

FARMÁCIA  
**VIVA**

# MANUAL DE PLANTAS MEDICINAIS

Apoio:



ANDRADE, W.  
ARAÚJO, D.  
& ROCHA, J.

## **AUTORES:**

Wilma Brandão de Andrade  
Denise Araújo

## **ORIENTAÇÃO:**

José Luiz Carneiro da Rocha



**Feira de Santana  
2019**

ROCHA, B.N. PROPAGAÇÃO E GENOTOXICIDADE DE *Alternanthera brasiliana* (L.) KUNTZE (AMARANTHACEAE). DISSERTAÇÃO DE MESTRADO. Programa de Pós-Graduação em Agrobiologia, Área de concentração em Agrobiologia, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), 98 f, 2013.

CIVITA, V. Cactos e Suculentas. In: Enciclopédia de Plantas e Flores. São Paulo: Abril Cultural, p.43, 1977.

LÓPEZ, A. DE TANGIL, M.S., VEJA-ORELLANA, O., RAMÍRES, A.S., RICO, M. Phenolic Constituents, Antioxidant and Preliminary Antimycoplasmic Activities of Leaf Skin and Flowers of *Aloe vera* (L.) Burm. f. (syn. *A. barbadensis* Mill.) from the Canary Islands (Spain). *Molecules*. v. 18, p. 4942-4954, 2013.

# APRESENTAÇÃO

Este manual apresenta as espécies de plantas medicinais cultivadas na horta medicinal (Green) do projeto Farmácia Viva da Unidade de Ensino Superior de Feira de Santana.

Este projeto envolve os alunos graduandos em farmácia, buscando estimular a pesquisa e a extensão em plantas medicinais.

FARMÁCIA  
VIVA 

# REFERÊNCIAS

Formulário de Fitoterápicos: Farmacopeia Brasileira. Brasília: Anvisa. p.126, 2011.

ANVISA. Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) n° 10, de 9 de março de 2010. Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. Diário Oficial da União, N° 46, 10 de março de 2010. Anexo I. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2010/anexo/anexo\\_res0010\\_09\\_03\\_2010.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2010/anexo/anexo_res0010_09_03_2010.pdf)> Acesso em 22 jul 2019.

BOIX, Y.F., VICTORIO, C. P., LAGE, C. L. S., KUSTER, R. M. Volatile compounds from *Rosmarinus officinalis* L. and *Baccharis dracunculifolia* DC. Growing in southeast coast of Brazil. Quím. Nova, São Paulo, v. 33, n. 2, 2010.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. Plantas Medicinais no Brasil: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum de Estudos de Flora. p.512, 2009.

# SUMÁRIO



**Estas são informações gerais do uso medicinal das plantas com propriedades fitoterápicas.**

**Antes de utilizar uma das plantas descritas, em qualquer uma das suas formas, consulte um profissional de saúde que conheça seu histórico médico e possa aconselhá-lo melhor no seu caso particular.**

Alecrim.....	5
Arnica.....	7
Babosa.....	9
Calêndula.....	12
Chicoria.....	14
Mastruz.....	18
Tanchagem.....	21
Terramicina.....	24



# ALECRIM

## **NOME CIENTÍFICO:**

*Rosmarinus officinalis L.*

## **FAMÍLIA:**

Labiatae (Lamiaceae)

## **NOMES POPULARES:**

Alecrim comum, alecrim de jardim, alecrim de cheiro, alecrim de horta, alecrim de casa, erva da graça, alecrim rosmarinho, erva coada, rosa marinha, rosmarinho, flor de olimpo, rosmarino.

## **USO TERAPÊUTICO:**

Tópico: distúrbios circulatórios, antisséptico e cicatrizante.

Oral: dispepsia (distúrbios digestivos).

## **PRINCÍPIOS ATIVOS:**

Chá por infusão de 3 a 6g (1-2 colheres de sopa) das folhas em 150mL de água. Para uso tópico, aplicar no local afetado duas vezes ao dia, e para uso oral, tomar 1 a 2 xícaras de chá por dia.

A presença de esteroides, terpenos e compostos fenólicos pode estar relacionada com atividade analgésica dessa planta.

A aplicação de pomadas feitas a partir do extrato etanólico de *A. brasiliiana* demonstra ser eficazes na cicatrização de feridas em ratos imunocomprometidos e também já foi observada a atividade antimicrobiana moderada do extrato hidro alcoólico das folhas dessa espécie.

### **MODO DE PREPARO:**

Para tosse (infusão): 1 colher de sobremesa de inflorescência para 1 litro de água. Tomar 3 a 4 xícaras de chá ao dia. Para outras enfermidades pode ser feito chá por infusão ou decocção.

Infusão de uma colher de sobremesa de flores em um litro de água. Tomar 3 a 4 xícaras de chá ao dia: béquica; Infusão de uma colher de sopa (rasa) de folhas picadas em uma xícara de água.

### **PLANTIO E CULTIVO:**

É adaptada a solo arenoso e tolerante à salinidade, com isso possui potencial para ser utilizada em regiões de solos salinos. Trata-se de uma planta que de luminosidade ou luz direta do sol em boa parte do dia.

A propagação vegetativa dessa planta deve-se ao o enraizamento principalmente por estacaquias, enxertia ou micropropagação, mas para sua propagação dar certo depende de certas condições favoráveis como temperatura, salinidade, idade da planta, luminosidade, etc.

### **OBSERVAÇÕES:**

*A. brasiliiana* em alguns casos é mais potente do que as substâncias padrão aspirina, indometacina e dipirona.

### **PARTE USADA:**

Folhas

### **PRINCÍPIOS ATIVOS:**

Óleo essencial:  $\alpha$ -pineno, 1,8 cineol, mirceno, cânfora e verbenona, entre outros monoterpenos e sesquiterpenos.

### **PLANTIO E CULTIVO:**

Cresce melhor em locais iluminados e sem vento. O solo deve ser rico em nutrientes e bem drenado (porém não encharcado).

### **OBSERVAÇÕES:**

Não deve ser usado em pessoas com gastroenterites, histórico de convulsões e em gestantes. Doses acima das recomendadas podem causar nefrite e distúrbios gastrintestinais.

Não usar em pessoas alérgicas ou com hipersensibilidade ao alecrim. Recomendado seu uso apenas em maiores de 12 anos.



# ARNICA do MATO

**NOME CIENTÍFICO:**

*Porophyllum ruderale*

**FAMÍLIA:**

Asteraceae

**NOMES POPULARES:**

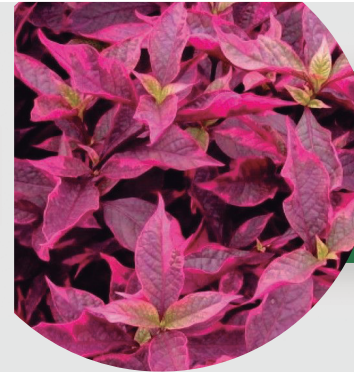
Arnica, arnica brasileira, arnica do campo, arnica da serra, erva-forte.

**USO TERAPÊUTICO:**

Anti-inflamatório, analgésico tópico e rubefaciente (traumatismos, entorses, artrites, nevralgias, hematomas), antialérgico, anti-eczematoso, adstringente, antibacteriano e antimicótico; lesões secundárias a contusões, entorses, distensões musculares, hematomas, dores reumáticas.

**MODO DE PREPARO:**

Uso externo: Utilizada diluída em água para banhos e compressas ou aplicada através de massagem nas áreas afetadas. Em diluições maiores, pode ser empregada para bochechos e gargarejos.



# TERRAMICINA

**NOME CIENTÍFICO:**

*Alternanthera brasiliana L.*

**FAMÍLIA:**

Amaranthaceae

**NOMES POPULARES:**

Penicilina, perpétua, acônito do mato, caaponga, cabeça branca, carrapichinho, ervaço, nateira, perpétua da mata, sempre viva, doril, infalível, quebra panela.

**USO TERAPÊUTICO:**

Analgésicas e anti-inflamatórias, antibiótica, diurética, depurativa, adstringente, antiviral, antidiarreica, béquica, tosse e gripe.

**PARTE USADA:**

Folhas, caule, flores e raiz.

**PRINCÍPIOS ATIVOS:**

Acumuladoras de metabólitos secundários, dentre eles, flavonoides, saponinas, vitaminas e glicosídeos, polifenóis, flavonoides, ácido clorogênico, esteroides, terpenos, compostos fenólicos.



Deixar 1 noite em maceração e tomar no dia seguinte, em jejum, como laxante suave.

Infusão das folhas: uma xícara das de cafezinho de folhas frescas picadas em ½ litro de água. Tomar 1 xícara de chá a cada 6 horas para o tratamento de infecções bucofaringeas e 1 xícara a cada 8 horas para problemas gastrintestinais. 30 g de folhas para 1 litro de água. Tomar 3 a 4 xícaras ao dia.

Cataplasma: colocar as folhas frescas amassadas sobre feridas (cicatrizante).

### **PLANTIO E CULTIVO:**

O cultivo da Tanchagem pode ser feito depositando as sementes diretamente no solo, preferencialmente no inverno ou na primavera.

### **OBSERVAÇÕES:**

As folhas podem ser usadas na alimentação: bolinhos, refogados e ensopados; em carnes, arroz e feijão, omeletes, pastéis, rocambole salgado e empanados.

Evitar o uso durante a gestação, podendo ocorrer constipação e fezes muito ressecadas.

Pode causar arritmia e parada cardíaca, reações alérgicas e irritações. O seu pólen é propagador da polinose (alergia). Há casos de choque anafilático com sementes de tanchagem em alguns casos.

### **PARTE USADA:**

Flores

### **PRINCÍPIOS ATIVOS:**

Lactonas sesquiterpênicas, óleo essencial, ácidos fenólicos e seus derivados, glicosídeos, cumarinas e fitosteróis.

### **PLANTIO E CULTIVO:**

O plantio da Arnica deve ser feito preferencialmente no inverno ou na primavera em local com boa incidência solar e água abundante, caso o solo seja fraco em fertilidade fazer a adubação verde e calagem preliminares.

### **OBSERVAÇÕES:**

É contra indicado o uso interno em qualquer situação (exceto em homeopatia), pelo potencial tóxico elevado, podendo levar a náuseas, vômitos, dor abdominal, tonturas, hiporreflexia, alucinações e até a morte.



# BABOSA

## NOME CIENTÍFICO:

*Aloe vera L.*

## FAMÍLIA:

Aloaceae

## NOMES POPULARES:

Babosa, babosa medicinal, erva babosa, aloé, aloé do cabo, babosa grande, erva-de-azebre, caraguatá-de-jardim, etc.

## USO TERAPÊUTICO:

Seu uso é tópico e tem ação antibacteriana, cicatrizante, antivirótica e antifúngica. Sua preparação é na formação de um gel que deve ser aplicado nas áreas afetadas de 1 à 3 vezes ao dia. em caso de queimadura o uso direto de gel da babosa em queimaduras do 1º grau é indicado e eficiente.

## PRINCÍPIOS ATIVOS:

Tem como principal ativo a aloína (Glicosídeos antraquinônicos); sua mucilagem é composta de aloferon (um polissacarídeo de natureza complexa) e taninos.

## PRINCÍPIOS ATIVOS:

Flavonoides, taninos, alcaloides, iridoide, glicosídeos, carboidratos, proteínas, vitaminas e outros terpenos, como ácidos ursólico, oleanólico e linoleico.

## MODO DE PREPARO:

Para a inflamação de garganta ou faringite, fazer infusão de 1 colher de sobremesa de tanchagem em 1 xícara de água fervente, depois que estiver morno, fazer gargarejos 3 vezes por dia.

Para uso externo fazer o chá com a mesma quantidade citada anteriormente e banhar ou fazer uma compressa.

Para o uso geral: Por decocção, usar de 15 a 20g/dia (folhas) ou 9 a 15g/dia (sementes).

Para fazer gargarejo e emplastos, tratamento de úlceras, hemorroidas e ferimentos e afecções bucofaringeas fazer o chá por decocção (ferver 60 g de folhas e/ou raízes em 1 litro de água).

Infusão das sementes: adicionar 1 colher de sopa de sementes em 1 copo de água fervente.



# TANCHAGEM

## NOME CIENTÍFICO:

*Plantago major L.*

## FAMÍLIA:

Plantaginaceae

## NOMES POPULARES:

Tansagem, tanchagem maior, tranchagem, trançagem e cinco nervos.

## USO TERAPÊUTICO:

Adstringente, analgésica, antidiarreica (folha), antihemorrágica, anti-inflamatória, antimicrobiana, antipirética, antirreumática, antiulcerogênica, béquica, antihemorroidária, antitabagismo, bactericida, cicatrizante, depurativa, descongionante, digestiva, diurética, emenagoga, emoliente, expectorante, hemostática, laxativa leve (sementes), oftálmica, resolutiva, sedativa, tônica, vulnerária.

## PARTE USADA:

Folhas, raiz e sementes secas.

## PARTE USADA:

Gel mucilaginoso das folhas.

## MODO DE PREPARO:

As folhas devem ser cortadas frescas na base e colocadas em um recipiente para escorrer o suco amarelo e em seguida deixar secar ao sol. É comum que durante a secagem a cor desse suco se altere ficando avermelhado e depois quando estiver seco fique escuro. A quantidade formada deve ser armazenada em vidros fechados. Após a extração dosuco de cor amarela, retire a casca da folha e a polpa interna de cor branca, fatie e coloque em uma vasilha, que pode ser de vidro ou louça. Para armazená-lo, guarde longe da luz direta do sol, calor, pó e umidade. Também pode ser armazenado em geladeira.

## PLANTIO E CULTIVO:

Tem crescimento em solo seco e arenoso e não exige muita água, ou seja, seu desenvolvimento é melhor em clima seco, mas se adapta bem em solo úmido. Deve-se regar pouco no verão, de modo que o solo fique quase seco entre uma rega e outra. No inverno, deve se regar bem menos, o suficiente para que as folhas não ressequem. A melhor época para ser fertilizada é no outono, pode ser plantada durante o ano todo.

### **OBSERVAÇÕES:**

Seu uso interno não é recomendado, pois possui uma série de compostos antraquinônicos de alta toxicidade quando ingeridos em altas doses. Então, chás, xaropes e entre outros remédios preparados, podem causar grave crise de nefrite aguda, principalmente em crianças, quando tomados em doses mais altas que as recomendadas. Intensa retenção de líquido no corpo do indivíduo que pode ser fatal.

### **PLANTIO E CULTIVO:**

O plantio pode ser feito depositando as sementes diretamente no solo ou através de galhos retirados da planta matriz, inicialmente em ambiente com 50% de exposição solar até atingirem tamanho para serem transplantadas.

A espécie prefere solos de textura média, com boa fertilidade e suprimento moderado de água.

### **OBSERVAÇÕES:**

Em alta dose é extremamente tóxica, podendo causar a morte.

## PRINCÍPIOS ATIVOS:

Óleos essenciais (0,3 a 0,5% nas folhas; 1% nas sementes), contendo ascaridol (principalmente nas sementes), safrole, N-docosano, N-hentriacontano, N-heptacosano, N-octacosano,  $\beta$ -pineno, methadieno, dimetilsulfóxido, d-terpineol, aritasona, salicilato de metila, cânfora, ambrosídeo, betaína, kaempferol rhamnosídeo, santonina, chenopodium saponina A, chenopodosídeos A e B, cineol, p-cimeno (179), 3-O-glicosídeo de quercitina, iso-hametina, pinocarvona, quenopodina, histamina, limoneno, glicol, ácidos butírico e salicílico, ácidos orgânicos, taninos, terpenos, carveno (46%), p-cimol, linomeno, pectina, sais minerais. A planta contém 1,5% de óleo essencial e 64,5% de ascaridol. Outro princípio ativo importante é o anetol (éster fenólico).

## MODO DE PREPARO:

Para o tratamento de verminoses, bater no liquidificador 2 colheres de folhas em um copo de água e tomar sem coar, repetir a dose após 10 dias.

Para tratar problemas respiratórios, deixar em infusão 2 colheres de folhas em uma xícara de água fervente e abafar, tomar ainda morno.

Para tratar dores musculares, macerar uma xícara de folhas e aplicar no local da dor.



# CALÊNDULA

## NOME CIENTÍFICO:

*Calendula officinalis L.*

## FAMÍLIA:

Asteraceae

## NOMES POPULARES:

Calêndula, calêndula hortense, maravilha, maravilha dos jardins, malmequer, malmequer do jardim, flor de todos os males, margarida-dourada e verrucaria.

## USO TERAPÊUTICO:

Uso Interno: No Brasil, a calêndula é muito utilizada na forma de chá das flores como espasmódica e expectorante. É utilizada para combater inflamações das vísceras, feridas, chagas cancerosas, dor de garganta, alergia e icterícia; as pétalas maceradas em compressas de alcoolato são usadas para feridas abertas

Uso Tópico Externo: indicado para inflamação das mucosas bucofaríngeas e uso externo para feridas, queimaduras, feridas de doenças vasculares, inflamações na pele, eczema anal e conjuntivites.

**PARTE USADA:**

Flores secas.

**PRINCÍPIOS ATIVOS:**

Flavonoides, carotenoides, polissacarídeos, saponinas triterpênicas, triterpenos, ácidos fenólicos, cumarinas, taninos, ésteres de ácidos graxos, hidrocarbonetos e ácidos graxos, poliacetilenos, esteróis, sesquiterpenos glicosídeo.

**MODO DE PREPARO:**

Chá das flores secas: Uma colher de sopa de flores secas para uma xícara de água fervente. Deixar em infusão.

**PLANTIO E CULTIVO:**

A sementeira deve ser realizada nos meses de julho a agosto. O espaçamento indicado é de 20 x 30 cm entre plantas. A calêndula é uma planta sensível à falta de água nos períodos de estiagem, necessitando ser regada regularmente.

**OBSERVAÇÕES:**

Uso não indicado para gestantes devido ao seu potencial efeito emenagogo e abortivo.



# MASTRUZ

**NOME CIENTÍFICO:**

*Chenopodium ambrosioides L.*

**FAMÍLIA:**

Amaranthaceae

**NOMES POPULARES:**

Matruz, mastruço, erva de santa maria, chá do México, erva formigueira e quenopódio.

**USO TERAPÊUTICO:**

É muito utilizada na medicina popular como vermífuga, estomáquica, cicatrizante, sudorífica, antisséptica tópica, diurética, amebicida, tônica, aromática, antiulcerosa, antifúngica, sedativa, carminativa, anticancerígena, purgante, eupéptica, estimulante, peitoral, antigripal, emoliente, emenagoga, antiasmática, antiespasmódica, anti-inflamatória, antinevrálgica e anti-hemorroidária.

**PARTE USADA:**

Folhas, caule, flores e raiz.

Não é recomendado que mulheres gestantes consumam essa erva porque ele pode estimular a menstruação e causar um aborto. Como também a ingestão não é indicada para mulheres que estejam em amamentando.

Outra condição que exige cuidado é a alergia a margaridas, tasneiras e calêndulas. Quem sofre com esse problema pode ter reações alérgicas ao comer o vegetal e deve, portanto, conversar com o médico de confiança antes de integrar o alimento às suas refeições.



# CHICORIA

## **NOME CIENTÍFICO:**

*Cichorium intybus*

## **FAMÍLIA:**

Asteraceae

## **NOMES POPULARES:**

Escarola, endívia, radíquio, barba-de-monge.

## **USO TERAPÊUTICO:**

Vermífuga, digestiva, anti-inflamatória, depurativa do sangue (rins e fígado), em casos de diabetes, antitrombótica, diurética e muito mais. Tem efeito laxativo suave que ajuda em casos de atonia do intestino. Também é útil em casos de amenorreia e obstrução dos ovários. Para tratamento de doenças causadas pela artrite.

É indicada para quem sofre com dores musculares e nas articulações ou que pratica exercícios físicos com frequência e deseja evitar esse tipo de problema para não atrapalhar o seu treino. Isso porque ela pode ser utilizada como um anti-inflamatório para tratar dores musculares e nas articulações.

Tratamento de catarro crônico e infecções fúngicas, como corrimento.

### **PRINCÍPIOS ATIVOS:**

Inulina, vitaminas, lactonas sesquiterpênicas, chicorine, substâncias amargas, mucilagem e taninos.

### **PARTE USADA:**

Folhas e raízes.

### **MODO DE PREPARO:**

Infusão: 2% de folhas frescas/xícara de água, após almoço e jantar. Misturar duas colheres de sopa com um litro de água fervente e por um quarto de hora, então deixe esfriar e adicione um adoçante a gosto.

Consumir cozido ou cru em saladas e refogados, especialmente com assados, feijão, grão-de-bico, lentilha, soja, etc.

Para tratamento de catarro crônico se recomenda o suco espremido da raiz de chicória, puro, 4 colheres de sopa ao dia.

Para problemas de glicemia ou tosse, recomenda-se duas xícaras de infusão de chicória por dia ou uma única xícara antes do jantar, a fim de estimular a digestão.

Uso Externo: em curativos e cataplasmas em feridas e hematoma, aplique o chá sobre acne, furúnculos e cortes que precisam se curar ou macere as folhas e faça uma compressa.

### **PLANTIO E CULTIVO:**

Sementeira: Semear no local definitivo entre Junho e Agosto. Entre Março e Maio, em sulcos de cerca de 1cm de profundidade e um espaçamento de 10cm entre eles. A temperatura ideal para germinação situa-se entre os 20 a 25° C, mas toleram o frio.

Transplantação: Entre Maio e Julho. Quando as plântulas atingem 10 cm ou apresentam cerca de 5 folhas verdadeiras, devem ser transplantadas para o local definitivo, onde serão plantadas com um espaçamento de 10x10cm a 30x30cm.

Solos: Prefere solos areno-argilosos, férteis, profundos, ricos em matéria orgânica, bem drenados e arejados.

### **OBSERVAÇÕES:**

Seu consumo em excesso pode causar disfunções no trato digestivo e até irritações de pele. Os usuários de medicações para hipertensão também devem tomar cuidado, já que a chicória possui ação diurética. Outros sintomas variados de seu consumo excessivo incluem inchaço da face, dificuldade de engolir, ânsia, náuseas e tonturas.