubeba, japecanga, juá, babaçu, laranja (folhas para suadouro), limeira, losna, magnólia, marroio-branco, manacá, margarida, maria-mole (flor para suadouro), malva, mata-pasto, mulungu, paratudo, pariparoba, picão, pitanga, quina, quássia, salva, santos-filhos, sabugueiro (suadouro), sete-sangrias, tansagem, urtigão, erva-tostão, óleo de eucalipto, língua-de-vaca.

ANTIFERTILIDADE: reduz a capacidade reprodutiva.

ANTIFISÉTICO: elimina gases; cenoura, abacate, melancia, Carvão Vegetal.

ANTIFLOGÍSTICO: o mesmo que antiinflamatório; substância aplicável contra as inflamações; abóbora, repolho, banana, melão, limão, figo, laranja, cebola, Óleo de Alho, Acerola, goiaba, óleo-de-copaíba, erva-baleeira, Espinheira-Santa, esporinha, romã, Castanha da Índia, Garra-do-Diabo.

ANTIFÚNGICO: fungicida;capuchinha.

ANTÍGENO: diz-se de qualquer substância ou partícula que, introduzida no corpo, provoca uma reação de defesa: imunitária), com produção de anticorpos; substância que ao entrar no corpo provoca a produção de anticorpos; designação das substâncias que, introduzidas no organismo em certas condições, provocam a formação de anticorpos.

ANTIGONORRÉICA: combate a gonorréia: o mesmo que antiblenorrágica.

ANTIGRIPAL: combate a gripe; laranja, limão, cebola, Óleo de Alho, Acerola, goiaba, etc. Veja gripe.

ANTI-HELMINTICO: combate os vermes intestinais; Óleo de Alho, coco, couve, cenoura, sementes de mamão, de melão e de abóbora, artemisia: *Artemisia vulgares*), erva-de-santa-maria, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira.

ANTI-HEMORRÁGICO: combate as hemorragias, açoita-cavalo (chá), arnica (chá), assa-peixe (chá da raiz), aveia, bananeira (suco da ponta do cacho), bambu (chá da foligem branca nos entre-nos), barbatimão, Cavalinha (chá), bolsa-de-pastor (chá em qualquer caso de hemorragia), calêndula (chá), cambuí (chá), canela (chá), capim-de-burro (chá), erva-tostão (chá), casca-de-anta (chá), erva-de-passarinho (chá das folhas), erva-silvina (chá), gerânio (folhas), girassol (folhas e semente), cordão-de-frade (chá), cenoura (chá), guaxuma (aplicação externa), guaçatonga, fumeiro-brabo (casca da raiz aplicação externa), erva-de-bicho (chá), guandu (chá), mil-em-rama (chá), limão (suco), Guaraná, parreira (folhas em pó), nogueira (chá), pervinca (chá), rabo-de-cavalo (chá), romã (chá folhas e flores), salsa (folhas esmagadas pôr bolinha no nariz que sangra), salva (chá), sete-sangrias (chá), sarçamora (chá e aplicação externa), sempre-viva (chá), taquaruçu (cinza uso externo), trapoeraba (uso interno e externo), sucupira (chá), tansagem (chá), urtiga, urtigão (chá), urucu (semente em pó aplicação externa), uva (semente torrada), pó de casca-de-ovo (uma colher de chá por dia). algodoeiro, aroeira, erva-de-bicho, jambolão, jatobá, jequitibá, lanciba, quina-do-mato, urtiga-branca, verna, Hemoplant.

ANTI-HEMORROIDAL: combate as hemorróidas; açafreão, Alcachofra, Hepatozan, acelga, Óleo de Alho, Hemoplant, Aloe Gel, arará, artemisia-do-campo, assa-peixe, batata-inglesa (supositório), barba-de-bode, barba-de-velho (pomada), bardana. beladona (pomada), douradinha, bergamoteira, buxo (folhas), cacto (supositório), chuchu (supositório), caicheta (banhos e tomar), camomila, carqueja, calêndula (pomada e chá), café (pó aplicar), caroba, cana-do-brejo, coerana (chá e aplicar), couve (vapores), cerefólio, cipó-d'alho, erva-de-bicho (tomar e fazer banhos), erva-de-santa-maria, erva-de-lagarto, erva-tostão, erva-macaé (pomada e chá), fedegoso, figo, guabirobeira, hortelã, guiné, *Hamamelis virginiana* (supositório, pomada), jurubeba, macela (vapores), maravilha, mandioca (chá dos brotos), manjeriço, Maracujá, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, noz-moscada, parreirinha-do-mato, pata-de-vaca, pariparoba, pau-d'alho, pé-de-galinha, piteira, persicária, pepino, rainha-da-noite, sabugueiro, serralha-brava, solda-com-solda, taiuiá, tansagem, tomate, trapoeraba, urtiga, verbasco (banhos), vinagreira (banhos), hemorróidas com hemorragias (banhos de assento com água fria

e tomar líquidos). Para descongestionar, banhos quentes com verbasco, Psyllium Phytomare, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, fruto de bicuíba, raiz-de-caixeta.

ANTI-HEPATOTÓXICO: combate a intoxicação do fígado; impede a ação tóxica de determinadas substâncias sobre o fígado; Alcachofra; carqueja, Boldo-do-chile, Carvão Vegetal.

ANTI-HISTÉRICA: combate a histeria.

ANTIIDADE: combate o envelhecimento.

ANTIINFECIOSO:que combate infecções; Óleo de Alho.

ANTIINFLAMATÓRIO:combate os sintomas da inflamação; substância empregada no tratamento de doenças que apresentam importante reação inflamatória; óleo-de-copaíba, erva baleeira, **Espinheira-Santa**, esporinha, romã, Óleo de Alho, Castanha da Índia, Garra-do-Diabo.

ANTIIRRITANTE: combate o estímulo e excitação das atividades da pele.

ANTILEPRÓTICA: combate a lepra.

ANTILEUCÊMICA: que combate a leucemia.

ANTILEUCORRÉICA: combate o corrimento vaginal;picão da praia: Wedelia minor Horn).

ANTILÍTICO: impede a formação de pedras nos rins e vesícula biliar ou dissolve os já formados; que dissolve os cálculos; tangerina, maçã, abacaxi, limão, laranjas, melancia.

ANTIMALÁRICA: combate a malária.

ANTIMANCHAS: capaz de eliminar manchas.

ANTIMICÓTICA: combate a micose, doença provocada por fungos.

ANTIMICROBIANO: antibacteriano; combate microorganismos patogênicos: bactérias, fungos e vírus; agente que extermina as bactérias ou micróbios;alecrim-pimenta.

ANTIMUCO: capaz de diminuir o muco (secreções das mucosas) ou a mucosidade.

ANTIMUTAGÊNICA: que evita a mutação celular.

ANTINEFRÍTICO: combate a nefrite.

ANTINEOPLÁSICA: impede a formação de tumores malignos.

ANTINEVRÁLGICO: diz-se da substância que combate as nevralgias.

ANTINFLAMATÓRIO: substância aplicável contra as inflamações.

ANTIOBÉSICO: elimina gorduras desnecessárias; abacaxi, limão, laranja, melancia.

ANTIOFÍDICO: que combate veneno de cobra; erva botão.

ANTIOFTÁLMICO: que usa no tratamento das afecções do olho.

ANTIOXIDANTE: impede, previne ou retarda a oxidação das células da pele, prevenindo o envelhecimento precoce; substância ou medicamento que possui a propriedade de combater os radicais livres, que causam doença e envelhecimento; Guaraná, Acerola, Ginkgo-biloba, óleo de fígado de bacalhau, óleo de germe de trigo.

ANTIPARASITÁRIO: capaz de destruir parasitas nos intestinos; esporinha.

ANTIPERSPIRANTE: anti-sudorífica suprime o suor.

ANTIPIRÉTICO: antitérmica; diz-se do medicamento ou substância que combate a febre; que cura e previne febre.

ANTIPIRÓTICO: usado contra queimadura; abóbora, mel puro, batata-inglesa, banana: casca e folhas.

ANTIPÚTRIDO: combate o mau cheiro provocado por bactérias em infecções intestinais): Carvão Vegetal.

ANTI-REUMÁTICO: combate o reumatismo; chapéu de couro, Garra-do-Diabo, Alcachofra, Hepatozan, carqueja.

ANTI-RISÊMICO: combate as rugas; pepino, Óleo de Alho, feijão branco, manga, coco.

ANTI-SEBORRÉICO: reduz as secreções das glândulas sebáceas.

ANTI-SÉPTICO: detém ou inibe a proliferação de bactérias. Diz-se da substância que impede a atividade e a multiplicação dos micróbios; desinfetante; alecrim pimenta, alfavaca-cravo, alfazema, calêndula, cardo mariano, lingua-de-tucano, angelicó, coerana, óleo de eucalipto, Óleo de Alho, Espinheira-Santa.

ANTI-SÉPTICO BUCAL: (garganta): malvarisco, cravo da Índia, sálvia.

ANTI-SIFILÍTICO: combate a sífilis.

ANTI-SUDORÍFICA: antiperspirante; anti-sudorífica; suprime o suor.

ANTITÉRMICO: combate a febre; limoeiro.

ANTITÓXICA: elimina os venenos.

ANTITREMOR: que elimina o tremor.

ANTITUMORAL: que impede a formação de tumores; Espinheira-Santa, Óleo de Alho, óleo de fígado de bacalhau.

ANTITUSSIGENO: ajuda a tratar da tosse: o mesmo que béquica; assa-peixe, malva, mel puro, Própolis Ervas Spray, alcaçuz, óleo de eucalipto.

ANTIULCEROGÊNICA: atua na prevenção e combate de úlceras.

ANTIVERRUGOSA: que elimina verrugas.

ANTIVIRAL: antivirótica; que destrói os vírus; Óleo de Alho.

ANTRAZ: aglomeração de furúnculos; tumor inflamatório dos tecidos celulares; limão. Fazer cataplasmas com abóbora triturada e também com barro virgem.

ANUAL: ciclo de uma planta, da germinação a produção de frutos, quando é de um ano.

ANÚRIA: diminuição ou supressão da urina. Ver diuréticos.

APARELHO CIRCULATÓRIO: Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, carqueja, óleo de germe de trigo, Castanha da Índia.

APARELHO DE GOLGI: golgi; Complexo de Golgi.

APARELHO DIGESTIVO: moléstias: buranhém. Ver dispepsias.

APENDICITE: inflamação do apêndice íleo-cecal: limão, bolsa de gelo. Compressas constantes de barro virgem. Consultar o médico. Não esperar. Para aliviar a dor, aplicar cataplasmas de leite coalhado ou colocar gelo sobre o baixo ventre. Se for crônica, use chá de alfafa, beladona, cipó-mil-homens, cipó-suma, guaxuma (raiz), picão (raiz), tansagem (chá).

APERIENTE: aperitivo; que estimula o apetite; alecrim, Boldo-do-chile, carqueja, manjerona, Gengibre, losna, alfazema, arruda, anis, avenca, cambuí, casca-de-anta, cipó-cravo, cipó-mil-homens, cordão-de-frade, dente-de-leão, funcho, gervão, hortelã, jatobá, limão, quebra-pedra, quebra-tudo, paratudo, pau-amargo, salsa, tinguaciba, vinagreira, Ferro+Vitamina C. Tomam-se antes das refeições.

APOENZIMA: parte da holoenzima que quando isolada não apresenta atividade.

APOPLEXIA: afecção cerebral que se manifesta imprevistamente, acompanhada de privação dos sentidos e do movimento, mas não da circulação e da respiração, determinada por lesão vascular cerebral aguda: hemorragia, embolia, trombose; qualquer das afecções resultantes da formação rápida de um derrame sanguíneo ou seroso no interior de um órgão. Buscar o médico; alfazema, limão, salva-do rio-grande-do-sul.

APRENDIZAGEM: Produto para melhorar a capacidade de aprendizagem: Ginkgo-biloba, Cálcio de Ostras, Dolomita, magnésio.

AQUÊNIO: tipo de fruto simples, seco e indeiscente: exemplo: caju.

ARBÓREA: porte das árvores.

ARBUSTIVO: porte dos arbustos, com caule ramificado desde a base.

AROMÁTICO: possui aroma, odor agradável.

AROMATIZANTE: que tem o poder de aromatizar, perfumar; baunilha.

ARRANHÃO: ferida superficial na pele.

ARSÊNICO, envenenamento por: anil.

ARTERIOSCLEROSE: acúmulo de gorduras, carboidratos, produtos do sangue, tecidos fibrosos e cálcio nas artérias causando o espessamento das paredes das artérias com perda da elasticidade; doença das artérias de grande e médio calibre, caracterizada pelo acúmulo de gordura na camada interna desses vasos; endurecimento das artérias; esclerose arterial; Óleo de Alho, Alcachofra, Hepatozan, fumária, limão, sete-sangrias, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, alface, amora-branca, cana-de-macaco, cebola, chapéu-de-couro, chá-de-bugre, Guaraná, espinheira-alvar, jurubeba, maçã (vinagre ou chá das cascas da fruta), oliveira (chá), sabugueiro, taiuiá, visco ou erva-de-passarinho. Descanso; Alimentação adequada.

ARTRITE: inflamação nas articulações; tomar durante o dia alternando duas xícaras de chá de Cavalinha e 4 xícaras de chá de aipo, urtiga, araçá, alfafa, barbasco, buva, calêndula, alfavaca, carobinha, cedro-rosa, coerana (a raiz), guiné, cerejeira, salsaparrilha, malvão, violeta, batata-de-sucupira, bowdichia, canela-de-sassafras, cedro-rosa, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-cruzeiro, congonha-de-bugre, guiné, samambaia, tomba, urinária, uva-do-mato, velame-do-mato, açoita-cavalo, Unha-de-Gato, Garra-do-Diabo, catinga-de-mulata, limão, parietária, persicária, Spirulina maxima Phytomare, Vit e minerais, anti oxidantes, Cartilagem de Tubarão; aplicar compressas quentes.

ARTRITISMO: disposição do organismo que o predispõe às afecções articulares.

ARTROSE: Afecção não inflamatória degenerativa de uma articulação; reumatisIno, dores nas juntas. Tomar chá de: aipo, alfafa, araçá, buva, calêndula, cedro-rosa, caroba (casca), canema (raiz), guiné, paineira (casca), salsaparrilha, tarumã, rabanete, violeta, Cavalinha, caiapó, erva-de-são-joão, chapéu-de-couro, dente de leão, velame, cloreto de magnésio, marapuama, gergelim-preto, catilagem de tubarão.

ASCARÍDES. Ver vermes intestinais.

ASCARIDÍASE: infestação por lombriga Ascaris lumbricoides; Óleo de Alho.

ASCITE: acúmulo de líquido na cavidade abdominal; barriga d'água; hidropisia do abdômen; reduzir a ingestão de líquidos; administrar purgantes de sal amargo: sulfato de magnésio) com frequência; consultar o médico.

ASFIXIA POR ÁCIDO CARBÔNICO: limão.

ASMA ALÉRGICA: .

ASMA: respiração difícil; doença que se caracteriza por sufocações irregulares; o mesmo que puxá, puxação, puxado, puxamento, puxeira; agoniada, alfazema, azedinha (hortaliça), bananeira (suco), beladona (folhas, fumar as flores), cambará, cambuí, cardo-santo, cará-da-pedra, cedro-vermelho (flores), celidônia, cenoura (bulbo), cerefólio, cordão-de-frade, corticeira (casca), dorme-dorme (xarope), embaúba (raiz), espinheiro-maricá (folhas), óleo de eucalipto, figo (fruto), Gengibre (bulbo), hortelã-brava, jabuticaba (entrecasca), limão, mamoeiro (flor), marroio, Maracujá, papoula-de-espinho, crem, perobinha-do-campo, pinheiro (resina), quiabo (semente), quitoco, rábano (suco), romã (flores), sabugueiro (folhas e flores), salsa (suco), sálvia, santos-filho (folha), trapoeraba (folhas e ramos), verbasco, fruto de bicuíba, mirospermum, mulungu, myristica, óleo vermelho, verbasco, caapeba, carnícula, caatinga-de-mulata, cocleária, flor-da-noite, guaiaco, paracari, Acerola, mel puro, anis, paracari, taiuiá, lobélia. Inalações de vapor de plantas medicinais. Compressas quentes no peito, à noite. Consultar um médico.

ASSADURA: inflamação na pele devido ao atrito e ao calor.

ASSEPSIA: limpeza.

ASSISTOLIA: insuficiência cardíaca adiantada. Ver coração.

ASTENIA: quadro de debilidade e fraqueza orgânica, oriundo de variáveis doenças. Chlorella, Guaraná. Ver debilidade geral.

ASTIGMATISMO: perturbação visual, por defeito na curvatura da córnea; limão. Consultar um oftalmologista.

ATAXIA LOCOMOTRIZ: ausência de coordenação nos movimentos do corpo, irregularidades nas crises de uma doença; incoordenação patológica dos movimentos do corpo; falta de coordenação na marcha): limão.

ATEROSCLEROSE: Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, .

ATONIA GASTRO INTESTINAL: agoniada, agrião, badiana, cascarilha, hortelã, limão, louro-prêto, pariparoba, saponária. Ver estômago, intestinos.

ATONIA HEPÁTICA: limão. Ver fígado.

ATÔNICO: debilidade geral; fraqueza, Chlorella.

ATÓXICA não produz intoxicação, não é venenosa.

AUTOFAGIA: usamos este termo para designar o ato de auto digestão. Ocorre em células ou tecidos que por liberarem enzimas digestivas dentro de suas estruturas acabam por fazer autodigestão.

AUTOFÁGICOS: seres ou estruturas que promovem autofagia.

AUTÓLISE: autofagia.

AUTÓTROFOS: organismo que produz seu próprio alimento, seja por fotossíntese, seja por quimiossíntese.

AVASCULAR: relativo ao que não possui tecido de vascularização: vasos condutores, nos vegetais; vasos sanguíneos nos animais.

AVITAMINOSE: estado mórbido devido à falta de vitaminas): limão; Vit e minerais, frutas e verduras em geral.

AXILAR: situado ou nascido na axila.

AZIA: Ver estômago; agrião, alecrim, arruda, artemísia, aspargo, Boldo-do-chile, bardana, cancosa, canela, catinga-de-mulata, cipó-mil-homens, dente-de-leão, erva-macaé, erva-tostão, hortelã, gervão, Gengibre, juá, jurubeba, losna, limão, moranguinho, mamangava, macela, mamica-de-cadela (casca), pau-amargo, pariparoba, picão, poejo, pita, quina, quebra-pedra, rúcula, salsa, sucupira (semente), carqueja, Carvão Vegetal, Espinheira-Santa, babosa, zedoária.

BACILO: bactéria cuja célula tem forma de bastonete.

BAÇO: víscera linfóide localizada no hipocôndrio esquerdo, cuja função é destruir os glóbulos vermelhos inúteis e liberar a hemoglobina que se converterá em bilirrubina no fígado;
inflamação: aplique um pano umedecido em água de cal; agrião, arruda, artemísia, aspargo, cancosa, carqueja, dente-de-leão, erva-tostão, jurubeba, moranguinho, picão, quina, rúcula, salsa, juá-de-capote, pariparoba, acariçoba, alfazema, mulungo.

BACTÉRIA: organismo unicelular, procarionte, isolado ou colonial, pertencente ao reino monera. Microrganismo constituído somente por uma célula.

BACTERICIDA: antibacteriano; combate as bactérias; substância que destrói as bactérias; Espinheira-Santa, alecrim pimenta.

BACTÉRIOCLOFILA: clorofila existente em certas bactérias.

BACTERIÓFAGOS: ou fago; tipo de vírus que se reproduz no interior de bactérias, destruindo-as.

BACTERIOSTÁTICO: evita a multiplicação bacteriana; antibacteriano; Espinheira-Santa.

BAGA: fruto indeiscente, carnudo e suculento (exemplo: tomate).

BAINHA: parte da base da folha, larga, que envolve o ramo.

BALSÂMICA: que suaviza e ameniza.

BANHO: o material fervido como cozimento ou cru, esmagado em água fria, serve para banhar a parte doente; plantas a serem usadas: abútua, açoita-cavalo, araticum, arnica, angico, aveia, buva, bardana, bananeira, calêndula, caroba, canforeira, cipó-de-são-joão, cipreste, cipó-mil-homens, cipó-suma, cinamomo, espada-de-são-jorge, erva-lanceta, goiaba, guabiroba, guaxuma, fumeiro-bravo, Fibra de trigo, malva, maria-mole, milha, noqueira, santos-filho,

sabugueiro, taquara, tansagem.

BARRIGA D'ÁGUA: ascite: acúmulo de líquido na cavidade abdominal; hidropisia do abdômen; reduzir a ingestão de líquidos; administrar purgantes de sal amargo (sulfato de magnésio) com frequência; consultar o médico.

BASIDIOMICETOS: classe de fungos que forma um corpo de frutificação (basidiocorpo ou cogumelo), no qual se encontram hifas especiais para reprodução, os basídios.

BATEDURA: efeito de batida.

BENTOS: conjunto de seres do bioma aquático (seres bentônicos), seja caminhando, fixo ou enterrado (sempre em relação com o fundo submerso).

BÉQUICO: combate a tosse; agrião, alecrim, alfavaca, alfazema, avenca, cambará, cravo-da-índia, douradinha-do-campo, xarope de guaco, erva-cidreira, hortelã, jaca, jatobá, limão, língua-de-vaca, maçã, madressilva, malva, manjerona, margarida, gervão, poejo, rabo-de-arara, rainha-da-noite, saudades, tuna, umbaúba, vassourinha, verônica, violeta, mel puro.

BERIBÉRI: doença que se manifesta principalmente por polineurite e edemas e é conhecida por muitos como avitaminose B; espécie de neurite (inflamação nos nervos) generalizada, com dores por todo o corpo, limitação dos movimentos e atrofia muscular. É causada pela falta de vitamina B1; limão, marapuama. Regime de frutas, verduras e cereais não descortçados, Vit e minerais, Chlorella.

BEXIGA, afecções na, urina turva e fétida: anis, agrimônia, Alcachofra, Hepatozan, aroeira, amor-perfeito, bago-de-veado, beladona, caroba, cardo-santo, chá-de-bugre, cipó-suma, douradinha-do-campo, losna, limão, sete-sangrias, taiuiá, tansagem, tarumã, tuia, trapoeraba, urtiga, angélica, beldroega, cana-de-macaco, cana-do-brejo, carqueja, Cavalinha, cerefólio, cotó-cotó, jatobá, lentilha d'água, mil-em-rama, parietária, óleo de Óleo de Prímula , quebra-pedra, sabugueiro, ulmária, veleme-do-mato, uva-ursina, óleo-de-copaíba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, abacateiro, barbana, centella-asiatica, camomila, carobinha-do-campo, celeri, coerana, chincho, feijão (vagem), hortênsia, milho (cabelos ou pendão), malva, pinheiro (brotos), tansagem, trapoeraba, urinária, urtiga, violeta.

BEXIGA, cálculos na: tomar todos os dias limão, chá das folhas secas de pessegueiro, alfafa, ananás, barba-de-bode, caroba, camboatá, cenoura (folhas), cardo-santo, chicória, carrapicho-de-carneiro, capim-de-burro, capim-pé-de-galinha, caruru-de-espino, coroa-de-cristo (leite), Cavalinha, chincho, chorão, hortênsia, limão, parreirinha-brava, primavera, pêssego (folhas), pucha-tripa, milho (estigmas), quebra-pedra, rabanete, suçuaiá, salsa, rabo-de-cavalo, tarumã, três-cipós, videira (folhas).

BIANUAL: é o ciclo de uma planta, da germinação a produção de frutos, quando dura dois anos.

BILIS: substância amarelo-esverdeada secretada pelo fígado dos vertebrados e que atua no duodeno auxiliando na emulsificação e absorção das gorduras. Produto para a produção da bilis: Boldo-do-chile, carqueja.

BIOMA: comunidade adaptada a uma determinada região.

BIOQUÍMICA: estudo das reações químicas que ocorrem nos seres vivos.

BIOTINA: Vitamina H; vitamina hidrossolúvel que combate a dermatite. Principais fontes: vegetais folhosos e verdes.

BIVITELINO: de dois vitelos; de vitelos diferentes.

BLEFARITE: inflamação das pálpebras; palpebrite; tarsite.

BLENORRAGIA: gonorréia; inflamação das membranas mucosas, especialmente da uretra e da vagina; DST causada pela bactéria neisseria gonorrhoeae; abútua, agoniada, alfazema, amor-do-campo, angico, anil, aperta-ruão, bardana, barbatimão, bolsa-de-pastor, Boldo-do-chile, beringela (chá), buranhen, caavurana, cabeça-de-negro, caica, cana-do-brejo, cardo-santo, caroba, carrapicho-de-carneiro, chá-de-bugre, chorão, cana-de-macaco, cipó-suma, cipó-açougue, cipreste, crista-de-galo, umbaúba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, guandu, jarrinha, jaborandi, jatobá, João-da-costa, limão, língua-de-vaca (chá), pau d'alho, pau-amargo, picão-da-praia, pita, rosa, salsa-da-horta, sapé, tiririca, tuia, taiuiá, buranhen, caavurana, cabeça-de-negro, mirospermum, noqueira, óleo-vermelho, persicária, picão-da-praia, quássia, tejuco, umbaúba, uva-ursina, velame-do-campo. Consultar um médico.

BOCA AMARGA .

BOCA, Afecções da: caruru-bravo, jequitibá, salva, sensitiva, tanchagem, limão.

BOCA, inflamada: fazer bochechos com infusão de crista-de-galo. Também com ervas adstringentes, como: coentro (semente), goiabeira (folhas), gerânio, jabuticabeira, malva, romã, tansagem.

BOCHECHO: líquido que se coloca na boca e agita entre as bochechas.

BÓCIO: aumento de volume da glândula tiróide papo; agrião-do-pará, carvalhos, cebola, fedegoso, limão, rosa-canina, trevo-cheiroso, tuia, iodo-potável. Consultar um médico.

BOLHA: vesícula que se forma na pele pelo atrito constante.

BOTULISMO: doença causada pela bactéria clostridium botulinon.

BOUBA: doença infecciosa produzida por um germe próximo ao da sífilis. O mesmo que piã; caroba, gameleira. Consultar um médico.

BRÁCTEA: folha pequena, modificada e de coloração viva.

BRIÓFITA: divisão bryophyta. Planta sem sistema condutor de seiva (avascular); ex.: musgos, hepáticas e antoceros.

BRONCODILATADOR: dilatadora sobre os brônquios; hambá.

BRONCOESPASMÓDICA: provoca espasmos nos brônquios.

BRONCOPNEUMONIA: inflamação dos brônquios; limão, compressas grandes, quentes, ao peito. Buscar o médico.

BRONQUITE: inflamação dos brônquios, dos pulmões: agrião, alcaçuz, alecrim, alfavaca, amor-perfeito, angélica, alfazema, angico-vermelho, aniz-estrelado, arruda, assa-peixe, avenca, babosa, barba-de-bode, bardana, baúna, beldroega, buranhém, cabriúva, cacto, cajueiro, camboatá, cambará, cambuazeiro, cambuí-caseiro, capim-pé-de-galinha, cerejeira (casca), confrei, cravo-de-defunto, cenoura, cordão-de-frade, crista-de-galo, douradinha-do-campo, erva-de-passarinho, erva-de-santa-maria, espinheiro, erva-grossa, flor-da-noite, fumária, figo, figueira (torrar os frutos reduzir a pó e fazer chá - 1 colher de sopa), Gengibre, gravatá, guaxuma, ipecacuanha, iris, jaborandi, jatobá, jasmim (flor), karatá, limão, linho (semente), malva, mamão, Maracujá, mastruço, malungu, malva, mirospermum, nabo, Óleo de Alho, óleo de eucalipto, oliveira, óleo de copaíba, Óleo de Prímula, pau-doce, pinheiro (renovos), poejo (Mentha longifolia), poejo (Mentha pulegium), pulmonária, primavera, quitoco, salva, saco-saco, samambaia, semente de imburana, serpão, tansagem, tussilago, umbaúba ou caixeta, tília, trapoeraba, urucum, urupê, vassoura, vassourinha, verbasco, verônica, violeta. Ver também catarro bronquial. Regime de frutas e verduras; bons agasalhos; inalações de vapor de plantas medicinais; Compressas quentes; Compressas frias, termógenas; clima quente e seco.

BRONZEADORA: capaz de estimular a produção de melanina na pele sob efeito de radiação solar.

BULBO: tipo de caule subterrâneo ou aéreo.

BURSITE: inflamação de uma bolsa do organismo, por vezes acompanhada de calcificação no tendão subjacente; processo inflamatório da bolsa subdeltóide; aplicações externas com folhas de beladona (aquecer e aplicar duas vezes ao dia). Folhas de malvão (tomar o chá). Receita para

tintura de coerana das folhas 250g mais guaçatonga 25g mais genista 25g, para fazer com algodão massagem uma a três vezes ao dia. Misturar com glicerina 10 por 1, Óleo de Prímula.

CABEÇA, dor de: abútua, alfazema, angélica, côco-de-denê, erva-cidreira, flor-da-noite, limão, língua-de-vaca, Maracujá-açu, saião, salva.

CABELO, queda e caspa: lavar comalecrim, alfazema, babosa, bardana, capuchinha (folhas e sementes), chorão, caraguatá, espada-de-são-jorge, gervão, jaborandi, limão e cebola (suco), malagueta (suco), mimo-de-vênus, quina, tuna ou cacto, papoula, pita, saudades, suco de agrião em álcool, banhos de sol, urtiga-branca. Banhos de sol.

CABELOS, fortes e saudáveis: gelatina, camomila, jaborandi, raspa-de-juá, urtiga-branca, Cavalinha, noqueira, raspa-de-juá, urtiga-branca.

CACHO: inflorescência onde as flores tem pedúnculo longo e são dispostas num eixo comum, alcançando diferentes alturas.

CAFEÍSMO: vício de tomar café; limão.

CÃIBRA de sangue: açoita-cavalo.

CÃIBRA do estômago: celidônia, bardana, erva-cidreira, salva.

CÃIBRA do útero: erva-cidreira.

CÃIBRA intestinal: erva-cidreira.

CÃIBRA muscular: anis, artemísia, camomila, limão, óleo de menta, salva, salsa, tomilho, água com sal (tomar).

CÃIBRA: câimbra; contração muscular súbita, involuntária e dolorosa, de caráter transitório, geralmente causada por problemas vasculares decorrentes de esforço excessivo ou do frio; certa doença epidêmica dos bezerros, que provoca diarreia; alfazema, angélica, camomila-romana, limão, mil-em-rama, Cálcio de Ostras, magnésio, Carvão Vegetal.

CALCIFEROL: vitamina D; vitamina lipossolúvel que combate o raquitismo. Principais fontes: de origem animal, esta vitamina se forma através de reações que ocorrem com próvitaminas na pele, quando o indivíduo toma sol, Vitamina A e D.

CALCIFICANTE: que ajuda a calcificação; que torna os ossos mais fortes.

CÁLCULO biliar: litíase biliar; presença de cálculos nas vias biliares; concreção formada na vesícula biliar ou nos ductos biliares; agrião, Boldo-do-chile, bardana, carqueja, hortelã, limão, quebra-pedra, tamarindo, verônica, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, erva-pombinha, erva-tostão, jurupitan, parietária, papiparoba, uva-do-mato.

CÁLCULO da bexiga: agrião, bardana, limão, quebra-pedra, verônica, congonha-de-bugre, erva-pombinha, karatá. Tomar banhos quentes alternados.

CÁLCULO RENAL: litíase renal; formação de areias ou cálculos nos rins; concreção nos rins; abútua, agrião, cana-do-brejo, quebra-pedra, uva ursina, chapéu-de-couro, bardana, limão, urtiga-vermelha, verônica, parietária. Regime de cereais e leite. Beber água em abundância, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, arnica-do-mato, douradinha-do-campo, erva-pombinha, estigmas de milho, salsaparrilha, uva-do-mato, tribulus terrestris.

CÁLCULO: formação sólida como uma pedra, que se forma no corpo pela deposição de cristais; Consultar um médico.

CÁLICE: conjunto de sépalas da flor das angiospermas. Normalmente é de cor verde e está associado a proteção das estruturas florais.

CALMANTE: que acalma e seda as dores e irritações da pele; lenitivo; que exerce a função de acalmar os nervos; camomila, capim-santo, capim-cidreira, erva-cidreira, cidrão, erva-cidreira-de-arbusto, morcela, erva-doce, acariroba, agrimônia, malva-cheirosa, Maracujá, valeriana; açafraão, alface, alcaçuz, anil, arruda, beijo-de-moça, beladona, chorão, cipó-mil-homens, coentro, cordão-de-frade (cachopa), corticeira, gerânio, mulungu, mandioca (brotos), malva, margarida, papoula, Óleo de Prímula, sálvia, tília, timbó. Ver nervos.

CALO: endurecimento acentuado da pele em determinado ponto, por compressão ou fricção contínua, devida a um processo de queratinização; celidônia, saião. Mergulhar o pé em água morna e depois aplicar no calo alho socado com sabão. Cuidar para que o remédio não toque na pele ao redor, mas somente no calo, avenca (preparada em álcool e passar 3 a 4 vezes ao dia), cebola em vinagre, chapéu-de-couro (suco), cipó-cabeludo, cipó-timbó (leite), figueira (leite), figo (leite), flor de papagaio (leite), folha-da-fortuna, mamão (leite), nata (aplicar), vinagre (aplicar 3 vezes ao dia), Própolis Ervas Spray.

CALORES da menopausa: abútua, açoita-cavalo, abacateiro, agoniada, algodoeiro, bolsa-de-pastor, carapiá, camomila, calêndula, cominho, girassol, João-da-costa, Maracujá, margarida, marroio-branco, malva, erva-de-são-joão, melissa, oliveira (folhas), poejo, Sene, sussuaiá, tarumã. Cimicifuga.

CALVÍCIE: ausência total ou parcial de cabelos na cabeça; alopecia no couro cabeludo; acomia.

CANAIS DA PINOCITOSE: canais formados por invaginação da membrana para englobamento de partículas líquidas.

CÂNCER DE MAMA: Ferro+Vitamina C e zinco, Agaricus blazei, Unha-de-Gato.

CÂNCER: qualquer proliferação celular anárquica, incontrolável e incessante, que geralmente invade os tecidos, com capacidade de gerar metástases em várias partes do corpo e que tende a reaparecer após tentativa de retirada cirúrgica ou a levar à morte, se não for adequadamente tratada; tumor maligno; termo usado para referir-se aos carcinomas; prevenir: boa alimentação, fuga dos vícios, fumo, álcool mais higiene; uso interno e externo: calêndula, avenca e tuia, Óleo de Alho, açoita-cavalo (casca), amêndoa-de-tamasco (comer), araticum (casca), buva (em caso de leucemia), cactos, cancerosa ou Espinheira-Santa, Cavalinha, celidônia (folhas e raiz), gervão, gerânio, guiné, erva-santa, bago-de-veado ou malvão, esfregão (folhas, usado muito na África), figo (5 a 6 gotas do leite em água por xícara), lágrimas-de-nossa-senhora, jurema-preta, cipó-de-são-joão (a flor tomar e aplicar a pomada dela), margarida, paina-de-sapo (conhecida também por oficial-de-sala - chá, começar fraco e aumentar), pervinca, salva, salsaparrilha, tansagem (já houve várias curas), tuia, velame-do-campo, violeta (20 g de folhas ou 10 g de flores por litro de água), umbaúba (suco da raiz), avelós (conhecida também por pinheirinho, pau-pelado, cega-olho - toma-se uma semana 1 gota do leite por vez numa xícara com água, na segunda semana 2 gotas por vez e na terceira semana 3 gotas, e depois seguir o processo regressivo, 3, 2, 1 e interromper por uma semana e recomeçar; já houve várias curas); Agaricus blazei, Unha-de-Gato, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Cartilagem de Tubarão. Alimentar-se de frutas e cereais integrais, favorece a cura do câncer.

CANCEROGÊNICA: substância que causa o desenvolvimento de câncer. Produtos para ajudar no combate ao câncer ou prevenção: graviola, Unha-de-Gato, Agaricus blazei.

CÂNCRO VENÉREO: flor-da-noite, curraleira.

CÂNCRO: tumor maligno; limão. Buscar o médico.

CANDIDÍASE: infecção por fungos da espécie Candida ou Monilia albicans, que acometem geralmente a comissura labial, a boca, a orofaringe, a vagina e o trato gastrointestinal; monilíase; Óleo de Alho.

CANSAÇO FÍSICO E MENTAL: Guaraná, Ginseng-Brasileiro, Panax ginseng, Cavalinha, Espirulina Phytomare.

CAPÍTULO: tipo de inflorescência com flores pequenas, sésseis, próximas e num mesmo eixo.

CÁPSULA: fruto seco deiscente.

CAQUEXIA: estado de desnutrição profunda, produzida por diversas causas; veleme-do-campo. Chlorella, Aniba canelilla CASCA-PRECIOSA. Ver debilidade geral.

CARBOIDRATO: qualquer um dos compostos orgânicos formados por carbono, hidrogênio e oxigênio, tais como os açúcares, o amido e a celulose, essenciais para o metabolismo energético; hidrato de carbono.

CARDÍACA: relativa ao coração.

CARDIALGIA: dor na região cardíaca.

CARDIOTÔNICO: fortalece o coração; tonifica o músculo cardíaco; aumenta a contratilidade do músculo cardíaco; alecrim-do-jardim, cajá, cana-de-açúcar, colorau, erva-mate, erva-de-bugre, erva-macaé, hortelã, inhame-branco, limão, marapuama, rainha-da-noite, serralha-brava, tuna, umbaúba, Guaraná, dedaleira, figo-da-índia, alface, agrião, beterraba, cebola, mel puro, maçã, aspargos.

CARDITE: inflamação do coração; urucu. Buscar o médico.

CÁRIE DENTÁRIA: prevenir: Acerola.

CARIOGAMIA: fusão dos núcleos de células haplóides (n) formando uma célula ovo ou zigoto (2n).

CARIOGRAMA: heredograma; diagrama usado para descrever a história familiar em termos de ascendência, descendência e incidência de determinada característica.

CARIOPLASMA: parte líquida que forma o núcleo da célula e onde encontramos em suspensão o material genético.

CARIOTECA: membrana nuclear, presente nas células eucariontes.

CARIÓTIPO: coleção de gens que formam um indivíduo.

CARMINATIVO: que promove a eliminação dos gases desenvolvidos no canal digestivo, acalmando as dores que eles causam, e estimulando o estômago e os intestinos; combate as flatulências (gases) estomacais ou intestinais; abacate, alecrim, Óleo de Alho, alfazema, alfavaca, ananás, angélica, anis, artemísia, bambu, baunilha, Boldo-do-chile, camomila, capim-cidreira, cambará, canela, sassafrás, casca-de-anta, cidra, coentro, cominho, dorme-dorme, endro, erva-doce, erva-cidreira, erva-de-são-joão, Espinheira-Santa, funcho, Gengibre, Guaraná, hortelã, losna, louro-preto, louro, manjerona, manjeriço, erva-de-são-joão, mil-em-rama, pacová, paracari, pau-amargo, pariparoba, picão, pimenta, poejo, quebra-pedra, quitoco,

quássia, amora, salsa, salva, erva-dos-gatos, aniz-estrelado, Boldo-do-chile, carubá, cipó-cravo, criptocária, fel-da-terra, fruto de bicuiba, garaná, laranjeira-da-terra, laranjeirinha-do-mato, Maytenus, noz-moscada, tinguaciba, uva-do-mato. Receita boa: flor da margarida mais da zínia e camomila (chá), Carvão Vegetal.

CAROTENO: pigmento amarelo ou alaranjado existente em plantas e em algumas algas; convertido a vitamina A no fígado dos vertebrados; Betacaroteno.

CARPELO: pistilo: megasporófilo das plantas angiospermas; é formado pelas folhas carpelares enroladas e soldadas; a parte dilatada e oca do carpelo é o ovário, no interior do qual se encontram os óvulos. Pode-se dizer que é a unidade do aparelho reprodutor feminino dos vegetais.

CASPA: escamas da pele da cabeça; limão, vinagre de maçã, gota de Óleo de Alho, shampoo de arnica, óleo essencial de alecrim. Lavar com frequência o couro cabeludo, óleo-de-copaíba (gotas).

CATABOLISMO: fase do metabolismo em que ocorre a degradação pelo organismo das macromoléculas nutritivas, com liberação de energia; glutamina.

CATAMÊNIO: fluxo sanguíneo periódico; menstruo. Ver amenorréia, dismenorréia e menstruação abundante.

CATAPLASMA: emplastro; o material é esmagado cru ou fervido, ainda morno e colocado sobre a parte doente.

CATARATA: opacidade do cristalino, a qual impede a chegada dos raios luminosos à retina: cinerária marítima, mel de jataí (pingar), trevo (suco pingar), assa-peixe (suco pingar), arruda (pingar suco), trapoeraba (suco pingar), serralha-braba (suco tomar), erva-de-passarinho (banhos), cinerária-marítima (1 a 2 gotas), hamamelis. Procure um oftalmologista.

CATARRO bronquial: cará-de-pedra, cocleária, limão, malva, mil-em-rama, poejo, salva, trevo-cheiroso.

CATARRO da bexiga: coerana, eucalipto, jurubeba, limão, malva, mil-em-rama, poejo, trevo-cheiroso, veleme-do-campo, guabirobeira (folhas e casca), begônia (suco ou chá), bago-de-veado, caroba, coerana, trapoeraba, erva-de-santa-maria, urtiga.

CATARRO do estômago/intestino: bardana, limão, malva, mil-em-rama, poejo, trevo-cheiroso, louro-prêto, candurango, agrião, celidônia, caqui, Gengibre, paratudo, hortelã, erva-de-santa-maria, tansagem (semente), araruta, arroz (água), alguns laxantes.

CATARRO nasal. Ver defluxo.

CATARRO pulmonar: agrião, angélica, avenca, cocleária, limão, língua-de-vaca, malva, Óleo de Alho, paracari, poejo, trevo-cheiroso, vassourinha, vassourinha-do-campo, verônica, angico, bananeira (suco), caraguatá, camapu, capim-pé-de-galinha, cardo-santo, casca-de-anta, cebola, coqueiro, erva-macaé, erva-terrestre, umbaúba, grandíuva, hortelã, jatobá, mil-em-rama, mostarda, pessegueiro (resina), pinheiro (resina), rábano, sempre-viva, sálvia-cidreira, tuia, verbasco, violeta.

CATARRO: excesso de secreção de uma mucosa, devido a um processo inflamatório; agoniada, alcaçuz, algodoeiro, artemíase, badiana, buranhém, cambuí, cardo-santo, casca-de-anta, eucalipto, guaiáco, hera-terrestre, hortelã, limão, losna, malva, mil-em-rama, parietária, poejo, timo, trevo-cheiroso. Cáscara-Sagrada, língua-de-vaca.

CATÁRTICO: ação purgante energética; purgativa mais enérgica que dos laxantes e menos que dos drásticos. Cáscara-Sagrada. Ver laxativos.

CAULE: parte aérea do vegetal que dá sustentação às folhas e ramos.

CAULÍCULO: parte do embrião vegetal que forma o caule.

CAXUMBA: inflamação das glândulas parótidas (salivares); bardana (aplicar as folhas), dorme-dorme (toda a planta florida em emplastro), coerana, erva-cidreira, fumo (folhas untadas), beladona (folhas, aplicação externa), tansagem (aplicação externa e tomar o chá), tanchagem; inalações do vapor destas plantas; também chás.

CEFALALGIA: dor de cabeça.

CEFALÉIA: dor de cabeça crônica.

CÉLULA EUCARIÓTICA: aquela que apresenta-se constituída de carioteca.

CÉLULA: unidade microscópica estrutural e funcional dos seres vivos, constituída fundamentalmente de material genético, citoplasma e membrana plasmática (As células dos representantes dos cinco reinos de seres vivos apresentam estruturas características).

CELULITE: alteração do tecido celular subcutâneo; inflamação do tecido celular causada pela má circulação e acúmulo de gorduras e toxinas; gordura localizada; Exercícios físicos, massagens para favorecer a circulação. Mudar hábitos alimentares, aplicar argila com a erva hera-terrestre. Usar chá de ervas como: cabelo-de-milho, Cavalinha, dente-de-leão, taquara (folhas), sabugueiro. Cataplasmas de farelo, de algas, de coalhada, hera, centella-asiatica, Chlorella, . Evitar descontroles hormonais.

CELULOSE: polissacarídeo formado pela união de milhares de moléculas de celobiose; cada celobiose é formada por duas glicoses unidas; a celulose é o principal componente da parede da célula vegetal.

CENTRÍOLO: organela citoplasmática presente nas células eucariontes, com exceção das plantas frutíferas; suas funções são originar cílios e flagelos e organizar o fuso acromático.

CENTRÔMERO: constrição primária; é a parte previamente espiralada que forma o cromossomo. É a parte mais condensada que forma e divide o cromossomo.

CERATOPLÁSTICA: cirurgia plástica da córnea; enxerto da córnea.

CÉREBRO: catuaba, erva-mate, fruto de bicuíba, Guaraná, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

CHAGAS GANGRENOSAS: alecrim-de-jardim.

CHAGAS VENÉREAS: carqueja, curraleira.

CHAGAS: ferimentos abertos; úlceras com pus; feridas ulceradas; cardo-santo.

CIANOBACTÉRIA: denominação de seres monera que embora apresentem características de bactérias, apresentam também a clorofila, como as algas cianofícias.

CIANÓFITA: designação de seres cianofícios.

CIANOSE: coloração azulada, líquida ou escura da pele devida à má oxigenação do sangue arterial.

CIANOSSOMAS: estrutura celular característica das algas cianofícias que contém pigmentos como a ficocianina e a ficoeritrina.

CIÁTICA: Inflamação do nervo ciático. Tomar chás diuréticos (veja esta palavra). Uso externo: compressas ou cataplasmas com uma das ervas: aroeira, cedro (casca) camapu, corticeira (folhas ou cascas), óleo de eucalipto, Gengibre (raiz), giesta (flores), couve (folha fresca), hortelã, limão, feijão (farinha do grão em fomento), urtiga (fazer urtigação), mostarda-negra (cataplasmas mornos). Para acalmar a dor uso interno e externo: corticeira, Maracujá, papoula, malva, beladona (uso externo as folhas), tansagem, taiuiá. A receita da aplicação externa da erva-ciática ou erva-do-monge ou ranúnculo-mata-boi. Amassa-se um punhado da erva e aplica-se fresca numa parte do corpo fora das juntas, durante 30 a 50 minutos, depois se retira, a parte atingida ficará vermelha e formar-se-á uma hnlha com áaua. Abre-se para vazar por vários

dias, até que pare. Cura-se a inflamação com uma pomada depois.

CICATRIZANTE: que faz cicatrizar as feridas; recupera os tecidos da pele após uma danificação; Aloe Gel, beldroega, cipó-chumbo, juciri, marupá, barbatimão, confrei, calêndula, óleo-de-copaíba, Hamamelis_virginiana, Acerola, Espinheira-Santa, centella-asiatica, bacalhau, aipo-do-rio-grande, babosa de arbusto, bálsamo, bênção-de-deus, guaçatonga, mertiolate, moringa, saião, Óleo de Alho, açoita-cavalo, alecrim-do-jardim, algodoeiro, aperta-ruão, arnica-do-campo, arruda, caité, camomila, cardo-santo, caroba, carqueja, Cavalinha, cedro, celidônia, cipó-mil-homens, cipreste, picão, erva-de-passarinho, erva-de-santa-luzia, ingá, santos-filho, erva-moura, erva-santa, óleo de eucalipto, folha-da-fortuna, gervão, salsa, salva, samambaia, sempre-viva, taioba, limão, girassol, quina, imbé, tansagem (suco).

CICLO VEGETATIVO: período da planta compreendido desde a germinação da semente até a morte da planta adulta.

CIGARRO: combater aos males causados por: Acerola.

CILIADO: provido de cílios.

CÍLIOS: estrutura filiforme presente na superfície de certas células, em geral mais curtas que o flagelo; sua função é promover movimentos (para a natação, limpeza ou captura de alimentos).

CILLIOPHORA CILIADOS: classe de protozoários cujos representantes se locomovem por meio de cílios.

CIRCULAÇÃO do sangue: açafreão, algodão (folhas), chá-de-bugre, casca-de-anta, douradinha, erva-mate, erva-de-santa-maria, alecrim, anil, camboatá, erva-cidreira, erva-lanceta, laranjeira (folhas), hortelã, salva, urtiga, tajubí (casca), tarumã, verbena, arnica, margarida (folhas), Coffea cruda, Guaraná, quassia, baúna, porangabá, congonha-de-bugre, douradinha-do-campo, erva-de-bicho, erva-mate, garaná, Jasminum arabicum, piper, Castanha da Índia, parietária, arnica, Óleo de Alho, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, carqueja, óleo de germe de trigo.

CIRROSE HEPÁTICA: processo degenerativo do fígado; centella-asiatica. Ver fígado.

CIRROSE: endurecimento de um órgão devido ao aumento do tecido conjuntivo; limão, Alcachofra, Hepatozan.

CISSIPARIDADE: divisão binária; forma de reprodução assexuada em que organismos unicelulares se reproduzem pela simples divisão da célula.

CISTITE: inflamação da bexiga urinária; aperta-ruão, cana-do-brejo, casca de jatobá, cipó-

cabeludo, douradinha-do-campo, cabelo-de-milho, óleo-de-copaíba, parietária, angelicó, óleo de borragem, quebra-pedra, Alcachofra, Hepatozan, erva-tostão, óleo de eucalipto, urinária. Beber água em abundância. Nos casos graves, chamar o médico.

CISTO NO OVÁRIO: Óleo de Prímula, Agaricus blazei, Unha-de-Gato.

CITOCINESE: divisão do citoplasma que ocorre posteriormente à cariocinese e que completa o processo de divisão celular.

CITOCROMOS: proteína que contém heme (pigmento); funciona como portador de elétrons em uma cadeia de transporte de elétrons; está implicada na respiração celular e na fotossíntese.

CITOFARINGE: local estreito por onde há passagem de alimentos em seres unicelulares.

CITOPÍGEO: ou citoprocto; local da célula de certos tipos de protozoários por onde os resíduos do processo digestivo são eliminados.

CITOPLASMA: região da célula onde se encontram as organelas; o fluido aí presente é o hialoplasma.

CITOSTÁTICA: que inibe o crescimento celular.

CITÓSTOMA: abertura presente na célula de certos tipos de protozoários por onde o alimento é ingerido.

CITOTÓXICO: que tem ação tóxica sobre determinadas células.

CLAMÍDIA doença sexualmente transmissível causada pela bactéria *Chlamydia trachomati*, que pode danificar os órgãos reprodutores da mulher. Os sintomas da clamídia geralmente são moderados ou ausentes. Pode gerar danos irreversíveis, incluindo infertilidade, antes que a mulher reconheça o problema. Clamídia também causa secreção no pênis de homens contaminados.

CLAMÍDEAS: bactérias muito pequenas que se apresentam como parasitas intracelulares obrigatórias.

CLASMATOSE: o mesmo que clasmocitose. Eliminação de restos digestivos pela célula, através da fusão do vacúolo residual com a membrana plasmática.

CLASMOCITOSE: ver clasmatose.

CLIMATÉRIO: período que precede o término da vida reprodutiva da mulher, marcado por

alterações somáticas e psíquicas e que se encerra na menopausa. Cimicifuga.

CLIVAGEM: segmentação; cada uma das primeiras divisões que ocorrem no ovo; primeiras fases do desenvolvimento embrionário.

CLORO: clorose; tipo de anemia peculiar à mulher; anemia microcítica, própria das moças na puberdade e adolescência; anemia peculiar à mulher, assim chamada pelo tom amarelo-esverdeado que imprime à pele; abútua-miúda, agoniada, alecrim-de-jardim, alfazema, angélica, alfafa, alfavaca, agrião, arroz-integral, avelãzeira (semente), bucha, camomila-romana, cruá, caqui, cassaú, coco, centeio, cerefólio, cevada, chicória, dente-de-leão, esfregão (chá das folhas), espinafre, jurubeba, lentilha, marroio-branco, melissa, pita (chá das folhas), quina, saponária.

CLOROFILA: substância orgânica que contém magnésio, presente no interior dos cloroplastos; responsável pela captação e aproveitamento da energia luminosa no processo de fotossíntese. clorofila.

CLOROPLASTOS: ver plasto e clorofila.

CLOROSE: cloro; tipo de anemia peculiar à mulher; anemia microcítica, própria das moças na puberdade e adolescência; anemia peculiar à mulher, assim chamada pelo tom amarelo-esverdeado que imprime à pele; abútua-miúda, agoniada, alecrim-de-jardim, alfazema, angélica, alfafa, alfavaca, agrião, arroz-integral, avelãzeira (semente), bucha, camomila-romana, cruá, caqui, cassaú, coco, centeio, cerefólio, cevada, chicória, dente-de-leão, esfregão (chá das folhas), espinafre, jurubeba, lentilha, marroio-branco, melissa, pita (chá das folhas), quina, saponária.

COAGULANTE sanguíneo: provoca a coagulação do sangue. Produto para distúrbios na coagulação sanguínea: Acerola.

COBREIRO: aipo, anil, espirradeira (flores ou folhas, fritar em azeite, passar o óleo) fedegoso (suco das folhas), guiné (em álcool, passar), genista (folhas), fumo (aplicar folha frescas), losna (banhar), limão, quebra-pedra, quina, rabo-de-bugio (lavar), tansagem (suco) trapoeraba (folhas, aplicar e tomar), trigo (emplastro), urtiga (raiz, tomar e lavar).

COCEIRA: sensação desagradável na pele causada por um agente irritante que faz o indivíduo esfregar as unhas no local; carobinha (lavar e tomar), espirradeira ou oleandra (casca ou flores, fritar em azeite e passar), carne-de-vaca (casca), cipó-suma, genista, losna, macela (compressas) rubim (suco), tansagem (suco), trapoeraba (suco), sabugueiro (flores).

CODIFORME: em forma de coração.

CO-DOMINANTE: sem dominância: define o comportamento de um gens que em homozigose se manifesta livremente, mas em heterozigose divide ou combina suas características com seu par diferente.

COENZIMA: molécula orgânica que desempenha papel acessório em processos catalisados por enzimas; freqüentemente funciona como doador ou aceptor de uma substância envolvida na reação; nad, nadp e fad são coenzimas comuns.

COLÁGENO: material protéico fibroso existente nos ossos, tendões e outros tecidos conjuntivos. Fibras formadoras do tecido conjuntivo a pele; aumenta a produção desta proteína: centella-asiatica, Acerola, Colagenan, Colágeno.

COLAGOGO: estimula fluxo biliar; excita a secreção da bile; provoca a secreção da bile; Boldo-do-chile, cáscar-sagrada, Alcachofra, Hepatozan, acelga, Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium, agrião, melão, mamão.

COLECISTITE: inflamação da vesícula biliar; Alcachofra, Hepatozan, celidônia, limão. Beber água em abundância. Aplicar compressas quentes, de 3 em 3 horas. Nos casos graves, chamar o médico.

COLÊNQUIMA: tecido vegetal de sustentação, formado por células alongadas e vivas (Fibras colenquimáticas); as paredes dessas células têm reforços adicionais de celulose (ver esclerênquima).

CÓLERA MORBO: doença infecciosa aguda, geralmente epidêmica, marcada por intensa diarreia aquosa, câibras, prostração e anúria, causada pelo *Vibrio cholerae*, que se transmite especialmente pela água; taiuiá 01 cabeça-de-negro (chá da raiz), Óleo de Alho, fava-de-café (pó-de-mico, cozimento das raízes), cebola do-mar (chá das folhas), pimenta-do-reino (2g em 250 ml de água para uso interno), noz-moscada-do-pará (tintura alcoólica uso em gotas), pedra-ume-caá (decocto da raiz ou folhas nas diarreias colerinas), tansagem (semente contra cólera infantil), limão, tejuco. Beber água com limão em abundância. Compressas quentes ao abdômen de 3 em 3 horas. Sorinho. Dieta de sucos de frutas e verduras alternadamente. Buscar o médico sem demora.

COLERÉTICO: medicamento que aumenta a secreção da bile. Estimular a liberação da bile. Promove o esvaziamento da vesícula biliar; Boldo-do-chile.

COLESTEROL: Taxa normal 200mg%; suspeita 220 a 260; alta 260 a mais. Taxa dos triglicerídios normal 150 mg: suspeito 150-200; alta 200 a mais. Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Alcachofra, Hepatozan, girassol, alfafa, parietária, chapéu-de-couro, sete-sangrias, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, Acerola, Quitosana Phytomare, Quitosana Herbarium, chá-mineiro, congonha-de-bugre, vinagre de maçã (3 colheres de sopa por dia),

farelo de aveia, Ômega 3 Phytomare, Ômega 3 Herbarium, Guaraná, alecrim, camomila, melissa, óleo de menta, pata-de-vaca, salva. Seguir regime alimentar, fazer jejum periódico Usar chás laxantes e diuréticos. Evitar abuso de gorduras, farinhas e açúcar, chá-verde.

CÓLICA DE RECÉM-NASCIDO: camomila, erva-doce.

CÓLICA hepática: cólica do fígado; bardana, manjerona, erva-de-são-joão, mil-em-rama, beladona, cordão-de-frade, alecrim, Alcachofra, Hepatozan, chicória, dente-de-leão, calêndula, tansagem. Tomar banhos quentes de assento; Compressas quentes.

CÓLICA menstrual: agoniada, algodoeiro, artemísia, erva-de-são-joão, abútua-miúda, laranjeirinha-do-mato, mil-em-rama, cipó-mil-homens, corticeira, hortelã, aveia, zínia. Tomar banhos quentes de assento.

CÓLICA renal: bardana, manjerona, erva-de-são-joão, mil-em-rama, quebra-pedra, chicória, dente-de-leão, quebra-pedra, cordão-de-frade, santos-filho, picão, tansagem.

CÓLICA uterina: abútua, hortelã, erva-de-são-joão, mil-em-rama, agoniada.

CÓLICA: dores abdominais; angélica, anis, artemísia, badana, camomila-romana, casca-de-anta, cascarilha, endro, fucho, laranjeirinha-do-mato, losna, manjerona, marupá, menstrato, mil-em-rama, picão-da-praia, timo, anis, atroveran, erva-dos-burros, marcela, macelinha, cardamomo, tinguaciba côco-de-dendê, cordão-de-frade, goiabeira-do-campo, picão. Compressas quentes.

COLITE NERVOSA: Fibra de trigo.

COLITE: inflamação do cólon; Carvão Vegetal, óleo de linhaça, clorofila, ; regime frugal. Compressas quentes ao lado esquerdo do abdomen.

COLOSTRO: primeiro leite da mulher, logo depois do parto.

COLUNA VERTEBRAL: aliviar dores, Boldo-do-chile, maria-mole (aquecer e aplicar), beladona (folhas aplicar), hortênsia (folhas aplicar), corticeira (com o cozimento fazer compressas), couve (folhas aplicar). Tomar chá de: açoita-cavalo, arnica, alfafa, batata-purga, aveia, caroba, cipó-mil-homens, louro, losna, pacová, feijão (folhas cataplasma), perobinha, manjerona, salsaparilha, urtiga.

COMICHÃO: plurido; coceira; bardana (suco das folhas), carne-de-vaca, carobinha (casca para tomar e banhar), cipó-imbé (suco das folhas, passar), erva-macaé ou rubim (suco), espirradeira (as flores ou folhas: fritar em banha e aplicar), genista, losna (cozimento e lavar), maria-mole (aplicar o suco), tansagem (suco e aplicar), trapoeraba (suco: aplicar e tomar seu chá), urtigão (tomar e fazer banhos), rabo-de-bugio (casca para banhar).

COMPLEMENTO ALIMENTAR. Produto complementar à alimentação, adequando-a às necessidades do organismo: gelatina, óleo DE FÍGADO DE bacalhau, óleo de germe de trigo, Levedo de Cerveja, Spirulina maxima Phytomare.

COMPLEXO DE GOLGI: organóide celular originado do retículo endoplasmático liso. Apresenta-se como um conjunto de vesículas achatadas e sobrepostas, distribuídas de forma irregular no citoplasma celular.

CONCENTRAÇÃO, aumentar a capacidade de: Ginkgo-biloba.

CONDICIONANTE: regulador das funções.

CONDRIOMA: termo em desuso, antigamente empregado para designar o conjunto de mitocôndrias da célula.

CONNECTIVO: parte do estame que liga a antera ao filete no androceu de flores angiospermas.

CONGESTÃO CEBRAL: excesso de sangue na cabeça. Cuidados: pôr água fria na cabeça, aplicações quentes nos pés ou nas pernas; cogumelo sol, Óleo de Alho, camomila, cebola, erva-de-bicho (chá ou em dister), flor-da-noite, limão, malagueta (suco em farinha para cataplasma), manjerição, melissa, rabanete, verbena, violeta, persicária. Tomar banhos quentes de assento. Chamar o médico.

CONGESTÃO do peito. Ver pneumonia.

CONGESTÃO do ventre: limão.

CONGESTÃO HEPÁTICA: celidônia.

CONGESTÃO RESPIRATÓRIA: Óleo de Alho, mel puro.

CONGESTÃO VENOSA: Hamamelis_virginiana.

CONJUGAÇÃO: processo sexual em que há união temporária de dois indivíduos, com troca de material genético.

CONJUNTIVITE: Inflamação aguda ou crônica da conjuntiva, pálpebras avermelhadas. Evitar o vento, excesso de luz, substâncias irritantes. Pode-se aplicar: arruda (suco com água), avenca (erva seca em pano), bananeira (a água do tronco), camboatá (chá), maçã (suco), malva, mel puro (água melada), noqueira (aplicar cozimento das folhas), pessegueiro (flores e folhas), limão (suco com água), picão (tomar o chá e aplicar), porongo (a flor), rosas (pétalas), sabugueiro,

salva, tansagem (tomar e lavar), limão, jiló, tento, trevo-cheiroso. Buscar o médico.

CONSERVANTE: impede a deterioração dos produtos cosméticos por microorganismos.

CONSTIPAÇÃO INTESTINAL: afecção caracterizada pela diminuição do ritmo intestinal, com menor frequência de evacuações; o mesmo que prisão de ventre; Sene, cáscar-sagrada, Espinheira-Santa, Alcachofra, Hepatozan, agar-agar, Fibra de trigo.

CONTRACEPTIVA: impede a concepção, evita a gravidez.

CONTRA-INDICAÇÃO: condição ou sintoma que torna desaconselhável o uso.

CONTRATURAS MUSCULARES: Cálcio de Ostras, magnésio.

CONTUSÃO: lesão produzida por uma forte pancada; cana-do-brejo, cardo-santo, erva-cobre, girassol, manjerona, mil-em-rama, pacová, Óleo de Prímula, urtinga-branca, alcanfor, arnica-brasileira, arnica-mineira, arnica-paulista, arnica-do-mato, curatombo, jamenina, trombeta, erva-de-santa-maria, abacate (chá de 3 folhas, três vezes ao dia), confrei, corticeira (casca), erva-lanceta, folha-da-fortuna (cataplasma), girassol, guiné (calmante), malva, mastruço, manjerona, salmoura e vinagre (aplicar), beterraba (folhas), acelga (folhas), assapeixe, hortênsia, margarida.

CONVULSÃO: contração violenta e dolorosa devido a problemas do sistema nervoso central; contração patológica, involuntária, de grandes áreas musculares; angélica, angelicó, artemísia, cassaú, erva-cidreira, Maracujá-açu, abútua, agripalma, alface (raiz), catinga-de-mulata, cordão-de-frade, coronha, corticeira, erva-moura, Maracujá, papoula. Tomar banhos quentes.

COQUELUCHE: doença infecciosa aguda, produzida por bactérias, altamente contagiosa, peculiar à infância, e que, lesando o aparelho respiratório, se manifesta por acessos de tosse violenta; tosse convulsa, tosse comprida, tosse de guariba; baúna, cambucá, karatá, cambará, cambuí, cambuazeiro, cará-de-pedra, ipecacuanha, Maracujá-açu, paracari, serpão, sumaré, timo, umbaúba, violeta, alfavaca, caraguatá, carqueja, óleo de eucalipto, malva, figo (folhas), gerânio, timo ou tomilho, angico (goma), sempre-viva, tansagem, taiuiá, crista-de-galo. Preparar xarope de limão com mel puro e dar uma colher de meia em meia hora. Sair ao sol e ao ar puro. Fazer inalações de vapor de plantas medicinais várias vezes ao dia. Duas compressas quentes, por dia, ao peito e a garganta, com a necessária precaução contra o resfriamento. À noite, fazer massagens leves, prolongadas, com óleo de linhaça, no peito, e nas costas. Aplicar uma bolsa de água quente ao peito. Fazer, também banhos alternados. Em primeiro lugar um banho quente de 5 a 10 minutos, dando a seguir um choque de água fria. Tomar 2 destes banhos por dia, sempre com o estômago vazio. Além desses banhos, recomenda-se os de vapor. Quem não tiver caixa própria para banhos de vapor, pode aplicar suadouros na cama. Antes do suadouro, friccionar o corpo do paciente com um pano em água fria, e, sem enxugá-lo, envolve-lo num

lençol e cobri-lo com vários cobertores. Dar-lhe nesse momento, uma limonada quente adoçada com mel puro a fim de ajudar o corpo a reagir. Após o suadouro, deve-se friccionar o corpo do enfermo novamente com água fria e vestir-lhe roupa seca. O PACIENTE NÃO DEVE TOMAR VENTO OU AR FRIO ENQUANTO SE FAZ O TRATAMENTO.

CORAÇÃO afecções do: alecrim-de-jardim, bardana, óleo de borragem, cálamo-aromático, erva-cidreira, flor-da-noite, hortelã, inhame-branco, limão, sete-sangrias, tapixirica, urucu, vassourinha-do-campo, Óleo de Alho, anis, cabelo ou pendão-de-milho, carrapichinho, capim-cidreira, chuchu, crista-de-galo, chapéu-de-couro, camboatá, cacto, colorau, douradinha, erva-de-bugre, erva-de-passarinho (baixar a pressão), girassol, marmeleiro-do-mato, sempre-viva, mandacaru, cana-de-macaco.

CORANTE: que tem o poder de dar coloração a algo, pigmentador.

CORDIAL: medicamento ou bebida que fortalece ou conforta.

CORÉIA: dança de são guido, dança de são vito; artemísia. Lavagens intestinais, banhos neutros, dieta de frutas. Buscar o médico.

CORIZA. Ver defluxo.

CORMÓFITA. Ver traqueófita.

COROLA: do latim: corolla, dim. De coroa, coroa; conjunto de pétalas; geralmente a parte manifestamente colorida da flor. Está associada a proteção da parte reprodutora da flor e também é um dos principais atrativos para agentes polinizadores.

CORRIMENTO VAGINAL: inflamação das membranas mucosas, especialmente da uretra e da vagina; DST normalmente causada pela bactéria neisseria gonorrhoeae; abútua, agoniada, alfazema, amor-do-campo, angico, anil, aberta-ruão, bardana, barbatimão, bolsa-de-pastor, Boldo-do-chile, beringela (chá), buranhen, caavurana, cabeça-de-negro, caica, cana-do-brejo, cardo-santo, caroba, carrapicho-de-carneiro, chá-de-bugre, chorão, cana-de-macaco, cipó-suma, cipó-açougue, cipreste, crista-de-galo, umbaúba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, guandu, jarrinha, jaborandi, jatobá, joão-da-costa, limão, língua-de-vaca (chá), pau d'alho, pau-amargo, picão-da-praia, pita, rosa, salsa-da-horta, sapé, tiririca, tuia, taiuiá, buranhen, caavurana, cabeça-de-negro, mirospermum, noqueira, óleo-vermelho, persicária, picão-da-praia, quássia, tejuco, umbaúba, uva-ursina, velame-do-campo, óleo-de-copaíba. Consultar um médico.

CORTE: calêndula, barbatimão, Hamamelis_virginiana, confrei, Própolis Ervas Spray.

COSMÉTICO: produto destinado a limpeza, conservação, odorização e maquiagem da pele.

COSMETOLOGIA: a ciência dos cosméticos.

COTILÉDONE: do grego kotyedon; cavidade em forma de taça; estrutura, semelhante à folha, no embrião de uma planta semínifera; relaciona-se com a digestão e armazenamento de alimento que irão nutrir o embrião vegetal nas primeiras fases de vida.

COXALGIA: afecção da coxa; limão.

COZIMENTO: decocto; decocção; o material em água fria é levado ao fogo até a fervura. A maioria dos chás é feita assim.

CRAVO: afecção do folículo sebáceo da pele.

FRANCIS CRICK. Ver Watson, James.

CRISÁFITAS: o mesmo que crisófitas. Algas protistas simples com pigmentos como o caroteno e a xantofila. São predominantemente marinhas, fazendo parte do plâncton.

CROMÁTIDE: cada um dos dois filamentos cromossômicos que se mantêm unidos pelo centrômero após a duplicação cromossômica; assim que separadas na anáfase, cada cromátide passa a ser chamada de cromossomo.

CROMATINA: material filamentos, muito corável, presente no núcleo das células; corresponde ao conjunto de cromossomos descondensados presentes na célula interfásica.

CROMATÓFOROS: célula pigmentada presente na superfície corporal de certos animais invertebrados (moluscos, crustáceos etc.) e de certos vertebrados (peixe, anfíbios etc.); pelo espalhamento ou concentração dos grãos de pigmento nos cromatóforos, o animal varia sua cor e tonalidade, confundindo-se com o ambiente.

CROMONEMA: filamento de dna, desespiralado que forma a cromatina.

CROMOPLASTOS: plastos que apresentam pigmentos coloridos. Ex. Cloroplastos, xantoplastos, eritroplastos, etc.

CROMOSSÔMO X: Cromossômo que em mamíferos determina a formação de características sexuais femininas. Para a formação do sexo feminino é preciso o par XX.

CROMOSSOMO Y: Cromossômo que em mamíferos determina a formação de características sexuais masculinas. Para a formação do sexo masculino é preciso o par XY.

CROMOSSOMO: cada um dos filamentos presentes no núcleo das células eucariontes, constituído

basicamente por DNA e proteínas; nele situam-se os genes.

CRUPE: difteria laríngea. Recorra ao médico imediatamente.

CUMARINA: grupamento químico presente em diversas plantas medicinais; são caracterizadas por dois núcleos cíclicos de carbono semelhantes ao benzeno ligadas a uma cadeia lateral de átomos de carbono.

CÚTIS. Ver pele.

D.n. = dose normal, isto é 20g de material verde ou 10g de material seco para os chás, em 1 litro de água.

DANÇA DE SÃO GUIDO: dança de São Vito; coreia; síndrome aguda ou crônica caracterizada por movimentos involuntários típicos, breves, rápidos, irregulares, esp. na base dos membros, como no ombro e no quadril.

DARTROS: designação genérica, e imprecisa, de várias dermatoses. Designação vulgar do herpes; dermatose que se caracteriza por vesículas elevadas sobre uma base inflamada; amor-perfeito (fazer banhos com a infusão das folhas e flores), araroba (banhos), bardana (chá), capim-rei, cará, cará-inhame (ralar e aplicar), canela, sassafrás, doce-amargo (banhos), ipê (chá), japecanga (chá), sucupira (semente, tomar o chá), timbó-boticário (banhos), limão, maravilha, trapoeraba, Unha-de-Gato, guaçatonga. Compressas quentes, regime frugal.

DEBILIDADE CARDÍACA: Guaraná, alecrim, mulungu, noz-de-cola, óleo de germe de trigo.

DEBILIDADE EM GERAL: agrião, alfafa, alecrim, acelga, alfavaca, aveia, beterraba, buxo, carvalho, cebola, Chlorella, couve, cenoura, dente-de-leão, feno-grego (semente), hortelã, fava, maçã, milho, nabo, margarida, noqueira, jatobá, trigo, tansagem (semente e folhas), sálvia, óleo de borragem, cambuí, casca-de-anta, erva-cidreira, manjerona, catuaba, Guaraná, alfafa, noz-de-cola, mil-em-rama, marapuama, poejo, serpão.

DEBILIDADE: fraqueza física; falta de vigor ou saúde; abatimento, languidez; catuaba, Guaraná, Chlorella, alfafa, noz-de-cola, marapuama.

DECOCÇÃO: decocto, o material é colocado em água fria, levado ao fogo até a fervura. A maioria dos chás é feita assim.

DEFLUXO: catarro nasal; inflamação e corrimento da mucosa nasal; alcaçuz, óleo de eucalipto, flor-da-noite, limão, malva, manjerona, poejo.

DEISCÊNCIA: abertura de qualquer órgão.

DELÍRIO tremens: tremor generalizado; Maracujá-açu.

DEMULCENTE: emoliente, amolece e abranda as inflamações das mucosas.

DENGUE, repelente de insetos: Citronela (*Cymbopogon nardus* (L.) Rendle.).

DENTIÇÃO: formação e nascimento dos dentes; altéia.

DENTIFRÍCIO: preparado que serve para limpar os dentes.

DEPRESSÃO CIRCULATÓRIA: Agripalma, margarida, giesteira-das-vassouras (as flores).

DEPRESSÃO psíquica: estado mórbido caracterizado pelo abatimento mental e físico que pode ser manifestação de vários problemas psiquiátricos, tendendo hoje a ser considerado mais como uma das fases da psicose maníaco-depressiva; estado afetivo caracterizado por profunda tristeza e desencanto geral; depressão; kawa-kawa, erva-de-são-joão, hipérico, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, *pfaffia paniculata*, cevada, alface, figo (folha), margarida, meliloto, salgueiro-branco, sálvia, cidreira.

DEPRESSORA: ação enfraquecedora.

DEPURATIVO DO SANGUE: retira substâncias tóxicas através da urina; limpa as toxinas do sangue; Livra o sangue de impurezas; Libera o organismo e o sangue de substâncias tóxicas; Purifica o sangue e limpam os humores; agrião, amor-perfeito, angélica, batata-de-purga, bardana, bolsa-de-pastor, caiapó, cardo-mariano, cipó-suma, carqueja, cerefólio, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, cotó-cotó, curraleira, canchalágua, carne-de-vaca, caroba, caruru-bravo (raiz), catáia, chapéu-de-couro, cipó-mil-homens, dente-de-leão, douradinha, erva-de-bugre, Espinheira-Santa, estragão, figo, Ginkgo-biloba, guaiaco, ipê-roxo, japecanga, lágrima nossa senhora, limão, mangueira (resina), Maracujá, mata-pasto, nogueira, óleo de Prímula, Óleo de Prímula , papo-de-peru, panacéia, pau-ferro, pita, rosa branca, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás, serralha-brava, sete-sangrias, taiuiá, tanchagem, tajuba, tarumã, urtiga-vermelha, velame-do-mato.

DERMATITE: cada um dos diversos tipos de inflamação da pele; dermite; Própolis Ervas Spray.

DERMATOSE: qualquer moléstia de pele, especialmente quando caracterizada pela ausência de inflamação; Própolis Ervas Spray.

DESÂNIMO: Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

DESCALCIFICAÇÃO: empobrecimento de cálcio no organismo; ameixa, aveia, avelã, azeitona,

batata, camarão, aboboreira, beringela, beterraba, cebola, cacau, cenoura, cereja, cevada, cerefólio, couve-flor, couve, damasco, espinafre, feijão, figo, fígado, frutas cítricas, leite, manteiga, morango, melão, nozes, nabo, óleo-de-bacalhau, repolho, salsa, tomate, ostras, ovos. Tomar diariamente uma colher de chá de pó da casca de ovo ou do pó de osso, Cálcio de Ostras, Dolomita.

DESCONGESTIONANTE NASAL: buchinha do norte, óleo de eucalipto, propila, menta japonesa, vique.

DESCONGESTIONANTE: tira o inchado e a obstrução dos tecidos.

DESIDRATADO: sem água.

DESINFETANTE: que destrua os micróbios: Espinheira-Santa, cancerosa, óleo de eucalipto, jequitibá.

DESINTOXICAÇÃO DO SANGUE: clorofila, Carvão Vegetal.

DESINTOXICANTE: depurativo; reduz a ação tóxica de venenos.

DESINTOXICAR: eliminar substâncias tóxicas.

DESMAIO: perda dos sentidos; erva-cidreira.

DESNUTRIÇÃO: óleo de fígado de bacalhau, óleo de germe de trigo, Levedo de Cerveja, mel puro, Óleo de Alho, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Acerola, Spirulina maxima Phytomare.

DESOBSTRUENTE: quando combatem as obstruções intestinais, hepáticas etc. Libera um canal ou vaso: abútua, acariçoba, alcaçuz, agrião, gervão, jurubeba, limão, Maracujá, pariparoba, salsa, serralha-brava, taiuiá.

DESODORANTE: tira o mau cheiro.

DESOPILANTE: capaz de desobstruir, de livrar de uma obstrução.

DESORDEM NEUROPSIQUIÁTRICA: Acerola, Ginkgo-biloba, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, .

DESOXIRRIBONUCLEICO, ÁCIDO: o mesmo que DNA.

DESOXIRRIBOSE: açúcar com 5 átomos de carbono na molécula (pentose), componente da

molécula de DNA.

DESPIGMENTADOR: elimina manchas e sardas da pele.

DESVITALIZADO: sem vida.

DETERGENTE: substância que purifica e clareia; que limpa a superfície da pele e as feridas: cedro, fel-da-terra, cravo-de-defunto, douradinha, gervão, salsa, taiuiá, trevo-cheiroso, verônica.

DIABETES MELITO: .

DIABETES: problema metabólico causado por deficiência de insulina, em que a utilização de carboidratos é reduzida e a de lipídeos e proteínas aumentada, ocorrendo nos casos mais graves glicosúria, perda de água e eletrólitos, cetoacidose e coma; doença caracterizada por abundante excreção de urina que contém uma substância açucarada; evitar açúcar e farináceas. Constatação do diabete: normal 100; suspeito 100-130; alta 130-220; abajerú, Acerola, agrião, araçá-do-campo, avenca, bardana, cajueiro, carambola, carqueja, cedro (casca), centeio, cerefólio, dente-de-leão, Garra-do-Diabo, gerânio, gervão, gervãozinho, grapiapunha, inhame-branco, insulina-vegetal, jambo, jambolão (tintura ou o pó da semente), jucá, jurubeba, erva-de-passarinho, erva-pombinha, gimnema, laranja (chá da semente), limão, macela, mançanilha, morrião, noqueira (folhas), óleo de eucalipto, oliveira, quebra-pedra, pau-ferro, pedra-ume-caá (folhas), pata-de-vaca, pau-amargo, pessegueiro (folhas), picão, poáia-branca, romã (casca ou folhas), rúcula, sabugueiro (chá), stevia, sucupira, tremoco (o pó de 3 grãos por dose), urtiga-branca, urtiga-vermelha, yacon.

DIAFORÉTICO: sudorífera, estimula a transpiração, provoca o suor; Óleo de Alho, picão da praia (Wedelia minor Horn), salsa, cebola, figo, Maracujá (chá quente das folhas de ambas as frutas), alfavaca, angelicó, cálamo-aromático, camomila-da-alemanha, cana-do-brejo, caroba, guaiaco, jurubeba, pariparoba, pau-ferro, pipi, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás, violeta. Banhos quentes de vapor.

DIARRÉIA: evacuação do ventre, líquida e freqüente; acariçoba, algodoeiro, anis, aperta-ruão, aroeira, artemísia, barbatimão, buranhém, cambuí, camomila-da-alemanha, carqueja, cascarilha, cipó-chumbo, cotó-cotó, erva-cidreira, erva-dutra, funcho, Guaraná, jucá, losna, louro-prêto, mangue-vermelho, Maracujá-açu, marupá, marupá-do-campo, erva-de-são-joão, mil-em-rama, persicária, poejo, quássia, sabugueiro, serpão, tamarindo, tanchagem, tejuco, timo, tinguaciba, urtiga-branca, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, erva-dos-burros, macelinha, chá diurético, abacateiro, cana-do-brejo, Cavalinha, uva ursina. Compressas quentes ao abdômen para aliviar a dor. Uma ou duas lavagens intestinais, por dia, com chá quente de plantas medicinais. Jejum nos primeiros dois dias. Dieta de maçãs ou banana prata, depois do jejum, erva-dos-burros, macelinha, chá diurético, abacateiro, cana-do-brejo, uva ursina, abacate (carroço em pó), açoita-cavalo, amor-do-campo, angico, araçá, araticum, azedinha, bambu, baicuri, cacto, cambará,

canela-preta, caparrosa, carapiá, carrapicho, cebola-do-mar (chá da folha), cipreste, coco (tomar o leite), crista-de-galo, erva-de-passarinho, erva-de-bicho, erva-de-são-joão (chá), erva-macaé ou santos-filho, erva-silvina, espelina (chá, tintura), goiaba, guabiroba, guaxuma, jabuticaba, jatobá, losna, ingá, jarrinha, macela, marmeleiro, marmelo, macieira (folhas), Maracujá, milha, mil-folhas (flor), mil-em-rama, mirtilo (folhas), pitanga, poejo, malva, pita, pau-amargo, rosa-vermelha, sete-sangrias, salsa, tansagem (folhas, semente), sempre-viva, tuna, simaruba, videira (folhas).

DIATOMÁCEA: espécie de alga protista que reserva grande quantidade de diatomito em seu organismo.

DICOTILEDÔNEA: do grego kotyledon; cavidade em forma de taça; subclasse de angiospermas, nas quais há duas folhas de semente, ou cotilédones, além de outras características distintas.

DIFTERIA: doença toxêmica causada pelo bacilo de Klebs-Loeffler, localizando-se habitualmente nas mucosas das porções superiores da árvore respiratória, bôca, nariz, faringe e laringe (crupe). Quando não associada a infecção por outros germes, estreptococos, estafilococos, bacilos fuso-espilares, etc., evolui geralmente sem febre, ou quase, o que torna sumamente perigosa; doença infecto-contagiosa aguda. Chamar o médico imediatamente.

DIGESTÃO difícil: dispepsia; sensação de desconforto digestivo, especialmente de peso, que ocorre após as refeições.

DIGESTIVA: ajuda e facilita a digestão: açafão, agrião, alecrim, alfavaca, anis, azedinha, bardana, camboatá, camomila, capim-cidreira, carqueja, carrapicho-rasteiro, casca-de-anta, cebola, cipó-mil-homens, fel-da-terra, gervão, corticeira, Boldo-do-chile, endro, erva-cidreira, Espinheira-Santa, funcho, jurubeba, laranjeira-do-mato, louro, macela, mamão, manjerona, Maracujá, maria-mole, paratudo, picão, pita, quássia, quina, salsa, salva, Sene, laranjeira-brava, urtiga-vermelha, anis estrelado, artemisia (*Artemisia annua*), bálsamo, Boldo-do-chile, erva-mate, estragão, louro, Alcachofra, Hepatozan, tanaceto, Levedo de Cerveja.

DILATADOR DE CORONÁRIAS: aumenta as dimensões ou o volume.

DINOFLAGELADOS: algas protistas conhecidas como pirrofícias. São conhecidas por provocarem um fenômeno denominado de maré vermelha.

DIPLÓIDE: célula que contém dois genomas. Simbolizada por (2n).

DISCROMIA: perturbação pigmentar da pele ou dos pelos.

DISENTERIA AMEBIANA: Óleo de Alho.

DISENTERIA, GASES: bálsamo-branco, Carvão Vegetal.

DISENTERIA: síndrome decorrente de inflamação intestinal, especialmente cólica, e que inclui dor abdominal, tenesmo e defecações frequentes, contendo sangue e muco; evacuações frequentes com fezes, diarreia, com catarro e por vezes com sangue, que se verificam em doenças do tubo digestivo, provocadas por bacilos ou ameba; doença aguda, com lesões inflamatórias do intestino, cólicas, tenesmo e evacuações sanguíneas; algodoeiro, angélica, alecrim, araticum, arará, aroeira, azedinha, açoita-cavalo, abacate (semente torrada), agrimônia, bambu, barbatimão, bolsa-de-pastor, buranhém, cagaiteira, cambuí, caroba, capim-gordura, carapiá, casca-de-anta, caparrosa, cipreste, confrei, cascarilha, coentro, Espinheira-Santa, erva-do-bicho, erva-tostão, figo, goiabeira, Guaraná, ipecacuanha, jabuticaba, jaqueira, jambolão, jatobá, louro-prêto, mangue-vermelho, macela, macela-branca, murta (folhas), Maracujá, marupá, óleo-de-copaíba (gotas), Óleo de Alho, óleo de eucalipto, persicária, poaia-branca, romã, serralha-branca, sarça, sete-capote, tamarindo, tansagem (folhas, semente), uvalha, Carvão Vegetal.

DISENTÉRICA: combate a disenteria.

DISFUNÇÃO CARDIOVASCULAR: .

DISFUNÇÃO ERÉTIL: tribulus terrestris.

DISMENORRÉIA: menstruação difícil e dolorosa; distúrbios das regras; alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscio, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, óleo de Prímula, Óleo de Prímula .

DISPEPSIA: perturbações do tubo digestivo, quer de origem gástrica, quer de origem intestinal, que se manifestam em dificuldade para digerir; má digestão; dificuldade na digestão; doença proveniente de má digestão; abútua, alecrim-de-jardim, alfavaca, angélica, angelicó, anis, bardiana, bardana, caapeba, cálam-aromático, cardamomo, carqueja, casca-de-anta, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, cominho, coração-de-jesus, cotó-cotó, endro, funcho, Guaraná, hera-terrestre, laranjeirinha-do-mato, limão, louro, manjerona, mil-em-rama, quássia, tejuco, tinguaciba, Cáscara-Sagrada.

DISPEPSIAS HIPOSECRETORAS, Produto para dispepsia hiposecretora: Alcachofra, Hepatozan.

DISPÉPTICO: que dificulta a digestão, causando dor e sintomas de desconforto; Produto para dispepsia: Alcachofra, Hepatozan.

DISPNÉIA: dificuldade na respiração; alcaçuz, limão.

DISQUINESIA HEPATOBILIAR: Alcachofra, Hepatozan.

DISSOLVENTE: dissolve substância, funciona como solvente.

DISTROFIA ÓSSEA: .

DISTROFIA: perturbação grave da digestão; limão.

DISTÚRBIO CIRCULATÓRIO CEREBRAL. Ginkgo-biloba.

DISTÚRBIO DIGESTIVO: carqueja, Espinheira-Santa, erva tostão.

DISTÚRBIO MENTAL: Acerola, Ginkgo-biloba, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, óleo de germe de trigo.

DISÚRIA: expulsão dolorosa e difícil da urina; dificuldade em urinar; a disúria não é uma doença em si, mas representa um grupo de sintomas das mais variadas doenças do sistema urinário, tribulus terrestris, abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cípó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

DIURESE: secreção da urina. Produto para aumento da diurese: Alcachofra, Hepatozan.

DIURÉTICO: estimula a secção de urina; aumentam a urinação; favorece a produção e eliminação da urina; provoca a secreção abundante de urina; abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil,

cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cípó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

DIVISÃO CELULAR: processo pelo qual uma célula se divide em duas outras; é através desse processo que células procariontes e eucariontes se reproduzem; a mitose das células eucariontes é um tipo de divisão celular.

DNA: tipo de ácido nucléico constituído por desoxirribose, fosfato e pelas bases nitrogenadas adenina, guanina, citosina e timina; a molécula de dna é filamentososa, de cadeia dupla, em arranjo helicoidal (dupla-hélice); no dna estão escritas em código as informações hereditárias.

DOENÇA CARDIOVASCULAR: prevenção: Acerola, Ginkgo-biloba, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Óleo de Alho, Alcachofra, Hepatozan, óleo de germe de trigo, Spirulina maxima Phytomare.

DOENÇA DA PELE: caiapó, erva-de-bugre, ipê-roxo, salsaparrilha, velame, girassol, acariroba, Levedo de Cerveja, Betacaroteno.

DOENÇA DE ALZHEIMER: demência pré-sanil; Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare.

DOENÇA DE INVERNO: Óleo de Alho, Própolis Ervas Spray, mel puro, algas, echinácea, óleo-de-copaíba, Unha-de-Gato, Acerola, Ferro+Vitamina C.

DOENÇA DEGENERATIVA: Acerola, Ginkgo-biloba.

DOMINANTE, GENS: aquele que se expressa tanto em homozigose quanto em heterozigose.

DOR ARTICULAR: Veja dor artrítica.

DOR artrítica: tomar durante o dia alternando duas xícaras de chá de Cavalinha e 4 xícaras de chá de aipo, urtiga, araçá, alfafa, barbasco, buva, calêndula, alfavaca, carobinha, cedro-rosa, coerana (a raiz), guiné, cerejeira, salsaparrilha, malvão, violeta, batata-de-sucupira, bowdichia, canela-de-sassafras, cedro-rosa, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-cruzeiro, congonha-de-bugre, guiné, samambaia, tomba, urinária, uva-do-mato, velame-do-mato, açoita-cavalo, Unha-de-Gato, Garra-do-Diabo, catinga-de-mulata, limão, parietária, persicária, Spirulina maxima Phytomare, Vit e minerais, anti oxidantes, Cartilagem de Tubarão; aplicar compressas quentes.

DOR DE CABEÇA: enxaqueca; Ver bem a causa. Ajudam: alfazema, arruda, amor-perfeito, angélica, cravo (flor), acanflor, corticeira, doril, erva-cidreira, erva-de-são-pedro, guiné, Ginkgo-biloba, girassol, Guaraná, língua-de-vaca (folha, aplicar na frente), louro, Maracujá, perobinha-do-campo, rainha-da-noite, sálvia, Sene, sempre-viva, tanaceto, umbu, violeta, feijão (aplicar folhas verdes).

DOR DE DENTE: bochechos ou pondo suco na cárie: alface (raiz com malva), AGRIÃO-DALAGO, (suco pingar no dente), agrião-do-pará, Óleo de Alho (pôr o suco em algodão no ouvido do lado que doe o dente, com o suco da salsa idem), ALTÉIA, AMOREIRA-NEGRA, ÁSARO, batata-doce (folhas, fazer bochecho), begônia (beber o suco com água), beterraba (beber o suco), BETÔNICA, CAJUEIRO, CÂNHAMO, CATINGA-DE-MULATA, CEREJA-DE-CAMETÁ, CHÁ-PRETO, chorão (bochecho com o chá da folhas ou casca), CRAVINHO-DA-ÍNDIA, (tintura pôr com algodão na cárie), cambuí (raiz fazer bochechos), couve (chá dos talos), DAMIANA, ENDRO, erva-cidreira, erva-lanceta (chá da raiz fazer bochecho), ERVA-PICÃO, erva terrestre (chá), esfregão (as folhas esmagadas com um pouco de sal e água aplicar como cataplasma), ESTÉVIA, feijão (comer os grãos e vagem verde), GATÁRIA, TABACO, GUINÉ (raiz contra dor), gengiva inflamada (fazer bochechos com chá da azedinha-do-brejo), JAMBÚ, LARANJINHA-DO-MATO, hortelã, JABORANDI, MEZEREÃO, malva, NIGELA, papoula (bochecho), pariparoba (mastigar a raiz), pêssego (chá com sal fazer bochecho), PICÃO-PRETO, pinheiro (chá dos brotos fazer bochecho), pitanga (chá), QUINA-AMARELA, fumar a erva do chá da índia depois de usado e seco, mantendo-se a fumaça na boca, imbirí (colocar suco), malva (bochecho), rábano-da-horta (beber chá), rapacanela (por semente no dente), sálvia (esfregar as folhas nos dentes para branquear), TRANSAGEM-CHINESA (bochechos), tinguaciba, TRIBULUS, VERBASCO. Aplicar compressas quentes.

DOR de estômago: ver estômago.

Dor de garganta: Gengibre.

DOR DE OUVIDO: Colocar no ouvido com algodão embebido com o suco de uma das seguintes ervas: agrião, anis, Óleo de Alho, arruda, caité, artemísia, erva-santa-maria, gergelim (óleo), malva, manjerona, maravilha ou 5 gotas de suco, bonina, maria-mole, trevo-roxo, tansagem, salsa (bolinha feito das folhas pôr no ouvido), pôr sobre o ouvido a flor de coroa, colocar uma bolsa de água quente, sabugueiro, taquara (pingar a água), rábano na surdez pingar 5

gotas de suco das folhas). Não esquecer de limpar sempre o ouvido com muito cuidado.

DOR de rins. Plantas contra os males dos rins: abacateiro, agrião, almeirão, amora-branca, arnica, assa-peixe, bago-de-veado ou malvão, barba-de-bode (capim), bardana, beladona, beldroega, bolsa-de-pastor (hemorragias), cabelo-de-milho, camomila, cana-de-macaco, chá-de-bugre, chincho, cará (chá da raiz), cauda-de-cavalo, camboatá, capim-puxa-tripa, capim-coqueiro, cipó-mil-homens, carqueja, cipó-cabeludo, coco (Fibra da fruta), dente-de-leão, douradinha, Espinheira-Santa, erva-terrestre, erva-de-passarinho, figo, feijão (vagem), hortelã, linho (semente), limão, losna, malva (flor), madressilva, marrúbio, mil-em-rama, pega-pinto (folhas), pita, quássia, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, sete-sangrias, tansagem, trapoeraba, urtiga-branca, uva-do-mato, verônica. Pedras ou cálculos nos rins: alfavaca, ananás, caroba, Cavalinha, cana-do-brejo, canafístula, douradinha-do-campo, óleo de menta, parietária, oliveira (azeite), primavera, pêssego (folhas secas), salsaparrilha, sálvia, suçuaiá, tomateiro (folhas), três-cipós, uva-japonesa (xarope do fruto).

DOR DE VISTA: Plantas com cujo cozimento se podem lavar as vistas inflamadas: cenoura, chicória (flores), camomila, calêndula (tomar), erva-de-santa-luzia, erva-tostão, picão, malva (banhar), mimo-de-vênus (flores), girassol (folhas), limão (suco com água), tansagem, trapoeraba, tomate (folhas), rosa-vermelha, roseta (toda a planta), salsa (pôr o suco), arruda (uma gota de suco nos olhos de hora em hora), bananeira (a seiva para lavar as vistas inflamadas), tuia (chá). Ajuda tomar chá de tansagem, serralha-brava, violeta-cheirosa. Pôr compressas de água fria ou de leite coalhado. Ver conjuntivite. Cataratas alguns curam com mel de jataí.

DOR ESTOMACAL: Carvão Vegetal.

DOR muscular: distensão, luxação: tei-fu, alcanfor, arnica.

DOR nas pernas: Castanha da Índia, Ginkgo-biloba, clorofila, arnica-mineira.

DOR reumática: erva-de-são-joão.

DOR: altéia, angélica, bardana, bolsa-de-pastor, erva-cidreira, quitoco, timbó, timbó-de-raiz, gergelim, mil folhas; tomar banhos quentes de assento, compressas quentes.

DORMÊNCIA: é o período que a semente leva para germinar após estar em ambiente propicio.

DOWN: Síndrome de Down; aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 21 (47, xx, +21). Principais características: hipotonia muscular e hiperflexibilidade das articulações. Língua protusa e dificuldades psicomotoras. Fendas palpebrais oblíquas, orelhas pequenas e displásticas, pescoço curto, anomalia cardíaca, mãos curtas com o 5º dedo curvo e prega palmar horizontal única (prega simiesca). Esta síndrome atinge os dois sexos e está

presente na proporção de 1/650.

DRENAGEM LINFÁTICA: remove os excessos de linfa estagnados nos tecidos do corpo.

DRENAGEM: escoamento de líquidos.

DRUPA: fruto carnoso indeiscente com endocarpo lenhoso (exemplo: manga).

ECLÂMPSIA: estado mórbido, caracterizado por convulsões mais ou menos generalizadas e duradouras, acompanhadas de perda de conhecimento; muitas vezes leva a morte e surge como complicação do decurso dos últimos meses de gravidez, ou de uma afecção renal; Chamar o médico.

ECTOPLASMA: parte mais externa do citoplasma. Também conhecido como citoplasma gel por apresentar-se mais denso (gelatinoso).

ECZEMA: inflamação da pele com vesículas, crostas ou exsudatos provocada por diversas causas; afecção cutânea, caracterizada por pequenas vesículas inflamatórias; doença da pele, produzindo pústulas e comichão. Principia pela formação de bolhas, vesículas, e pústulas, com edema colateral mais ou menos notável, seguida de crosta ou escamas, infiltradas, debaixo das quais existe uma superfície arroxeadada, exsudante ou seca; Aloe Gel, bardana, capuchinha-grande, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, óleo-de-copaíba, Óleo de Prímula, amor-perfeito, angico, bolsa-de-pastor, calêndula, caju, camomila, carambola, celidônia (tomar), cipó-suma, espirradeira, fedegoso (suco), gerânio, macela, maricá (banhos), noqueira, salva, sabugueiro, tomate (folhas), verbena, violeta, beldroega (comer cozida), óleo de germe de trigo.

EDEMA: acúmulo patológico de líquido proveniente do sangue, em qualquer tecido ou órgão, com causa renal, cardíaca ou circulatória; Cavalinha, coco-de-dendê, limão, arnica-brasileira, abútua, Óleo de Alho, bowdichia, cainca, cana-do-brejo, congonha-de-bugre, porangaba, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-cruzeiro, douradinha-do-campo, cabelo-de-milho, abacate (folhas), alfafa, borragem, amor-perfeito, cebola, feijão (vagens), alfavaca, cerejeira, dorme-dorme (chá), erva-macaé (banhos e tomar chá), noqueira, murta, trapoeraba, Unha-de-Gato, unha-de-vaca, velame-do-campo, capim-puxa-tripa, Castanha da Índia, Alcachofra, Hepatozan.

EDWARDS: Síndrome de Edwards; aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 18 (44,XX, +18). Principais características: hipertrofia muscular, deficiência psicomotora grave. Orelhas displásticas com baixa implantação. Micrognatia, osso externo curto, mãos fechadas com tendência a sobreposição do 2º dedo sobre o 3º e do 5º sobre o 4º dedo. Pilosidade exacerbada. Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/4000. Difícil sobrevivência.

EFEITOS COLATERAIS: resultados adversos advindos do uso de uma substância.

EFERENTE: aquele que sai; nervos que levam impulsos nervosos do SNC são chamados de nervos eferentes, por exemplo.

ELEFANTÍASE: doença caracterizada pela hipertrofia de tecido celular subcutâneo, por inflamação e obliteração dos vasos linfáticos e que determina grande espessamento do derma com aumento dos diâmetros do órgão ou do membro afetado; pata-de-vaca. Consultar um médico.

ELEMENTOS QUIMIOSSINTETIZANTES: estruturas ou substâncias que participam da fotossíntese. Pode designar tanto cloroplastos como grânulos de clorofila ou ainda tilacóides.

ELIMINADORA DE TOXINAS: depurativa; retira substâncias tóxicas através da urina; limpa as toxinas do sangue; Livra o sangue de impurezas; Libera o organismo e o sangue de substâncias tóxicas; Purifica o sangue e limpam os humores; agrião, amor-perfeito, angélica, batata-de-purga, bardana, bolsa-de-pastor, caiapó, cardo-mariano, cipó-suma, carqueja, cerefólio, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, cotó-cotó, curraleira, canchalágua, carne-de-vaca, caroba, caruru-bravo (raiz), catáia, chapéu-de-couro, cipó-mil-homens, dente-de-leão, douradinha, erva-de-bugre, Espinheira-Santa, estragão, figo, Ginkgo-biloba, guaiaco, ipê-roxo, japecanga, lágrima nossa senhora, limão, mangueira (resina), Maracujá, mata-pasto, nogueira, Óleo de Prímula , papo-de-peru, panacéia, pau-ferro, pita, rosa branca, sabugueiro, salsaparilha, sassafrás, serralha-brava, sete-sangrias, taiuiá, tanchagem, tajuba, tarumã, urtiga-vermelha, velame-domato.

EMAGRECER: regimes, dietas, redução na alimentação das farináceas, gorduras vegetais e animais e doces, usar mais frutas e verduras, observar jejuns periódicos, moderação no comer, mas não deixar de alimentar-se; evitar tomar drogas que descontrolam os hormônios no organismo; caminhadas, ginástica, esporte, saunas; abacaxi, alface, Alcachofra, Hepatozan, aquemila, aspargo, alho-porro, borragem, bananeira (água), caruru-bravo, caroba, carqueja, fucus, Spirulina maxima Phytomare, agar-agar, café-do-mato, capim-sapé, chá-de-bugre, chá-da-índia, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, gervão, juá (raiz), maçã (chá das cascas ou duas colheres de vinagre de maçã por dia), limão, marroio, sabugueiro, embaúba, salsa, ervas laxantes e diuréticas, Chlorella, Quitosana Phytomare, Quitosana Herbarium, porangaba, farelo de trigo, gelatina, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, stevia, garcínia, Fibras de Maracujá.

EMENAGOGO: que têm a propriedade de restabelecer o fluxo menstrual, quando por qualquer causa tenha sido suprimido; abútua, agoniada, alfavaca, alfazema, algodoeiro, bambu, barbatimão, cenoura, couve, carapiá, erva-de-santa-maria, joão-da-costa, losna, melão, melão-de-são-caetano, miIhomens, mulungú, pariparoha, salsa, urtiga-branca, açafão, alecrim-do-jardim, artemísia, avenca, arruda, aristolochia, babosa, beldroega, calêndula, camomila, cardo-santo, cipó-mil-homens, cominho, cordão-de-frade, douradinha, erva-cidreira, erva-santa,

espora-dos-jardins, fel-da-terra, funcho, gervão, guiné, hortelã, limão, louro-preto, macela, manacá, Maracujá, maria-mole, marroíó-branco, papo-de-peru, parreíra-brava, quitoco, salva, taiuiá.

EMÉTICA: provoca vômitos; caruru-bravo, ipecacuanha; Combatem: camomila, cedro, cipó-suma, douradinha-do-campo, sabugueiro, paratudo, acácia, salsa.

EMÉTICO: que provoca vômitos; acariçoba, sabugueiro.

EMOLIENTE: demulcente; que amolece e abranda uma inflamação dos tecidos; que amolece os tecidos inflamados aliviando a dor; amolece e abranda as inflamações das mucosas; abrandando o tecido endurecido por abscessos, úlceras, inflamações, contusões, em qualquer parte do corpo, etc.; altéia, camomila, Aloe Gel, óleo de linhaça, malva, vassoura, vassourinha, violeta, araticum (folhas), bananeira-do-mato, batata-doce (as folhas e batata ralada), bolsa-de-pastor, caruru-do-reino (folhas), caqui, cardo-santo, cevada, coerana (folhas), confrei, cambuí, camomila, carrapicho, caruru, celidônia, douradinha, figo, grama (chá), erva-de-santa-maria, erva-grossa, erva-moura, gervão, guaxuma, orapro-nobís, Maracujá, margarida, pariparoba (folhas), pepino, taioba, timbó, trapoeraba, tuna, verbasco, vinagreira.

EMPLASTRO: material esmagado cru ou fervido, ainda morno e colocado sobre a parte doente; cataplasma.

EMULSIFICANTE: estabiliza uma emulsão (substância de consistência leitosa).

ENCEFALOMIELE: inflamação da nevraxe; doença virótica do cavalo e de outros animais, às vezes contagiosa para o homem.

ENDOCARDITE: estado mórbido caracterizado por processo inflamatório do endocárdio, especialmente valvular, produzido pelo vírus da moléstia reumática ou outro agente microbiano, estreptococo, pneumococo, gonococo, etc; limão, urucu.

ENDOCITOSE: entrada de substância em uma célula por transporte ativo.

ENDOSQUELETO: esqueleto interno. Como o esqueleto ósseo nos animais.

ENERGIA DE ATIVAÇÃO: quantidade mínima de energia para que uma reação química ocorra.

ENERGIZANTE: capaz de dar energia.

ENFARTAMENTO: enfarte.

ENFISEMA PULMONAR: Óleo de Alho, mel puro.

ENFISEMA: presença de ar ou gás nos interstícios do tecido conjuntivo de uma região; aeretmia.

ENFRAQUECIMENTO DOS OSSOS: Cálcio de Ostras, magnésio.

ENJOO: náusea; sensação de vômito, repugnância; angélica-dos-jardins, aipo (chá), beladona, camomila, casca-de-anta, erva-doce (folhas e semente), erva-de-santa-maria, espinheira-divina, funcho, hortelã, losna, macela, poejo, sempre-viva. Pôr compressas frias sobre o ventre. E para provocar vômitos: água com sal, café salgado, cajá, cebola-do-mar, caruru-bravo (chá), não-me-toque, umbu (casca ou frutas), enfiar o dedo na garganta e provocar até lançar.

ENRIJECIMENTO DOS TECIDOS: gelatina.

ENTERALGIA: dor abdominal aguda acompanhada de espasmos intestinais; cólica intestinal.

ENTERITE: inflamação do intestino delgado; Carvão Vegetal, Óleo de Alho, araruta (polvilho), arroz (água do arroz), alecrim, barba-de-velho, beldroega, carurubravo, cenoura, cevada, cebola-do-mar, celidônia, cipó-escada, confrei, couve, Espinheira-Santa, goiabeira, erva-doce, limão, linho (semente), maçã, malva, erva-de-são-joão, oliveira, salva, tansagem (sementes), algodoeiro, altéia, artemísia, batata-de-purga, louro-prêto.

ENTEROCOLITE: inflamação da mucosa do intestino delgado e do cólon; jucá, limão.

ENTERORRAGIA: hemorragia intestinal. O sangue pode derivar do estômago ou de úlceras hemorroidais, e do estômago pode ser proveniente de uma febre tifóide, de úlceras duodenais ou de um cancro intestinal; limão. Chamar o médico.

ENURESE NOTURNA: incontinência urinária.

ENVELHECIMENTO PRECOCE: perda da frescura e do viço prematuramente; gelatina, Acerola, Chlorella, agar-agar, Vit e minerais, antioxidantes, Ginkgo-biloba, Colagenan, Colágeno.

ENVENENAMENTO POR ARSÊNICO: anil.

ENVENENAMENTO POR MERCÚRIO: anil, bardana. Chamar o médico.

ENVENENAMENTO POR SUBLIMADO CORROSIVO, ALCALÓIDE E fungo venenoso: Carvão Vegetal.

ENVENENAMENTO: limão. Recorrer ao médico.

ENVOLTÓRIO CELULAR: o mesmo que membrana citoplasmática ou plasmalema.

ENVOLTÓRIO NUCLEAR: membrana nuclear ou carioteca. Envolve e protege o material nuclear da célula. É também responsável pelas trocas que o núcleo realiza com o citoplasma.

ENXAGÜATÓRIO: líquido para lavagem secundária da boca.

ENXAQUECA: dor de cabeça, geralmente de um lado que aparece periodicamente. Aplicar compressas frias, tomar chá de douradinha-do campo, alfazema, girassol (sementes), erva-cidreira, beladona (folhas aplicar), dente-de-leão (aplicar folhas), Guaraná, guiné (chá), lima, lúpulo, língua-de-vaca, timbó, cebola (roelas aplicar), perobinha, quina, hortênsia (folhas aplicar), erva-santa-maria, Maracujá, fruta-do-conde (folhas), sempre-viva, vinagre (compressas violeta, arruda, bardana, batata-inglesa (rodela)).

ENZIMÁTICO: que contém propriedades catalíticas específicas.

EPILEPSIA: doença nervosa de causa desconhecida, que se manifesta por crises ou acessos cuja característica essencial consiste na perda absoluta, durante a crise, da consciência, com amnésia consecutiva. Essas crises e acessos podem ser compulsivas ou não. Termina a crise um estado de torpor seguido de sono estertoroso do qual o doente desperta abobado, amnésia, doido; angélica, anil, artemísia, erva-cidreira, limão, marupá-do-campo, velame-do-campo, açoita-cavalo, agripalma, alface (raiz), alfavaca, ananás, arnica, arruda, beladona (chá fraco), catinga-de-mulata, cebola, coro-onha (uma colherinha de chá de pó da semente) ralar por dia, tintura preparada com o pó de 3 sementes num litro de álcool 50°, tomar 15 a 30 gotas por xícara (dose para adulto), canforeira (erva, chá), cipó-mil-homens, corticeira, capim-cidreira, cidreira, erva-doce, erva-do-bicho, erva-de-passarinho, figo, girassol, laranja, maçã (folhas), macela, Maracujá, poaia-branca (chá da raiz), papoula, sabugueiro, salva (banhos), taiuiá, urtiga, valeriana, violeta, visco. Regime frugal; comer pouco.

EPISTAXE: derramamento de sangue pelas fossas nasais; erguer a cabeça e erguer o braço do lado oposto que sangra, lavar com água fria ou pano no pescoço; pôr um chumaço de algodão; anis (chá), batata-purga (chá), bolsa-de-pastor, flor-da-noite, cactos (chá), Cavalinha (chá), limão (pingar suco no nariz), erva-de-bicho (chá), solda-com-solda (chá), salsa-comum (pôr uma bolinha feita das folhas verdes no nariz que sangra), taiuiá (chá), urtiga-branca (chá), tomar uns dias cálcio da casca de ovo (1 colher de chá do pó por dia), Cálcio de Ostras.

EPITELIOMA: tumor maligno formado por células epiteliais; sumaré. Consultar um médico.

ERGASTOPLASMA: retículo endoplasmático ao qual estão associados os ribossomos; retículo endoplasmático granular.

ERISPELA: doença infecciosa, causada por um tipo de estreptococo, de localização mais frequente nas faces e nos membros inferiores, com tendência à recidiva; possui duas

características fundamentais; uma geral a temperatura elevada; outra local a placa cutânea vermelha e saliente, mais ou menos extensa, de limites precisos e superfície aveludada ao tato; Aloe Gel, Aloe gel, Dolomita, carnícula, cipó-imbé, guapeva, persicária, velame-do-mato, cabeça-de-negro, erva-de-bicho, flor de sabugueiro, jurubeba, pomada de sapucainha, água de bananeira. Beber água em abundância Cuidar da limpeza intestinal diária, usando, se necessário, clisteres. Regime de sucos e frutas e verduras alternadamente. Aplicar Compressas frias, de água com sal, de contínuo, às partes em que se manifestar a erupção. Fazer duas aplicações diárias de escalda-pés e compressas alternadas (quentes e frias) sobre o fígado e a espinha dorsal efetuando, no fim, uma fricção fria, rápida. Nos casos graves chamar o médico, aboboreira (aplicar a flor e folhas), alcaçuz (aplicar), alcanforeira, arroz, arruda (lavar), aroeira (lavar), arnica-do-mato (chá da flor, passar), artemísia, café (folha), cebola, cipó-imbé (banhos), cravo-de-defunto, dorme-dorme, erva-de-bicho (banhos), fedegoso (uma gota de tintura cada meia hora), jurema (casca), Maracujá (chá), picão-da-praia (chá), sabugueiro (lavar), sempre-viva (suco, aplicar), saião (uso externo), taiuiá (chá), tucum (lavagem), tapioca, urtigão, velame-do-campo (chá e aplicar), verbena, alface (folhas), feijão (suco da vagem), jurubeba. Veja: BABOSA, BABOSA, VASSOURINHA-DE-BOTÃO, ANDIROBA, FEDEGOSO-GIGANTE, FEDEGOSO, EMBAÚBA, CARUCAÁ, BÁLSAMO, ABÓBORA, PICÃO-BRANCO, ALCAÇUZ, SEMPRE-VIVA, SAIÃO, FOLHA-DA-FORTUNA, BANANEIRA, NOZ-MOSCADA, ALCAÇUZ, CIPÓ-IMBÉ, CAPEBA, ERVA-DE-BICHO, AMOR-CRESCIDO, CANA-DE-AÇÚCAR, SABUGUEIRO, AROEIRA, VASSOURINHA-DOCE, FEDEGOSO-GIGANTE, JURUBEBA-VERDADEIRA, CAJAZEIRO, GERVÃO-ROXO, JOÃO-GOMES, URTIGÃO.

ERITEMIA: vermelhidão da pele, devido à vasodilatação dos capilares cutâneos; vermelhidão da pele, devido à vasodilatação dos capilares cutâneos.

ERRINO: medicamento que se introduz nas narinas.

ESCARLATINA: doença infecto-contagiosa endêmica e epidêmica, classificada no grupo das febres eruptivas, e cujo agente patogênico ainda não é conhecido. A evolução da doença pode ser dividida em três períodos: de invasão, de erupção e de escamação. O primeiro muitas vezes se confunde com o segundo, caracterizando-se êste por um enantema mais precoce que o exantema. O exantema é constituído por uma rubefação generalizada da pele, na qual se nota uma erupção puniforme que dá um aspecto de granito e, ao toque, a impressão de carne de galinha. No terceiro período, o de descamação, há uma forte esfoliação, tirando-se da mão verdadeiros dedos de luvas. Pode apresentar anginas de várias espécies, bubões, otites, rinites, sinusites, broncopneumonias, gastroenterites, etc. As lesões renais são as que mais caracterizam a doença; óleo de borragem, limão, mil-em-rama, sabugueiro. Ver banhos quentes; banhos de vapor. Compressas quentes contínuas à garganta. Escalda-pés prolongados, com chá quente, no começo da erupção. Regime de frutas e hortaliças. Água e sucos em abundância. Nos casos graves, buscar o médico.

ESCLERÊNQUIMA: tecido vegetal de sustentação, formado por células alongadas e mortas

(Fibras esclerenquimáticas); as paredes dessas células são formadas por celulose impregnada de lignina (ver colênquima).

ESCORBÚTICA: ajuda a suprir a carência de vitamina C; Ferro+Vitamina C, suco e infusão: agrião, aipo, alfafa, azedeira, barbatimão, begônia, beldroega, Acerola, capuchinha, calêndula, canela, casca-de-anta, caqui (folhas), cenoura, couve, dente-de-leão, espinafre, goiaba (fruta), guabiroba (fruta), limão, labaga, mastruço, paratudo, pariparoba, morango, rábano, saião, sete-capote (fruta), salva, salsa, uvalha (fruta), muitas frutas e verduras. É bom lembrar que a luz, o calor e os ácidos (vinagre), destroem parte da vitamina C.

ESCORBUTO: doença provocada pela carência de vitamina c, com aparecimento de lesão da mucosa intestinal, com hemorragia digestiva, vermelhidão das gengivas, que sangram facilmente e enfraquecimento dos dentes; é uma discrasia hemorrágica causada pela abstinência dos alimentos frescos, o que determina uma avitaminose C. No passado, os exércitos em campanha e os navegadores polares pagavam pesado tributo à doença. É essencialmente uma moléstia do sangue e da nutrição. A sintomatologia é variada, pois numerosos órgãos e tecidos são atacados, mas o que caracteriza a doença são as pequenas hemorragias puntiformes, subcutâneas, e a gengivo-estomatite; agrião, angélica, azedeira, barbatimão, beldroega, capuchinha-grande, capuchinha-miúda, centáurea-menor, cocoléaria, fumária, limão, pariparoba, Alcachofra, Hepatozan, Acerola, Ferro+Vitamina C.

ESCRÓFULA: tuberculose ganglionar linfática. Doença que se manifesta por ingurgitamento dos gânglios linfáticos, formando tumores dolorosos que às vezes supuram; agrião, alecrim-de-jardim, alfazema, bardana, buranhém, cambuí, capuchinha-grande, caroba, centáurea-menor, guaiaco, limão, pariparoba, pau-ferro, salva, tejuco, urtiga-branca, velame-do-campo.

ESCROFULOSE: doença, devida a perturbações de nutrição, que se manifesta por engurgitamento dos gânglios linfáticos, alterando-se os fluidos que estes contém, e formando-se tumores ovulares que podem ulcerar-se; as escrófulas predispõem para a tuberculose; doença que se manifesta pelo aparecimento de escrófulas.

ESFOLIANTE: esfoliativo, provoca a descamação de células mortas da superfície da pele.

ESGOTAMENTO FÍSICO: Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná, Agaricus blazei, Agaricus blazei, Chlorella, Ferro+Vitamina C.

ESGOTAMENTO MENTAL: Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná, Agaricus blazei, Chlorella.

ESGOTAMENTO NERVOSO: kawa-kawa, erva-de-são-joão, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, pfaffia, alfafa, alfavaca, marapuama, noz-de-cola, catuaba.

ESGOTAMENTO: exaustão; fadiga; Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, centella-asiatica,

Spirulina maxima Phytomare.

ESPÁDICE: tipo de inflorescência onde a flor é envolvida por uma grande bráctea (exemplo: antúrio).

ESPASMO HISTÉRICO: losna, erva-cidreira.

ESPASMO: contração involuntária e convulsiva dos músculos e, em especial, dos que não obedecem à vontade e que presidem a vida orgânica, como os do estômago, do intestino, etc.; câimbras em geral; abútua-jarrinha, agrião, alfavaca, aveia, alfazema, alecrim, anis, calêndula, capim-cheiroso, camomila, catinga-de-mulata, erva-de-santa-maria, gerâno, guiné, fruta-do-lobo, funcho, laranjeira (folhas), marroio, melissa, oliveira, tília, trevo, tribulus terrestris, hortelã, pipi, Óleo de Prímula . Banhos quentes; pedilúvios quentes; Compressas frias termógenas.

ESPASMÓDICO: espasmolítico, provoca contração muscular involuntária.

ESPASMOLÍTICO: que ou o que tem capacidade ou tendência para aliviar espasmos ou convulsões; antiespasmódico; Óleo de Alho, açafreão.

ESPERMÁFITA: vegetal que forma semente. Dividem-se em angiospermas e gminospermas.

ESPERMATORRÉIA: derramamento involuntário de esperma; limão, quássia, alface, caroba, chá-de-bugre, framboesa, guaçatonga, ipê-roxo, losna, timão, lúpulo, pau-amargo, trapoeraba, tansagem, tribulus terrestris.

ESPERMATOZÓIDE: célula haplóide, móvel (flagelada) de reprodução em animais.

ESPÍCULA: elemento esquelético, calcário ou silicoso, presente em determinados espongiários.

ESPINHA: caiapó, velame, rosa branca, salsaparrilha, exilir de velame, Levedo de Cerveja, Chlorella, argila.

ESPIROQUETA: espécie de bactéria que apresenta-se em forma de espiral.

ESPLENITE: inflamação do baço; aplique um pano umedecido em água de cal; agrião, arruda, artemísia, aspargo, cancosa, carqueja, dente-de-leão, erva-tostão, jurubeba, moranguinho, picão, quina, rúcula, salsa, juá-de-capote, pariparoba, acariçoba, alfazema, mulungo.

ESPOROS: denominação genética de uma célula reprodutiva capaz de permanecer em estado dormente por um tempo prolongado, até encontrar condições para se desenvolver, presente em certas bactérias, algas, fungos e plantas.

ESPORULAÇÃO: fenômeno que produz esporos.

ESSÊNCIA: óleo fino e aromático extraído de determinados vegetais.

ESTACA: folha, botão ou parte de caule ou raiz retirada de uma planta para construir vegetativamente uma nova planta.

ESTAFA: extremo cansaço; esgotamento; Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

ESTAME: do latim: um filamento; o órgão masculino de uma flor; produz microsporos ou grãos de pólen; geralmente consiste de um filamento que tem no ápice uma antera. (ver androceu).

ESTERILIDADE: qualidade do organismo que é incapaz de procriar; havendo ainda possibilidades fisiológicas: maca-peruana, Óleo de Alho, aveia, cenoura, baunilha natural, o uso prolongado da chicória selvagem das roças, como dente-de-leão, espinafre, gerânio, framboesa, groselha, regime rico em vitaminas A, B, D, E, verduras, joão-da-costa, timão, pão integral, trigo integral, vitamina E, fígado-de-peixe, óleo-de-peixe, leite não desnatado, sálvia (mais para as mulheres) 3 xícaras por dia, chá de 40g, lentilhas, Vit e minerais.

ESTERNUTATÓRIO: que produz espirros.

ESTETICISTA: especialista em assuntos de beleza e uso de cosméticos.

ESTIGMA: porção superior do estilete, geralmente dilatada e pegajosa, onde aderem os grãos de pólen que irão fecundar a flor.

ESTILETE: porção tubular do carpelo (ou pistilo). Parte alongada do carpelo que conduz o tubo polínico no processo de fertilização do vegetal.

ESTIMULANTE DO SISTEMA NERVOSO CENTRAL: Guaraná.

ESTIMULANTE FÍSICO E MENTAL: Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

ESTIMULANTE GERAL: abóbora-d'anta, catuaba, cipó-almecega, cipó-bravo, Coffea cruda, confrey, Guaraná, imburana, jaborandi, marapuama, otonia, quina-cruzeiro.

ESTIMULANTE HEPÁTICO: Alcachofra, Hepatozan, carqueja.

ESTIMULANTE SEXUAL: catuaba, pfaffia.

ESTIMULANTE: ativa e excita determinadas funções; excita a função dos órgãos e ativa a circulação sanguínea; aumenta as energias das funções vitais, exercendo ação vivificante sobre

os órgãos e normalizando seu funcionamento; que tem a propriedade de aumentar momentaneamente a energia das funções vitais; alfavaca, angélica, bafeeiro, badiana, hortelã, pipi, abóbora-danta, catuaba, cipó-almecega, cipo-bravo, confrey, garaná, imburana, jaborandi, marapuama, otonia, quina-cruzeiro, abacate (folha verde), açafraão, alecrim, alfafa, arnica, azedinha, baunilha, beldroega, Boldo-do-chile, canela, carapiá, casca-de-anta, caruru, cipó-caatinga (chá), cipó-cravo, coca, coentro, cordão-de-frade, erva-cidreira, erva-mate, erva-doce, erva-do-bicho, Espinheira-Santa, guiné, Gengibre, gervão, Guaraná, hortelã, jurubeba, jatobá, louro, manjerona, macela, mostarda-preta, noz-moscada, pitanga, poejo, pimenta-do-reino, quitoco, salsa, sassafrás, trapoeraba.

ESTÍPTICO: usado contra as hemorragias; cebola, banana, manga.

ESTIRAMENTO: ato ou efeito de estirar.

ESTOMACAL: combate o mal estar do estômago; almeirão, alteia, angélica, angico, aroeira, artemísia, babosa, bardana, Boldo-do-chile, camomila, carqueja, capim-cidreira, cardo-santo, casca-de-anta, celidônea, cipó-mil-homens, cominho, dente-de-belo, erva-levante, Espinheira-Santa, fedegoso, gervão, hortelã-das-hortas, losna, louro, louro-preto, mamica-de-cadela, macela, melissa, malva, manjerona, pau-para-tudo, pita, poejo, pau-amargo, pariparoba, quina-do-mato, salva, sálvia, cidreira, Carvão Vegetal.

ESTÔMAGO afecções do: alfavaca, angélica, anil, artemísia, badiana, bardana, tanchagem, cálamo-aromático, camomila-da-alemanha, camomila-romana, hortelã, cardo-santo, casca-de-anta, cascarilha, funcho, centáurea-do-brasil, cerefólio, cipó-chumbo, cominho, erva-cidreira, hera-terrestre, jatobá, limão, louro-prêto, manjerona, mil-em-rama, pacová, pariparoba, pita, poejo, quássia, quebra-pedra, robínia-acácia-falsa, salva, sete-sangrias, tamarindo, trevo-cheiroso. Tomar banhos de chuveiro e aplicar compressas frias termógenas.

ESTÔMAGO dilatação do: limão; jejuns.

ESTÔMAGO: órgão oco do tubo digestivo, de estrutura musculomembranosa, situado abaixo do diafragma, entre o esôfago e o duodeno, onde os alimentos são depositados, pré-digeridos e esterilizados antes de serem enviados ao intestino, para ali serem absorvidos; alfavaca, Óleo de Alho, aloés, anis, angélica, artemísia, bardana, batatinha (suco), bambu, camomila, caqui, cardo-santo, crisântemo, caferana, carapiá, alfavaca, aloés, anis, angélica, artemísia, bardana, batatinha (suco), bambu, camomila, caqui, cardo-santo, crisântemo, caferana, carapiá, carqueja, casca-de-anta, cerefólio, cominho, coca, cruzeiro, erva-canforeira, erva-cidreira, erva-de-são-john, esfregão, erva-da-vida, fenogrego, Gengibre, gervão, girassol, goiabeira (brotos), funcho, hera-terrestre, hortelã, jatobá, juá, limão, louro-preto, lima-da-pérsia, laranjeirinha-do-mato, mastruço, macela, mamão (folhas), manjerona, mil-em-rama, mostarda, paineira (casca), noz-moscada, pariparoba, picão, pita, pitanga, poejo, pêssego (folha), pau-amargo, quássia, salva, sete-sangrias, tansagem, trevo-cheiroso, videira (folhas).

ESTOMÁQUICO: facilita as atividades do estômago; estimula a atividade secretora do estômago; que faz bem ao estômago; que estimula e fortalece as funções do estômago; que é benéfico ao estômago; cáscar-sagrada, dente de leão, carqueja.

ESTOMATITE: inflamação dos tecidos moles da boca. As causas são locais, gerais ou medicamentosas. As principais causas locais são: gengivites, erupção de terceiros molares, infecção de Vincent e gangrena. Entre as causas gerais enumeram-se: a gravidez, a diabetes, a tuberculose, a sífilis, a actinominose, o tifo e a varíola. As estomatites de origem medicamentosa são causadas pelo mercúrio, chumbo, arsênico, cobre, fósforo, bismuto, quer inalados por operários, que os manipulam, quer tomados por via bucal ou venosa sob a forma de produtos terapêuticos; camomila-da-alemanha, caruru-bravo, cascarilha, jequitibá, limão, salva, sensitiva, tanchagem, Acerola, azeitona, coentro, figo, goiabeira, laranja, lima, manga, Carvão Vegetal.

ESTÔMATO: estrutura presente na epiderme das folhas, formada por células arqueadas (células estomáticas), tendo um orifício entre elas (ostíolo) por onde ocorrem as trocas gasosas.

ESTRANGURIA: dificuldade extrema de urinar, acompanhada de dor, ardor e tenesmo vesical contínuo, saindo a urina apenas gôta a gota em virtude do estreitamento da uretra; persicária. Consultar um médico.

ESTRESSE: estado gerado pela percepção de estímulos que provocam excitação emocional e, ao perturbarem a homeostasia, levam o organismo a disparar um processo de adaptação caracterizado pelo aumento da secreção de adrenalina, com várias conseqüências sistêmicas; stress; Agaricus blazei, Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

ESTRIA: linha fina que forma um sulco na superfície da pele; Chlorella, óleo e creme de rosa-mosqueta, Colagenan, Colágeno.

ESURINA: que têm a propriedade de excitar a fome, estimular o apetite: alecrim, alfazema, angélico, avenca, cambuí, cana-de-macaco, casca-de-anta, cipó-mil-homens, cravo-de-defunto, funcho, hortelã, jatobá, limão, losna, manjerona, quebra-pedra, salsa, tinguaciba, vinagreira.

ÉTnico: termo usado na estética e cosmética para designar características do tipo de cabelo da raça negra.

EUCARIONTE: eucarioto, tipo celular que apresenta sistemas membranosos e organelas no citoplasma; a carioteca está presente, delimitando o núcleo, onde se encontram os cromossomos (ver também procarionte).

EUGLENA: espécie de alga do grupo das euglenófitas. A mais conhecida é a eugleunia viridis que

possui dois flagelos e é dotada de vacúolo contrátil.

EUPÉPTICO: digestivo: que facilita a digestão; tanaceto.

EXANTEMA: qualquer erupção cutânea; agrião, amor-perfeito (folhas e flores), bardana, bergamota, bolsa-de-pastor, cará, coerana, douradinho-campo, erva-de-bugre, erva-macaé, carobinha-do-campo, cipó-suma, chapéu-de-couro, coronha (semente), Espinheira-Santa, erva-de-passarinho, feijão (pó com vinagre), inhame-branco, japecanga, juati, língua-de-vaca, mamão, noqueira, guaçatonga, colorau, sensitiva, sassafrás, pixirica, resedá, sucupira, trapoeraba, tarumã, tansagem, tuia, urtiga, velame-do-campo, Cavalinha, óleo-de-copaíba (5 a 10 gotas de óleo com água, tomar).

EXAUSTÃO: ato ou efeito de exaurir(-se); esgotamento; fadiga; Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, centella-asiatica, Spirulina maxima Phytomare, .

EXCESSO de ácido úrico: abacate, Alcachofra, Hepatozan, alfafa, begônia, chapéu-de-couro, capim-de-burro, cipó-cabeludo, douradinho-do-campo, erva-de-bugre, erva-terrestre, melancia, pepino (1 copo de suco por dia), tuna, umbaúba, três-cipós, urtiga, Unha-de-Gato.

EXCESSO DE PESO:

EXCITANTE DO SISTEMA NERVOSO CENTRAL: promove estímulos no sistema nervoso central.

EXCITANTE: promove estímulos.

EXCRESCÊNCIA: saliência; tumor à superfície de um órgão.

EXOCITOSE: saída de substâncias da célula.

EXOESQUELETO: esqueleto que cobre o corpo pelo lado de fora; comum nos artrópodes.

EXPECTORANTE: peitoral; exerce ação especial sobre as vias respiratórias; promove a liberação das secreções das vias respiratórias; que facilita a saída de matéria proveniente dos pulmões, brônquios e traquéia; quando exercem ação especial sobre as vias respiratórias, ajudando a expulsar o catarro dos canais bronquiais; alcaçuz, alfavaca, Óleo de Alho, angico, assa-peixe, avenca, buchinha-do-norte, cabriúva, cambuí, caragatá, cebola-cecén, cuieira, guaxuma, hortelã, mastruço, salva, sempre-viva, urucu, verônica, violeta, rábano das-hortas; combatem catarros: agrião, agoniada, alecrim, algodoeiro, artemísia, begônia, cambará, camará, cambucá, cardo-santo, casca-de-anta, óleo de eucalipto, fumo-do-mato, guabirobeira, Gengibre, imburana, jatobá (seiva), mil-em-rama, pé-de-galinha, poejo, tomilho, trevo-cheiroso, verbasco, cedro, coqueiro (casca), erva-macaé, perpétua, bromil, cragiru, hisopo/rubim, levante, malva, malva-cheirosa, perpétua-roxa (xarope), assa-peixe, tanchagem, óleo de eucalipto, imburana, seiva de

jatobá, verbasco.

EXSUDATO: secreção líquida das serosas, devida a fenômenos inflamatórios.

FADIGA CRÔNICA: Cogumelo-do-sol, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

FADIGA MUSCULAR: Spirulina maxima Phytomare.

FADIGA: exaustão; Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, centella-asiatica, Spirulina maxima Phytomare, Agaricus blazei.

FAGOCITOSE: processo pelo qual certas células englobam partículas relativamente grandes, com o auxílio de pseudópodes.

FAGOSSOMOS: bolsa membranosa que contém a partícula capturada pelo processo de fagocitose.

FANERÓGAMA: espermafita; vegetal que forma semente. Dividem-se em angiospermas e gminospermas.

FARINGITE: inflamação da faringe; cambuí, jequitibá, limão, transagem, cambará, dorme-dorme (gargarejes), jatobá, violeta, urtiga, sálvia-cidreira. Gargarejos com chás quentes de plantas medicinais, de hora em hora. Compressas quentes à garganta, várias vezes ao dia. Compressas fria termógena, à noite. Pincelar a garganta com suco de limão várias vezes ao dia. Fazer, também banhos alternados. Em primeiro lugar um banho quente de 5 a 10 minutos, dando a seguir um choque de água fria. Tomar 2 destes banhos por dia, sempre com o estômago vazio.

FASE VEGETATIVA: fase de vida onde o ser não apresenta-se com propriedades de desenvolvimento ou de multiplicação. Seu metabolismo é muito baixo e sua interação com o ambiente é praticamente nula.

FEBRE adinâmica: febre que provoca grande fraqueza muscular, sobretudo durante processos infecciosos prolongados; erva-de-cobra. erva-de-cobra.

FEBRE catarral: flôr-da-noite. Ver catarros.

FEBRE de barcelona: limão.

FEBRE de malta: limão.

FEBRE intermitente: maleita; agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro,

jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, picão-da-praia, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias, mas antes, procure um médico.

FEBRE puerperal: doença infecciosa cujo agente mais comum é o estreptococo que pode existir nos órgãos genitais, mas que a maior parte das vezes é introduzido pela mão ou por instrumento durante a operação do parto. O micróbio pode atravessar a mucosa uterina, ganhar os anexos, o peritônio, e penetrar no sangue. A febre, procedida de calafrio, declara-se, ordinariamente, desde o terceiro ao quinto dia; Cavalinha, limão. Beber água em abundância, uma bolsa de gelo na parte inferior do abdômen. Chamar o médico.

FEBRE reumatisal: flôr-da-noite. Ver reumatismo.

FEBRE tifóide: doença infantil, contagiosa, que apresenta brotoejas vermelhas na pele, que pode ser veiculado pela água, pelos alimentos, pela contaminação por meio das dejeções e vômitos, pelos portadores sãos de germes, etc.; alecrim-de-jardim, angélica, cardo-santo, centáurea-menor, limão, mil-em-rama, três-folhas-vermelhas. Ver banhos frios e banhos de tronco; Compressas frias refrigerantes; clisteres. Buscar o médico.

FEBRE: a febre se caracteriza pelo aumento do calor do corpo, pela aceleração do pulso e mal-estar em geral; de 36 e 37 graus de temperatura é normal. Como a febre pode ter várias causas, é prudente detectar a doença ou infecção causadoras e a partir daí, tomar as providências; abóbora (cabinho), abútua, aipo, alfavaca, Óleo de Alho, anil, agoniada, angico-vermelho, arnica-do-mato, artemisia, arruda, aroeira, assa-peixe, azedinha, bambu, barba-de-bode, caferana, cabeça-de-negro, cambará, cáscar-sagrada, cassaú, chá-porrete, cedro-rosa, camapú, camomila-romana, centáuro-do-brasil, centáuro-menor, cruá, camboatá, carqueja, caroba, caruru-de-espinho carambola, canafístula, Cavalinha, casca-de-anta, coerana, cedro (casca), cipreste, celidônea, coentro, couve (chá do pé), eucalipto, erva-de-bicho, erva-grossa, Espinheira-Santa, fedegoso, fel-da-terra, gervão-roxo, gerânio, Guaraná, gravata, jaborandi, japecanga, jatobá, jurubeba, juá-de-capote, babaçu, lanciba, laranja (folhas para suadouro), limão, limeira, losna, macela, magnólia, marroio-branco, manacá, margarida, maria-mole (flor para suadouro), malva, marupá-do-campo, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, milhomens, mata-pasto, mulungu, paratudo, pariparoba, pau-pereira, perna-de-saracura, peroba-rosa, picão-da-praia, persicária, picão, pitanga, quina, quássia, salva, santos-filhos, flores de sabugueiro, (suadouro), sete-sangrias, simaruba, tamarindo, tansagem, tejuco, tinguaciba, urtigão, erva-tostão, óleo de eucalipto, língua-de-vaca.

FEBRÍFUGO: antipirética; antitérmico; que reduz ou alivia a febre; que combate as febres (febres intermitentes, febres palustres, febre tifóide, gripe, malária, sarampo); Ver FEBRE (acima).

FERIDA: ulcerações na pele; aplicar as folhas, fazer banhos ou tomar o chá; alecrim-de-jardim, algodoeiro, angico, aperta-ruão, açoita-cavalo (lavar e tomar chá), andiroba (banhos), aroeira (lavar, tomar), arruda, Aloe Gel, barbatimão, bardana (tomar e banhar), beldroega (aplicar), bolsa-de-pastor (chá), buva (chá), calêndula, camomola-da-alemanha, carqueja, Cavalinha, celidônia, centáurea-menor, confrei, cana-do-reino (chá), canforeira (lavar), caroba (banhos e tomar), caruru-da-índia (aplicar as folhas), cedro-rosa (lavar), cipreste (chá), cinamomo (banhos com casca ou folhas), erva-de-santa-luzia, erva-moura, erva-de-lagarto (chá), erva-passarinho, Espinheira-Santa, fenogregó (banhos), gervão (chá), girassol (chá e banhos), guandu (tomar e banhar), Hamamelis_virginiana (aplicar), hortelã (banhos), imbirí (banhos), ingá (chá), jaracatiá (folhas aplicar), jurema-preta (banhos), jucirí, limão, manjerona, margarida (aplicar, tomar), mil-em-rama, óleo-de-copaíba (óleo aplicar e tomar), óleo de eucalipto (lavar), pacová, parietária, perna-de-saracura (lavar, aplicar), pinhão-do-paraguai, pitasaião, quina (lavar), salva, serpão, serralha-brava (aplicar) timo, tinhorão, trevo-cheiroso, pita (chá).

FERMENTAÇÃO: Ver estômago.

FERVOR do sangue: urticária; eczema; erupção cutânea caracterizada pela presença de placas congestivas pouco salientes e freq. pruriginosas; Aloe Gel, bardana, capuchinha-grande, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, óleo-de-copaíba, Óleo de Prímula, amor-perfeito, angico, bolsa-de-pastor, calêndula, caju, camomila, carambola, celidônia (tomar), cipó-suma, espirradeira, fedegoso (suco), gerânio, macela, maricá (banhos), nogueira, salva, sabugueiro, tomate (folhas), verbena, violeta, beldroega (comer cozida), óleo de gérmen de trigo.

FIBRA: estrutura alongada que se distribui em feixes para a formação dos tecidos. Produto para suplementação de Fibras: Fibra Quitosana, Fibras de Maçã.

FIBRINOGENIO: proteína presente no sangue, precursora da fibrina; participa da coagulação do sangue.

FIBROSITE: dor, rigidez e hipersensibilidade dolorosa originada pela hiperplasia inflamatória fibrosa das bainhas musculares das aponevrosas; Garra-do-Diabo.

FÍGADO, afecções do: abútua, acariçoba, agrião, alçacruz, alfazema, angélica, aperta-ruão, artemísia, bardana, beldroega, óleo de borragem, bucha, carqueja, caruru, centáurea-menor, coerana, dente-de-leão, erva-tostão, fedegoso, flor-de-coral, fumária, jurubeba, losna, mil-em-rama, mulungo, pariparoba, pita, quássia, sensitiva. Produto para recuperar lesões hepáticas: Acerola; Produto para reduzir os problemas de fígado, auxiliando o seu funcionamento: Alcachofra, Hepatozan.

FÍGADO: congestão, hepatite, icterícia, insuficiência, inflamação, cólicas; Acerola, Espinheira-Santa, Óleo de Alho, óleo de germe de trigo, abacateiro, Alcachofra, Hepatozan, amor-do-campo, abacaxi, açafraão, agrião, alfazema, almeirão, alecrim (cólicas), algas, ananás, angélica, anis (cálculo), artemísia, arruda, babosa, bardana (cálculo), bálsamo-do-líbano ou figatil, beijo-de-moça, bucha-paulista ou esfregão (folhas), beldroega, Boldo-do-chile, cáscar-sagrada, castanha-mineira, chá-mineiro, chapéu-de-couro, camará, cardo-santo, carqueja (cálculos), coerana (cálculos), chicória (raiz), celidônia, conduranga, corticeira (calmante), dente-de-leão (cálculos), erva-da-míngua, erva-tostão, erva-tostão, espinheiro, fedegoso, feuillea, gervão-roxo, juá-de-capote, jurubeba, karatoa, mulungu, picão comum, picão-da-flor-grande, picão-da-praia, quitoco, sensitiva, uva-do-mato, espinho-maricá, juá (raiz), losna, mil-em-rama, pariparoba (cálculos), pau-amargo, pau-para-tudo, pita, quebra-pedra (cálculos), salsa, sapé, sete-sangrias (cálculos), vinagreira. Tomar de manhã uma colherada de azeite de oliva com suco de meio limão contra pedras na vesícula.

FILÁRIA: designação comum aos animais asquelmintos, nematódeos, filaróideos, da família dos filarídeos. São geralmente muito longos e finos; vivíparos ou ovovivíparos. A evolução faz-se através de invertebrados (mosquitos, carrapatos, etc); parasitam o aparelho circulatório, o tecido conjuntivo, as cavidades serosas, etc., de vertebrados. No Brasil ocorre a espécie *Wuchereria bancrofti* (Cobbold), cujos adultos vivem nos vasos linfáticos do homem, formando cistos e eventualmente a elefantíase.

FILETE: parte alongada do estame que sustenta a antera, no androceu, aparelho reprodutor masculino do vegetal.

FILOQUINONA: vitamina K; vitamina lipossolúvel que combate a hemorragia. Principais fontes: vegetais folhosos, Óleo de Alho.

FISSURA ANAL: rotura alongada da mucosa anal; Castanha da Índia, calêndula (tintura mãe ou pomada para aplicações locais), banhos frios de assento. Cataplasma de argila colocadas sobre um gaze e aplicadas no local. Pomada de erva macaé.

FISSURA NA BOCA: candurango.

FÍSTULA ANAL: alecrim, arnica-mineira, camomila-da-alemanha, cascarilha, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, centella-asiatica, cerefólio, erva-de-bicho, fumária, fruto de bicuíba, limão, mariricó, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, pariparoba, pau-d'alho, persicária, piper, raiz de caixeta, sabugueiro, trapoeraba, ulmária, Ginkgo-biloba, clorofila, pomada de *Hamamelis virginiana*. Em caso de ataque agudo, com derramamento de sangue, aplicar banho de assento frio, de 3 a 4 minutos de duração. Regime alimentar adequado; beber líquidos em abundância.

FÍSTULA: úlceras em formas de canais estreitos profundos, mais ou menos sinuosos,

conservados abertos pela contínua passagem de pus, fezes, urina, etc; limão.

FITOCOSMÉTICA: cosmética que utiliza basicamente elementos vegetais na composição de seus produtos.

FITOPLÂNCTON: conjunto de seres fotossintetizantes que compõem o plâncton; são os principais produtores do bioma aquático.

FIXADOR: substância que quando adicionada a perfumes evita que o aroma volátil de outras essências se perca. Substância que é adicionada a perfumes e cosméticos para prolongar o aroma.

FLACIDEZ DE PELE: agar-agar, Gelatina de Peixe, Colagenan, Colágeno, centella-asiatica.

FLÁCIDO: de consistência mole ou frouxa.

FLAGELO: estrutura filiforme presente na superfície celular, em geral mais longa que o cílio, cuja função é promover movimentos (para natação ou captura de alimento).

FLATULÊNCIA: excesso de gases no tubo digestivo. As causas são diversas, predominando as fermentações gastro-intestinais; alecrim-de-jardim, alfavaca, alfazema, angélica, anis, anis-estrelado, artemísia, badiana, camomila-romana, cardamomo, casca-de-anta, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, cominho, endro, erva-cidreira, funcho, hera-terrestre, hortelã, laranjeirinha-do-mato, losna, louro-prêto, erva-de-são-joão, mil-em-rama, picão-da-praia, poejo, quássia, quitoco, robínia-acácia-falsa, salva, timo, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, funcho, louro, ruibarbo, Espinheira-Santa. (ver gases intestinais).

FLAVONÓIDE: classe de substância muito encontrada nos vegetais, e muitas vezes relacionadas com as flores, frutos, etc. Grupamento químico muito comum nas plantas medicinais; possuem estrutura fenólica e ações farmacológicas diversas relacionadas com a sua estrutura.

FLEBITE VARICOSA: inflamação de uma veia com formação de um trombo; inflamação de uma ou mais veias. Recomenda-se aplicar sobre as veias inflamadas ou doloridas uma parte da folha da bananeira com azeite, beladona (aplicar as folhas), hortênsia (folhas), Castanha da Índia, Castanha da Índia (pomada), margarida (chá), erva-lanceta (chá e compressas), maria-mole (compressas), meliloto (chá), tasneirinha (chá), oliveira (óleo), confrey, erva-doce, limão, tansagem, Ginkgo-biloba. Evitar sal, regime de lacto vegetariano, compressas de água argilosa fria duas vezes por dia, saião (tomar e aplicar as folhas).

FLEBORRAGIA: ruptura das veias; limão.

FLEGMÕES: o mesmo que freimões. Ver inflamações.

FLOEMA: do grego: phloos, casca; tecido vascular que conduz carboidrato e outras moléculas orgânicas das folhas para as outras partes da planta; constituído de células crivadas (nas ginóspERMAS) ou de tubos crivados e células-companheiras (nas angiospERMAS), de parênquima e de Fibras. Também denominado de vaso liberiano ou liber.

FLORA INTESTINAL .

FLORES BRANCAS: leucorréia; corrimento branco da vagina ou do útero; açoita-cavalo (banhos), alfazema, alface (lavagens), alecrim-de-jardim, barba-timão (lavagens), batata-purga, cana-de-macaco (chá das folhas), canela (chá das cascas), calêndula (chá), cabeça-de-negro (chá), caapeva (chá), coqueiro (chá), carrapicho (banhos), embaúba (suco dos grelos, chá), erva-de-passarinho (banhos), erva-tostão (chá), óleo de eucalipto (lavagem), erva-moura (banhos), goiabeira (chá), guabirobeira (chá), jambolão (folhas, lavagens), jaboticabeira (lavagens), jaborandi (chá), jequitibá (lavagens), limão (tomar), losna (chá), ipê (chá), melão-de-são-caetano (banhos), mangueira (semente para banhos), murta (chá), maravilha (lavagens), pariparoba (chá), picão-da-praia (chá), sapé (chá), trombeteira (lavagens), urtiga-branca (chá), taiuiá (chá fraco da raiz).

FLUIDIFICANTE: que dilui algo, tornando fluído.

FLUIDOS: diz-se de qualquer líquido.

FOLICULITE: inflamação dos poros da pele.

FOME .

FORTALECEDOR: torna forte, dá mais força. Ex.: fortalecedora dos cabelos (dá mais força aos cabelos, torna-os forte), fortalecedora do tecido gengival (torna forte, dá mais força ao tecido gengival).

FORTIFICANTE: que dá energia, força em anemia, convalescença, esgotamento, fraqueza geral, período de crescimento, raquitismo; Agaricus blazei, abóbora-d'anta, agrião, cainca, calumba, carapiá, casca-d'anta, catinga-de-bode, catuaba, Chlorella, cipó-almecega, cipó-cravo, Coffea cruda, confrey, criptocária, fedegoso, fel-da-terra, fruto de bicuíba, Guaraná, imburana, jaborandi, marapuama, mastruço, nogueira, otônia, paratudo, poranqaba, quassia, quina-cruzeiro, quina-do-mato, raiz de caixeta, seiva de jatobá, simaruba, sucupira, taperibá, trianosperma, bardana, cragiru, gravatá.

FOSFATÚRIA: alta percentagem de fosfatos em uma amostra de urina; perda de fosfatos através da urina; tribulus terrestris.

FOSFORILAÇÃO OXIDATIVA: formação de moléculas de atp com a energia proveniente de processos de oxidação.

FOTOFOSFORILAÇÃO ACÍCLICA: conjunto de reações químicas mediada pela luz que ativa certas substâncias para absorverem átomos de fósforo, retendo nestas ligações energia química.

FOTÓLISE: reação mediada pela luz que decompõe uma determinada molécula.

FOTOMUTAGÊNICA: que em contato com o sol causa mutagênese; processo que dá origem às mutações; Substância que ao sol causa mutagênese.

FOTOSENSIBILIZANTE: substância que aumenta a sensibilidade à luz.

FOTOSSÍNTESE: processo em que substâncias inorgânicas originam substâncias orgânicas com utilização da energia luminosa.

FOTOTÓXICA: substância que em contato com o sol torna-se tóxica.

FRAGILIDADE CAPILAR: refere-se à fragilidade dos vasos sanguíneos.

FRAGRÂNCIA: aroma agradável.

FRAQUEZA geral; falta de vigor físico, de robustez; debilidade, fragilidade, fraqueira; agrião, alfafa, alecrim, acelga, alfavaca, aveia, beterraba, buxo, carvalho, cebola, Chlorella, Agaricus blazei, couve, cenoura, dente-de-leão, feno-grego (semente), hortelã, fava, maçã, milho, nabo, margarida, noqueira, jatobá, trigo, tansagem (semente e folhas), sálvia, óleo de borragem, cambuí, casca-de-anta, erva-cidreira, manjerona, catuaba, Guaraná, alfafa, noz-de-cola, mil-em-rama, marapuama, poejo, serpão.

FRAQUEZA muscular: Levedo de Cerveja, Chlorella, Agaricus blazei.

FRAQUEZA: plantas que fortalecem: absinto, alfafa, araruta, aveia, aroeira, Boldo-do-chile, caapeba, cacau, cana-de-açúcar, açúcar mascavo, canela, catuaba, cipreste, centeio, cenoura, Chlorella, Cogumelo-do-sol, coco, coqueiro, jerivá (casca), canela, crisântemo, casca-de-anta, jatobá, erva-de-são-joão, fenogrego, Guaraná, ingá, manjeriçã, marapuama, noz-de-cola, pau-pereira, pequi, quina, pita, trigo integral.

FRATERNOS: gêmeos fraternos; Irmãos que embora tenham compartilhado do mesmo período de gestação, derivam de óvulos diferentes, fecundados por espermatozoides diferentes. Também chamados de bivitelinos. Estes irmão não apresentam a mesma herança gênica. Portanto podem ou não pertencerem ao mesmo sexo.

FRICÇÃO: ato de esfregar.

FRIEIRA: afecção da pele causada por diversos fatores localizada nos pés, normalmente entre os dedos; espécie de dermatite ocasionada pelo frio. É acompanhada de ardor e prurido; ferida causada pelo frio ou por fungos, geralmente, entre os dedos dos pés e mãos. Lavar os pés com água morna e enxugá-los bem. O mesmo fazer com as meias; batata-doce (folhas em banho), tomar chá de caroba, chapéu-de-couro, cipó-cabeludo, erva-lanceta, parietária, pitanga, tansagem, trapoeraba, limão. Lavar com infusão de sete-capote (casca), sempre-viva, visco (banhos), saião (suco), Própolis Ervas Spray.

FRIGIDEZ: ausência de desejo sexual, impossibilidade de obter prazer com o sexo.

FRUTO: do latim: fructus; é o ovário desenvolvido e amadurecido após a fecundação.

FUMIGANTE: desinfetante ou exterminador de pragas animais ou vegetais.

FUNGICIDA: que combate os fungos; que destrói os fungos; Óleo de Alho, óleo de cravo-da-índia.

FUNGO: organismo vegetal formado por filamentos.

FURÚNCULO: infecção da pele, circunscrita a um folículo pilossebáceo, causada por um estafilococo e que se apresenta sob a forma de um carnicão no centro da área inflamada; para amadurecê-lo coloque cebola aquecida, arrebenta-cavalo (fruto aquecido aplicar), arnica (folhas), bardana (folhas ou raiz ralada aplicar), beringela (fruto cru cataplasma), cardo-santo, chapéu-de-couro (aplicar), copo-de-leite (bulbo amassado e aplicar), erva-moura (chá), figo-da-índia (aquecer e aplicar), girassol (óleo da semente), erva-de-passarinho (cataplasma das folhas), limão (chá), malva (aplicar e tomar), melão-de-são-caetano (fruta aplicar), pariparoba (aquecer a folha e aplicar), sabugueiro (flor ou folhas em cataplasma), sucupira (chá da semente), trigo (cataplasma da farinha com mel puro), aipo (folhas cataplasma), saião (folhas aplicar), abóbora (amassar aplicar), cacto (cataplasma), batata-inglesa (ralar e aplicar), cipó-suma (chá), margarida (chá), leicença; tumor pequeno e duro que nasce na superfície da pele, com inflamação e dor; inflamação em volta de um pêlo ou glândula sebácea; bardana, cardo-santo, erva-moura, limão, malva, melão-de-são-caetano, pariparoba, sabugueiro, sumaré, Levedo de Cerveja, Chlorella, Dolomita.

FUSO ACROMÁTICO: filamentos de proteínas formadas durante a divisão celular e que se ligam ao cinetócoro dos cromossomos duplicados a fim de promover sua separação.

GALACTAGOGA: estimula a produção de leite na nutrizes.

GALACTÚRIA: quilúria; galactúria; estado mórbido decorrente da presença de ¹quilo ("líquido

leitoso') na urina, o que a torna muito clara.

GÂNGLIOS: adenite; escrofulose; íngua; ingurqitamento: abóbora-d'anta, agrião, cabeça-de-negro, calumba, caroba-carobinha, cipó-azougue, japecanga, jequitibá, mastruço, nogueira, salsaparrilha, suma-roxa, taiuia, velame-do-campo.

GANGRENA: morte e putrefação dos tecidos de qualquer parte do organismo; aquilo que apodrece ou produz destruição.

GARGANTA afecção da: angélica, cipó-chumbo, malva, tanchagem, violeta, Própolis Ervas Spray. Ver inflamação da garganta.

GARGANTA dor de: alfavaca, salva, sensitiva, trevo-cheiroso, Ver inflamação da garganta.

GARGANTA inflamação e irritação: amora-preta (folhas em gargarejo), aipo, Óleo de Alho com leite, alcaçuz (chá), angico, batata-doce (folhas, gargarejo), cajueiro, caroba (chá tomar e gargarejes), cereja (gargarejos), confrey, carqueja, cambará (chá), casca-de-anta (gargarejo e tomar), cipó-chumbo (gargarejo), espinheiro, espinafre (gargarejo), Gengibre (chá e gargarejo), goiaba (folhas gargarejo), ipê-roxo, jequitibá, limão (tomar), hortelã (chá), malva (chá e gargarejo), macieira (chá das folhas), madressilva (gargarejo), mal vaíscio (chá), óleo-de-copaíba, pepino (suco com sal), perpétua (chá da flor), Própolis Ervas Spray, romã (gargarejo), rosa-vermelha (gargarejo), flor de sabugueiro, salva (chá), sensitiva, sucupira, tansagem (chá e gargarejo), trevo (chá), violeta (flor ou folhas gargarejes e fazer compressas).

GAS INTESTINAL: fratulência; alecrim, anis-estrelado, cipó-cravo, erva-doce, Espinheira-Santa, funcho, hortelã, alfavaca, alfazema, Fibra de trigo, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, louro, ruibarbo. Ver flatulência.

GASTRALGIA HIPERCLORÍDRICA: dores estomacais por excesso de ácido clorídrico; Espinheira-Santa.

GÁSTRICO: relativo ao estômago.

GASTRITE: inflamação aguda ou crônica da mucosa do estômago; tomar um dos seguintes chás entre as refeições: almeirão, acelga (folhas), arroz (água da semente), artemísia, bardana, beldroega, açoita-cavalo, cálamo-aromático, calêndula, carqueja, chicória, couve (folha suco), casca-de-anta, cevada (semente), dente-de-leão, Espinheira-Santa, girassol, linho (semente), groselheira, erva-macaé, hortelã, marroio-branco, malva, mamica-de-cadela (casca), erva-de-são-joão, paineira, saião, sálvia, melissa, tansagem, trapoeraba, zedoária, zínia.

GASTROENTERITE: inflamação da mucosa do estômago e do intestino: carqueja.

GEL: sistema coloidal constituído de fase líquida e sólida que apresenta características semelhantes aos dos sólidos.

GENGIVAS, sangrentas: Acerola, cocleária, tanchagem.

GENGIVAS inflamadas: gengivite.

GENGIVITE: inflamação das gengivas; limão, tanchagem, Acerola, amora, azeitona, figo; fazer bochechos com chá de arnica, cedro (casca), folha-da-fortuna, goiabeira, salva, tansagem, malva, azedinha-do-brejo.

GENOMA: é o conjunto simples de cromossomos de uma célula; é o conjunto formado por apenas um cromossomo de cada tipo, na espécie estudada; no ser humano o genoma é constituído de 23 cromossomos diferentes; projeto genoma, denominação dada a tarefa de decodificação do DNA humano aceita por diversas nações associadas.

GENS: segmento de DNA que contém instruções capazes de codificar uma proteína.

GÉRMEN: micróbio.

GESTANTE: mulher no período de gestação (gravidez).

GIÁRDIA: designação comum aos seres protistas do gênero Giardia, do filo dos zoomastiginos, que parasita especialmente o intestino humano; seu corpo apresenta simetria bilateral e oito flagelos; hortelã.

GIMINOSPERMAS: classe da divisão tracheophyta, caracterizada por formar estruturas reprodutivas florais (estróbilos) e sementes nuas (não há fruto); ex.: pinheiros, ciprestes e cicas.

GINECEU: conjunto de carpelos (pistilos) que formam o aparelho reprodutor feminino em flores de gminospermas.

GINECOMASTIA: desenvolvimento anormal das glândulas mamárias em homens. Este desenvolvimento só deverá ser considerado anormal se prevalecer por longo tempo. É comum adolescentes apresentarem ginecomastia moderada, sem que isto aponte qualquer anomalia no seu desenvolvimento.

GLÂNDULA SEBÁCEA: célula ou agrupamento de células que se destinam à produção de substância de consistência gordurosa expelida para o exterior da pele.

GLAUCOMA: moléstia caracterizada pelo aumento da pressão intra-ocular, que provoca o endurecimento do globo e determina uma compressão do nervo óptico tendo como efeito a

diminuição da acuidade visual; jaborandi.

GLICOCÁLIX: camada de polissacarídeos que reveste uma célula animal externamente.

GLICOGÊNIO: polissacarídeo sintetizado a partir da reunião de glicose, e utilizado por animais vertebrados como reserva.

GLICÓLISE: etapa inicial do processo de quebra da glicose, com produção de energia na forma de moléculas de atp.

GLICOSÍDEOS: substâncias constituída de um resíduo de açúcar ligado a outra substância que contém açúcar (tais como flavonóide, cumarina, alcalóide, etc.).

GLICOSÚRIA: emissão de substâncias açucaradas, sobretudo de glicose, com a urina. A glicosúria pode ter origens muito diversas. É uma peculiar perturbação das trocas nutritivas, pela qual o organismo torna-se incapaz de assimilar e queimar o açúcar que nele se introduz ou se forma; limão.

GLOSSITE: inflamação, superficial ou profunda, da língua; .

GOLGI: organela presente em células eucarióticas; consiste de vesículas, túbulos e sacos achatados. Funciona na coleção e na aglomeração de substâncias fabricadas pela célula.

GOLPE: pancada; murro; impacto violento dado com uma parte do corpo ou com um instrumento contundente ou talhante sobre pessoa, animal ou objeto; mil-em-rama, pinhão-do-paraguai. Ver feridas.

GONORRÉIA: inflamação das membranas mucosas, especialmente da uretra e da vagina; blenorria; corrimento muco-purulento; abutuá, aipo-das-hortas, amor-do-campo, angico, agoniada, alfazema, alfavaca, anil, aperta-ruão, aroeira (banhos), barbatimão (casca), bolsa-de-pastor, buranhen, caavurana, cabeça-de-negro, caica, cana-do-brejo, cana-de-macaco, cardo-santo, caroba, carobinha-do-campo, catinga-de-bode, cinco-folhas, cipó-cabeludo, chorão (folhas), cipó-suma, cipreste, douradinha-do-campo, erva-de-bugre, Espinheira-Santa, fedegoso, jatobá, joão-da-costa, limão, língua-de-vaca, malva-rosa (chá), mirospermum, noqueira, óleo-de-copaíba, picão-da-praia, pau-d'alho, peroba (casca), persicária, quássia, salsaparrilha, taiuiá, tarumã, tejuco, tribulus terrestris, umbaúba (chá dos brotos), velame-do-campo, vassoura-doce (beber 15 dias). Consultar um médico.

GORDURA, excesso de: Bioslim gel redutor, Bioslim quitosana, Bioslim chá verde, Bioslim colágeno, Chlorella, Colágeno, Colagenan, Fibras de Maracujá.

GORDURA: Bioslim gel redutor, Bioslim quitosana, Bioslim chá verde, Bioslim colágeno, Chlorella,

Colágeno, Colagenan, Fibras de Maracujá.

GOTA: diátese caracterizada por perturbações viscerais e articulares, com depósitos de uratos: abacateiro, Alcachofra, Hepatozan, alfazema, angélica, arnica, aroeira, aroeira-mansa, barba-de-bode, bardana, óleo de borragem, camomila-romana, cardo-santo, carqueja, catinga-de-mulata, chapéu-de-couro, centáurea-menor, cerefólio, cipó-mil-homens, cotó-cotó, erva-cobre, eucalipto, Garra-do-Diabo, gervão, guaiaco, japecanga, limão, mil-em-rama, moranguinha, pau-ferro, pinheiro (brotos), piteira, Óleo de Alho, Óleo de Prímula, óleo de eucalipto, salsaparrilha, saponária, sassafrás, sempre-viva, timo, urtiga-vermelha, velame-do-campo, velame-do-mato, verônica. Tomar banhos quentes. Aplicar compressas frias refrigerantes.

GRAVIDEZ: estado resultante da fecundação de um óvulo pelo espermatozóide, e que envolve o subsequente desenvolvimento, no útero, do feto gerado, até a sua expulsão; quando a gestante sofrer de vômitos e urina presa, é sinal de carência de vitamina B e C. Evitar comida salgada e tomar diuréticos como cabelo de milho-roxo, grama, dente-de-leão, trapoeraba, tansagem. Com hemorragias: cordão-de-frade, bolsa-de-pastor, mil-em-rama, capim-pé-de-galinha, calêndula, salva, erva-doce.

GRIPE: enfermidade infecciosa, virótica, contagiosa, e muitas vezes epidêmica, que se caracteriza por estado de abatimento geral e presença de sintomas variados, como febre, congestionamento das vias respiratórias, dores de cabeça e de garganta; resfriado; acelga, Acerola, alecrim, alfavaca, anis, assa-peixe, aveia, bago-de-veado ou malvão, cambará, camomila, canela (com vinho), caqui, cardo-santo, cássia, cebola, cerejeira, chambá, cravo-de-defunto, erva-cidreira, escalda-pés e banhos de vapor, fedegoso (chá da casca da raiz), Gengibre (raiz), gervão-roxo, guaiaco, hera-terrestre, hortelã, ipecacuanha, lanciba, laranjeira, levante, limão, limoeiro, lixeira (folhas), losna, louro, marapuama. Prevenir: Cogumelo da vida.

FADIGA CRÔNICA: Cogumelo-do-sol, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

FADIGA MUSCULAR: Spirulina maxima Phytomare.

FADIGA: exaustão; Guaraná, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, centella-asiatica, Spirulina maxima Phytomare, Agaricus blazei.

FAGOCITOSE: processo pelo qual certas células englobam partículas relativamente grandes, com o auxílio de pseudópodes.

FAGOSSOMOS: bolsa membranosa que contém a partícula capturada pelo processo de fagocitose.

FANERÓGAMA: espermáfito; vegetal que forma semente. Dividem-se em angiospermas e gminospermas.

FARINGITE: inflamação da faringe; cambuí, jequitibá, limão, transagem, cambará, dorme-dorme (gargarejes), jatobá, violeta, urtiga, sálvia-cidreira. Gargarejos com chás quentes de plantas medicinais, de hora em hora. Compressas quentes à garganta, várias vezes ao dia. Compressas fria termógena, à noite. Pincelar a garganta com suco de limão várias vezes ao dia. Fazer, também banhos alternados. Em primeiro lugar um banho quente de 5 a 10 minutos, dando a seguir um choque de água fria. Tomar 2 destes banhos por dia, sempre com o estômago vazio.

FASE VEGETATIVA: fase de vida onde o ser não apresenta-se com propriedades de desenvolvimento ou de multiplicação. Seu metabolismo é muito baixo e sua interação com o ambiente é praticamente nula.

FEBRE adinâmica: febre que provoca grande fraqueza muscular, sobretudo durante processos infecciosos prolongados; erva-de-cobra. erva-de-cobra.

FEBRE catarral: flôr-da-noite. Ver catarros.

FEBRE de barcelona: limão.

FEBRE de malta: limão.

FEBRE intermitente: maleita; agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, picão-da-praia, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias, mas antes, procure um médico.

FEBRE puerperal: doença infecciosa cujo agente mais comum é o estreptococo que pode existir nos órgãos genitais, mas que a maior parte das vezes é introduzido pela mão ou por instrumento durante a operação do parto. O micróbio pode atravessar a mucosa uterina, ganhar os anexos, o peritônio, e penetrar no sangue. A febre, procedida de calafrio, declara-se, ordinariamente, desde o terceiro ao quinto dia; Cavalinha, limão. Beber água em abund i vez, uma bolsa de gelo na parte inferior do abdômen. Chamar o médico.

FEBRE reumatismal: flôr-da-noite. Ver reumatismo.

FEBRE tifóide: doença infantil, contagiosa, que apresenta brotoejas vermelhas na pele, que pode

ser veiculado pela água, pelos alimentos, pela contaminação por meio das dejeções e vômitos, pelos portadores sãos de germes, etc.; alecrim-de-jardim, angélica, cardo-santo, centáurea-menor, limão, mil-em-rama, três-folhas-vermelhas. Ver banhos frios e banhos de tronco; Compressas frias refrigerantes; clisteres. Buscar o médico.

FEBRE: a febre se caracteriza pelo aumento do calor do corpo, pela aceleração do pulso e mal-estar em geral; de 36 e 37 graus de temperatura é normal. Como a febre pode ter várias causas, é prudente detectar a doença ou infecção causadoras e a partir daí, tomar as providências; abóbora (cabinho), abútua, aipo, alfavaca, Óleo de Alho, anil, agoniada, angico-vermelho, arnica-do-mato, artemisia, arruda, aroeira, assa-peixe, azedinha, bambu, barba-de-bode, caferana, cabeça-de-negro, cambará, cáscar-sagrada, cassáu, chá-porrete, cedro-rosa, camapú, camomila-romana, centáuro-do-brasil, centáuro-menor, cruá, camboatá, carqueja, caroba, caruru-de-espinho carambola, canafístula, Cavalinha, casca-de-anta, coerana, cedro (casca), cipreste, celidônea, coentro, couve (chá do pé), eucalipto, erva-de-bicho, erva-grossa, Espinheira-Santa, fedegoso, fel-da-terra, gervão-roxo, gerânio, Guaraná, gravata, jaborandi, japecanga, jatobá, jurubeba, juá-de-capote, babaçu, lanciba, laranja (folhas para suadouro), limão, limeira, losna, macela, magnólia, marroio-branco, manacá, margarida, maria-mole (flor para suadouro), malva, marupá-do-campo, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, milhomens, mata-pasto, mulungu, paratudo, pariparoba, pau-pereira, perna-de-saracura, peroba-rosa, picão-da-praia, persicária, picão, pitanga, quina, quássia, salva, santos-filhos, flores de sabugueiro, (suadouro), sete-sangrias, simaruba, tamarindo, tansagem, tejuco, tinguaciba, urtigão, erva-tostão, óleo de eucalipto, língua-de-vaca.

FEBRÍFUGO: antipirética; antitérmico; que reduz ou alivia a febre; que combate as febres (febres intermitentes, febres palustres, febre tifóide, gripe, malária, sarampo); Ver FEBRE (acima).

FERIDA: ulcerações na pele; aplicar as folhas, fazer banhos ou tomar o chá; alecrim-de-jardim, algodoeiro, angico, aperta-ruão, açoita-cavalo (lavar e tomar chá), andiroba (banhos), aroeira (lavar, tomar), arruda, Aloe Gel, barbatimão, bardana (tomar e banhar), beldroega (aplicar), bolsa-de-pastor (chá), buva (chá), calêndula, camomola-da-alemanha, carqueja, Cavalinha, celidônia, centáurea-menor, confrei, cana-do-reino (chá), canforeira (lavar), caroba (banhos e tomar), caruru-da-índia (aplicar as folhas), cedro-rosa (lavar), cipreste (chá), cinamomo (banhos com casca ou folhas), erva-de-santa-luzia, erva-moura, erva-de-lagarto (chá), erva-passarinho, Espinheira-Santa, fenogrego (banhos), gervão (chá), girassol (chá e banhos), guandu (tomar e banhar), Hamamelis_virginiana (aplicar), hortelã (banhos), imbirí (banhos), ingá (chá), jaracatiá (folhas aplicar), jurema-preta (banhos), juciri, limão, manjerona, margarida (aplicar, tomar), mil-em-rama, óleo-de-copaíba (óleo aplicar e tomar), óleo de eucalipto (lavar), pacová, parietária, perna-de-saracura (lavar, aplicar), pinhão-do-paraguai, pitasaião, quina (lavar), salva, serpão, serralha-brava (aplicar) timo, tinhorão, trevo-cheiroso, pita (chá).

FERMENTAÇÃO: Ver estômago.

FERVOR do sangue: urticária; eczema; erupção cutânea caracterizada pela presença de placas congestivas pouco salientes e freq. pruriginosas; Aloe Gel, bardana, capuchinha-grande, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, óleo-de-copaíba, Óleo de Prímula, amor-perfeito, angico, bolsa-de-pastor, calêndula, caju, camomila, carambola, celidônia (tomar), cipó-suma, espirradeira, fedegoso (suco), gerânio, macela, maricá (banhos), nogueira, salva, sabugueiro, tomate (folhas), verbena, violeta, beldroega (comer cozida), óleo de gérmen de trigo.

FIBRA: estrutura alongada que se distribui em feixes para a formação dos tecidos. Produto para suplementação de Fibras: Fibra Quitosana, Fibras de Maçã.

FIBRINOGENIO: proteína presente no sangue, precursora da fibrina; participa da coagulação do sangue.

FIBROSITE: dor, rigidez e hipersensibilidade dolorosa originada pela hiperplasia inflamatória fibrosa das bainhas musculares das aponevrosas; Garra-do-Diabo.

FÍGADO, afecções do: abútua, acariçoba, agrião, alçacruz, alfazema, angélica, aperta-ruão, artemísia, bardana, beldroega, óleo de borragem, bucha, carqueja, caruru, centáurea-menor, coerana, dente-de-leão, erva-tostão, fedegoso, flor-de-coral, fumária, jurubeba, losna, mil-em-rama, mulungo, pariparoba, pita, quássia, sensitiva. Produto para recuperar lesões hepáticas: Acerola; Produto para reduzir os problemas de fígado, auxiliando o seu funcionamento: Alcachofra, Hepatozan.

FÍGADO: congestão, hepatite, icterícia, insuficiência, inflamação, cólicas; Acerola, Espinheira-Santa, Óleo de Alho, óleo de germe de trigo, abacateiro, Alcachofra, Hepatozan, amor-do-campo, abacaxi, açafreão, agrião, alfazema, almeirão, alecrim (cólicas), algas, ananás, angélica, anis (cálculo), artemísia, arruda, babosa, bardana (cálculo), bálsamo-do-líbano ou figatil, beijo-de-moça, bucha-paulista ou esfregão (folhas), beldroega, Boldo-do-chile, cáscar-sagrada, castanha-mineira, chá-mineiro, chapéu-de-couro, camará, cardo-santo, carqueja (cálculos), coerana (cálculos), chicória (raiz), celidônia, conduranga, corticeira (calmante), dente-de-leão (cálculos), erva-da-míngua, erva-tostão, erva-tostão, espinheiro, fedegoso, feuillea, gervão-roxo, juá-de-capote, jurubeba, karatoa, mulungo, picão comum, picão-da-flor-grande, picão-da-praia, quitoco, sensitiva, uva-do-mato, espinho-maricá, juá (raiz), losna, mil-em-rama, pariparoba (cálculos), pau-amargo, pau-para-tudo, pita, quebra-pedra (cálculos), salsa, sapé, sete-sangrias (cálculos), vinagreira. Tomar de manhã uma colherada de azeite de oliva com suco de meio limão contra pedras na vesícula.

FILÁRIA: designação comum aos animais asquelmintos, nematódeos, filaróideos, da família dos filarídeos. São geralmente muito longos e finos; vivíparos ou ovovivíparos. A evolução faz-se através de invertebrados (mosquitos, carrapatos, etc); parasitam o aparelho circulatório, o tecido conjuntivo, as cavidades serosas, etc., de vertebrados. No Brasil ocorre a espécie *Wuchereria bancrofti* (Cobbold), cujos adultos vivem nos vasos linfáticos do homem, formando cistos e

eventualmente a elefantíase.

FILETE: parte alongada do estame que sustenta a antera, no androceu, aparelho reprodutor masculino do vegetal.

FILOQUINONA: vitamina K; vitamina lipossolúvel que combate a hemorragia. Principais fontes: vegetais folhosos, Óleo de Alho.

FISSURA ANAL: rotura alongada da mucosa anal; Castanha da Índia, calêndula (tintura mãe ou pomada para aplicações locais), banhos frios de assento. Cataplasma de argila colocadas sobre um gaze e aplicadas no local. Pomada de erva macaé.

FISSURA NA BOCA: candurango.

FÍSTULA ANAL: alecrim, arnica-mineira, camomila-da-alemanha, cascarilha, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, centella-asiatica, cerefólio, erva-de-bicho, fumária, fruto de bicuíba, limão, mariricó, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, pariparoba, pau-d'álho, persicária, piper, raiz de caixeta, sabugueiro, trapoeraba, ulmária, Ginkgo-biloba, clorofila, pomada de Hamamelis_virginiana. Em caso de ataque agudo, com derramamento de sangue, aplicar banho de assento frio, de 3 a 4 minutos de duração. Regime alimentar adequado; beber líquidos em abundância.

FÍSTULA: úlceras em formas de canais estreitos profundos, mais ou menos sinuosos, conservados abertos pela contínua passagem de pus, fezes, urina, etc; limão.

FITOCOSMÉTICA: cosmética que utiliza basicamente elementos vegetais na composição de seus produtos.

FITOPLÂNCTON: conjunto de seres fotossintetizantes que compõem o plâncton; são os principais produtores do bioma aquático.

FIXADOR: substância que quando adicionada a perfumes evita que o aroma volátil de outras essências se perca. Substância que é adicionada a perfumes e cosméticos para prolongar o aroma.

FLACIDEZ DE PELE: agar-agar, Gelatina de Peixe, Colagenan, Colágeno, centella-asiatica.

FLÁCIDO: de consistência mole ou frouxa.

FLAGELO: estrutura filiforme presente na superfície celular, em geral mais longa que o cílio, cuja função é promover movimentos (para natação ou captura de alimento).

FLATULÊNCIA: excesso de gases no tubo digestivo. As causas são diversas, predominando as fermentações gastro-intestinais; alecrim-de-jardim, alfavaca, alfazema, angélica, anis, anis-estrelado, artemísia, badiana, camomila-romana, cardamomo, casca-de-anta, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, cominho, endro, erva-cidreira, funcho, hera-terrestre, hortelã, laranjeirinha-do-mato, losna, louro-prêto, erva-de-são-joão, mil-em-rama, picão-da-praia, poejo, quássia, quitoco, robínia-acácia-falsa, salva, timo, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, funcho, louro, ruibarbo, Espinheira-Santa. (ver gases intestinais).

FLAVONÓIDE: classe de substância muito encontrada nos vegetais, e muitas vezes relacionadas com as flores, frutos, etc. Grupamento químico muito comum nas plantas medicinais; possuem estrutura fenólica e ações farmacológicas diversas relacionadas com a sua estrutura.

FLEBITE VARICOSA: inflamação de uma veia com formação de um trombo; inflamação de uma ou mais veias. Recomenda-se aplicar sobre as veias inflamadas ou doloridas uma parte da folha da bananeira com azeite, beladona (aplicar as folhas), hortênsia (folhas), Castanha da Índia, Castanha da Índia (pomada), margarida (chá), erva-lanceta (chá e compressas), maria-mole (compressas), meliloto (chá), tasneirinha (chá), oliveira (óleo), confrey, erva-doce, limão, tansagem, Ginkgo-biloba. Evitar sal, regime de lacto vegetariano, compressas de água argilosa fria duas vezes por dia, saião (tomar e aplicar as folhas).

FLEBORRAGIA: ruptura das veias; limão.

FLEGMÕES: o mesmo que freimões. Ver inflamações.

FLOEMA: do grego: phloos, casca; tecido vascular que conduz carboidrato e outras moléculas orgânicas das folhas para as outras partes da planta; constituído de células crivadas (nas ginospermas) ou de tubos crivados e células-companheiras (nas angiospermas), de parênquima e de Fibras. Também denominado de vaso liberiano ou liber.

FLORA INTESTINAL .

FLORES BRANCAS: leucorréia; corrimento branco da vagina ou do útero; açoita-cavalo (banhos), alfazema, alface (lavagens), alecrim-de-jardim, barba-timão (lavagens), batata-purga, cana-de-macaco (chá das folhas), canela (chá das cascas), calêndula (chá), cabeça-de-negro (chá), caapeva (chá), coqueiro (chá), carrapicho (banhos), embaúba (suco dos grelos, chá), erva-de-passarinho (banhos), erva-tostão (chá), óleo de eucalipto (lavagem), erva-moura (banhos), goiabeira (chá), guabirobeira (chá), jambolão (folhas, lavagens), jaboticabeira (lavagens), jaborandi (chá), jequitibá (lavagens), limão (tomar), losna (chá), ipê (chá), melão-de-são-caetano (banhos), mangueira (semente para banhos), murta (chá), maravilha (lavagens), pariparoba (chá), picão-da-praia (chá), sapé (chá), trombeteira (lavagens), urtiga-branca (chá), taiuiá (chá fraco da raiz).

FLUIDIFICANTE: que dilui algo, tornando fluído.

FLUIDOS: diz-se de qualquer líquido.

FOLICULITE: inflamação dos poros da pele.

FOME .

FORTALECEDOR: torna forte, dá mais força. Ex.: fortalecedora dos cabelos (dá mais força aos cabelos, torna-os forte), fortalecedora do tecido gengival (torna forte, dá mais força ao tecido gengival).

FORTIFICANTE: que dá energia, força em anemia, convalescença, esgotamento, fraqueza geral, período de crescimento, raquitismo; Agaricus blazei, abóbora-d'anta, agrião, cainca, calumba, carapiá, casca-d'anta, catinga-de-bode, catuaba, Chlorella, cipó-almecega, cipó-cravo, Coffea cruda, confrey, criptocária, fedegoso, fel-da-terra, fruto de bicuíba, Guaraná, imburana, jaborandi, marapuama, mastruço, nogueira, otônia, paratudo, poranqaba, quassia, quina-cruzeiro, quina-do-mato, raiz de caixeta, seiva de jatobá, simaruba, sucupira, taperibá, trianosperma, bardana, cragiru, gravatá.

FOSFATÚRIA: alta percentagem de fosfatos em uma amostra de urina; perda de fosfatos através da urina; tribulus terrestris.

FOSFORILAÇÃO OXIDATIVA: formação de moléculas de atp com a energia proveniente de processos de oxidação.

FOTOFOSFORILAÇÃO ACÍCLICA: conjunto de reações químicas mediada pela luz que ativa certas substâncias para absorverem átomos de fósforo, retendo nestas ligações energia química.

FOTÓLISE: reação mediada pela luz que decompõe uma determinada molécula.

FOTOMUTAGÊNICA: que em contato com o sol causa mutagênese; processo que dá origem às mutações; Substância que ao sol causa mutagênese.

FOTOSENSIBILIZANTE: substância que aumenta a sensibilidade à luz.

FOTOSSÍNTESE: processo em que substâncias inorgânicas originam substâncias orgânicas com utilização da energia luminosa.

FOTOTÓXICA: substância que em contato com o sol torna-se tóxica.

FRAGILIDADE CAPILAR: refere-se à fragilidade dos vasos sanguíneos.

FRAGRÂNCIA: aroma agradável.

FRAQUEZA geral; falta de vigor físico, de robustez; debilidade, fragilidade, fraqueira; agrião, alfafa, alecrim, acelga, alfavaca, aveia, beterraba, buxo, carvalho, cebola, Chlorella, Agaricus blazei, couve, cenoura, dente-de-leão, feno-grego (semente), hortelã, fava, maçã, milho, nabo, margarida, noqueira, jatobá, trigo, tansagem (semente e folhas), sálvia, óleo de borragem, cambuí, casca-de-anta, erva-cidreira, manjerona, catuaba, Guaraná, alfafa, noz-de-cola, mil-em-rama, marapuama, poejo, serpão.

FRAQUEZA muscular: Levedo de Cerveja, Chlorella, Agaricus blazei.

FRAQUEZA: plantas que fortalecem: absinto, alfafa, araruta, aveia, aroeira, Boldo-do-chile, caapeba, cacau, cana-de-açúcar, açúcar mascavo, canela, catuaba, cipreste, centeio, cenoura, Chlorella, Cogumelo-do-sol, coco, coqueiro, jerivá (casca), canela, crisântemo, casca-de-anta, jatobá, erva-de-são-joão, fenogrego, Guaraná, ingá, manjericão, marapuama, noz-de-cola, pau-pereira, pequi, quina, pita, trigo integral.

FRATERNOS: gêmeos fraternos; Irmãos que embora tenham compartilhado do mesmo período de gestação, derivam de óvulos diferentes, fecundados por espermatozoides diferentes. Também chamados de bivitelinos. Estes irmãos não apresentam a mesma herança gênica. Portanto podem ou não pertencerem ao mesmo sexo.

FRICÇÃO: ato de esfregar.

FRIEIRA: afecção da pele causada por diversos fatores localizada nos pés, normalmente entre os dedos; espécie de dermite ocasionada pelo frio. É acompanhada de ardor e prurido; ferida causada pelo frio ou por fungos, geralmente, entre os dedos dos pés e mãos. Lavar os pés com água morna e enxugá-los bem. O mesmo fazer com as meias; batata-doce (folhas em banho), tomar chá de caroba, chapéu-de-couro, cipó-cabeludo, erva-lanceta, parietária, pitanga, tansagem, trapoeraba, limão. Lavar com infusão de sete-capote (casca), sempre-viva, visco (banhos), saião (suco), Própolis Ervas Spray.

FRIGIDEZ: ausência de desejo sexual, impossibilidade de obter prazer com o sexo.

FRUTO: do latim: fructus; é o ovário desenvolvido e amadurecido após a fecundação.

FUMIGANTE: desinfetante ou exterminador de pragas animais ou vegetais.

FUNGICIDA: que combate os fungos; que destrói os fungos; Óleo de Alho, óleo de cravo-da-índia.

FUNGO: organismo vegetal formado por filamentos.

FURÚNCULO: infecção da pele, circunscrita a um folículo pilossebáceo, causada por um estafilococo e que se apresenta sob a forma de um carnicão no centro da área inflamada; para amadurecê-lo coloque cebola aquecida, arrebenta-cavalo (fruto aquecido aplicar), arnica (folhas), bardana (folhas ou raiz ralada aplicar), beringela (fruto cru cataplasma), cardo-santo, chapéu-de-couro (aplicar), copo-de-leite (bulbo amassado e aplicar), erva-moura (chá), figo-da-índia (aquecer e aplicar), girassol (óleo da semente), erva-de-passarinho (cataplasma das folhas), limão (chá), malva (aplicar e tomar), melão-de-são-caetano (fruta aplicar), pariparoba (aquecer a folha e aplicar), sabugueiro (flor ou folhas em cataplasma), sucupira (chá da semente), trigo (cataplasma da farinha com mel puro), aipo (folhas cataplasma), saião (folhas aplicar), abóbora (amassar aplicar), cacto (cataplasma), batata-inglesa (ralar e aplicar), cipó-suma (chá), margarida (chá), leicença; tumor pequeno e duro que nasce na superfície da pele, com inflamação e dor; inflamação em volta de um pêlo ou glândula sebácea; bardana, cardo-santo, erva-moura, limão, malva, melão-de-são-caetano, pariparoba, sabugueiro, sumaré, Levedo de Cerveja, Chlorella, Dolomita.

FUSO ACROMÁTICO: filamentos de proteínas formadas durante a divisão celular e que se ligam ao cinetócoro dos cromossomos duplicados a fim de promover sua separação.

GALACTAGOGA: estimula a produção de leite na nutrizes.

GALACTÚRIA: quilúria; galactúria; estado mórbido decorrente da presença de ¹quilo ('líquido leitoso') na urina, o que a torna muito clara.

GÂNGLIOS: adenite; escrofulose; íngua; ingurgitamento: abóbora-d'anta, agrião, cabeça-de-negro, calumba, caroba-carobinha, cipó-azougue, japecanga, jequitibá, mastruço, nogueira, salsaparrilha, suma-roxa, taiuia, velame-do-campo.

GANGRENA: morte e putrefação dos tecidos de qualquer parte do organismo; aquilo que apodrece ou produz destruição.

GARGANTA afecção da: angélica, cipó-chumbo, malva, tanchagem, violeta, Própolis Ervas Spray. Ver inflamação da garganta.

GARGANTA dor de: alfavaca, salva, sensitiva, trevo-cheiroso, Ver inflamação da garganta.

GARGANTA inflamação e irritação: amora-preta (folhas em gargarejo), aipo, Óleo de Alho com leite, alcaçuz (chá), angico, batata-doce (folhas, gargarejo), cajueiro, caroba (chá tomar e gargarejes), cereja (gargarejos), confrey, carqueja, cambará (chá), casca-de-anta (gargarejo e tomar), cipó-chumbo (gargarejo), espinheiro, espinafre (gargarejo), Gengibre (chá e gargarejo), goiaba (folhas gargarejo), ipê-roxo, jequitibá, limão (tomar), hortelã (chá), malva (chá e

gargarejo), macieira (chá das folhas), madressilva (gargarejo), mal vaíscio (chá), óleo-de-copaíba, pepino (suco com sal), perpétua (chá da flor), Própolis Ervas Spray, romã (gargarejo), rosa-vermelha (gargarejo), flor de sabugueiro, salva (chá), sensitiva, sucupira, tansagem (chá e gargarejo), trevo (chá), violeta (flor ou folhas gargarejes e fazer compressas).

GAS INTESTINAL: flatulência; alecrim, anis-estrelado, cipó-cravo, erva-doce, Espinheira-Santa, funcho, hortelã, alfavaca, alfazema, Fibra de trigo, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, louro, ruibarbo. Ver flatulência.

GASTRALGIA HIPERCLORÍDRICA: dores estomacais por excesso de ácido clorídrico; Espinheira-Santa.

GÁSTRICO: relativo ao estômago.

GASTRITE: inflamação aguda ou crônica da mucosa do estômago; tomar um dos seguintes chás entre as refeições: almeirão, acelga (folhas), arroz (água da semente), artemísia, bardana, beldroega, açoita-cavalo, cálamo-aromático, calêndula, carqueja, chicória, couve (folha suco), casca-de-anta, cevada (semente), dente-de-leão, Espinheira-Santa, girassol, linho (semente), groselheira, erva-macaé, hortelã, marroio-branco, malva, mamica-de-cadela (casca), erva-de-são-joão, paineira, saião, sálvia, melissa, tansagem, trapoeraba, zedoária, zínia.

GASTROENTERITE: inflamação da mucosa do estômago e do intestino: carqueja.

GEL: sistema coloidal constituído de fase líquida e sólida que apresenta características semelhantes aos dos sólidos.

GENGIVAS, sangrentas: Acerola, cocleária, tanchagem.

GENGIVAS inflamadas: gengivite.

GENGIVITE: inflamação das gengivas; limão, tanchagem, Acerola, amora, azeitona, figo; fazer bochechos com chá de arnica, cedro (casca), folha-da-fortuna, goiabeira, salva, tansagem, malva, azedinha-do-brejo.

GENOMA: é o conjunto simples de cromossomos de uma célula; é o conjunto formado por apenas um cromossomo de cada tipo, na espécie estudada; no ser humano o genoma é constituído de 23 cromossomos diferentes; projeto genoma, denominação dada a tarefa de decodificação do DNA humano aceita por diversas nações associadas.

GENS: segmento de DNA que contém instruções capazes de codificar uma proteína.

GÉRMEN: micróbio.

GESTANTE: mulher no período de gestação (gravidez).

GIÁRDIA: designação comum aos seres protistas do gênero Giardia, do filo dos zoomastiginos, que parasita especialmente o intestino humano; seu corpo apresenta simetria bilateral e oito flagelos; hortelã.

GIMINOSPERMAS: classe da divisão tracheophyta, caracterizada por formar estruturas reprodutivas florais (estróbilos) e sementes nuas (não há fruto); ex.: pinheiros, ciprestes e cicas.

GINECEU: conjunto de carpelos (pistilos) que formam o aparelho reprodutor feminino em flores de gminospermas.

GINECOMASTIA: desenvolvimento anormal das glândulas mamárias em homens. Este desenvolvimento só deverá ser considerado anormal se prevalecer por longo tempo. É comum adolescentes apresentarem ginecomastia moderada, sem que isto aponte qualquer anomalia no seu desenvolvimento.

GLÂNDULA SEBÁCEA: célula ou agrupamento de células que se destinam à produção de substância de consistência gordurosa expelida para o exterior da pele.

GLAUCOMA: moléstia caracterizada pelo aumento da pressão intra-ocular, que provoca o endurecimento do globo e determina uma compressão do nervo óptico tendo como efeito a diminuição da acuidade visual; jaborandi.

GLICOCÁLIX: camada de polissacarídeos que reveste uma célula animal externamente.

GLICOGÊNIO: polissacarídeo sintetizado a partir da reunião de glicose, e utilizado por animais vertebrados como reserva.

GLICÓLISE: etapa inicial do processo de quebra da glicose, com produção de energia na forma de moléculas de atp.

GLICOSÍDEOS: substâncias constituída de um resíduo de açúcar ligado a outra substância que contém açúcar (tais como flavonóide, cumarina, alcalóide, etc.).

GLICOSÚRIA: emissão de substâncias açucaradas, sobretudo de glicose, com a urina. A glicosúria pode ter origens muito diversas. É uma peculiar perturbação das trocas nutritivas, pela qual o organismo torna-se incapaz de assimilar e queimar o açúcar que nele se introduz ou se forma; limão.

GLOSSITE: inflamação, superficial ou profunda, da língua; .

GOLGI: organela presente em células eucarióticas; consiste de vesículas, túbulos e sacos achatados. Funciona na coleção e na aglomeração de substâncias fabricadas pela célula.

GOLPE: pancada; murro; impacto violento dado com uma parte do corpo ou com um instrumento contundente ou talhante sobre pessoa, animal ou objeto; mil-em-rama, pinhão-do-paraguai. Ver feridas.

GONORRÉIA: inflamação das membranas mucosas, especialmente da uretra e da vagina; blenorria; corrimento muco-purulento; abutuá, aipo-das-hortas, amor-do-campo, angico, agoniada, alfazema, alfavaca, anil, aperta-ruão, aroeira (banhos), barbatimão (casca), bolsa-de-pastor, buranhen, caavurana, cabeça-de-negro, caica, cana-do-brejo, cana-de-macaco, cardo-santo, caroba, carobinha-do-campo, catinga-de-bode, cinco-folhas, cipó-cabeludo, chorão (folhas), cipó-suma, cipreste, douradinha-do-campo, erva-de-bugre, Espinheira-Santa, fedegoso, jatobá, João-da-costa, limão, língua-de-vaca, malva-rosa (chá), mirospermum, noqueira, óleo-de-copaíba, picão-da-praia, pau-d'álho, peroba (casca), persicária, quássia, salsaparrilha, taiuiá, tarumã, tejuco, tribulus terrestris, umbaúba (chá dos brotos), velame-do-campo, vassoura-doce (beber 15 dias). Consultar um médico.

GORDURA, excesso de: Bioslim gel redutor, Bioslim quitosana, Bioslim chá verde, Bioslim colágeno, Chlorella, Colágeno, Colagenan, Fibras de Maracujá.

GORDURA: Bioslim gel redutor, Bioslim quitosana, Bioslim chá verde, Bioslim colágeno, Chlorella, Colágeno, Colagenan, Fibras de Maracujá.

GOTA: diátese caracterizada por perturbações viscerais e articulares, com depósitos de uratos: abacateiro, Alcachofra, Hepatozan, alfazema, angélica, arnica, aroeira, aroeira-mansa, barba-de-bode, bardana, óleo de borragem, camomila-romana, cardo-santo, carqueja, catinga-de-mulata, chapéu-de-couro, centáurea-menor, cerefólio, cipó-mil-homens, cotó-cotó, erva-cobre, eucalipto, Garra-do-Diabo, gervão, guaiaco, japecanga, limão, mil-em-rama, moranguinha, pau-ferro, pinheiro (broto), piteira, Óleo de Alho, Óleo de Prímula, óleo de eucalipto, salsaparrilha, saponária, sassafrás, sempre-viva, timo, urtiga-vermelha, velame-do-campo, velame-do-mato, verônica. Tomar banhos quentes. Aplicar compressas frias refrigerantes.

GRAVIDEZ: estado resultante da fecundação de um óvulo pelo espermatozóide, e que envolve o subsequente desenvolvimento, no útero, do feto gerado, até a sua expulsão; quando a gestante sofrer de vômitos e urina presa, é sinal de carência de vitamina B e C. Evitar comida salgada e tomar diuréticos como cabelo de milho-roxo, grama, dente-de-leão, trapoeraba, tansagem. Com hemorragias: cordão-de-frade, bolsa-de-pastor, mil-em-rama, capim-pé-de-galinha, calêndula, salva, erva-doce.

GRIPE: enfermidade infecciosa, virótica, contagiosa, e muitas vezes epidêmica, que se

caracteriza por estado de abatimento geral e presença de sintomas variados, como febre, congestionamento das vias respiratórias, dores de cabeça e de garganta; resfriado; acelga, Acerola, alecrim, alfavaca, anis, assa-peixe, aveia, bago-de-veado ou malvão, cambará, camomila, canela (com vinho), caqui, cardo-santo, cássia, cebola, cerejeira, chambá, cravo-de-defunto, erva-cidreira, escalda-pés e banhos de vapor, fedegoso (chá da casca da raiz), Gengibre (raiz), gervão-roxo, guaiaco, hera-terrestre, hortelã, ipecacuanha, lanciba, laranjeira, levante, limão, limoeiro, lixeira (folhas), losna, louro, marapuama. Prevenir: Cogumelo da vida.

AIS MINERAIS: Produto para repor sais minerais: cogumelo sol.

SANGUE impuro: agrião, amor-perfeito, angélica, batata-de-purga, bardana, bolsa-de-pastor, caiapó, cardo-mariano, cipó-suma, carqueja, cerefólio, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, cotó-cotó, curraleira, canchaláguas, carne-de-vaca, caroba, caruru-bravo (raiz), catáia, chapéu-de-couro, cipó-mil-homens, dente-de-leão, douradinha, erva-de-bugre, Espinheira-Santa, estragão, figo, Ginkgo-biloba, guaiaco, ipê-roxo, japacanga, lágrima nossa senhora, limão, mangueira (resina), Maracujá, mata-pasto, noqueira, Óleo de Prímula, papo-de-peru, panacéia, pau-ferro, pita, rosa branca, sabugueiro, salsaparilha, sassafrás, serralha-brava, sete-sangrias, taiuíá, tanchagem, tajuba, tarumã, urtiga-vermelha, velame-do-mato.

SANGUE, má circulação do: carqueja, erva-cidreira. Pedilúvio quente, pedilúvio alternado.

SANGUE: sangue limpo e boa circulação é garantia para uma boa saúde. Veja: "Coração, Depurativo, Hemorragia, Pressão Alta, Pressão Baixa, Circulação do Sangue". Plantas: douradinha, Óleo de Alho, cebola, noqueira, salsaparrilha, suspiro.

SÂNSCRITO: idioma indiano.

SAPINHO: espécie de aftas que dá na boca das crianças, em forma de vesículas semelhantes ao leite coalhado. Falta às crianças vitaminas A - B - C. Fazer bochechos com alecrim da horta, juazeiro (casca ralada com mel puro, ou chá para passar na boca), tansagem (suco adocicado), crista-de-galo (chá das flores).

SAPONINA: glicosídeo de triterpenos ou esteróides com a propriedade de formar espuma abundante em água; são substâncias presentes na composição de algumas plantas medicinais.

SARAMPO: pintas vermelhas na pele; ficar de cama, pouca luz, evitar correnteza de ar; banhos quentes, banhos de vapor. Nos primeiros dias, aplicar compressas quentes ao peito, 2 vezes por dia. Sucos de frutas e água em abundância. Agasalhar-se bem para evitar resfriamentos; chás recomendados: sucos cítricos, suco de limão com água; agrião (suco ou chá), celidônia (chá), dália (chá das folhas), folhas de laranja (chá), capim-cidreira, erva-cidreira (chá), flor de sabugueiro (chá, provoca suor), óleo de borragem, poaia-branca (chá), violeta (chá das folhas).

SARDA: pequenas manchas castanhas que surgem na pele de pessoas claras devido ao acúmulo

excessivo de melanina; acariçoba, alamanda-de-flor-grande, anil, arruda, bardana, limão, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, serpão.

SARRO: resíduo de nicotina; limão.

SEBO: mistura de lipídeos excretados pelas glândulas sebáceas que contém ácidos graxos livres, triglicerídeos e colesterol.

SEBORRÉIA: secreção excessiva das glândulas sebáceas.

SECREÇÃO BRÔNQUICA, aumentar: Óleo de Alho, mel puro .

SECREÇÃO DE GLÂNDULAS DIGESTIVAS E BILIARES, aumentar: Óleo de Alho, Alcachofra, Hepatozan.

SECREÇÃO GÁSTRICA, estimulante da: Espinheira-Santa.

SEDATIVO: que acalma, tranqüiliza. Quando exerce função calmante sobre o sistema nervoso. Ex.: sedativa da tosse; sedativo de dores nos nervos: Garra-do-Diabo.

SEGMENTAÇÃO: clivagem, cada uma das primeiras divisões que ocorrem no ovo; primeiras fases do desenvolvimento embrionário.

SEIOS, bico rachado: juciri, arnica (chá das folhas), jurubeba (chá das folhas), cominho (chá), salsaparrilha (raiz chá).

SEIOS, com nevralgias: fazer compressas com chá das folhas de tansagem, com folhas de alface, hortênsia.

SEIOS, com nódulos ou tumores: chá de bardana, avelãs (leite 1 gota e depois ir aumentando), malva (chá), margarida (chá), tansagem (chá e compressas), batatinha ralada (aplicar crua), suco de urtiga (raiz amassar com argila e aplicar).

SEIVA: líquido de composição complexa que circula pelos vasos condutores da planta.

SENILIDADE: debilidade física e mental associada a velhice; Garra-do-Diabo, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Chlorella.

SÉPALA: cada uma das peças florais (folhas transformadas) que compõem o cálice da flor das angiospermas.

SEPTICEMIA: estado mórbido do sangue; limão. Buscar o médico.

SÉSSIL: diretamente inserido, sem pedículo ou base de sustentação.

SIALAGOGO: ptialagogo; que provoca ou excita a salivação.

SÍFILIS: doença infecto-contagiosa produzida por um micróbio chamado *Treponema pallidum*; doença sexualmente transmissível; abóbora-d'anta, acariçoba, avelãs (leite 1 gota por vez), agave, abacate, araticum, arnica-do-mato, aroeira, bardana, buxo, batata-de-sucupira, cainca, carnaúba, caroba, cassaú, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro (cinco-folhas), cipó-azougue, cotó-cotó, curraleira, caapeva, calêndula, camboatá, cana-de-macaco, canela-de-perdiz, caruru-bravo, chapéu-de-couro, cipó-de-gato, cipó-escada, cipó-suma, douradinha-do-campo, erva-de-bugre, erva-de-bicho, erva-de-lagarto, fedegoso, figo, guaiaco, guandu (folhas), japecanga, pita, lentilha-d'água, limão, língua-de-vaca, manacá, manga, mururé, noqueira, óleo de copaíba, pau-ferro, peroba, persicária, rabo-de-bugio, sabugueiro, salsaparrilha, saponária, sassafrás, sete-sangrias, suma-roxa, tarumã, taiuiá, tejuco, tuia, unha-de-boi, urtiga, velame-do-campo, velame-do-mato. Consultar um médico.

SIMBIOSE: literalmente significa viver juntos, coexistir; costuma ser empregado para se referir a relações de benefícios recíprocos (mutualismo) entre seres vivos.

SÍNCOPE: perda temporária de consciência devida a má perfusão sanguínea cerebral, alteração na composição do sangue que enriga o encéfalo, ou a alterações no padrão de atividades do sistema nervoso central, devidas a estímulos que chegam a esse sistema.

SÍNDROME DE CÓLON IRRITADO: Carvão Vegetal.

SÍNDROME DE DOWN: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 21 (47, XX, +21). Principais características: hipotonia muscular e hiperflexibilidade das articulações. Língua protusa e dificuldades psicomotoras. Fendas palpebrais oblíquas, orelhas pequenas e displásticas, pescoço curto, anomalia cardíaca, mãos curtas com o 5º dedo curvo e prega palmar horizontal única (prega simiesca). Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/650.

SÍNDROME DE EDWARDS: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 18 (44,XX, +18). Principais características: hipertrofia muscular, deficiência psicomotora grave. Orelhas displásticas com baixa implantação. Micrognatia, osso externo curto, mãos fechadas com tendência a sobreposição do 2º dedo sobre o 3º e do 5º sobre o 4º dedo. Pilosidade exacerbada. Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/4000. Difícil sobrevivência.

SÍNDROME DE KLINEFELTER: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico sexual (47,XXY). Principais características: estatura alta com membros alongados.

Infertilidade e pouco desenvolvimento dos testículos e do pênis. Ginecomastia e caracteres sexuais secundários pouco desenvolvidos. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo masculino e está presente na proporção de 1/600.

SÍNDROME DE PATAU: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 13. (47, XX, +13). Principais características: anomalia cerebral grave e severa deficiência mental. Fissura labial ou palatina. Anomalia genital e cardíaca. Polidactilia. Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/6000. Difícil sobrevivida adulta.

SÍNDROME DE TURNER: aberração cromossômica causada por monossomia no par cromossômico sexual. (XO - 45, XO). Principais características são: má formação do aparelho reprodutor. Baixa estatura, pescoço curto, alado, com mamilos muito afastados e pouco desenvolvidos. Anomalia cardíaca, rim em ferradura e anomalia do cotovelo. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo feminino e está presente na proporção de 1/3500.

SÍNDROME DO CRI DU CHAT: aberração cromossômica causada por deleção de um segmento do braço curto de um dos cromossomos do par 5. Principais características: microcefalia, retardo mental e um choro característico que se assemelha ao miado de um gato (daí o nome da síndrome). Esta síndrome atinge ambos os sexos e está presente 1/75000.

SÍNDROME POSTROMBÓTICA: insuficiência venosa crônica resultante de trombose venosa profunda do membro inferior; Castanha da Índia.

SINERGIA: associação.

SINOVITE: inflamação da membrana sinovial que cobre a cavidade da articulação; descanso na cama. Fomentações quentes 3 vezes ao dia.

SINUSITE: infecções dos seios nasais ou cavidades cranianas que se comunicam com o nariz; infecção aguda ou crônica de qualquer das cavidades cranianas; limão, Própolis Ervas Spray, Unha-de-Gato, óleo-de-copaíba. Fazer inalações com óleo de eucalipto, açucara (aspirar o pó da vagem), buchinha-do-norte (ferver e aspirar o vapor), espirradeira ou oleandra (reduzir a folha a pó como rapé), fumo (como rapé), hera-terrestre (cozinhar uma folha e pingar no nariz), mentruz (fazer com ele aplicações locais), sempre-viva-dos-jardins (chá), guatambu-amarelo (chá das folhas). Tomar depurativos do sangue. Salmoura pingar no nariz, clorofila líquida pingar no nariz. Consultar um médico.

SISTEMA CIRCULATÓRIO ativar: Ginkgo-biloba, Castanha da Índia.

SISTEMA IMUNOLÓGICO. Produto para ativar o Sistema Imunológico: Acerola, graviola, Unha-de-Gato, Agaricus blazei.

SISTEMA LINFÁTICO, estimular: Garra-do-Diabo.

SISTEMA NERVOSO: Produtos para o Sistema Nervoso: Levedo de Cerveja.

SOLITÁRIA: tênia; verme intestinal; tomar purgante forte e lavagem intestinal dois dias consecutivos. Não se come nada durante esses dois dias. Deixam-se 50 a 80 gramas de sementes de abóbora moídas de mólho em uma xícara durante umas 12 horas. Misturam-se um ovo, mexe-se bem e toma-se em seguida, abóbora (semente de 60g a 90g descascadas e trituradas com 100g de açúcar e um pouco de leite, tomar em jejum), romanzeira (casca ou raiz), amoreira-preta (30 a 50 gramas de casca ou raiz), artemísia, esfregão (semente), erva-de-santa-maria (suco dela com açúcar e água fria, tomar em jejum), gameleira (leite misturado com leite de vaca), porongo (semente), feto-macho (é uma samambaia, pó da raiz amarela), semente de pepino.

SOMÁTICO: o que forma o corpo. Em genética cromossomos somáticos são os que determinam a formação do organismo, independente da característica sexual.

SONÍFERO: que tem a propriedade de fazer dormir: alface (raiz), alfafa, beladona, beijo-de-moça, choro, dente-de-leão, endro, corticeira, limão, língua-de-vaca, lúpulo, malva, mandioca (brotos), Maracujá, mil-em-rama, mulungu, poejo, urtiga, vassoura (semente), manjerona, erva-de-bicho, erva-doce, macieira (folhas), papoula.

SONO, falta de: açoita-cavalo, alface, alfazema, anis, beladona, Boldo-do-chile, capim-cidreira, cordão-de-frade, endro, erva-doce, erva-cidreira, corticeira (mulungu), erva-de-santa-maria, catuaba, língua-de-vaca, Maracujá, papoula, mandioca (brotos), poejo, mil-em-rama, tília, macieira (folhas), malva, gerânio, macela (travesseiro das flores), salgueiro, valeriana, limão, hipérico, kawa-kawa. Banhos de assento frios, pedilúvios quentes, pedilúvios frios, compressas quentes.

SONOLÊNCIA: Enerseng, Ginseng.

SPRAY: jato de um líquido que se espalha como névoa sobre a pele.

SUAVIZADOR: que torna suave.

SÚBER: cortiça; tecido vegetal de proteção, presente ao redor de caules e raízes de plantas que cresceram em espessura. As células dos súber são mortas, em decorrência da impregnação de suberina em suas paredes.

SUBMETACÊNTRICO: cromossomo em que o centrômero está levemente deslocado do centro.

SUBSTRATO: a base de fixação de um organismo. Substância que sofre a ação de uma enzima.

SUCO: tritura-se o material, com água fervida, depois se espreme, coando para separar o suco.

SUDORÍFERO: sudorífico; diaforético; suadouro; estimula a transpiração; provoca sudorese; substância que faz suar, propiciando um decréscimo na temperatura corporal; que provoca sudorese; quando provocam a transpiração; alfavaca, angelicó, alfazema, avenca, cálam-aromático, beladona, bardana, borragem, calêndula, camomila-da-alemanha, cana-do-brejo, caroba, cana-do-reino, cravo-dos-jardins, chá-preto, cipó-mil-homens, coentro, embira, guaiaco, Gengibre, gerânio, gervão, guiné, jurubeba, jaborandi, juá, laranjeira (folhas), limão, macela, malva, manjerona, mostarda, maria-mole (flor), pariparoba, pau-ferro, pipi, pimenta, quina, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás (casca), salva, samambaia, sete-sangrias, suçuaiá, tuia, violeta. Banhos quentes de vapor.

SUPLEMENTO ALIMENTAR. Produto suplemento alimentar: cogumelo-do-sol, betacaroteno, berinjela.

SUPURATIVO: estimula a eliminação de pus.

SURDEZ: Óleo de Alho (colocar no ouvido algodão embebido em), arruda (suco ou maceração da planta em azeite), calêndula (suco), couve (suco), malva, margarida, maravilha, noqueira, salsa (folhas), sabugueiro (folhas amassadas).

HÁLITO MAU: fazer bochechos, gargarejos com o chás de: aperta-ruão, cebola, erva-doce, hortelã, óleo de eucalipto, erva-de-santa-maria, limão, losna, amoreira (folhas), salva, noz-moscada, Gengibre, malva, sálvia, cravo da índia, Carvão Vegetal, zedoária, clorofila. Mascar algumas folhas de ervas aromáticas.

HALITOSE: cheiro desagradável na boca; mau hálito; ozostomia.

HAPLODIPLOBIONTE: ciclo reprodutivo característico de briófitas e pteridófitas, que alternam o modo de reprodução sexuado e assexuado, além de alternarem também as geração haplóides e diplóides.

HAPLÓIDE: célula que contém apenas um genoma. Simbolizada por (n).

HASTE: caule flexível típico das plantas herbáceas.

HELMINTO: designação comum e imprecisa a todos os animais alongados de corpo mole; helminte, vermes; lombrigas; oxiúros; ancilóstomos; abacate (10g de casca verde da fruta), abóbora (50g a 90g de semente trituradas com 100g de açúcar e 150ml de leite ou então fazer chá da semente), arruda (20g para crianças, pôr sobre o ventre), alho (cru ou com leite), amoreira-preta (chá da casca ou da raiz), araticum (chá das folhas ou das cascas do tronco),

artemísia (folhas ou flores), babosa (chá), beijo-de-moça (sementes), butiá-de-vinagre (comer a fruta), buxo (uma xícara de chá feito de tantas folhas quantos anos a pessoa tenha, mais dez, nunca passando de 40 folhas. Tomar em jejum de manhã, uma vez por semana e três semanas seguidas. Durante o dia, tomar um depurativo do sangue como das folhas de laranja-do-mato ou cruzeiro), beldroega (pôr 1/5 de uma garrafa de semente e o resto vinho bom e após 9 dias tomar um cálice por dia e 8 dias seguidos), erva-gorda (o mesmo), cajueiro (fruto), camomila (50g), canforeira, carqueja, casca-de-anta ou cataia (contar os vermes do sangue), catinga-de-mulata, cipó-d'alho, cipó-escada com salsa e cabelo-de-porco, cinamomo (chá das sementes ou folhas), coco (leite), corticeira, couve (suco das folhas), cravo-de-defunto ou chinchilho (a flor), erva-de-bicha ou erva-de-santa-maria é uma das ervas mais usadas contra os vermes (o suco ou semente com gemada, chá das folhas em leite ou em água), erva-de-bicho, esfregão (semente ou suco do fruto e o chá das folhas em clíster contra amebas), caroba (contra amebas), fedegoso (raiz), feto-macho (30g do pó da raiz), gameleira (leite contra vermes e com maior dose, tênia), guaxuma (semente), Guaco, hortelã, limão (chá da semente ou da casca ralada), quebra-pedra (em leite), mamoeiro (o leite, 10 a 24 sementes por vez, 33g da raiz ralada: tomar no espaço de uma hora), melão-de-são-caetano (folhas e suco), mentruz (chá), pessegueiro (pôr folhas esmagadas em cataplasma sobre o ventre da criança), outra maneira de usar é 2g de folhas numa xícara de leite, pitanga, rábano (semente), rabanete (semente), mamona (3 a 4 sementes), melancia (semente), manga (brotos e amêndoa), romanceira (50g da casca do pé ou raiz), tremoço (semente), Óleo de Alho, erva-de-bicho, romã (casca), simaruba. As gestantes devem tomar cuidado em tomar vermífugos porque podem afetar o feto, a não ser usar alho, mentruz, hortelã, arruda, artemísia, beldroega, camomila-da-alemanha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, erva-de-santa-maria, fedegoso, gameleira, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira, jatobá, limão, lombrigueira, marupá-do-campo, pau-dálho, persicária.

HEMÁCIA: glóbulo vermelho ou eritrócito; célula vermelha do sangue; possui hemoglobina e é responsável pelo transporte de gás O₂ e CO₂.

HEMATÊMESE: hemorragia proveniente do estômago; vômito de sangue; tamarindo. Tomar, aos goles, um copo d'água, misturada com limão ou sal. Colocar compressas frias sobre o estômago. Repouso absoluto em posição horizontal. Abstinência de alimento até a chegada do médico.

HEMICRANIA: dor em um dos lados da cabeça.

HEMIPLEGIA: paralisia que afeta um só lado do corpo; é causada ordinariamente por uma lesão do encéfalo, como hemorragia, congestão, amolecimento, embolia, etc.; limão. Chamar o médico.

HEMOFILIA: tendência anormal de forte hemorragia devida a um distúrbio químico que intervém na coagulação do sangue. É congênita e hereditária. Somente o homem contrai a moléstia, a qual lhe é transmitida pela mãe; limão. Aplicar gelo sobre o nariz e o pescoço. Chamar o médico

em caso de muita perda de sangue.

HEMÓLISE: destruição dos glóbulos vermelhos do sangue, com liberação de hemoglobina.

HEMOPTISE: hemorragia bronco-pulmonar. A emissão do sangue pelas vias respiratórias e/ou boca, por laceração dos vasos sanguíneos de calibre mais ou menos grosso dos brônquios ou dos alvéolos pulmonares, produzida por alteração de suas paredes, por aumento da pressão interna, por estôrvo do sistema nervoso vasomotor ou por ruptura de um aneurisma; aroeira, buranhém, cipó-chumbo, erva-dutra, erva-tostão, jaborandi, urtiga-vermelha, Castanha da Índia. Buscar o médico.

HEMORRAGIA INTERNA: barbatimão (irrigação vaginal), canforeira (chá), casca-de-anta, mil-em-rama (chá), bolsa-de-pastor (chá), assa-peixe (raiz), urtigão (raiz chá), fumeiro-brabo (casca da raiz chá), Cavalinha (chá), erva-cidreira (chá).

HEMORRAGIA nasal: batata-de-purga, bolsa-de-pastor, flor-da-noite.

HEMORRAGIA uterina: hemorragia do útero; o mesmo que uterorrágia; algodoeiro, bolsa-de-pastor. Consultar um médico.

HEMORRAGIA: derramamento de sangue para fora dos vasos que o devem conter; perda copiosa de sangue. açoita-cavalo (chá), arnica (chá), assa-peixe (chá da raiz), aveia, bananeira (suco da ponta do cacho), bambu (chá da foligem branca nos entre-nos), barbatimão, Cavalinha (chá), bolsa-de-pastor (chá em qualquer caso de hemorragia), calêndula (chá), cambuí (chá), canela (chá), capim-de-burro (chá), erva-tostão (chá), casca-de-anta (chá), erva-de-passarinho (chá das folhas), erva-silvina (chá), gerânio (folhas), girassol (folhas e semente), cordão-de-frade (chá), cenoura (chá), guaxuma (aplicação externa), guaçatonga, fumeiro-brabo (casca da raiz aplicação externa), erva-de-bicho (chá), guandu (chá), mil-em-rama (chá), limão (suco), Guaraná, parreira (folhas em pó), noqueira (chá), pervínca (chá), rabo-de-cavalo (chá), romã (chá folhas e flores), salsa (folhas esmagadas pôr bolinha no nariz que sangra), salva (chá), sete-sangrias (chá), sarçamora (chá e aplicação externa), sempre-viva (chá), taquaruçu (cinza uso externo), trapoeraba (uso interno e externo), sucupira (chá), tansagem (chá), urtiga, urtigão (chá), urucu (semente em pó aplicação externa), uva (semente torrada), pó de casca de ovo (uma colher de chá por dia), algodoeiro, aroeira, erva-de-bicho, jambolão, jatobá, jequitibá, lanciba, quina-do-mato, urtiga-branca, verna, aberta-ruão, Acerola, burahen, Hamamelis virginiana, jaborandi, lungaciba, mangue-vermelho, piper, quina-do-mato. Banhos frios de assento.

HEMORRÓIDA: dilatação varicosa das veias do reto e/ou do ânus. As hemorróidas podem ser sintomáticas ou idiopáticas. Sintomáticas são as que derivam de causas gerais ou locais de estagnação nas veias do abdômen. Idiopáticas, as que se desenvolvem sem causa precíavel ou sob a influência de vida sedentária, de alimentação muito abundante e, abuso de carnes, de

temperos, de álcool, por indivíduos hereditariamente predispostos; alecrim, arnica-mineira, camomila-da-alemanha, cascarilha, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, centella-asiatica, cerefólio, fumária, fruto de bicuíba, limão, mariricó, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, pariparoba, pau-d'álho, persicária, piper, raiz de caixeta, sabugueiro, trapoeraba, ulmária, Ginkgo-biloba, clorofila, açafraão, Alcachofra, Hepatozan, acelga, Óleo de Alho, Hemoplant, araçá, artemísia-do-campo, assa-peixe, batata-inglesa (supositório), barba-de-bode, barba-de-velho (pomada), bardana, beladona (pomada), douradinha, bergamoteira, buxo (folhas), cacto (supositório), chuchu (supositório), caixeta (banhos e tomar), carqueja, calêndula (pomada e chá), café (pó aplicar), caroba, cana-do-brejo, coerana (chá e aplicar), couve (vapores), cipó-d'alho, erva-de-bicho (tomar e fazer banhos), erva-de-santa-maria, erva-de-lagarto, erva-tostão, erva-macaé (pomada e chá), fedegoso, figo, guabirobeira, hortelã, guiné, Hamamelis_virginiana (supositório, pomada), jurubeba, macela (vapores), maravilha, mandioca (chá dos brotos), manjeriço, Maracujá, noz-moscada, parreirinha-do-mato, pata-de-vaca, pé-de-galinha, piteira, pepino, rainha-da-noite, serralha-brava, solda-com-solda, taiuiá, tansagem, tomate, urtiga, verbasco (banhos), vinagreira (banhos), hemorróidas com hemorragias (banhos de assento com água fria e tomar líquidos). Para descongestionar, banhos quentes com verbasco, Psyllium Phytomare, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, raiz-de-caixeta. Em caso de ataque agudo, com derramamento de sangue, aplicar banho de assento frio, de 3 a 4 minutos de duração. Regime alimentar adequado; beber líquidos em abundância.

HEMOSTÁTICO: diz-se de ou agente medicinal estancador de hemorragias; anti-hemorragico; açoita-cavalo (chá), arnica (chá), assa-peixe (chá da raiz), aveia, bananeira (suco da ponta do cacho), bambu (chá da foligem branca nos entre-nos), barbatimão, Cavalinha (chá), bolsa-de-pastor (chá em qualquer caso de hemorragia), calêndula (chá), cambuí (chá), canela (chá), capim-de-burro (chá), erva-tostão (chá), casca-de-anta (chá), erva-de-passarinho (chá das folhas), erva-silvina (chá), gerânio (folhas), girassol (folhas e semente), cordão-de-frade (chá), cenoura (chá), guaxuma (aplicação externa), guaçatonga, fumeiro-brabo (casca da raiz aplicação externa), erva-de-bicho (chá), guandu (chá), mil-em-rama (chá), limão (suco), parreira (folhas em pó), noqueira (chá), pervínca (chá), rabo-de-cavalo (chá), romã (chá folhas e flores), salsa (folhas esmagadas pôr bolinha no nariz que sangra), salva (chá), sete-sangrias (chá), sarçamora (chá e aplicação externa), sempre-viva (chá), taquaruçu (cinza uso externo), trapoeraba (uso interno e externo), sucupira (chá), tansagem (chá), urtiga, urtigão (chá), urucu (semente em pó aplicação externa), uva (semente torrada), pó de casca de ovo (uma colher de chá por dia), algodoeiro, aroeira, erva-de-bicho, jambolão, jatobá, jequitibá, lanciba, quina-do-mato, urtiga-branca, verna, aberta-ruão, Acerola, burahen, Hamamelis_virginiana, jaborandi, lungaciba, mangue-vermelho, piper, quina-do-mato. Banhos frios de assento.

HEPÁTICO: condicionadora do fígado; estimula protege as funções do fígado; Boldo-do-chile, capeba/pariparoba. Ver fígado.

HEPATITE: inflamação do fígado; Alcachofra, Hepatozan, quebra-pedra, flor-de-coral, guapeva, limão, celidônia, fragaria. Ver fígado.

HEPATOPROTETOR: ação protetora no fígado; que tem a propriedade de proteger o fígado contra agressões, tais como as provocadas por substância que costumam causar hepatite. Ver fígado.

HEPATOTÔNICO: tonifica as atividades do fígado. Ver fígado.

HEPATOTÓXICO: tóxico para o fígado.

HEREDOGRAMA: arranjo dos pares cromossômicos distribuídos em ordem decrescente de tamanho.

HERMAFRODITA: flor que possui os dois sexos, masculino e feminino.

HÉRNIA: projeção de uma alça intestinal do apíloon ou de outra víscera abdominal através de uma cavidade natural ou acidental. As causas predisponentes são os esforços, ou exercícios violentos, os gritos (nas crianças), a tosse insistente (nos velhos). Para que a hérnia possa produzir-se entretanto, é necessário que os tecidos se encontrem em estado de franco relaxamento, ou que subsista no indivíduo uma predisposição congênita. Qualquer que seja a sede, a hérnia forma um tumor, às vezes, considerável, mole, indolente, não flutuante, reduzível à pressão; cipreste ou tuia (aplicar em compressas através do cozimento das frutas), beladona (compressas com as folhas ou de cozimento), hortênsia (aplicação das folhas), samambaias (aplicar como compressas), breu-em-pó (batido com clara de ovo, aplicar), Gengibre em pó (aplicar). Usam-se cintos apropriados para corrigir o mal; cataplasmas de cana-do-brejo para ajudar no tratamento. Quando este meio não dá resultado, recorre-se a uma intervenção cirúrgica.

HERPES SIMPLES: doença aguda, produzida por vírus e caracterizada pela formação de grupos de vesículas na pele e membranas mucosas, tais como bordas dos lábios e narinas, superfícies mucosas genitais.

HERPES: dermatose que se caracteriza por vesículas elevadas sôbre uma base inflamada; amor-perfeito (fazer banhos com a infusão das folhas e flores), araroba (banhos), bardana (chá), capim-rei, cará, cará-inhame (ralar e aplicar), canela, sassafrás, doce-amargo (banhos), ipê (chá), japecanga (chá), sucupira (semente, tomar o chá), timbó-boticário (banhos), limão, maravilha, trapoeraba, Unha-de-Gato, guaçatonga. Compressas quentes, regime frugal.

HERPES-ZOSTER: doença aguda, produzida por vírus, caracterizada por inflamação de um ou mais gânglios de raízes nervosas dorsais ou de gânglios de nervos cranianos. Apresenta-se como erupção vesicular dolorosa, na pele ou nas membranas mucosas, que se distribui ao longo do trajeto de nervos sensitivos, periféricos originados nos gânglios afetados.

HETERÓLOGO: que é diferente. Em genética são cromossômos que não se assemelham em forma, tamanho ou disposição de gens. Em mamíferos formam o par xy (ver x e ver y).

HETEROTRÓFO: organismo que, não sendo capaz de produzir seu próprio alimento, necessita obtê-lo a partir de outro ser vivo.

HETEROZIGOTO: que vêm de zigotos diferentes. Gêmeos heterozigotos ou bivitelinos (de diferentes vitelos). (ver fraterno - ver híbrido).

HIALOPLASMA: parte líquida do citoplasma. O mesmo que citoplasma indiferenciado.

HÍBRIDO: em genética indivíduo que para certa característica apresenta gens alelos diferentes. O mesmo que heterozigoto.

HIDRATANTE: trata a pele com uma substância que devolve a umidade natural.

HIDRATO DE CARBONO: carboidrato; nome dado aos açúcares cujas moléculas têm fórmula geral $C_n(H_2O)_n$; o nome foi dado pela proporção dos átomos da fórmula (ver também monossacarídeos).

HIDROCELE: derramamento seroso na túnica vaginal, ou na túnica que circunda os testículos; limão. Sendo volumoso a bolsa da hidrocele, consultar o médico.

HIDROFOBIA: doença produzida por inoculação do vírus rábico por meio da mordedura de animais raivosos ou por outra forma, e que se manifesta por uma sensação de ardor e de estreitamento, na garganta, por espasmos convulsivos, excesso de furor, e quase sempre, pela aversão à água. A doença, aparece ordinariamente de 30 a 50 dias depois da mordedura; desenvolvida, dura de 3 a 9 dias e os doentes morrem geralmente depois de 4 a 9 dias em meio de uma modorra letárgica e após uma fase de atrozes espasmos, se não forem tomadas urgentes medidas; cainca, limão. Buscar o médico imediatamente após o contato. Sobre a mordedura deve-se, imediatamente, exprimir limão em abundância e também beber o suco de 30 a 40 limões. A planta chamada "cainca" é igualmente indicada. Os banhos de vapor ou os suadores em geral, expulsam as substâncias morbosas do corpo, ajudam a diminuir o perigo. Estes são os recursos de que se deve lançar enquanto se espera o médico.

HIDRÓLISE: tipo de reação química em que ocorre quebra de ligações com a participação de moléculas de água.

HIDROPISIA: derramamento de líquido orgânico ou de serosidade num tecido celular ou em uma cavidade do organismo; acumulação anormal de líquido seroso em tecido ou cavidade do corpo; abútua, acariçoba, artemísia, bardana, cainca, cardo-santo, carnaúba, cipó-imbé, cocleária, coerana, erva-de-bugre, erva-tostão, fedegoso, gameleira, jurubeba, lentilha-d'água, limão,

losna, maravilha, parietária, pinhão-do-paraguai, poejo, quebra-pedra, sabugueiro, trapoeraba, urtiga-vermelha. Consultar um médico. alfavaca, ananás, abacateiro, caapeva (pariparoba), canjerana, caraguatá, caroba, celidônia, guiné, gergelim, jaracatiá, sucupira, pega-pinto, umbu (folha), zimbro, caincá, salsa, sapé, beldroega, capim-pé-de-galinha, tansagem, Allium sativum, cana-do-brejo, Cavalinha, congonha-de-bugre, porangaba, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-cruzeiro, douradinha-do-campo, cabelo-de-milho, Jasminium arabicum, karatá, mastruço, pau-d'álho, perna-de-saracura, tomba, trianosperma.

HÍFAS: filamento que constitui os fungos multicelulares.

HIFEMA: hemorragia da câmara anterior do olho; hipoema.

HIGIENIZANTE: asseia a pele tornando-a saudável.

HIPERACIDEZ: com teor de acidez acima do normal; Espinheira-Santa, açoita-cavalo, amora-domato, anis, araçá-do-campo, bardana, Boldo-do-chile, camboatá, caqui, cipó-mil-homens, erva-cidreira, erva-de-raposa ou santos-filho, endro, funcho, Gengibre (bulbo), hortelã, juá (chá 5 frutinhas), laranja (casca), limão, losna, louro-preto, mamica-de-cadela (casca), paratudo (casca), pariparoba, pasto-de-anta, picão (folha e flor), pitanga, poejo, quebra-pedra, tansagem, paineira (casca), carqueja, Carvão Vegetal.

HIPERATIVIDADE NA INFÂNCIA: Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, .

HIPERCLORIDRIA: aumento da produção de ácido clorídrico no estômago, dando sensação de queimação; excesso de ácido clorídrico no suco gástrico; limão, robínia-acácia-falsa.

HIPERCOLESTEROLEMIA: aumento dos níveis de colesterol no sangue; Taxa normal 200mg%; suspeita 220 a 260; alta 260 a mais. Taxa dos triglicerídios normal 150 mg: suspeito 150-200; alta 200 a mais; Óleo de Alho, Carvão Vegetal, Alcachofra, Hepatozan, Acerola, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium, girassol, alfafa, parietária, chapéu-de-couro, sete-sangrias, Quitosana Herbarium, Quitosana Phytomare, chá-mineiro, congonha-de-bugre, vinagre de maçã (3 colheres de sopa por dia), farelo de aveia, Óleo de Peixe Phytomare, Ômega 3 Óleo de Peixe Herbarium, Gelatina de Peixe, Guaraná, alecrim, camomila, melissa, óleo de menta, pata-de-vaca, salva. Seguir regime alimentar, fazer jejum periódico Usar chás laxantes e diuréticos. Evitar abuso de gorduras, farinhas e açúcar.

HIPERGLICEMIA: excesso de glicose no sangue, característico da diabetes; abajerú, Acerola, agrião, araçá-do-campo, avenca, bardana, cajueiro, carambola, carqueja, cedro (casca), centeio, cerefólio, dente-de-leão, Garra-do-Diabo, gerânio, gervão, gervãozinho, grapiapunha, inhame-branco, insulina-vegetal, jambo, jambolão (tintura ou o pó da semente), jucá, jurubeba, erva-de-passarinho, erva-pombinha, gimnema, laranja (chá da semente), limão, macela, mançanilha, morrião, noqueira (folhas), óleo de eucalipto, oliveira, quebra-pedra, pau-ferro, pedra-ume-caá

(folhas), pata-de-vaca, pau-amargo, pessegueiro (folhas), picão, poáia-branca, romã (casca ou folhas), rúcula, sabugueiro (chá), stevia, sucupira, tremoco (o pó de 3 grãos por dose), urtiga-branca, urtiga-vermelha, yacon.

HIPERPLASIA DA PRÓSTATA: aumento benigno da prósta devido à multiplicação das células que a compõem ou devido ao aumento do tamanho das células; Prostatal.

HIPERPLASIA PROSTÁTICA BENIGNA: saw-palmetto.

HIPERSENSIBILIZAÇÃO: qualidade de hipersensível.

HIPERTENSÃO arterial: pressão alta; tensão acima do normal exercida pelo sangue sobre as paredes dos vasos de um determinado órgão; tensão alta; a tensão normal oscila entre 12 a 14 (máxima) e 6,5 a 9 (mínima). Acima destes números, diz-se que há hipertensão. Ocorre comumente depois dos 50 anos, mas seu prognóstico é tanto mais grave quanto mais jovem for o paciente. Pode ter as mais diversas causas, porém nos adultos resulta principalmente da sífilis, obesidade e alcoolismo, afecções cárdio-renais, e distomas neuro-vegetativos; seguir um regime de verduras e frutas. Plantas que ajudam a baixar a pressão e na arteriosclerose diminuem a gordura nas artérias: acácia (20 folhas), agárico (tintura de 10 a 20 gotas por dia), agrião, alfavaca, ameixa-amarela, amora-branca, araticum, arnica (chá ou tintura), alecrim, Óleo de Alho (puro ou em gotas), assucará (casca), cacto (chá), cana-de-milho, castanha (folha), cauda-de-cavalo (depurativo), céleri, chuchu (chá), dente-de-leão (depurativo), erva-de-bugre (baixa a pressão e emagrece), erva-de-passarinho, espinho-branco, ervilha, feijão (vagens), folhas de cana-de-açúcar, fumeiro-bravo, giesta (nas complicações da vista), guaiaco, guabiroba, guaxuma, jaracatiá, mamão, Maracujá (na insônia), mil-em-rama, oliveira (tintura das folhas), paineira ou algodão-do-mato, pariparoba, pita, pitanga, santos-filho ou erva-de-raposa, salva, sabugo-de-milho, sabugueiro, samambaia (de talo escuro), sete-sangrias (depurativo e emagrece), sete-capote, tarumé, tília (flor), urtiga-branca, vacuum, valeriana (uma colherinha, três vezes ao dia), sementes de bergamota (esmagar e deixar de molho e tomar um copo pela manhã), sarçamora (folhas), Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium, Alcachofra, Hepatozan, sete sangrias, embaúba, quebra-pedra, cabelo-de-milho, cascas de maçã, casca de chuchu, chá de alpiste, raiz de cana, perna-de-saracura, chá de colônia, semente se salsa, suco de limão, acariroba, bardana, abacateiro, douradinha, mel puro, Spirulina Phytomare, Óleo de Peixe Phytomare, Ômega 3 Óleo de Peixe Herbarium, Cálcio de Ostras Enriquecido, magnésio, sal light, comer diariamente 1 a 2 quilos de peras, durante uns 10 dias. Banhos: de tronco, com fricções, banhos de calor crescente, compressas (quentes e frias), duchas (da cintura para baixo). Banhos de vapor são processos sudoríficos. Regime alimentar adequado.

HIPERTENSIVO: que favorece o aumento da pressão arterial; hipertensor. Ver hipertensão arterial.

HIPERTENSOR: hipertensivo; medicamento que serve para elevar a tensão ou pressão arterial;

que aumenta a pressão sanguínea. Ver hipertensão arterial.

HIPERTIROIDISMO: presença no sangue de quantidades excessivas de hormônio da tireóide (seja devido a funcionamento anormal de glândula, seja por administração farmacológica) ou o estado orgânico resultante, que se manifesta por intensificação da atividade metabólica do organismo, aumento do volume da tireóide, emagrecimento, taquicardia e outros sintomas; hipertireoidismo.

HIPERTÔNICA: diz-se da solução cuja concentração em solutos é relativamente maior que a de outra (hipotônica).

HIPERURICEMIA: taxa anormalmente alta de ácido úrico no sangue; agrião, Alcachofra, Hepatozan, arnica-do-mato, batata-de-sucupira, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-prata, cloreto de magnésio, congonha-de-bugre, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, erva-pombinha, cabelo-de-milho, Guaco, japecanga, limão, pau-ferro, quebra-pedra, salsaparilha, samambaia, uva-do-mato, Gelatina de Peixe, abacateiro (folhas), alfavaca, beldroega, capim-pé-de-galinha, cipero, cardo-santo, chuchu, chá-de-bugre, erva-tostão, grama, losna, melancia, pixirica, sabugueiro, salsa (raiz), tiririca, trapoeraba, urtigão.

HIPNÓTICO: provoca hipnose, sono; que facilita e provoca o sonovaleriana.

HIPO: alternativas de contração e relaxamento da íris; angélica.

HIPOCOLESTEROLÊMICO: relativo a ou que apresenta hipocolesterolemia; reduz o colesterol sanguíneo, chá-verde.

HIPOCONDRIA: estado psíquico caracterizado por depressão nervosa e mórbida e preocupação com a própria saúde. Considera-se, modernamente, como uma nevrose, vizinha, por um lado, da lipemania e de melancolia verdadeira, e por outro da neurastenia; afecção mental em que há depressão e preocupação obsessiva com o próprio estado de saúde. O doente, por efeito de sensações subjetivas, julga-se preso a condições mórbidas na realidade inexistentes e passa a procurar, permanentemente, tratamentos que, além de descabidos, são muitas vezes perigosos (medicações, intervenções cirúrgicas, etc.); tristeza profunda; melancolia; alfazema, badiana, cardo-santo, erva-cidreira, fumária.

HIPOCONDRIACO: relativo à, ou que tem hipocondria.

HIPOGLICEMIA: diminuição da quantidade normal de glicose no sangue.

HIPOGLICEMIANTE: hipoglicêmico; que diminui a concentração de açúcar no sangue; que reduz as taxas de glicose do sangue; substância que provoca diminuição da concentração ou taxa de glicose no sangue; abajerú, Acerola, agrião, araçá-do-campo, avenca, bardana, cajueiro,

carambola, carqueja, cedro (casca), centeio, cerefólio, dente-de-leão, Garra-do-Diabo, gerânio, gervão, gervãozinho, grapiapunha, inhame-branco, insulina-vegetal, jambo, jambolão (tintura ou o pó da semente), jucá, jurubeba, erva-de-passarinho, erva-pombinha, gimnema, laranja (chá da semente), limão, macela, mançanilha, morrião, noqueira (folhas), óleo de eucalipto, oliveira, quebra-pedra, pau-ferro, pedra-ume-caá (folhas), pata-de-vaca, pau-amargo, pessegueiro (folhas), picão, poáia-branca, romã (casca ou folhas), rúcula, sabugueiro (chá), stevia, sucupira, tremoco (o pó de 3 grãos por dose), urtiga-branca, urtiga-vermelha, yacon, Óleo de Alho.

HIPOGLICÊMICO: hipoglicemiante; reduz os índices de glicemia (açúcar) do sangue.

HIPOSECRETORA: ação redutora nas secreções.

HIPOTENSÃO ARTERIAL: tensão abaixo do normal exercida pelo sangue sobre as paredes dos vasos de um determinado órgão; pressão baixa, tensão baixa.

HIPOTENSOR: hipotensivo; abaixa a pressão sanguínea; medicamento que serve para baixar a tensão ou pressão arterial; alfafa, arnica (flores), aveia (preparada do modo que mais gostar), cardo-marinho, canela, capim-cidrão, cenoura, centeio e trigo tostados e moídos num caldo de carne, cevada, espinho-branco (regulariza a pressão), limoeiro-da-pérsia (a casca da fruta), malte (mingau), pêra (fruta), pita (chá), serralha-braba, salva, sálvia-cidreira, salsa (chá das folhas e raízes), vinho natural, avelã (fruta), bolsa-de-pastor, casca-de-anta.

HIPOTIROIDISMO: insuficiência da atividade fisiológica da glândula tireóide; má condição orgânica resultante dessa diminuição acentuada, caracterizada por baixa taxa metabólica e perda de vitalidade.

HIPOTONIA: tonicidade ou tensão diminuída; hipotensão.

HIPOTÔNICA: que tem concentração de soluto suficientemente baixa para perder água para outra solução através de uma membrana seletivamente permeável.

HISTERIA: neurose complexa, mais frequente no sexo feminino, caracterizada por convulsões, perturbações intelectuais (mania de exageração, simulação, etc), podendo entretanto apresentar-se sem acessos convulsivos; alecrim-de-jardim, angélica, angelicó, camomila-romana, fumária, losna, manjerona, abútua (chá), agoniada (chá), alface (chá), artemísia (chá), açoita-cavalo (chá), capim-cidreira (chá), capim-cheiroso (chá), catinga-de-mulata, cerefólio, coentro, corticeira, cordão-de-frade, coronha, erva-cidreira, marroio-branco, melissa, quitoco, poejo, malva, sálvia-cidreira.

HIDROPISIA: derramamento de líquido seroso em tecidos ou em cavidade do corpo; a causa pode ser renal, cardíaca ou circulatória; abútua, Óleo de Alho, bowdichia, cainca, cana-do-brejo, Cavalinha, congonha-de-bugre, porangaba, chá-mineiro, chapéu-de-couro, cipó-cruzeiro,

douradinha-do-campo, cabelo-de-milho.

HOLENZIMA: complexo formado por uma enzima e seu co-fator (substância que ativa a enzima).

HOMEOSTASE: estado de equilíbrio das diversas funções e composições químicas do corpo (p.ex., temperatura, pulso, pressão arterial, taxa de açúcar no sangue etc.); *Agaricus blazei*.

HOMÓLOGO: que é igual. Cromossomos homólogos. São pares formados por cromossomos que apresentam o mesmo tamanho, a mesma forma e a mesma seqüência gênica.

HOMOZIGOTO: do mesmo zigoto (ver zigoto). Gêmeos homozigotos, são aqueles que vieram da mesma célula ovo (ou zigoto). Por isto apresentam a mesma carga gênica e apresentam o mesmo sexo. São também chamados univitelinos.

HORMOGONIA: espécie de reprodução que ocorre em seres pluricelulares filamentosos. Consiste no rompimento da cadeia celular. Cada pedaço de filamento se regenera em um novo ser.

HORMÔNIO: substância secretada diretamente por células de glândulas ou de órgãos endócrinos (em animais); hormônio de plantas são chamados fitormônios; os hormônios agem em pequenas quantidades sobre tecidos ou órgãos específicos (alvos do hormônio).

ICTERÍCIA: pele, membranas, mucosas e secreções amarelas resultante de uma alteração do sangue por absorção da biliar, e que se caracteriza por amarelidão anormal da pele, das escleróticas e de urina; afecção que se caracteriza por amarelidão anormal dos tegumentos pelo derrame da biliar nos tecidos do corpo e no sangue; nota-se pela cor amarela da pele e do globo ocular; Óleo de Alho, Alcachofra, Hepatozan, alfafa (raiz), alfazema, anis, artemísia, azedeira, bananeira (água -1 litro por dia), cabelo-de-milho, cardo-santo, carqueja, capim-sapé, celidônia, cenoura, chá-de-frade, chicória, coerana, coqueiro (flor e raiz), cipó-chumbo, cipó-mil-homens, cravo-do-mato, dente-de-leão, erva-cidreira, erva-tostão, fumeiro-brabo, guapeva, guaxuma, hortelã, jurubeba, losna (sem açúcar), laranja (suco), limão (suco), macela (fervida em vinho), pau-para-tudo, parreirinha-do-mato, pariparoba, pepino (suco), pita, picão (raiz), ruibarbo, salsa, verônica, abacateiro, beijo-de-moça, cipó-escada, calêndula. Ao levantar, duas a três gemas de ovo com água açucarada, saponária, fragaria. Consultar um médico para descobrir a causa e tratá-la.

IMPETIGO: inflamação da pele com pústulas insufladas.

IMPINGEM: designação vulgar comum a várias dermatoses; dermatose contagiosa; algodoeiro (chá da casca da raiz), bardana (chá), cará, caroba (casca), calêndula (cataplasma), chapéu-de-couro (chá), cravinho-do-campo (lavar), cipó-açougue (chá), cipó-suma (chá), douradinha-do-campo, erva-de-são-caetano (banhos), fedegoso (cataplasma), farinha-seca (banhos), ipê (cascas chá), limoeiro (casca), mamão-macho (flor), melão-de-são-caetano (banho), erva-de-

são-joão, pau-pombo (chá), sete-sangrias (banhos), trapoeraba (aplicar suco), velame-do-campo (folha e cataplasmas, grãos de feijão em farinha com vinagre (aplicar).

IMPALUDISMO: doença aguda ou crônica causada pela presença de parasitos apicomplexos do gên. Plasmodium nos glóbulos vermelhos do sangue; é transmitida de pessoa infectada a pessoa não infectada pela mordida de mosquitos do gên. Anopheles e caracteriza-se por acessos periódicos de calafrios e febre que coincidem com a destruição maciça de hemácias e com a descarga de substâncias tóxicas na corrente sanguínea ao fim de cada ciclo reprodutivo do parasito; febre palustre, maleita-brava; maleita; agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, picão-da-praia, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias, mas antes, procure um médico.

IMPOTÊNCIA: incapacidade anatômica ou fisiológica para realização das funções normais; algodoeiro, limão, marapuama, tatuaba, catuama, cipó-cravo, confrey, seiva de bananeira, seiva de jatobá, japeribá, cedro rosa, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná com Ginseng-Brasileiro, catuaba, manjerona.

IMPOTÊNCIA SEXUAL: Óleo de Alho, aroeira, cambuí, castanha-caju, amendoim, bambu, baunilha, cenoura, cipó-jarrinha, celidônia, damiana, fenogregó, funcho, noz-moscada, sálvia, trigo, cereais (germem), Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Achyrocline satureioides MARCELA-DO-CAMPO, Anemopaegma arvense CATUABA, Armeniaca vulgaris DAMASCO, Baccharis articulata CARQUEJA-DOCE, Baccharis crispa CARQUEJA, Baccharis trimera CARQUEJA, Cananga odorata YLANG-YLANG, Corynanthe johimbe IOHIMBINA, Drimys granatensis CASCA-D'ANTA, Drimys winter CASCA-D'ANTA, Erythroxylum vacciniifolium CATUABA, Jatrochiza palmata CALUMBA, Lisianthus pendulus GENCIANA, Paullinia cupana Guaraná, Ptychopetalum uncinatum MARAPUAMA, Serenoa repens SAW PALMETTO (Prostatal), Tribulus terrestris TRIBULUS, Turnera aphrodisiaca DAMIANA, Tynanthus elegans CIPÓ-CRAVO, Vanilla planifolia BAUNILHA, Zingiber officinale - GENGIBRE.

IMUNOESTIMULANTE: que aumenta a imunidade; que aumenta a resistência do corpo contra infecções; erva-botão, Unha-de-Gato, echinácea, camapú, Acerola, centella-asiatica, óleo de fígado de bacalhau, óleo de germe de trigo, Agaricus blazei.

IN VITRO: experimentação laboratorial realizada com estruturas ou órgãos isolados de seres

vivos, microorganismos ou sistemas biológicos com condições que procuram reproduzir aquelas observadas no meio fisiológico do organismo íntegro.

INAPETÊNCIA: falta de apetite; alecrim-de-jardim, alfazema, angelicó, cambuí, casca-de-anta, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, funcho, limão, quebra-pedra, tinguaciba, Boldo-do-chile, carqueja, manjerona, Gengibre, losna, alfafa, Boldo-do-chile, camomila, chá-de-bugre, cipó-cravo, cipó-mil-homens, cominho, crisântemo, erva-cidreira, Gengibre, laranja-do-mato, paucaxeta, quina, quitoco, salva, paratudo.

INCHAÇO: cana-do-brejo, erva-moura, pacová, Óleo de Prímula, trevo-cheiroso, Carvão Vegetal, quebra-pedra, Boldo-do-chile.

INCONTINÊNCIA DA URINA: urina solta: *Serenoa repens*, alfafa (raiz}. abóbora (cozimento das flores), aroeira, agrimônia, arruda, buxo (para as crianças), avenca, cabelo-de-porco, cipreste, carvalho, óleo-de-copaíba, chorão, crisântemo, damiana, mil-em-rama, quebra-pedra, romã, uvarana, vassoura (das de varrer a casa chá da semente). Educar a vontade segurando a urina o mais possível durante o dia. Tomar pouca água ao anoitecer. Tomar bastante mel puro ou açúcar no chá ou no café a noite.

INCONTINÊNCIA: emissão involuntária de substâncias cuja excreção está sujeita à vontade.

INDEISCENTE: não abertura de qualquer órgão.

INDIGESTÃO: digerir mal; açafraão, agrião, alecrim, alfavaca, anis, azedinha, bardana, camboatá, camomila, capim-cidreira, carqueja, carrapicho-rasteiro, casca-de-anta, cebola, cipó-mil-homens, fel-da-terra, gervão, corticeira, Boldo-do-chile, endro, erva-cidreira, Espinheira-Santa, funcho, jurubeba, laranjeira-do-mato, louro, macela, mamão, manjerona, Maracujá, maria-mole, paratudo, picão, pita, quássia, quina, salsa, salva, Sene, laranjeira-brava, urtiga-vermelha, anis-estrelado, artemisia (*Artemisia annua*), bálsamo, Boldo-do-chile, erva-mate, estragão, louro, Alcachofra, Hepatozan, tanaceto, Levedo de Cerveja.

INFARTO: necrose da região de um órgão produzida pela parada súbita da circulação arterial.

INFECÇÃO: enfermidade causada pela presença e desenvolvimento no interior do organismo de uma ou mais variedades de agentes vivos patogênicos (bactérias e vírus); contaminação.

INFECÇÃO intestinal: enterite; Carvão Vegetal, Óleo de Alho, araruta (póvilho), arroz (água do arroz), alecrim, barba-de-velho, beldroega, carurubravo, cenoura, cevada, cebola-do-mar, celidônia, cipó-escada, confrei, couve, Espinheira-Santa, goiabeira, erva-doce, limão, linho (semente), maçã, malva, erva-de-são-joão, oliveira, salva, tansagem (sementes), algodoeiro, altéia, artemísia, batata-de-purga, louro-prêto.

INFERTILIDADE: estado do que é infértil ou improdutivo; havendo ainda possibilidades fisiológicas: Óleo de Alho, aveia, cenoura, baunilha natural, o uso prolongado da chicória selvagem das roças, como dente-de-leão, espinafre, gerânio, framboesa, groselha, regime rico em vitaminas A, B, D, E, verduras, joão-da-costa, timão, pão integral, trigo integral, vitamina E, fígado-de-peixe, óleo-de-peixe, leite não desnatado, sálvia (mais para as mulheres) 3 xícaras por dia, chá de 40g, lentilhas, maca-peruana, Vit e minerais, Chlorella.

INFLAMAÇÃO da bexiga: agoniada, algodoeiro, cana-do-brejo, óleo-de-copaíba, aperta-ruão, casca de jatobá, cipó-cabeludo, douradinha-do-campo, cabelo-de-milho, parietária, angelicó, óleo de borragem, erva-tostão, quebra-pedra, Alcachofra, Hepatozan, óleo de eucalipto, urinária. Beber água em abundância. Nos casos graves, chamar o médico.

INFLAMAÇÃO DA BOCA: Acerola, amora.

INFLAMAÇÃO DA GARGANTA: bolsa-de-pastor, carqueja, cascarilha, jequitibá, tomilho, sensitiva.

INFLAMAÇÃO DA GENGIVA: limão, tanchagem, Acerola, amora, azeitona, figo; fazer bochechos com chá de arnica, cedro (casca), folha-da-fortuna, goiabeira, salva, tansagem, malva, azedinha-do-brejo.

INFLAMAÇÃO DA PELE: altéia, angélica, aroeira, agrião, amor-perfeito (folhas e flores), batata-de-purga, bardana, bergamota, bolsa-de-pastor, camomila-da-alemanha, capuchinha-grande, cará, coerana, caroba, Cavalinha, cerefólio, cinco-folhas, cocleária, colorau, curraleira, carobinha-do-campo, cipó-suma, chapéu-de-couro, coronha (semente), douradinha-do-campo, erva-de-bugre, erva-moura, erva-macaé, Espinheira-Santa, erva-de-passarinho, fedegoso, feijão (pó com vinagre), fumária, guaçatonga, guaiaco, guapeva, inhame-branco, inhame-roxo, japecanga, ljuati, imão, língua-de-vaca, maravilha, marinheiro, mil-em-rama, melão-de-são-caetano, marupá-do-campo, mamão, noqueira, óleo-de-copaíba (5 a 10 gotas de óleo com água, tomar), pixirica, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás, sensitiva, sete-sangrias, sucupira, taiuiá, tarumã, tansagem, tuia, trapoeraba, urtiga-vermelha, velame-do-campo, velame-do-mato. Veja eczema, erisipela, depurativos de sangue e alergias.

INFLAMAÇÃO DA VESÍCULA BILIAR: Alcachofra, Hepatozan, boldo do chile, celidônia, limão. Beber água em abundância. Aplicar compressas quentes, de 3 em 3 horas. Nos casos graves, chamar o médico.

INFLAMAÇÃO DAS VIAS URINÁRIAS: quebra-pedra, camomila-da-alemanha, alçacruz, carqueja.

INFLAMAÇÃO DO BAÇO: esplenite; aplique um pano umedecido em água de cal; agrião, arruda, artemísia, aspargo, cancosa, carqueja, dente-de-leão, erva-tostão, jurubeba, moranguinho, picão, quina, rúcula, salsa, juá-de-capote, pariparoba, acariçoba, alfazema, mulungo.

INFLAMAÇÃO DO ESTÔMAGO: gastrite; tomar um dos seguintes chás entre as refeições: almeirão, acelga (folhas), arroz (água da semente), artemísia, bardana, beldroega, açoita-cavalo, cálamo-aromático, calêndula, carqueja, chicória, couve (folha suco), casca-de-anta, cevada (semente), dente-de-leão, Espinheira-Santa, girassol, linho (semente), groselheira, erva-macaé, hortelã, marroio-branco, malva, mamica-de-cadela (casca), erva-de-são-joão, paineira, saião, sálvia, melissa, tansagem, trapoeraba, zedoária, zínia.

INFLAMAÇÃO DO FÍGADO: hepatite; Alcachofra, Hepatozan, quebra-pedra, flor-de-coral, guapeva, limão, celidônia, fragaria.

INFLAMAÇÃO DO INTESTINO GROSSO E RETO: Óleo de Alho, Carvão Vegetal, araruta (polvilho), arroz (água do arroz), alecrim, barba-de-velho, beldroega, carurubravo, cenoura, cevada, cebola-do-mar, celidônia, cipó-escada, confrei, couve, Espinheira-Santa, goiabeira, erva-doce, limão, linho (semente), maçã, malva, erva-de-são-joão, oliveira, salva, tansagem (sementes), algodoeiro, altéia, artemísia, batata-de-purga, louro-prêto.

INFLAMAÇÃO DO SEIO DAS LACTANTES: alfavaca, cerofólio. Ver seio.

INFLAMAÇÃO do útero: metrite; cruá, jequitibá, limão, quitoco.

INFLAMAÇÃO DO VENTRE: alçacruz.

INFLAMAÇÃO DOS RINS: nefrite; parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan. Nos casos graves tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas. Ver rins.

INFLAMAÇÃO REUMÁTICA: abacateiro (folhas), acelga (suco), açoita-cavalo (casca), alfavaca, Alcachofra, Hepatozan, alfazema, alecrim, Óleo de Alho, amor-perfeito, amora-do-mato, angélica, araticum, arnica, aroeira, arruda, artemísia, aveia, avenca, babosa, bardana, beladona, batata-inglesa (compressas), buxo, (folhas), camomila, caneleira, chapéu-de-couro, caroba, cardo-santo, carnaúba, carqueja, catinga-de-mulata, chinchilho, cipó-d'alho, cipó-cruz, cipó-imbé (raiz), cipó-mil-homens, cipó-suma, coerana, cordão-de-frade, douradinha-do-campo, dorme-dorme, óleo de eucalipto, erva-de-bugre, erva-cidreira, erva-moura, erva-santa, erva-de-lagarto, erva-silvina, espada-de-são-Jorge (uso externo), federal ou arnica-lanceta, flor-da-noite, frutadão (folhas), guiné, Guaco, Gengibre, hortelã, inhame-branco, japecanga, jasmim, lágrima-de-nossa-senhora, louro, mamão, manacá, manjerona, marapuama, milho (cabelo), noqueira, papoula, parreirinha, picão, pitanga, pita, pata-de-vaca, quitoco, repolho (cataplasma), sabugueiro, samambaia, salsamora, salsaparrilha, sassafrás, Sene, sete-sangrias, sucupira (semente), taiuiá, tansagem, tarumã, umbu (folhas), timbó (compressas), tinguaciba, trapoeraba, tuia (chá), velame-do-campo, abóbora-d'anta, abutua, acariçoba, amor-perfeito, batata-de-sucupira, óleo de borragem, cainca, canela-de-sassafrás, catilagem de tubarão, chá-

mineiro, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, cipó-cabeludo, cipó-almecega, cipó-azougue, cipó-cruzeiro, cloreto de magnésio, cotó-cotó, erva-cobre, fruto de bicuíba, fucus, fumária, Garra-do-Diabo, guaiaco, guapeva, jamenina, João-da-costa, limão, mãe-boa, melão-de-são-caetano, negra-mina, erva-de-são-joão, pacová, pau-d' alho, pau-ferro, picão-da-praia, pteris, Óleo de Prímula, saco-saco, saponária, sensitiva, serpão, suma-roxa, tejuco, timo, tomba, trevo-cheiroso, Unha-de-Gato, urinária, urtiga-vermelha, uva-do-mato, Gelatina de Peixe.

INFLAMAÇÃO: conjunto de reações da pele devido a ação de algum microrganismo patogênico; aroeira, Aloe Gel, bolsa-de-pastor, óleo de borragem, caruru-bravo, cipó-imbé, erva-moura, fedegoso, malva, sabugueiro, salva, tanchagem, arruda, catinga de mulata. Aplicar compressas frias refrigerantes.

INFLORESCÊNCIA: conjunto de flores de uma planta. Distribuição das flores no ramo.

INFUSÃO: despeja-se água fervendo sobre o material triturado, tampar por 10 minutos (em raros casos como folhas de Maracujá, a infusão deve ficar destampada).

INGORGITAMENTO: ato ou efeito de ingurgitar(-se); ingurgitação.

ÍNGUA: inflamação ou inchaço do gânglio linfático inguinal; intumescimento dos gânglios da região das axilas, do pescoço etc.; cataplasmas de: bardana (folhas aplicar), caruru-do-reino (aplicar), eucalipto (chá), malva (chá), coerana (cataplasma), dorme-dorme (cataplasma), fumeiro-bravo (aplicar as folhas), hortênsia (aplicar as folhas aquecidas), malvão (tomar, aplicar folhas), cinamomo (compressas), caroba (chá), noqueira (chá), beladona (folhas aplicar), língua-de-vaca (aplicar). Veja a palavra depurativos do sangue.

INGURGITAMENTO: inflamação de um tecido por derramamento sanguíneo; o mesmo que enfartamento ou infarto; cocleária, cominho, funcho.

INIBIDORA DA SÍNTESE DE PROLACTINA: substância que impede a síntese da prolactina.

INSETICIDA: que mata insetos; marcela, gervão-roxo, nim, saponária, quebra-pedra, pimenta-longa, tabaco, jacatupé, quina, gervão, veratro, cajepute, fruta-do-conde, artemísia, cáalamo-aromático, matricária, fedegoso, cipreste, castanha-do-pará, assacú.

INSETO: classe de artrópodes que possuem três pares de patas e que tipicamente dispõem de dois pares de asas, um par de antenas e um par de olhos compostos; as mais de 750.000 spp. descritas são geralmente terrestres; insetos; plantas que os afugentam: anil, artemísia, erva-de-santa-maria, guapeva.

INSÔNIA: ausência ou falta de sono; dificuldade para dormir; açoita-cavalo, alface, alfazema, anis, beladona, Boldo-do-chile, capim-cidreira, cordão-de-frade, endro, erva-doce, erva-cidreira,

corticeira (mulungu), erva-de-santa-maria, catuaba, língua-de-vaca, Maracujá, papoula, mandioca (brotos), poejo, mil-em-rama, tília, macieira (folhas), malva, gerânio, macela (travesseiro das flores), salgueiro, valeriana, limão, hipérico, kawa-kawa. Banhos de assento frios, pedilúvios quentes, pedilúvios frios, compressas quentes.

INSUFICIÊNCIA CARDÍACA: falta de capacidade do coração de desempenhar suas funções.

INSUFICIÊNCIA CIRCULATÓRIA PERIFÉRICA: .

INSUFICIÊNCIA IMUNOLÓGICA: Agaricus blazei, Unha-de-Gato.

INSUFICIÊNCIA VENOSA CRÔNICA (má circulação): Castanha da Índia, centella-asiatica.

INSUFICIÊNCIA VENOSA: Castanha da Índia, centella-asiatica.

INSULINA: hormônio pancreático que faz baixar o nível de açúcar no sangue.

INTERFERON: substância de origem celular capaz de inibir a multiplicação de células cancerígenas e de certos vírus. Usado para o tratamento de câncer.

INTESTINO PRESO: levedura de cerveja, aguardente-alemã, farelo de trigo, farelo de arroz, Fibras em geral., Fibra Quitosana, Fibras de Maçã, Sene.

INTESTINO, regulador do: Carvão Vegetal, Fibra Quitosana, Fibras de Maçã.

INTESTINO afecção do: acariçoba, alfavaca, acelga (catarro), anis, artemísia, araticum, arroz, caju, caruru-bravo, canela, cipó-cabeludo, cipó-mil-homens, coco, coqueiro, coerana, camomila, macela, castanha, couve (suco), erva-de-santa-maria, capim-cheiroso, laranjeirinha-do-mato, maçã, mil-em-rama, santos-filho (macaé), tansagem, salva, magnólia, cruá, louro-prêto, poejo, sete-sangrias, urtiga-branca. Banhos quentes de assento, compressas frias termógenas.

INTOXICAÇÃO do sangue: limão, sassafrás, salsaparrilha, velame, chá calmante, Óleo de Alho, Espinheira-Santa, Carvão Vegetal.

INTOXICAÇÃO: ato ou efeito de intoxicar(-se); envenenamento; Selênio+Vitamina E, Carvão Vegetal.

IRRITABILIDADE: Óleo de Prímula.

IRRITAÇÃO DE PELE (sol): camomila, calêndula, marcela, malva, Aloe Gel.

IRRITANTE: que provoca estímulo, irritação.

ISOGAMIA: tipo de reprodução sexual, em algas e fungos, no qual os gametas são de tamanho semelhante.

ISQUEMIA: (diminuição local do suprimento sanguíneo): Ginkgo-biloba.

JUNÇÃO ESTREITA: zonula occludens; junção oclusiva; especialização de membrana plasmática que se forma entre duas membranas adjacentes ao aderirem entre si, criando uma barreira contra a difusão.

JUNÇÃO INTERMEDIÁRIA: zonula adherens; estrutura parecida com desmossomo, onde algumas regiões da membrana adjacente se contatam em alguns pontos.

KLINEFELTER, síndrome de: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico sexual (47,XXY). Principais características: estatura alta com membros alongados. Infertilidade e pouco desenvolvimento dos testículos e do pênis. Ginecomastia e caracteres sexuais secundários pouco desenvolvidos. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo masculino e está presente na proporção de 1/600.

LABIRINTITE: inflamação do labirinto do ouvido interno, que provoca instabilidade do equilíbrio do corpo; flores de violeta (um punhado), flores de cravo-de-defunto-de-jardim (um punhado), louro (o tempero), um punhado de erva-melissa ou erva-cidreira (um punhado), folhas de laranjeira (um punhado), ferve-se tudo com um litro de água, que dê uma garrafa ao todo. Toma-se a dose de 3 cálices. 3 vezes ao dia. Ginkgo-biloba.

LACTAÇÃO: formação, secreção e excreção do leite; anis, beldroega, óleo de borragem, cerefólio, funcho, hortelã.

LANCEOLADO: na forma de lança.

LANOLINA: cera formada por mistura complexa de ésteres e poliésteres (usada como excipiente para cremes, xampus, pomadas etc.); gordura obtida da lã do carneiro.

LAQUÊ: produto para vaporizar o cabelo para fixar o penteado.

LARINGITE: inflamação da mucosa da laringe; fazer um chá bem forte para gargarejes frequentes de 2 em 2 horas com umas das plantas: alcaçuz-da-europa, alfazema, amora, angélica, angico, arnica, avenca, caqui, caincá, cambará, barba-de-bode, casca-de-anta ou catáia, cedro, dorme-dorme, erva-dutra, óleo de eucalipto, goiaba, gerânio, hortelã, malva, rosa, romã, sálvia, sabugueiro, tansagem, tussilago, urtiga, violeta, verbasco. Própolis Ervas Spray. Para inalações são boas: avenca, cambará, Óleo de Alho, casca-de-anta, crisântemo, hortelã, óleo de menta, malva, erva-de-santa-maria, canforeira, erva-macaé. violeta, Gengibre, cravo-de-

de-funto. Também dão resultados os gargarejos com uma solução de meia colherinha de bicarbonato de sódio em um copo de água quente. Inalar o vapor de plantas medicinais, à noite. Ao deitar-se aplicar uma compressa fria termógena, à garganta; se a rouquidão não passar nem melhorar dentro de alguns dias, consultar o médico.

LAXANTE SUAVE: laxativo leve; que provoca a evacuação, mas de forma suave; o mesmo que laxativa porém com efeito leve; vinagreira, Cáscara-Sagrada.

LAXANTE: laxativo; provoca a evacuação; azeitona preta; batata-de-purga, cáscar-sagrada, óleo de rícemo, Espinheira-Santa, gergelim, hibisco, mertiolate, Alcachofra, Hepatozan, Sene, Cáscara-Sagrada, agar-agar, açafreão, óleo de linhaça, Fibras de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, altéia, anil, bardana, babosa, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória, cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro, sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

LENITIVO: calmante; que acalma e seda as dores e irritações da pele.

LENTICELA: são aberturas (rachaduras) no ritidoma (casca) dos vegetais. Estas aberturas possibilitam a troca gasosa na região.

LEPRA: elefantíase-dos-gregos; gafa; gafeira; gafo; guarucaia; hanseníase; lazeira; leprose; macota; macutena; mal; mal-bruto; mal-de-cuia; mal-de-lázaro; mal-de-são-lázaro; mal-do-sangue; mal-morfético; morféia; doença infecciosa crônica causada pelo Mycobacterium leprae ou bacilo de Hansen, que se inicia, após uma incubação muito lenta, por pequenas manchas despigmentadas onde a pele é insensível e não transpira, e evolui para a forma tuberculosa (a mais comum), lepromatosa ou ainda intermediária; doença dos hansenianos; agrião (chá), carqueja, coro-onha (pó da semente, uma colher de café diluído em água quente e tomar só frio), embira (lavar), Espinheira-Santa (tomar e lavar as feridas), espinheira-maricá (chá das folhas), espada-de-São-Jorge (cozinhar as folhas ou partes e lavar as feridas), imbirí (chá das folhas), limão (suco tomar), mururé (lavar), pau-pombo (chá das cascas), pita (tomar o chá de um pedaço de um gomo de laranja e fazer ainda banhos com a água do cozimento), unha-de-anta (chá), Unha-de-Gato. Consultar o médico.

LER: Garra-do-Diabo.

LETARGO: sono pesado de que o indivíduo acorda dificilmente; salva-do-rio-grande-do-sul.

LEUCEMIA: doença progressiva do homem e de outros animais de sangue quente, que se caracteriza pela proliferação descontrolada, isto é, cancerosa, de células precursoras (blastos) dos glóbulos brancos normais na medula óssea e no sangue; leucose; doença que muitos chamam de câncer no sangue; É constatado um aumento exagerado de glóbulos brancos; alfafa (chá), erva-santa-maria (tomar o chá aumentando-o aos poucos), buva conhecida também por voadeira (chá 3 vezes ao dia), pervinca (tem de ser usada no começo bem fraca como chá, aumentando a dose aos poucos ela reduz os glóbulos brancos e é eficaz em feridas cancerosas, doenças malignas dos gânglios, tuia (chá, útil nesta doença), chá de são-roberto (gerânio - *Geranium robertianum*); alimentação natural e água ferruginosa a vontade.

LEUCÓCITO: glóbulo branco; a célula branca do sangue; há diversos tipos de leucócitos, entre os quais podem ser citados os neutrófilos e os linfócitos; sua função é a defesa do organismo (fagocitose e produção de anticorpos).

LEUCOCITOSE: aumento da taxa sangüínea de leucócitos; Óleo de Alho.

LEUCOPLASTO: plastídio incolor presente nas células dos tecidos internos não expostos à luz, como nos tubérculos, raízes etc., e que pode, sob condições específicas, converter-se em cromoplasto, amiloplasto ou eleoplasto; leucoplasta, leucoplastídio.

LEUCORRÉIA: corrimento branco da vagina ou do útero, resultante de infecções por bactérias, fungos ou protozoários, conhecido vulgarmente pelo nome de flôres-brancas; agoniada, alfazema, algodoeiro, amor-do-campo, barbatimão, batata-de-purga, buranhém, cabeça-de-negro, cana-do-brejo, cruá, eucalipto, jaborandi, jambolão, jequitibá, joão-da-costa, limão, losna, mangue-vermelho, maraviha, marupá, melão-de-são-caetano, óleo-de-copaíba (gotas), pariparoba, raiz de anil, tejuco, timo, umbaúba, urtiga-branca; verna. Para evitar a reincidência: *Equinacea purpurea*.

LEVEDURA: designação geral de determinados tipos de fungos.

LIBIDO, falta de: Saw Palmetto, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná.

LIENTERIA: diarréia em que as substâncias ingeridas são eliminadas sem ser digeridas; louro-prêto.

LINFA: líquido orgânico transparente originado do sangue, composto de proteínas e lipídios, que circula nos vasos linfáticos e transporta glóbulos brancos, especialmente linfócitos T.

LINFANGITE: inflamação dos vasos linfáticos; limão.

LINFATISMO: estado que se caracteriza pela palidez da pele, falta de resistência dos músculos e aumento do volume dos órgãos linfáticos; estado constitucional mal definido, no qual o sistema

linfático ganglionar é anormalmente desenvolvido sob a influência de uma diátese ou de uma infecção crônica, em geral tuberculose; limão, Juglans regia NOGUEIRA, Rumex acetosa AZEDINHA, Lepidium sativum MASTRUÇO.

LINFÓCITO: leucócito mononuclear, formado principalmente no tecido linfóide, de núcleo geralmente redondo ou ligeiramente denteado.

LIPOLÍTICA: dissolve as moléculas de gordura.

LÍQUEN: divisão do reino vegetal que reúne organismos formados pela associação simbiótica entre um fungo, frequentemente ascomiceto, e uma alga verde ou azul, de talo predominantemente constituído pelo fungo, com as células algais dispostas em uma camada interna ou dispersas no tecido fúngico (vivem geralmente sobre o solo, rochas e cascas de árvores e arbustos, em uma grande variedade de clima; certas spp. muito sensíveis à poluição atmosférica são usadas como um indicador de poluição e algumas spp. têm uso comercial, na extração de corantes e de antibióticos; a classe foi estabelecida antes dos líquens serem considerados fungos especializados, mas, como sua classificação ainda é incerta, é mantida dentro da botânica por conveniência); associação de algas e fungos em relação mutualística; sobrevivem onde nem o fungo nem a alga sobrevivem sozinhos.

LÍQUIDOS: Produto para diminuir a retenção de líquidos: abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aberta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cipó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

Lise: declínio gradual dos sintomas de uma moléstia, esp. de doenças agudas; queda gradual de febre; afrouxamento, deslocamento, destruição de aderências de um órgão; desintegração ou dissolução de elementos orgânicos (tecidos, células, bactérias, microrganismos) por agentes físicos, químicos ou enzimático.

LISOSSOMO: organela presente no citoplasma de célula eucariontes, responsável pela digestão intracelular.

LITÍASE biliar: litíase biliar; presença de cálculos nas vias biliares; concreção formada na vesícula biliar ou nos ductos biliares; *Nasturtium officinale* AGRIÃO, Boldo-do-chile, bardana, *Baccharis crispa* CARQUEJA, hortelã, limão, quebra-pedra, tamarindo, verônica, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, erva-pombinha, erva-tostão, jurupitan, parietária, papiparoba, *Berberis vulgaris* UVA-ESPIM, *Taraxacum officinale* - DENTE-DE-LEÃO.

LITÍASE renal: formação de areias ou cálculos nos rins; concreção nos rins; abútua, agrião, cana-do-brejo, quebra-pedra, uva ursina, chapéu-de-couro, bardana, limão, urtiga-vermelha, verônica, parietária, Cavalinha. Regime de cereais e leite. Beber água em abundância, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, arnica-do-mato, douradinha-do-campo, erva-pombinha, estigmas de milho, salsaparrilha, *Sambucus nigra* SABUGUEIRO, *Berberis vulgaris* UVA-ESPIM, *tribulus terrestris*.

LOCUS: local ou posição dos gens no cromossômo.

LOMBRIGA: designação comum aos vermes nematódeos parasitas do intestino, ceco e apêndices, especialmente do homem; verme nematódeo (*Ascaris lumbricoides*) da família dos ascaridídeos, cosmopolita, que parasita o intestino do homem, porco e carneiro; possui cor amarelada clara com quatro estrias longitudinais, a fêmea mede de 20 cm a 40 cm de comprimento e o macho é muito menor; abacate (10g de casca verde da fruta), abóbora (50g a 90g de semente trituradas com 100g de açúcar e 150ml de leite ou então fazer chá da semente), arruda (20g para crianças, pôr sobre o ventre), alho (cru ou com leite), amoreira-preta (chá da casca ou da raiz), araticum (chá das folhas ou das cascas do tronco), artemísia (folhas ou flores), babosa (chá), beijo-de-moça (sementes), butiá-de-vinagre (comer a fruta), buxo (uma xícara de chá feito de tantas folhas quantos anos a pessoa tenha, mais dez, nunca passando de 40 folhas. Tomar em jejum de manhã, uma vez por semana e três semanas seguidas. Durante o dia, tomar um depurativo do sangue como das folhas de laranja-do-mato ou cruzeiro), beldroega (pôr 1/5 de uma garrafa de semente e o resto vinho bom e após 9 dias tomar um cálice por dia e 8 dias seguidos), erva-gorda (o mesmo), cajueiro (fruto), camomila (50g), canforeira, carqueja, casca-de-anta ou cataia, catinga-de-mulata, cipó-d'alho, cipó-escada com salsa e cabelo-de-porco, cinamomo (chá das sementes ou folhas), coco (leite), corticeira, couve (suco das folhas), cravo-de-defunto ou chinchilho (a flor), erva-de-bicha ou erva-de-santa-maria é uma das ervas mais usadas contra os vermes (o suco ou semente com gemada, chá das folhas em leite ou em água), erva-de-bicho, fedegoso (raiz), feto-macho (30g do pó da raiz), gameleira (leite contra vermes e com maior dose, tênia), guaxuma (semente), Guaco, hortelã, limão (chá da semente ou da casca ralada), quebra-pedra (em leite), mamoeiro (o leite, 10 a 24 sementes por vez, 33g da raiz ralada: tomar no espaço de uma hora), melão-de-são-caetano (folhas e suco), mentruz (chá), pessegueiro (pôr folhas esmagadas em cataplasma sobre o

ventre da criança), outra maneira de usar é 2g de folhas numa xícara de leite, pitanga, rábano (semente), rabanete (semente), mamona (3 a 4 sementes), melancia (semente), manga (broto e amêndoa), romanceira (50g da casca do pé ou raiz), tremoço (semente), Óleo de Alho, erva-de-bicho, romã (casca), simaruba. As gestantes devem tomar cuidado em tomar vermífugos porque podem afetar o feto, a não ser usar alho, mentruz, hortelã, arruda, artemísia, beldroega, camomila-da-alemanha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, erva-de-santa-maria, fedegoso, gameleira, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira, jatobá, limão, lombrigueira, marupá-do-campo, pau-dálho, persicária.

LUBRIFICANTE: substância que umidifica e unta os tecidos.

LUMBAGO: dor forte e repentina na região lombar; Garra-do-Diabo, *Thymus vulgaris* - TOMILHO, *Viscum album* VISCO-BRANCO, *Beta vulgaris* BETERRABA, *Echinodorus macrophyllus* CHAPÉU-DE-COURO, *Turnera ulmifolia* DAMIANA, *Solanum tuberosum* BATATINHA, *Avena sativa* AVEIA, *Chamomilla recutita* CAMOMILA. Compressas quentes na região lombar durante 15 minutos, de duas em duas horas.

LÚPUS ERITEMATOSO: doença do tecido conjuntivo, de origem desconhecida, ubiqüitária, que apresenta sinais gerais (febre, emagrecimento, astenia) e manifestações cutâneas, cardiovasculares, renais, nervosas e articulares, dentre outras.

LÚPUS VULGAR: forma de tuberculose cutânea.

LÚPUS: lupo; afecção cutânea tubecular de tendência invasora e destrutiva chamada outrora darto avermelhado; lesão cutânea, destrutiva, semelhante a mordida de lobo. *Centella asiatica* - CENTELA, *Aristolochia trilobata* ANGELICÓ.

LUXAÇÃO: deslocamento de peças ósseas, modificando as relações naturais de uma articulação. *Chenopodium quinoa* QUINOA, *Solanum tuberosum* BATATINHA.

MÁ CIRCULAÇÃO: açafrao, algodão (folhas), chá-de-bugre, casca-de-anta, douradinha, erva-mate, erva-de-santa-maria, alecrim, anil, camboatá, erva-cidreira, erva-lanceta, laranjeira (folhas), hortelã, salva, urtiga, tajubí (casca), tarumã, verbena, arnica, margarida (folhas), *Coffea cruda*, Guaraná, quassia, baúna, porangabá, congonha-de-bugre, douradinha-do-campo, erva-de-bicho, erva-mate, garaná, *Jasminum arabicum*, piper, Castanha da Índia, parietária, arnica, Óleo de Alho, *Ginkgo-biloba*, *Panax ginseng*, Ginseng-Brasileiro, carqueja, óleo de germe de trigo.

Má DIGESTÃO: Alcachofra, Hepatozan, alfazema, Boldo-do-chile, camomila, carqueja, fedegoso, Gengibre, losna, noz-moscada, marcela, jatobá, hisopo/rubim, manjerona, centella-asiatica, açafrao, agrião, alecrim, alfavaca, anis, azedinha, bardana, camboatá, capim-cidreira, carrapicho-rasteiro, casca-de-anta, cebola, cipó-mil-homens, fel-da-terra, gervão, corticeira,

endro, erva-cidreira, Espinheira-Santa, funcho, jurubeba, laranjeira-do-mato, louro, mamão, Maracujá, maria-mole, paratudo, picão, pita, quássia, quina, salsa, salva, Sene, laranjeira-brava, urtiga-vermelha, anis-estrelado, artemisia (*Artemisia annua*), bálsamo, erva-mate, estragão, louro, tanaceto, Levedo de Cerveja.

MACERAÇÃO: o material é esmagado ou triturado e deixado em água fria (ou outro líquido especificado, normalmente alcólico, tipo vinho, cachaça, álcool de cereais, etc.), de 6 a 12 horas, se for tenro, se for duro pode durar mais tempo.

MACULA ADHERENS: estrutura presente na membrana plasmática e que mantém unidas células epiteliais; desmossoma.

MAL DE POTY: doença das vértebras. Manifesta-se principalmente nas crianças e adolescentes. Não é mais que uma cárie, osteíte difusa, rarefaciente e necrosante, a maior parte das vezes de origem tuberculosa, de uma ou mais vértebras; viver ao ar livre. Tomar banho de sol. Comer alimentos crus (frutas e verduras) em abundância. Consultar um médico.

MALÁRIA: febre palustre, maleita-brava; paludismo, impaludismo; maleita; doença aguda ou crônica causada pela presença de parasitos apicomplexos do gênero *Plasmodium* nos glóbulos vermelhos do sangue; é transmitida de pessoa infectada a pessoa não infectada pela mordida de mosquitos do gênero *Anopheles* e caracteriza-se por acessos periódicos de calafrios e febre que coincidem com a destruição maciça de hemácias e com a descarga de substâncias tóxicas na corrente sangüínea ao fim de cada ciclo reprodutivo do parasito; Alcachofra, Hepatozan (chá), carqueja, chá-preto, buxo, cipó-mil-homens, erva-tostão, óleo de eucalipto, fedegoso (raiz), gervão, noqueira (chá), pau-pereira, peroba-rosa (casca), picão-da-praia (chá), quina, quina-amarga, pau-amargo, quebra-pedra, salgueiro-branco, sálvia (chá); agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias. Procurar um médico. Para repelir os insetos causadores: repelente de insetos.

MAL-DE-BRIGHT: parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan, *Pilocarpus jaborandi*. Tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas.

MAL-DE-PEDRA: cálculos na bexiga; agrião, bardana, limão, quebra-pedra, verônica, congonha-de-bugre, erva-pombinha, karatá, Cavalinha, Alcachofra Herbarium, Alcachofra Phitolabor, Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium. Tomar banhos quentes alternados.

MALEITA: Ver MALÁRIA, acima.

MANCHAS da pele: acariçoba, arrebenta-cavalo, celidônia, cipó cabeludo, maravilha, mil-em-rama, Aloe Gel, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, Ginkgo-biloba. Ver pele.

MASSA MAGRA: Produto para preservar a massa muscular magra, em atividades intensas.

MASTALGIA: mastodinia; dor nevrálgica da mama; Óleo de Prímula, Triticum repens GRAMA, Melissa officinalis ERVA-CIDREIRA.

MASTIGÓFOROS: flagelados; classe de protozoários cujos representantes se locomovem por meio de flagelos.

MATÉRIA ORGÂNICA: resíduos vegetais em decomposição.

MAU HÁLITO: halitose; fazer bochechos, gargarejos com o chás de: aperta-ruão, cebola, erva-doce, hortelã, óleo de eucalipto, erva-de-santa-maria, limão, Artemisia absinthium - LOSNA, amoreira (folhas), Citrus aurantium var. bergamia BERGAMOTA, Juniperus communis ZIMBRO, Thymus vulgaris - TOMILHO, salva, noz-moscada, Gengibre, Malva sylvestris MALVA, Myristica bicuhyba NOZ-MOSCADA, Myristica fragans NOZ-MOSCADA, Piper aduncum L. - PIMENTA-DE-MACACO, Geum urbanum ERVA-BENTA, Mentha piperita HORTELÃ-PIMENTA, Jacaranda copaia ssp. spectabilis CAROBA, sálvia, cravo da Índia, Curcuma zedoaria ZEDOÁRIA, Glycyrrhiza glabra., Carvão Vegetal, zedoária, clorofila, Própolis Ervas Spray. Mascar algumas folhas de ervas aromáticas.

MEIOSE: processo de divisão celular pelo qual uma célula diplóide origina célula haplóides; é um processo que reduz o número cromossômico (divisão reducional).

MELANCOLIA: estado mórbido caracterizado pelo abatimento mental e físico que pode ser manifestação de vários problemas psiquiátricos, tendendo hoje a ser considerado mais como uma das fases da psicose maníaco-depressiva; estado afetivo caracterizado por profunda tristeza e desencanto geral; depressão; kawa-kawa, erva-de-são-joão, hipérico, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, pfaffia paniculata, cevada, alface, Angelica archangelica - ANGÉLICA, Vanilla planifolia BAUNILHA, Dioscorea sylvatica var. sylvatica BATATA-MEXICANA, Lagenaria vulgaris CABAÇA, Aloysia triphylla LIMONETE, figo (folha), margarida, meliloto, salgueiro-branco, sálvia, Melissa officinalis ERVA-CIDREIRA.

MELANÓCITO: células de melanina.

MEMBRANA NUCLEAR: camada fina de tecido que recobre uma superfície, forra uma cavidade, divide um espaço ou órgão ou une estruturas adjacentes; meio poroso através do qual fluem substâncias que podem ser separadas ou concentradas por osmose, diálise, filtração etc.; carioteca.

MEMBRANA PLASMÁTICA: plasmalema; fina película lipoprotéica que delimita todos os tipos de células vivas.

MEMBROS: cada um dos quatro apêndices do corpo de alguns animais e do homem, providos de articulação e movimento e ligados ao tronco em pares simétricos, cujas funções principais são as de locomoção e, especialmente nos primatas, de preensão; pernas e braços.

MEMBROS, edemas (inchaço) das pernas ou pés: abacateiro (chá), abóbora (chá), angico, aroeira (fricções e chá), banana-de-mico (banhos), barba-de-velho, cabacinha (chá e banhos camomila, Cavalinha (chá e banhos), cabelo-de-milho, cambuí, cerejeira, chá-de-bugre, chapéu-de-couro, cedro, cipó-cabeludo, cipó-carijó (banhos), cipó-mil-homens, dorme-dorme, fedegoso, embaúba, goiabeira (banhos), lima-da-pérsia, pita (chá e banhos), picão, mamangaba (chá e banhos), porongaba (chá), salsa (chá), santos-filho, trapoeraba, urtigão (banhos), velame-do-campo.

MEMBROS, torpor ou adormecimento: ver a causa: ativar os membros. Veja circulação e estimulantes. abútua (chá da raiz), anis (chá), erva-de-santa-maria (chá de toda planta), imbirí (chá), guiné (chá, banhos ou compressas). Ginkgo-biloba.

MEMÓRIA MELHORA DA: Ginkgo-biloba, centella-asiatica, Ginseng-Brasileiro, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Levedo de Cerveja, aveia, alfafa, catuaba, figo (comer o fruto e chá das folhas), fava (comer), feno-grego (1 colherinha de chá de pó do grão por dia), guiné (chá), lentilha (comer), margarida (chá das folhas ou flores), marapuama, mel puro, trigo, jatobá (seiva), sálvia-cidreira.

MENINGITE: inflamação das meninges. Procurar sem demora o médico; limão (tomar bastante suco), erva-moura (folhas em infusão), Maracujá, dedaleira, batata-purga (5 a 6 gramas por litro de água). Recomenda-se pôr compressas frias na cabeça, renovando-as quando esquentarem. Há gente que costuma amarrar fatias de cebola na planta dos pés ou colocar sal torrado e quente em saquinho sobre a cabeça, pimenta-malagueta (chá).

MENOPAUSA: interrupção fisiológica dos ciclos menstruais, devida à cessação da secreção hormonal dos ovários; período de cessação definitiva das regras (menstruação); açoita-cavalo (folhas), algodoeiro (casca, folhas e raiz), calêndula, carapiá (raiz), erva-de-passarinho, erva-moura, Maracujá (folhas), margarida, maria-mole, melão-de-são-caetano, pepino (um quarto de litro de suco dele sem casca, tomar por um certo tempo), erva-do-colégio ou sussuaiá (chá uns

dias antes e depois das menstruações), parreirinha-do-mato, videira, (folhas nas hemorragias uterinas), trapoeraba, tília, salsa, maripuama, tarumã, salva, catuaba, caroba, agoniada, carapiá, mulungu. Cimicifuga.

MENORRAGIA: perda uterina excessiva de sangue, ocorrendo em intervalos regulares e sendo o período de perda mais duradouro que habitual na menstruação. Excesso de fluxo menstrual; Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENOSTASE: qualquer supressão da menstruação; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO abundante: Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO difícil: dismenorréia; alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscó, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, ausente ou suprimida: amenorréia; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO dolorosa: alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscó, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, irregular ou atrasada: abútua, abacateiro (folhas secas), alfazema, agoniada (chá da casca), anis, aipo, angélica, arruda, avenca, calêndula (flor), carapiá, canela, cipó-mil-homens, cipó-são-jão, erva-cidreira, girassol (folhas), hortelã. melão-de-São-Caetano (suco das

folhas), poejo, taiuiá, salsa (folhas ou sementes). Plantas que combatem as regras abundantes: algodoeiro (casca da raiz), beijo-de-moça, bolsa-de-pastor, calêndula, Cavalinha, mil-em-rama, Gengibre, verónica, zínia (folhas e flores), capim-pé-de-galinha. Veja também Emenagogas.

MERCÚRIO envenenamento por: anil, bardana. Chamar o médico.

MERISTEMA: tecido vegetal indiferenciado, do qual se originam novas células para a formação de outros tecidos.

MESOSSOMA: dobra ou invaginação da membrana citoplasmática em certas bactérias originando uma região onde se concentram as enzimas respiratórias.

METABOLISMO DE GORDURAS, distúrbios do: centella-asiatica, Alcachofra, Hepatozan, Ginkgo-biloba.

METABOLISMO: conjunto de todos os processos bioquímicos implicados na manutenção da vida de um ser.

METACÊNTRICO: cromossômo metacêntrico; aquele que está dividido ao meio pelo seu centrômero.

METÁFASE: fase da divisão celular que se caracteriza pelo pareamento dos cromossômos na linha equatorial da célula.

METRITE: inflamação do útero; açoita-cavalo, aipo, agoniada, assa-peixe, baunilha, abútua, barbatimão, caroba, carapiá, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, camomila, espelina, fel-da-terra, erva-moura, erva-de-passarinho, fedegoso, Gengibre, Guaco, hortelã, Hamamelis, jequitibá (banho), jaborandi (chá), joão-da-costa, maceta. nabo, pariparoba, salva-cidreira, trevo (chá), tuia (chá), velame-do-campo (chá), cruá, limão, quitoco.

METRORRAGIA: hemorragia do útero; o mesmo que uterorrágia; agoniada, algodoeiro, aroeira, barbatimão, casca-d'anta, cordão-de-frade, joão-da-costa, raiz de anil, urtiga-branca, bolsa-de-pastor. Consultar um médico.

MIALGIA: miodimia; dor nos músculos; Garra-do-Diabo.

MICÉLIO: conjunto de hifas que constituem os fungos com raízes de certas plantas.

MICOPLASMA: designação comum às bactérias diminutas do gênero Mycoplasma, Gram-negativas, imóveis, sem parede celular verdadeira e que não formam esporos.

MICOSE: qualquer doença na pele causada por fungos, extrato de Própolis Ervas Spray.

MICROGNATIA: tamanho anormalmente pequeno, ou desenvolvimento insuficiente dos maxilares, esp. do maxilar inferior; micrognatismo; atrofia da mandíbula; má formação mandibular.

MICRÓTOMO: aparelho usado para se obter cortes finos de material biológico, com o objetivo de permitir a observação microscópica.

MICROTÚBULO: cada uma das estruturas tubulares protéicas envolvidas na ação de estruturas celulares contrácteis como os cílios e flagelos.

MICROVILOSIDADE: cada uma das dezenas de dobramentos microscópicos da membrana de certas células, o que aumenta sua capacidade de absorver substâncias.

MINERALIZANTE: substância rica em sais minerais importantes para a saúde humana.

MIOMA: tumor constituído de elemento(s) muscular(es); girassol mexicano, Unha-de-Gato, echinácea, Agaricus blazei.

MIOSINA: uma das proteínas que desliza sobre a actina para produzir a contração muscular.

MITOCÔNDRIA: organela citoplasmática das células eucariontes, responsável pela respiração celular; condrioma.

MITOSE: processo pelo qual uma célula eucarionte origina, em uma seqüência ordenada de etapas, duas células cromossômica e geneticamente idênticas.

MIXO: prefixo que significa "mucilagem" ou mistura.

MODERADOR DE APETITE: garcínia, chrolella, fenchi.

MOLÉSTIAS DA PELE: cipó suma, cipó cabeludo. Ver pele.

MONOCOTILEDÔNEAS: do grego: kotyedon; cavidade em forma de taça; subclasse de angiospermas, caracterizadas por diversas propriedades, entre as quais está a presença de uma única folha de semente (cotilédone).

MONOSSACARÍDEO: carboidrato de fórmula geral $C_n(H_2O)_n$, onde n varia de 3 a 7; a glicose, por exemplo, é um monossacarídeo.

MORDEDURA venenosa: coração-de-jesus, erva-de-cobra, Guaco, guapeva, limão, marupá-do-campo, paracari, saião, salva, vassoura. Recorrer ao médico nos casos graves.

MOUSSE: substância de consistência leve que serve para dar volume e forma aos cabelos.

MUCILAGEM: substância gomosa encontrada nos vegetais. Polímeros de açúcares com propriedade de diminuir irritações locais da pele e mucosas, reco com uma camada protetora. Mucilaginosa que contém mucilagem.

MUCOSA GÁSTRICA: bardana, limão, malva, mil-em-rama, poejo, trevo-cheiroso, louro-prêto, candurango, agrião, celidônia, caqui, Gengibre, paratudo, hortelã, erva-de-santa-maria, tansagem (semente), araruta, arroz (água), alguns laxantes.

MUCOSIDADE PULMONAR: agrião, angélica, avenca, cocleária, limão, língua-de-vaca, malva, Óleo de Alho, paracari, poejo, trevo-cheiroso, vassourinha, vassourinha-do-campo, verônica, angico, bananeira (suco), caraguatá, camapu, capim-pé-de-galinha, cardo-santo, casca-de-anta, cebola, coqueiro, erva-macaé, erva-terrestre, umbaúba, grandíuva, xarope de guaco, hortelã, jatobá, mil-em-rama, mostarda, pessegueiro (resina), pinheiro (resina), rábano, sempre-viva, sálvia-cidreira, tuia, verbasco, violeta.

MUCOSIDADE: líquido viscoso segregado pelas mucosas.

MULTICELULAR: pluricelular; diz-se do organismo que é formado por muitas células.

MÚSCULO DOR NOS: arnica, erva-de-santa-maria, pomada de beladona.

MÚSCULO: produto para preservar os músculos (glicogênio - polissacarídeo $(C_6H_{10}O_5)_n$ formado a partir de moléculas de glicose, utilizado como reserva energética e abundante nas células hepáticas e musculares: Produto para definição e ganho muscular, resistência física, protetor muscular, dores musculares, aliviar a fadiga física e mental, recuperação de lesões, crescimento e regeneração muscular, otimizador metabólico nos processos de geração de energia, performance atlética.

MUTUALISMO: simbiose; relação ecológica interespecífica em que há vantagens recíprocas para as espécies que se relacionam; difere da protocooperação por ser, ao contrário dela, uma associação permanente e indispensável à sobrevivência das partes.

Click na letra (acima) correspondente à primeira letra do nome que você procura.

***JUNÇÃO ESTREITA:** zonula occludens; junção oclusiva; especialização de membrana plasmática que se forma entre duas membranas adjacentes ao aderirem entre si, criando uma barreira contra a difusão.*

***JUNÇÃO INTERMEDIÁRIA:** zonula adherens; estrutura parecida com desmossomo, onde algumas regiões da membrana adjacente se contatam em alguns pontos.*

KLINFELTER, síndrome de: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico sexual (47,XXY). Principais características: estatura alta com membros alongados. Infertilidade e pouco desenvolvimento dos testículos e do pênis. Ginecomastia e caracteres sexuais secundários pouco desenvolvidos. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo masculino e está presente na proporção de 1/600.

LABIRINTITE: inflamação do labirinto do ouvido interno, que provoca instabilidade do equilíbrio do corpo; flores de violeta (um punhado), flores de cravo-de-defunto-de-jardim (um punhado), louro (o tempero), um punhado de erva-melissa ou erva-cidreira (um punhado), folhas de laranjeira (um punhado), ferve-se tudo com um litro de água, que dê uma garrafa ao todo. Toma-se a dose de 3 cálices. 3 vezes ao dia. Ginkgo-biloba.

LACTAÇÃO: formação, secreção e excreção do leite; anis, beldroega, óleo de borragem, cerefólio, funcho, hortelã.

LANCEOLADO: na forma de lança.

LANOLINA: cera formada por mistura complexa de ésteres e poliésteres (usada como excipiente para cremes, xampus, pomadas etc.); gordura obtida da lã do carneiro.

LAQUÊ: produto para vaporizar o cabelo para fixar o penteado.

LARINGITE: inflamação da mucosa da laringe; fazer um chá bem forte para gargarejes frequentes de 2 em 2 horas com umas das plantas: alcaçuz-da-europa, alfazema, amora, angélica, angico, arnica, avenca, caqui, caincá, cambará, barba-de-bode, casca-de-anta ou catáia, cedro, dorme-dorme, erva-dutra, óleo de eucalipto, goiaba, gerânio, hortelã, malva, rosa, romã, sálvia, sabugueiro, tansagem, tussilago, urtiga, violeta, verbasco. Própolis Ervas Spray. Para inalações são boas: avenca, cambará, Óleo de Alho, casca-de-anta, crisântemo, hortelã, óleo de menta, malva, erva-de-santa-maria, canforeira, erva-macaé, violeta, Gengibre, cravo-de-defunto. Também dão resultados os gargarejos com uma solução de meia colherinha de bicarbonato de sódio em um copo de água quente. Inalar o vapor de plantas medicinais, à noite. Ao deitar-se aplicar uma compressa fria termógena, à garganta; se a rouquidão não passar nem melhorar dentro de alguns dias, consultar o médico.

LAXANTE SUAVE: laxativo leve; que provoca a evacuação, mas de forma suave; o mesmo que laxativa porém com efeito leve; vinagreira, Cáscara-Sagrada.

LAXANTE: laxativo; provoca a evacuação; azeitona preta; batata-de-purga, cáscar-sagrada, óleo de ricemo, Espinheira-Santa, gergelim, hibisco, mertiolate, Alcachofra, Hepatozan, Sene, Cáscara-Sagrada, agar-agar, açafraão, óleo de linhaça, Fibras de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, altéia, anil, bardana, babosa, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória, cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro, sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

LENITIVO: calmante; que acalma e seda as dores e irritações da pele.

LENTICELA: são aberturas (rachaduras) no ritidoma (casca) dos vegetais. Estas aberturas possibilitam a troca gasosa na região.

LEPRA: elefantíase-dos-gregos; gafa; gafeira; gafo; guarucaia; hanseníase; lazeira; leprose; macota; macutena; mal; mal-bruto; mal-de-cuia; mal-de-lázaro; mal-de-são-lázaro; mal-do-sangue; mal-morfético; morféia; doença infecciosa crônica causada pelo Mycobacterium leprae ou bacilo de Hansen, que se inicia, após uma incubação muito lenta, por pequenas manchas despigmentadas onde a pele é insensível e não transpira, e evolui para a forma tuberculosa (a mais comum), lepromatosa ou ainda intermediária; doença dos hansenianos; agrião (chá), carqueja, coro-onha (pó da semente, uma colher de café diluído em água quente e tomar só frio), embira (lavar), Espinheira-Santa (tomar e lavar as feridas), espinheira-maricá (chá das folhas), espada-de-São-Jorge (cozinhar as folhas ou partes e lavar as feridas), imbirí (chá das folhas), limão (suco tomar), mururé (lavar), pau-pombo (chá das cascas), pita (tomar o chá de um pedaço de um gomo de laranja e fazer ainda banhos com a água do cozimento), unha-de-anta (chá), Unha-de-Gato. Consultar o médico.

LER: Garra-do-Diabo.

LETARGO: sono pesado de que o indivíduo acorda dificilmente; salva-do-rio-grande-do-sul.

LEUCEMIA: doença progressiva do homem e de outros animais de sangue quente, que se caracteriza pela proliferação descontrolada, isto é, cancerosa, de células precursoras (blastos) dos glóbulos brancos normais na medula óssea e no sangue; leucose; doença que muitos chamam de câncer no sangue; É constatado um aumento exagerado de glóbulos brancos; alfafa (chá), erva-santa-maria (tomar o chá aumentando-o aos poucos), buva conhecida também por voadeira (chá 3 vezes ao dia), pervinca (tem de ser usada no começo bem fraca como chá, aumentando a dose aos poucos ela reduz os glóbulos brancos e é eficaz em feridas cancerosas, doenças malignas dos gânglios, tuiá (chá, útil nesta doença), chá de são-roberto (gerânio - Geranium robertianum); alimentação natural e água ferruginosa a vontade.

LEUCÓCITO: glóbulo branco; a célula branca do sangue; há diversos tipos de leucócitos, entre os quais podem ser citados os neutrófilos e os linfócitos; sua função é a defesa do organismo (fagocitose e produção de anticorpos).

LEUCOCITOSE: aumento da taxa sangüínea de leucócitos; Óleo de Alho.

LEUCOPLASTO: plastídio incolor presente nas células dos tecidos internos não expostos à luz, como nos tubérculos, raízes etc., e que pode, sob condições específicas, converter-se em cromoplasto, amiloplasto ou eleoplasto; leucoplasta, leucoplastídio.

LEUCORRÉIA: corrimento branco da vagina ou do útero, resultante de infecções por bactérias, fungos ou protozoários, conhecido vulgarmente pelo nome de flôres-brancas; agoniada, alfazema, algodoeiro, amor-do-campo, barbatimão, batata-de-purga, buranhém, cabeça-de-negro, cana-do-brejo, cruá, eucalipto, jaborandi, jambolão, jequitibá, joão-da-costa, limão, losna, mangue-vermelho, maraviha, marupá, melão-de-são-caetano, óleo-de-copaíba (gotas), pariparoba, raiz de anil, tejuco, timo, umbaúba, urtiga-branca; verna. Para evitar a reincidência:

Equinacea purpurea.

LEVEDURA: designação geral de determinados tipos de fungos.

LIBIDO, falta de: Saw Palmetto, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná.

LIENTERIA: diarreia em que as substâncias ingeridas são eliminadas sem ser digeridas; louro-prêto.

LINFA: líquido orgânico transparente originado do sangue, composto de proteínas e lipídios, que circula nos vasos linfáticos e transporta glóbulos brancos, especialmente linfócitos T.

LINFANGITE: inflamação dos vasos linfáticos; limão.

LINFATISMO: estado que se caracteriza pela palidez da pele, falta de resistência dos músculos e aumento do volume dos órgãos linfáticos; estado constitucional mal definido, no qual o sistema linfático ganglionar é anormalmente desenvolvido sob a influência de uma diátese ou de uma infecção crônica, em geral tuberculose; limão, Juglans regia NOGUEIRA, Rumex acetosa AZEDINHA, Lepidium sativum MASTRUÇO.

LINFÓCITO: leucócito mononuclear, formado principalmente no tecido linfóide, de núcleo geralmente redondo ou ligeiramente denteado.

LIPOLÍTICA: dissolve as moléculas de gordura.

LÍQUEN: divisão do reino vegetal que reúne organismos formados pela associação simbiótica entre um fungo, frequentemente ascomiceto, e uma alga verde ou azul, de talo predominantemente constituído pelo fungo, com as células algais dispostas em uma camada interna ou dispersas no tecido fúngico (vivem geralmente sobre o solo, rochas e cascas de árvores e arbustos, em uma grande variedade de clima; certas spp. muito sensíveis à poluição atmosférica são usadas como um indicador de poluição e algumas spp. têm uso comercial, na extração de corantes e de antibióticos; a classe foi estabelecida antes dos líquens serem considerados fungos especializados, mas, como sua classificação ainda é incerta, é mantida dentro da botânica por conveniência); associação de algas e fungos em relação mutualística; sobrevivem onde nem o fungo nem a alga sobrevivem sozinhos.

LÍQUIDOS: Produto para diminuir a retenção de líquidos: abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cipó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-

grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

Lise: declínio gradual dos sintomas de uma moléstia, esp. de doenças agudas; queda gradual de febre; afrouxamento, deslocamento, destruição de aderências de um órgão; desintegração ou dissolução de elementos orgânicos (tecidos, células, bactérias, microrganismos) por agentes físicos, químicos ou enzimático.

LISOSSOMO: organela presente no citoplasma de célula eucariontes, responsável pela digestão intracelular.

LITÍASE biliar: litíase biliar; presença de cálculos nas vias biliares; concreção formada na vesícula biliar ou nos ductos biliares; Nasturtium officinale AGRIÃO, Boldo-do-chile, bardana, Baccharis crispa CARQUEJA, hortelã, limão, quebra-pedra, tamarindo, verônica, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, erva-pombinha, erva-tostão, jurupitan, parietária, papiparoba, Berberis vulgaris UVA-ESPIM, Taraxacum officinale - DENTE-DE-LEÃO.

LITÍASE renal: formação de areias ou cálculos nos rins; concreção nos rins; abútua, agrião, cana-do-brejo, quebra-pedra, uva ursina, chapéu-de-couro, bardana, limão, urtiga-vermelha, verônica, parietária, Cavalinha. Regime de cereais e leite. Beber água em abundância, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, arnica-do-mato, douradinha-do-campo, erva-pombinha, estigmas de milho, salsaparrilha, Sambucus nigra SABUGUEIRO, Berberis vulgaris UVA-ESPIM, tribulus terrestris.

LOCUS: local ou posição dos gens no cromossômo.

LOMBRIGA: designação comum aos vermes nematódeos parasitas do intestino, ceco e apêndices, especialmente do homem; verme nematódeo (Ascaris lumbricoides) da família dos ascaridídeos, cosmopolita, que parasita o intestino do homem, porco e carneiro; possui cor amarelada clara com quatro estrias longitudinais, a fêmea mede de 20 cm a 40 cm de comprimento e o macho é muito menor; abacate (10g de casca verde da fruta), abóbora (50g a 90g de semente trituradas com 100g de açúcar e 150ml de leite ou então fazer chá da semente), arruda (20g para crianças, pôr sobre o ventre), alho (cru ou com leite), amoreira-preta (chá da casca ou da raiz), araticum (chá das folhas ou das cascas do tronco), artemísia (folhas ou flores), babosa (chá), beijo-de-moça (sementes), butiá-de-vinagre (comer a fruta), buxo (uma xícara de chá feito de tantas folhas quantos anos a pessoa tenha, mais dez, nunca passando de 40 folhas. Tomar em jejum de manhã, uma vez por semana e três semanas seguidas. Durante o dia, tomar um depurativo do sangue como das folhas de laranja-do-mato ou cruzeiro), beldroega (pôr 1/5 de uma garrafa de semente e o resto vinho bom e após 9 dias tomar um cálice por dia e 8 dias seguidos), erva-gorda (o mesmo), cajueiro (fruto), camomila (50g), canforeira, carqueja, casca-de-anta ou cataia, catinga-de-mulata, cipó-d'alho, cipó-escada com salsa e cabelo-de-porco, cinamomo (chá das sementes ou folhas), coco (leite), corticeira, couve (suco das folhas), cravo-de-defunto ou chinchilho (a flor), erva-de-bicha ou erva-de-santa-maria é uma das ervas mais usadas contra os vermes (o suco ou semente com gemada, chá das folhas em leite ou em água), erva-de-bicho, fedegoso (raiz), feto-macho (30g do pó da raiz), gameleira (leite contra vermes e com maior dose, tênia), guaxuma (semente), Guaco, hortelã, limão (chá da semente ou da casca ralada), quebra-pedra (em leite), mamoeiro (o leite, 10 a 24

sementes por vez, 33g da raiz ralada: tomar no espaço de uma hora), melão-de-são-caetano (folhas e suco), mentruz (chá), pessegueiro (pôr folhas esmagadas em cataplasma sobre o ventre da criança), outra maneira de usar é 2g de folhas numa xícara de leite, pitanga, rábano (semente), rabanete (semente), mamona (3 a 4 sementes), melancia (semente), manga (brotos e amêndoa), romanceira (50g da casca do pé ou raiz), tremoço (semente), Óleo de Alho, erva-de-bicho, romã (casca), simaruba. As gestantes devem tomar cuidado em tomar vermífugos porque podem afetar o feto, a não ser usar alho, mentruz, hortelã, arruda, artemísia, beldroega, camomila-da-alemanha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, erva-de-santa-maria, fedegoso, gameleira, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira, jatobá, limão, lombrigueira, marupá-do-campo, pau-dálho, persicária.

LUBRIFICANTE: substância que umidifica e unta os tecidos.

LUMBAGO: dor forte e repentina na região lombar; Garra-do-Diabo, *Thymus vulgaris* - TOMILHO, *Viscum album* VISCO-BRANCO, *Beta vulgaris* BETERRABA, *Echinodorus macrophyllus* CHAPÉU-DE-COURO, *Turnera ulmifolia* DAMIANA, *Solanum tuberosum* BATATINHA, *Avena sativa* AVEIA, *Chamomilla recutita* CAMOMILA. Compressas quentes na região lombar durante 15 minutos, de duas em duas horas.

LÚPUS ERITEMATOSO: doença do tecido conjuntivo, de origem desconhecida, ubiqüitária, que apresenta sinais gerais (febre, emagrecimento, astenia) e manifestações cutâneas, cardiovasculares, renais, nervosas e articulares, dentre outras.

LÚPUS VULGAR: forma de tuberculose cutânea.

LÚPUS: lupo; afecção cutânea tubecular de tendência invasora e destrutiva chamada outrora darto avermelhado; lesão cutânea, destrutiva, semelhante a mordida de lobo. *Centella asiatica* - CENTELA, *Aristolochia trilobata* ANGELICÓ.

LUXAÇÃO: deslocamento de peças ósseas, modificando as relações naturais de uma articulação. *Chenopodium quinoa* QUINOA, *Solanum tuberosum* BATATINHA.

MÁ CIRCULAÇÃO: açafraão, algodão (folhas), chá-de-bugre, casca-de-anta, douradinha, erva-mate, erva-de-santa-maria, alecrim, anil, camboatá, erva-cidreira, erva-lanceta, laranjeira (folhas), hortelã, salva, urtiga, tajubí (casca), tarumã, verbena, arnica, margarida (folhas), *Coffea cruda*, Guaraná, quassia, baúna, porangabá, congonha-de-bugre, douradinha-do-campo, erva-de-bicho, erva-mate, garaná, *Jasminum arabicum*, piper, Castanha da Índia, parietária, arnica, Óleo de Alho, *Ginkgo-biloba*, *Panax ginseng*, Ginseng-Brasileiro, carqueja, óleo de germe de trigo.

Má DIGESTÃO: Alcachofra, Hepatozan, alfazema, Boldo-do-chile, camomila, carqueja, fedegoso, Gengibre, losna, noz-moscada, marcela, jatobá, hisopo/rubim, manjerona, centella-asiatica, açafraão, agrião, alecrim, alfavaca, anis, azedinha, bardana, camboatá, capim-cidreira, carrapicho-rasteiro, casca-de-anta, cebola, cipó-mil-homens, fel-da-terra, gervão, corticeira, endro, erva-cidreira, Espinheira-Santa, funcho, jurubeba, laranjeira-do-mato, louro, mamão, Maracujá, maria-mole, paratudo, picão, pita, quássia, quina, salsa, salva, Sene, laranjeira-brava, urtiga-vermelha, anis-estrelado, artemisia (*Artemisia annua*), bálsamo, erva-mate, estragão, louro, tanaceto, Levedo de Cerveja.

MACERAÇÃO: o material é esmagado ou triturado e deixado em água fria (ou outro líquido especificado, normalmente alcólico, tipo vinho, cachaça, álcool de cereais, etc.), de 6 a 12 horas, se for tenro, se for duro pode durar mais tempo.

MACULA ADHERENS: estrutura presente na membrana plasmática e que mantém unidas células epiteliais; desmossoma.

MAL DE POTY: doença das vértebras. Manifesta-se principalmente nas crianças e adolescentes. Não é mais que uma cárie, osteíte difusa, rarefaciente e necrosante, a maior parte das vezes de origem tuberculosa, de uma ou mais vértebras; viver ao ar livre. Tomar banho de sol. Comer alimentos crus (frutas e verduras) em abundância. Consultar um médico.

MALÁRIA: febre palustre, maleita-brava; paludismo, impaludismo; maleita; doença aguda ou crônica causada pela presença de parasitos apicomplexos do gênero Plasmodium nos glóbulos vermelhos do sangue; é transmitida de pessoa infectada a pessoa não infectada pela mordida de mosquitos do gênero Anopheles e caracteriza-se por acessos periódicos de calafrios e febre que coincidem com a destruição maciça de hemácias e com a descarga de substâncias tóxicas na corrente sangüínea ao fim de cada ciclo reprodutivo do parasito; Alcachofra, Hepatozan (chá), carqueja, chá-preto, buxo, cipó-mil-homens, erva-tostão, óleo de eucalipto, fedegoso (raiz), gervão, noqueira (chá), pau-pereira, peroba-rosa (casca), picão-da-praia (chá), quina, quina-amarga, pau-amargo, quebra-pedra, salgueiro-branco, sálvia (chá); agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias. Procurar um médico. Para repelir os insetos causadores: repelente de insetos.

MAL-DE-BRIGHT: parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan, Pilocarpus jaborandi. Tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas.

MAL-DE-PEDRA: cálculos na bexiga; agrião, bardana, limão, quebra-pedra, verônica, congonha-de-bugre, erva-pombinha, karatá, Cavalinha, Alcachofra Herbarium, Alcachofra Phitolabor, Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium. Tomar banhos quentes alternados.

MALEITA: Ver MALÁRIA, acima.

MANCHAS da pele: acariçoba, arrebenta-cavalo, celidônia, cipó cabeludo, maravilha, mil-em-rama, Aloe Gel, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, Ginkgo-biloba. Ver pele.

MASSA MAGRA: Produto para preservar a massa muscular magra, em atividades intensas.

MASTALGIA: mastodinia; dor nevrálgica da mama; Óleo de Prímula, Triticum repens GRAMA,

Melissa officinalis ERVA-CIDREIRA.

MASTIGÓFOROS: flagelados; classe de protozoários cujos representantes se locomovem por meio de flagelos.

MATÉRIA ORGÂNICA: resíduos vegetais em decomposição.

MAU HÁLITO: halitose; fazer bochechos, gargarejos com o chás de: aperta-ruão, cebola, erva-doce, hortelã, óleo de eucalipto, erva-de-santa-maria, limão, *Artemisia absinthium* - LOSNA, amoreira (folhas), *Citrus aurantium* var. bergamia BERGAMOTA, *Juniperus communis* ZIMBRO, *Thymus vulgaris* - TOMILHO, salva, noz-moscada, Gengibre, *Malva sylvestris* MALVA, *Myristica bicuhyba* NOZ-MOSCADA, *Myristica fragans* NOZ-MOSCADA, *Piper aduncum* L. - PIMENTA-DE-MACACO, *Geum urbanum* ERVA-BENTA, *Mentha piperita* HORTELÃ-PIMENTA, *Jacaranda copaia* ssp. *spectabilis* CAROBA, sálvia, cravo da Índia, *Curcuma zedoaria* ZEDOÁRIA, *Glycyrrhiza glabra*, Carvão Vegetal, zedoária, clorofila, Própolis Ervas Spray. Mascar algumas folhas de ervas aromáticas.

MEIOSE: processo de divisão celular pelo qual uma célula diplóide origina célula haplóides; é um processo que reduz o número cromossômico (divisão reducional).

MELANCOLIA: estado mórbido caracterizado pelo abatimento mental e físico que pode ser manifestação de vários problemas psiquiátricos, tendendo hoje a ser considerado mais como uma das fases da psicose maníaco-depressiva; estado afetivo caracterizado por profunda tristeza e desencanto geral; depressão; kawa-kawa, erva-de-são-joão, hipérico, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, *Panax ginseng*, Ginseng-Brasileiro, *pfaffia paniculata*, cevada, alface, *Angelica archangelica* - ANGÉLICA, *Vanilla planifolia* BAUNILHA, *Dioscorea sylvatica* var. *sylvatica* BATATA-MEXICANA, *Lagenaria vulgaris* CABAÇA, *Aloysia triphylla* LIMONETE, figo (folha), margarida, meliloto, salgueiro-branco, sálvia, *Melissa officinalis* ERVA-CIDREIRA.

MELANÓCITO: células de melanina.

MEMBRANA NUCLEAR: camada fina de tecido que recobre uma superfície, forra uma cavidade, divide um espaço ou órgão ou une estruturas adjacentes; meio poroso através do qual fluem substâncias que podem ser separadas ou concentradas por osmose, diálise, filtração etc.; carioteca.

MEMBRANA PLASMÁTICA: plasmalema; fina película lipoprotéica que delimita todos os tipos de células vivas.

MEMBROS: cada um dos quatro apêndices do corpo de alguns animais e do homem, providos de articulação e movimento e ligados ao tronco em pares simétricos, cujas funções principais são as de locomoção e, especialmente nos primatas, de preensão; pernas e braços.

MEMBROS, edemas (inchaço) das pernas ou pés: abacateiro (chá), abóbora (chá), angico, aroeira (fricções e chá), banana-de-mico (banhos), barba-de-velho, cabacinha (chá e banhos), camomila, Cavalinha (chá e banhos), cabelo-de-milho, cambuí, cerejeira, chá-de-bugre, chapéu-de-couro, cedro, cipó-cabeludo, cipó-carijó (banhos), cipó-mil-homens, dorme-dorme, fedegoso, embaúba, goiabeira (banhos), lima-da-pérsia, pita (chá e banhos), picão, mamangaba (chá e banhos), porongaba (chá), salsa (chá), santos-filho, trapoeraba, urtigão (banhos), velame-do-

campo.

MEMBROS, torpor ou adormecimento: ver a causa: ativar os membros. Veja circulação e estimulantes. abútua (chá da raiz), anis (chá), erva-de-santa-maria (chá de toda planta), imbirí (chá), guiné (chá, banhos ou compressas). Ginkgo-biloba.

MEMÓRIA MELHORA DA: Ginkgo-biloba, centella-asiatica, Ginseng-Brasileiro, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Levedo de Cerveja, aveia, alfafa, catuaba, figo (comer o fruto e chá das folhas), fava (comer), feno-grego (1 colherinha de chá de pó do grão por dia), guiné (chá), lentilha (comer), margarida (chá das folhas ou flores), marapuama, mel puro, trigo, jatobá (seiva), sálvia-cidreira.

MENINGITE: inflamação das meninges. Procurar sem demora o médico; limão (tomar bastante suco), erva-moura (folhas em infusão), Maracujá, dedaleira, batata-purga (5 a 6 gramas por litro de água). Recomenda-se pôr compressas frias na cabeça, renovando-as quando esquentarem. Há gente que costuma amarrar fatias de cebola na planta dos pés ou colocar sal torrado e quente em saquinho sobre a cabeça, pimenta-malagueta (chá).

MENOPAUSA: interrupção fisiológica dos ciclos menstruais, devida à cessação da secreção hormonal dos ovários; período de cessação definitiva das regras (menstruação); açoita-cavalo (folhas), algodoeiro (casca, folhas e raiz), calêndula, carapiá (raiz), erva-de-passarinho, erva-moura, Maracujá (folhas), margarida, maria-mole, melão-de-são-caetano, pepino (um quarto de litro de suco dele sem casca, tomar por um certo tempo), erva-do-colégio ou sussuaiá (chá uns dias antes e depois das menstruações), parreirinha-do-mato, videira, (folhas nas hemorragias uterinas), trapoeraba, tília, salsa, maripuama, tarumã, salva, catuaba, caroba, agoniada, carapiá, mulungu. Cimicifuga.

MENORRAGIA: perda uterina excessiva de sangue, ocorrendo em intervalos regulares e sendo o período de perda mais duradouro que habitual na menstruação. Excesso de fluxo menstrual; Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENOSTASE: qualquer supressão da menstruação; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO abundante: Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO difícil: dismenorréia; alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscó, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, ausente ou suprimida: amenorréia; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia,

avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO dolorosa: alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscó, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, irregular ou atrasada: abútua, abacateiro (folhas secas), alfazema, agoniada (chá da casca), anis, aipo, angélica, arruda, avenca, calêndula (flor), carapiá, canela, cipó-mil-homens, cipó-são-joão, erva-cidreira, girassol (folhas), hortelã, melão-de-São-Caetano (suco das folhas), poejo, taiuiá, salsa (folhas ou sementes). Plantas que combatem as regras abundantes: algodoeiro (casca da raiz), beijo-de-moça, bolsa-de-pastor, calêndula, Cavalinha, mil-em-rama, Gengibre, verónica, zínia (folhas e flores), capim-pé-de-galinha. Veja também Emenagogas.

MERCÚRIO envenenamento por: anil, bardana. Chamar o médico.

MERISTEMA: tecido vegetal indiferenciado, do qual se originam novas células para a formação de outros tecidos.

MESOSSOMA: dobra ou invaginação da membrana citoplasmática em certas bactérias originando uma região onde se concentram as enzimas respiratórias.

METABOLISMO DE GORDURAS, distúrbios do: centella-asiatica, Alcachofra, Hepatozan, Ginkgo-biloba.

METABOLISMO: conjunto de todos os processos bioquímicos implicados na manutenção da vida de um ser.

METACÊNTRICO: cromossômo metacêntrico; aquele que está dividido ao meio pelo seu centrômero.

METÁFASE: fase da divisão celular que se caracteriza pelo pareamento dos cromossômos na linha equatorial da célula.

METRITE: inflamação do útero; açoita-cavalo, aipo, agoniada, assa-peixe, baunilha, abútua, barbatimão, caroba, carapiá, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, camomila, espelina, fel-da-terra, erva-moura, erva-de-passarinho, fedegoso, Gengibre, Guaco, hortelã, Hamamelis, jequitibá (banho), jaborandi (chá), joão-da-costa, maceta, nabo, pariparoba, salva-cidreira, trevo (chá), tuia (chá), velame-do-campo (chá), cruá, limão, quitoco.

METRORRAGIA: hemorragia do útero; o mesmo que uterorrágia; agoniada, algodoeiro, aroeira, barbatimão, casca-d'anta, cordão-de-frade, joão-da-costa, raiz de anil, urtiga-branca, bolsa-de-pastor. Consultar um médico.

MIALGIA: miodimia; dor nos músculos; Garra-do-Diabo.

MICÉLIO: conjunto de hifas que constituem os fungos com raízes de certas plantas.

MICOPLASMA: designação comum às bactérias diminutas do gênero Mycoplasma, Gram-negativas, imóveis, sem parede celular verdadeira e que não formam esporos.

MICOSE: qualquer doença na pele causada por fungos, extrato de Própolis Ervas Spray.

MICROGNATIA: tamanho anormalmente pequeno, ou desenvolvimento insuficiente dos maxilares, esp. do maxilar inferior; micrognatismo; atrofia da mandíbula; má formação mandibular.

MICRÓTOMO: aparelho usado para se obter cortes finos de material biológico, com o objetivo de permitir a observação microscópica.

MICROTÚBULO: cada uma das estruturas tubulares protéicas envolvidas na ação de estruturas celulares contrácteis como os cílios e flagelos.

MICROVILOSIDADE: cada uma das dezenas de dobramentos microscópicos da membrana de certas células, o que aumenta sua capacidade de absorver substâncias.

MINERALIZANTE: substância rica em sais minerais importantes para a saúde humana.

MIOMA: tumor constituído de elemento(s) muscular(es); girassol mexicano, Unha-de-Gato, echinácea, Agaricus blazei.

MIOSINA: uma das proteínas que desliza sobre a actina para produzir a contração muscular.

MITOCÔNDRIA: organela citoplasmática das células eucariontes, responsável pela respiração celular; condrioma.

MITOSE: processo pelo qual uma célula eucarionte origina, em uma seqüência ordenada de etapas, duas células cromossômica e geneticamente idênticas.

MIXO: prefixo que significa "mucilagem" ou mistura.

MODERADOR DE APETITE: garcínia, chrolella, fenchi.

MOLÉSTIAS DA PELE: cipó suma, cipó cabeludo. Ver pele.

MONOCOTILEDÔNEAS: do grego: kotyedon; cavidade em forma de taça; subclasse de angiospermas, caracterizadas por diversas propriedades, entre as quais está a presença de uma única folha de semente (cotilédone).

MONOSSACARÍDEO: carboidrato de fórmula geral $C_n(H_2O)_n$, onde n varia de 3 a 7; a glicose, por exemplo, é um monossacarídeo.

MORDEDURA venenosa: coração-de-jesus, erva-de-cobra, Guaco, guapeva, limão, marupá-do-campo, paracari, saião, salva, vassoura. Recorrer ao médico nos casos graves.

MOUSSE: substância de consistência leve que serve para dar volume e forma aos cabelos.

MUCILAGEM: substância gomosa encontrada nos vegetais. Polímeros de açúcares com propriedade de diminuir irritações locais da pele e mucosas, reco com uma camada protetora. Mucilaginosa que contém mucilagem.

MUCOSA GÁSTRICA: bardana, limão, malva, mil-em-rama, poejo, trevo-cheiroso, louro-prêto, candurango, agrião, celidônia, caqui, Gengibre, paratudo, hortelã, erva-de-santa-maria, tansagem (semente), araruta, arroz (água), alguns laxantes.

MUCOSIDADE PULMONAR: agrião, angélica, avenca, cocleária, limão, língua-de-vaca, malva, Óleo de Alho, paracari, poejo, trevo-cheiroso, vassourinha, vassourinha-do-campo, verônica, angico, bananeira (suco), caraguatá, camapu, capim-pé-de-galinha, cardo-santo, casca-de-anta, cebola, coqueiro, erva-macaé, erva-terrestre, umbaúba, grandióva, xarope de guaco, hortelã, jatobá, mil-em-rama, mostarda, pessegueiro (resina), pinheiro (resina), rábano, sempre-viva, sálvia-cidreira, tuia, verbasco, violeta.

MUCOSIDADE: líquido viscoso segregado pelas mucosas.

MULTICELULAR: pluricelular; diz-se do organismo que é formado por muitas células.

MÚSCULO DOR NOS: arnica, erva-de-santa-maria, pomada de beladona.

MÚSCULO: produto para preservar os músculos (glicogênio - polissacarídeo $(C_6H_{10}O_5)_n$ formado a partir de moléculas de glicose, utilizado como reserva energética e abundante nas células hepáticas e musculares: Produto para definição e ganho muscular, resistência física, protetor muscular, dores musculares, aliviar a fadiga física e mental, recuperação de lesões, crescimento e regeneração muscular, otimizador metabólico nos processos de geração de energia, performance atlética.

MUTUALISMO: simbiose; relação ecológica interespecífica em que há vantagens recíprocas para as espécies que se relacionam; difere da protocooperação por ser, ao contrário dela, uma associação permanente e indispensável à sobrevivência das partes.

JUNÇÃO ESTREITA: zonula occludens; junção oclusiva; especialização de membrana plasmática que se forma entre duas membranas adjacentes ao aderirem entre si, criando uma barreira contra a difusão.

JUNÇÃO INTERMEDIÁRIA: zonula adherens; estrutura parecida com desmossomo, onde algumas regiões da membrana adjacente se contatam em alguns pontos.

KLINEFELTER, síndrome de: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico sexual (47,XXY). Principais características: estatura alta com membros alongados.

Infertilidade e pouco desenvolvimento dos testículos e do pênis. Ginecomastia e caracteres sexuais secundários pouco desenvolvidos. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo masculino e está presente na proporção de 1/600.

LABIRINTITE: inflamação do labirinto do ouvido interno, que provoca instabilidade do equilíbrio do corpo; flores de violeta (um punhado), flores de cravo-de-defunto-de-jardim (um punhado), louro (o tempero), um punhado de erva-melissa ou erva-cidreira (um punhado), folhas de laranjeira (um punhado), ferve-se tudo com um litro de água, que dê uma garrafa ao todo. Toma-se a dose de 3 cálices. 3 vezes ao dia. Ginkgo-biloba.

LACTAÇÃO: formação, secreção e excreção do leite; anis, beldroega, óleo de borragem, cerefólio, funcho, hortelã.

LANCEOLADO: na forma de lança.

LANOLINA: cera formada por mistura complexa de ésteres e poliésteres (usada como excipiente para cremes, xampus, pomadas etc.); gordura obtida da lã do carneiro.

LAQUÊ: produto para vaporizar o cabelo para fixar o penteado.

LARINGITE: inflamação da mucosa da laringe; fazer um chá bem forte para gargarejes frequentes de 2 em 2 horas com umas das plantas: alcaçuz-da-europa, alfazema, amora, angélica, angico, arnica, avenca, caqui, caincá, cambará, barba-de-bode, casca-de-anta ou catáia, cedro, dorme-dorme, erva-dutra, óleo de eucalipto, goiaba, gerânio, hortelã, malva, rosa, romã, sálvia, sabugueiro, tansagem, tussilago, urtiga, violeta, verbasco. Própolis Ervas Spray. Para inalações são boas: avenca, cambará, Óleo de Alho, casca-de-anta, crisântemo, hortelã, óleo de menta, malva, erva-de-santa-maria, canforeira, erva-macaé. violeta, Gengibre, cravo-de-defunto. Também dão resultados os gargarejos com uma solução de meia colherinha de bicarbonato de sódio em um copo de água quente. Inalar o vapor de plantas medicinais, à noite. Ao deitar-se aplicar uma compressa fria termógena, à garganta; se a rouquidão não passar nem melhorar dentro de alguns dias, consultar o médico.

LAXANTE SUAVE: laxativo leve; que provoca a evacuação, mas de forma suave; o mesmo que laxativa porém com efeito leve; vinagreira, Cáscara-Sagrada.

LAXANTE: laxativo; provoca a evacuação; azeitona preta; batata-de-purga, cáscar-sagrada, óleo de rícemo, Espinheira-Santa, gergelim, hibisco, mertiolate, Alcachofra, Hepatozan, Sene, Cáscara-Sagrada, agar-agar, açafraão, óleo de linhaça, Fibras de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, altéia, anil, bardana, babosa, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória,

cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro, sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

LENITIVO: calmante; que acalma e seda as dores e irritações da pele.

LENTICELA: são aberturas (rachaduras) no ritidoma (casca) dos vegetais. Estas aberturas possibilitam a troca gasosa na região.

LEPRA: elefantíase-dos-gregos; gafa; gafeira; gafo; guarucaia; hanseníase; lazeira; leprose; macota; macutena; mal; mal-bruto; mal-de-cuia; mal-de-lázaro; mal-de-são-lázaro; mal-do-sangue; mal-morfético; morféia; doença infecciosa crônica causada pelo Mycobacterium leprae ou bacilo de Hansen, que se inicia, após uma incubação muito lenta, por pequenas manchas despigmentadas onde a pele é insensível e não transpira, e evolui para a forma tuberculosa (a mais comum), lepromatosa ou ainda intermediária; doença dos hansenianos; agrião (chá), carqueja, coro-onha (pó da semente, uma colher de café diluído em água quente e tomar só frio), embira (lavar), Espinheira-Santa (tomar e lavar as feridas), espinheira-maricá (chá das folhas), espada-de-São-Jorge (cozinhar as folhas ou partes e lavar as feridas), imbirí (chá das folhas), limão (suco tomar), mururé (lavar), pau-pombo (chá das cascas), pita (tomar o chá de um pedaço de um gomo de laranja e fazer ainda banhos com a água do cozimento), unha-de-anta (chá), Unha-de-Gato. Consultar o médico.

LER: Garra-do-Diabo.

LETARGO: sono pesado de que o indivíduo acorda dificilmente; salva-do-rio-grande-do-sul.

LEUCEMIA: doença progressiva do homem e de outros animais de sangue quente, que se caracteriza pela proliferação descontrolada, isto é, cancerosa, de células precursoras (blastos) dos glóbulos brancos normais na medula óssea e no sangue; leucose; doença que muitos chamam de câncer no sangue; É constatado um aumento exagerado de glóbulos brancos; alfafa (chá), erva-santa-maria (tomar o chá aumentando-o aos poucos), buva conhecida também por voadeira (chá 3 vezes ao dia), pervinca (tem de ser usada no começo bem fraca como chá, aumentando a dose aos poucos ela reduz os glóbulos brancos e é eficaz em feridas cancerosas, doenças malignas dos gânglios, tuia (chá, útil nesta doença), chá de são-roberto (gerânio - Geranium robertianum); alimentação natural e água ferruginosa a vontade.

LEUCÓCITO: glóbulo branco; a célula branca do sangue; há diversos tipos de leucócitos, entre os quais podem ser citados os neutrófilos e os linfócitos; sua função é a defesa do organismo (fagocitose e produção de anticorpos).

LEUCOCITOSE: aumento da taxa sangüínea de leucócitos; Óleo de Alho.

LEUCOPLASTO: plastídio incolor presente nas células dos tecidos internos não expostos à luz, como nos tubérculos, raízes etc., e que pode, sob condições específicas, converter-se em cromoplasto, amiloplasto ou eleoplasto; leucoplasta, leucoplastídio.

LEUCORRÉIA: corrimento branco da vagina ou do útero, resultante de infecções por bactérias, fungos ou protozoários, conhecido vulgarmente pelo nome de flôres-brancas; agoniada, alfazema, algodoeiro, amor-do-campo, barbatimão, batata-de-purga, buranhém, cabeça-de-negro, cana-do-brejo, cruá, eucalipto, jaborandi, jambolão, jequitibá, joão-da-costa, limão, losna, mangue-vermelho, maraviha, marupá, melão-de-são-caetano, óleo-de-copaíba (gotas), pariparoba, raiz de anil, tejuco, timo, umbaúba, urtiga-branca; verna. Para evitar a reincidência: Equinacea purpurea.

LEVEDURA: designação geral de determinados tipos de fungos.

LIBIDO, falta de: Saw Palmetto, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná.

LIENTERIA: diarréia em que as substâncias ingeridas são eliminadas sem ser digeridas; louro-prêto.

LINFA: líquido orgânico transparente originado do sangue, composto de proteínas e lipídios, que circula nos vasos linfáticos e transporta glóbulos brancos, especialmente linfócitos T.

LINFANGITE: inflamação dos vasos linfáticos; limão.

LINFATISMO: estado que se caracteriza pela palidez da pele, falta de resistência dos músculos e aumento do volume dos órgãos linfáticos; estado constitucional mal definido, no qual o sistema linfático ganglionar é anormalmente desenvolvido sob a influência de uma diátese ou de uma infecção crônica, em geral tuberculose; limão, Juglans regia NOGUEIRA, Rumex acetosa AZEDINHA, Lepidium sativum MASTRUÇO.

LINFÓCITO: leucócito mononuclear, formado principalmente no tecido linfóide, de núcleo geralmente redondo ou ligeiramente denteado.

LIPOLÍTICA: dissolve as moléculas de gordura.

LÍQUEN: divisão do reino vegetal que reúne organismos formados pela associação simbiótica entre um fungo, frequentemente ascomiceto, e uma alga verde ou azul, de talo predominantemente constituído pelo fungo, com as células algais dispostas em uma camada interna ou dispersas no tecido fúngico (vivem geralmente sobre o solo, rochas e cascas de árvores e arbustos, em uma grande variedade de clima; certas spp. muito sensíveis à poluição atmosférica são usadas como um indicador de poluição e algumas spp. têm uso comercial, na

extração de corantes e de antibióticos; a classe foi estabelecida antes dos líquens serem considerados fungos especializados, mas, como sua classificação ainda é incerta, é mantida dentro da botânica por conveniência); associação de algas e fungos em relação mutualística; sobrevivem onde nem o fungo nem a alga sobrevivem sozinhos.

LÍQUIDOS: Produto para diminuir a retenção de líquidos: abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cipó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

Lise: declínio gradual dos sintomas de uma moléstia, esp. de doenças agudas; queda gradual de febre; afrouxamento, deslocamento, destruição de aderências de um órgão; desintegração ou dissolução de elementos orgânicos (tecidos, células, bactérias, microrganismos) por agentes físicos, químicos ou enzimático.

LISOSSOMO: organela presente no citoplasma de célula eucariontes, responsável pela digestão intracelular.

LITÍASE biliar: litíase biliar; presença de cálculos nas vias biliares; concreção formada na vesícula biliar ou nos ductos biliares; Nasturtium officinale **AGRIÃO**, Boldo-do-chile, bardana, Baccharis crispa **CARQUEJA**, hortelã, limão, quebra-pedra, tamarindo, verônica, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, erva-pombinha, erva-tostão, jurupitan, parietária, papiparoba, Berberis vulgaris **UVA-ESPIM**, Taraxacum officinale - **DENTE-DE-LEÃO**.

LITÍASE renal: formação de areias ou cálculos nos rins; concreção nos rins; abútua, agrião, cana-do-brejo, quebra-pedra, uva ursina, chapéu-de-couro, bardana, limão, urtiga-vermelha, verônica, parietária, Cavalinha. Regime de cereais e leite. Beber água em abundância, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, arnica-do-mato, douradinha-do-campo, erva-pombinha, estigmas de milho, salsaparrilha, Sambucus nigra **SABUGUEIRO**, Berberis vulgaris

UVA-ESPIM, *tribulus terrestris*.

LOCUS: local ou posição dos gens no cromossômo.

LOMBRIGA: designação comum aos vermes nematódeos parasitas do intestino, ceco e apêndices, especialmente do homem; verme nematódeo (*Ascaris lumbricoides*) da família dos ascaridídeos, cosmopolita, que parasita o intestino do homem, porco e carneiro; possui cor amarelada clara com quatro estrias longitudinais, a fêmea mede de 20 cm a 40 cm de comprimento e o macho é muito menor; abacate (10g de casca verde da fruta), abóbora (50g a 90g de semente trituradas com 100g de açúcar e 150ml de leite ou então fazer chá da semente), arruda (20g para crianças, pôr sobre o ventre), alho (cru ou com leite), amoreira-preta (chá da casca ou da raiz), araticum (chá das folhas ou das cascas do tronco), artemísia (folhas ou flores), babosa (chá), beijo-de-moça (sementes), butiá-de-vinagre (comer a fruta), buxo (uma xícara de chá feito de tantas folhas quantos anos a pessoa tenha, mais dez, nunca passando de 40 folhas. Tomar em jejum de manhã, uma vez por semana e três semanas seguidas. Durante o dia, tomar um depurativo do sangue como das folhas de laranja-do-mato ou cruzeiro), beldroega (pôr 1/5 de uma garrafa de semente e o resto vinho bom e após 9 dias tomar um cálice por dia e 8 dias seguidos), erva-gorda (o mesmo), cajueiro (fruto), camomila (50g), canforeira, carqueja, casca-de-anta ou cataia, catinga-de-mulata, cipó-d'alho, cipó-escada com salsa e cabelo-de-porco, cinamomo (chá das sementes ou folhas), coco (leite), corticeira, couve (suco das folhas), cravo-de-defunto ou chinchílo (a flor), erva-de-bicha ou erva-de-santa-maria é uma das ervas mais usadas contra os vermes (o suco ou semente com gemada, chá das folhas em leite ou em água), erva-de-bicho, fedegoso (raiz), feto-macho (30g do pó da raiz), gameleira (leite contra vermes e com maior dose, tênia), guaxuma (semente), Guaco, hortelã, limão (chá da semente ou da casca ralada), quebra-pedra (em leite), mamoeiro (o leite, 10 a 24 sementes por vez, 33g da raiz ralada: tomar no espaço de uma hora), melão-de-são-caetano (folhas e suco), mentruz (chá), pessegueiro (pôr folhas esmagadas em cataplasma sobre o ventre da criança), outra maneira de usar é 2g de folhas numa xícara de leite, pitanga, rábano (semente), rabanete (semente), mamona (3 a 4 sementes), melancia (semente), manga (brotos e amêndoa), romanceira (50g da casca do pé ou raiz), tremoço (semente), Óleo de Alho, erva-de-bicho, romã (casca), simaruba. As gestantes devem tomar cuidado em tomar vermífugos porque podem afetar o feto, a não ser usar alho, mentruz, hortelã, arruda, artemísia, beldroega, camomila-da-alemanha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, erva-de-santa-maria, fedegoso, gameleira, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira, jatobá, limão, lombrigueira, marupá-do-campo, pau-dálho, persicária.

LUBRIFICANTE: substância que umidifica e unta os tecidos.

LUMBAGO: dor forte e repentina na região lombar; Garra-do-Diabo, *Thymus vulgaris* - TOMILHO, *Viscum album* VISCO-BRANCO, *Beta vulgaris* BETERRABA, *Echinodorus macrophyllus* CHAPÉU-DE-COURO, *Turnera ulmifolia* DAMIANA, *Solanum tuberosum* BATATINHA, *Avena sativa* AVEIA, *Chamomilla recutita* CAMOMILA. Compressas quentes na região lombar durante 15

minutos, de duas em duas horas.

LÚPUS ERITEMATOSO: doença do tecido conjuntivo, de origem desconhecida, ubiqüitária, que apresenta sinais gerais (febre, emagrecimento, astenia) e manifestações cutâneas, cardiovasculares, renais, nervosas e articulares, dentre outras.

LÚPUS VULGAR: forma de tuberculose cutânea.

LÚPUS: lupo; afecção cutânea tubecular de tendência invasora e destrutiva chamada outrora darto avermelhado; lesão cutânea, destrutiva, semelhante a mordida de lobo. Centella asiatica - CENTELA, Aristolochia trilobata ANGELICÓ.

LUXAÇÃO: deslocamento de peças ósseas, modificando as relações naturais de uma articulação. Chenopodium quinoa QUINOA, Solanum tuberosum BATATINHA.

MÁ CIRCULAÇÃO: açafão, algodão (folhas), chá-de-bugre, casca-de-anta, douradinha, erva-mate, erva-de-santa-maria, alecrim, anil, camboatá, erva-cidreira, erva-lanceta, laranjeira (folhas), hortelã, salva, urtiga, tajubí (casca), tarumã, verbena, arnica, margarida (folhas), Coffea cruda, Guaraná, quassia, baúna, porangabá, congonha-de-bugre, douradinha-do-campo, erva-de-bicho, erva-mate, garaná, Jasminum arabicum, piper, Castanha da Índia, parietária, arnica, Óleo de Alho, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, carqueja, óleo de germe de trigo.

Má DIGESTÃO: Alcachofra, Hepatozan, alfazema, Boldo-do-chile, camomila, carqueja, fedegoso, Gengibre, losna, noz-moscada, marcela, jatobá, hisopo/rubim, manjerona, centella-asiatica, açafão, agrião, alecrim, alfavaca, anis, azedinha, bardana, camboatá, capim-cidreira, carrapicho-rasteiro, casca-de-anta, cebola, cipó-mil-homens, fel-da-terra, gervão, corticeira, endro, erva-cidreira, Espinheira-Santa, funcho, jurubeba, laranjeira-do-mato, louro, mamão, Maracujá, maria-mole, paratudo, picão, pita, quássia, quina, salsa, salva, Sene, laranjeira-brava, urtiga-vermelha, anis-estrelado, artemisia (Artemisia annua), bálsamo, erva-mate, estragão, louro, tanaceto, Levedo de Cerveja.

MACERAÇÃO: o material é esmagado ou triturado e deixado em água fria (ou outro líquido especificado, normalmente alcólico, tipo vinho, cachaça, álcool de cereais, etc.), de 6 a 12 horas, se for tenro, se for duro pode durar mais tempo.

MACULA ADHERENS: estrutura presente na membrana plasmática e que mantém unidas células epiteliais; desmossoma.

MAL DE POTY: doença das vértebras. Manifesta-se principalmente nas crianças e adolescentes. Não é mais que uma cárie, osteíte difusa, rarefaciente e necrosante, a maior parte das vezes de origem tuberculosa, de uma ou mais vértebras; viver ao ar livre. Tomar banho de sol. Comer

alimentos crus (frutas e verduras) em abundância. Consultar um médico.

MALÁRIA: febre palustre, maleita-brava; paludismo, impaludismo; maleita; doença aguda ou crônica causada pela presença de parasitos apicomplexos do gênero Plasmodium nos glóbulos vermelhos do sangue; é transmitida de pessoa infectada a pessoa não infectada pela mordida de mosquitos do gênero Anopheles e caracteriza-se por acessos periódicos de calafrios e febre que coincidem com a destruição maciça de hemácias e com a descarga de substâncias tóxicas na corrente sangüínea ao fim de cada ciclo reprodutivo do parasito; Alcachofra, Hepatozan (chá), carqueja, chá-preto, buxo, cipó-mil-homens, erva-tostão, óleo de eucalipto, fedegoso (raiz), gervão, nogueira (chá), pau-pereira, peroba-rosa (casca), picão-da-praia (chá), quina, quina-amarga, pau-amargo, quebra-pedra, salgueiro-branco, sálvia (chá); agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias. Procurar um médico. Para repelir os insetos causadores: repelente de insetos.

MAL-DE-BRIGHT: parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan, Pilocarpus jaborandi. Tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas.

MAL-DE-PEDRA: cálculos na bexiga; agrião, bardana, limão, quebra-pedra, verônica, congonha-de-bugre, erva-pombinha, karatá, Cavalinha, Alcachofra Herbarium, Alcachofra Phitolabor, Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium. Tomar banhos quentes alternados.

MALEITA: Ver MALÁRIA, acima.

MANCHAS da pele: acariçoba, arrebenta-cavalo, celidônia, cipó cabeludo, maravilha, mil-em-rama, Aloe Gel, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, Ginkgo-biloba. Ver pele.

MASSA MAGRA: Produto para preservar a massa muscular magra, em atividades intensas.

MASTALGIA: mastodinia; dor nevrálgica da mama; Óleo de Prímula, Triticum repens GRAMA, Melissa officinalis ERVA-CIDREIRA.

MASTIGÓFOROS: flagelados; classe de protozoários cujos representantes se locomovem por

meio de flagelos.

MATÉRIA ORGÂNICA: resíduos vegetais em decomposição.

MAU HÁLITO: halitose; fazer bochechos, gargarejos com o chás de: aperta-ruão, cebola, erva-doce, hortelã, óleo de eucalipto, erva-de-santa-maria, limão, *Artemisia absinthium* - LOSNA, amoreira (folhas), *Citrus aurantium* var. bergamia BERGAMOTA, *Juniperus communis* ZIMBRO, *Thymus vulgaris* - TOMILHO, salva, noz-moscada, Gengibre, *Malva sylvestris* MALVA, *Myristica bicuhyba* NOZ-MOSCADA, *Myristica fragans* NOZ-MOSCADA, *Piper aduncum* L. - PIMENTA-DE-MACACO, *Geum urbanum* ERVA-BENTA, *Mentha piperita* HORTELÃ-PIMENTA, *Jacaranda copaia* ssp. *spectabilis* CAROBA, sálvia, cravo da Índia, *Curcuma zedoaria* ZEDOÁRIA, *Glycyrrhiza glabra*., Carvão Vegetal, zedoária, clorofila, Própolis Ervas Spray. Mascar algumas folhas de ervas aromáticas.

MEIOSE: processo de divisão celular pelo qual uma célula diplóide origina célula haplóides; é um processo que reduz o número cromossômico (divisão reducional).

MELANCOLIA: estado mórbido caracterizado pelo abatimento mental e físico que pode ser manifestação de vários problemas psiquiátricos, tendendo hoje a ser considerado mais como uma das fases da psicose maníaco-depressiva; estado afetivo caracterizado por profunda tristeza e desencanto geral; depressão; kawa-kawa, erva-de-são-joão, hipérico, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, *Panax ginseng*, Ginseng-Brasileiro, *pfaffia paniculata*, cevada, alface, *Angelica archangelica* - ANGÉLICA, *Vanilla planifolia* BAUNILHA, *Dioscorea sylvatica* var. *sylvatica* BATATA-MEXICANA, *Lagenaria vulgaris* CABAÇA, *Aloysia triphylla* LIMONETE, figo (folha), margarida, meliloto, salgueiro-branco, sálvia, *Melissa officinalis* ERVA-CIDREIRA.

MELANÓCITO: células de melanina.

MEMBRANA NUCLEAR: camada fina de tecido que recobre uma superfície, forra uma cavidade, divide um espaço ou órgão ou une estruturas adjacentes; meio poroso através do qual fluem substâncias que podem ser separadas ou concentradas por osmose, diálise, filtração etc.; carioteca.

MEMBRANA PLASMÁTICA: plasmalema; fina película lipoprotéica que delimita todos os tipos de células vivas.

MEMBROS: cada um dos quatro apêndices do corpo de alguns animais e do homem, providos de articulação e movimento e ligados ao tronco em pares simétricos, cujas funções principais são as de locomoção e, especialmente nos primatas, de preensão; pernas e braços.

MEMBROS, edemas (inchaço) das pernas ou pés: abacateiro (chá), abóbora (chá), angico, aroeira (fricções e chá), banana-de-mico (banhos), barba-de-velho, cabacinha (chá e banhos

camomila, Cavalinha (chá e banhos), cabelo-de-milho, cambuí, cerejeira, chá-de-bugre, chapéu-de-couro, cedro, cipó-cabeludo, cipó-carijó (banhos), cipó-mil-homens, dorme-dorme, fedegoso, embaúba, goiabeira (banhos), lima-da-pérsia, pita (chá e banhos), picão, mamangaba (chá e banhos), porongaba (chá), salsa (chá), santos-filho, trapoeraba, urtigão (banhos), velame-do-campo.

MEMBROS, torpor ou adormecimento: ver a causa: ativar os membros. Veja circulação e estimulantes. abútua (chá da raiz), anis (chá), erva-de-santa-maria (chá de toda planta), imbirí (chá), guiné (chá, banhos ou compressas). Ginkgo-biloba.

MEMÓRIA MELHORA DA: Ginkgo-biloba, centella-asiatica, Ginseng-Brasileiro, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Levedo de Cerveja, aveia, alfafa, catuaba, figo (comer o fruto e chá das folhas), fava (comer), feno-grego (1 colherinha de chá de pó do grão por dia), guiné (chá), lentilha (comer), margarida (chá das folhas ou flores), marapuama, mel puro, trigo, jatobá (seiva), sálvia-cidreira.

MENINGITE: inflamação das meninges. Procurar sem demora o médico; limão (tomar bastante suco), erva-moura (folhas em infusão), Maracujá, dedaleira, batata-purga (5 a 6 gramas por litro de água). Recomenda-se pôr compressas frias na cabeça, renovando-as quando esquentarem. Há gente que costuma amarrar fatias de cebola na planta dos pés ou colocar sal torrado e quente em saquinho sobre a cabeça, pimenta-malagueta (chá).

MENOPAUSA: interrupção fisiológica dos ciclos menstruais, devida à cessação da secreção hormonal dos ovários; período de cessação definitiva das regras (menstruação); açoita-cavalo (folhas), algodoeiro (casca, folhas e raiz), calêndula, carapiá (raiz), erva-de-passarinho, erva-moura, Maracujá (folhas), margarida, maria-mole, melão-de-são-caetano, pepino (um quarto de litro de suco dele sem casca, tomar por um certo tempo), erva-do-colégio ou sussuaiá (chá uns dias antes e depois das menstruações), parreirinha-do-mato, videira, (folhas nas hemorragias uterinas), trapoeraba, tília, salsa, maripuama, tarumã, salva, catuaba, caroba, agoniada, carapiá, mulungu. Cimicifuga.

MENORRAGIA: perda uterina excessiva de sangue, ocorrendo em intervalos regulares e sendo o período de perda mais duradouro que habitual na menstruação. Excesso de fluxo menstrual; Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENOSTASE: qualquer supressão da menstruação; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO abundante: Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO difícil: dismenorréia; alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscó, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, ausente ou suprimida: amenorréia; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO dolorosa: alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscó, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, irregular ou atrasada: abútua, abacateiro (folhas secas), alfazema, agoniada (chá da casca), anis, aipo, angélica, arruda, avenca, calêndula (flor), carapiá, canela, cipó-mil-homens, cipó-são-joão, erva-cidreira, girassol (folhas), hortelã, melão-de-São-Caetano (suco das folhas), poejo, taiuiá, salsa (folhas ou sementes). Plantas que combatem as regras abundantes: algodoeiro (casca da raiz), beijo-de-moça, bolsa-de-pastor, calêndula, Cavalinha, mil-em-rama, Gengibre, verónica, zínia (folhas e flores), capim-pé-de-galinha. Veja também Emenagogas.

MERCÚRIO envenenamento por: anil, bardana. Chamar o médico.

MERISTEMA: tecido vegetal indiferenciado, do qual se originam novas células para a formação de outros tecidos.

MESOSSOMA: dobra ou invaginação da membrana citoplasmática em certas bactérias originando uma região onde se concentram as enzimas respiratórias.

METABOLISMO DE GORDURAS, distúrbios do: centella-asiatica, Alcachofra, Hepatozan, Ginkgo-biloba.

METABOLISMO: conjunto de todos os processos bioquímicos implicados na manutenção da vida de um ser.

METACÊNTRICO: cromossômo metacêntrico; aquele que está dividido ao meio pelo seu centrômero.

METÁFASE: fase da divisão celular que se caracteriza pelo pareamento dos cromossômos na linha equatorial da célula.

METRITE: inflamação do útero; açoita-cavalo, aipo, agoniada, assa-peixe, baunilha, abútua, barbatimão, caroba, carapiá, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, camomila, espelina, fel-da-terra, erva-moura, erva-de-passarinho, fedegoso, Gengibre, Guaco, hortelã, Hamamelis, jequitibá (banho), jaborandi (chá), joão-da-costa, maceta. nabo, pariparoba, salva-cidreira, trevo (chá), tuia (chá), velame-do-campo (chá), cruá, limão, quitoco.

METRORRAGIA: hemorragia do útero; o mesmo que uterorrágia; agoniada, algodoeiro, aroeira, barbatimão, casca-d'anta, cordão-de-frade, joão-da-costa, raiz de anil, urtiga-branca, bolsa-de-pastor. Consultar um médico.

MIALGIA: miodimia; dor nos músculos; Garra-do-Diabo.

MICÉLIO: conjunto de hifas que constituem os fungos com raízes de certas plantas.

MICOPLASMA: designação comum às bactérias diminutas do gênero Mycoplasma, Gram-negativas, imóveis, sem parede celular verdadeira e que não formam esporos.

MICOSE: qualquer doença na pele causada por fungos, extrato de Própolis Ervas Spray.

MICROGNATIA: tamanho anormalmente pequeno, ou desenvolvimento insuficiente dos maxilares, esp. do maxilar inferior; micrognatismo; atrofia da mandíbula; má formação mandibular.

MICRÓTOMO: aparelho usado para se obter cortes finos de material biológico, com o objetivo de permitir a observação microscópica.

MICROTÚBULO: cada uma das estruturas tubulares protéicas envolvidas na ação de estruturas celulares contrácteis como os cílios e flagelos.

MICROVILOSIDADE: cada uma das dezenas de dobramentos microscópicos da membrana de certas células, o que aumenta sua capacidade de absorver substâncias.

MINERALIZANTE: substância rica em sais minerais importantes para a saúde humana.

MIOMA: tumor constituído de elemento(s) muscular(es); girassol mexicano, Unha-de-Gato, echinácea, Agaricus blazei.

MIOSINA: uma das proteínas que desliza sobre a actina para produzir a contração muscular.

MITOCÔNDRIA: organela citoplasmática das células eucariontes, responsável pela respiração celular; condrioma.

MITOSE: processo pelo qual uma célula eucarionte origina, em uma seqüência ordenada de etapas, duas células cromossômica e geneticamente idênticas.

MIXO: prefixo que significa "mucilagem" ou mistura.

MODERADOR DE APETITE: garcínia, chrolella, fenchi.

MOLÉSTIAS DA PELE: cipó suma, cipó cabeludo. Ver pele.

MONOCOTILEDÔNEAS: do grego: kotyedon; cavidade em forma de taça; subclasse de angiospermas, caracterizadas por diversas propriedades, entre as quais está a presença de uma única folha de semente (cotilédone).

MONOSSACARÍDEO: carboidrato de fórmula geral $C_n(H_2O)_n$, onde n varia de 3 a 7; a glicose, por exemplo, é um monossacarídeo.

MORDEDURA venenosa: coração-de-jesus, erva-de-cobra, Guaco, guapeva, limão, marupá-do-campo, paracari, saião, salva, vassoura. Recorrer ao médico nos casos graves.

MOUSSE: substância de consistência leve que serve para dar volume e forma aos cabelos.

MUCILAGEM: substância gomosa encontrada nos vegetais. Polímeros de açúcares com propriedade de diminuir irritações locais da pele e mucosas, reco com uma camada protetora. Mucilaginosa que contém mucilagem.

MUCOSA GÁSTRICA: bardana, limão, malva, mil-em-rama, poejo, trevo-cheiroso, louro-prêto, candurango, agrião, celidônia, caqui, Gengibre, paratudo, hortelã, erva-de-santa-maria, tansagem (semente), araruta, arroz (água), alguns laxantes.

MUCOSIDADE PULMONAR: agrião, angélica, avenca, cocleária, limão, língua-de-vaca, malva, Óleo de Alho, paracari, poejo, trevo-cheiroso, vassourinha, vassourinha-do-campo, verônica, angico, bananeira (suco), caraguatá, camapu, capim-pé-de-galinha, cardo-santo, casca-de-anta, cebola, coqueiro, erva-macaé, erva-terrestre, umbaúba, grandíuva, xarope de guaco, hortelã,

jatobá, mil-em-rama, mostarda, pessegueiro (resina), pinheiro (resina), rábano, sempre-viva, sálvia-cidreira, tuia, verbasco, violeta.

MUCOSIDADE: líquido viscoso segregado pelas mucosas.

MULTICELULAR: pluricelular; diz-se do organismo que é formado por muitas células.

MÚSCULO DOR NOS: arnica, erva-de-santa-maria, pomada de beladona.

MÚSCULO: produto para preservar os músculos (glicogênio - polissacarídeo $(C_6H_{10}O_5)_n$ formado a partir de moléculas de glicose, utilizado como reserva energética e abundante nas células hepáticas e musculares: Produto para definição e ganho muscular, resistência física, protetor muscular, dores musculares, aliviar a fadiga física e mental, recuperação de lesões, crescimento e regeneração muscular, otimizador metabólico nos processos de geração de energia, performance atlética.

MUTUALISMO: simbiose; relação ecológica interespecífica em que há vantagens recíprocas para as espécies que se relacionam; difere da protocooperação por ser, ao contrário dela, uma associação permanente e indispensável à sobrevivência das partes.

JUNÇÃO ESTREITA: zonula occludens; junção oclusiva; especialização de membrana plasmática que se forma entre duas membranas adjacentes ao aderirem entre si, criando uma barreira contra a difusão.

JUNÇÃO INTERMEDIÁRIA: zonula adherens; estrutura parecida com desmossomo, onde algumas regiões da membrana adjacente se contatam em alguns pontos.

KLINFELTER, síndrome de: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico sexual (47,XXY). Principais características: estatura alta com membros alongados. Infertilidade e pouco desenvolvimento dos testículos e do pênis. Ginecomastia e caracteres sexuais secundários pouco desenvolvidos. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo masculino e está presente na proporção de 1/600.

LABIRINTITE: inflamação do labirinto do ouvido interno, que provoca instabilidade do equilíbrio do corpo; flores de violeta (um punhado), flores de cravo-de-defunto-de-jardim (um punhado), louro (o tempero), um punhado de erva-melissa ou erva-cidreira (um punhado), folhas de laranjeira (um punhado), ferve-se tudo com um litro de água, que dê uma garrafa ao todo. Toma-se a dose de 3 cálices. 3 vezes ao dia. Ginkgo-biloba.

LACTAÇÃO: formação, secreção e excreção do leite; anis, beldroega, óleo de borragem, cerefólio, funcho, hortelã.

LANCEOLADO: na forma de lança.

LANOLINA: cera formada por mistura complexa de ésteres e poliésteres (usada como excipiente para cremes, xampus, pomadas etc.); gordura obtida da lã do carneiro.

LAQUÊ: produto para vaporizar o cabelo para fixar o penteado.

LARINGITE: inflamação da mucosa da laringe; fazer um chá bem forte para gargarejes frequentes de 2 em 2 horas com umas das plantas: alcaçuz-da-europa, alfazema, amora, angélica, angico, arnica, avenca, caqui, caincá, cambará, barba-de-bode, casca-de-anta ou catáia, cedro, dorme-dorme, erva-dutra, óleo de eucalipto, goiaba, gerânio, hortelã, malva, rosa, romã, sálvia, sabugueiro, tansagem, tussilago, urtiga, violeta, verbasco. Própolis Ervas Spray. Para inalações são boas: avenca, cambará, Óleo de Alho, casca-de-anta, crisântemo, hortelã, óleo de menta, malva, erva-de-santa-maria, canforeira, erva-macaé. violeta, Gengibre, cravo-de-de-funto. Também dão resultados os gargarejos com uma solução de meia colherinha de bicarbonato de sódio em um copo de água quente. Inalar o vapor de plantas medicinais, à noite. Ao deitar-se aplicar uma compressa fria termógena, à garganta; se a rouquidão não passar nem melhorar dentro de alguns dias, consultar o médico.

LAXANTE SUAVE: laxativo leve; que provoca a evacuação, mas de forma suave; o mesmo que laxativa porém com efeito leve; vinagreira, Cáscara-Sagrada.

LAXANTE: laxativo; provoca a evacuação; azeitona preta; batata-de-purga, cáscar-sagrada, óleo de rícemo, Espinheira-Santa, gergelim, hibisco, mertiolate, Alcachofra, Hepatozan, Sene, Cáscara-Sagrada, agar-agar, açafraão, óleo de linhaça, Fibras de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, altéia, anil, bardana, babosa, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória, cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro, sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

LENITIVO: calmante; que acalma e seda as dores e irritações da pele.

LENTICELA: são aberturas (rachaduras) no ritidoma (casca) dos vegetais. Estas aberturas possibilitam a troca gasosa na região.

LEPRA: elefantíase-dos-gregos; gafa; gafeira; gafo; guarucaia; hanseníase; lazeira; leprose; macota; macutena; mal; mal-bruto; mal-de-cuia; mal-de-lázaro; mal-de-são-lázaro; mal-do-sangue; mal-morfético; morféia; doença infecciosa crônica causada pelo Mycobacterium leprae

ou bacilo de Hansen, que se inicia, após uma incubação muito lenta, por pequenas manchas despigmentadas onde a pele é insensível e não transpira, e evolui para a forma tuberculosa (a mais comum), lepromatosa ou ainda intermediária; doença dos hansenianos; agrião (chá), carqueja, coro-onha (pó da semente, uma colher de café diluído em água quente e tomar só frio), embira (lavar), Espinheira-Santa (tomar e lavar as feridas), espinheira-maricá (chá das folhas), espada-de-São-Jorge (cozinhar as folhas ou partes e lavar as feridas), imbiri (chá das folhas), limão (suco tomar), mururé (lavar), pau-pombo (chá das cascas), pita (tomar o chá de um pedaço de um gomo de laranja e fazer ainda banhos com a água do cozimento), unha-de-anta (chá), Unha-de-Gato. Consultar o médico.

LER: Garra-do-Diabo.

LETARGO: sono pesado de que o indivíduo acorda dificilmente; salva-do-rio-grande-do-sul.

LEUCEMIA: doença progressiva do homem e de outros animais de sangue quente, que se caracteriza pela proliferação descontrolada, isto é, cancerosa, de células precursoras (blastos) dos glóbulos brancos normais na medula óssea e no sangue; leucose; doença que muitos chamam de câncer no sangue; É constatado um aumento exagerado de glóbulos brancos; alfafa (chá), erva-santa-maria (tomar o chá aumentando-o aos poucos), buva conhecida também por voadeira (chá 3 vezes ao dia), pervinca (tem de ser usada no começo bem fraca como chá, aumentando a dose aos poucos ela reduz os glóbulos brancos e é eficaz em feridas cancerosas, doenças malignas dos gânglios, tuia (chá, útil nesta doença), chá de são-roberto (gerânio - *Geranium robertianum*); alimentação natural e água ferruginosa a vontade.

LEUCÓCITO: glóbulo branco; a célula branca do sangue; há diversos tipos de leucócitos, entre os quais podem ser citados os neutrófilos e os linfócitos; sua função é a defesa do organismo (fagocitose e produção de anticorpos).

LEUCOCITOSE: aumento da taxa sangüínea de leucócitos; Óleo de Alho.

LEUCOPLASTO: plastídio incolor presente nas células dos tecidos internos não expostos à luz, como nos tubérculos, raízes etc., e que pode, sob condições específicas, converter-se em cromoplasto, amiloplasto ou eleoplasto; leucoplasta, leucoplastídio.

LEUCORRÉIA: corrimento branco da vagina ou do útero, resultante de infecções por bactérias, fungos ou protozoários, conhecido vulgarmente pelo nome de flôres-brancas; agoniada, alfazema, algodoeiro, amor-do-campo, barbatimão, batata-de-purga, buranhém, cabeça-de-negro, cana-do-brejo, cruá, eucalipto, jaborandi, jambolão, jequitibá, joão-da-costa, limão, losna, mangue-vermelho, maraviha, marupá, melão-de-são-caetano, óleo-de-copaíba (gotas), pariparoba, raiz de anil, tejuco, timo, umbaúba, urtiga-branca; verna. Para evitar a reincidência: *Equinacea purpurea*.

LEVEDURA: designação geral de determinados tipos de fungos.

LIBIDO, falta de: Saw Palmetto, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Guaraná.

LIENTERIA: diarreia em que as substâncias ingeridas são eliminadas sem ser digeridas; louro-prêto.

LINFA: líquido orgânico transparente originado do sangue, composto de proteínas e lipídios, que circula nos vasos linfáticos e transporta glóbulos brancos, especialmente linfócitos T.

LINFANGITE: inflamação dos vasos linfáticos; limão.

LINFATISMO: estado que se caracteriza pela palidez da pele, falta de resistência dos músculos e aumento do volume dos órgãos linfáticos; estado constitucional mal definido, no qual o sistema linfático ganglionar é anormalmente desenvolvido sob a influência de uma diátese ou de uma infecção crônica, em geral tuberculose; limão, Juglans regia NOGUEIRA, Rumex acetosa AZEDINHA, Lepidium sativum MASTRUÇO.

LINFÓCITO: leucócito mononuclear, formado principalmente no tecido linfóide, de núcleo geralmente redondo ou ligeiramente denteado.

LIPOLÍTICA: dissolve as moléculas de gordura.

LÍQUEN: divisão do reino vegetal que reúne organismos formados pela associação simbiótica entre um fungo, frequentemente ascomiceto, e uma alga verde ou azul, de talo predominantemente constituído pelo fungo, com as células algais dispostas em uma camada interna ou dispersas no tecido fúngico (vivem geralmente sobre o solo, rochas e cascas de árvores e arbustos, em uma grande variedade de clima; certas spp. muito sensíveis à poluição atmosférica são usadas como um indicador de poluição e algumas spp. têm uso comercial, na extração de corantes e de antibióticos; a classe foi estabelecida antes dos líquens serem considerados fungos especializados, mas, como sua classificação ainda é incerta, é mantida dentro da botânica por conveniência); associação de algas e fungos em relação mutualística; sobrevivem onde nem o fungo nem a alga sobrevivem sozinhos.

LÍQUIDOS: Produto para diminuir a retenção de líquidos: abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aberta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cipó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-

pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

Lise: declínio gradual dos sintomas de uma moléstia, esp. de doenças agudas; queda gradual de febre; afrouxamento, deslocamento, destruição de aderências de um órgão; desintegração ou dissolução de elementos orgânicos (tecidos, células, bactérias, microrganismos) por agentes físicos, químicos ou enzimático.

LISOSSOMO: organela presente no citoplasma de célula eucariontes, responsável pela digestão intracelular.

LITÍASE biliar: litíase biliar; presença de cálculos nas vias biliares; concreção formada na vesícula biliar ou nos ductos biliares; Nasturtium officinale AGRIÃO, Boldo-do-chile, bardana, Baccharis crispa CARQUEJA, hortelã, limão, quebra-pedra, tamarindo, verônica, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, erva-pombinha, erva-tostão, jurupitan, parietária, papiparoba, Berberis vulgaris UVA-ESPIM, Taraxacum officinale - DENTE-DE-LEÃO.

LITÍASE renal: formação de areias ou cálculos nos rins; concreção nos rins; abútua, agrião, cana-do-brejo, quebra-pedra, uva ursina, chapéu-de-couro, bardana, limão, urtiga-vermelha, verônica, parietária, Cavalinha. Regime de cereais e leite. Beber água em abundância, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, arnica-do-mato, douradinha-do-campo, erva-pombinha, estigmas de milho, salsaparrilha, Sambucus nigra SABUGUEIRO, Berberis vulgaris UVA-ESPIM, tribulus terrestris.

LOCUS: local ou posição dos gens no cromossômo.

LOMBRIGA: designação comum aos vermes nematódeos parasitas do intestino, ceco e apêndices, especialmente do homem; verme nematódeo (Ascaris lumbricoides) da família dos ascaridídeos, cosmopolita, que parasita o intestino do homem, porco e carneiro; possui cor amarelada clara com quatro estrias longitudinais, a fêmea mede de 20 cm a 40 cm de comprimento e o macho é muito menor; abacate (10g de casca verde da fruta), abóbora (50g a 90g de semente trituradas com 100g de açúcar e 150ml de leite ou então fazer chá da semente), arruda (20g para crianças, pôr sobre o ventre), alho (cru ou com leite), amoreira-preta (chá da casca ou da raiz), araticum (chá das folhas ou das cascas do tronco), artemísia (folhas ou flores), babosa (chá), beijo-de-moça (sementes), butiá-de-vinagre (comer a fruta),

buxo (uma xícara de chá feito de tantas folhas quantos anos a pessoa tenha, mais dez, nunca passando de 40 folhas. Tomar em jejum de manhã, uma vez por semana e três semanas seguidas. Durante o dia, tomar um depurativo do sangue como das folhas de laranja-do-mato ou cruzeiro), beldroega (pôr 1/5 de uma garrafa de semente e o resto vinho bom e após 9 dias tomar um cálice por dia e 8 dias seguidos), erva-gorda (o mesmo), cajueiro (fruto), camomila (50g), canforeira, carqueja, casca-de-anta ou cataia, catinga-de-mulata, cipó-d'alho, cipó-escada com salsa e cabelo-de-porco, cinamomo (chá das sementes ou folhas), coco (leite), corticeira, couve (suco das folhas), cravo-de-defunto ou chinchílo (a flor), erva-de-bicha ou erva-de-santa-maria é uma das ervas mais usadas contra os vermes (o suco ou semente com gemada, chá das folhas em leite ou em água), erva-de-bicho, fedegoso (raiz), feto-macho (30g do pó da raiz), gameleira (leite contra vermes e com maior dose, tônia), guaxuma (semente), Guaco, hortelã, limão (chá da semente ou da casca ralada), quebra-pedra (em leite), mamoeiro (o leite, 10 a 24 sementes por vez, 33g da raiz ralada: tomar no espaço de uma hora), melão-de-são-caetano (folhas e suco), mentruz (chá), pessegueiro (pôr folhas esmagadas em cataplasma sobre o ventre da criança), outra maneira de usar é 2g de folhas numa xícara de leite, pitanga, rábano (semente), rabanete (semente), mamona (3 a 4 sementes), melancia (semente), manga (brotos e amêndoa), romanceira (50g da casca do pé ou raiz), tremoço (semente), Óleo de Alho, erva-de-bicho, romã (casca), simaruba. As gestantes devem tomar cuidado em tomar vermífugos porque podem afetar o feto, a não ser usar alho, mentruz, hortelã, arruda, artemísia, beldroega, camomila-da-alemanha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, erva-de-santa-maria, fedegoso, gameleira, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira, jatobá, limão, lombrigueira, marupá-do-campo, pau-dálho, persicária.

LUBRIFICANTE: substância que umidifica e unta os tecidos.

LUMBAGO: dor forte e repentina na região lombar; Garra-do-Diabo, *Thymus vulgaris* - TOMILHO, *Viscum album* VISCO-BRANCO, *Beta vulgaris* BETERRABA, *Echinodorus macrophyllus* CHAPÉU-DE-COURO, *Turnera ulmifolia* DAMIANA, *Solanum tuberosum* BATATINHA, *Avena sativa* AVEIA, *Chamomilla recutita* CAMOMILA. Compressas quentes na região lombar durante 15 minutos, de duas em duas horas.

LÚPUS ERITEMATOSO: doença do tecido conjuntivo, de origem desconhecida, ubiqüitária, que apresenta sinais gerais (febre, emagrecimento, astenia) e manifestações cutâneas, cardiovasculares, renais, nervosas e articulares, dentre outras.

LÚPUS VULGAR: forma de tuberculose cutânea.

LÚPUS: lupo; afecção cutânea tubecular de tendência invasora e destrutiva chamada outrora darto avermelhado; lesão cutânea, destrutiva, semelhante a mordida de lobo. *Centella asiatica* - CENTELA, *Aristolochia trilobata* ANGELICÓ.

LUXAÇÃO: deslocamento de peças ósseas, modificando as relações naturais de uma articulação.

Chenopodium quinoa QUINOA, Solanum tuberosum BATATINHA.

MÁ CIRCULAÇÃO: açafão, algodão (folhas), chá-de-bugre, casca-de-anta, douradinha, erva-mate, erva-de-santa-maria, alecrim, anil, camboatá, erva-cidreira, erva-lanceta, laranjeira (folhas), hortelã, salva, urtiga, tajubí (casca), tarumã, verbena, arnica, margarida (folhas), Coffea cruda, Guaraná, quassia, baúna, porangabá, congonha-de-bugre, douradinha-do-campo, erva-de-bicho, erva-mate, garaná, Jasminum arabicum, piper, Castanha da Índia, parietária, arnica, Óleo de Alho, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, carqueja, óleo de germe de trigo.

Má DIGESTÃO: Alcachofra, Hepatozan, alfazema, Boldo-do-chile, camomila, carqueja, fedegoso, Gengibre, losna, noz-moscada, marcela, jatobá, hisopo/rubim, manjerona, centella-asiatica, açafão, agrião, alecrim, alfavaca, anis, azedinha, bardana, camboatá, capim-cidreira, carrapicho-rasteiro, casca-de-anta, cebola, cipó-mil-homens, fel-da-terra, gervão, corticeira, endro, erva-cidreira, Espinheira-Santa, funcho, jurubeba, laranjeira-do-mato, louro, mamão, Maracujá, maria-mole, paratudo, picão, pita, quássia, quina, salsa, salva, Sene, laranjeira-brava, urtiga-vermelha, anis-estrelado, artemisia (Artemisia annua), bálsamo, erva-mate, estragão, louro, tanaceto, Levedo de Cerveja.

MACERAÇÃO: o material é esmagado ou triturado e deixado em água fria (ou outro líquido especificado, normalmente alcólico, tipo vinho, cachaça, álcool de cereais, etc.), de 6 a 12 horas, se for tenro, se for duro pode durar mais tempo.

MACULA ADHERENS: estrutura presente na membrana plasmática e que mantém unidas células epiteliais; desmossoma.

MAL DE POTY: doença das vértebras. Manifesta-se principalmente nas crianças e adolescentes. Não é mais que uma cárie, osteíte difusa, rarefaciente e necrosante, a maior parte das vezes de origem tuberculosa, de uma ou mais vértebras; viver ao ar livre. Tomar banho de sol. Comer alimentos crus (frutas e verduras) em abundância. Consultar um médico.

MALÁRIA: febre palustre, maleita-brava; paludismo, impaludismo; maleita; doença aguda ou crônica causada pela presença de parasitos apicomplexos do gênero Plasmodium nos glóbulos vermelhos do sangue; é transmitida de pessoa infectada a pessoa não infectada pela mordida de mosquitos do gênero Anopheles e caracteriza-se por acessos periódicos de calafrios e febre que coincidem com a destruição maciça de hemácias e com a descarga de substâncias tóxicas na corrente sangüínea ao fim de cada ciclo reprodutivo do parasito; Alcachofra, Hepatozan (chá), carqueja, chá-preto, buxo, cipó-mil-homens, erva-tostão, óleo de eucalipto, fedegoso (raiz), gervão, noqueira (chá), pau-pereira, peroba-rosa (casca), picão-da-praia (chá), quina, quina-amarga, pau-amargo, quebra-pedra, salgueiro-branco, sálvia (chá); agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama,

tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias. Procurar um médico. Para repelir os insetos causadores: repelente de insetos.

MAL-DE-BRIGHT: parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan, Pilocarpus jaborandi. Tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas.

MAL-DE-PEDRA: cálculos na bexiga; agrião, bardana, limão, quebra-pedra, verônica, congonha-de-bugre, erva-pombinha, karatá, Cavalinha, Alcachofra Herbarium, Alcachofra Phitolabor, Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium. Tomar banhos quentes alternados.

MALEITA: Ver **MALÁRIA**, acima.

MANCHAS da pele: acariçoba, arrebenta-cavalo, celidônia, cipó cabeludo, maravilha, mil-em-rama, Aloe Gel, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, Ginkgo-biloba. Ver pele.

MASSA MAGRA: Produto para preservar a massa muscular magra, em atividades intensas.

MASTALGIA: mastodinia; dor nevrálgica da mama; Óleo de Prímula, Triticum repens GRAMA, Melissa officinalis ERVA-CIDREIRA.

MASTIGÓFOROS: flagelados; classe de protozoários cujos representantes se locomovem por meio de flagelos.

MATÉRIA ORGÂNICA: resíduos vegetais em decomposição.

MAU HÁLITO: halitose; fazer bochechos, gargarejos com o chás de: aperta-ruão, cebola, erva-doce, hortelã, óleo de eucalipto, erva-de-santa-maria, limão, Artemisia absinthium - LOSNA, amoreira (folhas), Citrus aurantium var. bergamia BERGAMOTA, Juniperus communis ZIMBRO, Thymus vulgaris - TOMILHO, salva, noz-moscada, Gengibre, Malva sylvestris MALVA, Myristica bicuhyba NOZ-MOSCADA, Myristica fragrans NOZ-MOSCADA, Piper aduncum L. - PIMENTA-DE-MACACO, Geum urbanum ERVA-BENTA, Mentha piperita HORTELÃ-PIMENTA, Jacaranda copaia ssp. spectabilis CAROBA, sálvia, cravo da Índia, Curcuma zedoaria ZEDOÁRIA, Glycyrrhiza glabra., Carvão Vegetal, zedoária, clorofila, Própolis Ervas Spray. Mascar algumas folhas de ervas aromáticas.

MEIOSE: processo de divisão celular pelo qual uma célula diplóide origina célula haplóides; é um processo que reduz o número cromossômico (divisão reducional).

MELANCOLIA: estado mórbido caracterizado pelo abatimento mental e físico que pode ser manifestação de vários problemas psiquiátricos, tendendo hoje a ser considerado mais como uma das fases da psicose maníaco-depressiva; estado afetivo caracterizado por profunda tristeza e desencanto geral; depressão; kawa-kawa, erva-de-são-joão, hipérico, Óleo de Alho Herbarium, Óleo de Alho Phytomare, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, pfaffia paniculata, cevada, alface, Angelica archangelica - ANGÉLICA, Vanilla planifolia BAUNILHA, Dioscorea sylvatica var. sylvatica BATATA-MEXICANA, Lagenaria vulgaris CABAÇA, Aloysia triphylla LIMONETE, figo (folha), margarida, meliloto, salgueiro-branco, sálvia, Melissa officinalis ERVA-CIDREIRA.

MELANÓCITO: células de melanina.

MEMBRANA NUCLEAR: camada fina de tecido que recobre uma superfície, forra uma cavidade, divide um espaço ou órgão ou une estruturas adjacentes; meio poroso através do qual fluem substâncias que podem ser separadas ou concentradas por osmose, diálise, filtração etc.; carioteca.

MEMBRANA PLASMÁTICA: plasmalema; fina película lipoprotéica que delimita todos os tipos de células vivas.

MEMBROS: cada um dos quatro apêndices do corpo de alguns animais e do homem, providos de articulação e movimento e ligados ao tronco em pares simétricos, cujas funções principais são as de locomoção e, especialmente nos primatas, de preensão; pernas e braços.

MEMBROS, edemas (inchaço) das pernas ou pés: abacateiro (chá), abóbora (chá), angico, aroeira (fricções e chá), banana-de-mico (banhos), barba-de-velho, cabacinha (chá e banhos camomila, Cavalinha (chá e banhos), cabelo-de-milho, cambuí, cerejeira, chá-de-bugre, chapéu-de-couro, cedro, cipó-cabeludo, cipó-carijó (banhos), cipó-mil-homens, dorme-dorme, fedegoso, embaúba, goiabeira (banhos), lima-da-pérsia, pita (chá e banhos), picão, mamangaba (chá e banhos), porongaba (chá), salsa (chá), santos-filho, trapoeraba, urtigão (banhos), velame-do-campo.

MEMBROS, torpor ou adormecimento: ver a causa: ativar os membros. Veja circulação e estimulantes. abútua (chá da raiz), anis (chá), erva-de-santa-maria (chá de toda planta), imbirí (chá), guiné (chá, banhos ou compressas). Ginkgo-biloba.

MEMÓRIA MELHORA DA: Ginkgo-biloba, centella-asiatica, Ginseng-Brasileiro, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Levedo de Cerveja, aveia, alfafa, catuaba, figo (comer o fruto e chá das folhas), fava (comer), feno-grego (1 colherinha de chá de pó do grão por dia),

guiné (chá), lentilha (comer), margarida (chá das folhas ou flores), marapuama, mel puro, trigo, jatobá (seiva), sálvia-cidreira.

MENINGITE: inflamação das meninges. Procurar sem demora o médico; limão (tomar bastante suco), erva-moura (folhas em infusão), Maracujá, dedaleira, batata-purga (5 a 6 gramas por litro de água). Recomenda-se pôr compressas frias na cabeça, renovando-as quando esquentarem. Há gente que costuma amarrar fatias de cebola na planta dos pés ou colocar sal torrado e quente em saquinho sobre a cabeça, pimenta-malagueta (chá).

MENOPAUSA: interrupção fisiológica dos ciclos menstruais, devida à cessação da secreção hormonal dos ovários; período de cessação definitiva das regras (menstruação); açoita-cavalo (folhas), algodoeiro (casca, folhas e raiz), calêndula, carapiá (raiz), erva-de-passarinho, erva-moura, Maracujá (folhas), margarida, maria-mole, melão-de-são-caetano, pepino (um quarto de litro de suco dele sem casca, tomar por um certo tempo), erva-do-colégio ou sussuaiá (chá uns dias antes e depois das menstruações), parreirinha-do-mato, videira, (folhas nas hemorragias uterinas), trapoeraba, tília, salsa, maripuama, tarumã, salva, catuaba, caroba, agoniada, carapiá, mulungu. Cimicifuga.

MENORRAGIA: perda uterina excessiva de sangue, ocorrendo em intervalos regulares e sendo o período de perda mais duradouro que habitual na menstruação. Excesso de fluxo menstrual; Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENOSTASE: qualquer supressão da menstruação; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO abundante: Cavalinha, bolsa-de-pastor, flor-da-noite, mil-em-rama, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO difícil: dismenorréia; alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscio, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, ausente ou suprimida: amenorréia; aipo (chá), arruda (chá fraco), artemísia, avenca, baunilha, calêndula, cabeça-de-negro (taiuiá), carapiá, salsa-de-horta, margarida, marroio-branco, Óleo de Prímula, abútua-miúda, alfazema, algodoeiro, angelicó, bucha, cardo-

santo, guaiaco, jaborandi, limão, louro, manacá, melão-de-são-caetano, pipi, tejuco, timo, trevo-cheiroso, urtiga branca, vassourinha. Se o mal se prolongar, consultar um médico para determinar a causa.

MENSTRUACÃO dolorosa: alface, calêndula, iris (rizoma), joio, malva, malvaíscio, maravilha (5g por xícara), mil-em-rama (planta florida), repolho (folhas, aplicar no baixo ventre), sabugueiro (flores), salsa (sementes, raiz ou folhas - 25g por xícara), agoniada, alecrim-jardim, algodoeiro, angélica, artemísia, azedeira, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, camomila-romana, cana-do-brejo, cominho, cruá, fedegoso, funcho, hortelã, limão, losna, poejo, Óleo de Prímula.

MENSTRUACÃO, irregular ou atrasada: abútua, abacateiro (folhas secas), alfazema, agoniada (chá da casca), anis, aipo, angélica, arruda, avenca, calêndula (flor), carapiá, canela, cipó-mil-homens, cipó-são-joão, erva-cidreira, girassol (folhas), hortelã. melão-de-São-Caetano (suco das folhas), poejo, taiuiá, salsa (folhas ou sementes). Plantas que combatem as regras abundantes: algodoeiro (casca da raiz), beijo-de-moça, bolsa-de-pastor, calêndula, Cavalinha, mil-em-rama, Gengibre, verónica, zínia (folhas e flores), capim-pé-de-galinha. Veja também Emenagogas.

MERCÚRIO envenenamento por: anil, bardana. Chamar o médico.

MERISTEMA: tecido vegetal indiferenciado, do qual se originam novas células para a formação de outros tecidos.

MESOSSOMA: dobra ou invaginação da membrana citoplasmática em certas bactérias originando uma região onde se concentram as enzimas respiratórias.

METABOLISMO DE GORDURAS, distúrbios do: centella-asiatica, Alcachofra, Hepatozan, Ginkgo-biloba.

METABOLISMO: conjunto de todos os processos bioquímicos implicados na manutenção da vida de um ser.

METACÊNTRICO: cromossômo metacêntrico; aquele que está dividido ao meio pelo seu centrômero.

METÁFASE: fase da divisão celular que se caracteriza pelo pareamento dos cromossômos na linha equatorial da célula.

METRITE: inflamação do útero; açoita-cavalo, aipo, agoniada, assa-peixe, baunilha, abútua, barbatimão, caroba, carapiá, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, camomila, espelina, fel-da-terra, erva-moura, erva-de-passarinho, fedegoso, Gengibre, Guaco, hortelã, Hamamelis, jequitibá (banho), jaborandi (chá), joão-da-costa, maceta. nabo, pariparoba, salva-cidreira, trevo (chá),

tuia (chá), velame-do-campo (chá), cruá, limão, quitoco.

METRORRAGIA: hemorragia do útero; o mesmo que uterorrágia; agoniada, algodoeiro, aroeira, barbatimão, casca-d'anta, cordão-de-frade, João-da-costa, raiz de anil, urtiga-branca, bolsa-de-pastor. Consultar um médico.

MIALGIA: miodímia; dor nos músculos; Garra-do-Diabo.

MICÉLIO: conjunto de hifas que constituem os fungos com raízes de certas plantas.

MICOPLASMA: designação comum às bactérias diminutas do gênero *Mycoplasma*, Gram-negativas, imóveis, sem parede celular verdadeira e que não formam esporos.

MICOSE: qualquer doença na pele causada por fungos, extrato de Própolis Ervas Spray.

MICROGNATIA: tamanho anormalmente pequeno, ou desenvolvimento insuficiente dos maxilares, esp. do maxilar inferior; micrognatismo; atrofia da mandíbula; má formação mandibular.

MICRÓTOMO: aparelho usado para se obter cortes finos de material biológico, com o objetivo de permitir a observação microscópica.

MICROTÚBULO: cada uma das estruturas tubulares protéicas envolvidas na ação de estruturas celulares contrácteis como os cílios e flagelos.

MICROVILOSIDADE: cada uma das dezenas de dobramentos microscópicos da membrana de certas células, o que aumenta sua capacidade de absorver substâncias.

MINERALIZANTE: substância rica em sais minerais importantes para a saúde humana.

MIOMA: tumor constituído de elemento(s) muscular(es); girassol mexicano, Unha-de-Gato, echinácea, *Agaricus blazei*.

MIOSINA: uma das proteínas que desliza sobre a actina para produzir a contração muscular.

MITOCÔNDRIA: organela citoplasmática das células eucariontes, responsável pela respiração celular; condrioma.

MITOSE: processo pelo qual uma célula eucarionte origina, em uma seqüência ordenada de etapas, duas células cromossômica e geneticamente idênticas.

MIXO: prefixo que significa "mucilagem" ou mistura.

MODERADOR DE APETITE: garcínia, chrolella, fenchi.

MOLÉSTIAS DA PELE: cipó suma, cipó cabeludo. Ver pele.

MONOCOTILEDÔNEAS: do grego: kotyedon; cavidade em forma de taça; subclasse de angiospermas, caracterizadas por diversas propriedades, entre as quais está a presença de uma única folha de semente (cotilédone).

MONOSSACARÍDEO: carboidrato de fórmula geral $C_n(H_2O)_n$, onde n varia de 3 a 7; a glicose, por exemplo, é um monossacarídeo.

MORDEDURA venenosa: coração-de-jesus, erva-de-cobra, Guaco, guapeva, limão, marupá-do-campo, paracari, saião, salva, vassoura. Recorrer ao médico nos casos graves.

MOUSSE: substância de consistência leve que serve para dar volume e forma aos cabelos.

MUCILAGEM: substância gomosa encontrada nos vegetais. Polímeros de açúcares com propriedade de diminuir irritações locais da pele e mucosas, reco com uma camada protetora. Mucilagínosa que contém mucilagem.

MUCOSA GÁSTRICA: bardana, limão, malva, mil-em-rama, poejo, trevo-cheiroso, louro-prêto, candurango, agrião, celidônia, caqui, Gengibre, paratudo, hortelã, erva-de-santa-maria, tansagem (semente), araruta, arroz (água), alguns laxantes.

MUCOSIDADE PULMONAR: agrião, angélica, avenca, cocleária, limão, língua-de-vaca, malva, Óleo de Alho, paracari, poejo, trevo-cheiroso, vassourinha, vassourinha-do-campo, verônica, angico, bananeira (suco), caraguatá, camapu, capim-pé-de-galinha, cardo-santo, casca-de-anta, cebola, coqueiro, erva-macaé, erva-terrestre, umbaúba, grandíuva, xarope de guaco, hortelã, jatobá, mil-em-rama, mostarda, pessegueiro (resina), pinheiro (resina), rábano, sempre-viva, sálvia-cidreira, tuia, verbasco, violeta.

MUCOSIDADE: líquido viscoso segregado pelas mucosas.

MULTICELULAR: pluricelular; diz-se do organismo que é formado por muitas células.

MÚSCULO DOR NOS: arnica, erva-de-santa-maria, pomada de beladona.

MÚSCULO: produto para preservar os músculos (glicogênio - polissacarídeo $(C_6H_{10}O_5)_n$) formado a partir de moléculas de glicose, utilizado como reserva energética e abundante nas células hepáticas e musculares: Produto para definição e ganho muscular, resistência física, protetor muscular, dores musculares, aliviar a fadiga física e mental, recuperação de lesões,

crescimento e regeneração muscular, otimizador metabólico nos processos de geração de energia, performance atlética.

MUTUALISMO: simbiose; relação ecológica interespecífica em que há vantagens recíprocas para as espécies que se relacionam; difere da protocooperação por ser, ao contrário dela, uma associação permanente e indispensável à sobrevivência das partes.

NARCÓTICA: induz ao sono ou à inconsciência.

NARIZ, hemorragia no: epitaxe; erguer a cabeça e erguer o braço do lado oposto que sangra, lavar com água fria ou pano o pescoço; pôr um chumaço de algodão; anis (chá), batata-purga (chá), bolsa-de-pastor, flor-da-noite, cactos (chá), Cavalinha (chá), limão (pingar suco no nariz), erva-de-bicho (chá), solda-com-solda (chá), salsa-comum (pôr uma bolinha feita das folhas verdes no nariz que sangra), taiuiá (chá), urtiga-branca (chá), tomar uns dias cálcio da casca de ovo (1 colher de chá do pó por dia), Cálcio de Ostras Enriquecido.

NÁUSEA: desejo ou ânsia de vômito; enjôo; kawa-kawa, erva-de-são-joão.

NÁUSEAS e vômitos: camomila-da-alemanha, sálvia, Alcachofra, Hepatozan, camomila, chá hepático.

NC: nome científico.

NEFRITE: inflamações dos rins; parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan. Nos casos graves tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas.

NEFROSE: lesões renais degenerativas ou regressivas nos rins; Alcachofra, Hepatozan.

NEOPLASIA: designação genérica de todo tumor, benigno ou maligno; Agaricus blazei, Unha-de-Gato.

NERVAÇÃO PENINÉRVEA: nervura principal que origina as secundárias e estas as terciárias.

NERVAÇÃO: forma de disposição das nervuras na folha.

NERVOS, afecção do sistema nervoso: alcaçuz, alfavaca, alfazema, arruda, artemíase, cerefólio, corticeira, erva-cidreira, jaborandi, limão, malva, manjerona, Maracujá-açu.

NERVOS, fortalecer os: alfafa, alfavaca, anis (chá), cajueiro, catuaba, dente-de-leão. figo (folhas e frutos), lentilha, margarida, macieira, marapuama, mil-em-rama, poejo, salva, serralha, tomar banhos frios, sálvia, cidreira, baunilha.

NERVOSISMO: estado de excitação psíquica, de agitação, irritabilidade; ansiedade, nervoso; erva-de-são-joão.

NEURASTENIA: fraqueza dos nervos; afecção mental caracterizada por astenia física ou psíquica, preocupações com a saúde, grande irritabilidade, cefaléia e alterações de sono; Ballota nigra, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Chlorella.

NEUROSE: perturbação funcional que se refere a órgãos intactos, considerada como de origem nervosa, como, p.ex., uma neurose cardíaca; conjunto de problemas de origem psíquica que, diferentemente da psicose, conservam a referência à realidade, ligam-se a situações circunscritas e geram perturbações sensoriais, motoras, emocionais e/ou vegetativas; psiconeurose; afecção de origem psíquica em que os sintomas expressam simbolicamente um conflito originado na infância do indivíduo, e que cria soluções de compromisso entre o desejo e as defesas.

NEURALGIA: dor viva no trajeto de um nervo e de suas ramificações, sem alteração aparente das partes doloridas; dor de estruturas nervosas, sem alteração aparente da área acometida; Garra-do-diabo, alface(folhas), araticum (compressas), arnica (folhas), arruda (compressas), cordão-de-frade (compressas), corticeira, espada-de-são-jorge (fricções), óleo de eucalipto, chá de guaco, hortênsia (cataplasma com as folhas), margarida, erva-de-santa-maria (compressas), língua-de-vaca, erva-melissa, tansagem (compressas), trapoeraba, tília. Para uso interno: alfazema, alecrim-de-jardim, açoita-cavalo, cipó-almecega, cipó-mil-homens, alface, camomila, beijo-de-moça, cerejeira-do-brasil, calêndula, carapiá, capim-de-burro, erva-de-santa-maria, erva-macaé, Maracujá, corticeira, malva, guiné, laranja-do-mato, tília, tuia (tendo tremuras no rosto), abóbora d`anta, cassau, chapéu-de-couro, cipó-almecega, curatombo, marapuama, suma-roxa, tomba, trombeta, graviola, Guaraná, jamenina, negra-mina, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare.

NEURALGIA dos trigêmeos: dor nos nervos que compõem o quinto par de nervos cranianos; folhas de abacate, Garra-do-diabo.

NIACINA: nicotinamida, Vitamina PP: vitamina hidrossolúvel que combate a pelagra. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

NICOTINAMIDA: vitamina PP, niacina: vitamina hidrossolúvel que combate a pelagra. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

NÓDULO: pequeno nodo; gânglio; concreção originada da precipitação de substâncias minerais

em torno de um núcleo.

NORMALIZADORA DO COLESTEROL: substância que normaliza a taxa de colesterol; Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Alcachofra, Hepatozan, girassol, alfafa, parietária, chapéu-de-couro, sete-sangrias, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, Acerola, Quitosana Herbarium, Quitosana Phytomare, chá-mineiro, congonha-de-bugre, vinagre de maçã (3 colheres de sopa por dia), farelo de aveia, Óleo de Peixe Phytomare, Ômega 3 Óleo de Peixe Herbarium, Gelatina de Peixe, Guaraná, alecrim, camomila, melissa, óleo de menta, pata-de-vaca, chá-verde, salva. Seguir regime alimentar, fazer jejum periódico Usar chás laxantes e diuréticos. Evitar abuso de gorduras, farinhas e açúcar.

NUCLEÓIDE: região da célula procarionte onde se concentra o material hereditário.

NUCLÉOLO: corpo denso formado por ribossomos em maturação, presente no núcleo das células eucariontes.

NUCLEOPLASMA: plasma contido no núcleo da célula; carioplasma.

NUCLEOTÍDEO: unidade (monômero) das moléculas de ácidos nucléicos, formado por um açúcar, uma base nitrogenada e um ácido fosfórico (fosfato); no nucleotídio de DNA o açúcar é a desoxirribose (desoxirribonucleotídio) e no de RNA é a ribose (ribonucleotídio).

OBESIDADE: excesso de gordura, de peso; enfermidade caracterizada pelo excesso de peso; regimes, dietas, redução na alimentação das farináceas, gorduras vegetais e animais e doces, usar mais frutas e verduras, observar jejuns periódicos, moderação no comer, mas não deixar de alimentar-se; evitar tomar drogas que descontrolam os hormônios no organismo; caminhadas, ginástica, esporte, saunas; abacaxi, alface, Alcachofra, Hepatozan, aquemila, aspargo, alho-porro, borragem, bananeira (água), caruru-bravo, caroba, carqueja, fucus, Spirulina Phytomare, agar-agar, café-do-mato, capim-sapé, chá-de-bugre, chá-da-índia, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, gervão, juá (raiz), maçã (chá das cascas ou duas colheres de vinagre de maçã por dia), limão, marroio, sabugueiro, embaúba, salsa, ervas laxantes e diuréticas, Chlorella, Quitosana Herbarium, Quitosana Phytomare, porangaba, farelo de trigo, gelatina, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, stevia, garcínia, Fat Blocker.

OBSTIPAÇÃO: prisão de ventre; constipação rebelde; açafraão, Alcachofra, Hepatozan, agar-agar, cáscar-sagrada, óleo de linhaça, Fibra de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, Sene, altéia, anil, bardana, babosa, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, mamona, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória, cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro,

sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

OFTÁLMICO: que atua contra inflamação dos olhos ou de seus anexos (conjuntivite e suas conseqüências, terçol); que combate a oftalmia; erva-de-santa-luzia, pomada de cipó-azougue, jucá.

ÓLEO CARREADOR: óleo que serve de base para a elaboração de diversos cosméticos e para essências aromaterapêuticas.

ÓLEO ESSENCIAL: substância que ocorre freqüentemente nas plantas; possui estrutura formada por dez a vinte átomos de carbono, em geral com um radical álcool ou cetona e com características voláteis.

OLHOS, CATARATA: opacidade parcial ou total do cristalino ou de sua cápsula, a qual impede a chegada dos raios luminosos à retina; mel de jataí (pingar), trevo (suco pingar), assa-peixe (suco pingar), arruda (pingar suco), trapoeraba (suco pingar), serralha-braba (suco tomar), erva-de-passarinho (banhos), cinerária-marítima (1, 2 gotas), Hamamelis (5 gotas). Procure um oftalmologista.

OLHO, CISCO NO: saber puxar, virar as pálpebras e com algodão retirar o cisco.

OLHO, inflamação, dor: agripalma (compressas), alfazema (banhos), alface (aplicar), beladona (compressas alivia dor), cacto (chá), calêndula (chá e compressas), Cavalinha (lavar), cerefólio (cataplasma), cipó-mil-homens (lavar), cipreste (lavar e aplicar compressas), chicória (flores para lavar), camomila (lavar), erva-doce (folhas lavar), erva-de-santa-luzia (pingar o orvalho da manhã que se forma nas folhas com flor contra inflamações da vista), erva-de-passarinho (lavar), girassol (chá), guiné (chá), losna (suco pingar), malva (cataplasma), melissa (cataplasma), mimo-de-vênus (lavar), noqueira (lavar e fazer comoressas), manjerição (compressas), quebra-pedra (compressas), rosa-canina (chá das pétalas e lavar), salva (compressas), roseta (lavar), trevo (lavar), trapoeroa (lavar), sempre-viva-dos-jardins (suco pingar).

OLHO: órgão da visão, de forma esférica, alojado na órbita craniana dos vertebrados; no homem, é composto de uma camada externa (esclera), seguida de uma porção colorida (íris) dotada de um orifício central (pupila), por uma camada intermédia (coróide), por uma camada mais profunda que se liga ao nervo ótico (retina) e por meios de refração (humor aquoso, lente e corpo vítreo).

OLIGÚRIA: secreção insuficiente de urina; oliguresia, oliguria; abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil,

cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cípo-cabeludo, cípo-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradilha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

OPACO: sem brilho.

ORGANELA: orgânulo; diz-se das estruturas citoplasmáticas presentes nas células vivas.

ORQUITE: inflamação dos testículos; cedro vermelho (banhos), cípo-mil-homens (chá), cípo-imbé (banhos), dedaleira (chá bem fraco), erva-de-bicho (chá das folhas), coerana (chá das folhas e raiz), fava (cataplasma da farinha), piteira (chá das folhas), trapoeraba (chá e banhos), aroeira, cedro-rosa, chagas-de-são-sebastião.

OSMOSE: tipo de difusão que ocorre através de membranas semipermeáveis; apenas o solvente se difunde, da região hipotônica para a hipertônica, com tendência ao equilíbrio de concentração.

OSSOS com cárie: velame-do-campo, caroba, salsaparrilha, Cavalinha.

OSSOS com nódulos: aplicar compressas de coalhada.

OSSOS quebrados: compressas com vassourinha e arruda, confrei, erva-de-santa-maria, carapiá, fenogrego, taiuiá, liga-liga (folhas). Tomar bastante cálcio, leite. Tomar por dia uma colher de chá de pó da casca de ovo, Cálcio de Ostras Enriquecido.

OSTEOARTRITE: artrite degenerativa.

OSTEOARTROSE: catilagem de tubarão.

OSTEOPENIA: diminuição progressiva da trama protéica do osso que, no entanto, permanece mineralizado.

OSTEOPOROSE: aceleração da osteopenia devido a um desequilíbrio entre a atividade dos osteoblastos e a dos osteoclastos; descalcificação dos ossos, tornando-os porosos e fracos; Dolomita, Cartilagem de Tubarão, couve.

OTALGIA: dor na orelha, geralmente devida a causas infecciosas; dor de ouvido, otodinia; Óleo de Alho, lóleo de copaíba.

OTITE: inflamação ou das cavidades da orelha média, ou da mucosa que as recobre ou da membrana do tímpano; Ginkgo-biloba.

OVÁRIOS inflamados: agoniada (chá fraco), bago-de-veado (chá), borragem (chá), calêndula (chá), caroba (chá), capim-pé-de-galinha (chá), camomila (chá), coerana (chá), cipreste, chá-de-bugre, erva-moura, erva-santana (chá), Hamamelis (chá), indaiá-açu (chá), João-da-costa, margarida (chá), noqueira (chá), pita (chá), tuia (chá), urtiga (chá da raiz), aplicações de argila.

OVÁRIOS: o órgão que produz as células-ovo (óvulo) nos animais; agoniada, João-da-costa, amor-do-campo, verna; nas plantas floríferas, a porção basal alargada de um carpelo ou de carpelos fundidos, contendo o óvulo ou óvulos. O ovário amadurece em fruto; agoniada, hagniada, João-da-costa.

OXIDANTE: capaz de produzir oxidação.

OXIÚROS: designação comum aos vermes nematódeos da família dos oxiurídeos, que reúne spp. parasitas do intestino de mamíferos, especialmente primatas e roedores; verme nematódeo, Enterobius vermicularis, da família dos oxiurídeos, parasita do intestino do homem que afeta especialmente crianças em todo o mundo. A fêmea deposita os ovos à noite na região perianal, provocando coceira. O coçar contamina as unhas e os dedos, provocando a reinfestação; Óleo de Alho, alho (cru ou com leite).

NARCÓTICA: induz ao sono ou à inconsciência.

NARIZ, hemorragia no: epitaxe; erguer a cabeça e erguer o braço do lado oposto que sangra, lavar com água fria ou pano o pescoço; pôr um chumaço de algodão; anis (chá), batata-purga (chá), bolsa-de-pastor, flor-da-noite, cactos (chá), Cavalinha (chá), limão (pingar suco no nariz), erva-de-bicho (chá), solda-com-solda (chá), salsa-comum (pôr uma bolinha feita das folhas verdes no nariz que sangra), taiuiá (chá), urtiga-branca (chá), tomar uns dias cálcio da casca de ovo (1 colher de chá do pó por dia), Cálcio de Ostras Enriquecido.

NÁUSEA: desejo ou ânsia de vômito; enjôo; kawa-kawa, erva-de-são-joão.

NÁUSEAS e vômitos: camomila-da-alemanha, sálvia, Alcachofra, Hepatozan, camomila, chá

hepático.

NC: nome científico.

NEFRITE: inflamações dos rins; parietaria, cana-do-brejo, óleo de borragem, erva-tostão, eucalipto, limão, Alcachofra, Hepatozan. Nos casos graves tomar água em abundância e chamar o médico, tomar banho quente todas as noites, antes de deitar-se. Regime de frutas e verduras. Tomar sucos e água em abundância, a menos que haja edemas.

NEFROSE: lesões renais degenerativas ou regressivas nos rins; Alcachofra, Hepatozan.

NEOPLASIA: designação genérica de todo tumor, benigno ou maligno; Agaricus blazei, Unha-de-Gato.

NERVAÇÃO PENINÉRVEA: nervura principal que origina as secundárias e estas as terciárias.

NERVAÇÃO: forma de disposição das nervuras na folha.

NERVOS, afecção do sistema nervoso: alcaçuz, alfavaca, alfazema, arruda, artemíase, cerefólio, corticeira, erva-cidreira, jaborandi, limão, malva, manjerona, Maracujá-açu.

NERVOS, fortalecer os: alfafa, alfavaca, anis (chá), cajueiro, catuaba, dente-de-leão. figo (folhas e frutos), lentilha, margarida, macieira, marapuama, mil-em-rama, poejo, salva, serralha, tomar banhos frios, sálvia, cidreira, baunilha.

NERVOSISMO: estado de excitação psíquica, de agitação, irritabilidade; ansiedade, nervoso; erva-de-são-joão.

NEURASTENIA: fraqueza dos nervos; afecção mental caracterizada por astenia física ou psíquica, preocupações com a saúde, grande irritabilidade, cefaléia e alterações de sono; Ballota nigra, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Chlorella.

NEUROSE: perturbação funcional que se refere a órgãos intactos, considerada como de origem nervosa, como, p.ex., uma neurose cardíaca; conjunto de problemas de origem psíquica que, diferentemente da psicose, conservam a referência à realidade, ligam-se a situações circunscritas e geram perturbações sensoriais, motoras, emocionais e/ou vegetativas; psiconeurose; afecção de origem psíquica em que os sintomas expressam simbolicamente um conflito originado na infância do indivíduo, e que cria soluções de compromisso entre o desejo e as defesas.

NEURALGIA: dor viva no trajeto de um nervo e de suas ramificações, sem alteração aparente das partes doloridas; dor de estruturas nervosas, sem alteração aparente da área acometida;

Garra-do-diabo, alface(folhas), araticum (compressas), arnica (folhas), arruda (compressas), cordão-de-frade (compressas), corticeira, espada-de-são-jorge (fricções), óleo de eucalipto, chá de guaco, hortênsia (cataplasma com as folhas), margarida, erva-de-santa-maria (compressas), língua-de-vaca, erva-melissa, tansagem (compressas), trapoeraba, tília. Para uso interno: alfazema, alecrim-de-jardim, açoita-cavalo, cipó-almecega, cipó-mil-homens, alface, camomila, beijo-de-moça, cerejeira-do-brasil, calêndula, carapiá, capim-de-burro, erva-de-santa-maria, erva-macaé, Maracujá, corticeira, malva, guiné, laranja-do-mato, tília, tuia (tendo tremuras no rosto), abóbora d`anta, cassau, chapéu-de-couro, cipó-almecega, curatombo, marapuama, suma-roxa, tomba, trombeta, graviola, Guaraná, jamenina, negra-mina, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare.

NEURALGIA dos trigêmeos: dor nos nervos que compõem o quinto par de nervos cranianos; folhas de abacate, Garra-do-diabo.

NIACINA: nicotinamida, Vitamina PP: vitamina hidrossolúvel que combate a pelagra. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

NICOTINAMIDA: vitamina PP, niacina: vitamina hidrossolúvel que combate a pelagra. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

NÓDULO: pequeno nodo; gânglio; concreção originada da precipitação de substâncias minerais em torno de um núcleo.

NORMALIZADORA DO COLESTEROL: substância que normaliza a taxa de colesterol; Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Alcachofra, Hepatozan, girassol, alfafa, parietária, chapéu-de-couro, sete-sangrias, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, Acerola, Quitosana Herbarium, Quitosana Phytomare, chá-mineiro, congonha-de-bugre, vinagre de maçã (3 colheres de sopa por dia), farelo de aveia, Óleo de Peixe Phytomare, Ômega 3 Óleo de Peixe Herbarium, Gelatina de Peixe, Guaraná, alecrim, camomila, melissa, óleo de menta, pata-de-vaca, chá-verde, salva. Seguir regime alimentar, fazer jejum periódico Usar chás laxantes e diuréticos. Evitar abuso de gorduras, farinhas e açúcar.

NUCLEÓIDE: região da célula procarionte onde se concentra o material hereditário.

NUCLÉOLO: corpo denso formado por ribossomos em maturação, presente no núcleo das células eucariontes.

NUCLEOPLASMA: plasma contido no núcleo da célula; carioplasma.

NUCLEOTÍDEO: unidade (monômero) das moléculas de ácidos nucléicos, formado por um açúcar, uma base nitrogenada e um ácido fosfórico (fosfato); no nucleotídio de DNA o açúcar é a desoxirribose (desoxirribonucleotídio) e no de RNA é a ribose (ribonucleotídio).

OBESIDADE: excesso de gordura, de peso; enfermidade caracterizada pelo excesso de peso; regimes, dietas, redução na alimentação das farináceas, gorduras vegetais e animais e doces, usar mais frutas e verduras, observar jejuns periódicos, moderação no comer, mas não deixar de alimentar-se; evitar tomar drogas que descontrolam os hormônios no organismo; caminhadas, ginástica, esporte, saunas; abacaxi, alface, Alcachofra, Hepatozan, aquemila, aspargo, alho-porro, borragem, bananeira (água), caruru-bravo, caroba, carqueja, fucus, Spirulina Phytomare, agar-agar, café-do-mato, capim-sapé, chá-de-bugre, chá-da-índia, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, gervão, juá (raiz), maçã (chá das cascas ou duas colheres de vinagre de maçã por dia), limão, marroio, sabugueiro, embaúba, salsa, ervas laxantes e diuréticas, Chlorella, Quitosana Herbarium, Quitosana Phytomare, porangaba, farelo de trigo, gelatina, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, stevia, garcínia, Fat Blocker.

OBSTIPAÇÃO: prisão de ventre; constipação rebelde; açafraão, Alcachofra, Hepatozan, agar-agar, cáscar-sagrada, óleo de linhaça, Fibra de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, Sene, altéia, anil, bardana, babosa, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, mamona, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória, cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro, sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

OFTÁLMICO: que atua contra inflamação dos olhos ou de seus anexos (conjuntivite e suas conseqüências, terçol); que combate a oftalmia; erva-de-santa-luzia, pomada de cipó-azougue, jucá.

ÓLEO CARREADOR: óleo que serve de base para a elaboração de diversos cosméticos e para essências aromaterapêuticas.

ÓLEO ESSENCIAL: substância que ocorre freqüentemente nas plantas; possui estrutura formada por dez a vinte átomos de carbono, em geral com um radical álcool ou cetona e com características voláteis.

OLHOS, CATARATA: opacidade parcial ou total do cristalino ou de sua cápsula, a qual impede a chegada dos raios luminosos à retina; mel de jataí (pingar), trevo (suco pingar), assa-peixe (suco pingar), arruda (pingar suco), trapoeraba (suco pingar), serralha-braba (suco tomar), erva-de-passarinho (banhos), cinerária-marítima (1, 2 gotas), Hamamelis (5 gotas). Procure um oftalmologista.

OLHO, CISCO NO: saber puxar, virar as pálpebras e com algodão retirar o cisco.

OLHO, inflamação, dor: agripalma (compressas), alfazema (banhos), alface (aplicar), beladona (compressas alivia dor), cacto (chá), calêndula (chá e compressas), Cavalinha (lavar), cerefólio (cataplasma), cipó-mil-homens (lavar), cipreste (lavar e aplicar compressas), chicória (flores para lavar), camomila (lavar), erva-doce (folhas lavar), erva-de-santa-luzia (pingar o orvalho da manhã que se forma nas folhas com flor contra inflamações da vista), erva-de-passarinho (lavar), girassol (chá), guiné (chá), losna (suco pingar), malva (cataplasma), melissa (cataplasma), mimo-de-vênus (lavar), noqueira (lavar e fazer comoressas), manjerição (compressas), quebra-pedra (compressas), rosa-canina (chá) das pétalas e lavar), salva (compressas), roseta (lavar), trevo (lavar), trapoeraba (lavar), sempre-viva-dos-jardins (suco pingar).

OLHO: órgão da visão, de forma esférica, alojado na órbita craniana dos vertebrados; no homem, é composto de uma camada externa (esclera), seguida de uma porção colorida (íris) dotada de um orifício central (pupila), por uma camada intermédia (coróide), por uma camada mais profunda que se liga ao nervo ótico (retina) e por meios de refração (humor aquoso, lente e corpo vítreo).

OLIGÚRIA: secreção insuficiente de urina; oliguresia, oliguria; abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálam-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cípo-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradilha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

OPACO: sem brilho.

ORGANELA: orgânulo; diz-se das estruturas citoplasmáticas presentes nas células vivas.

ORQUITE: inflamação dos testículos; cedro vermelho (banhos), cipó-mil-homens (chá), cipó-imbé (banhos), dedaleira (chá bem fraco), erva-de-bicho (chá das folhas), coerana (chá das

folhas e raiz), fava (cataplasma da farinha), piteira (chá das folhas), trapoeraba (chá e banhos), aroeira, cedro-rosa, chagas-de-são-sebastião.

OSMOSE: tipo de difusão que ocorre através de membranas semipermeáveis; apenas o solvente se difunde, da região hipotônica para a hipertônica, com tendência ao equilíbrio de concentração.

OSSOS com cárie: velame-do-campo, caroba, salsaparrilha, Cavalinha.

OSSOS com nódulos: aplicar compressas de coalhada.

OSSOS quebrados: compressas com vassourinha e arruda, confrei, erva-de-santa-maria, carapiá, fenogrego, taiuiá, liga-liga (folhas). Tomar bastante cálcio, leite. Tomar por dia uma colher de chá de pó da casca de ovo, Cálcio de Ostras Enriquecido.

OSTEOARTRITE: artrite degenerativa.

OSTEOARTROSE: cartilagem de tubarão.

OSTEOPENIA: diminuição progressiva da trama protéica do osso que, no entanto, permanece mineralizado.

OSTEOPOROSE: aceleração da osteopenia devido a um desequilíbrio entre a atividade dos osteoblastos e a dos osteoclastos; descalcificação dos ossos, tornando-os porosos e fracos; Dolomita, Cartilagem de Tubarão, couve.

OTALGIA: dor na orelha, geralmente devida a causas infecciosas; dor de ouvido, otodinia; Óleo de Alho, lóleo de copaíba.

OTITE: inflamação ou das cavidades da orelha média, ou da mucosa que as recobre ou da membrana do tímpano; Ginkgo-biloba.

OVÁRIOS inflamados: agoniada (chá fraco), bago-de-veado (chá), borragem (chá), calêndula (chá), caroba (chá), capim-pé-de-galinha (chá), camomila (chá), coerana (chá), cipreste, chá-de-bugre, erva-moura, erva-santana (chá), Hamamelis (chá), indaiá-açu (chá), João-da-Costa, margarida (chá), noqueira (chá), pita (chá), tuia (chá), urtiga (chá da raiz), aplicações de argila.

OVÁRIOS: o órgão que produz as células-ovo (óvulo) nos animais; agoniada, João-da-Costa, amor-do-campo, verna; nas plantas floríferas, a porção basal alargada de um carpelo ou de carpelos fundidos, contendo o óvulo ou óvulos. O ovário amadurece em fruto; agoniada, haguniada, João-da-Costa.

OXIDANTE: capaz de produzir oxidação.

OXIÚROS: designação comum aos vermes nematódeos da família dos oxiurídeos, que reúne spp. parasitas do intestino de mamíferos, especialmente primatas e roedores; verme nematódeo, *Enterobius vermicularis*, da família dos oxiurídeos, parasita do intestino do homem que afeta especialmente crianças em todo o mundo. A fêmea deposita os ovos à noite na região perianal, provocando coceira. O coçar contamina as unhas e os dedos, provocando a reinfestação; Óleo de Alho, alho (cru ou com leite).

P.A.: princípio ativo ou componente químico da planta.

P.U.: parte usada da planta.

PALUDISMO: impaludismo; malária; febre palustre; maleita-brava; maleita; doença aguda ou crônica causada pela presença de parasitos apicomplexos do gênero *Plasmodium* nos glóbulos vermelhos do sangue; é transmitida de pessoa infectada a pessoa não infectada pela mordida de mosquitos do gênero *Anopheles* e caracteriza-se por acessos periódicos de calafrios e febre que coincidem com a destruição maciça de hemácias e com a descarga de substâncias tóxicas na corrente sangüínea ao fim de cada ciclo reprodutivo do parasito; Alcachofra, Hepatozan (chá), carqueja, chá-preto, buxo, cipó-mil-homens, erva-tostão, óleo de eucalipto, fedegoso (raiz), gervão, noqueira (chá), pau-pereira, peroba-rosa (casca), picão-da-praia (chá), quina, quina-amarga, pau-amargo, quebra-pedra, salgueiro-branco, sálvia (chá); agoniada, angélica, angelicó, caferana, capim cidreira, cardo-santo, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, coerana, coração-de-jesus, eucalipto, juazeiro, jurubeba, limão, marupá, mil-em-rama, tinguaciba, três-folhas-vermelhas, verônica. Fazer jejum durante 7 ou 8 dias, pelo menos, não tomando nenhum alimento. Tomar purgante e lavagem intestinal diariamente. Nos primeiros 3 dias de tratamento, tomar duas lavagens intestinais diárias, uma de manhã e outra à noite. Espremer, na água de cada lavagem, o suco de 2 limões. Tomar diariamente um banho de vapor. Tomar, de 2 em 2 horas, meia xícara de suco de limão diluído em água, meio a meio. Quando há calafrio, tomar banho quente completo; quando há sensação de calor, tomar banho de chuveiro em água fria. Com este tratamento pode curar-se a doença dentro de poucos dias. Procurar um médico. Para repelir os insetos causadores: repelente de insetos.

PANCADA: choque, batida.

PARAFINA: mistura incolor de hidrocarbonetos saturados sólidos extraídos do petróleo.

PARALISIA: perda da capacidade de movimento voluntário de um músculo, originada por problema neurológico; privação de sensibilidade sensorial parcial ou generalizada; ausência de atividade; marasmo, torpor; redução ou cessação dos movimentos dos músculos, nervos ou órgãos; arruda, bambu-comum, beladona, cravo-dos-jardins, couve, arnica, abútua, erva-cidreira, guiné (raiz e folhas), coroanha (décima parte do pó de uma semente), dente-de-leão,

magnólia-de-flor-grande, marapuama, maria-mole (compressas), paratudo, pita (fricção), salva, beladona (chá fraco), alecrim, alfazema, cipó-almecega, erva-de-bicho, guiné, jaborandi, jamenina.

PARASITA: organismo que vive em cima ou dentro de um organismo de espécie diferente e dele deriva prejudicialmente, sua nutrição.

PARASITICIDA: que combate os parasitas; que destrói parasitas.

PAREDE CELULAR: envoltório relativamente rígido, externo à membrana plasmática, presente em alguns tipos de célula (ver também parede celulósica).

PAREDE CELULÓSICA: envoltório das células de algas e plantas, formado por Fibras de celulose; nas plantas existente uma parede mais fina na célula jovem (parede primária), desenvolvendo-se posteriormente um segundo depósito de celulose (parede secundária).

PARESIA: perda parcial da motricidade. Ver PARALISIA, acima.

PARKINSON: paralisia agitante. Acredita-se que é doença degenerativa de certas regiões do cérebro. De grande auxílio é a fisioterapia e exercícios moderados.

PATAU: síndrome de patau; aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 13. (47, XX, +13). Principais características: anomalia cerebral grave e severa deficiência mental. Fissura labial ou palatina. Anomalia genital e cardíaca. Polidactilia. Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/6000. Difícil sobrevivida adulta.

PATOGÊNICA: capaz de produzir doenças.

PATOLOGIA DERMATOLÓGICA: doença de pele; Levedo de Cerveja, caiapó, erva-de-bugre, ipê-roxo, salsaparrilha, velame, girassol, Betacaroteno.

PECIOLADO: com pecíolo, órgão que une o limbo foliar à bainha, ou diretamente ao caule.

PÉ-DE-ATLETA: tinha no pé; micose nos pés causada pelo fungo do gênero epidermophyton; aroeira (chá), babosa-do-mato, caroba (chá e banhos), Cavalinha (chá), cerefólio (chá), dália (flores banhos), erva-terrestre (banhos), espelina (chá), fedegoso, inhame-branco (banhos), língua-de-vaca (chá), mil-em-rama (chá), sassafrás (banhos), sucupira (chá), urtiga (banhos e chá). Aloe Gel.

PEDICULOSE: infestação por piolho; mucurana; muquirana; piolho-das-roupas; piolho-do-corpo; piolho-do-homem; piolho-dos-doentes; piolho-humano; quirana. Vive sobre a pele, movendo-se do rosto até os pés e coloca seus ovos nas roupas; pode transmitir doenças; inseto anopluro

(*Pediculus capitis*) da família dos pediculídeos, que vive geralmente na cabeça do homem; seus ovos são fixados aos fios de cabelo e após uma semana eclodem; piolho-da-cabeça (variedade de *P. humanus*); designação comum e imprecisa a diversos insetos e ácaros, minúsculos e identificados como pragas de diversas plantas; alamánda (casca, lavar), anis (óleo da semente), arruda, cravo-de-defunto, espirradeira e araticum (torrar a semente e passar o pó), esporinha-dos-jardins (semente), fumo (lavar), rabo-de-bugio (lavar), sal (lavar a cabeça), simaruba (pó da casca), limão, marupá-do-campo.

PEDIGREE: genealogia de um animal de raça; documento que atesta essa linha de ancestrais.

PEDRAS NA VESÍCULA: litíase biliar; presença de cálculos nas vias biliares; concreção formada na vesícula biliar ou nos ductos biliares; agrião, bardana, Boldo-do-chile, carqueja, hortelã, limão, quebra-pedra, tamarindo, verônica, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, erva-pombinha, erva-tostão, jurupitan, parietária, papiparoba, uva-do-mato.

PEDRAS NOS RINS: litíase renal; formação de areias ou cálculos nos rins; concreção nos rins; abútua, agrião, cana-do-brejo, quebra-pedra, uva ursina, chapéu-de-couro, bardana, limão, urtiga-vermelha, verônica, parietária. Regime de cereais e leite. Beber água em abundância, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, arnica-do-mato, douradinha-do-campo, erva-pombinha, estigmas de milho, salsaparrilha, uva-do-mato, tribulus terrestris.

PEITORAL: que combatem os males do peito; cura doenças do sistema respiratório; que é útil no tratamento das doenças do pulmão; guaco, óleo balsamo, vique, broto de assapeixe, agrião, alcaçuz, altéia, amor-perfeito, angélica, cambuí, óleo de eucalipto, hera-terrestre, hortelã, jatobá, salva, tanchagem, umbaúba, urtiga-branca, verônica, alho, Óleo de Alho, aipo, alfavaca, avenca, cará, cambará, Cavalinha, canela, angico, açoita-cavalo, cravo-de-defunto, carne-de-vaca, coquinho (xarope), erva-mate, erva-de-santa-maria, erva-de-passarinho, Gengibre, grandióva, fedegoso, mastruço, jaborandi, limão, mamão (flor), malva, melão-de-são-caetano, pegaconha, pulmonária, curupιά, Maracujá (calmante), mulungu (calmante), manjerição, parreira (raiz), pitanga, salsa, sempre-viva, verbasco, violeta, samambaia, aroeira, carapiá, capim-pé-de-galinha, rábano, sussuaiá. Veja também asma, bronquite e expectorante.

PELAGRA: distúrbio pela falta de vitamina PP que leva a diarreia, dermatite; inflamação da pele e lesões nervosas que afetam o sistema nervoso central, levando à demência; falta de vitamina ocasionada pela deficiência de niacina no organismo; avitaminose caracterizada por eritema das partes descobertas, perturbações digestivas, nervosas e mentais; comer frutas verduras que contenham vitamina G, Levedo de Cerveja.

PELE afecção da: altéia, angélica, aroeira, agrião, amor-perfeito (folhas e flores), batata-de-purga, bardana, bergamota, bolsa-de-pastor, camomila-da-alemanha, capuchinha-grande, cará, coerana, caroba, Cavalinha, cerefólio, cinco-folhas, cocleária, colorau, curraleira, carobinha-do-campo, cipó-suma, chapéu-de-couro, coronha (semente), douradinha-do-campo, erva-de-bugre,

erva-moura, erva-macaé, Espinheira-Santa, erva-de-passarinho, fedegoso, feijão (pó com vinagre), fumária, guaçatonga, guaiaco, guapeva, inhame-branco, inhame-roxo, japecanga, ljuati, imão, língua-de-vaca, maravilha, marinheiro, mil-em-rama, melão-de-são-caetano, marupá-do-campo, mamão, noqueira, óleo-de-copaíba (5 a 10 gotas de óleo com água, tomar), pixirica, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás, sensitiva, sete-sangrias, sucupira, taiuiá, tarumã, tansagem, tuia, trapoeraba, urtiga-vermelha, velame-do-campo, velame-do-mato. Veja eczema, erisipela, depurativos de sangue e alergias.

PELE doenças da: caiapó, erva-de-bugre, ipê-roxo, salsaparrilha, velame, girassol.

PELE EMBELEZAMENTO DA: Spirulina maxima Phytomare, óleo de fígado de bacalhau, óleo de germe de trigo, Colágeno.

PELE OLEOSA: SABONETE LÍQUIDO NORMALIZANTE.

PELE, rejuvenescimento: Acerola.

PELLETS: pedaços laminares desidratados obtidos dos vegetais.

PERICARDITE: inflamação do pericardio; urucu.

PERICARPO: parte do fruto que envolve a semente. Divide-se em epicarpo (parte mais externa ou casca), mesocarpo (parte intermediária) e endocarpo (parte mais interna que normalmente reveste a semente).

PERISTALTISMO: relativo a peristalse. Movimento vermiforme, progressivo, da musculatura de órgãos ocos, e que impulsiona para diante o conteúdo desses órgãos, em certos casos (fezes, urina), eliminando-o para o exterior.

PERMEASE: enzima associada à membrana plasmática, que facilita a entrada de substâncias na célula.

PERNAS PESADAS e (ou) doloridas: Castanha da Índia, centella-asiatica.

PEROXIDAÇÃO lipídica: oxidação no mais alto grau dos lipídeos.

PEROXISSOMA: organela parecida com o lisossomo, a qual contém catalase em seu interior; sua função é livrar a célula de certos resíduos tóxicos e participar da conversão de gordura em glicose.

PERTURBAÇÃO gástrica: alfavaca, Óleo de Alho, aloés, anis, angélica, artemísia, bardana, batatinha (suco), bambu, camomila, caqui, cardo-santo, crisântemo, caferana, carapiá, carqueja,

casca-de-anta, cerefólio, cominho, coca, cruzeiro, erva-canforeira, erva-cidreira, erva-de-são-joão, esfregão, erva-da-vida, fenogrego, Gengibre, gervão, girassol, goiabeira (brotos), funcho, hera-terrestre, hortelã, jatobá, juá, limão, louro-preto, lima-da-pérsia, laranjeirinha-do-mato, mastruço, macela, mamão (folhas), manjerona, mil-em-rama, mostarda, paineira (casca), noz-moscada, pariparoba, picão, pita, pitanga, poejo, pêssego (folha), pau-amargo, quássia, salva, sete-sangrias, tansagem, trevo-cheiroso, videira (folhas).

PERTURBAÇÃO NERVOSA: kawa-kawa, erva-de-são-joão.

PESTE BUBÔNICA: doença infecciosa causada pelo bacilo pestoso e transmitida ao homem pelas pulgas oriundas de ratos atacados da moléstia; Banhos de vapor. chás quentes de sagugueiro, óleo de borragem. Aplicar sobre os bubões, três vezes ao dia, compressas quentes, preparadas com chá de sabugueiro, malva ou Cavalinha. Combater a febre com compressas frias na cabeça, enfaixamento do tronco com lençol úmido. Dieta: somente sucos de frutas. Isolamento imediato.

PÉTALA: cada uma das peças florais (folhas transformadas) que compõem a corola da flor das angiospermas.

pH: potencial hidrogeniônico. Índice que mede a acidez ou alcalinidade das substâncias; representação da escala na qual uma solução neutra é igual a sete, os valores menores que sete indicam uma solução ácida e os maiores que sete indicam uma solução básica (alcalina).

PIÃ: boubá; doença infecciosa produzida por um germe próximo ao da sífilis; caroba, gameleira. Consultar um médico.

PICADA venenosa: coração-de-jesus, erva-de-cobra, guapeva, limão, marupá-do-campo, paracari, saião, salva, vassoura. Recorrer ao médico nos casos graves.

PICADAS DE INSETO: lóleo de copaíba, tabaco/fumo.

PIELITE: inflamação da pelve renal, em cujo quadro clínico figuram febre, dor e sensibilidade lombares, eliminação de sangue ou pus pela urina, alterações digestivas, dor causada pela flexão de coxa.

PIGARRO: perturbação na garganta ocasionada pela aderência de mucosidades ou por outro motivo, e que se procura superar por movimentos musculares locais que produzem ruído cavo e característico; som produzido pelo esforço de livrar a garganta dessa mucosidade.

PIGMENTO: substância de ocorrência natural que absorve luz.

PINOCITOSE: processo pelo qual a célula engloba gotículas líquidas ou pequenas partículas, através dos canalículos que se aprofundam na célula.

PIOLHO: design. comum aos insetos ápteros da ordem dos ftirápteros, ectoparasitas de vertebrados, providos de peças bucais mastigadoras ou sugadoras; bicho; inseto anopluro (*Pediculus humanus*), da família dos pediculídeos, cosmopolita e ectoparasita do homem; todas as tíbias apresentam processos apicais e o abdome não possui projeções laterais; mucurana; muquirana; piolho-das-roupas; piolho-do-corpo; piolho-do-homem; piolho-dos-doentes; piolho-humano; quirana. Vive sobre a pele, movendo-se do rosto até os pés e coloca seus ovos nas roupas; pode transmitir doenças; inseto anopluro (*Pediculus capitis*) da família dos pediculídeos, que vive geralmente na cabeça do homem; seus ovos são fixados aos fios de cabelo e após uma semana eclodem; piolho-da-cabeça (variedade de *P. humanus*); designação comum e imprecisa a diversos insetos e ácaros, minúsculos e identificados como pragas de diversas plantas; alamanda (casca, lavar), anis (óleo da semente), arruda, cravo-de-defunto, espirradeira e araticum (torrar a semente e passar o pó), esporinha-dos-jardins (semente), fumo (lavar), rabo-de-bugio (lavar), sal (lavar a cabeça), simaruba (pó da casca), limão, marupá-do-campo.

PIORRÉIA ALVEOLAR DENTÁRIA: inflamação purulento do perióstero dentário, acompanhado de necrose alveolar evolutiva e frouxidão dentária; limão, mil-em-rama, pariparoba. Escovar os dentes com sal. Usar alimentos que contenham vitamina K.

PIORRÉIA: corrimento purulento; Acerola.

PIRIDOXINA: Vitamina B6; vitamina hidrossolúvel que evita a acrodinia. Principais fontes: vegetais folhosos, cereais e leite.

PIRRÓFITAS: espécies de algas que são conhecidas por formarem o fitoplâncton.

PISTILO: unidade do órgão feminino das flores, o gineceu, formado de ovário, estilete e estigma. Nas flores sincárpicas, em que ocorre um único pistilo, o termo é sinônimo de gineceu.

PLACA DENTAL: deposição de sedimentos nos dentes causada pela falta de higiene e ação de microrganismos.

PLÂNCTON: conjunto de seres do bioma aquático que flutua na superfície ao sabor das correntezas.

PLASMA: fluido transparente, incolor, componente do sangue; contém proteínas e sais dissolvidos; é o sangue, removidos os corpúsculos.

PLASMÍDEO: diz-se de ou molécula extracromossômica de ADN, geralmente circular, encontrada em bactérias; comunicação que se estabelece entre citoplasmas de células bacterianas para troca de material genético, possibilitando uma reprodução "sexuada" com recombinação gênica, mesmo sem troca de gamentas.

PLASMÓCITO: célula esférica ou elipsoidal, resultante da diferenciação de linfócitos B, cuja função é a de sintetizar e segregar anticorpos; célula plasmática.

PLASMODESMO: filamento citoplasmático que passa através de um poro pontuação, colocando em comunicação células vegetais vizinhas; cada uma das pontes citoplasmáticas que estabelecem o contato entre duas células adjacentes; plasmodesma.

PLASTO: organela citoplasmática presente exclusivamente em células de plantas e de algas; no interior dos plastos de cor verde (cloroplastos) ocorre a fotossíntese; existem plastos sem cor (leucoplastos) cuja função é a reserva de amido.

PLETORA: aumento de volume de sangue no organismo, que provoca inturgescência vascular; limão.

PLEURISIA: pleurite; pleuris.

PLEURITE: inflamação da pleura (membrana serosa que envolve os pulmões), com andamento e caracteres agudos ou crônicos; limão, mil-em-rama, pariparoba, borragem (chá), cacto (chá ou xarope), chicória, cardo-santo (chá), cebola, canema, cipó-suma, erva-andorinha, cordão-de-frade (chá), giesta (chá da flor), girassol (chá), jaborandi, lágrimas-de-nossa-senhora (semente), margarida, malva, milho (cabelo), purgantes, leite, óleo de amendoim, soida-com-solda, tussilago, salva, urtiga, violeta, verbasco, verbena; Aplicar purgante e lavagem intestinal; Pedilúvio quente; Compressas quentes ao lado onde se manifestar a dor. Repetir o tratamento 3 ou 4 vezes ao dia. Em seguida a cada tratamento, colocar, uma bolsa de água quente sobre o peito. O paciente deve resguarda-se contra o resfriamento. À noite aplicar-se uma compressa fria aquecedora, bem apertada, envolvendo o peito e as costas. Cobre-se bem o paciente. Dieta nutritiva; poucos líquidos; repouso absoluto; Consultar um médico.

PLEURODINIA: intensa dor e sensibilidade dolorosa nos músculos intercostais; dor de origem pleural, que ocorre após intervenção cirúrgica; Garra-do-Diabo.

PLURICELULAR: multicelular; diz-se do organismo que é formado por muitas células.

PNEUMONIA: doença infecciosa, cíclica que afeta a totalidade do lobo pulmonar ou pelo menos a maior parte dele. Localiza-se com mais frequência no lobo inferior direito, embora nos alcoólatras e nas crianças se verifique em numerosos casos no lobo superior, podendo, demais, ser dupla e bilateral; eucalipto, Óleo de Prímula, transagem. Aplicar purgante e lavagem intestinal. Pedilúvio quente; Compressas frias à cabeça; Compressas grandes, quentes, ao peito; limonada quente para ajudar a suar. Após profusa sudação, fazer rápida mas forte fricção com pano úmido, frio, torcido. Agasalhar bem o paciente, protegendo-o contra resfriamento. Algumas horas depois, repetir o mesmo tratamento. Duas vezes ao dia, repetir o mesmo tratamento.

Duas vezes ao dia, fazer inalações de vapor de plantas medicinais, para aliviar a tosse. Aplicar, à noite, uma compressa fria aquecedora, bem apertada, que envolva o peito e as costas, deixando-a durante a noite. Cobrir muito bem o paciente. Regime de frutas. Água, sucos e chás em abundância. Estes são recursos de que se deve lançar mão até que se possa chamar o médico.

PODAGRA: gota nos pés. Aplicar banhos quentes. abacateiro, Alcachofra, Hepatozan, alfazema, angélica, arnica, aroeira, aroeira-mansa, barba-de-bode, bardana, óleo de borragem, camomila-romana, cardo-santo, carqueja, catinga-de-mulata, chapéu-de-couro, centáurea-menor, cerefólio, cipó-mil-homens, cotó-cotó, erva-cobre, eucalipto, Garra-do-Diabo, gervão, guaiaco, japecanga, limão, mil-em-rama, moranguinha, pau-ferro, pinheiro (brotos), piteira, Óleo de Alho, Óleo de Prímula , óleo de eucalipto, salsaparrilha, saponária, sassafrás, sempre-viva, timo, urtiga-vermelha, velame-do-campo, velame-do-mato, verônica. Tomar banhos quentes. Aplicar compressas frias refrigerantes.

PÓLEN: do latim: pó fino; os gametófitos masculinos das plantas seminíferas, no estágio em que são liberados no ambiente. Estrutura que conterà e transportará o gameta masculino e seus anexos no vegetal.

POLIARTRITE: inflamação simultânea em várias articulações.

POLINIZAÇÃO: transferência do pólen de onde foi formado (a antera) à superfície receptora (o estigma), nas flores.

PÓLIPO: tumor pediculado, geralmente benigno, que se implanta nas cavidades naturais; crescimento de tecido pediculado que se desenvolve em uma membrana mucosa (p.ex., nariz, bexiga, reto etc.) em resultado da hipertrofia desta membrana ou como um tumor verdadeiro; limão, araticum (chá), avenca (suco e chá), aroeira (chá), bolsa-de-pastor (chá), bardana, calêndula, ipê, caqui, pau-d' alho, quitoco, quiabo, trapoeraba, tuia, noqueira, salsaparrilha, Unha-de-Gato, Agaricus blazei.

POLIRRIBOSSOMA: complexo formado por uma cadeia de ARN mensageiro, ligada a numerosos ribossomos; polirribossoma, polissoma, polissomo.

POLISSACARÍDEO: macromolécula formada por cadeia linear ou ramificada de monossacarídeos, ligados por covalência; glicano, poliose, polissacarídeo, polissacárido.

POLIÚRIA: eliminação de quantidade de urina superior à normal; limão.

POLUIÇÃO: proteção dos males causados pela: Acerola.

POMADA: preparado farmacêutico para uso externo, veiculado por substância gordurosa como

lanolina, vaselina etc., us. com diversas finalidades medicamentosas; pode-se fazer de plantas, tais como: Óleo de Alho, aroeira, arruda, araticum, angico, araruta, artemísia (folhas e flores), arnica, Aloe Gel, banana (fruta), barba-de-pau, bardana, beladona, buva, calêndula, chá-de-bugre, capuchinha, cancerosa, canforeira, catinga-de-mulata, caroba, cebola, cinamomo, cipreste, cipó-imbé, confrei, copo-de-leite, coco, crisântemo, couve-cravinho, embaúba, espirradeira, erva-de-bicho, Espinheira-Santa, erva-lanceta, fumeiro-bravo, jaracatiá, ipê-roxo, fenogrego, malva, maria-mole, pessegueiro (folhas), picão, rabo-de-bugio, flor-de-são-joão (a flor), sabugueiro, salsaparrilha, salva, trapoeraba, tuia, urucu, velame-do-campo, verbasco, vulnerária.

PORO: pequeno orifício da pele.

PPLO: agente celular, parasita, de dimensões virais do reino monera.

PRESSÃO ALTA: hipertensão arterial; tensão acima do normal exercida pelo sangue sobre as paredes dos vasos de um determinado órgão; tensão alta; a tensão normal oscila entre 12 a 14 (máxima) e 6,5 a 9 (mínima). Acima destes números, diz-se que há hipertensão. Ocorre comumente depois dos 50 anos, mas seu prognóstico é tanto mais grave quanto mais jovem for o paciente. Pode ter as mais diversas causas, porém nos adultos resulta principalmente da sífilis, obesidade e alcoolismo, afecções cárdio-renais, e distomas neuro-vegetativos; seguir um regime de verduras e frutas. Plantas que ajudam a baixar a pressão e na arteriosclerose diminuem a gordura nas artérias: acácia (20 folhas), agárico (tintura de 10 a 20 gotas por dia), agrião, alfavaca, ameixa-amarela, amora-branca, araticum, arnica (chá ou tintura), alecrim, Óleo de Alho (puro ou em gotas), assucará (casca), cacto (chá), cana-de-milho, castanha (folha), cauda-de-cavalo (depurativo), céleri, chuchu (chá), dente-de-leão (depurativo), erva-de-bugre (baixa a pressão e emagrece), erva-de-passarinho, espinho-branco, ervilha, feijão (vagens), folhas de cana-de-açúcar, fumeiro-bravo, giesta (nas complicações da vista), guaiaco, Guaraná, guabiroba, guaxuma, jaracatiá, mamão, Maracujá (na insônia), mil-em-rama, oliveira (tintura das folhas), paineira ou algodão-do-mato, pariparoba, pita, pitanga, santos-filho ou erva-de-raposa, salva, sabugo-de-milho, sabugueiro, samambaia (de talo escuro), sete-sangrias (depurativo e emagrece), sete-capote, tarumé, tília (flor), urtiga-branca, vacuum, valeriana (uma colherinha, três vezes ao dia), sementes de bergamota (esmagar e deixar de molho e tomar um copo pela manhã), sarçamora (folhas), Berinjela Phytomare, Berinjela Herbarium, Alcachofra, Hepatozan, sete sangrias, embaúba, quebra-pedra, cabelo-de-milho, cascas de maçã, casca de chuchu, chá de alpiste, raiz de cana, perna-de-saracura, chá de colônia, semente se salsa, suco de limão, acariroba, bardana, abacateiro, douradinha, mel puro, Crataegus oxyacantha, Spirulina maxima Phytomare, Ômega 3 Phytomare, Ômega 3 Herbarium, Cálcio de Ostras, magnésio, sal light, comer diariamente 1 a 2 quilos de peras, durante uns 10 dias. Banhos: de tronco, com fricções, banhos de calor crescente, compressas (quentes e frias), duchas (da cintura para baixo). Banhos de vapor são processos sudoríficos. Regime alimentar adequado, Fat Blocker.

PRESSÃO BAIXA: hipotensão arterial; pressão inferior à normal, especialmente no interior de um

órgão do corpo ou num sistema orgânico; alfafa, arnica (flores), aveia (preparada do modo que mais gostar), cardo-marinho, canela, capim-cidreão, cenoura, centeio e trigo tostados e moídos num caldo de carne, cevada, espinho-branco (regulariza a pressão), limoeiro-da-pérsia (a casca da fruta), malte (mingau), pêra (fruta), pita (chá), serralha-braba, salva, sálvia-cidreira, salsa (chá das folhas e raízes), vinho natural, avelã (fruta), bolsa-de-pastor, casca-de-anta.

PRINCÍPIO ATIVO: substância química produzida no metabolismo secundário dos vegetais e dá o caráter medicinal das plantas.

PRISÃO de ventre: açafreão, Alcachofra, Hepatozan, agar-agar, cáscar-sagrada, óleo de linhaça, Fibra de trigo, clorofila, óleo de germe de trigo, granola, mel puro, cereais, fucus, Sene, altéia, anil, bardana, babosa, batata-de-purga, cainca, camomila-da-alemanha, capuchinha grande, caruru-bravo, fedegoso, guapeva, mamona, manacá, marinheiro, pinhão-do-paraguai, sensitiva. Compressas frias termógenas. alcaçuz, anis-verde, ameixa (comê-la ou tomar chá dela seca), banana madura com leite de manhã, canjerana, casca-de-anta, chicória, cinamomo (folhas), corticeira (folhas), dente-de-leão, dorme-dorme, esfregão, gervão, mãe-de-família, pepino (um copo de suco sem casca), pessegueiro (folha), ruibarbo, sabugueiro, sopa de aveia com leite quente, seguir regime de frutas e verduras, tomar mais água cedo e durante o dia, taiuiá. Evitar as plantas adstringentes.

PROBLEMA ESTOMACAL: Espinheira-Santa, carqueja, alfavaca, Óleo de Alho, aloés, anis, angélica, artemísia, bardana, batatinha (suco), bambu, camomila, caqui, cardo-santo, crisântemo, caferana, carapiá, casca-de-anta, cerefólio, cominho, coca, cruzeiro, erva-canforeira, erva-cidreira, erva-de-são-joão, esfregão, erva-da-vida, fenogrego, Gengibre, gervão, girassol, goiabeira (brotos), funcho, hera-terrestre, hortelã, jatobá, juá, limão, louro-preto, lima-da-pérsia, laranjeirinha-do-mato, mastruço, macela, mamão (folhas), manjerona, mil-em-rama, mostarda, paineira (casca), noz-moscada, pariparoba, picão, pita, pitanga, poejo, pêssego (folha), pau-amargo, quássia, salva, sete-sangrias, tansagem, trevo-cheiroso, videira (folhas), Carvão Vegetal.

PROBLEMA HEPÁTICO: distúrbios no fígado; Acerola, Espinheira-Santa, Óleo de Alho, óleo de germe de trigo, abacateiro, Alcachofra, Hepatozan, amor-do-campo, abacaxi, açafreão, agrião, alfazema, almeirão, alecrim (cólicas), algas, ananás, angélica, anis (cálculo), artemísia, arruda, babosa, bardana (cálculo), bálsamo-do-líbano ou figatil, beijo-de-moça, bucha-paulista ou esfregão (folhas), beldroega, Boldo-do-chile, cáscar-sagrada, castanha-mineira, chá-mineiro, chapéu-de-couro, camará, cardo-santo, carqueja(cálculos), coerana (cálculos), chicória (raiz), celidônia, conduranga, corticeira (calmante), dente-de-leão (cálculos), erva-da-míngua, erva-tostão, erva-tostão, espinheiro, fedegoso, feuillea, gervão-roxo, juá-de-capote, jurubeba, karatoa, mulungu, picão comum, picão-da-flor-grande, picão-da-praia, quitoco, sensitiva, uva-do-mato, espinho-maricá, juá (raiz), losna, mil-em-rama, pariparoba (cálculos), pau-amargo, pau-para-tudo, pita, quebra-pedra (cálculos), salsa, sapé, sete-sangrias (cálculos), vinagreira. Tomar de manhã uma colherada de azeite de oliva com suco de meio limão contra pedras na

vesícula.

PROBLEMA RENAL: abacateiro, agrião, almeirão, amora-branca, arnica, assa-peixe, bago-de-veado ou malvão, barba-de-bode (capim), bardana, beladona, beldroega, bolsa-de-pastor (hemorragias), cabelo-de-milho, camomila, cana-de-macaco, chá-de-bugre, chincho, cará (chá da raiz), cauda-de-cavalo, camboatá, capim-puxa-tripa, capim-coqueiro, cipó-mil-homens, carqueja, cipó-cabeludo, coco Fibra da fruta), dente-de-leão, douradinha, Espinheira-Santa, erva-terrestre, erva-de-passarinho, figo, feijão (vagem), hortelã, linho (semente), limão, losna, malva (flor), madressilva, marrúbio, mil-em-rama, pega-pinto (folhas), pita, quássia, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, sete-sangrias, tansagem, trapoeraba, urtiga-branca, uva-do-mato, verónica, alfavaca, angélica, Cavalinha, lentilha-d'água, parietária, Óleo de Prímula , ulmária, óleo de germe de trigo, cana-do-brejo, erva-pombinha, marmelinho, parietária, salsaparrilha, Alcachofra, Hepatozan.

PROCARIOTES: procarioto; tipo celular que não apresenta sistemas membranosos internos nem organelas; não há carioteca envolvendo o material hereditário (ver também eucariontes).

PRÓFASE: primeira fase da divisão celular. Caracteriza-se pelo início da espiralação cromossômica, desaparecimento dos nucléolos e início da formação dos fusos acromáticos.

PROGESTERONA: hormônio produzido pelo corpo amarelo do ovário e também pela placenta; seu efeito é preparar o organismo feminino para o desenvolvimento embrionário; entre outros efeitos, causa o grande desenvolvimento do endométrio.

PROLAPSO: queda ou deslocamento de um órgão de seu lugar normal, em extensão variável, por insuficiência de seus meios de fixação; proclidência. Mais comuns: queda do útero ou reto.

PRÓSTATA, hipertrofia da: Óleo de Prímula , cloreto de magnésio, óleo-de-copaíba, Prostatal.

PRÓSTATA: glândula sexual masculina, situada em torno da porção inicial da uretra, que, junto com as vesículas seminais, produz o líquido espermático, Prostatal.

PROSTATISMO: quadro geral produzido pela hipertrofia ou doença crônica da próstata, ou estado orgânico daí decorrente, como obstrução das vias urinárias e conseqüente dificuldade de micção, ou o aumento da irritabilidade e da excitabilidade, especialmente em idosos; Prostatal.

PROSTATITE: Inflamação da próstata, dificuldades em urinar, micções frequentes com dor, queimação, dor irradia-se para o pênis e o reto. Tomar banhos genitais 3 vezes ao dia, abóbora (chá da semente ajuda afrouxar a urina), Cavalinha (chá), cipreste, dente-de-leão, esfregão (folhas), fedegoso (fazer café da semente), grama, hortelã, ipê-roxo, jatobá (casca), índia, limão, quebra-pedra, Prostatal.

PROTEASE: termo genético que designa as enzimas proteolíticas, isto é, que digerem proteínas.

PROTEÍNA: macromolécula composta de uma ou mais cadeias polipeptídicas, cada uma possuindo uma seqüência de aminoácidos e peso molecular característicos; protéico.

PROTETOR SOLAR: que protege dos raios ultravioleta do Sol; urucu.

PROTOPLASMA: denominação antiga do conteúdo celular.

PROTOZOÁRIO: organismo unicelular, de vida livre ou parasitária, pertencente ao reino protista.

PRURIDO: sensação incômoda na pele ou mucosas que leva a coçar, devido à liberação pelo organismo de substâncias químicas, esp. a histamina, que irritam algum nervo periférico; comichão, coceira; Castanha da Índia.

PSEUDOCAULE: haste semelhante a um caule constituída de bainhas foliares.

PSEUDOFRUTO: quando a estrutura vegetal, popularmente denominada de fruta ou fruto, não corresponde a um fruto verdadeiro (ver fruto), dizemos que trata-se de um pseudofruto (pseudo = falso). Maçã, banana, abacaxi e morango são os mais populares entre os pseudofrutos.

PSEUDÓPODES: projeção citoplasmática com a qual certos tipos de células locomovem-se e capturam partículas por fagocitose.

PSICASTENIA: fraqueza intelectual.

PSICOSSOMÁTICO: problemas orgânicos causados por influências psíquicas.

PSORÍASE: dermatose crônica com aparecimento na pele e no couro cabeludo de placas vermelhas cobertas de escamas várias formas e dimensões; doença de etiologia desconhecida, de evolução crônica, sujeita a remissões e recidivas, e caracterizada pela presença de eritema e escamas, produzindo-se erupções cutâneas avermelhadas semelhantes a discos, com escamas prateadas. doença da pele caracterizada pela formação de placas que se descamam. Alcachofra, Hepatozan, arnica, amor-perfeito, camomila, capuchinha (aplicar o suco e comer em salada), cipó-suma, crisântemo, Espinheira-Santa, erva-de-passarinho (macerar em vinho branco e 1 copo 3 vezes ao dia nas refeições), privar-se de açúcar branco, óleo de amêndoa doce (passar), óleo-de-copaíba, rabo-de-bugio (farinha da madeira com azeite aplicar), tuia (tomar) cipó-de-São-João (flor tomar chá, como passar sua pomada).

PTERIDÓFITA: denominação dada às plantas criptógamas da classe filicinae (filicíneas); o nome alude ao fato de suas folhas serem formadas por folíolos semelhantes às asas (do grego pteris, asa). Ex.: samambaias e avencas.

PUBESCENTE: que apresenta pêlos finos e curtos.

PULMÃO, afecção do: Xarope de guaco, angélica, broto de assapeixe, cambuí, losna, vassoura, verônica.

PULMÃO: problemas das vias respiratórias em geral: óleo balsamo, vique, broto de assapeixe, agrião, alcaçuz, altéia, amor-perfeito, angélica, cambuí, óleo de eucalipto, hera-terrestre, hortelã, jatobá, salva, tanchagem, umbaúba, urtiga-branca, verônica, alho, Óleo de Alho, aipo, alfavaca, avenca, cará, cambará, Cavalinha, Xarope de guaco, canela, angico, açoita-cavalo, cravo-de-defunto, carne-de-vaca, coquinho (xarope), erva-mate, erva-de-santa-maria, erva-de-passarinho, Gengibre, grandíuva, fedegoso, mastruço, jaborandi, limão, mamão (flor), malva, melão-de-são-caetano, pegaconha, pulmonária, curupιά, Maracujá (calmante), mulungu (calmante), manjerição, parreira (raiz), pitanga, salsa, sempre-viva, verbasco, violeta, samambaia, aroeira, carapiá, capim-pé-de-galinha, rábano, sussuaiá. Veja também asma, bronquite e expectorante.

PULMONAR: pode afetar os pulmões.

PUNGENTE: que provoca dor viva, aguda, penetrante, cáustica; lancinante.

PURÊ: substância de consistência pastosa feita a partir de frutas e legumes espremidos.

PURGATIVO BRANDO: provoca a evacuação, de forma mais agressiva que o laxante. Cáscara-Sagrada.

PURGATIVO DRÁSTICO: laxativa drástica; o mesmo que purgativa, porém com efeito mais enérgico.: provoca a evacuação, de forma mais agressiva que o laxante. Quando provocam ou aceleram as evacuações. Cáscara-Sagrada.

PURGATIVO: alcaçuz, acelga, anis, azedinha, babosa, bardana, batata-doce (folhas), batata-purga, bucha, cabaça-amargosa, caincá, camboatá, camomila, capuchinho, caruru, canafístula, chapéu-de-couro, cinamomo, cipó-de-água, cipó-mil-homens, cipó-imbé, cipó-suma, cravo-de-defunto, douradinha, Espinheira-Santa, fedegoso, figos, jalapa, jasmim, jaracatiá, linho, lúpulo, malvaisco, mamona, manacá, maravilha, margarida, mata-pasto, melão-de-são-caetano, pata-de-vaca, pés, segueiro, rabo-de-bugio, ruibarbo, sabugueiro, sarandi branco, Sene, não-me-toque, taiuiá, umbu, fruta-do-conde (chá da raiz), ruibarbo-do-campo, Cáscara-Sagrada.

PÚSTULA: elevação da epiderme, que contém líquido purulento; altéia, angélica, aroeira, agrião, amor-perfeito (folhas e flores), batata-de-purga, bardana, bergamota, bolsa-de-pastor, camomila-da-alemanha, capuchinha-grande, cará, coerana, caroba, Cavalinha, cerefólio, cinco-folhas, cocleária, colorau, curraleira, carobinha-do-campo, cipó-suma, chapéu-de-couro, coronha

(semente), douradinha-do-campo, erva-de-bugre, erva-moura, erva-macaé, Espinheira-Santa, erva-de-passarinho, fedegoso, feijão (pó com vinagre), fumária, guaçatonga, guaiaco, guapeva, inhame-branco, inhame-roxo, japecanga, ljuati, limão, língua-de-vaca, maravilha, marinheiro, mil-em-rama, melão-de-são-caetano, marupá-do-campo, mamão, noqueira, óleo-de-copaíba (5 a 10 gotas de óleo com água, tomar), pixirica, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás, sensitiva, sete-sangrias, sucupira, taiuiá, tarumã, tansagem, tuia, trapoeraba, urtiga-vermelha, velame-do-campo, velame-do-mato. Veja eczema, erisipela, depurativos de sangue e alergias.

QUEDA DE CABELOS: babosa-medicinal, jaborandi, falso jaborandi, Colagenan, Colágeno, agar-agar, saw-palmetto, clorofila.

QUEIMADURA, com ácido: colocar alcalinos, usar água e limão, algodoeiro, Aloe Gel, beldroega, arnica (flor), cavalinho, confrei, mil-em-rama, manjerona cozida, pariparoba (suco), muito limão, imbirí (cataplasma das folhas), uso externo: dália (folhas).

QUEIMADURA, por calor: aplicar somente mel puro ou com manteiga, linho com vinagre (compressas), sumo de pepino com banha, batatinha ralada, abóbora (polpa fresca em cataplasma), boca-de-leão (as folhas em cataplasma a frio), oliveira (óleo para untar), açoita-cavalo (folhas fervidas e em forma de cataplasma), verbasco (folhas), dália (folhas), violeta (folhas em cataplasma a frio), sempre-viva (suco), tuia (chá), 2 claras de ovo.

QUEIMADURA: lesão mais ou menos grave produzida pelo fogo ou por qualquer outro corpo muito quente, sobre o organismo vivo. Distinguem-se três graus de queimaduras, segundo elas se limitam à vermelhidão superficial da pele, à bexiga, ou à destruição profunda dos tecidos; ferimento ou lesão na pele causada pelo sol ou fogo; algodoeiro, Aloe Gel, óleo de borragem, erva-moura, imbirí, manjerona, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, óleo de germe de trigo, sabugueiro, saião, urtiga-branca, creme com Própolis Ervas Spray, gergelim.

QUELÓIDE: massa de tecido conjuntivo originada na cicatrização pós-cirúrgica da pele; centella-asiatica.

QUERATINA: proteína fibrosa presente nos animais vertebrados; é o material que constitui as unhas, garras e pêlos e que impregna a superfície da epiderme; Proteína insolúvel presente nos tecidos.

QUERATOLÍTICA: impede a formação da queratina.

QUILÚRIA: galatúria; presença de quilo na urina. Em tais casos a urina se apresenta em cor leitosa; pau-Ferro+Vitamina C.

QUIMIOSSÍNTESE: processo em que substâncias orgânicas são sintetizadas a partir de energia liberada em certas reações químicas inorgânicas.

QUIMIOTERAPIA, Produto auxiliar na quimioterapia: Agaricus blazei.

QUISTO: qualquer aumento de volume desenvolvido em uma parte qualquer do corpo; massa constituída pela multiplicação desgovernada; açoita-cavalo (chá dacasca), aloés (babosa), araticum (chá), aroeira, assa-peixe, arnica, avenca, avelós (começar com um a gota de leite por dose), barbatimão, bardana (aplicar e tomar), beladona (aplicar as folhas), buva (chá), cactos (aplicar), cana-de-macaco, caqui, casca-de-anta (chá), carobinha (chá), calêndula (chá), celidônia (chá), Cavalinha (chá), caruru-do-reino (cataplasma), cinamomo (cataplasma), cipó-suma (tomar), coerana (chá), cogumelo sol, confrei (aplicar), echinácea, erva-de-são-joão, erva-moura, fedegoso (chá), funcho, Espinheira-Santa, figo, gameleiro (untar com leite), juá (fruta assada aplicar), jurubeba, lentilha-d'água, língua-de-vaca (folhas em cataplasma), malvão (chá), malagueta, manjerona, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, noqueira, óleo de borragem, Óleo de Alho, óleo de germe de trigo, pariparoba, quiabo (chá), perna-de-saracura, piteira (chá), repolho (suco e cataplasma), saião (suco), salva, sensitiva, tuia, trapoeraba (chá), Unha-de-Gato, vassourinha-do-campo (chá); aplicação de argila.

RACHADURAS DOS LÁBIOS: manteiga de cacau, arnica e erva-lanceta (lavar com cozimento), carobinha (chá das folhas), salsaparrilha (raiz em infusão), babosa (suco das folhas), saião (suco passar). Aloe Gel.

RACHADURAS NOS PÉS E CALCANHARES: açoita-cavalo (entre casca), arnica-do-campo, arnica-do-mato (lavar com o cozimento das flores), Aloe Gel, algodoeiro (folhas amassadas), couve (com óleo), douradinha-do-campo (folhas chá), cipó-cabeludo (cipó todo infusão), paineira (casca chá), sabugueiro (infusão das folhas), saião (suco), sempre-viva (chá).

RÁCIMO: sinônimo de cacho.

RADIAÇÃO ULTRA-VIOLETA: raios enviados pelo sol.

RADICAIS LIVRES: átomos ou moléculas que provocam destruição celular, causando diversas doenças; ginkgo biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, óleo de germe de trigo, Acerola, Betacaroteno.

RADÍCULA: parte do embrião vegetal que forma a raiz. Normalmente é a primeira parte a germinar na semente.

RADIOTERAPIA. Produto auxiliar na radioterapia: Unha-de-Gato, Agaricus blazei.

RAIZ ADVENTÍCIA: qualquer raiz não procedente da principal.

RAIZ AXIAL: raiz pivotante; raiz típica de dicotiledôneas que apresenta um eixo principal do qual partem as raízes secundárias.

RAIZ FASCICULADA: raiz em cabeleira; raiz típica de monocotiledônea, onde não há um eixo principal. As ramificações laterais partem do mesmo local.

RAIZ: órgão vegetal derivado da radícula do embrião. Tem como principais funções absorção, fixação, estabilização e reserva de nutrientes.

RAMIFICADO: com vários ramos.

RANÇO: degradação dos óleos e gorduras em contato com o ar que causa cheiro e sabor característicos.

RAQUITISMO: doença que se caracteriza pela má formação dos ossos e dos dentes, normalmente decorrente da falta de vitamina D que auxilia na absorção e fixação dos sais de cálcio; é uma avitaminose resultante de alimentação defeituosa por carência de vitamina D e por falta de insolação necessária para a transformação dos esteróides considerados como provitamina D; o tratamento, atualmente eficaz, consiste no emprêgo do ergosterol irradiado, da ultravioletaterapia e melhor ainda dos raios solares. A exposição do corpo, pela manhã, aos raios ultra-violetas do sol, transformam em vitamina D o ergosterol, depositado na pele. Comer alimentos que contenha vitamina D, muitas frutas e verduras; alfafa, agrião, Alcachofra, Hepatozan, cominho, confrei (folhas), manjerona, jatobá (seiva), limão, rábano, sálvia, noqueira (crianças: dar banho em infusão). Tomar uma ou duas gemas de ovo em leite e água, Vitamina A e D. Veja também "Anemia".

RASURADO: moído.

RECESSIVO: gene recessivo; aquele que só se manifesta em homozigose.

RECONDICIONADOR: regulador das funções.

RECONSTITUINTE: restaura as forças.

REDUTOR DA FRAGILIDADE DOS VASOS: Ginkgo-biloba, Castanha da Índia.

REDUTOR DA PERMEABILIDADE CAPILAR: Ginkgo-biloba, Castanha da Índia.

REDUTORA DO APETITE: substância que reduz o apetite.

REFRESCANTE: refrigerante; que traz frescor e alívio.

REGENERADORA CELULAR: induz à reprodução das células da pele.

REGENERADORA: que induz a regeneração.

REGIME DE EMAGRECIMENTO: regimes, dietas, redução na alimentação das farináceas, gorduras vegetais e animais e doces, usar mais frutas e verduras, observar jejuns periódicos, moderação no comer, mas não deixar de alimentar-se; evitar tomar drogas que descontrolam os hormônios no organismo; caminhadas, ginástica, esporte, saunas; abacaxi, alface, Alcachofra, Hepatozan, aquemila, aspargo, alho-porro, borragem, bananeira (água), caruru-bravo, caroba, carqueja, fucus, Spirulina maxima Phytomare, agar-agar, café-do-mato, capim-sapé, chá-de-bugre, chá-da-índia, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, gervão, juá (raiz), maçã (chá das cascas ou duas colheres de vinagre de maçã por dia), limão, marroio, sabugueiro, embaúba, salsa, ervas laxantes e diuréticas, Chlorella, Quitosana Phytomare, Quitosana Herbarium, porangaba, farelo de trigo, gelatina, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, stevia, garcínia, Fat Blocker.

REGULADOR: que regula. Ex.: regulador intestinal, reguladora da circulação sanguínea, reguladora da pressão sanguínea, reguladora da produção de prolactina, reguladora das glândulas sebáceas, reguladora do ph, reguladora do tônus muscular.

REJUVENESCEDOR: que torna jovem, remoça; Spirulina maxima Phytomare.

RELAXANTE: diminui a tensão muscular.

REMINERALIZANTE: ricos em minerais essenciais; Cavalinha, Spirulina maxima Phytomare.

RENAL: estimulante geral das funções dos rins.

REPELENTE: que afasta; arruda, citronela, erva-de-santa-maria, gergelim, losna.

RESFRIADO RECORRENTE: Óleo de Alho, Acerola, Agaricus blazei.

RESFRIADO: Acerola, cardo-santo, chambá, camomila, cássia, cerejeira, erva-cidreira, flores de sabugueiro, guaiaco, hera-terrestre, lanciba, laranjeira, levante, limoeiro, losna, marapuama, mel puro, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, Óleo de Alho, óleo de borragem, óleo de eucalipto, pariparoba, poejo (Mentha longifolia e Mentha pulegium), sabugueiro, salva, saco-saco, trevo-cheiroso, Agaricus blazei. Escalda-pés e banhos de vapor.

RESINA: secreção viscosa extraída do caule ou de outras partes dos vegetais; são complexos de substâncias que formam a seiva dos vegetais.

RESISTÊNCIA AUMENTO DA: contra infecções, vírus; echinácea, Levedo de Cerveja, Óleo de Alho, Unha-de-Gato, Agaricus blazei.

RESOLUTIVA: que faz cessar uma inflamação, insensivelmente e sem supuração: alcaçuz,

aperta-ruão, aveloz, Aloe Gel, erva-de-passarinho, erva-grossa, fava, funcho, louro-branco, cacto, pariparoba, linhaça (cataplasma), parreira-bravá, pau-d'alho, pé-de-galinha, quitoco, tarumã, timbó, vinagreira, salsa, rosas, trevo, vassourinha do-campo (folhas picadas com sal).

RESPIRAÇÃO pressão crônica da: flor-da-noite, perpétua, picão-da-praia.

RESSACA ALCOÓLICA: Boldo-do-chile, Alcachofra, Hepatozan.

RESTAURADOR: que recupera. Ex.: restauradora da resistência do sistema imunológico.

RETENÇÃO da urina: abacateiro, abacaxi, abútua, acariroba, Alcachofra, Hepatozan, alcaçuz, algodoeiro, anil, aperta-ruão, agrião, alfavaca, alfazema, amor-do-campo, angélica, bananeira-do-mato, bardana, beldroega, begônia, bromil, cabelo-de-milho, cainca, cálamo-aromático, cana-de-macaco, capeba, capim-santo, carnaúba, Castanha da Índia, cipó-chumbo, coração-de-jesus, cana-do-brejo, chá-mineiro, capim-cidreira, caité, caroba, carqueja, carrapicho, Cavalinha, chapéu-de-couro, cipó-prata, cípó-cabeludo, cipó-cravo, coentro, cominho, congonha-de-bugre, congonha-do-campo, cordão-de-frade, dente-de-leão, douradinha-do-campo, embaúba, erva-de-bicho, erva-de-bugre, erva-de-cobra, erva-mate, erva-pombinha, erva-tostão, Espinheira-Santa, estigmas-de-milho, fedegoso, funcho, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Garra-do-Diabo, guaiaco, hera-terrestre, imbirí, jatobá, jurubeba, lágrimas-de-nossa-senhora, Jasminium arabicum, louro, louro-prêto, lúpulo, manacá, Maracujá, maravilha, óleo de borragem, Óleo de Alho, oregano, paracari, parietária, pariparoba, parreira-brava, pata-de-vaca, perna-de-saracura, picão, panacéia, picão-da-praia, pipi, picão-da-flor-grande, porangaba, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, salsaparrilha, sapé, sete-sangria, tarumã, tília, trapoeraba, trevo-cheiroso, rabanete, rabo-de-arara, Unha-de-Gato, urtiga, umbaúba, ulmária, urinária, uva-do-mato, uva-ursina, tribulus terrestris, velame-do-mato, verônica, vinagreira, (diurético suave).

RETÍCULO ENDOPLASMÁTICO: sistema de canalículos membranosos, presentes no citoplasma de células eucariontes, com a função de transporte de substâncias; pode ter membranas lisas (retículo liso) ou com ribossomos aderidos (retículo rugoso ou ergastoplasma). Neste segundo caso é também responsável por síntese de proteínas.

RETIDOMA: casca; é formado pela sobre posição da epiderme e do súber, dois tecidos vegetais de revestimento que juntos são conhecidos como casca.

RETINOL: vitamina A; vitamina lipossolúvel que evita a xerofthalmia e a hemeralopia (cegueira noturna). Principais fontes: leite, manteiga, cenoura, pimenta, óleo de fígado de bacalhau e em muitos vegetais, Vitamina A e D.

RETITE hemorroidal: alecrim, arnica-mineira, camomila-da-alemanha, cascarilha, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, centella-asiatica, cerefólio, fumária, fruto de bicuíba, limão, mariricó, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, pariparoba, pau-d'álho, persicária, piper, raiz de

caixeta, sabugueiro, trapoeraba, ulmária, Ginkgo-biloba, clorofila, açafão, Alcachofra, Hepatozan, acelga, Óleo de Alho, araçá, artemísia-do-campo, assa-peixe, batata-inglesa (supositório), barba-de-bode, barba-de-velho (pomada), bardana, beladona (pomada), douradinha, bergamoteira, buxo (folhas), cacto (supositório), chuchu (supositório), caixeta (banhos e tomar), carqueja, calêndula (pomada e chá), café (pó aplicar), caroba, cana-do-brejo, coerana (chá e aplicar), couve (vapores), cipó-d'alho, erva-de-bicho (tomar e fazer banhos), erva-de-santa-maria, erva-de-lagarto, erva-tostão, erva-macaé (pomada e chá), fedegoso, figo, guabirobeira, hortelã, guiné, Hamamelis_virginiana (supositório, pomada), jurubeba, macela (vapores), maravilha, mandioca (chá dos brotos), manjeriço, Maracujá, noz-moscada, parreirinha-do-mato, pata-de-vaca, pé-de-galinha, piteira, pepino, rainha-da-noite, serralha-brava, solda-com-solda, taiuiá, tansagem, tomate, urtiga, verbasco (banhos), vinagreira (banhos), hemorróidas com hemorragias (banhos de assento com água fria e tomar líquidos). Para descongestionar, banhos quentes com verbasco, Psyllium, Castanha da Índia, chagas-de-são-sebastião, raiz-de-caixeta. Em caso de ataque agudo, com derramamento de sangue, aplicar banho de assento frio, de 3 a 4 minutos de duração. Regime alimentar adequado; beber líquidos em abundância. Aloe Gel.

REUMATISMO: artrite; dores nos músculos, nas articulações e nos tendões; abacateiro (folhas), acelga (suco), açoita-cavalo (casca), alfavaca, Alcachofra, Hepatozan, alfazema, alecrim, Óleo de Alho, amor-perfeito, amora-do-mato, angélica, araticum, arnica, aroeira, arruda, artemísia, aveia, avenca, babosa, bardana, beladona, batata-inglesa (compressas), buxo, (folhas), camomila, caneleira, chapéu-de-couro, caroba, cardo-santo, carnaúba, carqueja, catinga-de-mulata, chinchilho, cipó-d'alho, cipó-cruz, cipó-imbé (raiz), cipó-mil-homens, cipó-suma, coerana, cordão-de-frade, douradinha-do-campo, dorme-dorme, óleo de eucalipto, erva-de-bugre, erva-cidreira, erva-moura, erva-santa, erva-de-lagarto, erva-silvina, espada-de-são-Jorge (uso externo), federal ou arnica-lanceta, flor-da-noite, fruta-do-conde (folhas), guiné, Gengibre, hortelã, inhame-branco, japecanga, jasmim, lágrima-de-nossa-senhora, louro, mamão, manacá, manjerona, marapuama, milho (cabelo), noqueira, papoula, parreirinha, picão, pitanga, pita, pata-de-vaca, quitoco, repolho (cataplasma), sabugueiro, samambaia, salsamora, salsaparrilha, sassafrás, Sene, sete-sangrias, sucupira (semente), taiuiá, tansagem, tarumã, umbu (folhas), timbó (compressas), tinguaciba, trapoeraba, tuia (chá), velame-do-campo, abóbora-d'anta, abutua, acariçoba, amor-perfeito, batata-de-sucupira, óleo de borragem, cainca, canela-de-sassafrás, catilagem de tubarão, chá-mineiro, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, cipó-cabeludo, cipó-almecega, cipó-azogue, cipó-cruzeiro, cloreto de magnésio, cotó-cotó, erva-cobre, fruto de bicuiba, fucus, fumária, Garra-do-Diabo, guaiaco, guapeva, jamenina, João-da-costa, limão, mãe-boá, melão-de-são-caetano, negra-mina, erva-de-são-joão, pacová, pau-d'alho, pau-ferro, picão-da-praia, pteris, Óleo de Prímula, saco-saco, saponária, sensitiva, serpão, suma-roxa, tejuco, timo, tomba, trevo-cheiroso, Unha-de-Gato, urinária, urtiga-vermelha, uva-do-mato.

REVIGORANTE: que devolve o vigor: Agaricus blazei, Ginseng Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

REVITALIZANTE: que devolve a vida.

RHIZOBIUM: gênero de bactérias que vive em associação mutualística com raízes de leguminosas.

RIBOFLAVINA: vitamina B2; vitamina hidrossolúvel que auxilia no crescimento. Principais fontes: vegetais folhos, soja, leite e frutos.

RIBOSE: açúcar com cinco átomos de carbono na molécula (pentose) componente do RNA.

RIBOSSOMO: grânulo citoplasmático constituído por RNA e proteínas, presentes em células procariontes e eucariontes; é o responsável pela síntese de proteínas.

RINITE ALÉRGICA: sumo de erva-de-são-joão (mentrasto), erva-de-são-joão.

RINITE: inflamação da mucosa do nariz; óleo de eucalipto.

RINORRAGIA: batata-de-purga, bolsa-de-pastor, flor-da-noite.

RINORRÉIA: catarro nasal; inflamação e corrimento da mucosa nasal; alcaçuz, óleo de eucalipto, flor-da-noite, limão, malva, manjerona, poejo.

RINS: abacateiro, agrião, almeirão, amora-branca, arnica, assa-peixe, bago-de-veado ou malvão, barba-de-bode (capim), bardana, beladona, beldroega, bolsa-de-pastor (hemorragias), cabelo-de-milho, camomila, cana-de-macaco, chá-de-bugre, chincho, cará (chá da raiz), cauda-de-cavalo, camboatá, capim-puxa-tripa, capim-coqueiro, cipó-mil-homens, carqueja, cipó-cabeludo, coco (Fibra da fruta), dente-de-leão, douradinha, Espinheira-Santa, erva-terrestre, erva-de-passarinho, figo, feijão (vagem), hortelã, linho (semente), limão, losna, malva (flor), madressilva, marrúbio, mil-em-rama, pega-pinto (folhas), pita, quássia, quebra-pedra, sabugueiro, salsa, sete-sangrias, tansagem, trapoeraba, urtiga-branca, uva-do-mato, verónica, alfavaca, angélica, Cavalinha, lentilha-d'água, parietária, Óleo de Prímula, ulmária, óleo de germe de trigo, cana-do-brejo, erva-pombinha, marmelinho, parietária, salsaparrilha, Alcachofra, Hepatozan.

RINS, pedras ou cálculos nos: alfavaca, ananás, caroba, Cavalinha, cana-do-brejo, canafístula, douradinha-do-campo, óleo de menta, parietária, oliveira (azeite), primavera, pêssego (folhas secas), salsaparrilha, sálvia, suçuaiá, tomateiro (folhas), três-cipós, uva-japonesa (xarope do fruto).

RIQUETÍSIA: agente celular, parasita, de dimensões virais do reino monera.

RIZOMA: caule radiforme que acumula substâncias de reserva das plantas monocotiledôneas, normalmente subterrâneo, mas que pode ser aéreo.

RIZÓPODES: classe de protozoários que se locomovem por pseudópodos.

RNA: ácido ribonucléico; tipo de ácido nucléico; possui molécula filamentosa de cadeia simples, tem ribose, fosfato e a bases nitrogenadas adenina, guanina, citosina e uracila.

RONQUEIRA: respiração difícil, com ruído trevo-cheiroso.

ROSTO com sardas: agrião (banhar o rosto com o suco com vinagre), celidônia (chá), limão (passar), cipó-suma (chá), maravilha (passar o suco das flores ou o pó da semente com suco de limão), trapoeraba (passar o suco fresco), canafístula (aplicar o suco verde das folhas com clara de ovo), pepino (suco do mesmo), feijão-branco (por os grãos de molho com vinagre até poder descansar, secar, reduzir a pó e misturar com azeite e aplicar).

ROUQUIDÃO: angico, angélica, Gengibre, malva.

RUBEFACIENTE: que causa vermelhidão da pele.

RUBÉULA: febre eruptiva; sabugueiro.

RUGA: prega ou dobra da pele, causada pelo envelhecimento. Colagenan, Colágeno.

RUTINA: vitamina P; vitamina hidrossolúvel que combate a fragilidade capilar. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

SAIS MINERAIS: Produto para repor sais minerais: cogumelo sol.

SANGUE impuro: agrião, amor-perfeito, angélica, batata-de-purga, bardana, bolsa-de-pastor, caiapó, cardo-mariano, cipó-suma, carqueja, cerefólio, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, cotó-cotó, curraleira, canchalágua, carne-de-vaca, caroba, caruru-bravo (raiz), catáia, chapéu-de-couro, cipó-mil-homens, dente-de-leão, douradinha, erva-de-bugre, Espinheira-Santa, estragão, figo, Ginkgo-biloba, guaiaco, ipê-roxo, japecanga, lágrima nossa senhora, limão, mangueira (resina), Maracujá, mata-pasto, nogueira, Óleo de Prímula, papo-de-peru, panacéia, pau-ferro, pita, rosa branca, sabugueiro, salsaparilha, sassafrás, serralha-brava, sete-sangrias, taiuiá, tanchagem, tajuba, tarumã, urtiga-vermelha, velame-do-mato.

SANGUE, má circulação do: carqueja, erva-cidreira. Pedilúvio quente, pedilúvio alternado.

SANGUE: sangue limpo e boa circulação é garantia para uma boa saúde. Veja: "Coração, Depurativo, Hemorragia, Pressão Alta, Pressão Baixa, Circulação do Sangue". Plantas: douradinha, Óleo de Alho, cebola, nogueira, salsaparrilha, suspiro.

SÂNSCRITO: idioma indiano.

SAPINHO: espécie de aftas que dá na boca das crianças, em forma de vesículas semelhantes ao leite coalhado. Falta às crianças vitaminas A - B - C. Fazer bochechos com alecrim da horta, juazeiro (casca ralada com mel puro, ou chá para passar na boca), tansagem (suco adocicado), crista-de-galo (chá das flores).

SAPONINA: glicosídeo de triterpenos ou esteróides com a propriedade de formar espuma abundante em água; são substâncias presentes na composição de algumas plantas medicinais.

SARAMPO: pintas vermelhas na pele; ficar de cama, pouca luz, evitar correnteza de ar; banhos quentes, banhos de vapor. Nos primeiros dias, aplicar compressas quentes ao peito, 2 vezes por dia. Sucos de frutas e água em abundância. Agasalhar-se bem para evitar resfriamentos; chás recomendados: sucos cítricos, suco de limão com água; agrião (suco ou chá), celidônia (chá), dália (chá das folhas), folhas de laranja (chá), capim-cidreira, erva-cidreira (chá), flor de sabugueiro (chá, provoca suor), óleo de borragem, poaia-branca (chá), violeta (chá das folhas).

SARDA: pequenas manchas castanhas que surgem na pele de pessoas claras devido ao acúmulo excessivo de melanina; acariçoba, alamanda-de-flor-grande, anil, arruda, bardana, limão, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, serpão.

SARRO: resíduo de nicotina; limão.

SEBO: mistura de lipídeos excretados pelas glândulas sebáceas que contém ácidos graxos livres, triglicerídeos e colesterol.

SEBORRÉIA: secreção excessiva das glândulas sebáceas.

SECREÇÃO BRÔNQUICA, aumentar: Óleo de Alho, mel puro .

SECREÇÃO DE GLÂNDULAS DIGESTIVAS E BILIARES, aumentar: Óleo de Alho, Alcachofra, Hepatozan.

SECREÇÃO GÁSTRICA, estimulante da: Espinheira-Santa.

SEDATIVO: que acalma, tranqüiliza. Quando exerce função calmante sobre o sistema nervoso. Ex.: sedativa da tosse; sedativo de dores nos nervos: Garra-do-Diabo.

SEGMENTAÇÃO: clivagem, cada uma das primeiras divisões que ocorrem no ovo; primeiras fases do desenvolvimento embrionário.

SEIOS, bico rachado: juciri, arnica (chá das folhas), jurubeba (chá das folhas), cominho (chá),

salsaparrilha (raiz chá).

SEIOS, com nevralgias: fazer compressas com chá das folhas de tansagem, com folhas de alface, hortênsia.

SEIOS, com nódulos ou tumores: chá de bardana, avelãs (leite 1 gota e depois ir aumentando), malva (chá), margarida (chá), tansagem (chá e compressas), batatinha ralada (aplicar crua), suco de urtiga (raiz amassar com argila e aplicar).

SEIVA: líquido de composição complexa que circula pelos vasos condutores da planta.

SENILIDADE: debilidade física e mental associada a velhice; Garra-do-Diabo, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, Chlorella.

SÉPALA: cada uma das peças florais (folhas transformadas) que compõem o cálice da flor das angiospermas.

SEPTICEMIA: estado mórbido do sangue; limão. Buscar o médico.

SÉSSIL: diretamente inserido, sem pedículo ou base de sustentação.

SIALAGOGO: ptialagogo; que provoca ou excita a salivação.

SÍFILIS: doença infecto-contagiosa produzida por um micróbio chamado Treponema pallidum; doença sexualmente transmissível; abóbora-d'anta, acariçoba, avelãs (leite 1 gota por vez), agave, abacate, araticum, arnica-do-mato, aroeira, bardana, buxo, batata-de-sucupira, cainca, carnaúba, caroba, cassaú, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro (cinco-folhas), cipó-azougue, cotó-cotó, curraleira, caapeva, calêndula, camboatá, cana-de-macaco, canela-de-perdiz, caruru-bravo, chapéu-de-couro, cipó-de-gato, cipó-escada, cipó-suma, douradinha-do-campo, erva-de-bugre, erva-de-bicho, erva-de-lagarto, fedegoso, figo, guaiaco, guandu (folhas), japecanga, pita, lentilha-d'água, limão, língua-de-vaca, manacá, manga, mururé, noqueira, lóleo de copaíba, pau-ferro, peroba, persicária, rabo-de-bugio, sabugueiro, salsaparrilha, saponária, sassafrás, sete-sangrias, suma-roxa, tarumã, taiuiá, tejuco, tuia, unha-de-boi, urtiga, velame-do-campo, velame-do-mato. Consultar um médico.

SIMBIOSE: literalmente significa viver juntos, coexistir; costuma ser empregado para se referir a relações de benefícios recíprocos (mutualismo) entre seres vivos.

SÍNCOPE: perda temporária de consciência devida a má perfusão sanguínea cerebral, alteração na composição do sangue que enriga o encéfalo, ou a alterações no padrão de atividades do sistema nervoso central, devidas a estímulos que chegam a esse sistema.

SÍNDROME DE CÓLON IRRITADO: Carvão Vegetal.

SÍNDROME DE DOWN: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 21 (47, XX, +21). Principais características: hipotonia muscular e hiperflexibilidade das articulações. Língua protusa e dificuldades psicomotoras. Fendas palpebrais oblíquas, orelhas pequenas e displásticas, pescoço curto, anomalia cardíaca, mãos curtas com o 5º dedo curvo e prega palmar horizontal única (prega simiesca). Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/650.

SÍNDROME DE EDWARDS: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 18 (44,XX, +18). Principais características: hipertrofia muscular, deficiência psicomotora grave. Orelhas displásticas com baixa implantação. Micrognatia, osso externo curto, mãos fechadas com tendência a sobreposição do 2º dedo sobre o 3º e do 5º sobre o 4º dedo. Pilosidade exacerbada. Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/4000. Difícil sobrevivência.

SÍNDROME DE KLINEFELTER: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico sexual (47,XXY). Principais características: estatura alta com membros alongados. Infertilidade e pouco desenvolvimento dos testículos e do pênis. Ginecomastia e caracteres sexuais secundários pouco desenvolvidos. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo masculino e está presente na proporção de 1/600.

SÍNDROME DE PATAU: aberração cromossômica causada por trissomia no par cromossômico 13. (47, XX, +13). Principais características: anomalia cerebral grave e severa deficiência mental. Fissura labial ou palatina. Anomalia genital e cardíaca. Polidactilia. Esta síndrome atinge os dois sexos e está presente na proporção de 1/6000. Difícil sobrevivência adulta.

SÍNDROME DE TURNER: aberração cromossômica causada por monossomia no par cromossômico sexual. (XO - 45, XO). Principais características são: má formação do aparelho reprodutor. Baixa estatura, pescoço curto, alado, com mamilos muito afastados e pouco desenvolvidos. Anomalia cardíaca, rim em ferradura e anomalia do cotovelo. Esta síndrome gera apenas indivíduos do sexo feminino e está presente na proporção de 1/3500.

SÍNDROME DO CRI DU CHAT: aberração cromossômica causada por deleção de um segmento do braço curto de um dos cromossomos do par 5. Principais características: microcefalia, retardo mental e um choro característico que se assemelha ao miado de um gato (daí o nome da síndrome). Esta síndrome atinge ambos os sexos e está presente 1/75000.

SÍNDROME POSTROMBÓTICA: insuficiência venosa crônica resultante de trombose venosa profunda do membro inferior; Castanha da Índia.

SINERGIA: associação.

SINOVITE: inflamação da membrana sinovial que cobre a cavidade da articulação; descanso na cama. Fomentações quentes 3 vezes ao dia.

SINUSITE: infecções dos seios nasais ou cavidades cranianas que se comunicam com o nariz; infecção aguda ou crônica de qualquer das cavidades cranianas; limão, Própolis Ervas Spray, Unha-de-Gato, óleo-de-copaíba. Fazer inalações com óleo de eucalipto, açucara (aspirar o pó da vagem), buchinha-do-norte (ferver e aspirar o vapor), espirradeira ou oleandra (reduzir a folha a pó como rapé), fumo (como rapé), hera-terrestre (cozinhar uma folha e pingar no nariz), mentruz (fazer com ele aplicações locais), sempre-viva-dos-jardins (chá), guatambu-amarelo (chá das folhas). Tomar depurativos do sangue. Salmoura pingar no nariz, clorofila líquida pingar no nariz. Consultar um médico.

SISTEMA CIRCULATÓRIO ativar: Ginkgo-biloba, Castanha da Índia.

SISTEMA IMUNOLÓGICO. Produto para ativar o Sistema Imunológico: Acerola, graviola, Unha-de-Gato, Agaricus blazei.

SISTEMA LINFÁTICO, estimular: Garra-do-Diabo.

SISTEMA NERVOSO: Produtos para o Sistema Nervoso: Levedo de Cerveja.

SOLITÁRIA: tênia; verme intestinal; tomar purgante forte e lavagem intestinal dois dias consecutivos. Não se come nada durante esses dois dias. Deixam-se 50 a 80 gramas de sementes de abóbora moídas de mólho em uma xícara durante umas 12 horas. Misturam-se um ovo, mexe-se bem e toma-se em seguida, abóbora (semente de 60g a 90g descascadas e trituradas com 100g de açúcar e um pouco de leite, tomar em jejum), romanzeira (casca ou raiz), amoreira-preta (30 a 50 gramas de casca ou raiz), artemísia, esfregão (semente), erva-de-santa-maria (suco dela com açúcar e água fria, tomar em jejum), gameleira (leite misturado com leite de vaca), porongo (semente), feto-macho (é uma samambaia, pó da raiz amarela), semente de pepino.

SOMÁTICO: o que forma o corpo. Em genética cromossomos somáticos são os que determinam a formação do organismo, independente da característica sexual.

SONÍFERO: que tem a propriedade de fazer dormir: alface (raiz), alfafa, beladona, beijo-de-moça, choro, dente-de-leão, endro, corticeira, limão, língua-de-vaca, lúpulo, malva, mandioca (brotos), Maracujá, mil-em-rama, mulungu, poejo, urtiga, vassoura (semente), manjerona, erva-de-bicho, erva-doce, macieira (folhas), papoula.

SONO, falta de: açoita-cavalo, alface, alfazema, anis, beladona, Boldo-do-chile, capim-cidreira, cordão-de-frade, endro, erva-doce, erva-cidreira, corticeira (mulungu), erva-de-santa-maria,

catuaba, língua-de-vaca, Maracujá, papoula, mandioca (brotos), poejo, mil-em-rama, tília, macieira (folhas), malva, gerânio, macela (travesseiro das flores), salgueiro, valeriana, limão, hipérico, kawa-kawa. Banhos de assento frios, pedilúvios quentes, pedilúvios frios, compressas quentes.

SONOLÊNCIA: Enerseng, Ginseng.

SPRAY: jato de um líquido que se espalha como névoa sobre a pele.

SUAVIZADOR: que torna suave.

SÚBER: cortiça; tecido vegetal de proteção, presente ao redor de caules e raízes de plantas que cresceram em espessura. As células dos súber são mortas, em decorrência da impregnação de suberina em suas paredes.

SUBMETACÊNTRICO: cromossomo em que o centrômero está levemente deslocado do centro.

SUBSTRATO: a base de fixação de um organismo. Substância que sofre a ação de uma enzima.

SUCO: tritura-se o material, com água fervida, depois se espreme, coando para separar o suco.

SUDORÍFERO: sudorífico; diaforético; suadouro; estimula a transpiração; provoca sudorese; substância que faz suar, propiciando um decréscimo na temperatura corporal; que provoca sudorese; quando provocam a transpiração; alfavaca, angelicó, alfazema, avenca, cálamo-aromático, beladona, bardana, borragem, calêndula, camomila-da-alemanha, cana-do-brejo, caroba, cana-do-reino, cravo-dos-jardins, chá-preto, cipó-mil-homens, coentro, embira, guaiaco, Gengibre, gerânio, gervão, guiné, jurubeba, jaborandi, juá, laranjeira (folhas), limão, macela, malva, manjerona, mostarda, maria-mole (flor), pariparoba, pau-ferro, pipi, pimenta, quina, sabugueiro, salsaparrilha, sassafrás (casca), salva, samambaia, sete-sangrias, suçuaiá, tuia, violeta. Banhos quentes de vapor.

SUPLEMENTO ALIMENTAR. Produto suplemento alimentar: cogumelo-do-sol, betacaroteno, berinjela.

SUPURATIVO: estimula a eliminação de pus.

SURDEZ: Óleo de Alho (colocar no ouvido algodão embebido em), arruda (suco ou maceração da planta em azeite), calêndula (suco), couve (suco), malva, margarida, maravilha, noqueira, salsa (folhas), sabugueiro (folhas amassadas).

TABAGISMO: vício de usar tabaco, mais empregado para o vício de fumar.

TABLETE: pastilha farmacêutica com quantidade definida de medicamento.

TALCO: produto feito do mineral silicato de magnésio pulverizado.

TALÓFITA: termo que define vegetais sem tecido condutor e que não distinguem o corpo principal (talo) das folhas e ramos.

TANINO: classe de substâncias, muito encontrada em vegetais, de propriedades adstringentes, usada inclusive no curtume de peles de animais. São polifenóis que possuem a propriedade de precipitar proteínas; presentes na composição de algumas plantas medicinais.

TEGUMENTOS: o que cobre o corpo; envoltório; pele; invólucro de uma semente.

TELOCÊNTRICO: cromossômo em que o centrômero está deslocado para a parte terminal. (ver centrômero).

TELÓFASE: última fase da divisão celular. Caracteriza-se pela desespiralação cromossômica, reorganização da carioteca, reaparecimento do nucléolo e citocinese.

TENESMO: sensação dolorosa na bexiga ou na região anal, com desejo contínuo, mas quase inútel, de urinar ou de evacuar; erva-cidreira.

TENSÃO PRÉ MENSTRUAL: óleo de germe de trigo, soja, Óleo de Prímula .

TENSOATIVA: que estica.

TERÇOL: aplicar compressas frias e, mais tarde, compressas quentes, continuadas.

TESTOSTERONA: hormônio masculino, produzido por certas células do testículo (célula intersticiais ou de leydig) induz o impulso sexual e o aparecimento das características sexuais secundárias masculinas.

TÉTANO: doença infecciosa, normalmente por corte ou perfuração por objeto metálico enferrujado; angelicá, Maracujá-açu. Chamar o médico imediatamente.

TEXTURA ARENO-ARGILOSA: quando o solo contém mais areia que argila; solo mais solto.

TIAMINA: vitamina B1; vitamina hidrossolúvel que combate o beribéri. Principais fontes: cutícula do arroz, Levedo de Cerveja e vegetais verdes folhosos.

TIFO. febre tifóide.

TIMPANITE: inflamação dos tímpanos; hortelã.

TINHA: doença cutânea da cabeça, produzida por um cogumelo parasita; bardana. Tintura: o material moído (100g) é posto em (meio litro de álcool), durante 2 dias, depois coado. Solução alcoólica que contém os princípios ativos extraídos da planta. Preparações líquidas, coradas (daí o nome "tintura") que contém dissolvidos os componentes responsáveis pela ação farmacológica da planta, chamados "princípios ativos".

TIREÓIDE: glândula de secreção interna situada na frente da laringe. Glândula endócrina situada na região do pescoço, cujos hormônios (tiroxina e triiodotironina) controlam o metabolismo geral do corpo.

TIROSINASE: enzima.

TÍSIKA: tuberculose pulmonar; agrião, buranhém, limão, salva, verônica. Repouso absoluto. Regime alimentar saudável. Consultar o médico.

TOCOFEROL: vitamina E; Vitamina lipossolúvel que combate a esterilidade e é antioxidante. Principais fontes: alface, milho e amendoim.

TOFO: depósito de uratos que se forma em várias partes do corpo no curso da gota; limão.

TÔNICO CARDÍACO: cardo santo.

TÔNICO CEREBRAL: acariroba, ginkgo-biloba.

TÔNICO ESTOMÁQUICO: Castanha da Índia, carqueja, chicória.

TÔNICO GERAL: que dá energia ao corpo; acariçoba, cana-do-brejo, eucalipto, Guaraná, hortelã, jurubeba, marapuama, murta-cultivada, tatuaba, Artemisia vulgares, gervão, Wedelia minor, ruibarbo, serralha, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro.

TÔNICO: estoniótico; que dá energia, revigora. Quando fortificam o organismo, combatendo o raquitismo, a debilidade geral, a anemia, a fraqueza pulmonar, etc. Que revigora e estimula o organismo debilitado; Agaricus blazei, ginseng, pariparoba, Alcachofra, Hepatozan, Chlorella.

TÔNUS: estado normal de elasticidade e resistência da pele.

TORÇÃO: deslocamento muscular. Arnica gel.

TORCICOLO: inclinação involuntária da cabeça, causada por inflação ou dores nos músculos do pescoço; limão. Fazer fricção com óleo de eucalipto.

TOSSE CATARRAL: cambará, flor-da-noite, guaco.

TOSSE COMPRIDA: tosse convulsiva. guaco. Ver coqueluche.

TOSSE DE CACHORRO: tosse rouca, ladrante, que se manifesta na coqueluche, nos aneurismas da aorta, nas afecções da laringe, etc.; guaco, limão.

TOSSE: alecrim, alecrim-do-campo, alecrim-de-jardim, anis, avenca, agrião, alcaçuz-da-europa, alfavaca, alfazema, angico-vermelho, assa-peixe, altéia, benção-de-deus, óleo de borragem, cambuazeiro, cambuí, camará, cambará, eucalypto, erva-cidreira, gravatá, hera-terrestre, jatobá, limão, língua-de-vaca, Maracujá-açu, mel, Óleo de Alho, óleo de copaíba, picão-da-praia, quitoco, salva, sumaré, vassoura, verônica, saco-saco, semente de imburana, taiuiá, lobélia, timo, umbaúba. Compressas quentes. Preparar um xarope de limão com mel e dar uma colher de hora em hora. Fazer inalações de vapor de plantas medicinais, à noite.

TOXEMIA: intoxicação do sangue. Ver depurativos do sangue.

TÓXICA: que envenena.

TRACOMA: doença contagiosa, assentada, de preferência, na conjuntiva palpebral superior e no fundo do saco, onde forma pequenas granulações e que ataca, também, a córnea; tento. Consultar um médico especialista.

TRANCAÇO. Ver defluxo.

TRANQUILIZANTE: o mesmo que sedativa.

TRANSDUÇÃO: a transferência de material genético (dna) de uma bactéria para outra por um bacteriófago lisogênico.

TRANSPIRAÇÃO. Ver sudoríficos.

TRANSTORNO DIGESTIVO: Alcachofra, Hepatozan, carqueja, Espinheira-Santa.

TRAQUEÓFITA: divisão tracheophyta; planta dotada de sistemas de vasos condutores de seiva (vasculares); são as filicíneas (ver pteridófita), gimnospermas e angiospermas.

TRASORELHO. Ver cachumba.

TRAUMATISMO: conjunto das perturbações causadas por ferimento grave; choque violento; arnica brasileira, arnica mineira, arnica paulista, limão.

TREMEDEIRA: hortelã.

TRIGLICÉRIDES: triglicerídeos; redutores de gordura do sangue; Óleo de Alho, Lecitina de Soja Herbarium, Lecitina de Soja Phytomare, Alcachofra, Hepatozan, Óleo de Alho.

TROMBOSE: coagulação do sangue processada, dentro do aparelho circulatório.

TUBÉRCULO: caule ou raiz, que acumula substâncias nutritivas de reserva para a planta.

TUBERCULOSE: doença produzida pelo bacilo de Koch, e que ataca mais especialmente os pulmões, o intestino e as articulações; agrião, buranhém, eucalipto, limão, salva, saião, vassoura, velame-do-mato, mel, Própolis Ervas Spray, Óleo de Alho, óleo de fígado de bacalhau. Consultar um médico. Ver tísica.

TUMEFACÇÃO: inchação; intumescência.

TUMOR: qualquer aumento de volume desenvolvido em uma parte qualquer do corpo; massa constituída pela multiplicação desgovernada; bardana, óleo de borragem, cana-de-macaco, erva-moura, funcho, jurubeba, lentilha-d'água, língua-de-vaca, malagueta, manjerona, melão-de-são-caetano, mil-em-rama, pariparoba, saião, sensitiva, Espinheira-Santa, Óleo de Alho, óleo de germe de trigo, Unha-de-Gato, Echinacea purpurea, Cogumelo-do-Sol.

TUMOR ARTRÍTICO: jiló, Cogumelo-do-Sol.

TURNER. Ver síndrome de turner.

U.p.: uso popular, há muito comprovado, na medicina doméstica.

ÚLCERA DIGESTIVA: Espinheira-Santa.

ÚLCERA PÉPTICA: ulceração da mucosa do estômago e do duodeno; Espinheira-Santa, barbatimão, erva-de-bicho, língua-de-vaca, buranhém, calêndula, caroba, Cavalinha, cipó-chumbo, curraleira, erva-de-santa-luzia, erva-moura, eucalipto, hera-terrestre, imbiro, jurubeba, limão, louro, Maracujá-açu, saião, salva, tanchagem, tinhorão, trevo-cheiroso, velame-do-campo, velame-do-mato, babosa, zedoária. Produto para úlcera: .

ÚLCERA VARICOSA: .

ÚLCERA: lesão na pele ou mucosa, ferida aberta; plantas para aplicação externa, em forma de pó, suco, banhos: acácia, alfavaca (chá), aroeira, azedinha, Aloe Gel, barba-de-velho, calêndula (infusão e aplicação do suco), cajueiro, capim-de-burro, caroba, Cavalinha (lavar), cedro (lavar), cipó-imbé, cipreste, dorme-dorme, erva-de-passarinho, erva-de-santa-luzia, hera-terrestre, umbaúba, Espinheira-Santa, figueira (fruto e leite: tomar 5 a 8 gotas de leite 3 vezes ao dia), gerânio, guaçatonga, língua-de-vaca, margarida (chá e aplicar o suco), maricá, moela de galinha (a pele por dentro reduzir a pó e tomar), pariparoba, pita (tomar e aplicar), rosa-vermelha, sarandi, salsaparrilha (chá), saião (suco), sempre-viva, tansagem (tomar e aplicar, é de grande valor curativo), taioba (raiz ralada), tinhorão (bulbo, uso externo), velame-do-campo (chá).

UMBELA: tipo de inflorescência com pedicelos de igual tamanho que saem do mesmo ponto.

UMECTANTE: que molha, umedece.

UNGÜENTO: substância de consistência gordurosa para uso externo.

UNHAS, fortalecimento das: gelatina.

UNICELULAR: composto por apenas uma célula.

UNIVITELINO: de mesmo vitelo; homozigoto.

URÉIA: substância produzida pelo fígado dos vertebrados a partir da amônia e do gás carbônico. Sua síntese é uma maneira de reduzir a toxidade provocada pela amônia produzida no metabolismo celular; Alcachofra, Hepatozan, abacateiro, jaborandi, pariparoba.

UREMIA: intoxicação que resulta da depuração insuficiente do organismo pelo rim, em virtude da retenção das substâncias que normalmente deviam ser eliminadas pela urina; limão, purgantes, clisteris.

URETRITE: inflamação da uretra (conduto ligado a bexiga ao exterior); chá-de-bugre, abacateiro, amor-do-campo, cana-do-brejo, uva-ursina, limão, acelga (chá), amor-do-campo, capim-pé-de-galinha (chá), carrapicho-de-carneiro (folhas chá), cipó- cabeludo, erva-do-bicho (chá), dente-de-leão, erva-silvina, erva-tostão, fedegoso (chá), eucalipto (chá), guabirobeira (folhas chá), ipê, jatobá (chá das cascas), limão, salva, tansagem, trapoeraba, tarumã, uva-do-mato, serralha-brava (suco ou chá).

URINA COM SANGUE: hematúria; algodoeiro, bolsa-de-pastor, calêndula, cambuí, casca-de-anta, douradinha-do-campo, erva-de-passarinho, espelina, girassol, mil-em-rama, romã, solda-com-solda, sete-sangrias, sempre-viva, tansagem, urtiga, uva-do-mato.

URINA PRESA: dificuldade em urinar; alecrim, Boldo-do-chile, cabelo-de-milho, chá-de-bugre,

carrapicho-de-carneiro, caruru-de-espinho (raiz), abóbora (chá do cabinho), trapoeraba, imbirí, fedegoso (raiz), salsa, erva-tostão, erva-moura, girassol, uva-do-mato.

URINAÇÃO ardrosa: alfavaca.

URINÁRIA: referente a urina.

URTICÁRIA: erupção da pele com placas salientes, que lembra as alterações produzidas sobre a pele pela urtiga: limão, arrebenta-cavalo (doses fracas), cipó-imbé (banhos do cozimento das folhas), óleo de copaíba (aplicar o óleo), beladona (chá fraco e banhos), Própolis Ervas Spray, trapoeraba (suco passar).

ÚTERO, afecções do: cardo-santo, cruá, jequitibá, limão, salva-do-rio-grande-do-sul.

ÚTERO, queda do: aperta-ruão.

ÚTERO, inflamação, hemorragia: agoniada, algodoeiro, aroeira, barbatimão, casca-d'anta, cordão-de-frade, joão-da-costa, raiz de anil, urtiga-branca.

ÚTERO, doenças em geral: metrite: açoita-cavalo, aipo, agoniada, assa-peixe, baunilha, abútua, barbatimão, caroba, carapiá, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, camomila, espelina, fel-da-terra, erva-moura, erva-de-passarinho, fedegoso, Gengibre, hortelã, Hamamelis_virginiana, jequitibá (banho), jaborandi (chá), joão-da-costa, maceta, nabo, pariparoba, salva-cidreira, trevo (chá), tuia (chá), velame-do-campo (chá), cruá, limão, quitoco.

UTERORRAGIA: hemorragia do útero; algodoeiro, bolsa-de-pastor. Consultar um médico.

VACÚOLO citoplasmático: designação de espaço no citoplasma limitado por membrana. Os vacúolos recebem denominação conforme sua origem ou função. Ex.: fagossomo (origina-se da fagocitose); vacúolo digestivo (função de digestão intracelular).

Vacúolo contrátil: vacúolo presente em protozoários de água doce (ameba, paramécio etc.), responsável pela eliminação, a pulsos regulares, do excesso de água que entra no citoplasma devido à osmose.

Vacúolo digestivo: bolsa membranosa formada pela união de lisossomos com fagossomos ou pinossomo, onde ocorre a digestão intracelular.

Vacúolo pulsátil: o mesmo que vacúolo contrátil.

Vacúolo: nome genérico de uma pequena bolsa presente no citoplasma das células, cujo conteúdo é variável (soluções aquosas, alimentos, enzimas etc.).

VAGEM: legume; embalagem das sementes, típica dos feijões.

VAGINITE: evitar reincidência: Equinacea purpurea.

VARICOCELE: dilatação varicosa das veias do cordão espermático; limão. Usar suporte atlético. Se a dilatação for muito grande, recorrer ao médico para uma intervenção cirúrgica.

VARÍOLA: doença infecciosa, contagiosa e epidêmica, caracterizada por febre alta, com erupção de pústulas na pele. Buscar o médico. Enquanto espera sua chegada, deve tomar limão em quantidade, chás quentes para acelerar a erupção; confrei (chá), borragem (chá), dália (chá), agrião (comer), tuia (chá), sabugueiro (chá), coerana (chá), laranjeira (chá das folhas).

VARIZES: veias dilatadas e tortas geralmente nas pernas, abaixo do joelho. Aconselha-se evitar o trabalho em pé e evitar o estrangulamento da circulação usando roupas apertadas, cintas, ligas, faixas, etc. As úlceras varicosas muitas vezes vêm de varizes crônicas e não combatidas e são de difícil cura. Existem plantas de propriedades adstringentes das quais se toma o chá ou em compressas ou cataplasmas que ajudam a curar a flebite ou diminuem a dilatação das veias; abútua, bardana (raiz), alface, Óleo de Alho, arnica, arará, artemísia, bananeira (aplicar a folha untada de azeite), barba-de-velho ou de pau, castanheira (aplicar o cozimento dos ramos ou casca), Castanha da Índia, Cavalinha (chá), cenoura, centella-asiatica, cipreste, copo-de-leite (pomada), erva-cidreira, dente-de-leão, erva-de-bicho, erva-lanceta, erva-mate, erva-de-santa-maria, Ginkgo-biloba, goiabeira, hortênsia (folhas), Hamamelis_virginiana (pomada), jaboticabeira, marmelo, macela, maria-mole (tomar três xícaras por dia), piper, salva, saião, clorofila, romã, tansagem (suco), vinagreira, urtiga, violeta, óleo de germe de trigo.

VASCULAR: relativo a vasos; que possui vasos sanguíneos (animal) ou vasos condutores (vegetais).

VASO: estrutura tubular pela qual se conduzem materiais.

VASOCONSTRITOR: provoca a contração dos vasos sanguíneos. Substância que provoca a contração dos vasos sanguíneos, aumentando a pressão arterial.

VASODEPRESSORA: que reduz a atividade dos vasos sanguíneos.

VASODILATADOR: agente que provoca a vasodilatação, neste caso as artérias e as veias, aumentando o fluxo de sangue; Óleo de Alho, cenoura, cravo-de-defunto (flor), chá-de-bugre, erva-de-santa-maria, erva-silvina, espinheira-alvar, guabiroba (folhas), limão, papoula, pervinca, sabugueiro, oliveira, salva.

VASOPROTETOR: protege os vasos sanguíneos; centella-asiatica, vassoura-do-brejo.

VENENO, eliminar: Carvão Vegetal.

VENENOSA: que contém veneno, tóxica.

VENTOSIDADE: flatulência; excesso de gases no tubo digestivo. As causas são diversas, predominando as fermentações gastro-intestinais; alecrim-de-jardim, alfavaca, alfazema, angélica, anis, anis-estrelado, artemísia, badiana, camomila-romana, cardamomo, casca-de-anta, cascarilha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, cominho, endro, erva-cidreira, funcho, hera-terrestre, hortelã, laranjeirinha-do-mato, losna, louro-prêto, erva-de-são-joão, mil-em-rama, picão-da-praia, poejo, quássia, quitoco, robínia-acácia-falsa, salva, timo, Óleo de Alho, Carvão Vegetal, funcho, louro, ruibarbo, Espinheira-Santa, (ver gases intestinais).

VENTRE, dores do: losna. Ver Compressas quentes. Determinar a causa: inflamação, infecção, indigestão, gases, etc.

VERME: designação comum e imprecisa a todos os animais alongados de corpo mole; helminte, helminto; lombrigas; oxiúros; ancilóstomos; abacate (10g de casca verde da fruta), abóbora (50g a 90g de semente trituradas com 100g de açúcar e 150ml de leite ou então fazer chá da semente), arruda (20g para crianças, pôr sobre o ventre), alho (cru ou com leite), amoreira-preta (chá da casca ou da raiz), araticum (chá das folhas ou das cascas do tronco), artemísia (folhas ou flores), babosa (chá), beijo-de-moça (sementes), butiá-de-vinagre (comer a fruta), buxo (uma xícara de chá feito de tantas folhas quantos anos a pessoa tenha, mais dez, nunca passando de 40 folhas. Tomar em jejum de manhã, uma vez por semana e três semanas seguidas. Durante o dia, tomar um depurativo do sangue como das folhas de laranja-do-mato ou cruzeiro), beldroega (pôr 1/5 de uma garrafa de semente e o resto vinho bom e após 9 dias tomar um cálice por dia e 8 dias seguidos), erva-gorda (o mesmo), cajueiro (fruto), camomila (50g), canforeira, carqueja, casca-de-anta ou cataia (contra os vermes do sangue), catinga-de-mulata, cipó-d'alho, cipó-escada com salsa e cabelo-de-porco, cinamomo (chá das sementes ou folhas), coco (leite), corticeira, couve (suco das folhas), cravo-de-defunto ou chinchílo (a flor), erva-de-bicha ou erva-de-santa-maria é uma das ervas mais usadas contra os vermes (o suco ou semente com gemada, chá das folhas em leite ou em água), erva-de-bicho, esfregão (semente ou suco do fruto e o chá das folhas em clíster contra amebas), caroba (contra amebas), fedegoso (raiz), feto-macho (30g do pó da raiz), gameleira (leite contra vermes e com maior dose, tênia), guaxuma (semente), hortelã, limão (chá da semente ou da casca ralada), quebra-pedra (em leite), mamoeiro (o leite, 10 a 24 sementes por vez, 33g da raiz ralada: tomar no espaço de uma hora), melão-de-são-caetano (folhas e suco), mentruz (chá), pessegueiro (pôr folhas esmagadas em cataplasma sobre o ventre da criança), outra maneira de usar é 2g de folhas numa xícara de leite, pitanga, rábano (semente), rabanete (semente), mamona (3 a 4 sementes), melancia (semente), manga (brotos e amêndoa), romanceira (50g da casca do pé ou raiz), tremoço (semente), Óleo de Alho, erva-de-bicho, romã (casca), simaruba. As gestantes devem tomar cuidado em tomar vermífugos porque podem afetar o feto, a não ser usar alho, mentruz, hortelã, arruda, artemísia, beldroega, camomila-da-alemanha, centáurea-do-brasil, centáurea-menor, erva-de-santa-maria, fedegoso, gameleira, hortelã, hortelã peluda, hortelã rasteira, jatobá, limão, lombrigueira, marupá-do-campo, pau-dálho, persicária.

VERMÍFUGO: antelmíntico; vermícida; que combate os vermes intestinais; que expulsa ou destrói os vermes; que afugenta os vermes. Ver vermes.

VERMINOSE: qualquer afecção provocada por vermes; vérmina. Ver vermes.

VERNIZ: solução de goma ou resina natural usada para recobrir superfícies.

VERRUGA: saliência da pele originada por causas variadas; aplicar: alho-porro (suco), avenca (infusão e tintura: passar três vezes ao dia), calêndula (suco e tomar chá), cerejeira (óleo da semente), celidônia (leite), avelãs (venenosa, pôr o leite), coroa-de-cristo (leite), cipó-timbó (leite), figo em vinagre forte (esfregar), figueira (leite), flor-de-papagaio (leite), limão em vinagre, pita (suco), tuia (tomar o chá), sabina (folhas), sempre-viva (suco).saião, Óleo de Alho, olho de castanha de cajú.

VERTIGEM: estado mórbido, em que ao indivíduo parece que todos os objetos giram em torno dele e que ele mesmo gira; erva-cidreira, Ginkgo-biloba, Panax ginseng, Ginseng-Brasileiro, alfazema, cipó-cravo, Coffea cruda, Jasminum arabicum, agrião, alface (raiz), arruda, beladona (chá fraco), cassaú, cravo-de-jardim, corticeira, dorme-dorme, dedaleira, erva-doce, erva-moura, erva-de-santa-maria, margarida, Maracujá.

VESICANTE: que provoca a formação de vesículas e bolhas.

VESÍCULA BILIAR, problemas da: Boldo-do-chile, erva-pombinha, erva-tostão, parietária, pariparoba, uva-do-mato, Alcachofra, Hepatozan, Acerola, Óleo de Alho.

VESÍCULAS FAGOCITÁRIAS: fagossomo.

VIAS RESPIRATÓRIAS, afecções das: agrião, alcaçuz, altéia, amor-perfeito, angélica, cambuí, óleo de eucalipto, hera-terrestre, hortelã, jatobá, salva, tanchagem, umbaúba, urtiga-branca, verônica.

VIAS URINÁRIAS, afecções das: agrião, algodoeiro, begônia, caapeba, cotó-cotó, tapixirica.

VIÇO: vigor, exuberância.

VÍRUS: cada um de um grupo de agentes infecciosos diminutos (de 10 nm a 250 nm de diâmetro), caracterizados pela falta de metabolismo independente e pela habilidade de se replicarem somente no interior de células vivas hospedeiras; são compostos por uma bainha protéica que circunda uma molécula de ácido nucléico (ADN ou ARN).

VISÃO, melhora da: Acerola, óleo de fígado de bacalhau, suco de maçã, mel de jataí, Vitamina A e D; (leite, manteiga, cenoura, pimenta e em muitos vegetais), exercícios diários com o globo

ocular (5 vezes cada movimento, sendo: para cima, para baixo, à esquerda, à direita. Todos sem mover a cabeça e tentando enxergar com ângulo mais aberto possível).

VITALIDADE: caráter animado; grande capacidade de ação, entusiasmo; carqueja.

VITAMINA A: retinol; vitamina lipossolúvel que evita a xerofthalmia e a hemeralopia (cegueira noturna); Principais fontes: leite, manteiga, cenoura, pimenta, óleo de fígado de bacalhau e em muitos vegetais, Vitamina A e D.

VITAMINA B1: tiamina; vitamina hidrossolúvel que combate o beribéri. Principais fontes: cutícula do arroz, Levedo de Cerveja e vegetais verdes folhosos. Produto para repor as vitaminas do complexo B, Cogumelo-do-Sol.

VITAMINA B12: vitamina hidrossolúvel que compreende as cobalaminas hidroxicobalamina que é antineurítica e a cianocobalamina que é antianêmica. Principais fontes: carne fresca, fígado, e rins. Produto para repor as vitaminas do complexo B, Cogumelo-do-Sol.

VITAMINA B2: riboflavina; vitamina hidrossolúvel que auxilia no crescimento. Principais fontes: vegetais folhosos, soja, leite e frutos, Cogumelo-do-Sol.

VITAMINA B6: piridoxina; vitamina hidrossolúvel que evita a acrodinia (doença infantil causada pela intoxicação por mercúrio, caracterizada por eritema do nariz e tórax, polineurite e sintomas gastrointestinais). Principais fontes: vegetais folhosos, cereais e leite, Cogumelo-do-Sol.

VITAMINA C: ácido ascórbico; vitamina hidrossolúvel antioxidante e que combate o escorbuto. Principais fontes: frutos cítricos como a Acerola, Ferro+Vitamina C, laranja e limão.

VITAMINA D: calciferol; vitamina lipossolúvel que combate o raquitismo. Principais fontes: de origem animal, esta vitamina se forma através de reações que ocorrem com provitaminas na pele, quando o indivíduo toma sol, Vitamina A e D.

VITAMINA E: tocoferol; vitamina lipossolúvel que combate a esterilidade e é antioxidante. Principais fontes: alface, milho e amendoim, vitamina E.

VITAMINA H: biotina; vitamina hidrossolúvel que combate a dermatite. Principais fontes: vegetais folhosos e verdes.

VITAMINA K: filoquinona; vitamina lipossolúvel que combate a hemorragia. Principais fontes: vegetais folhosos, Óleo de Alho.

VITAMINA P: rutina; vitamina hidrossolúvel que combate a fragilidade capilar. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

Vitamina PP: nicotinamida; niacina; vitamina hidrossolúvel que combate a pelagra. Principais fontes: vegetais folhosos e legumes.

VITAMINA: designação comum a diversas substâncias orgânicas, não relacionadas entre si, presentes em quantidades pequenas em muitos tipos de alimentos, e que desempenham importante papel em vários processos metabólicos, podendo ser hidrossolúveis ou lipossolúveis. Produto para fornecer suplementação de vitaminas ao organismo: Levedo de Cerveja, Vit e minerais.

VITAMÍNICO: produto rico em vitaminas. Levedo de Cerveja.

VITILIGO: vitilagem; dermatose que provoca despigmentação total em placas ou manchas disseminadas por várias regiões do corpo; bergamota (uso-externo do óleo que se espreme da casca da fruta), cipreste ou tuia (chá), funcho, cipó-de-são-joão (extrai-se das flores uma espécie de gordura que se aplica externamente, das flores da mesma se faz uma maceração em pinga e toma-se 2 colheres em água como chá), mamica-de-cadela (tomar chá da casca por longo prazo tem provocado bons efeitos), salsa.

VÔMITO DE SANGUE: bolsa-de-pastor, mil-em-rama.

VÔMITO: coco-da-bahia (leite), camomila, dedaleira (chá), abútua, erva-doce, erva-cidreira, erva-macaé, louro, nogueira, hortelã, erva-de-são-joão, hortelã, losna, chá hepático, poejo, sálvia, alfavaca, angélica, erva-dutra, funcho, limão, salva.

VULNERÁRIO: que cura feridas; cicatrizante de feridas;alecrim-de-jardim, algodoeiro, angico, aperta-ruão, açoita-cavalo (lavar e tomar chá), andiroba (banhos), aroeira (lavar, tomar), arruda, Aloe Gel, barbatimão, bardana (tomar e banhar), beldroega (aplicar), bolsa-de-pastor (chá), buva (chá), calêndula, camomola-da-alemanha, carqueja, Cavalinha, celidônia, centáurea-menor, confrei, cana-do-reino (chá), canforeira (lavar), caroba (banhos e tomar), caruru-da-índia (aplicar as folhas), cedro-rosa (lavar), cipreste (chá), cinamomo (banhos com casca ou folhas), erva-de-santa-luzia, erva-moura, erva-de-lagarto (chá), erva-passarinho, Espinheira-Santa, fenogrego (banhos), gervão (chá), girassol (chá e banhos), guandu (tomar e banhar), Hamamelis_virginiana (aplicar), hortelã (banhos), imbir (banhos), ingá (chá), jaracatiá (folhas aplicar), jurema-preta (banhos), juciri, limão, manjerona, margarida (aplicar, tomar), mil-em-rama, óleo-de-copaíba (óleo aplicar e tomar), óleo de eucalipto (lavar), pacová, parietária, perna-de-saracura (lavar, aplicar), pinhão-do-paraguai, pitasaião, quina (lavar), salva, serpão, serralha-brava (aplicar) timo, tinhorão, trevo-cheiroso, pita (chá).

WATSON James: geneticista e biofísico norte-americano que elaborou junto com Francis Crick o modelo da estrutura molecular do DNA.

WEISMANN August: biólogo alemão que viveu entre 1834-1914. Foi Weismann que estabeleceu pela primeira vez a diferença entre células somáticas e germinativas. Este biólogo ficou famoso pelas experiências que fez (como cortar por várias gerações o rabo de camundongos) para provar que as teorias de Lamarck estavam erradas e que as características adquiridas não poderiam ser transmitidas aos descendentes.

XANTOFILA: pigmento amarelo que ocorre nas plantas, membro do grupo dos carotenóides.

XEROFITALMIA: processo de ressecamento e ulceração da córnea transparente do olho, normalmente causada pela falta de vitamina a, podendo levar a cegueira parcial ou total, Vitamina A e D.

XILEMA: lenho; tecido responsável pela condução da seiva bruta das plantas traqueófitas.

ZIGOTO: ovo ou zigoto é a denominação da célula formada após a fusão dos gametas masculinos. Ver cariogamia.

ZONULA ADHERENS: junção intermediária; estrutura parecida com desmossomo, onde algumas regiões da membrana adjacente se contatam em alguns pontos.

ZONULA OCCLUDENS: junção estreita; junção oclusiva; especialização de membrana plasmática que se forma entre duas membranas adjacentes ao aderirem entre si, criando uma barreira contra a difusão.

ZOOPLÂNCTON: conjunto de animais do plâncton; têm pequeno tamanho e se alimentam dos seres do fitoplâncton.

ZUMBIDO: limão.

ERVAS MEDICINAIS

ABACATEIRO "Persea Gratissima": Rico em vitaminas e proteínas, é diurético, combate a gota, o ácido úrico e elimina cálculos renais e biliares. É preferível usar as folhas secas, pois as verdes são estimulantes e aumentam as palpitações cardíacas. A massa do abacate é fortificante dos cabelos e tem alto poder cicatrizante.

ABÚTUA "Chododendron Platyphyllum": A raiz e o tronco são as partes usadas. Muito útil nas dificuldades da menstruação atrasada, cólicas e nas febres intermitentes.

ABSINTO "Artemisia absinthum": Um ótimo estimulante, em pequenas doses. Ameniza a anemia e descarrega a bÍlis. Uma boa receita é fazer um chá com hortelã e canela. Evitar na gravidez e na lactação, é emenagogo.

AGONIADA "Plumeria lancifoliata": Calmante das histerias, ameniza cólicas, menstruações difíceis e dolorosas e febres intermitentes. Substitui o quinino.

AGRIÃO "Sisymbrium nasturtium": Com enxofre em grande quantidade é um ótimo anti-caspa, diminui e queda de cabelos, é também um tônico estimulante, cicatrizante, depurativo, anti-inflamatório, descongestionante, digestivo, diurético e antiescurbútico.

ALCACHOFRA "Cynara sculymus" Ótimo diurético e eliminador do ácido úrico, reumatismo, atua nos distúrbios hepáticos e digestivos, aumenta a secreção biliar e faz baixar a pressão arterial. Evitar na lactação.

ALCAÇUZ "Glycyrhiza glabra" De sabor adocicado, é emoliente empregado na bronquite e tosses crônicas.

ALECRIM "Rosmarinus officinalis" Muito útil da debilidade cardíaca, é excitante do coração e do estômago. Combate a flatulência, males do fígado, rins e intestinos. O chá é bom para combater a tosse, asma, gripe. Em banhos alivia o reumatismo e cura feridas. Dose normal: De 5 a 10 gr. por litro.

ALFAFA "Medicago sativa" Suplemento alimentar, rica em vitaminas (K), minerais, contém potássio, magnésio, fósforo e cálcio. Age nas anemias e hemorragias. Revigorante nos casos de fadiga e alimentação insuficiente.

ALFAVACA "Occimum basilicum" Tem poder antisséptico, cura feridas e hematomas. A INFUSÃO forte pode ser usada em gargarejos e bochechos contra dor de garganta, mau hálito e aftas. Serve ainda contra queda de cabelos (deixe agir por cinco minutos e enxágue).

ALFAZEMA "Lavandula officinalis" Poderoso antisséptico, cicatrizante, estimula a circulação periférica, anti-depressiva, sedativa e analgésica. É ainda desodorante, purificante e ótimo repelente de insetos.

ALGODOEIRO "Gossypium herbaceum" A parte usada é a casca da raiz recente e tem propriedade diurética e emenagoga. Ameniza cólicas e dores do parto. Deve ser evitada na gravidez.

ALHO "Allium sativum" Poderoso depurativo do sangue, é expectorante, antiséptico pulmonar, antiinflamatório, antibacteriano, tônico, vermífugo, hipoglicemiante, antiplaquetário, antioxidante, diminui o colesterol e a viscosidade sanguínea. É altamente indicado em diabetes, hipertensão, bronquites, asma e gripes.

AMEIXEIRA "Prunus Doméstica" Tanto as folhas como o fruto, servem para soltar o intestino e regularizar as funções digestivas. Como consequência melhoram a pele.

AMOREIRA "Morus Nigra" As folhas são empregadas no combate ao diabetes, pedras nos rins e limpar a bexiga. Recentemente descobriu-se ser útil na reposição hormonal.

ANDIROBA "Carapa guaianensis" Semente amazônica que serve como repelente e como reconstituinte celular da derme, eliminando inflamações e dores superficiais. Tem ação purgativa na eliminação de vermes.

ANGÉLICA "Angelica Officinalis" Planta aromática procedente do Hemisfério Norte. Muito indicada no trato digestivo e na insuficiência de suco gástrico e problemas estomocais. Não é recomendado a diabéticos

ANIZ "Pimpinella anisum" A semente de aniz favorece as secreções salivares, gástricas e a lactação. É indicado em dispepsias nervosas, enxaquecas de origem digestiva, cólicas infantis, deficiências cardiovasculares (palpitações e angina), asma, espasmos brônquicos e aumenta o leite materno. EVITE USO PROLONGADO, pode causar intoxicação e confusão mental.

ARNICA "Arnica do Campo" Poderoso antiinflamatório, tônico estimulante, antisséptica e analgésica. Um fitocomplexo que bloqueia a inflamação causada por traumatismos e reabsorve as células necróticas. Indicado em contusões, entorses, hematomas e traumatismos, flebites, furúnculos e até mesmo afecções bucais.

APERTA RUÃO/PIMENTA DE FRUTO GANCHOSO " Piper aduncum" Diurético, adstringente e tônico digestivo. A raiz em uso externo combate a Erisipela.

AROEIRA "Schinus Terebinthifolius" Balsâmico e adstringente empregada nas doenças de vias urinárias, como cistite. Nas bronquites, gripes e resfriados, combate a febre e secreções.

ARRUDA "Ruta Graveoleons" A RUTINA (princípio ativo) aumenta a resistência de vasos capilares sanguíneos, evita a ruptura, provoca uma leve contração do útero, estimula as fibras musculares. Indicado especialmente nos reumatismos, nevralgias, verminoses e problemas respiratórios, sua inalação abre os brônquios. É emenagoga, antiespasmódica e estimulante.

ARTEMISIA "Artemisia vulgaris" Planta feminina que tem ação estimulante sobre o útero e deve ser evitada por mulheres grávidas, por ser emenagoga. O CHÁ combate problemas de ovários, ciclo menstrual irregular, lombrigas e anemia (2 xícaras/dia no máximo).

ASSA PEIXE "Bohemeria caudata" Muito eficaz contra a gripe, tosse forte e bronquite, aliviando dores no peito e nas costas. Estanca o sangramento.

AVENCA "Adiantum capillus-veneris" Tem ação protetora sobre peles sensíveis e age contra queda de cabelos. Combate males respiratórios como bronquite e tosse com catarro.

BANCHÁ "Thea sinensis" Originária da China, acompanha a cultura a milênios como digestiva de fino paladar, diurética e levemente tônica.

BARBATIMÃO "Stryphnodendron barbatiman" Rica em tanino. Usa-se externamente reduzindo a pó e aplicado sobre úlceras, impingens e hérnias (20 gramas cozidas em meio litro da água, em banhos e lavagens). Internamente como tônico, cozinhando a casca para combater hemorragias uterinas, catarro vaginal e diarreias.

BARDANA/FOLHA "Arctium lappa" Indicada principalmente para a pele e como antibiótico, é ainda diurética, hipoglicemiante, anti-inflamatória, bactericida, depurativa e cicatrizante, além de agir no couro cabeludo nas dermatites descamantes.

BOLDO CHILENO "Peomus boldus" Poderoso digestivo e hepático, com propriedades tônicas e estimulantes, ativa a secreção salivar, biliar e gástrica em casos de hipoacidez e dispepsias. Muito utilizado em hepatite crônica e aguda.

BORRAGEM "Borago officinalis" Planta medicinal e alimentícia que lembra o cheiro do pepino, por isso se torna uma salada muito nutritiva. Possui vitamina C, alcaloides. É anti-inflamatória, expectorante, adstringente e altamente diurética. Muito indicada em casos de inflamações de bexiga e pedras nos rins ou bexiga. Auxilia na eliminação de toxinas e melhoria da pele.

CABELO DE MILHO "Zea Mays" Poderoso diurético, regula as funções dos rins e da bexiga removendo areias e pedras. Chá dos cabelos de milho baixa a pressão e desintoxica o sangue. *Não se recomenda o uso em casos adiantados de inflamação nos rins ou bexiga.*

CACTO/MANDACARU "Cactus grandiflorus" Estimulante do coração, similar a "Digitális", utilizado nas perturbações cardíacas, circulatórias, reumatismo e angina peitoral. Não se acumula no organismo.

CAJUEIRO "Anacardium occidentale" É estimulante do organismo, combate o Diabetes e é anti-hemorrágico. Em gargarejos cura inflamações da garganta, aftas. Ameniza irritações vaginais.

CALÊNDULA "Calendula officinalis" Famoso por ser antialérgica e cicatrizante, ainda cura e diminui a gastrite e a úlcera duodenal, pois tem ação antitumoral. O ácido oleanóico suaviza e refresca pelas sensíveis e queimadas pelo sol. Favorece a regeneração de tecidos danificados e é antisséptico.

CAMOMILA "Matricaria chamomilla" De origem egípcia, tem propriedades calmantes, digestivas em casos de inflamações agudas e crônicas da mucosa gastrointestinal, colites, cólicas, é também antialérgico e anti inflamatório, podendo reconstituir a flora intestinal.

CANA DO BREJO "Costus spicatus" Excelente diurético, ajuda a eliminar pedras na bexiga, sífilis e inflamações nos rins. Ainda combate a arteriosclerose. A raiz em pó serve de cataplasma para hérnias, inchaços e contusões.

CANELA "Cinnamomum zeylanicum" Originária do Sri Lanka, sudeste da Índia, é aromático, estimulante da circulação, do coração e aumenta a pressão. Provoca a contração de músculos e do útero, por isso é hemenagoga.

CARAMBOLEIRA "Averhoa carambola" Ótimo diurético, elimina pedras nos rins e da bexiga, combate febres e ameniza o diabetes.

CARAPIÁ "Dorstênnia arifolia" Depurativo, estimulante digestivo e age contra anemia. A raiz é empregada como cataplasma para apressar a cicatrização de ossos fraturados.

CARVÃO VEGETAL: O carvão vegetal de madeira mole e não resinosa, é utilizadas desde o antigo Egito com fins medicinais. Por ser altamente absorvente, é empregada na eliminação de toxinas, em casos de envenenamento ou intoxicação. Por sua rapidez na ação era utilizado pelos índios em picadas de cobras e aranhas. Uso interno e externo.

CAPIM CIDRÃO "Cymbopogon citratus" Originária da Índia, é sedativa, analgésica e anti-térmica, promove uma diminuição da atividade motora e aumenta o tempo de sono. Combate o histerismo e outras doenças nervosa.

CARDO SANTO: "Cirsium vulgare" Tônico amargo, adstringente, diurético, expectorante e antisséptico. Indicado em problemas gástricos, indigestão, asma e catarro nos brônquios.

CAROBINHA: "Jacarandá copaia" Um dos melhores depurativos do sangue, contra sífilis, doenças de pele, doenças reumáticas e amebas intestinais.

CARQUEJA: "Baccharis triptera" Exerce ação benéfica sobre o fígado e intestinos, limpa as toxinas do sangue, além de ser um ótimo hipoglicemiante. Indicado em casos de gastrite, má digestão, azia, cálculos biliares e prisão de ventre.

CASCARA SAGRADA: "Rhamnus purshiana" Forte laxante, que reestabelece o tônus natural do cólon do intestino e normaliza as funções do intestino.

CASTANHA DA INDIA: "Aesculus hippocastanum" Excelente tônico circulatório, isso é percebido 15 a 30 minutos após sua ingestão, amenizante a dor nas pernas e costas. Ativa a circulação, prevenindo acidentes vasculares.

CATUABA: "Erythroxylon catuaba" Afrodisíaco e tonificante, contém um alcalóide semelhante a atropina, que opera lentamente dando energia ao organismo. Indicado em casos de fadiga ou impotência sexual.

CAVALINHA: "Equisetum arvensis" Anti-inflamatório, adstringente, e revitalizante. Indicado no trato de problema genital e urinário, menstruação excessiva. Age nos brônquios, limpando secreções dos pulmões e do sangue. Repõe o silício perdido no emagrecimento.

CENTELLA ASIÁTICA: "Hidrocotile asiática" O bioquímico francês Jules Lépine descobriu que esta planta tem um alcalóide que pode rejuvenecer o cérebro, os nervos e as glândulas endócrinas. Os chineses atribuem a ela um valor igual ao ginseng. Com propriedades tonificantes ela normaliza a produção de colágeno e liberando células adiposas. Por isso é tão indicada para terapias de emagrecimento e da pele.

CHAPÉU DE COURO: "Equinodorus macrophyllus" Depurativo muito conhecido nas terapias de pele, tem efeito laxativo e estimulante da bÍlis. Pela ação nos rins e fÍgado reduz o ácido úrico e o reumatismo.

CIPO CABELUDO: "Mikania hirsutÍssima" Indicado em cólicas menstruais, nefrites, reumatismo e inflamações da bexiga.

CIPÓ MIL HOMENS: "Aristolochia brasiliensis" Estimulante dos rins, fÍgado e baço, ameniza cólicas intestinais e a febre. Tem ação emenagoga, por isso não é indicado na gravidez. Cura picadas de cobras, ingerindo e aplicando a planta moÍda sobre o ferimento.

COMPOSTO/BRONQUITE: Combinação das ervas mais indicadas para combater os sintomas da bronquite: Assa Peixe + Bardana + Malva + Menta + Tanchagem.

COMPOSTO CALMANTE: Combinação das ervas mais indicadas para combater o nervosismo: Capim Cidrão + Camomila + Melissa + Hipérico + Maracujá.

COMPOSTO/CIRCULAÇÃO: Combinação das ervas mais indicadas para melhorar a circulação sangüÍnea: Arnica + Erva de Bicho + Ginkgo Biloba + Hamamelis.

COMPOSTO/CÓLICAS MENSTRUAIS: Combinação das ervas mais indicadas para amenizar cólicas menstruais: ArtemÍsia + Agoniada + Aroeira + Carapiá + TÍlia.

COMPOSTO/COLESTEROL: Combinação das ervas mais indicadas para diminuir o colesterol: Erva de Bugre + Alcachofra + Carobinha + Dente de Leão + Pedra Ume Caá.

COMPOSTO DEPURATIVO: Combinação das ervas mais indicadas para limpar o sangue: Alcachofra + Capim Cidrão + Carobinha + Porangaba + Sene Indiano.

COMPOSTO/DIABETES: Combinação das ervas mais indicadas para combater o diabetes e diminuir a taxa de açúcar no sangue: Pata de Vaca + Pedra Ume Caá + Ipê Roxo + Gervão + Graviola + Carqueja.

COMPOSTO/CÁLCULOS RENAIIS: Combinação das ervas mais indicadas para combater os males dos rins: Alcachofra Capim Cidrão + Quebra-Pedras + Cabelo de Milho + Cana do Brejo.

COMPOSTO EMAGRECEDOR: Combinação das ervas mais indicadas para ajudar no emagrecimento: Alcachofra + Boldo do Chile + Camomila + Capim Cidrão + Carobinha + Graviola + Sene Indiano + Carqueja + Centella Asiática + Erva de Bugre.

COMPOSTO EQUILIBRIUM: Combinação das ervas mais indicadas para acalmar sem sentir sono: Capim Cidrão + Melissa + Guaraná da Amazonia + Hibisco + Ginkgo Biloba + Jasmim.

COMPOSTO ENERGÉTICO: Combinação das ervas mais indicadas para combater os Stress e o desgaste físico/mental: Catuaba + Guarana da Amazonia + Pfaffia + Marapuama.

COMPOSTO/ESTÔMAGO: Combinação das ervas mais indicadas para combater dores de estomago e má digestão crônica: Artemísia + Bardana + Camomila + Carqueja + Erva de São João + Picão + Tansagem.

COMPOSTO/FÍGADO: Combinação das ervas mais indicadas para combater os males do fígado: Espinheira Santa + Carqueja Doce + Boldo do Chile + Camomila + Dente de Leão.

COMPOSTO/GRIPE: Combinação das ervas mais indicadas para combater os sintomas da gripe ou resfriado, como coriza, dores no corpo e baixa energia: Assa Peixe + Alfavaca + Guaco + Erva Cidreira + Guaraná da Amazonia + Pariparoba.

COMPOSTO/MENOPAUSA: Combinação das ervas indicadas para combater os suores e acalmar o sistema nervoso: Carobinha + Calêndula + Milefólio + Melissa + Tília.

COMPOSTO/PROBLEMAS DE PELE: Combinação das ervas mais indicadas para limpar o sangue e eliminar a Acne e a oleosidade da pele: Chapéu de Couro + Carobinha + Douradinha + Erva Macaé + Erva de Bugre + Bardana.

COMPOSTO CONTRA PRESSÃO ALTA: Combinação das ervas mais indicadas para baixar a pressão e amenizar dores de cabeça: Arnica + Capim Cidrão + Erva de Bugre + Passiflora + Milefólio + Pitangueira + Sete Sangrias.

COMPOSTO CONTRA REUMATISMO: Combinação das ervas mais indicadas para combater os sintomas do reumatismo, ácido úrico e dores lombares: Alecrim+Chapéu de Couro+Garra do Diabo+Salsaparrilha+ Tayuiá.

COMPOSTO/SINUSITE/ASMA: Combinação das ervas contra a sinusite e dificuldade na respiração nos quadros de bronquite asmática: Arruda + Eucalipto Aromático + Salvia.

CONFREI "Symphytum asperrimum" Ótimo cicatrizante, que não convém ingerir, pois contém propriedades tóxicas. A INFUSÃO forte deve ser usado em COMPRESSAS, para acabar com irritações e espinhas na pele, ajuda na cicatrização de queimaduras e feridas.

CORDÃO DE FRADE "Leonotis nepetaefolia" Ótimo diurético, que ameniza dores de estomago e fortalece convalescentes. Dá um bom xarope para tosse e problemas respiratórios.

CRAVO DA INDIA "Syzygium aromaticum" Excitante e aromático, alivia dor de dente. Facilita a menstruação.

DENTE DE LEÃO "Taraxacum officinalis" Tônico hepático, diurético e depurativo do sangue, age no fígado e nos rins, é indicado para diabéticos. Fortifica os nervos, mas sua ingestão diária não pode ultrapassar tres xícaras, sem adoçantes.

DOURADINHA "Waltherea douradinha" Diurético eficiente na dificuldade em urinar, inflamações da bexiga eliminando pedras. Contra problemas pulmonares, bronquite e tosse.

EMBAÚBA "Cecropia palmata" Poderoso diurético, que ameniza a pressão e regula as batidas do coração. Não fazer uso contínuo.

EMBURANA "Torresea cearensis" Broncodilatador que provoca um relaxamento. Indicado nas manifestações de bronquite, tosse e asma. Ameniza cólicas intestinais e uterinas.

ENDRO "Anethum graveolens" Combate ânsias de vômitos, cura inflamações de garganta. Ameniza flatulência, cólicas intestinais e de estômago.

ERVA BALEEIRA/SALICÍNIA "Cordia verbenácea" Anti-inflamatória, cicatrizante, tem a propriedade de remover hematomas.

ERVA CIDREIRA "Melissa officinalis" Tranquilizante e sedativa, induz ao sono e permite o controle das emoções. Indicada em crises nervosas, taquicardia, histerismo e depressão. O mirceno é o responsável pelo seu papel analgésico, no alívio de dores e da pressão alta.

ERVA DE BICHO "Polygonum acre" Tem efeito circulatório, ameniza hemorragias, hemorróidas e varizes. Melhora o desempenho cerebral e o raciocínio.

ERVA MACAÉ "Leunurus sibiricus" Indicada nas doenças de pele e erisipela, combater o colesterol e a pressão alta.

ERVA SANTA MARIA/MENTRUZ "Chenopodium ambrosioides" Cura indigestão, hemorróidas, varizes, facilita a menstruação, a circulação e combate doenças nervosas.

ERVA DE BUGRE "Casearia sylvestris" Emagrecedor, diurético, antiolesterol, diminui inchaço das pernas, estimula a circulação e o coração. Útil em doenças de pele, mordidas de cobras e aranhas.

ERVA DE SÃO JOÃO "Agerathum conyzoides" Anti-febril, muito eficiente contra dores de estômago, cólicas e gases. Não confundir com "Herb San John"(Hipérico).

ERVA DOCE "Pimpinella anisum" Calmante, combate insônia, náuseas, cólicas e vômitos. Reestabelece a menstruação e aumenta o leite materno.

ESPINHEIRA SANTA "Maytenus ilicifolia" Seu uso é indicado no tratamento de várias doenças do aparelho digestivo, especialmente úlceras. Atua ainda sobre as fermentações anormais do intestino, normalizando as funções gastrointestinais, é ainda antisséptica e cicatrizante. No final da década de 80, a Central de Medicamentos (Ceme) divulgou um estudo oficial em que comprova as propriedades terapêuticas desta erva.

EUCALIPTO AROMÁTICO "Eucalyptus globulos" Poderoso antisséptico, é indicado para uso em inalações, para problemas pulmonares, bronquite, asma, inflamações da garganta.

FÁFIA Pfaffia Paniculata: GINSENG BRASILEIRO: Tem uma longa lista de indicações medicinais. É tida como rejuvenecedora, revitalizante e inibidora do crescimento das células cancerígenas. Afirma-se que ativa a circulação do sangue. Tida ainda como estimulante das funções sexuais e como agente de combate ao stress, tem grande sucesso no Japão. Há quinze anos vem sendo alvo de extração predatória. A reposição é difícil pois o princípio ativo é encontrado unicamente na raiz. Estima-se que o período entre coletas deva ser de, aproximadamente, cinco anos. É o tempo necessário ao amadurecimento da planta e ao desenvolvimento de seu princípio ativo.

FENOGREGO "Trigonella foenum-graecum" Semente altamente nutritiva, que estimula o apetite, engorda. Indicado nas fraquezas típicas de gripes, anemia ou convalescência. Melhora a pele e evita rugas.

FUCUS(alga): "Fucus vesiculosos" Indicado para casos de hipotireoidismo, obesidade e disfunções da tireóide com baixa taxa de iodo. *Contra indicado em casos de hipertireoidismo, problemas cardíacos, gravidez e lactação.*

GARRA DO DIABO "Harpagophytum procumbens" Anti-inflamatório de origem africana, nasce apenas nos desertos, é indicada contra reumatismo, diabetes, arteriosclerose (melhora a flexibilidade das artérias) e doenças do fígado.

GENCIANA "Gentiana lutea" Estimulante digestivo, depurativa, indicada na falta de apetite, anorexia, problemas gastrointestinais. *É contra indicado em casos de úlcera gástrica.*

GENGIBRE "Zingiber officinalis" Estimulante gastrointestinal, é ainda um bom anti-inflamatório que apresenta resultados contra o reumatismo e artrites.

GERVÃO "Verbena bonariensis" Indicada nas dores do fígado e do estômago, febres, prisão de ventre, diurético e emenagogo.

GINKGO BILOBA: Árvore considerada um fóssil vivo, ancestral do carvalho, é mencionada nos escritos chineses de 2800 anos A.C. e considerada sagrada no Oriente. Tem ação preventiva e curativa na oxidação das células e no envelhecimento. Estimulante da circulação, diminui a hiperagregação plaquetária, evitando trombozes. Indicado ainda contra micro varizes, artrite e cansaço nas pernas.

GINSENG COREANO "Panax Ginseng" Estimulante, pode elevar a pressão arterial. Portanto, não é recomendada para hipertensos. Dose máxima, duas colheres pequenas ao dia.

GUACO "Mikania glomerata" Dissolve catarro dos brônquios, expelle secreções típicas de resfriados e bronquite, amenizando inflamações de garganta.

GUAÇATONGA "Casearia sylvestris" Emagrecedor, diminui o colesterol, o cansaço das pernas. Estimulante da circulação, usada em doenças de pele, picadas de cobras e aranhas.

GUARANÁ "Paullinia cupana" Os índios Maués a chamam de *Paullinia cupana*, da Amazônia, um extraordinário estimulante, que dá energia física ao organismo. Contém muita cafeína. Indicado para casos de esgotamento físico, atividades intelectuais, e é afrodisíaco.

GUINÉ "Petiveria tetrandra" Indicada para dor de cabeça, enxaqueca, falta de memória e problemas nervosos. Eficaz antídoto ao veneno de cobra e abortivo.

GRAVIOLA "Anona muricata" O chá das folhas é um ótimo emagrecedor, diminui o colesterol e baixa a pressão. Poderoso hipoglicemiante muito indicado em diabete. Ainda é analgésico em nevragias e reumatismo.

HAMAMELIS "Hamamelis virginica" Contendo essencialmente tanino, tem ação adstringente e vasoconstritora, diminui as secreções e ativa a circulação. Muito utilizada como shampoo, pois ativa a circulação da pele e evita queda de cabelos.

HERA "Glechoma hederácea" Planta trepadeira, comum em muros, contém importantes propriedades terapêuticas, contém semente tóxicas, suas folhas são analgésicas, vasodilatadora, descongestionante. A *Hederosaponina* tem efeito inibidor de fungos, com ação antibiótica. *Por conter muito Iodo é contra indicado em casos de hipertireoidismo.*

HIBISCO "Hibiscus sabdarifa" Flor avermelhada, com sabor semelhante ao morango, tem efeito laxante sem cólicas, melhora a digestão, aumenta a diurese e acalma os nervos.

HIPÉRICO "Hipeycum perfloratum" Famoso calmante e anti-depressivo, também é anti-inflamatório e cicatrizante. É a hipericina a responsável pela ação calmante, que também age na insuficiência hepática, má digestão, gota e reumatismo.

HORTELÃ JAPONESA "Mentha arvensis" Calmante, antisséptico e descongestionante. Elimina gases e é sedativo do estômago (faz cessar os vômitos). A TINTURA alivia enxaquecas e irritações da pele, em aplicações locais. A INFUSÃO feita com 20 grs. para meio litro de água, em forma de INALAÇÃO, descongestiona as vias respiratórias.

IPECACUANHA(PAPACONHA): "Cephaelis ipecacuanha" Raiz do nordeste indicada contra a bronquite e tosse com catarro.

IPÊ ROXO "Tabebuia impetiginosa" Antibiótico natural, ficou famoso por suas propriedades analgésicas e anticoagulante é ainda indicado em casos de bronquite, asma e arteriosclerose. O Ipê-Roxo é tido como um poderoso auxiliar no combate a determinados tipos de tumores cancerígenos. É usado também como analgésico e como auxiliar no tratamento de doenças estomacais e da pele. No passado, foi largamente utilizado no tratamento da sífilis. A árvore do Ipê-roxo é alta e tem como característica as flores tubulares arroxeadas. A substância com propriedades terapêuticas é encontrada na casca.

JABORANDI "Pilocarpus jaborandi" Tem como princípio ativo o alcalóide *Pilocarpina*, que age nas glândulas salivares e sudoríferas. Estimula as secreções gástricas, por isso é um ótimo digestivo. Tem efeito semelhante ao da Espinheira Santa. É encontrado em uma região de solo e clima bem característicos. Seu princípio ativo já é largamente usado pela indústria de medicamentos no tratamento do glaucoma. Era utilizado no passado para aguçar o faro de cães de caça. Também indicado no tratamento de doenças do aparelho respiratório. Vários xampus trazem o Jaborandi em sua fórmula, tido como um poderoso aliado na luta contra a queda de cabelo. Há anos, a planta vem sendo extraída em grandes quantidades para uso de laboratórios estrangeiros. Não existem planos para reposição dos exemplares retirados da região. As poucas áreas de cultivo regular são controladas por laboratórios estrangeiros.

JAMBOLÃO "Syzygium jambolanum" Adstringentes e poderoso hipoglicemiante indicado em diabetes, pois ameniza a formação de fermentos sacarificantes.

JASMIM "Gardenia jasminoides" Diurético e estimulante indicado como xarope contra tosse e gripe. Ótimo colírio contra inflamações dos olhos.

JATOBÁ "Hymenaea courabril" Fortificante usado contra doenças pulmonares. Cura cistite (não infecciosa).

JUÁ "Solanum viarum" A casca é utilizada como dentífrico, os frutos são calmantes dos nervos e da azia. A raiz é diurética, ajuda a emagrecer, melhora as funções do fígado e bexiga.

JURUBEBA "Solanum paniculatum" Estimulante das funções digestivas, do fígado e baço. Indicado em casos de insuficiência hepática e prisão de ventre.

LARANJEIRA "Citrus aurantium" Ótimo contra gripes e resfriados, pois é depurativo e sudorífico, tem vitaminas e sais minerais.

LOURO "Laurus nobilis" Santo remédio contra má digestão e ressaca alcoólica, doenças de fígado e estômago.

LOSNA "Artemisia absinthum" Amargo estimulante gástrico, aumenta o apetite e é afrodisíaco. Mas em doses altas pode se tornar um psicoestimulante. Indicado contra doenças nervosas e falta de apetite.

LUPULO/FLOR "Humulus lupulus" A *lupulina*, um pó dourado que cobre as flores é um poderoso sedativo e hipnótico, indicado em casos de insônia. É ainda digestiva e antibiótica.

MACELA/FLOR "Achyrocline satureoides" Planta aromática com inflorescências usadas em travesseiros com finalidades calmantes. Em chá é indicado para problemas digestivos, azia e para acalmar cólicas abdominais.

MALVA "Malva sylvestris" Hortalíça muito indicada para problemas respiratórios, favorece a cicatrização e processos gastrointestinais, com benefícios à pele.

MAMICA DE CADELA "Zanthoxylon rhoifolium" Indicado contra problemas de pele, contra picadas de insetos e cobras.

MANJERICÃO: "Ocimum basilicum" Digestivo que elimina gases.

MARACUJÁ "Passiflora alata" A *Passiflora* tem ação tranquilizante, antiespasmódica e diurética. Indicada em dores de cabeça de origem nervosa, ansiedade, perturbações nervosas. Contra-indicado em pressão baixa.

MARAPUAMA "Ptychopetalum olacoides" De origem amazônica é afrodisíaco. Seu alcalóide, tem ação estimulante do sistema nervoso central, é anti-depressivo e é indicada em casos de esgotamento físico e impotência sexual.

MASTRUÇO "Lepidium sativum" Depurativo muito empregado em doenças pulmonares, como pneumonia, bronquite e raquitismo. Tira hematomas e cura feridas.

MIL FOLHAS/NOVALGINA "Aquiléa millefolium" Uma das ervas mais importantes e poderosa da farmacopéia. O chá é bom para baixar febre, aliviar dores, reumatismo, varizes, insônia, pressão alta, má circulação, males do estômago e fígado. A infusão forte transformada em cubos de gelo, deve ser aplicado sobre hemorróidas. Em temperatura morna em banhos de assento contra problemas ginecológicos.

MORANGUEIRA "Fragaria vesca" Contra inflamações dos rins e bexiga, desobstruindo os rins, liberando a urina. Em consequência ameniza a gota, o ácido úrico e reumatismo.

MULUNGU "Erythrina verna" Calmante poderoso, analgésico e muito usado em manipulação, contra pressão alta.

NOGUEIRA "Juglans regia" O chá das folhas limpa e fortalece o sangue, as nozes são ótimo alimento para os nervos, cérebro e crescimento. Embeber os cabelos em infusão das cascas das nozes escurece os cabelos brancos.

NÓZ MOSCADA "Myristica fragans" Digestiva e anti-reumática, muito utilizada contra pressão alta.

OLIVEIRA "Olea europaea" Estimulante do apetite, o chá das azeitonas também são usado para subir a pressão, dilata as veias, desinflama a boca e garganta.

PALMA CHRISTY: "Ricinus communis" Famoso laxante de onde se origina o óleo de rícino.

PARIETÁRIA "Parietária officinalis" Muito usada em males dos rins, inflamações da bexiga, dissolve cálculos e alivia dores.

PARIPAROBA/JAGUARANDI "Piper umbellatum" Polivalente, age contra resfriados e asma e também contra os males do fígado e baço, aliviando azia, úlceras e hemorróidas. Mastigar a raiz alivia dor de dente.

PATA DE VACA: "Bauhinia forficata" Poderoso hipoglicemiante, indicado em diabetes e elefantíase, com muito sucesso.

PAU PRA TUDO "Cinamodendron axilare" Afrodisíaco, muito indicado contra diabetes.

PAU TENENTE "Quassia amara" Indicado em males do estômago e diabetes, baixa a taxa de açúcar no sangue, também age contra a malária e febre amarela. Lavar a cabeça com o chá elimina piolhos.

PEDRA UME CAÁ "Myrcia sphaerocarpa" De origem amazônica, goza da fama de *Insulina Vegetal*, empregada no tratamento do diabetes baixando a taxa de açúcar e colesterol.

PICÃO BRANCO "Galinsoga parviflora" Digestivo muito usada em dores de estômago, males do fígado, icterícia e outras infecções do aparelho digestivo.

PICÃO PRETO "Bidens pilosa" Digestivo que também ajuda a remover pedras na vesícula e rins, dores de barriga. Ameniza o diabetes.

PITANGUEIRA "Stenocalys michelli" Muito utilizada contra diarreia em crianças, bronquite, febre e ainda abaixa a pressão. É calmante infantil e bom para os nervos.

POEJO "Mentha pylegium" Bom para gripes e resfriados mas seu limite de consumo é de duas xícaras ao dia.

PORANGABA "Cordia salicifolia" Poderoso emagrecedor que diminui o colesterol. Não confundir com a Erva de Bugre.

PULMONÁRIA "Pulmonaria officinalis" Como diz seu nome é indicado nas doenças do pulmão, é um eficiente expectorante, misturado com mel de abelhas. Facilita a respiração. Indicado a pessoas que trabalham com pó.

QUEBRA PEDRA "Phyllanthus niruri" Famoso por sua ação diurética, é ainda hipoglicemiante, antibactericida e anticancerígena, age principalmente no fígado. Obteve sucesso em testes contra a hepatite tipo B. Dissolve cálculos renais, promove a desobstrução da uretra e a eliminação do ácido úrico. *Contra indicado na gravidez.*

QUINA-QUINA "Chincona sp" De origem andina esta árvore possui raízes e cascas contendo o *quinino*, um alcalóide que permite agir como anti-séptico, adstringente. Indicada para gripe, febre, em casos de malária e anemias.

ROMÃ/CASCAS "Punica granatum" Adstringente, contra inflamações de garganta, amígdala e cólicas. Elimina vermes e lombrigas.

SABUGUEIRO "Sambucus nigra" Poderoso sudorífero nos processos gripais, resfriados, tosse, sarampo e caxumba. Elimina o ácido úrico, calculos renais e toxinas do sangue.

SALVIA "Salvia officinalis" Erva hipoglicemiante, que não é tão amarga como outras e ainda tem ação antiséptica, adstringente e estimulante. Usada como desodorante, tem a capacidade de fechar os poros e reter a sudorese. *É contra indicado em gravidez e lactação.*

SALSSAPARILHA "Smilax salsaparrilha" Depurativo do sangue, combate a gota, ácido úrico e reumatismo. Diminui a dificuldade em urinar, elimina pedras nos rins e bexiga.

SASSAFRÁZ "Ocotea preciosa" Elimina dores ósseas. Ajuda a eliminar intoxicação por metais.

SENE INDIANO "Cassia augustifolia" Um bom laxante, mas não usar continuamente. Indicado em casos de prisão de ventre, tomar no máximo uma xícara por dia e no máximo dez dias seguidos. Usar infuso no máximo 2 gramas por xícara de água. **CONTRA INDICADO A GESTANTES E LACTENTES.**

SETE SANGRIAS "Cuphea ingrata" Tem efeito sedativo do sistema nervoso central . É indicado no tratamento da arteriosclerose, hipertensão e palpitações no coração. *Não é aconselhado uso para crianças.*

STÉVIA "Stevia rebaudiana" Um doce presente da Natureza, que analisado em laboratório mostrou ser 300 vezes mais doce que açúcar de cana. Não tem calorias e ainda é diurética. *Muito indicada aos diabéticos.*

SUCUPIRA "Dilotropis incexis" Semente depurativa, oleosa, contra manchas de pele, eczemas, feridas na pele. Antireumática e antihemorrágica.

TAYUIÁ "Cayaonia tayuia" Depurativo poderoso, desintoxica o sangue. Tem ação laxativa e desobstrui o fígado.

TANCHAGEM "Plantago major" Uma das plantas de maior valor medicinal e veterinário. Age como bactericida sobre as vias respiratórias em casos de inflamações, destruindo microorganismos e limpando secreções. Indicada também em casos de diarreias e hemorragias pós-parto. Usar infusão de 30 gramas para cada litro de água.

TÍLIA "Tilia cordata" Árvore sagrada das antigas civilizações germânicas. Sudorífica, descongestionante e relaxante é indicada em casos de febres, resfriados e dores estomacais. Alivia a dor de cabeça, enxaqueca e tensões nervosas. *Usar 10 gramas para cada litro de água.*

UNHA DE GATO "Acacia plumosa" Famoso antireumático, ameniza dores nas costas e nas pernas. Também usada contra doenças venéreas.

URTIGA "Urtica dioica" Utilizada no passado na indústria têxtil, foi descoberta como medicamento no início do século 20. De ação vasoconstritora e depurativa, a urtiga é revitalizante, hipoglicemiante e tônico capilar. Melhora a circulação sanguínea. Pode provocar irritações na pele ao contato. não utilizar as sementes.

UVA URSI "Arctostaphylos urva ursi" Devido a *hidroquinona* que tem propriedades antibacterianas, anti-séptica e antibiótica, é indicada em casos de inflamações renais e diarreias. A hidriquinona dá uma coloração marrom esverdeada na urina. *Não se recomenda usar na gravidez ou lactação.*

VALERIANA "Valeriana officinalis" Poderoso calmante, tem ação antiespasmódica e anestésico. Depressora do SNC, atenua a irritabilidade nervosa, a ansiedade e a cefaléia de origem nervosa. Externamente é indicado na cicatrização de feridas.

VELAME DO CAMPO "Croton campestris" Um dos melhores depurativos do sangue, combate doenças nos ossos e o reumatismo.

VERBASCO "Verbascum thapsus" Combate doenças dos pulmões, ótimo expectorante, nas tosses com catarro, bronquite e asma. É cicatrizante tópico.

VERBENA "Verbena officinalis" Indicado contra doenças do fígado e do estômago.

ZEDOÁRIA: "Curcuma zedoaria" Poderoso depurativo do sangue, ativa a circulação provocando a dilatação dos vasos sanguíneos. Ótimo digestivo, normaliza as funções do fígado, estômago e duodeno. Elimina o mau hálito e limpa as vias respiratórias em casos de inflamações da garganta.

ZIMBRO: "Juniperus communis" As bagas contém glicose e o efeito de aumentar a filtragem dos rins, é um ótimo depurativo eliminando líquido do organismo, inclusive o excesso de ácido úrico, aumentando a quantidade de urina. A infusão de 15 gramas de bagas para meio litro de água, tomar até 3 xícaras ao dia. **Não utilizar durante a gravidez e a nefrite manifestada.**

CATARATA

Senecio cineraria DC. - CINERÁRIA-MARÍTIMA

Nome científico Senecio cineraria DC.

Família: Asteraceae.

Sinônimos botânicos: Cineraria maritima L., Centaurea maritima, Senecio maritimus, Senecio candicans, Senecio bicolor (Willd.) Tod.

Outros nomes populares: infalivina, dusty miller.

Constituintes químicos: alcalóides (jacobina), flavonóides, taninos, mucilagens.

Propriedades medicinais: antiespasmódica, anti-histérica, antiinflamatória, cicatrizante, descongestionante, emenagoga.

Indicações: catarata, conjuntivite, inflamação, inchaço das pálpebras, olhos irritados e cansados, restabelecer o fluxo sanguíneo, acalmar dores.

Parte utilizada: folhas, flores.

Contra-indicações/cuidados: contém alcalóides pirrolizidínicos que são hepatotóxicos, logo é melhor apenas usar externamente.

Efeitos colaterais: o uso interno pode prejudicar o fígado.

Modo de usar:

- infusão 1 colher das de sopa de folhas e flores em 1 copo de água fervente. Tampa até amornal. Coar e aplicar sobre as pálpebras em compressas, com algodão, durante 15 minutos.
- sumo de 3 xícaras das de chá de folhas e flores frescas espremidas em 1 pano. Aplicar o suco nas pálpebras inchadas com chumaço de algodão. Também sobre chagas.

Algumas espécies dos gêneros: Cineraria e Senecio.

Foto é encontrada em: Senecio-cineraria.html

Se você tem dúvidas quanto ao significado de alguma das palavras usadas nesta página consulte no Glossário.

– **Fígado** – Alcachofra - *Cynara scolymus* – é depurativa, baixa o colesterol, atua no combate da diabetes, elimina o ácido úrico, é hepatoprotetora, diurética e digestiva. Cardo mariano – *Silybum marianum* – Atua contra a cirrose hepática, alcoolismo, diurética, digestiva, depurativa e hepatoprotetora.

– **Pulmão** – Pulmonária – *Stachys byzantina* – Atua nos problemas respiratórios, asma, tosse, bronquite e garganta. Violeta de jardim – *Viola odorata* – é expectorante, para problemas respiratórios, tosse, asma.

– **Intestino Grosso** – Linhaça – *Linum usitissimum* – é refrescante intestinal, fundamental para quem sofre de prisão de ventre ou hemorróidas. Tansagem – *Plantago sp* – antiinflamatório, cicatrizante, depurativa, a folha é antidiarreica.

– **Estômago** - Hortelã – *Mentha sp* – É digestiva, para problemas hepáticos, má digestão e vermífoga. Manjerição – *Ocimum sp* – digestiva, condimentar, conservante natural, anti-séptica, sudorífica, anti-reumática.

– **Baço e pâncreas** – Pariparoba – *Piper dilatatum* – depurativa, ativa o baço e o pâncreas, digestiva, antiinflamatória e cicatrizante. Sete sangrias – *Cuphea sp* – ativa a circulação, depurativa, digestiva antitérmica.

– **Coração** – Alecrim - *Rosmarinus officinalis* – ativa a circulação, condimentar, conservante natural tônico da mente e do corpo, anti-séptica e digestiva. Pfáfia – *Pfafia glomerata* – estimulante, ativa a circulação e a memória, usada para o mal de Parkinson, estrias, flacidez da pele, labirintite e artrose.

– **Intestino delgado** – Mil folhas – *Achillea millefolium* – analgésica, antitérmica, antiinflamatória, digestiva, diminui cólicas é cicatrizante. Funcho – *Foeniculun vulgare* – digestiva, analgésica, antitérmica, diminui cólicas.

– **Bexiga** – Cavalinha – *Equisetum sp* – Rica em sais minerais, remineralizante, imunoestimulante, cicatrizante, para incontinência urinária, para problemas de próstata e osteoporose. Malva – *Malva parviflora* – expectorante e laxativa, antiinflamatória, principalmente para boca garganta e ovários.

– **Rins** – Quebra-pedra - *Phyllanthus nirure* – analgésica, contra cálculos renais, usada em casos de hepatite. Carqueja – *Baccharis sp* – diurética, anti-séptica, antimicrobiana, digestiva, cicatrizante.

– **Circulação** – Alcanfor – *Artemisia camphorata* – analgésica, bactericida e anti-séptica
. Arnica – *Wedelia palludosa* – ativa a circulação periférica, contusões, dores musculares.

– **Sistema digestivo, respiratório e excretor** – Sálvia – *Salvia officinalis* – digestiva, vermífuga, depurativa, anti-séptica, condimentar e analgésica. Tomilho - *Thymus vulgare* - digestiva, condimentar, depurativa, anti-séptica.

– **Vesícula biliar** – Bardana – *Arctium lappa* – para cálculos biliares, depurativa diurética digestiva e cicatrizante. Dente-de-leão – *Taraxacum officinalis* – comestível, rica em vitaminas, digestiva e depurativa.

Foi identificado um canteiro para o Sistema Epitelial, reunindo plantas potencialmente cicatrizantes:

Confrei – *Symphytum officinale* - cicatrizante, emoliente, antipsoríase.

Calêndula – *Calendula officinalis* – antialérgica, antiinflamatória, cicatrizante, anti-séptica, bactericida, antifúngica.

– Babosa (*Aloe vera*, *A.saponarea*, *A.arborescens*), regenerador de tecidos, anticasca, antiinflamatório, emoliente, umectante, cicatrizante e antiqueda de cabelo. Todas para uso externo.

Tinturas

TINTURA DE ALECRIM

Anticéptico, bom para gases intestinais, lavar feridas, cortes, problemas do coração, não só o coração físico, mas o emocional, então para os decepcionados no amor podem recuperar-se rapidamente. Também é bom para depressão. Usa-se ainda para tosse.

TINTURA DE MARACUJA

Deixar em maceração durante 60 dias. Usar 20 gotas em meio copo d'água com mel, 3 vezes ao dia, se for para menopausa, nervosismo, febre e dor de cabeça. . Para insônia pode tomar dose dupla ao deitar-se.

TINTURA DE ANGICO

Cortar a entrecasca em tamanhos bem pequenos, colocar no álcool durante 20 dias Usar 25 gotas ou uma colher de chá em um copo com mais ou menos 3 dedos de água. Se adoçar, faça com açúcar mascavo ou mel de boa qualidade. Pode ser ainda com melado de cana ou rapadura ralada. Recomendado para hemorragia (faz a compressa com água fria e coloca no ferimento), tosse, diarreia, fortificante e hemorróidas.

TINTURA DE HORTELÃ

Pode ser o hortelã graúdo ou miúdo, fazer a tintura, deixando no álcool absoluto por 20 dias, coar. Serve para mau hálito, infecção da boca, dor de garganta, má digestão; e vermífugo. Para gargarejos usa-se 1 colher de sopa em um copo de água morna. Se ingerir, usar 1 colher de chá em 1/4 de um copo d'água.

TINTURA DE ROSA VERMELHA

Deixar em maceração no álcool absoluto por 28 dias. Pode ser usado na pele após o banho, é tônico e evita a flacidez. Bochechar e gargarejar para afta e garganta. Muito bom para banho de assento em caso de corrimento, neste caso usar água morna.

TINTURA DE TANGERINA

Excelente para usar como perfume não só do corpo como também de ambientes. Coloca-se a casca da tangerina no álcool, filtrar e colocar 1 colher de sopa de limão galego (cor de rosa). Pode ser usado ainda para eliminar odores não só das axilas como também dos pés (chulé).

TINTURA DE CANELA, CRAVO E ERVA DOCE

Deixar em maceração no álcool absoluto por cerca de 20 dias; usar em gargarejos com água morna para rouquidão e dores de garganta; infecção da boca e mau hálito, Bochechar com água.

Para cólicas e como calmante, usar uma colher de chá em três dedos de água , Tomar 3 a 4 vezes ao dia

É bastante energético, tem pessoas que se sentem mais eletrizadas durante o dia, mas neste caso é bom evitar usar depois das 16 horas.

TINTURA DE ALHO

O alho é um antibiótico natural. Pega-se uma a duas cabeças de alho, tritura e coloca no álcool. . Deixa descansar durante 10 dias, depois filtra e acrescenta um copo de água destilada. A seguir distribuir em frascos, se possível em conta gotas.

Para crianças, usar uma gota para cada ano de idade. Exemplo: uma criança com 5 anos, tomará 5 gotas. Para adultos, usar 25 gotas, não importa a idade , Diluir em água



ELABORADO PELO SITE

WWW.CURAEASCENSAO.COM.BR