

As  
ERVAS  
e as  
PLANTAS  
no  
Terreiro do Pai Maneco

*Orientadora*

Lucília Guimarães – Mãe Lucília de Iemanjá

*Coordenador*

Laércio Ricardo Mattana Carollo

*Membros do Grupo*

Adriana Melges

Denise Freitas de Oliveira

Elisangela Makoski

Izabel Cristina dos Santos

Marcelo Boá da Rosa

Paula Nascimento de Moura e Silva

Patrícia Morotta

Samanta Serpa Sussi

Silvia Marilei Marques Tabaca

Tania Mara Salazar Mendes

Tatiane Tonet

Walkiria Ferreira Gomes

*Fotografias*

Daniel Rebello

Laércio Ricardo Mattana Carollo

Walkiria Ferreira Gomes

*Design Gráfico / Diagramação*

Mauricio Arenhart

SUMÁRIO

Apresentação	4
CAP I Classificação das ervas e das plantas pelos princípios de limpeza energética e de equilíbrio	6
CAP II Formas de utilização das ervas e das plantas	8
CAP III A relação das ervas e das plantas com os orixás e com as entidades	12
CAP IV Resultado da pesquisa feita com médiuns e com cambones sobre as ervas e as plantas mais utilizadas no Terreiro do Pai Maneco	14
CAP V As ervas e as plantas de uso mais frequente no Terreiro do Pai Maneco e os eventuais cuidados que se deve ter	16
CAP VI Doenças e ou enfermidades e as recomendações de uso medicinal das ervas e das plantas	132
CAP VII Princípios ativos, propriedades medicinais e curiosidades das ervas pesquisadas	144
Glossário	190
Bibliografia	192
Sites consultados	193





## APRESENTAÇÃO

O uso das ervas e das plantas em geral é um costume dentro da cultura brasileira. Vem daquelas “receitinhas da vovó” do chá para a dor de estômago ou para qualquer outra enfermidade; ou das indicações de plantar uma determinada espécie de erva ou de planta na frente da casa para espantar o “mal olhado” e, assim, estas outras rotinas fazem com que se perpetuem por gerações e criaram tradições.

A Umbanda, sendo uma religião originariamente brasileira, incorporou essas tradições e o uso variado das ervas e das plantas, que remonta inclusive à sua fundação, é uma delas.

As Entidades da Umbanda, caboclos, crianças, índios, pretos velhos e outros, trazem em seus conhecimentos essas tradições e usam desses elementos, ervas e plantas, em defumações, em bate folhas para as limpezas e em recomendações de uso medicinal.

Quem ao chegar à entrada do Terreiro do Pai Maneco (TPM) não observou a existência de um turíbulo com as ervas fumegantes, para que as pessoas possam se defumar antes das sessões?

Quem não viu no início de uma gira de segunda-feira o “Caboclo Sete Ponteiros do Mar” ou em qualquer outra gira o dirigente espiritual, pegar um feixe de ervas e de plantas, picá-las e prepará-las num macerado?

Quem não passou por uma consulta e foi objeto de uma limpeza feita com ervas?

Destas observações denota-se a importância que esses elementos tomaram para a Umbanda e, diante disso, o Grupo de Estudos do Terreiro Pai Maneco desenvolveu este trabalho.

Todavia, precisamos ficar muito atentos aos princípios ativos das ervas e das plantas, mesmo aquelas amplamente conhecidas e utilizadas tanto na medicina alopática (tradicional) como na homeopática. Pois, embora haja o reconhecimento de suas eficiências medicinais, quando ministradas de forma indiscriminada e aleatória podem causar alergias, irritações, mal estares e levar a problemas graves de saúde, sendo então primordial o conhecimento para suas utilizações.

Ateremos-nos às ervas e as plantas mais utilizadas no Terreiro do Pai Maneco com o objetivo de esclarecer, dirimir dúvida, acrescentar conhecimento e, principalmente, informar que o trato delas é algo que exige muita responsabilidade.

Devido à diversidade das pessoas que frequentam ao Terreiro do Pai Maneco reafirmamos à orientação da casa aos seus médiuns que é: AS ERVAS E AS PLANTAS NÃO DEVEM SER PRESCRITAS SEM O DEVIDO CONHECIMENTO!

Entretanto, apesar desta orientação maior, como dissemos na Umbanda há a sabedoria das entidades:

caboclos, crianças, índios, pretos velhos e outros, os quais utilizam as ervas e as plantas nos seus diversos trabalhos, os quais nos honram com suas manifestações e que deve ser preservada.

O Terreiro do Pai Maneco procura zelar por seus médiuns e por seus frequentadores, assim aprimorar o conhecimento é o primeiro passo para que não ocorram problemas.

Desta forma, se faz necessário o conhecimento básico dos médiuns sobre o assunto, porque é evidente que a Umbanda com seus rituais, têm suas peculiaridades e têm suas particularidades com a influência do sobrenatural, as quais são inquestionáveis.

Lembrem-se, o médium é um eterno aprendiz e não se pratica a caridade somente com os ensinamentos das entidades, é fundamental ampliar os conhecimentos pessoais para, com isso, facilitar o trabalho dos espíritos, dar segurança aos trabalhos e, principalmente, realizar a Umbanda de forma correta, consciente e sem efeitos colaterais.

Neste trabalho nos restringiremos em falar apenas sobre algumas ervas e algumas plantas as quais são utilizadas no Terreiro do Pai Maneco. Discorreremos sobre a classificação quanto aos princípios de limpeza energética e de equilíbrio; as formas de utilização; a relação com os Orixás e as entidades; o levantamento de quais ervas e de quais plantas são mais utilizadas pelas entidades no TPM; como e para que as ervas e as plantas são ministradas; as eventuais contra indicações; os cuidados necessários; listaremos enfermidades e doenças mais comuns e as relacionaremos com as ervas e as plantas pesquisadas e informaremos os princípios ativos e as propriedades medicinais reconhecidas.

Portanto, é um estudo dentro do âmbito do Terreiro do Pai Maneco e é voltado a ampliar e difundir conhecimento aos seus médiuns.

# CAAP

## CLASSIFICAÇÃO DAS ERVAS E DAS PLANTAS PELOS PRINCÍPIOS DE LIMPEZA ENERGÉTICA E DE EQUILÍBRIO

# I



Evidentemente que este não é um estudo de botânica, onde as ervas e as plantas podem ser classificadas de várias outras formas. Para este estudo adotaremos apenas os princípios de limpeza energética e de equilíbrio, conforme proposto e ministrado por Adriano Camargo em seu curso Rituais com Ervas e no livro: Rituais com Ervas, Banhos, Defumações e Benzimentos - 4ª Edição - Livre Expressão Editora – 2015, que consideramos uma visão mais apropriada para a Umbanda. Desta forma, podemos classificá-las em:

a) quentes ou agressivas; b) mornas ou equilibradoras e c) frias ou específicas.

a) As ervas e as plantas quentes ou agressivas são aquelas que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. Exemplos: Abre Caminho; Arruda; Casca de Alho; Erva-de-bicho; Guiné; etc...

b) As ervas e as plantas mornas ou equilibradoras são aquelas que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos causados pelos usos das plantas e das ervas quentes ou agressivas; harmonizam os chacras (centros de força) e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores. Essas ervas podem ser usadas sem restrição. Exemplos: Alfavaca; Alfazema; Alecrim; Boldo; Calêndula; Hortelã; Manjeriço; Sálvia; etc...

c) As ervas e as plantas frias ou específicas são aquelas cujo uso se resume a algum fator específico, como as medicinais para uso de tratamento físico sem levar em consideração seu uso religioso e ou outros componentes podem integrar essa categoria como fatores religiosos espirituais muito bem definidos, e não tão generalizados como nas outras categorias. É possível inclusive que nessa categoria apareçam ervas e plantas que já figuraram nas demais. Assim, dentro desta categoria, podemos fazer uma subdivisão conforme a especificidade.

c.1) Ervas e Plantas Femininas são aquelas que potencializam o fator humano feminino, a autoestima; são ligadas ao espírito humano e a sensibilidade do espírito. Exemplos: Artemísia; Malva; Rosa Vermelha; etc;

c.2) Ervas e Plantas Masculinas são aquelas que potencializam o fator humano masculino, o aspecto material da vida, aparecem como atradoras de prosperidade. Exemplos: Folhas de Café; Louro; Romã; etc;

c.3) Ervas e Plantas Calmantes são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito. Exemplos: Camomila; Capim Limão; Maracujá; Melissa; etc;

c.4) Ervas e Plantas Fortalecedoras da Mediunidade são aquelas que atuam no sentido puramente espiritual, agindo nos centro de força (chacras) facilitando assim a atuação dos espíritos nos médiuns. Possibilitam a energia necessária e a limpeza para que os médiuns possam ser canais adequados para a espiritualidade. Exemplos: Alfazema; Anis Estrelado; Jasmim; Rosa Branca; etc.

# CAAP

## FORMAS DE UTILIZAÇÃO DAS ERVAS E DAS PLANTAS

# III

Na Umbanda as ervas e as plantas podem ser utilizadas de várias formas dentre elas:

### BANHOS RITUALISTICOS

Banhos ritualísticos visam manipular as energias de elementos a fim de enfraquecer, fortalecer, relocar ou trocar um campo energético. Com o devido conhecimento podem ser aplicados em pessoas, animais e até em locais. Os banhos tem a função de aumentar, diminuir, limpar ou manter a capacidade receptiva em corpos físicos. O preparo dos banhos pode ser feitos de duas maneiras: quinados ou infusões. Os banhos quinados ocorrem com água fria. As ervas são lavadas e posteriormente dentro de um recipiente são amassadas, maceradas e picadas com as mãos até formarem uma massa com sumo que é misturada na água fria. Essa mistura não é coada e é despejada sobre o corpo do indivíduo com os pedaços das ervas. Os banhos de infusões ocorrem com água quente. A água é colocada num recipiente para ferver e assim que entrar em ebulição e retirada do fogo, posteriormente são juntadas as ervas, tampado e deixado esfriar. Quando a infusão estiver numa temperatura agradável é coada e em seguida despejada sobre o corpo do indivíduo. Os banhos podem ser classificados por suas características e propriedades como:

- a) de energização – que servem para equilibrar e calibrar as energias dos corpos dos indivíduos, impregnando-o da energia que lhe falta;
- b) de defesa – que servem para resguardar os corpos dos indivíduos, impedindo ou minimizando que se contaminem com energias nocivas; e
- c) de descarrego – que servem para livrar os corpos dos indivíduos de excessos de energias, reequilibrando o corpo, a mente e o espírito.

### BATE FOLHAS

É um amarrado de ervas, devidamente benzido e cruzado, utilizado pelas entidades para a limpeza dos consulentes que estão a sua frente.

### DEFUMAÇÃO

A função da defumação na Umbanda é modificar a energia existente no ambiente e as que cercam as pessoas, para equilibrá-la de acordo com as necessidades. A defumação é feita com as queimas de ervas específicas e resinas em carvão em brasa, dentro de um recipiente apropriado (turibulo). O contato das ervas e das resinas com o carvão em brasa libera a fumaça e as energias benéficas que são capazes de descarregar larvas astrais e miasmas. Infelizmente as pessoas ignoram o que se passa no mundo astral, estas larvas e seus miasmas existem praticamente em todos os lugares onde haja a presença do ser humano. E elas são muito perigosas e mais prejudiciais do que se possa imaginar. As larvas astrais são o resultado de emoções, de pensamentos e sentimentos e de negativos que se desprendem do nosso corpo (físico e mental) e ficam presas no ambiente onde vivemos ou estamos, grudando-se nas paredes, no teto e muitas vezes até mesmo em móveis e objetos; jamais apresentam forma e cor agradáveis.

Quem as consegue ver sempre fica impressionado e enojado. Quando se juntam umas nas outras seus corpos emitem, de tempos em tempos, energias densas que se espalham pelo ambiente. Essas energias são os miasmas. O intuito da defumação é energizar e harmonizar pessoas e ambientes removendo as energias deletérias e nocivas, formando barreiras fluidicas para afastar as emoções, os pensamentos e os sentimentos negativos e, conseqüentemente, os espíritos atrasados atraídos pelo ambiente vibratório inferior. Os efeitos da defumação permanecem por um período determinado, sendo necessária sua renovação periódica, por isso é constantemente repetido. A defumação na Umbanda é feita no início dos trabalhos, realizando a limpeza do ambiente, o corpo dos médiuns e corpo dos assistentes. Com o

ambiente esterilizado o terreiro está apto para as manifestações das entidades. Tal procedimento pode ser indicado para ser feito em outros lugares, todavia sempre deve ser realizado por pessoa com os devidos conhecimentos.

#### EMPLASTROS

Emplastro, emplasto, cataplasma, malagma ou unguento é uma forma de preparado medicinal de uso tópico (externo), constituído de elementos naturais como: cera, resina, alcatrão, etc..., a que se adicionam fármacos de diferentes espécies. Portanto, é uma medicação transdérmica caracterizada pela colocação de alguma substância sólida sobre a pele, com o intuito de aquecer ou amolecer tecidos.

#### DECOCÇÃO

Este método é indicado para preparar chás das partes mais duras da planta, como a raiz, a casca e sementes que devido à sua dureza necessitam de manter-se em ebulição para libertar os princípios ativos por um período mais longo de 15 a 30 minutos. Este método tem o inconveniente de algumas vitaminas serem destruídas pelo processo.

#### GARRAFADAS

As garrafadas são preparados medicinais feitos de cascas, ervas, raízes e outros ingredientes naturais. São medicamentos naturais antigos que buscam a cura do organismo. As garrafadas procuram a solução de todos os males, seria como a panaceia alquimista que procurava a cura de todas as enfermidades.

#### INALAÇÕES

As inalações de vapor de água que suavizam, umedecem e eliminam as mucosidades do nariz, garganta, brônquios e ouvido interno, trata-se de um remédio caseiro e natural, que ajuda no caso de bronquite, gripes e resfriados, onde é possível adicionar à água algum tipo de planta medicinal que beneficie mais os pulmões e ajude a descongestionar.

#### INFUSÕES

A Infusão é um processo para a fabricação de bebidas, em geral, pela imersão de ervas em água quente ou a ferver. Consiste em verter água a ferver sobre a planta e tapar o recipiente para que não se percam as essências e deixar em repouso durante algum tempo. É a técnica ideal para utilizar as partes mais delicadas da planta (folhas, flores e caules tenros). Os chás são infusões.

#### MACERAÇÃO

Este método consiste em emergir a planta em água fria durante 10 a 24 horas, para o líquido adquirir as propriedades da planta. Pode-se auxiliar este processo friccionando a planta. Quanto mais bem triturada esta estiver, melhor será o aproveitamento dos seus princípios ativos. A maceração pode ser preparada com água, álcool ou azeite. A maceração está indicada nas plantas cujos princípios ativos sejam facilmente destruídos pelo calor ou que sejam muito ricas em taninos (substâncias de sabor muito amargo que não passam facilmente para a água).

#### MAÇAROCADA DE ERVAS

A maçarocada é uma mistura desordenada de ervas, amassadas, picadas e rasgadas com fins específicos de utilização em rituais da Umbanda.



# CAP

A RELAÇÃO DAS ERVAS E DAS PLANTAS  
COM OS ORIXÁS E COM AS ENTIDADES

# III



Os Orixás e as entidades possuem preferências por algumas ervas e algumas plantas para usos iniciáticos, para banhos e para trabalhos. Embora haja essa predileção, ela não é imutável e tem mais relação com o campo vibracional dos Orixás e das entidades do que com uma exclusividade de utilização. Assim, as ervas e as plantas podem ser utilizadas de várias formas e por mais de um Orixá e ou mais de uma entidade, dependendo mais da necessidade espiritual do consulente e dos trabalhos que serão realizados.

Abaixo faremos uma correlação entre os Orixás e as entidades com as ervas e as plantas, observando o campo vibracional. Nesta relação poderá ser observado que algumas ervas e algumas plantas se repetem, como dissemos isso acontece pelo campo vibracional.

## OXALÁ

Alecrim, alfavaca, algodão, arnica, erva cidreira, erva doce, folhas de laranjeira, hortelã, louro, manjerona, malva branca, palmeiras, rosas, tapete de Oxalá (boldo).

## OXOSSI

Abre caminho, acácia, alfavaca, arruda, capim limão, cipó caboclo, eucalipto, jurema, goiabeira, guaco, guiné, louro, malva, manjerição, samambaia.

## OGUM

Abre caminho, alfavaca, arnica, aroeira, capim limão, carqueja, espada de São Jorge, eucalipto, folhas de mangueira, jabuticabeira, losna palmeira.

## XANGÔ

Ameixeira, amoreira, arruda, cavalinha, comigo ninguém pode, folhas de café, espada de Santa Bárbara, figo, folha de manga, guiné, levante, limoeiro, malva, manjerição, pessegueiro, pau pereira.

## IEMANJÁ

Alfavaca, flores branca de qualquer espécie, jasmim, lagrima de Nossa Senhora, malva branca.

## OXUM

Amor perfeito, camomila, flor de maio, flores de tonalidade amarela, ipê amarelo, lírios de toda espécie, malva, margaridas, melissa.

## IANSÁ

Espada de Santa Bárbara, flores amarelas ou coral, folhas de bambu, guiné, louro, malva.

## PRETOS VELHOS

Abre caminho; alecrim; alfavaca; arruda; bálsamo; boldo de Oxalá; camomila; erva-doce; espada de São Jorge; folhas de laranjeira; folhas de limão; guaco; guiné; hortelã; manjerição; quebra-demanda; rosa.

## EXUS

Arruda, carqueja, comigo ninguém pode, cravos, figueira, mamona, mangueira, picão preto, pimenta, rosas, urtiga.

# CAAP

RESULTADO DA PESQUISA FEITA COM MÉDIUNS E COM CAMBONES SOBRE AS ERVAS E AS PLANTAS MAIS UTILIZADAS NO TERREIRO DO PAI MANECO

# INW



O Grupo de Estudos do Terreiro do Pai Maneco fez uma pesquisa com médiuns e com cambones durante o ano de 2015 para aferir quais eram as ervas e as plantas mais utilizadas pelas entidades no âmbito do TPM.

O estudo demonstra que não existe restrição e nem especificidade no uso das ervas e das plantas pelas entidades, evidentemente que existem preferências ligadas à conveniência espiritual e aos trabalhos, como anteriormente dito.

Todavia, as entidades aproveitam as ervas e as plantas que lhe são ofertadas reconhecendo que nem sempre há a disponibilidade naquele momento; entretanto, quando há uma imprescindibilidade é feita uma recomendação específica.

Aqui lembramos que as ervas e as plantas podem ser utilizadas de várias formas e por mais de um Orixá e por mais de uma entidade, dependendo mais da primordialidade espiritual e dos trabalhos. Abaixo fazemos uma correlação das plantas e das ervas utilizadas no período da pesquisa:

## PRETOS VELHOS

Abre caminho; alecrim; alfazema; arruda; bálsamo; boldo de Oxalá; camomila; copo de leite, erva-doce; espada de São Jorge; folhas de laranjeira; folhas de limão; guaco; guiné; hortelã; manjericão; quebra-demanda; rosas.

## CABOCLOS E INDIOS

Abre aminho; alecrim; alfazema; arruda; babosa, bálsamo; boldo de Oxalá; capim limão; comigo-ninguém-pode; erva-doce; espada de São Jorge; folhas de Amora; folha gorda; folhas de laranjeira; folhas de limão; folhas de romã; folhas de pitanga; guaco; guiné; hortelã; manjericão; manjerona; quebra-demanda; samambaia.

## BOIADEIROS

Alecrim e jasmim.

## EXUS/POMBAS GIRAS

Cravos vermelhos, pimentas e rosas vermelhas.

# CAAP

AS ERVAS E AS PLANTAS DE USO MAIS FREQUENTE NO TERREIRO DO PAI MANECO E OS EVENTUAIS CUIDADOS QUE SE DEVE TER

# V



## **ABACATE** (*Persea americana*)

A erva e ou a planta denominada de ABACATE é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de equilibrar, revitalizar e reconstruir.

No TPM são utilizadas as folhas, o fruto e as sementes.

É indicada para: amalás, banhos energéticos, banhos de descarrego, bate folhas, maçarocada de ervas e suas sementes podem ser utilizadas como substituto para os obis (frutos utilizados pelos Pais e Mães de Santo para verificar qual é o Orixá de cabeça dos devotos na Umbanda).

As Entidades indicam o ABACATE através de emplastos, garrafadas e infusões para várias finalidades, devido suas ações antissépticas; cicatrizantes; digestivas; diuréticas; inflamatórias; reumáticas e vermífugas.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso do abacate. Porém, lembramos que nenhuma planta e ou erva deve ser utilizada de forma indiscriminada e que nenhum tratamento médico deve ser interrompido. Devemos sempre estar atentos aos princípios ativos e as propriedades medicinais das plantas e das ervas.



**ABRE CAMINHO** (*Justicia gendarusal*) - Também conhecida como: vence tudo, quebra demanda, quebra tudo.

A erva e ou a planta denominada de ABRE CAMINHO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de eliminar; quebrar; paralisar e proteger. Como o nome diz, é um poderoso quebrador de demanda e de magias mentais projetadas, como olho gordo e inveja. Também, é considerada uma erva equilibradora, tendo ação de abrir caminhos, sorte e visão de oportunidades.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para: banhos energéticos e descarrego; em bate folhas; defumações maçarocada ervas.

As Entidades indicam a erva ABRE CAMINHO através de emplastos, garrafadas e infusões para várias finalidades, devido suas ações como analgésico e anti-inflamatório.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata efeitos colaterais de ser alucinógeno.



**AÇUCENA** (*Hippeastrum hybridum*) - Também conhecida como: amarilis e flor da imperatriz.

A erva e ou a planta denominada de AÇUCENA é considerada uma **erva fria calmante**, tem ação específica de limpeza e medicinal.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para: banhos energéticos e de descarrego, defumações e em bate folhas.

As Entidades indicam a erva AÇUCENA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões, para diversas finalidades para ações como diurético, para dor de ouvido, para queimaduras e machas na pele.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que a flor da AÇUCENA é muito tóxica, podendo sua ingestão causar severa desordem gastrointestinal, convulsões, calafrios, hipotensão, dermatite, tremores musculares, arritmias cardíacas e até causar a morte.



**ALECRIM** (*Rosmarinus officinalis*) - Também conhecido como: alecrim comum, alecrim de casa, alecrim de jardim, rosmarino, rosmarinho.

A erva e ou a planta denominada de ALECRIM é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de equilibrar; iluminar e rejuvenescer. É considerada a “erva da alegria”.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as raízes.

É indicada para: banhos energéticos e de descarrego, em bate folhas e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ALECRIM através de chás, emplastos, garrafadas e infusões, para diversas finalidades para ações como antisséptico; antidepressivo; para dores reumáticas; cicatrizações, problemas do fígado, intestino, rins e pulmões.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que seu consumo deve ser evitado por gestantes; que em doses elevadas pode provocar irritações gastrintestinais, nefrite, intoxicação, aborto, irritações na pele; também, não é recomendado para prostáticos e pessoas com diarreia.

## **ALFACE** (*Lactuca sativa*)

A erva e ou a planta denominada de ALFACE é considerada uma **erva fria calmante**. O nome científico *Lactuca* provém da seiva leitosa que escorre de suas partes suculentas, em especial as raízes e o caule. Essa seiva relaciona-se com o amparo maternal, ajudando a encarnação e a materialização de coisas novas, recém-criadas. Para as pessoas que fogem da realidade perceptiva sempre que a situação lhes apresenta nova. O bloqueio pode manifestar-se em múltiplos sintomas como perda de consciência, histerismos, neurastenia, hipocondria e desvios sexuais.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as raízes.

É indicada exclusivamente com fim medicinal.

As Entidades indicam a erva ALFACE através de chás e infusões, para diversas finalidades para ações como calmante e relaxante.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que seu consumo pode incluir sudorese, taquipnéia, taquicardia, dilatação da pupila, tontura, zumbidos e sonolência.



**ALFAVACA** (*Ocimum gratissimum L.*) - Também, conhecida como: alfavaca-de cobra, paritária, erva das muralhas, erva fura paredes, erva de Nossa Senhora, erva dos muros, favaca, favaca de cobra, helxina, cobrinha, coleirinha, paletaina, paleiro, urtiga mansa.

A erva e ou a planta denominada de ALFAVACA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de curar; manter e potencializar. Utilizada para reconstrução dos corpos espirituais.

Concentrador de vibrações de cura e ânimo.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as raízes.

É indicada para: banhos energéticos e de descarrego, em bate folhas e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ALFAVACA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões, para diversas finalidades para ações como antisséptico; cicatrizações, problemas do fígado, intestino, rins e pulmões.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que seu consumo excessivo pode causar palpitações, sudorese intensa, hipoglicemia severa, confusão, tontura, cefaleia.



**ALFAZEMA** (*Lavandula Officinalis Chaix.*) - Também, conhecida como: lavanda, lavande, lavêndula.

A erva e ou a planta denominada de ALFAZEMA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de harmonizar e tranquilizar. Utilizada para limpar e purificar o ambiente trazendo a paz e harmonia.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as flores.

É indicada para: banhos energéticos e de descarrego, em bate folhas e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ALFAZEMA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões, para diversas finalidades para ações como antisséptico; antidepressivo; para dores reumáticas; cicatrizações, problemas do fígado, intestino, rins e pulmões.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que seu consumo em altas doses pode ocasionar depressão e sonolência. Pessoas propensas às úlceras, não devem exagerar na administração de preparados à base de alfazema. Alguns dos fitos químicos da planta são incompatíveis com sais de ferro e iodo.



**ALHO** (*Allium sativum*)

A erva e ou a planta denominada de ALHO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, utilizada em defumações e banhos para libertação energética em casos de vampirismo e obsessões intensas. Tem ação de desligar; dissolver e queimar.

No TPM são utilizadas as cascas, as folhas, o caule e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e de descarrego, e defumações.

As Entidades indicam a erva ALHO através de chás, emplastros, garrafadas, infusões, óleo e pó, para diversas finalidades para ações como antisséptico; antidepressivo; para dores reumáticas; cicatrizações, problemas do fígado, intestino, rins e pulmões.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que seu consumo em altas doses pode ocasionar cefaleia, vômito, tontura, diarreia, cólica intestinal, gastralgia (dor no estômago); dor nos rins. Mães que amamentam: pode provocar cólicas intestinais no bebê. É contra indicado para hipertensos, baixando ainda mais a pressão.

**AMOREIRA** (*Morus alba L.*)

A erva e ou a planta denominada de AMOREIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de acessar; equilibrar; estabilizar; manter; proporcionar e tranquilizar. Erva equilibradora, dá suporte a realinhar o sistema nervoso, sua essência tem o dom de 'fazer mover', sair de estados de inércia física e mental, facilita e ameniza a comunicação, acorda o "poder da vontade", auxilia nos estados de paz interior, desperta atitudes de gentileza, otimismo e boa vontade.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule, os frutos e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva AMOREIRA através de chás, emplastros, garrafadas, infusões, óleo e pó para diversas finalidades para ações como antisséptico; antidepressivo; para cicatrizações, problemas na boca; no fígado, no estomago; no intestino e nos pulmões.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que o fruto não deve ser consumido em caso de diarreia; não devem ser ministradas as folhas e nem as raízes no caso de debilidades pulmonares.



**ARAÇÁ** (*Psidium cattleianum*) - Também conhecido como: china-guava, araçá-amarelo, araçazeiro, araçá-do-campo, araçá-vermelho, araçá-doce, araçá-manteiga, araçá-da-praia, araçá-pera, araçá-de-coroa, araçá-rosa e araçá-de-comer.

A erva e ou a planta denominada de ARAÇA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de equilibrar; estabilizar e manter.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule, os frutos e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ARAÇA através de chás, emplastos, frutos, garrafadas, infusões, óleo e pó para diversas finalidades para ações como diarreias, diuréticos, infecções, artrites, reumatismos, hemorragias.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**ARNICA** (*Solidago sp.*) - Também, conhecida como: arnica, arnica-brasileira, arnica-da-horta, arnica-de-terreiro, arnica-do-brasil, arnica-silvestre, erva-federal, erva-lanceta, espiga-de-ouro, federal, flecha, lanceta, macela-miúda, marcela-miúda, rabo-de-foguete, rabo-de-rojão, sapé-macho.

A erva e ou a planta denominada de ARNICA é considerada uma **erva fria** e **específica**, tem ação de afastar a negatividade.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ARNICA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como inflamações, contusões, hematomas, inchaços, traumatismos, reumatismos, nevralgias, dores; espasmos, febres e hemorragias.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que o uso em excesso poderá produzir eritema e queimação (uso tópico), além de náuseas, vômitos, taquicardia, hepatotoxicidade e depressão (uso interno). Planta altamente tóxica. Evitar o uso durante gravidez e lactação e em pessoas alérgicas a camomila, crisântemos, margaridas e outras da mesma família.

**AROEIRA SALSA** (*Schinus molle*) - Também conhecida como: aroeira-mansa, aroeira folha-de-salsa, aroeira-periquita.

A erva e ou a planta denominada de AROEIRA SALSA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de consumir, desobstruir, limpar e purificar.

No TPM são utilizadas as folhas, os frutos, a casca e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva AROEIRA SALSA através de chás, emplastros, garrafadas, infusões, pó e resina para diversas finalidades para ações como inflamações gastrointestinais, pulmões, trato urinário, hemorragias, artrite, diarreia e como cicatrizante.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata poder ocorrer reações alérgicas na pele e mucosas.



**ARRUDA** (*Ruta graveolens L.*) - Também conhecida como: arruda-doméstica, arruda-dos-jardins, ruta-de-cheiro-forte, ruda.

A erva e ou a planta denominada de ARRUDA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação consumidora e purificadora, é um dos maiores termômetros do ambiente; pois, indica a qualidade da energia do local, pela sua vitalidade.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as raízes. Na Umbanda o uso da arruda foi trazido pelos pretos velhos e caboclos, para preparação de banhos, amuletos, para benzeduras, bem como para a defumação de pessoas e ambientes. Existem dois tipos popularmente conhecidos como arruda macho, (de folhas maiores e mais alongadas) e a arruda fêmea (de folhas menores e mais arredondadas). É muito utilizada na lavagem de guias (contas), é amuleto natural contra vibrações negativas, sendo muito utilizada por esse motivo em forma de cruz e figa. Também, não poderíamos deixar de lembrar que seu uso se estende a diversos pontos cantados de defumação, de pretos velhos e de caboclos; sendo até designação de nome de Entidades, tamanha sua importância dentro do ritual de Umbanda.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas, defumações e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ARRUDA através de chás, emplastros, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como infecções, para a visão, reumatismo, tendinite, varizes, coceiras, dores diversas e ansiedade.

Arruda Fêmea

Arruda Macho



\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a erva ARRUDA não é indicada para uso interno. Pois, é uma planta altamente tóxica tanto para as pessoas como para os animais. Muitas pessoas são sensíveis ao óleo contido em suas folhas e desenvolvem dermatites que variam entre pequenas bolhas e erupções muito dolorosas. Na gestação e na lactação é contraindicada em ambos os casos. Não deve ser ingerida por mulheres em idade fértil, gravidez, lactação, crianças, idosos, pessoas sensíveis. Grandes doses (mais de 100 ml de óleo ou aproximadamente 120g de folhas em uma única dose) podem causar uma dor gástrica violenta, vômito, abortos e complicações sistêmicas; incluindo a morte.

**ARTEMÍSIA** (*Artemisia vulgaris L.*) - Também conhecida como: absinto, artemísia-comum, artemísia-verdadeira, artemija, artemige, artmígio, erva-de-São-joão, flor-de-são-joão, isopo-santo, losna-brava.

A erva e ou a planta denominada de ARTEMÍSIA é considerada uma **erva fria e específica feminina** e, também, **erva fria e específica fortalecedora da mediunidade**. É usada para aumentar a autoestima das mulheres, desenvolvendo um magnetismo de apoio em situações de autodepreciação ou de crenças de desvalorização. Para os homens é usada quando é necessário melhorar a sensibilidade, a mediunidade e a coragem para tomar decisões em que deve haver a razão e a emoção.

No TPM são utilizadas as folhas, o caule e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva ARTEMÍSIA através de chás, emplastros, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como sedativos, analgésico, diurético, cicatrizador, gastrite, diarreias, nevralgias, flatulências, câimbras, calmante.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alenta que seu uso pode ocasionar excitação do sistema nervoso central, vasodilatação, convulsões e reações alérgicas. Fica presente no leite da lactante. Pode causar também hepatonefrites, convulsões e problemas mentais e psíquicos.



**ÁRVORE DE SANTA BÁRBARA** (*Melia azedarach*) - Também conhecida como: amargoseira, árvore-santa, bombal, bombolo-de-portugal, cedro-do-ceilão, cinamomo, conteira, jasmim-azul, jasmim-de-cachorro, jasmim-de-soldado, jasmim-soldado, lilás-da-índia, lilás-das-antilhas, lilás-do-cabo, lírio-da-índia, margosa, mélia, nimbo, niumbó, paraíso, sicómoro-bastardo, sinamão, árvore de Jonny, tenente-e-intendente (como é conhecido em Cabo Verde), para-raio (como é conhecido pelo povo do santo no Brasil).

A erva e ou a planta denominada de ÁRVORE DE SANTA BÁRBARA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**. As folhas destas árvores são usadas em patuás com número ímpares são um condensador de energias; são utilizadas para a proteção de ambientes como casas, escritórios, comércios e fábricas.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e maçarocada de ervas.

As Entidades utilizam a ÁRVORE DE SANTA BÁRBARA apenas em trabalhos e patuás.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alenta que devido à presença de saponinas e alcaloides neurotóxicos (azaridina), todas as partes (folhas ou frutos) da ÁRVORE DE SANTA BÁRBARA quando ingeridas podem causar aumento da salivação, náuseas, vômitos, cólicas abdominais, diarreia intensa; em casos graves, pode



ocorrer depressão do sistema nervoso central. Estes sintomas são observados especialmente em humanos e suínos; bovinos e aves não parecem ser suscetíveis. O maior cuidado deve ser tomado com os frutos, pois são atrativos especialmente para crianças.

**BABOSA** (*Aloe vera*) - Também conhecida como: aloé vulgaris, aloé barbadensis, caraguatá, erva babosa, aloé perfoliata, babosa-de-botica, babosa-folha-miúda, babosa-de-jardim, caraguatá-de-jardim.

A erva e ou a planta denominada de BABOSA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**. Espiritualmente, está ligada aos problemas financeiros, pois aliado com benjoim e açafraão é um poderoso defumador para atrair bons negócios e abertura financeira. Apesar de sua polpa ser de difícil secagem, serve como componente e para ligar os outros ingredientes da defumação. Especial para os que descuidam das próprias necessidades físicas e emocionais. Estresse, esgotamento, perfeccionismo, tensão, exaustão. Esgotamento físico e espiritual, prostração.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações.

As Entidades indicam a erva BABOSA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como cicatrizante, emoliente, estimulante, fungicida, hidratante, anestésico anti-inflamatório.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alenta que seu uso pode ocasionar dor abdominal, diarreia, inflamação dos rins, desmaio, hipotensão e nefrite.

## **BÁLSAMO** (*Sedum dendroideum*)

A erva e ou a planta denominada de BÁLSAMO é considerada uma **erva fria** e ou **específica feminina**, as quais potencializam o fator humano feminino, a autoestima; são ligadas ao espírito humano e a sensibilidade do espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva BÁLSAMO através de chás, emplastos, garrafadas, infusões, óleo, pó e resina para diversas finalidades para ações como ferimentos, queimaduras, inflamações da pele, contusões, úlceras, gastrites, cicatrizante, anti-inflamatória, emoliente.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alenta que o uso de glicosídeos cardiotônicos em doses elevadas podem causar intoxicação humana e animal. Os sintomas mais comuns são fraqueza e convulsões, que evolui para paralisia.



**BAMBU** (*Bambusa sp.*)

A erva e ou a planta denominada de BAMBU é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. As folhas de bambu, usadas na forma de maço limpam o ambiente das más influências.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva BAMBU através de chás, emplastos, garrafadas, infusões, pó e resina para diversas finalidades para ações como artrose, diarreia, doenças da pele, febre, gases, hemorragias, hemorroidas, osteoporose, úlceras.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta que devido seu alto teor de açúcar deve ser evitado por pessoas que possuam diabetes.

**BANANEIRA** (*Musa paradisiaca*)

A erva e ou a planta denominada de BANANEIRA é considerada uma **erva fria** e ou **específica** cujo uso se resume a algum fator específico como medicinal sem levar em consideração seu uso religioso espiritual muito bem definido.

No TPM são utilizadas as folhas e os frutos.

É indicada para substituir o alguidar nos amalás e são utilizadas em maçarocada de ervas. Os frutos são parte de oferendas e amalás.

As Entidades indicam a erva BANANEIRA através de chás, emplastos, garrafadas, infusões, pó e resina para diversas finalidades para ações como câibras, fadiga, alterações nos batimentos cardíacos, vários tipos de alergia, TPM, prisão de ventre, diarreia infantil. Todas as partes da bananeira têm aplicações medicinais.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta que devido seu alto teor de açúcar deve ser evitado por pessoas que possuam diabetes.



**BENJOIN** (*Styrax benjoin*)

A erva e ou a planta denominada de BENJOIM é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**. É usada quase que exclusivamente para defumação e tem característica purificadora. Sua queima, além do aroma agradável, proporciona um ambiente energético propício à religiosidade e aprendizado.

No TPM é utilizada a resina para defumação.

As Entidades indicam a erva BENJOIM através de emplastos, infusões, pó e resina para diversas finalidades para ações como bronquite, enfisema, e na asma, feridas, ulcerações, micoses, gengivites, parodontopatias, acnes, furúnculos, eczemas e psoríase.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta que os vapores desprendidos pelo Benjoim podem desencadear acessos de tosse. A resina em pó pode provocar dermatite de contato, principalmente em pessoas que possuam a pele sensível.

**BOLDO** (*Coleus barbatatus*) - Tapete de Oxalá

A erva e ou a planta denominada de BOLDO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de acessar; cristalizar; desobstruir e preparar. Todos os boldos têm praticamente a mesma função energética. É uma poderosa erva fortalecedora do chacra coronal, animando, aquecendo o espírito e trazendo confiança para as práticas religiosas mediúnicas. Também pode ser usado em pessoas com dificuldade de concentração.

No TPM são utilizadas as folhas.

È indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva BOLDO através de chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como diarreia, fadiga do fígado, distúrbios intestinais, hepatite, cólica e congestão do fígado, obstipação, inapetência, cálculos biliares, debilidade orgânica, insônia, ressaca.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta que doses elevadas podem provocar irritação da mucosa do estômago.



**BOLDO DO CHILE** (*Peumus boldus*)

A erva e ou a planta denominada de BOLDO DO CHILE é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de acessar; cristalizar; desobstruir e preparar. Todos os boldos têm praticamente a mesma função energética. É uma poderosa erva fortalecedora do chacra coronal, animando, aquecendo o espírito e trazendo confiança para as práticas religiosas mediúnicas. Também pode ser usado em pessoas com dificuldade de concentração.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva BOLDO DO CHILE através de chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como diarreia, fadiga do fígado, distúrbios intestinais, hepatite, cólica e congestão do fígado, obstipação, inapetência, cálculos biliares, debilidade orgânica, insônia, ressaca.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta que doses elevadas podem provocar irritação da mucosa do estômago.



**BUCHINHA DO NORTE** (*Luffa operculata L.*) - Também conhecida, entre outros nomes, como: cabacinha, bucha-dos-paulistas, purga-de-joão-pais, abobrinha-do-mato, abobrinha-do-norte, purga-de-bucha, bucha-dos-caçador, purga-de-bicho, endoço, purga-de-falope, capa-de-bode e buchinha-do-nordeste.

A erva e ou a planta denominada de BUCHINHA DO NORTE é considerada uma **erva fria** e ou **específica**. A buchinha do norte é um poderoso diluidor de fatores negativos.

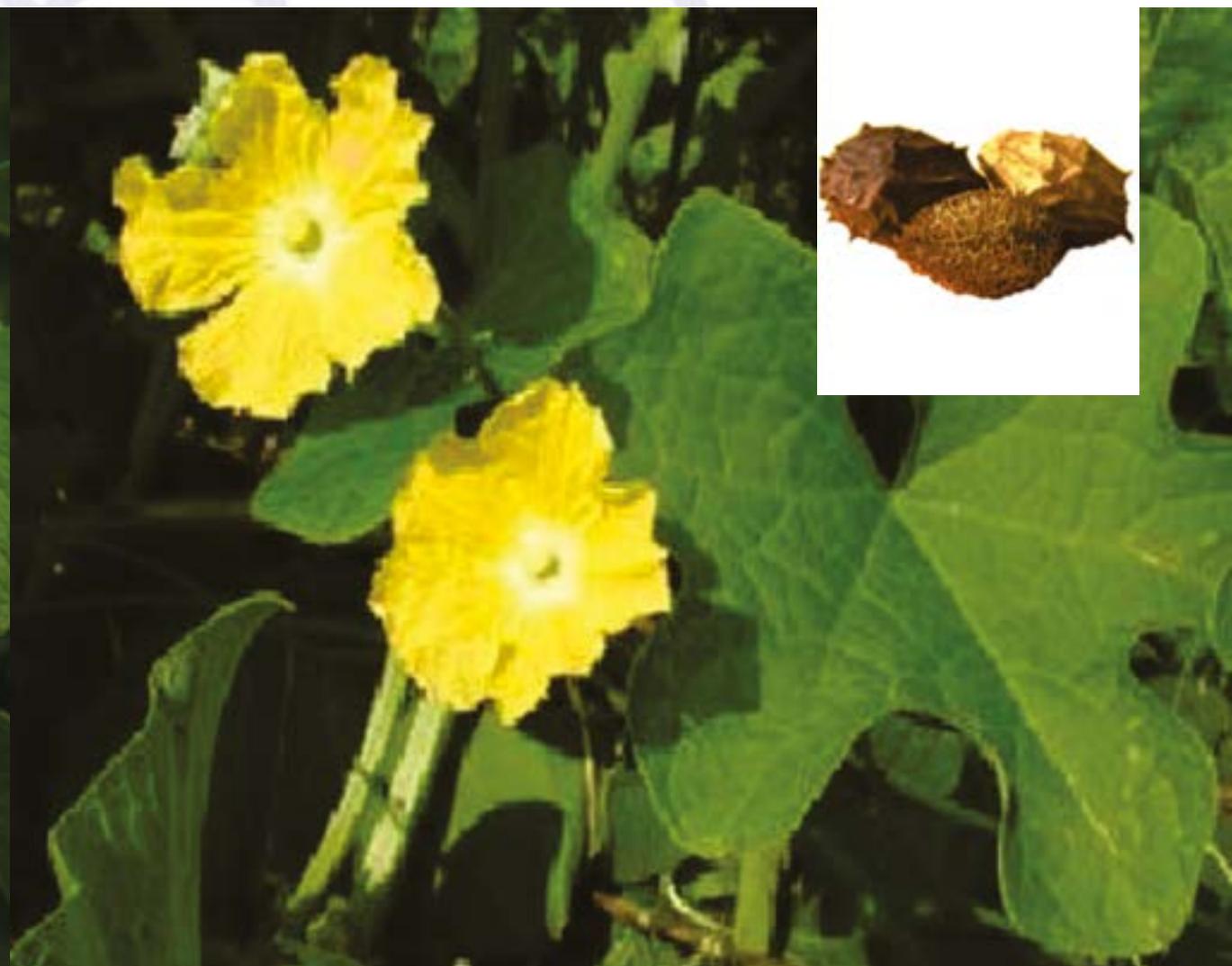
No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações.

As Entidades indicam a erva BUCHINHA DO NORTE através de inalações para diversas finalidades para ações como doenças do sistema respiratório, tais como: sinusite, rinite, bronquites, entre outras complicações respiratórias.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta para possíveis hemorragias como o principal efeito adverso que pode ser provocado pela utilização excessiva da buchinha do norte. Seu uso é contraindicado para gestantes e internamente para qualquer pessoa.



## CAFÉ (*Coffea arabica*)

A erva e ou a planta denominada de CAFÉ é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. Suas folhas em banhos e defumações trazem equilíbrio ao campo astral masculino sendo para o homem o que a Artemísia é para a mulher. A defumação com folhas de café é excelente para casas comerciais. Indicada também como erva protetora e incentivadora desde o começo. Curiosidade: As benzedeadas antigas costumavam colocar, ou assoprar, punhados de pó de café e açúcar nos cantos das casas que queriam que fossem vendidas ou alugadas.

No TPM são utilizadas as folhas. Sendo indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações.

As Entidades indicam a erva CAFÉ através de chás, frutos, infusões e pó para diversas finalidades para ações como estimulante e cicatrizante.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada atenta que a ingestão contínua de cafeína pode levar ao vício, além de ter uma influência negativa sobre o sono.



**CALÊNDULA** (*Calêndula officinalis*) - Também conhecida como: bem-me-quer, mal-me-quer, bem-me-quer-de-todos-os-meses, calêndula-das-boticas, maravilha, maravilha-dos-pudins, malmequer, malmequer-amarelo, malmequer-do-campo, mal-me-quer-dos-jardins, malmequeres, margarida-dourada, verrucária.

A erva e ou a planta denominada de CALÊNDULA é considerada **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de energizar e purificar. É conhecida como erva do perdão. É ótima para pessoas rancorosas, que têm dificuldade de perdoar, que estão sempre acumulando mágoas, que se acham injustiçadas ou tratadas com pouco caso por todos. É para quem tem constante mau humor, e vê a vida de forma linear, sem criatividade para sair dos problemas. É ótima para quem quer esquecer traumas ou lembranças infantis que incomodam.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CALÊNDULA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como antisséptico, cicatrizante, sedativo, vulnerário, calmante, antialérgica, antiviral, reguladora da menstruação, tonificante da pele e bactericida.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica o uso durante a gravidez.



**CAMOMILA** (*Chamomilla recutita L.*) - Também conhecida como camomila-romana, maçanilha, matricária.

A erva e ou a planta denominada de CAMOMILA é considerada erva morna e ou equilibradora, também, podendo ser uma erva fria e ou específica calmante. Tem ação de acessar; equilibrar; estabilizar; manter; proporcionar e tranquilizar. Tranquilizadora para o campo astral humano, um banho com camomila é sempre um excelente coadjuvante para uma boa noite de sono. Atrai dinheiro; plantada ao redor da casa afasta a inveja. Acalma a mente, energiza o plexo solar e controla as emoções.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores. Sendo indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CAMOMILA através de chás, emplastos, florais e infusões para diversas finalidades para ações como calmante, analgésico, antibacteriana e antifúngica, antisséptica; combate distúrbios do aparelho digestivo.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica o uso durante a gravidez, na lactação, para crianças menores de 6 anos, pacientes com gastrite, úlceras gastroduodenais, síndrome do cólon irritável, colite, doença de Crohn, epilepsia, doença de Parkinson e outras doenças neurológicas. A planta fresca pode provocar uma dermatite de contato. O óleo essencial é muito irritante para a pele e mucosas.



**CANELA** (*Cinnamomum zeylanicum*)

A erva e ou a planta denominada de CANELA é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. Potente organizador, magnetizador e agregador energético vibratório. Sua grande capacidade faz uma das mais preferidas para ações ligadas à prosperidade, boa sorte, sucesso, saúde, proteção, amor e sensualidade.

No TPM são utilizadas a casca e o tronco.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações.

As Entidades indicam a erva CANELA através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como afrodisíaca, antiespasmódica, antisséptica, aromatizantes digestiva, excitante, calmante, hipertensora, tônica e dilatadora de vasos.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica o uso durante a gravidez, uma vez que possui características que podem provocar o aborto ou má formação do feto.



**CAPIM LIMÃO** (*Cymbopogon citratus*) - Também conhecido como: capim-catinga, capim-cheiroso, capim-cidrão, capim-cidrilho, capim-cidreira, capim-cidrô, capim-ciri, capim-de-cheiro, capim-marinho, capim-membeca, capim-santo, capim-sidrô, chá-de-estrada.

A erva e ou a planta denominada de CAPIM LIMÃO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**. Proporciona ao ambiente tranquilidade e percepção, que levam à racionalização e entendimentos para melhores opções nas tomadas de decisões. Banhos devem ser administrados para tranquilizar o espírito, aceitação de situações irreversíveis e desenvolvimento mediúnico.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CAPIM LIMÃO através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como digestivo, antirreumático, calmante, sudorífero, afecções cardíacas e gases intestinais, sedativa, analgésica e antitérmica.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica o uso durante a gravidez. O óleo de CAPIM LIMÃO pode irritar a pele sensível, por isso deve ser usado com precaução; deve ser evitado durante a gravidez. Pessoas com doenças renais ou hepáticas não devem utilizar a erva.



**CARQUEJA** (*Baccharis trimera*) - Também conhecida como: bacanta, bacárida, cacaia-amarga, cacália-amarga, cacália-amargosa, caclia-doce, cuchi-cuchi, carque, carqueja-amarga, carqueja-amargosa, carqueja-domato, carquejinha, condamina, iguape, quina-de-condomiana, quinsu-cucho, tiririca-de-babado, tiririca-debalaio, tiririca-de-bêbado, três-espigas, vassoura.

A erva e ou a planta denominada de CARQUEJA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**. Contraindica a região emocional e combate os medos e inseguranças gerados por situações que se apresentam aparentemente sem controle. Diminui as expectativas daqueles que esperam muito dos outros. Melhora o fluxo de energia emocional e o mantém sob controle. Evita a expressão de expectativas diante de situações novas.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CARQUEJA através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como para ajudar no tratamento de má digestão, prisão de ventre, diarreia, gastroenterite, anemia, gripe, febre, doenças hepáticas, diabetes, vermes intestinais, afta, amigdalite, anorexia, azia, bronquite, colesterol, doenças da bexiga, má circulação do sangue e feridas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica o uso durante a gravidez, lactação e em pacientes com pressão alta ou diabetes descontrolada. Os efeitos colaterais incluem diminuição da imunidade e hipotensão, quando ingerida em excesso.

**CATINGA DE MULATA** (*Tanacetum vulgare.*) - Também conhecido como: atansia, atansia das boticas, erva contra vermes, erva de são marcos, erva dos vermes, erva lombrigueira, palma, tanásia, tasneira.

A erva e ou a planta denominada de CATINGA DE MULATA é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**. Promove em toda a aura uma verdadeira “faxina” energética e nos chacras principalmente no plexo solar.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a erva CATINGA DE MULATA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como combater dores musculares, artrites, gota e reumatismos.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica o uso durante a gravidez, lactação e crianças. O ácido tanásico e a tanacetona são tóxicos. Doses excessivas podem causar intoxicações. As doses devem ser determinadas com grande prudência, pois todo o excesso de consumo provoca uma congestão da região da bacia (órgãos abdominais), com lesões renais e nervosas, inflamação dos órgãos nutricionais e sexuais, vômitos, convulsões, ação vasodilatadora em gestantes, fica presente no leite das lactantes. A essência da planta, injetada na veia de animais, provoca convulsões semelhantes às da hidrofobia, inflamação no tubo digestivo, podendo resultar em espasmos violentos, paralisia do coração e morte. O óleo pode causar dermatite de contato e aborto.



**CAVALINHA** (*Equisetum arvensis.*) - Também conhecida como: rabo-de-cavalo, lixa-vegetal, cana-de-jacaré, cauda-de-raposa, cola-de-cavalo, erva-carnuda, eqüiseto, rabo-de-asno, rabo-de-touro, cavalinha-dos-campos, pinheirinha, milho-de-cobra, rabo-de-rato, rabo-de-cabra.

A erva e ou a planta denominada de CAVALINHA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**. Equilibra a coluna vertebral e melhora o fluxo de energia em todo o sistema nervoso central.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a erva CAVALINHA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como osteoporose, ácido úrico, anemia, ansiedade, arteriosclerose, bexiga, blenorragia, cálculos renais, celulite, estrias, rins, pulmões, o baço, flacidez da pele e músculos, enurese, menstruações excessivas, obesidade, pedra na vesícula e rins, pressão alta, retenção de líquidos, reumatismo, estresse; além de como diurético e desintoxicante.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que doses excessivas podem provocar torpor, distensão abdominal, diarreia, hipotensão arterial, taquicardia, coma e até morte.



## CEBOLA (*Allium cepa*.)

A erva e ou a planta denominada de CEBOLA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação desmontar, diluir e dissolver. Considerada um desintoxicador do espírito para situações em que se passou por atuações negativas; erva muito utilizada para limpeza profunda.

No TPM são utilizadas as folhas, as cascas e o bulbo.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e defumações. Os bulbos podem ser utilizados como substituto para os obis (frutos utilizados pelos Pais e Mães de Santo para verificar qual é o Orixá de cabeça dos devotos na Umbanda).

As Entidades indicam a erva CEBOLA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como diurética, antisséptica, antibiótica, bactericida, hipoglicemiante, vermífuga.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que quando cortados os bulbos, determinados compostos sulfúricos (por exemplo, propanetial-S-6xido) escapam na forma de vapor e em uma reação fraca com a água presente no olho, o composto é hidrolisado tornando-se ácido sulfúrico, o que causa a irritação ocular e o lacrimejar familiar.



**CHAPÉU DE COURO** (*Echinodorus grandiflorus*.) (Cham. & Schltld.) Micheli. Também conhecido como: aguapé, chá-de-campanha, chá-de-mineiro, chá-do-pobre, congonha-do-brejo, erva-de-bugre, erva-do-brejo, erva-do-pântano.

A erva e ou a planta denominada de CHAPÉU DE COURO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas e as cascas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a erva CHAPÉU DE COURO, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como doenças renais e das vias urinárias, reumatismos, erupções cutâneas, afecções hepáticas, ácido úrico, gripe e artrite, afecção do estômago, arteriosclerose, bexiga, bócio, colesterol, convalescença, debilidade orgânica, dermatoses, doenças renais, dores nas juntas, edemas, erupções cutâneas, furúnculo, gota, hérnia, impurezas do sangue, infecções das vias respiratórias, lumbago, manchas, moléstias da pele, nefrite, pele (mancha, dermatose), picadas de cobra, pressão alta, prisão de ventre, rins, sarna, sífilis, úlceras, vesícula, vitiligo.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada contraindica para cardíacos.



**CHEFLERA** (*Schefflera arboricola.*)

A erva e ou a planta denominada de CHEFLERA é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. Segundo os Hindus, atrai toda a energia negativa da casa, protegendo seus moradores.

No TPM é utilizada apenas como decoração da Tronqueira.

As Entidades não indicam a erva CHEFLERA para nenhuma finalidade.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que se ingerida em altas doses pode causar vômito e entorpecimento.

**CHUVA DE OURO** (*Cassia fistula L.*)

A erva e ou a planta denominada de CHUVA DE OURO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas e flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CHUVA DE OURO, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como febre, prisões de ventre, problemas de pele, reumatismo.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**CIDRÓ** (*Aloysia citriodora*.) - Também conhecida como: cedrina, cidrão, cidrilha, cidrilho, cidró, erva-luísa, falsa-erva-cidreira, lúcia-lima e salva-limão.

A erva e ou a planta denominada de CIDRÓ é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CIDRÓ, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como afecções do coração, asma, bronquite, congestão nasal, diarreia, digestão, doenças nervosas, dor de cabeça, dor de estômago, enxaqueca, febre, flatulência, gripe, hipocondria, inchaço dos olhos, infecção intestinal, melancolia, náusea, nevralgia, taquicardia, vômito, vertigem, zumbido no ouvido.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta para fotossensibilizante, evitar exposição ao sol após utilizar compressas. Utilizar em pequenas doses, pois, é depressora do Sistema Nervoso Central (SNC). O uso prolongado pode irritar o aparelho digestivo. Aumenta o sono.

**CINCO FOLHAS** (*Penax quinquefolium*.)

A erva e ou a planta denominada de CINCO FOLHAS é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CINCO FOLHAS, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como blenorragia, diurético, dores de cabeça, moléstias da bexiga, da uretra e do útero, obesidade, reumatismo, e sífilis.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**CITRONELA** (*Cymbopogon winterianus.*) - Também conhecida como: capim-citronela, citronela-do-ceilão, cidró-do-Paraguai.

A erva e ou a planta denominada de CIDRÓ é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CIDRÓ, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como afecções do coração, asma, bronquite, congestão nasal, diarreia, digestão, doenças nervosas, dor de cabeça, dor de estômago, enxaqueca, febre, flatulência, gripe, hipocondria, inchaço dos olhos, infecção intestinal, melancolia, náusea, nevralgia, taquicardia, vômito, vertigem, zumbido no ouvido.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta para fotossensibilizante, evitar exposição ao sol após utilizar compressas. Utilizar em pequenas doses, pois, é depressora do Sistema Nervoso Central (SNC). O uso prolongado pode irritar o aparelho digestivo. Aumenta o sono.



**COENTRO** (*Coriandrum sativum.*) - Também conhecido como: cilantro, coentro-português, coriandro, erva-percevejo, salsinha.

A erva e ou a planta denominada de COENTRO é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**. De efeito revitalizador, excita todo o corpo, colocando-o em movimento e combatendo a sensação de marasmo diante de mudanças inevitáveis. Coentro deve ser cultivado na área interna da casa, uma vez que favorece o autoconhecimento e as descobertas espirituais. Associado à direção nordeste, é regido pelo elemento terra, que atua sobre estômago, baço e pâncreas, que em desequilíbrio podem causar preocupação excessiva e ideias fixas. O coentro traz a capacidade de pensar mais alto e mais focado no sentido de sua evolução espiritual; torna a pessoa amena; cria um sentido mais lapidado sobre os valores da vida; gera elegância e cavalheirismo em todas as atitudes. Ajuda a combater o excesso de vaidade, ego e futilidade; equilibra toda forma de energia yang; gera tranquilidade para compreender as inferioridades alheias com compaixão e sem se abalar emocionalmente. Ajuda a reduzir o ímpeto e traz capacidade para ponderar; eleva a moral e gera bons costumes; reduz a hipersexualidade.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva COENTRO, chás, emplastos, garrafadas, infusões, óleo, pó e sementes para diversas finalidades para ações como digestões dolorosas, a prisão de ventre e transtornos digestivos no geral, conta com propriedades carminativas que ajudam a reduzir a acumulação de gases no trato gastrointestinal, para tratar a insônia e a ansiedade, uma vez que é como um sedante e ansiolítico, expectorante e pode ser utilizado no caso de doenças respiratórias, com propriedades antibióticas e antibacterianas, de forma que pode ser útil no tratamento de feridas, câibras, cistite, colesterol alto, cólica, conjuntivites, diarreia, dor de dente, dores comuns, enxaqueca, febre, flatulência, inchaços, indigestão, mau-humor, reumatismo, possui propriedades afrodisíacas, antibacterianas, antifúngicas e diurético.W

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que as mulheres grávidas ou em período de amamentação deverão consultar o seu médico antes de tomar coentro, uma vez que em alguns casos poderá chegar a gerar contraindicações e, em especial, o uso do óleo de coentro. Lactantes e gestantes devem utilizar quantidades limitadas devido efeito do coentro sobre a secreção das glândulas, pois podem causar danos à mãe e ao feto ou afetar as glândulas reprodutivas. Salienta-se que o uso excessivo pode ter um efeito narcótico. É necessário ter atenção com a quantidade ingerida, pois, quando tomado em excesso, o chá de coentro pode causar lesões renais. O consumo excessivo de sementes de coentro pode causar problemas hepáticos. O óleo presente nas sementes de coentro é útil para o tratamento de problemas do fígado, mas o uso excessivo pode levar a secreção da biliar, provocando condições anormais. Algumas pessoas podem sofrer reações alérgicas como erupções cutâneas, dificuldade em respirar, coceira, inchaço da face e garganta, tonturas, devido ao consumo excessivo de sementes de coentro. Pessoas propensas a esses problemas devem consultar um médico antes de consumi-las. O uso prolongado e excessivo das sementes de coentro pode levar a problemas respiratórios, acompanhados por uma dor no peito, garganta seca e dores de garganta. Às vezes, o consumo de sementes de coentro pode causar hipersensibilidade ao sol, aumentando o risco de queimaduras solares e câncer de pele. Algumas pessoas podem ter problemas de pele, tais como inflamações, coceira, irritação, dermatite e escurecimento da pele após o uso de sementes de coentro. Nesse caso, deve-se consultar um médico e suspender o consumo das sementes de coentro. O consumo prolongado ou excessivo das sementes de coentro pode causar problemas gastrointestinais, como a diarreia, dor de estômago, perda de apetite e desidratação. As sementes de coentro são utilizadas no tratamento de diabetes, porque eles têm a capacidade de reduzir o nível de açúcar no sangue.

Se estiver fazendo um tratamento para a diabetes, deve-se controlar o nível de açúcar no sangue antes de consumir o coentro, pois isso pode reduzir drasticamente o nível de açúcar no sangue, levando à hipoglicemia. Outros efeitos secundários que podem surgir devido ao consumo de coentro são dor de dente, dor nas articulações, náuseas e hérnia. É importante ter muito cuidado e consultar um médico em qualquer caso. O consumo das sementes de coentro é realmente muito benéfico para a saúde, mas contanto não exceda as quantidades recomendadas, pois o consumo excessivo pode causar efeitos colaterais.



**COMIGO NINGUÉM PODE** (*Dieffenbachia picta*.) - Também conhecida como: aningapara.

A erva e ou a planta denominada de COMIGO NINGUÉM PODE é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de purificar. Afasta e quebra energias negativas do ambiente. Pode ser usada como protetor de ambientes e casas.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos de descarrego e defumações.

As Entidades raramente indicam a erva COMIGO NINGUÉM PODE devido a sua toxicidade.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a mastigação da sua folha provoca intensa irritação e edema nas mucosas da boca, faringe e laringe. Nos casos mais graves, pode causar náuseas e vômitos, sensação de queimação, salivação abundante, dificuldade de engolir e asfixia; o contato com os olhos pode provocar irritação e lesão da córnea.

Como ela é tóxica tenha cuidado ao manusear.



**COPO DE LEITE** (*Zantedeschia aethiopica Spreng.*) - Também conhecida como: cala-branca, jarra, jarro, lírio-do-nilo.

A erva e ou a planta denominada de COPO DE LEITE é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. A flor do copo de leite remete a pureza, paz, tranquilidade e calma. É uma flor bela e graciosa, que ilumina e enche de alegria qualquer ambiente. A espádice amarela, que se destaca no interior da flor, simboliza prosperidade, felicidade e iluminação espiritual. Flores brancas masculinas (energia completamente positivada) estão diretamente ligadas a Lei Planetária. São utilizadas em casos de falta de fé, ou fanatismo; Em conduta moral desregradas seja ilegal ou vitimista e em casos obsessivos.

No TPM são utilizadas as flores em amalás e trabalhos de Pretos Velhos.

As Entidades raramente indicam a erva COPO DE LEITE devido a sua toxicidade.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a ingestão e o contato (ráfides) podem ocasionar dor em queimação, eritema e edema (inchaço) de lábios, língua, palato e faringe. Sialorreia, disfagia, asfixia. Cólicas abdominais, náuseas, vômitos e diarreia de ação intensa com congestão, edema, fotofobia, lacrimejamento, pode deixar a língua dormente, fazer a criança espumar e vomitar.

Como ela é tóxica tenha cuidado ao manusear.

**CORDÃO DE FRADE** (*Leonotis nepetaefolia R.*) - Também conhecida como: cordão-de-são-francisco, pau de praga e rubim, em português; boton de cadela, molinillo.

A erva e ou a planta denominada de CORDÃO DE FRADE é considerada uma erva fria e ou específica fortalecedora da mediunidade. Essa planta é aplicada em banhos tonificantes da aura e limpezas em geral.

No TPM são utilizadas as folhas. Sendo indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CORDÃO DE FRADE, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como asma, bronquite, ácido úrico, tosse, catarro, problemas no estômago, cólicas, fraqueza, reumatismo, cistite, flatulências, dores abdominais, nevralgias, febre, malária. Pode ser usada como um repelente natural contra insetos. \* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que se deve evitar o uso prolongado devido a uma possível ocorrência de acidentes hemorrágicos proporcionado pelas cumarinas. Não deve ser utilizada por pessoas que tenham problemas de coagulação ou façam uso de medicamentos anticoagulantes. Antes de começar a fazer uso dessa planta medicinal, deve-se consultar um médico.



**COUVE** (*Brassica oleracea*.)

A erva e ou a planta denominada de COUVE é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva COUVE, através de chás, emplastos, infusões e sucos para diversas finalidades para ações como fortalecer os ossos, regular o intestino, combater o reumatismo e a fibromialgia e outras doenças, como úlcera no estômago, anemia, vermes, asma, bronquite e problemas do fígado.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o consumo excessivo de couve pode causar gases em alguns indivíduos.



**CRAVO** (*Dianthus caryophyllus*.) - Também conhecido como: craveiro, botões-de-solteirão, cravo-francês, rosa-da-índia, tagetes e tagetes-anão, fench marigold, clavel de índias, marigold, tagete.

A erva e ou a planta denominada de CRAVO é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**, potencializam o fator humano masculino, o aspecto material da vida, aparecem como atradoras de prosperidade.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis, oferendas e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CRAVO, através de chás, emplastos, infusões e em trabalhos específicos para diversas finalidades para ações como tratamento de acne, aliviar problemas pancreáticos e de ouvido, angina, aumentar a resistência imunológica, autismo, bronquite, cólicas uterinas, crianças com deficiência mental, espantar insetos (pulgões, formigas), espasmo, furúnculo, dores reumáticas, melhorar o apetite, prisão de ventre, problemas de aprendizagem, resfriado, reumatismo, sudorífico, tosse, vermes.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



## CRAVO DA ÍNDIA (*Syzygium aromaticum*.)

A erva e ou a planta denominada de CRAVO DA INDIA é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. Preparo para prosperidade, melhora consideravelmente o magnetismo das ervas para esse fim, tornando-as muito mais magnéticas e intensas. Usado também em preparos para melhorar a concentração para os estudos ou tarefas difíceis. Na defumação para o desenvolvimento mediúnico, acelera o processo de ligação dos campos espirituais entidade x médium.

No TPM são utilizadas as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis, oferendas e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a erva CRAVO DA INDIA, através de chás, emplastos, infusões, óleos, pó e em trabalhos específicos para diversas finalidades para ações como tratamento de acne, aliviar problemas pancreáticos e de ouvido, angina, aumentar a resistência imunológica, autismo, bronquite, cólicas uterinas, crianças com deficiência mental, espantar insetos (pulgões, formigas), espasmo, furúnculo, dores reumáticas, melhorar o apetite, prisão de ventre, problemas de aprendizagem, resfriado, reumatismo, sudorífico, tosse, vermes.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que não se deve exagerar no consumo do cravo. Ele pode irritar a mucosa da boca. Além disso, quem tem o estômago mais sensível também deve usá-lo com moderação. Pode provocar contrações na musculatura do útero sendo, portanto, contraindicado para gestantes. O uso externo pode causar eventuais reações alérgicas em pessoas sensíveis. O óleo essencial pode causar irritação na pele.



**ERVA CIDREIRA** (*Lippia alba*.) - Também conhecida como: camará, capitão-do-mato, chá-da-febre, chá-de-estrada, chá-de-frade, chá-de-pedestre, chá-de-tabuleiro, chá-do-rio-grande-do-sul, cidrão, cidreira, cidreira-brava, cidreira-capim, cidreira-crespa, cidreira-falsa, cidreira-melissa, cidrila, cidrilha, erva-cidreira-do-campo, erva-cidreira-brasileira, erva-cidreira-falsa, falsa-melissa, lípea, salsa-brava, salva, salva-brava, salva-do-brasil, salva-limão, sálvia-da-gripe.

A erva e ou a planta denominada de ERVA CIDREIRA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a ERVA CIDREIRA, através de chás, emplastos infusões e sucos para diversas finalidades para ações como afecções da pele e das mucosas, afecções hepáticas, catarro, cólica (dor de barriga), colite, dores musculares, dores reumáticas, enfermidades venéreas, espasmo, estômago, estomatite, flatulência, fluxo vaginal, gases, indigestão, insônia, laringite, náusea, recuperação pós-parto, resfriado, sistema nervoso.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que foram verificados efeitos tóxicos quando administradas doses elevadas do óleo essencial tais como diarreia, náuseas e vômitos.



**ERVA DE BICHO** (*Polygonum persicaria* L. *Polygonum acre.*) - Também é conhecida como: pimenta d'água, acataia, curage, pimenta do brejo, cataia e capiçoba.

A erva e ou a planta denominada de ERVA DE BICHO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de dissolver e limpar. Tem o poder de liquefazer acúmulos energéticos densos o que a torna única em alguns casos de cura espiritual, em que a vítima, atingida por fatores inferiores, desenvolveu doenças físicas, principalmente de pele com quadro de difícil diagnóstico e tratamento.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a ERVA DE BICHO, através de chás, emplastros infusões e pó para diversas finalidades para ações como afecções urinárias, amenorreia, congestão cerebral, delírio psiquismo de velhos, diarreia, eczema, erisipela, estancar hemorragias, favorecer a coagulação do sangue, febres, fragilidade capilar, hemorroidas, infecções intestinais, memória, nós varicosos, reumatismo, retenção urinária, varizes, verminose.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que não deve ser usada por gestantes por ser abortivo nem por crianças.



**ERVA DE SÃO JOÃO** (*Ageratum conyzoides* L.) - Também conhecida como: erva-de-são-joão, camará-opela, catinga-de-barrão, catinga-de-bode, catinga-de-borrão, celestina, erva-maria, erva-de-santa-lúcia, erva-de-santa-luzia, erva-de-são-josé, maria-preta, mentraço, mentraz, mentruz, picão-roxo, são-joão.

A erva e ou a planta denominada de ERVA DE SÃO JOÃO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores. Na cultura popular a erva é considerada capaz de afastar maus espíritos.

No TPM são utilizadas as flores e as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a ERVA DE SÃO JOÃO, através de chás, emplastros infusões e pó para diversas finalidades para ações como afecções das vias urinárias, amenorreia, artrose, beribéri, bronquites, caspa, catarros, cólicas e gases intestinais, cólicas uterinas, contusões, diarreia, disenteria, dores musculares, estimulante do apetite, febres, ferimentos abertos, gonorreia, gripes, hemorragias, perfumar e suavizar os cabelos, pós-parto, menopausa, pneumatose do tubo digestivo, resfriados, reumatismo agudo, rinite alérgica, sinusite, tensão-pré-menstrual, tosses.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que é segura em doses recomendadas, raramente apresentando algum efeito colateral. Alguns efeitos colaterais leves e raros podem incluir fotossensibilidade, dermatite, boca seca, dor de estômago, constipação, tonturas, confusão e aumento da ansiedade. Ela é contra indicada para pacientes que já fazem uso de medicamentos para depressão. A planta contém alcaloides pirrolizidínicos que são hepatotóxicos, portanto não é recomendado ultrapassar as doses recomendadas. Contraindicada para diabéticos e na gravidez. Ela pode interagir com vários remédios, inclusive pílulas anticoncepcionais. Não se pode se expor ao sol após uso da erva, principalmente após aplicação da loção.



**ERVA DOCE** (*Pimpinella anisum*.) - Também é conhecida como: anis, anis-verde, pimpinella, anacio, anise, anis vert.

A erva e ou a planta denominada de ERVA DOCE é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito. Estimula o amadurecimento do indivíduo e auxilia a remover as consequências das percepções não completamente assimiladas. É uma excelente erva ritualística que acalma e também ajuda a digerir situações complicadas do cotidiano. Em banhos, defumações, escalda-pés ou mesmo as sementes colocadas nos travesseiros, proporcionam noites de sono tranquilo e regenerador, protegidos contra pesadelos. Acalma os médiuns ansiosos pelo desenvolvimento mediúnico sem prejudicar seu magnetismo.

No TPM são utilizadas as folhas e as sementes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.



As Entidades indicam a ERVA DOCE, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como expectorante, digestiva, enxaquecas de origem digestiva, cólicas menstruais e infantis, problemas cardiovasculares, asma, náuseas e vômitos durante a gravidez e para aumentar a produção de leite materno, acidez estomacal, bronquite, cólica intestinal, gases, palpitação, tosse crônica, vômito.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que é está contraindicada em pacientes com úlcera duodenal, refluxo, colite ulcerosa ou diverticulite, devendo também ser evitado por pacientes fazendo suplementação de ferro. O óleo de erva-doce está contraindicado na gravidez e amamentação, A erva-doce está contraindicada em pacientes com úlcera duodenal, refluxo, colite ulcerosa ou diverticulite, devendo também ser evitado por pacientes fazendo suplementação de ferro. O óleo de erva-doce está contraindicado na gravidez e amamentação.

**ERVA LÍRIO** (*Melia azedarach L.*) - Também conhecido como: lilás ou lírio da Índia, cinamomo, lírio ou lilás da China, lírio ou lilás do Japão, jasmim-de-caiena, jasmim-de-cachorro, jasmim-de-soldado, árvore-santa, loureiro-grego, Santa Bárbara.

A erva e ou a planta denominada de ERVA LÍRIO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais.

No TPM são utilizadas as folhas e flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades raramente indicam a ERVA LÍRIO devido à toxicidade.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que para náuseas e vômitos. Quadro semelhante à intoxicação por atropina: pele quente, seca e avermelhada, rubor facial, mucosas secas, taquicardia, midríase, agitação psicomotora, febre, distúrbios de comportamento, alucinações e delírios, vasodilatação periférica. Nos casos graves: depressão neurológica e coma, distúrbios cardiovasculares, respiratórios e óbito.

Como ela é tóxica tenha cuidado ao manusear.



**ERVA MOURA** (*Solanum nigrum.*) - Também é conhecida como: arrebenta-cavalo, aguarakiá, aguarakiá-açu, araxixu, caaxixá, caraxixu, erva-noiva, guarataquiginha, guaraquim, pimenta-de-cachorro, pimenta-de-galinha, pimenta-de-rato.

A erva e ou a planta denominada de ERVA MOURA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. Suas folhas e flores são utilizadas na preparação de incenso para combater miasmas.

No TPM são utilizadas as folhas e flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e em defumações.

As Entidades indicam a ERVA MOURA, através de infusões para diversas finalidades para ações como afecções do trato genital feminino, especialmente para aliviar coceiras na vulva e no ânus (banho de assento).

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que possui um princípio ativo (solanina) bastante tóxico e que pode causar intoxicações sérias e até mesmo levar à morte. O consumo do fruto não é aconselhado, a menos que indicados por profissional com preparo técnico para tanto.



## ERVA QUARESMA / QUARESMEIRA (*Tibouchina granulosa.*)

A erva e ou a planta denominada de ERVA QUARESMA / QUARESMEIRA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas e flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades raramente indicam a ERVA QUARESMA / QUARESMEIRA.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que foram são desconhecidos efeitos colaterais decorrentes do uso nas bibliografias consultadas. Porém nenhuma planta deve ser consumida e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**ERVA SANTA MARIA** (*Chenopodium ambrosioides.*) - Também é conhecida como: ambrósia, ambrósia-do-méxico, ambrosina, anserina-vermífuga, apazote, caacica, canudo, chá-da-espanha, chá-do-méxico, chá-dos-jesuítas, cravinho-do-campo, cravinho-do-mato, erva-ambrosia, erva-das-cobras, erva-de-bicho, erva-do-méxico, erva-formiga, erva-formigueira, erva-lombrigueira, erva-mata-pulga, erva-pomba-rola, erva-santa, erva-vomiqueira, lombrigueira, mastruço, mastruz, mata-cabra, mata-cobra, mata-pulgas, matruz, menstruço, mentraz, mentrei, mentrusto, mentruz, pacote, quenopódio, trevo-de-santa-luzia, uzaidela.

A erva e ou a planta denominada de ERVA DE SANTA MARIA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores. Na cultura popular a erva é considerada capaz de afastar maus espíritos.

No TPM são utilizadas as flores e as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a ERVA DE SANTA MARIA, através de emplastos infusões e óleos para diversas finalidades para ações como desinchar pernas gotosas, atua em afecções da pele, edemas, cólicas e dores de estômago. Utilizada também contra varizes, câibras, traumatismos ósseos, picadas de animais peçonhentos afecções da pele, distúrbios renais, dores de estômago, tuberculose, angina, infecções pulmonares, contusões, tremor da vista, afecções discrósicas do aparelho digestivo, espasmos musculares, palpitações do coração, má circulação, equimoses, dispepsias, insônia, corrimento vaginal, úlceras varizes, hemorragia interna, ancilostemose e no tratamento da doença conhecida como dança-de-são-guido.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que em altas doses é extremamente tóxica, podendo causar a morte.



**ESCOVA DE GARRAFA / ESCOVINHA** (*Callistemon rugulosus.*) - Também é conhecida como: calistemo, lava-garrafas.

A erva e ou a planta denominada de ESCOVA DE GARRAFA / ESCOVINHA é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. Preparo para prosperidade, melhora consideravelmente o magnetismo das ervas para esse fim, tornando-as muito mais magnéticas e intensas.

No TPM são utilizadas as hastes, folhas e flores.

É indicada para trabalhos de Petros Velhos e de Caboclos.

As Entidades raramente indicam a erva ESCOVA DE GARRAFA / ESCOVINHA.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**ESPADA DE SANTA BÁRBARA** (*Sansevieria trifasciata*.) - Também é conhecida como: língua-de-sogra, rabo-de-lagarto e sanseviéria.

A erva e ou a planta denominada de ESPADA DE SANTA BÁRBARA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. As espadas de Santa Bárbara são conhecidas como plantas de proteção contra o mau-olhado, devendo ser colocadas próximo à entrada das casas. São excelentes para serem usadas em benzimentos.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e em defumações.

As Entidades indicam a ESPADA DE SANTA BÁRBARA, através de infusões para diversas finalidades para ações como diurético, laxativo, anti-helmíntico e antirreumático.



\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a planta é tóxica, não é aconselhado seu uso interno. Deve-se tomar cuidado no uso em banhos, pois pode provocar alguma alergia na pele.

**ESPADA DE SÃO JORGE** (*Sansevieria guineenses*.) - Também é conhecida como: espada de ogum, língua-de-sogra, rabo-de-lagarto e sanseviéria.

A erva e ou a planta denominada de ESPADA DE SÃO JORGE é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. As espadas de São Jorge são conhecidas como plantas de proteção contra o mau-olhado, devendo ser colocadas próximo à entrada das casas. São excelentes para serem usadas em benzimentos.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e em defumações.

As Entidades indicam a ESPADA DE SÃO JORGE, através de infusões para diversas finalidades para ações como diurético, laxativo, anti-helmíntico e antirreumático.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a planta é tóxica, não é aconselhado seu uso interno. Deve-se tomar cuidado no uso em banhos, pois pode provocar alguma alergia na pele.



**ESPINHEIRA SANTA** (*Maytenus spp.*) - Também é conhecida como: salva-vidas, coró-milho-do-campo, espinho-de-Deus, maiteno, sombra-de-touro, congorça e cancerosa.

A erva e ou a planta denominada de ESPINHEIRA SANTA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. Muito importante para aqueles que confundem emoções e sentimentos e, diante de situações sentimentais. Acalma as emoções.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a ESPINHEIRA SANTA, através de infusões para diversas finalidades para ações como tumores estomacais, ressaca alcoólica, feridas, úlceras, azia, gastralgia, úlcera gástrica, protetor da mucosa gástrica.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a planta foi muito utilizada por índios sul-americanos como abortivo e para evitar a gravidez, propriedades que podem ser comprovadas devido ao feito de promover contrações uterinas e até de dificultar a implantação do embrião na parede do útero. Portanto, não deve ser utilizada por mulheres que desejam engravidar ou estejam em fase de gestação.



## **EUCALIPTO** (*Eucalyptus spp.*)

A erva e ou a planta denominada de EUCALIPTO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de consumir, desmagnetizar e retornar. Muito poderosa na limpeza e desinfecção astral. É um excelente fechador e cancelador desses campos negativos.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, bate folhas e maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a EUCALIPTO, através de chás, emplastos, infusões, óleos e pó para diversas finalidades para ações antibacterianas, propriedades antissépticas, para fazer a assepsia de feridas, para tratar herpes e feridas, para problemas respiratórios, reduzindo o muco, inchaço e a inflamação, além de aliviar dores musculares, reumatismo e dores de cabeça, para combater resfriados e preparações para alívio das dores.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que doses excessivas podem causar dor de cabeça, vertigem e convulsões.



## FAVA DE QUEBRANTO (*Canavalia gladiata* D.C.)

A erva e ou a planta denominada de FAVA DE QUEBRANTO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais.

No TPM são utilizadas as folhas e as favas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades raramente indicam a FAVA DE QUEBRANTO devido à toxicidade.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que para náuseas e vômitos.

Como ela é tóxica tenha cuidado ao manusear.



## FIGATIL (*Chelidonium Majus* L.)

A erva e ou a planta denominada de FIGATIL é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a FIGATIL, através de chás, infusões e pó para diversas finalidades para ações depurativa e anti-inflamatória, capaz de melhorar o fluxo da biliar, estimula a capacidade uterina e circulatória, agindo também como antiespasmódica, analgésica, diurética e laxativa.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que em doses excessivas pode causar sono, irritação da pele, tosse irritante e dificuldade de respiração. Não deve ser usada por mulheres grávidas.



**FIGO** (*Ficus carica*.)

A erva e ou a planta denominada de FIGO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizados os frutos (flores) são utilizados em amalás e oferendas.

As Entidades indicam o FIGO para diversas finalidades para afecções bronquiais, anemia, fadiga, prisão de ventre, diabetes, doenças degenerativas, câncer, infecções gerais.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**FOLHA GORDA** (*Kalanchoe brasiliensis* Camb.) - Também é conhecida como: folha-da-fortuna, saião, planta-da-vida, calancoê, kalanchoe, folha grossa, paratudo, tapete de Oxóssi.

A erva e ou a planta denominada de FOLHA GORDA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito. É uma erva poderosíssima, seu poder remete ao seu ser acalmador e preparador para os ritos específicos. Há dezenas de tipos de kalanchoe e todas as folhas dessa natureza trazem a mesma vibração capaz de segurar e manter a potência energética das outras ervas constantes no preparo, equalizando-as e tornando-as capazes de agirem da mesma forma, num mesmo objetivo. Seu poder fitoterápico reflete na sua composição energética dotando-a de capacidade curadora e regeneradora global.

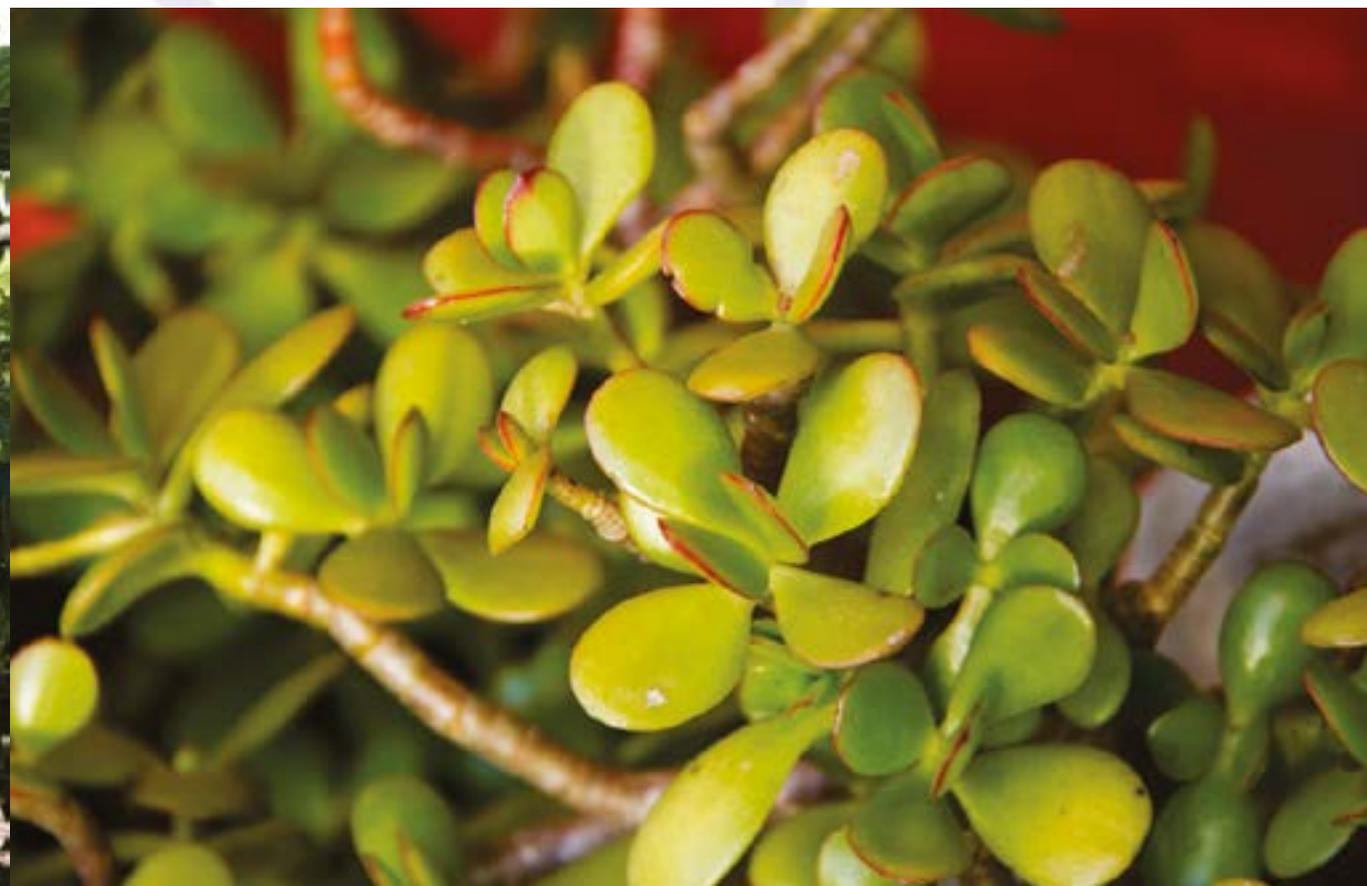
No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a erva FOLHA GORDA, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades como auxiliar no tratamento de erisipelas, queimaduras, feridas, úlceras de pele e verrugas, tem efeito hipotensor (hipertensão arterial) e anti-inflamatório, diurético, eliminador de cálculos renais e do inchaço das pernas; distensão dos vasos linfáticos, calmante da tosse; cicatrizante estomacal e intestinal; Inflamação e dor de ouvido; nevralgias.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que é estimulante uterina. Contraindicada na gravidez. Também não se aconselha o uso por pessoas com deficiência imunológica por ser imunossupressora.



**FRAMBOESA** (*Rubus idaeus*)

A erva e ou a planta denominada de FRAMBOESA é considerada uma **erva fria** e ou **específica feminina**, atua na proteção além de auxiliar em dúvidas e em questões amorosas.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a erva FRAMBOESA, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades como depurativo, diurético, laxante, relaxante uterino.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.

**FUNCHO** (*Foeniculum vulgare*) - Também é conhecido como: fiolho, fiolho-de-florena, fiolho-doce.

A erva e ou a planta denominada de FUNCHO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito. Estimula o amadurecimento do indivíduo e auxilia a remover as consequências das percepções não completamente assimiladas. É uma excelente erva ritualística que acalma e também ajuda a digerir situações complicadas do cotidiano. Em banhos, defumações, escalda-pés ou mesmo as sementes colocadas nos travesseiros, proporcionam noites de sono tranquilo e regenerador, protegidos contra pesadelos. Acalma os médiuns ansiosos pelo desenvolvimento mediúnico sem prejudicar seu magnetismo.

No TPM são utilizadas as folhas e as sementes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam o FUNCHO, através de chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como digestivo, diurético, tônico geral, antiespasmódico, expectorante, emenagogo, estomáquico, estimulante, purificante, anti-inflamatório, rubefaciente, aromático. Indicado para: dismenorrea, dores musculares e reumáticas, anorexia, bronquite e tosse, distúrbios urinários, problemas oculares como conjuntivite, inflamações; distúrbios digestivos como dispepsias, flatulências, cólicas, diarreias, azia, vômitos; estimulante da secreção láctea, recomendado na lactação, antirreumático, vermífuga e relaxante muscular.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o consumo não deve ser excessivo em altas doses estimula o fluxo menstrual. As mulheres grávidas devem evitar seu consumo, uma vez que pode provocar aborto. Também, é contra indicado aos portadores de deficiências renais crônicas devido à presença de sais de potássio. O óleo essencial pode provocar irritações.



## GENGIBRE (*Zingiber officinale*)

A erva e ou a planta denominada de GENGIBRE é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores.

No TPM são utilizadas as folhas e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a GENGIBRE, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações para melhora do sistema digestivo, reduzir a flatulência e o mal-estar causado por diarreia e outros fatores, melhorar a circulação sanguínea, reduzir a agregação de plaquetas e inibir os problemas bioquímicos associados com as inflamações, artrite, músculos doloridos, asma e dores de cabeça causadas por hipertensão, contra gripes e resfriados.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que pessoas com problemas cardíacos devem consumir com moderação. Apesar de ser recomendado o uso do gengibre para problemas estomacais para pessoas com úlcera ativa o consumo da tintura pura (maior concentração de ativos) deve ser evitada; Pela presença dos terpenos, um óleo, assim como o limão, deve-se atentar-se após manipular higienizar as mãos para não machucá-las e para evitar a exposição solar para não manchar a pele. O gengibre não deve ser utilizado por pessoas com problemas na pele, como acne e eczema. Também não deve ser utilizado por pessoas com febres muito altas; azia, hemorragia interna ou úlceras. Altas doses de gengibre podem causar em algumas pessoas efeitos secundários, como vômitos, diarreia, azia, irritação da boca, dor de estômago, erupção cutânea ou urticária, coceira, inchaço na boca, face, lábios ou língua, dificuldade para respirar e batimentos cardíacos irregulares. O óleo de gengibre não deve ser utilizado em altas concentrações.



## GERÂNIO - Branco, Rosa ou Vermelho (*Geranium sp.*)

A erva e ou a planta denominada de GERÂNIO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores; usado como proteção, não permitindo que energias densas, falsas expectativas e frustrações se manifestem..

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam o GERÂNIO, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para estancar hemorragias, combater úlceras, regular o fluxo menstrual, é antisséptico, no tratamento de dores de garganta, possui propriedades antidepressivas, opção para aliviar o estresse, ansiedade, para o tratamento de olhos inchados, limpeza bucal e gargarejo para dores de garganta, tordo, amigdalite e feridas, fraturas, deslocamentos, picadas de inseto, erupções cutâneas, dores de dente e hemorroidas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que pessoas com hipersensibilidade aos óleos essenciais pode causar alergias respiratórias. É contraindicado para indivíduos que sofram de gastrite e úlcera gastroduodenal, pois os taninos podem irritar a mucosa gástrica. Pode causar irritação nos olhos e na pele. Evitar o uso na gravidez.



**GIRASSOL** (*Helianthus annuus*)

A erva e ou a planta denominada de GIRASSOL é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam o GIRASSOL, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para lesões da pele, afecções febris e estomacais, antigripal; expectorante; diurético; febres intermitentes, contusões; escoriações; úlceras; feridas, afecções de garganta, debilidade orgânica geral; dores de cabeça.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.

**GOIABEIRA** (*Psidium guajava*.)

A erva e ou a planta denominada de GOIABEIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, que congregam em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, conseqüentemente, do físico. São energéticos levantadores do astral e direcionadores. Tem ação de abrir caminho; destravar; limpar e regenerar.

No TPM são utilizadas as folhas e os frutos.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a GOIABEIRA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para úlceras gástricas, evita a diarreia e auxilia no tratamento de infecções, como a candidíase. trata menstruações muito fortes e hemorragia uterina, combate a dor de dente, calmante usado em casos de nervosismo e estresse.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que o consumo excessivo dos frutos pode provocar prisão de ventre. A goiabeira (frutos e chás) é contraindicada em pacientes com aparelho digestório muito sensível ou problemas intestinais.



**GUACO** (*Mikania glomerata*) - Também conhecido como: cipó-caatinga, cipó-catinga, cipó-sucuriçu, coração-de-jesus, erva-cobre, erva-de-cobra, guaco-de-casa, guaco-de-cheiro, guaco-liso, guaco-trepador, guaco-verdadeiro, guape, mikania, uaco.

A erva e ou a planta denominada de GUACO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante** atuam no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito. Estimula o amadurecimento do indivíduo e auxilia a remover as consequências das percepções não completamente assimiladas.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam o GUACO, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para tratamento de tosses, gripes e resfriados, bronquite, infecções de garganta e de pele, reumatismo, rouquidão, asma, febre alta e alergias.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que o consumo é contraindicado para pessoas que fazem uso de anticoagulantes; crianças com menos de um ano de idade e indivíduos que sofram de doenças no fígado. Se utilizado em exagero ou por tempo prolongado, pode ter como efeito colateral hemorragias, diarreia, vômitos e aumento dos batimentos cardíacos.

**GUINÉ** (*Petiveria alliacea L.*) - Também conhecida como: erva de pipi; tipi; tipi verdadeiro e amansa senhor.

A erva e ou a planta denominada de GUINÉ é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. Tem a propriedade de transmutar as energias, ou seja, absorve as energias negativas e as devolve positivas; sua ação é de cortar, quebrar e perfurar. Essa erva é núcleo de forças energéticas vigorosas que circula pelo duplo etéreo do homem. A guiné quebra as formas de pensamentos baixos e ajuda na comunicação com os bons espíritos. Bom contra obsessões de natureza sexual.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis, cruzamentos de guias e de outros objetos, bate folhas e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a GUINÉ, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para dores em geral: na vista, de cabeça, de garganta e de dente, pode ser utilizada como auxiliar no tratamento contra reumatismo, falta de memória e sarna.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que para Insônia, alucinações, apatia, alterações no sistema nervoso. Deve ser usada com máxima cautela e sempre com orientação médica, pois apesar de seu poder medicinal é considerada altamente tóxica. Seu envenenamento é lento e, no período agudo, determina superexcitação, insônia e quase alucinação. Depois de poucos dias, sintomas opostos: indiferença, chegando à imbecilidade, fraqueza cerebral, pequenas convulsões depois tetaniformes, mudismo por paralisia da laringe e morte ao fim de um ano, dependendo da dose. Deve ser usada em doses regulares e não sucessivas no caso de paralisia. Era muito usada pelos negros como arma de vingança contra seus patrões, por isso o nome de “Amansa-senhor”.



## HORTELÃ (*Mentha spicata*)

A erva e ou a planta denominada de HORTELÃ é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de animar; estimular e limpar. Bom para proteção e contra o desânimo, a hortelã é usada como estimulante, energizadora, mantenedora e estabilizadora da energia vital.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a HORTELÃ, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para auxiliar no emagrecimento, no tratamento de tosses e resfriados, possui propriedades que ajudam a combater vírus e bactérias, alívio de dores musculares, fonte de vitaminas do complexo B, ajuda na digestão, auxilia no tratamento de diarreias, cólicas e dores estomacais, melhora o hálito, combate dores de garganta.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o mentol, o componente principal do óleo de hortelã, pode causar reações alérgicas (por exemplo, dermatite de contato, fogachos, dor de cabeça) em determinados indivíduos. A reação do teste de contato ao mentol ou ao óleo de hortelã pode ocorrer em até 6 a 14 dias após a aplicação. Os sintomas da sensibilidade e ulceração de contato com produtos orais que continham mentol hortelã melhoraram com a descontinuação destes produtos; Cápsulas do óleo de hortelã com entrega demorada causaram uma sensação de ardência durante a defecação devido ao mentol que não foi absorvido e por isso foi evacuado através do ânus. A perda da libido em homens, seguida do consumo do chá de hortelã foi relatada. Contraindicado na gravidez e lactação.



## JABOTICABEIRA (*Myrtus cauliflora*)

A erva e ou a planta denominada de JABOTICABEIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de animar; estimular e limpar. Bom para proteção e contra o desânimo, é usada como estimulante, energizadora, mantenedora e estabilizadora da energia vital.

No TPM são utilizadas as folhas e os frutos.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a JABOTICABEIRA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para problemas cardíacos, estabilizador do açúcar no sangue de diabéticos, prisão de ventre, auxilia na eliminação de células cancerígenas da próstata, para asma, escarros com sangue, dos pulmões, garganta ou traqueia, combate a diarreia, para erisipela e para hemorroidas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**JASMIM** (*Jasminum officinale*) - Também conhecido como: jasmim-branco, jasmim-da-china, jasmim-da-espanha, jasmim-da-italia, jasmim-de-são-josé, jasmim-dos-poetas, jasmineiro.

A erva e ou a planta denominada de JASMIM é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**, que atuam no sentido puramente espiritual, agindo nos centro de força (chacras) facilitando assim a atuação dos espíritos nos médiuns. Possibilitam a energia necessária e a limpeza para que os médiuns possam ser canais adequados para a espiritualidade.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam o JASMIM, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para fins de prevenir o surgimento de certos tipos de câncer, como no pulmão e mamas, auxiliar no tratamento de conjuntivites e problemas da pele, auxiliar no bom funcionamento das funções cerebrais, auxiliar na redução do “colesterol ruim” (o LDL), auxiliar na prevenção de ataques cardíacos, ajudar a queimar as calorias e ativar o sistema imunitário, auxiliar no combate às bactérias e vírus que causam a disenteria, gripe e cólera.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.

**JUREMA** (*Mimosa hostilis*) - Também conhecida como: jurema preta.

A erva e ou a planta denominada de JUREMA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. Utilizada para fazer rezas contra mau-olhado. Da casca, flor, e folhas são extraídas emulsões para o preparo de banhos aromáticos para afastar entidades maléficas e fortificar os mestres.

No TPM são utilizadas as folhas, as flores, a casca e as raízes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a JUREMA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para curar de dor de dente, doenças sexualmente transmissíveis, insônia, nervos, dores de cabeça.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que tem efeito alucinógeno, se utilizada em grande quantidade. É contraindicada em pacientes com quadro depressivo. Indivíduos com casos de esquizofrenia em sua história familiar, com tendências à psicose depressiva ou ainda em estado emocional fragilizado. É a única planta que se conhece que pode ser usada numa poção para beber que, sem a ajuda de outra planta, induz experiências visionárias semelhantes às da ayahuasca.



**JURUBEBA** (*Solanum paniculatum* L.) - Também conhecida como: jurubeba, gerobeba, jupeba, juribeba, jurubeba verdadeira e joá-manso.

A erva e ou a planta denominada de JURUBEBA é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**, que atuam nos primeiros corpos da aura, desintoxica-os e acelera os processos de limpeza do passado. Combate o sentimento de apego em relação a pessoas, objetos e lugares. Auxilia a reconhecer a realidade imediata.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e em maçarocada de ervas.

As Entidades indicam a JURUBEBA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para abscessos internos, acidez da secreção gástrica, anemia ferroptiva, anorexia, atonia gástrica, azia, bronquite, catarro na bexiga, cicatrização de mucosa, cistite, contusão, debilidade, diabete, dispepsia, engurgitamento do fígado e do baço, estômago, erisipela, febre intermitente, feridas, gastrite e úlcera péptica, gripe, hepatite, hepatoesplenomegalia, hepatopatia crônica, icterícia, impaludismo, inapetência, malária, náusea, reduzir acidez da secreção gástrica, síndrome pós-hepatite, tosse, tumores abdominais e uterinos, úlcera.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que tem, em excesso, efeito tóxico com sintomas de náusea, diarreia, vômitos, sintomas neurológicos (edemas) e morte. A jurubeba é da família solanaceae, que conta com cerca de 1500 espécies e algumas são tóxicas e venenosas. Por isso, utilize só as que garantidamente são da espécie *solanum paniculatum* L. conforme recomendação médica.



**LÁGRIMAS DE NOSSA SENHORA** (*Coix lacryma*) - Também conhecida como: capiá, capim-de-nossa-senhora, capim-de-contas, capim-miçanga, capim-missanga, capim-rosário, conta-de-lágrimas, contas-de-nossa-senhora, contas, lágrimas-de-jó, lágrimas-de-cristo, lágrimas-de-São-Pedro.

A erva e ou a planta denominada de LÁGRIMAS DE NOSSA SENHORA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de animar; estimular e limpar. Bom para proteção e contra o desânimo, é usada como estimulante, energizadora, mantenedora e estabilizadora da energia vital.

No TPM são utilizadas as folhas e as sementes.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e as sementes para confecção de guias.

As Entidades indicam a erva LÁGRIMAS DE NOSSA SENHORA, através de chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para abscesso pulmonar, acrodinia, afecções catarrais, apendicite, beribéri, disúria, edema, enterite crônica, espasmos musculares, espasmos bronquiais, excitação nervosa, febres, fortalecer, inchaço, hiperglicemia, litíases urinárias, lombalgia, males dos rins, pneumonia lombar, reumatismo.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada relata que o uso prolongado pode levar à paralisia motora e depressão respiratória, podendo levar à morte. Deve ser evitado por gestantes e nutrízes.



### LANÇA DE OGUM (*Sansevieria Cylindrica*) - Também conhecido como: lança de São Jorge.

A erva e ou a planta denominada de LANÇA DE OGUM é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, com ação de anular; cortar; dissolver; eliminar; limpar e quebrar os acúmulos energéticos negativos que, junto ou separado das atuações espirituais negativas, envolvem em camadas energéticas densas das pessoas ou dos locais. As Lanças de Ogum são conhecidas como plantas de proteção contra o mau-olhado, devendo ser colocadas próximo à entrada das casas. São excelentes para serem usadas em benzimentos.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e em defumações.

As Entidades indicam a LANÇA DE OGUM, através de infusões para diversas finalidades para ações como diurético, laxativo, anti-helmíntico e antirreumático.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a planta é tóxica, não sendo aconselhado o seu uso interno. Deve-se tomar cuidado no uso em banhos, pois pode provocar alguma alergia na pele.



### LARANJEIRA (*Citrus sinensis*)

A erva e ou a planta denominada de LARANJEIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de purificar e energizar. O banho com água de laranjeira é indicado para acalmar o espírito e tranquilizar os ambientes trazendo harmonia e paz. A casca do fruto seca é usada em defumações. Em banhos, repõe a energia vital. As folhas, em banhos juntamente com outras ervas, proporcionam uma melhora na energia e disposição para o dia a dia, de forma leve e contínua.

No TPM são utilizadas as folhas, as cascas e os frutos.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a LARANJEIRA, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões, óleo e pó para diversas finalidades para ações como Infecções, febres, problemas respiratórios em geral, escorbuto (carência de vitamina C), aterosclerose, afecções da pele, intoxicações, ansiedade, reumatismo.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a flor da laranjeira, assim como todo óleo essencial, é contraindicada para mulheres grávidas, crianças menores de seis anos e pessoas que sofram de gastrite ou doenças neurológicas como Parkinson.



**LAVANDA** (*Lavandula angustifolia*) - Também conhecida como: lavêndula e lavende.

A erva e ou a planta denominada de LAVANDA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de poderoso equilibrador na forma de essência ou perfume em rituais religiosos. Energia vibratória tranquilizadora, não chega a ser um calmante espiritual, mas traz a paz de espírito necessária para o dia a dia. A lavanda limpa os miasmas.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis, cruzamentos de guias e outros objetos, bate folhas e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a LAVANDA, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões, óleo e pó para diversas finalidades para ações como contra a difteria, febre tifoide, pneumonia, estafilococo, estreptococo e muitas variações do vírus da gripe, dores de cabeça, enxaquecas, no tratamento para gota, depressão, flatulências, náuseas, congestão linfática, tosses, dores reumáticas, problemas digestivos e problemas menstruais, asma, bronquite, tensão nervosa, limpeza bucal, para dores de dente, feridas, acne e juntas doloridas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que deve ser evitado por pessoas que possuem úlcera. Pois, pode irritar o estômago. A ingestão de mais que 3 xícaras ao dia do chá de lavanda, provoca sonolência.

**LEVANTE** (*Mentha arvensis L.*) - Também conhecida como: alevante.

A erva e ou a planta denominada de LEVANTE é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de animar; crescer; equilibrar; levantar; manter e proporcionar. Estimulante, energizadora, mantenedora e estabilizadora da energia vital.

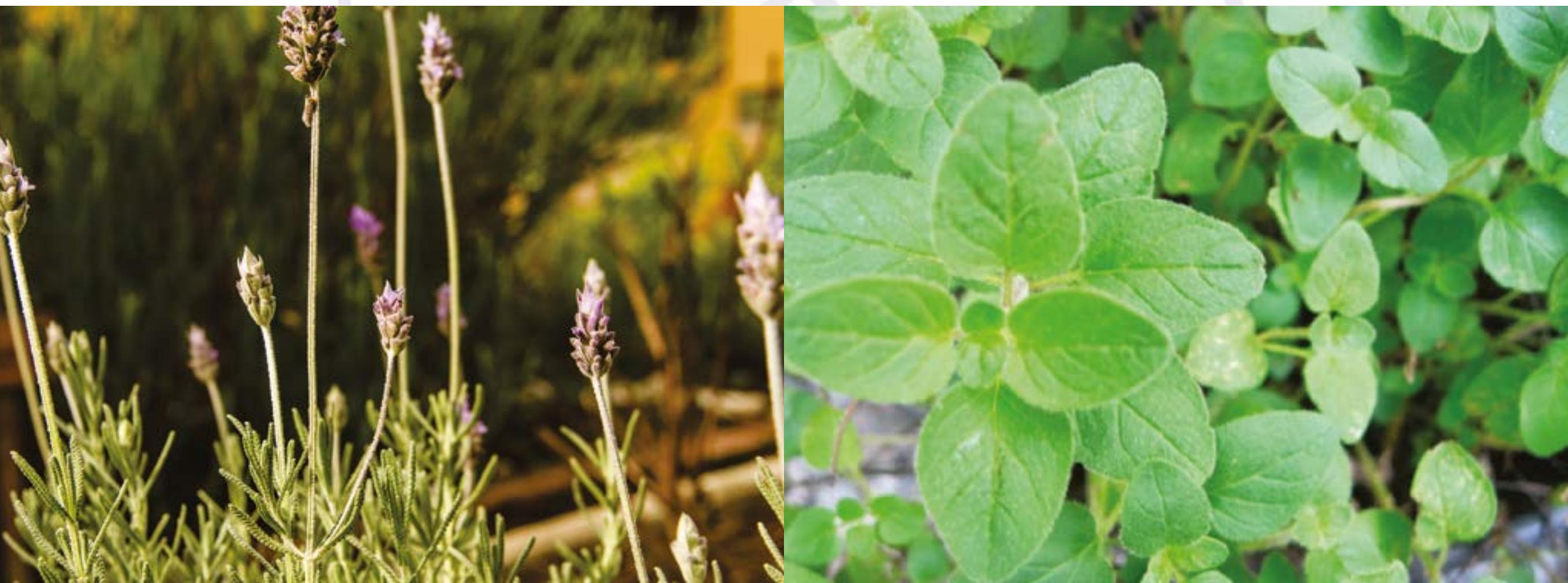
No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações, amacis, cruzamentos de guias e outros objetos, bate folhas e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a LEVANTE, através de chás, emplastos, infusões e pó para diversas finalidades para ações como tônica e estimulante sobre o aparelho digestivo, vermífugo, calmante, gripes, resfriados, cólicas, gases, aumenta produção e circulação da bÍlis, favorece expulsão dos catarros e impede a formação de mais muco.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que deve ser evitado por pessoas que tenham cálculos biliares, por gestantes e por crianças pequenas.



**LIMOEIRO** (*Citrus limon*)

A erva e ou a planta denominada de LIMOEIRO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**. As folhas e cascas secas do fruto são indicadas para curar e encaminhar espíritos perturbadores de pessoas e ambientes e, também, para desenrolar situações difíceis. Pois, promovem purificação, limpeza leve e energia movimentadora.

No TPM são utilizadas as folhas, a casca e os frutos.

É indicada para banhos energéticos, de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a LIMOEIRO, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões, óleo e pó para diversas finalidades para ações como acidez estomacal, afecções das vias biliares, amidalite, acidez gástrica, acne, amigdalite, artrite, ascite, asma, arteriosclerose, astenia, azia, caspa, câncer, cirrose, colesterol, colelitíase, desarranjos intestinal, diabetes melito, diarreia, difteria, dispepsia gotosa, disenteria, doenças do fígado, doenças da bexiga, doenças do coração, escorbuto, enjojo, envenenamento (soda e potassa), enxaqueca, escorbuto, estomatite, excesso de bÍlis, favorecer o aproveitamento do ferro, faringite, febre, febre tÍfica, feridas, fermentação gastrointestinal, gota, gripe, gastroenterite, hidropisia, hipertensão arterial, icterÍcia, impaludismo, impurezas no sangue, infecções em geral, inflamações em geral, linfatismo, náuseas, nefrite, nefrolÍtiase, nevralgia, obesidade, pedra nos rins, piorreia, pirose, prevenir tosse, resfriado, reumatismo, soluço, tifo, tuberculose, úlceras em geral.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que quando utilizado não se deve expor a pele ao sol, pois queima e provoca manchas escuras. Em doses elevadas é convulsivo, provoca tremores, delÍrio e vertigens. Na aromaterapia, o óleo essencial de limão usado em altas doses, por longos períodos de tempo, pode causar hipertensão arterial.



**LOSNA** (*ArtemÍsia absinthium*) - Também conhecida como: absinto, absinto-comum, absinto-grande, absinto-maior, absintio, absÍntio-comum, acinto, acintro, aluína, alvina, amargosa, artemÍsia, citronela-maior, erva-dos-bichos, erva-dos-cem-gostos, erva-dos-velhos, erva-santa, erva-dos-vermes, flor-de-diana, gotas-amargas, grande-absintio, grande-absinto, losma, losna-branca, losna-de-dioscÓrides, losna-maior, sintro, vermute.

A erva e ou a planta denominada de LOSNA é considerada uma **erva fria** e ou **especÍfica fortalecedora da mediunidade**. Uma poderosa direcionadora, movimentadora e renovadora de energias de pessoas e ambientes. É indicada quando se faz necessária a tomada de decisões rápidas e precisas e quando precisamos de força e coragem para transformações urgentes.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos, de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a LOSNA, através de chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como aumentar a secreção biliar, favorecendo o funcionamento do fígado, anemia, anorexia, ativar a circulação, azia, cólicas intestinal, dispepsias, limpar e regularizar o funcionamento do estômago, rins, bexiga e pulmões, nevralgias, mau hálito, menstruação difícil e dolorosa, prisão de ventre, regularizar o fluxo menstrual, vômito.

\* Detalhes no CAPITULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPITULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a dose a ser ingerida por dia é limitada e não é muito alta, varia de 300 a 400 ml conforme a concentração e não deve ser associada ao álcool.



**LOURO** (*Laurus nobilis*) - Também conhecido como: guacaraiba.

A erva e ou a planta denominada de LOURO é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina e fortalecedora da mediunidade**. É uma erva associada à prosperidade. É um ímã de energia material, catalisando o desejo de progresso e crescimento.

No TPM são utilizadas as folhas. Sendo indicada para banhos energéticos, de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a LOURO, através de chás, emplastos, infusões, óleo e pó para diversas finalidades para ações como tônico estomacal, carminativo, regulador do ciclo menstrual, reumatismo, dores de ouvido e hipertensão.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a folha de louro possui fibras irritantes. Portanto, são removidas de pratos na hora de servir. O loureiro mais utilizado é o de origem europeia, em detrimento dos louros de origem americana, que costumam ser tóxicos.



**MACAÉ** (*Leonurus sibiricus*) - Também conhecido como: erva de macaé ou rubin.

A erva e ou a planta denominada de MACAÉ é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**. É tradicionalmente usada por algumas tribos indígenas sul-americanas, para induzir efeitos de euforia com fins ritualísticos.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos, de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a MACAÉ, através de chás, emplastos, infusões e pó para diversas finalidades para ações como problemas que afetam o estômago, intestino, pulmões, útero, ossos e músculos, estimulam a circulação do sangue e do útero, regulando a menstruação, contra infecções bacterianas e fungais, edemas, pedras renais, eczema, e abscessos, atuante no emagrecimento natural, para eliminar catarros com tosses ou doenças como a coqueluche, diarreias.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que se trata de uma erva que possui efeitos narcotizantes similares ao do THC, por isso em alguns lugares ela vem sendo fumada para substituir a maconha. Recomenda-se cuidado em sua ingestão. Deve ser evitado por grávidas e lactantes.



**MACELA** (*Achyrocline satureioides*) - Também conhecida como: alecrim-de-parede, camomila-nacional, carrapichinho-de-agulha, chá-de-lagoa, losua-do-mato, macela-do-campo, macela-amarela, macelinha, marcela, marcela-da-terra, marcela-do-campo, macela-do-sertão, marcela-galega, perpétua de mato suso, paina, macela-da-mata.

A erva e ou a planta denominada de MACELA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**. Usada principalmente em banhos, com poder tranquilizador e relaxante. Deve-se, antes de tomar o banho, respirar fundo o vapor de sua infusão. A esse processo atribui-se o poder de aliviar dores de cabeça de fundo espiritual, causadas por obsessões e energias negativas.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos, de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a MACELA através de: chás, emplastos, infusões e pó para diversas finalidades para ações como azia, cálculo biliar, clarear cabelos, cefalalgias, cólicas intestinais, contrações musculares bruscas, contusões, desordens menstruais, diabetes, diarreias, disenteria, disfunções gástricas e digestivas, dor de cabeça, dor de estômago, epilepsias, espasmos, estimulante da circulação capilar, febre; gastrite, impotência, inapetência, inflamação, lavar feridas e úlceras, má digestão; pele, nervosismo, resfriado, retenção de líquidos, reumatismo, suores fétidos nos pés.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**MALVA** (*Malva sylvestris*) - Também conhecida como: malva-cheirosa, gerâneo-aromático, malva-grande, malva-das-boticas, malva-silvestre, malva-de-casa, malva-rosa, rosa-chinesa.

A erva e ou a planta denominada de MALVA é considerada uma **erva fria** e ou **específica feminina**. O banho com essa erva anima, envolve numa vibração de afeto, suavidade e frescor sem igual. Estimula a espiritualidade e o equilíbrio emocional.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos, de descarrego e defumações.

As Entidades indicam a MALVA através de: chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como diurético, adstringente, emoliente, expectorante e laxante, contra inflamações bucais, irritação dos olhos, tosse, eczemas, hemorroidas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o principal efeito colateral da malva é a intoxicação, quando utilizada em grandes doses.



**MAMONA** (*Ricinus communis*) - Também conhecida como: rícino, carrapateira, bafureira, baga, palma-criste.

A erva e ou a planta denominada de MAMONA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de curar, esgotar e paralisar. É uma poderosa erva capaz de esgotar energeticamente processos infecciosos provenientes do astral negativo e de energias enfermizas. Carrega, também, a capacidade imantadora e irradiadora dos sentidos de perdão e compreensão do carma, fortalecendo-os no ser humano. Sua variedade roxa também é usada nos processos de combate a energias negativas.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, e defumações.

As Entidades indicam a MAMONA através de: emplastos, infusões e óleo para diversas finalidades para ações como vermífugo, purgante (uso interno), emoliente e cicatrizante (uso externo), catártico, anticancerígeno, analgésico.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o uso da mamona em mulheres grávidas pode provocar sangramento menstrual e aborto espontâneo. A ricina presente em apenas 15 sementes impede as células humanas de produzirem as proteínas necessárias para sobreviverem. A inalação do veneno pode levar a uma parada respiratória; sua ingestão, à falência de órgãos como fígado e rins. Nos dois casos a morte pode ser o resultado final depois de apenas 36 horas.



## **MANGUEIRA** (*Mangifera indica*)

A erva e ou a planta denominada de MANGUEIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**. Seu banho fortalece, purifica a aura, abrindo os caminhos. É um banho forte para o ser humano. Banhos e defumações com folhas da mangueira são potencializadores da vitalidade, limpadores leves para o dia a dia e energizadores, proporcionando aceleração nos processos de cura espiritual com ótimo reflexo no físico.

No TPM são utilizadas as folhas, as flores os frutos.

É indicada para amalás, banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a MANGUEIRA através de: chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como afecções pulmonares, bronquite asmáticas, bronquite catarral e tosse. Gengivas inflamadas, gengivites. Feridas; úlceras de decúbito; úlceras varicosas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o látex que exsuda da fruta, tronco, ramos e casca do fruto verde contém mangiferina, ácido resino, ácido mangífero, resinol e mangiferol. Esse látex é irritante da pele de ação retardada. Pode causar coceira ao redor dos olhos, edema da face e dificuldade respiratória.



**MANJERICÃO** (*Ocimum basilicum L.*) - Também conhecido como: basilico-grande, erva-real, mangericão-anão, mangericão-branco, mangericão-de-folha-larga, mangericão-doce, mangericão-dos-cozinheiros, remédio-de-vaqueiro, segurelha.

A erva e ou a planta denominada de MANJERICÃO é considerada uma erva morna e ou equilibradora, tem ação de acessar; equilibrar; manter e proporcionar.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçaroadas de ervas.

As Entidades indicam a MANJERICÃO através de: chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como antifebril, antiséptico, calmante, carminativa, digestivo, diurética, emenagoga, estimulante digestivo, estimulante, estomacal, expectorante, excitante, relaxante, revigorante, sedativo, sudorífera, tônica.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que podem ocorrer reações alérgicas.

**MANJERICÃO ROXO** (*Ocimum basilicum purpureum*) - É uma erva híbrida desenvolvida em 1950 na Universidade de Connecticut –USA, percentente a mesma família do Manjeriçãõ.

A erva e ou a planta denominada de MANJERICÃO ROXO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de acessar; equilibrar; manter e proporcionar.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçaroadas de ervas.

As Entidades indicam a MANJERICÃO ROXO através de: chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como antifebril, antiséptico, calmante, carminativa, digestivo, diurética, emenagoga, estimulante digestivo, estimulante, estomacal, expectorante, excitante, relaxante, revigorante, sedativo, sudorífera, tônica.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que podem ocorrer reações alérgicas.



**MANJERONA** (*Origanum majorana*) - Também conhecida como: manjerona-verdadeira, majerona-inglesa, flor-de-himeneu, majerona-hortensis ou amáraco.

A erva e ou a planta denominada de MANJERONA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de acessar; equilibrar; manter; proporcionar e proteger. Na mitologia grega a manjerona era uma das ervas preferidas de Afrodite, a deusa do amor; eles a plantavam na frente das casas em sinal de boas-vindas; usada na purificação dos templos e na limpeza pessoal; daí é associada à felicidade conjugal; usada para fortalecer o amor e proteger a casa; atrai pensamentos alegres e felizes.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a MANJERONA através de: alimentação, chás, emplastos, infusões e pó para diversas finalidades para ações como antiespasmódica, expectorante, estimulante, digestiva, revigorante, afrodisíaca, aromática, antioxidante, antisséptica e analgésica. Usada na medicina caseira para curar reumatismo e todas as formas de artrite; resfriados e dores de garganta.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**MARACUJÁ** (*Passiflora incarnata*) - Também conhecido como: flor-da-paixão, maracujazeiro.

A erva e ou a planta denominada de MARACUJÁ é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**. Mergulha na essência da individualidade, buscando a união dos opostos dentro do ser. Equilibra os lados masculino e feminino, despertando a capacidade de discernir quando agir e quando recuar, nos momentos em que se deve usar de sabedoria.

No TPM são utilizadas as folhas, as flores e os frutos.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas. É utilizada em oferenda e amalás aos Orixás.

As Entidades indicam a MARACUJÁ através de: chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como tratamento de doenças que agem no sistema nervoso, incluindo depressão, ansiedade e ataques de pânico, dores de cabeça devidos à tensão, ajuda a curar resacas ao sanar o desarranjo dos neurotransmissores, insônia e problemas respiratórios.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que pode ocasionar sonolência, tontura, confusão mental, alteração na coordenação motora e queda de pressão. Potencializa os efeitos do álcool, sedativos e anestésicos utilizados em cirurgias.



**MELISSA** (*Melissa officinalis*) - Também conhecida como: erva cidreira de folha ou rasteira.

A erva e ou a planta denominada de MELISSA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora** é, também, considerada uma erva fria e ou específica calmante, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito. No aspecto místico, fortalece o amor.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a MELISSA através de: chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como insônia, enxaquecas, tensão nervosa, neurastenia, ansiedade, antiespasmódica, sedativa, estimulante do chakra cardíaco, herpes labial.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que pessoas com hipotireoidismo (diminuição de funcionamento da tireoide) e ou com pressão baixa devem evitar seu uso.

**MIL FOLHAS** (*Achillea millefolium*) - Também conhecida como: aquileia, mil em ramas, aquiléia mil flores, botão de prata; erva das cortadeiras, erva das damas, ervas dos carpinteiros, erva de cortadura, erva do bom deus, erva dos carreteiros, ervas dos golpes, erva dos mil fazeres, erva dos soldados, mil em ramas, milefólio, mil em rama, mil folada, milfólio, pele de carneiro, pestana de vênus, ponta livre, prazer das damas, pronto alívio, salvação do mundo.

A erva e ou a planta denominada de MIL FOLHAS é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora** é, também, considerada uma erva fria e ou específica calmante. Pode ser colocada pendurada a porta de entrada, debaixo do travesseiro e em banhos de proteção. Na terapia floral fecha a aura de quem tem muita empatia.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a MIL FOLHAS através de: chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como limpar ferimentos abertos, prevenir infecções, estancar hemorragias, erupções, acne, dor de garganta, irritações da pele, coceiras em áreas ressecadas e cicatrizes.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta ser desaconselhável para os que sofrem de úlcera gastro-duodenal. Em dose muito elevada produz na pele um tipo de alergia. As pessoas em tratamento com anticoagulantes orais não devem tomar chás ou extratos dessa planta devido ao perigo de potencializar os efeitos e provocar hemorragias. Ainda, pode provocar dermatite de contato em pessoas sensíveis às plantas da família Astaceae. Também, não deve ser utilizada durante a gravidez ou lactação.



**MIRRA** (*Commiphora myrrha*) - Também conhecida como: mirra arábica, mirra verdadeira e incenso.

A erva e ou a planta denominada de MIRRA é considerada uma **erva fria** e ou **específica fortalecedora da mediunidade**. Na Umbanda é elemento essencial em defumadores, compondo com o incenso e o benjoim. Participa de praticamente todas as defumações clássicas. Sua energia remete ao poder de limpeza leve, consistente e duradoura, deixando assim, impregnados nas pessoas e ambientes defumados uma aura luminosa capaz de promover bem estar e tranquilidade.

No TPM é utilizada a resina.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a MIRRA através de: emplastos, gargarejos, garrafadas, infusões e óleo para diversas finalidades para ações como analgésica tópica, estimulante e antisséptica, anti-inflamatório para boca e faringe, contusões, entorses, torcicolo e nevralgia.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o uso de mirra pode interferir no tratamento para o diabetes, pois possui propriedades hipoglicemiantes documentadas. Por isso é preciso ter uso acompanhado por profissional competente e monitoramento contínuo da glicemia. Gestantes e mães em fase de lactação devem evitar seu uso.

**NESPERA** (*Eriobotrya japonica*) - Também conhecida como: ameixa japonesa, ameixa ou maltes japonês.

A erva e ou a planta denominada de NÉSPERA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, congrega em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras (centros de força) e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, do físico.

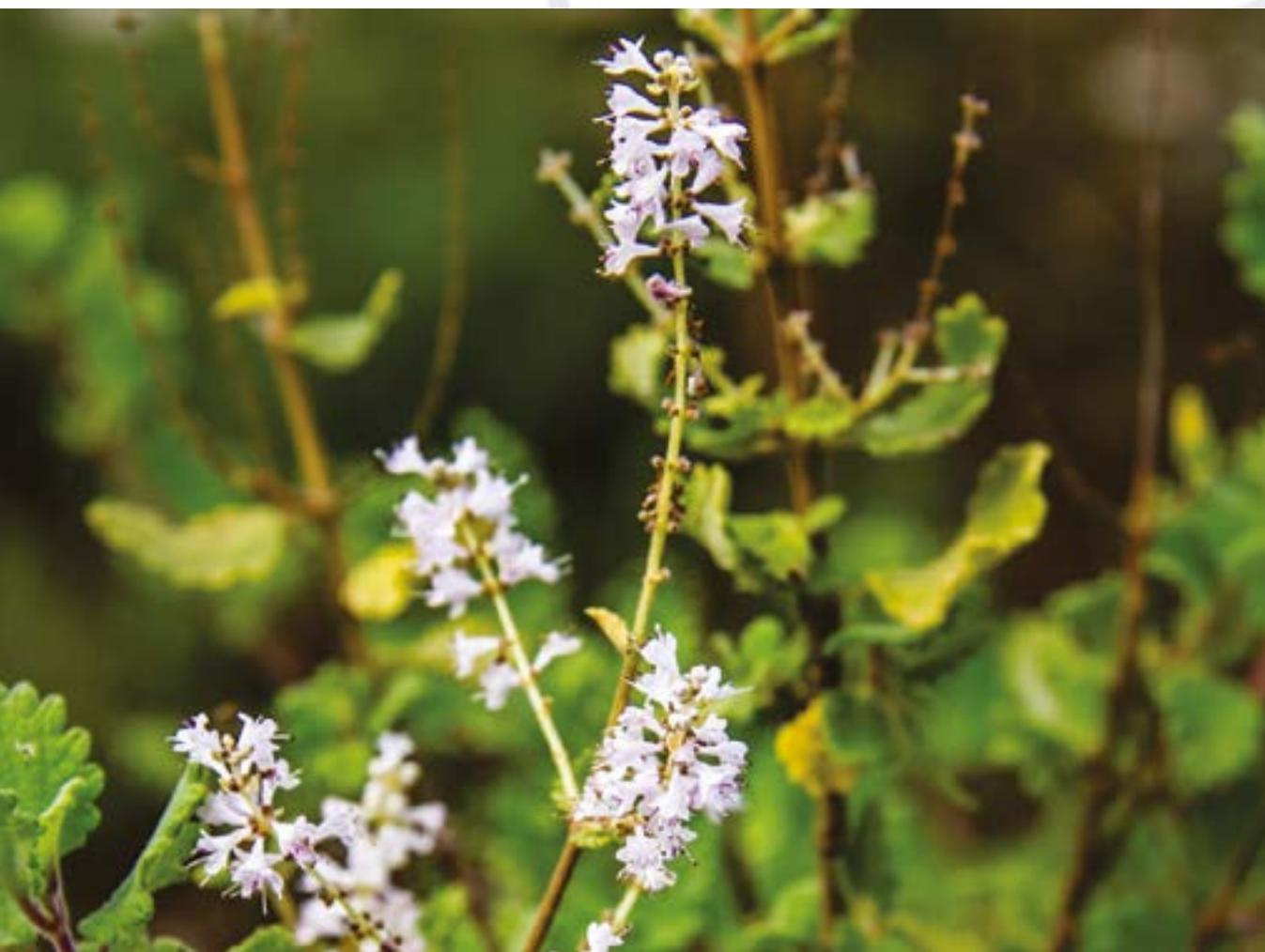
No TPM são utilizados frutos.

É indicada para oferenda e amalás aos Orixás.

As Entidades indicam a NÉSPERA através da degustação em natura para proteger contra os câncros do pulmão e da cavidade oral, ajuda a controlar o ritmo cardíaco e a pressão arterial.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**ORÉGANO** (*Origanum vulgare*) - Também conhecido como: manjerona silvestre.

A erva e ou a planta denominada de ORÉGANO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora** é, também, considerada uma erva fria e ou específica calmante, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam o ORÉGANO através de: alimentação, chás, emplastros e infusões para diversas finalidades para ações como combate a tosse, as doenças do pulmão, as dores musculares, afecções estomacais, indigestão, gases, cólicas, enjoo, cefaleias e queixas nervosas. \* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o orégano é reconhecido com seguro para o consumo humano. Sensibilidade alérgica é rara, mas já foi relatada.



**PALMEIRA / PALMITO** (*Euterpe edulis sp.*)

A erva e ou a planta denominada de PALMEIRA/PALMITO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**, atua somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a PALMEIRA/PALMITO através da degustação em natura para auxiliar no controle de doenças cardíacas, diabetes, sistema digestivo e fortalecer o sistema imunológico.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que apesar de ser um alimento que possui muitas propriedades benéficas para o organismo dos seres humanos alguns cuidados devem ser tomados no momento de seu consumo. Normalmente o palmito é vendido em conserva que apresenta uma grande concentração de sódio que traz riscos ao sistema circulatório e problemas cardíacos aos indivíduos que costumam se alimentar de produtos industrializados. A falta de higiene em sua manipulação pode gerar o botulismo.



**PATA DE VACA** (*Bauhinia forficata*) - Também conhecida como: como bauínia, casca-de-vaca, árvore-orquídea-brasileira, unha-de-vaca, miriró, miroró.

A erva e ou a planta denominada de PATA DE VACA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, congrega em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras (centros de força) e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, do físico.

No TPM são utilizadas as folhas e as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a PATA DE VACA através de: chás, infusões e pó para diversas finalidades para ações como diabetes, problemas renais e urinários. É conhecida como “insulina vegetal”.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a pata-de-vaca pode potencializar o efeito de drogas antidiabéticas, além não ser indicado o uso para pessoas com hipoglicemia. Diabéticos devem consultar um profissional da saúde competente antes de iniciar o uso regular da planta, vez que a dosagem dos remédios poderá necessitar de ajuste.



**PENICILINA** (*Alternanthera brasiliana*) - Também conhecida como: anador, melhoral, acônito-do-mato, caaponga, cabeça-branca, carrapichinho, carrapichinho-do-mato, ervanço, infalível, nateira, penicilina, perpétua, perpétua-do-brasil, perpétua-do-mato, quebra-panela, sempre-viva, terramicina.

A erva e ou a planta denominada de PENICILINA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego e maçarocadas de ervas.

As Entidades indicam a PENICILINA através de: chás, emplastos, garrafadas, infusões e pó para diversas finalidades para ações como infecções, internas ou externas, excelente depurativo do sangue, é utilizado contra picadas venenosas, e antibiótico.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a planta é considerada segura, não havendo relatos de contraindicação na gravidez. Como não há relatos de estudos de sua farmacocinética nestas condições, aconselha-se que seu uso seja evitado nos três primeiros meses de gravidez ou apenas seu uso externo. Deve ser evitada por pessoas alérgicas ao princípio ativo da planta.



**PICÃO PRETO** (*Bidens pilosa* L.) - Também conhecido como: amor-de-burro, amor-seco, carrapicho, carrapicho-agulha, carrapicho-cuambu, carrapicho-de-agulha, carrapicho-de-duas-pontas, carrapicho-picão, coambi, cuambri, cuambu, erva-de-picão, erva-picão, erva-pilão, fura-capá, furacapa, goambu, macela-do-campo, paconca, picão, picacho, picacho-negro, picão-do-campo, pico-pico, piolho-de-padre.

A erva e ou a planta denominada de PICÃO PRETO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de desobstruir, limpar e purificar. Indicado para aqueles que, em processo de autoconhecimento, tendem facilmente a criar atitudes internas de autopunição e cobrança, gerando esmorecimento e ansiedade. Traz conforto e força interna.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a PICÃO PRETO através de: chás, emplastros, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como reumatismo, afecções da bexiga, pedras na vesícula ou rins, má digestão, fígado, febres, icterícia, alergias e feridas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o picão é hipotensor; pacientes cardíacos em uso de medicamento podem ter reações bruscas até a regulação das doses. O picão contém uma pequena quantidade de cafeína e não deve ser usado por pessoas que sejam alérgicas ou sensíveis à cafeína. Como contém cumarinas diminuem a eficácia de alguns medicamentos; hipoglicêmicos ou diabéticos só devem usar o picão sob a supervisão de um profissional qualificado e ter seus níveis de açúcar controlados.



**PIMENTA DEDO DE MOÇA** (*Capsicum baccatum* L.) - Também conhecida como: calabresa ou cifre de veado.

A erva e ou a planta denominada de PIMENTA DEDO DE MOÇA é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de desobstruir; mostrar; revelar e proteger. São conhecidas como plantas de proteção contra o mau-olhado, devendo ser colocadas próximo à entrada das casas. Diz-se que, ao entrar em contato com uma energia ruim, ou quando o ambiente está “carregado”, a pimenteira seca completamente. Sua característica quente e picante também é associada com o poder de estimular a vitalidade, melhorar o astral da casa e de quem estiver por perto e de atrair boas energias para o amor.

No TPM são utilizados os frutos.

É utilizada nos amalás de Exu e de Pomba Gira. Algumas entidades as utilizam em seus pontos e trabalhos.

As Entidades indicam a PIMENTA DEDO DE MOÇA através de: chás, emplastros, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como dores de cabeça, indigestão, dores musculares, infecções, envelhecimento precoce, circulação sanguínea, visão e unhas

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o excesso da pimenta pode levar a alguns problemas de saúde, cuidados especiais os hipertensos, os pacientes gástricos, que têm úlceras e problemas de refluxo gastroesofágico, a esses o consumo deve ser limitado.



**PITANGUEIRA** (*Eugenia uniflora* L.) - Também conhecida como: cerejeira-brasileira, ginja, pitanga-branca, pitanga-do-mato, pitanga-rósea, pitanga-roxa, pitanga-vermelha, pitangueira, pitangueira-comum, pitangueira-miúda, pitangueira-vermelha.

A erva e ou a planta denominada de PITANGUEIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de incentivar; movimentar e motivar. A Pitanga é uma planta desobsessiva, usada para retirar as larvas astrais. Suas folhas atraem prosperidade e proteção.

No TPM são utilizadas as folhas e os frutos.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçaroadas de ervas.

As Entidades indicam a PITANGUEIRA através de: chás, emplastos, garrafadas e infusões para diversas finalidades para ações como afecções do fígado; bronquite, cólica menstrual, diábetes, diarreia, diarreia infantil, disenteria, febres intermitentes, gota, hipertensão, infecções da garganta, limpar e descongestionar a pele do rosto, queda e oleosidade dos cabelos, reumatismo, febre amarela, perda de peso, asma e bronquite.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que estudos apontam reações preocupantes para pessoas com algum distúrbio cardíaco, entre elas a diminuição da força e da frequência cardíacas.



**POEJO** (*Mentha pulegium*) - Também conhecido como: hortelãzinho, erva-de-são-lourenço, poejo-real, menta-selvagem, poejo-das-hortas.

A erva e ou a planta denominada de POEJO é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de acalmar; acender; concentrar; curar e estimular. Ótima para proteção e para acalmar os ânimos. Principalmente de crianças.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a POEJO através de: chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como diabetes, má digestão, gripes e resfriados, tosse, gases, cólicas intestinais, coriza, catarro, bronquite, vermes intestinais, febres, transtornos menstruais, crise nervosa e reumatismo.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que é contraindicado o uso interno do óleo essencial na gravidez (pois é abortivo), lactância, em crianças menores de 6 anos de idade, pacientes com gastrite, úlceras gastrointestinais, síndrome do cólon irritável, colite ulcerosa, doença de Crohn, hepatopatias, doença de Parkinson ou outras doenças neurológicas. Não aplicar topicamente o óleo essencial a crianças menores de seis anos e a pessoas com alergias respiratórias a óleos essenciais.



**PULMONÁRIA** (*Pulmonaria officinalis L.*) - Também conhecida como: erva-do-pulmão, salsa-de-jerusalém e ervas-dos-bofes.

A erva e ou a planta denominada de PULMONÁRIA é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a PULMONÁRIA através de: chás e infusões para diversas finalidades para ações como dor de garganta, faringite, tosse, asma, rouquidão, bronquite, catarro, gripe, resfriado, cálculos renais, frieira, queimaduras e feridas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que apesar dos benefícios, é necessário tomar alguns cuidados antes de fazer uso da pulmonária. Se consumido em excesso, o chá pode prejudicar as funções do fígado. Mulheres grávidas ou amamentando também deve evitar a ingestão da erva. O ideal é consultar um especialista para indicações precisas. Evitar uso contínuo.



**QUEBRA PEDRA** (*Phyllanthus niruri L.*) - Também conhecida como: arrebenta-pedra, arranca-pedras, conami, erva-pombinha, erva-pombinha-do-ceará, erva-pombo, filanto, fura-parede, quebra-panela, quebra-pedra-branco, rebenta-pedra, saudade-da-mulher, saúde-da-mulher, saxífraga.

A erva e ou a planta denominada de QUEBRA PEDRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, congrega em sua estrutura vibracional energias que atuam no sentido de corrigir os desvios energéticos; harmonizam os chacras (centros de força) e equilibram as energias vitais, para o bom funcionamento do organismo espiritual humano e, do físico.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a QUEBRA PEDRA através de: chás e infusões para diversas finalidades para ações como dissolver areia e cálculos renais. Diurética, fortificante do estômago, analgésica e relaxante muscular. Contra enfermidades crônicas da bexiga, cistite e distúrbios da próstata.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que alguns dos princípios ativos podem interagir com outros remédios antidiabéticos ou até potencializar os efeitos da insulina. Em altas doses a planta pode ser abortiva. Não deve ser consumido durante a gravidez. Tem sido indicado como redutor da fertilidade feminina (contraceptivo). Pessoas com condições cardíacas frágeis só devem consumir por recomendação e supervisão médica.



**ROMÃZEIRA** (*Punica granatum*) - Também conhecida como: romeira.

A erva e ou a planta denominada de ROMÃZEIRA é considerada uma **erva fria** e ou **específica masculina**. Utilizada para a prosperidade, protege contra as emanções provindas da inveja e do ódio.

No TPM são utilizados as folhas e os frutos.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a ROMÃZEIRA através de: chás, emplastos e infusões para diversas finalidades para ações como aftas, amigdalite, angina da garganta, blenorria, chagas na boca, cólica intestinal, diarreia, difteria, disenteria amebiana, dispepsia, doenças gastrintestinais, doenças do aparelho genito-urinário, dores de garganta, espasmo, desinfetar ferida, febre, fortalece as gengivas, garganta, gases, gengiva, hemorragia do útero, hemorróidas, inflamação, lavagem dos olhos, lavagem vaginal, leucorréia, tênia (vermes), metrorragia, prolapso do útero, solitária (teníase), verminoses, úlceras da boca.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que as partes medicinais utilizadas da romã são as sementes e cascas da infrutescência (fruto), tronco e raiz. Devem ser utilizadas com precaução, pois há relatos de intoxicações devido à alta concentração de alcaloides e à possível complexação destes com os taninos das raízes. Podem inclusive servir de veneno espasmódico, que pode levar a paralisia central generalizada. Os primeiros sintomas de uma intoxicação são alterações visuais, vertigens e vômitos.



**ROSEIRA** (*Rosa spp.*)

A erva e ou a planta denominada de ROSEIRA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora** é, também, considerada uma erva fria e ou específica feminina, tem ação de acessar; equilibrar; iluminar; manter; potencializar e proporcionar. Utilizada para equilíbrio, proteção, alegria e paz.

No TPM são utilizadas as flores.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a ROSEIRA através de: chás, infusões e em emplastos para diversas finalidades para ações como rugas, cicatrizes, sistema nervoso, sedativo, antidepressivo, estresse, tensão nervosa, úlceras, problemas cardíacos e alterações digestivas.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada não relata efeitos colaterais decorrentes do uso. Porém, nenhuma planta deve ser consumida em excesso e nenhum tratamento deve ser feito sem orientação médica.



**SÁLVIA** (*Salvia officinalis L.*) - Também conhecida como: salva, salva-comum, salva-das-boticas, salva-rubra, sálvia-comum, chá-da-grécia, sálvia-verdadeira.

A erva e ou a planta denominada de SÁLVIA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de apaziguar; estabilizar e evocar. Para limpar o ambiente de energias negativas. Considerada a erva da saúde, serve também para proteção e intuição.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçaroadas de ervas.

As Entidades indicam a SÁLVIA através de: chás e infusões para diversas finalidades para ações como anti-inflamatório usado em gargarejos contra a inflamação de garganta e em inalações para casos de sinusite, adstringente, antiespasmódico, tônico e estimulante da digestão, contra inapetência, edema, infecções da boca, afta, tosse, bronquite, diminui a lactação.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que os efeitos colaterais relatados após a ingestão da sálvia incluem a queilite, a estomatite, a boca seca, ou a irritação local. Há relatos de bradicardia.

## **SAMAMBAIA** (*Nephrolepis sp.*)

A erva e ou a planta denominada de SAMAMBAIA é considerada uma **erva morna** e ou **equilibradora**, tem ação de curar; energizar; limpar e prosperar. Independente do tipo é uma poderosa erva energizadora.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego, defumações e maçaroadas de ervas.

As Entidades raramente indicam a SAMAMBAIA.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o consumo pode acarretar trombocitopenia e diarreia crônica. Pessoas com distúrbios da coagulação e evidência de sangramento é desaconselhável seu uso, assim como para quem sofre de anemia, gastrite, úlcera duodenal ou cardiopatias.

Samambaia do Brejo

Samambaia Paulista



**SETE SANGRIAS** (*Cuphea carthagenensis*) - Também conhecida como: guanxuma-vermelha, balsamona, chiagari, cuféa, erva-de-sangue.

A erva e ou a planta denominada de SETE SANGRIAS é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades indicam a erva SETE SANGRIAS através de: chás, infusões e em emplastros para diversas finalidades para ações como arteriosclerose, hipertensão arterial, palpitações, estômago, intestinos, doenças venéreas, afecções da pele, psoríase, eczemas, feridas, úlceras, furúnculos, pruridos e dermatite de contato.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que não é indicado usá-la em crianças. O consumo em excesso pode causar diarreia. O uso prolongado pode levar a quedas bruscas de pressão.



**TABACO** (*Nicotiana tabacum*) - Também conhecido como: fumo.

A erva e ou a planta denominada de TABACO é considerada uma **erva quente** e ou **agressiva**, tem ação de cauterizar; cristalizar; curar e queimar. Além do uso medicinal o tabaco é utilizado nos rituais e cerimônias indígenas. Existem fumos fortíssimos, que expandem a consciência e dão força ao curandeiro, pajé ou xamã, para enfrentar os espíritos trevosos. Usado também no Cachimbo Sagrado, como defumador e purificador, promovendo a limpeza de energias negativas. O efeito do tabaco depende de seu grau de força, se fraco é mais utilizado para defumação, se intermediário, utilizado medicinalmente e se forte, utilizado para expandir a consciência e promover ensinamentos e cura. Na umbanda é utilizado como cauterizador de feridas astrais.

No TPM é utilizado o fumo já curtido e preparado.

É indicado para banhos energéticos e de descarrego e pelas Entidades nos diversos trabalhos.

As Entidades raramente indicam o TABACO.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que em altas doses pode reduzir a pressão arterial, causar salivação, diminuição o do tônus muscular, tremores nas mãos, cefaleia, tontura, fraqueza nas pernas, perda de apetite, insônia, náusea, diarreia, vômitos, dores no peito, problemas na digestão, espasmos, inconsciência, falência respiratória e cardíaca. O consumo na forma de cigarro pode causar doenças como câncer, pneumonia, enfisema pulmonar e infecção das vias respiratórias.



**TREVO** (*Trifolium sp.*) - (Há cerca de 300 espécies de trevo como o trevo-encarnado (*T. incarnatum*), o trevo-branco (*T. repens*) e o trevo- vermelho (*T. pratense*)).

A erva e ou a planta denominada de TREVO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas.

É indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades raramente indicam o TREVO.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que o uso não é aconselhado na gravidez e lactação.

**TREVO AZEDO** (*Oxalis acetosella*) - Também conhecido como: azedinha-de-Corumbá, azedinha-da-horta e azedinha-de-folha-cortada.

A erva e ou a planta denominada de TREVO AZEDO é considerada uma **erva fria** e ou **específica calmante**, que são aquelas que não atuam somente no corpo físico por características fito químicas, mas também nos organismos espirituais e em seus sistemas nervosos no sentido de tranquilizar o espírito.

No TPM são utilizadas as folhas. Sendo indicada para banhos energéticos e de descarrego.

As Entidades raramente indicam o TREVO AZEDO.

\* Detalhes no CAPÍTULO VI - DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS ERVAS E DAS PLANTAS; e no CAPÍTULO VII - PRINCÍPIOS ATIVOS E PROPRIEDADES MEDICINAIS.

A bibliografia consultada alerta que a planta é utilizada por propriedades estimulantes desde a antiguidade, deve ser usada com moderação. Por ter um alto teor de ácido oxálico, deve-se limitar o uso principalmente por aqueles que sofrem de cálculos renais. Contraindicado também em casos de gastrite. É importante não exceder a dose para evitar efeitos tóxicos. O consumo exagerado desta planta induz a sintomas de intoxicação.



# CAAP

DOENÇAS E OU ENFERMIDADES E AS  
RECOMENDAÇÕES DE USO MEDICINAL DAS  
ERVAS E DAS PLANTAS

# VII



Prezados leitores, a seguir relacionaremos uma série de doenças e ou enfermidades e as ervas e as plantas com que poderão ser utilizadas, por recomendação das diversas entidades espirituais, como uso medicinal para os respectivos tratamentos.

Porém, lembramos que nenhuma erva e ou planta deve ser utilizada de forma indiscriminada e que nenhum tratamento médico específico deve ser interrompido. Devemos, ainda, sempre estar atentos aos princípios ativos e as propriedades medicinais das mesmas que serão descritos no Capítulo VII.

ÁCIDO ÚRICO – Abacate; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cordão de Frade; Sete Sangrias;

ACNE - Benjoim; Cravo; Lavanda; Limoeiro; Mil Folhas;

AFECÇÕES HEPÁTICAS – Abacate; Alecrim; Bananeira; Boldo; Boldo do Chile; Capim Limão; Carqueja; Chapéu de Couro; Couve; Erva Cidreira; Figatil; Jurubeba; Limoeiro; Losna; Mil Folhas; Pitangueira; Samambaia;

AFRODISIACA – Canela; Coentro; Cravo da Índia; Hortelã; Jasmim; Jurubeba; Laranjeira; Macela; Manjerona;

AFTAS – Abacate; Alfavaca; Carqueja; Cavalinha; Gerânio; Malva; Manjericão; Manjericão Roxo; Mirra; Romãzeira; Sálvia;

AMIGDALITE - Abacate; Alfavaca; Carqueja; Cavalinha; Gerânio; Guaco; Jabuticabeira; Limoeiro; Manjericão; Manjericão Roxo; Mil Folhas; Pitangueira; Pulmonária; Romãzeira; Rosa; Sálvia;

ANALGÉSICO – Abre-Caminho; Alfazema; Arnica; Artemísia; Babosa; Calêndula; Camomila; Capim Limão; Cheflera; Cravo; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Espinheira Santa; Figatil; Guiné; Hortelã; Jasmim; Jurema; Lavanda; Mamona; Manjericão; Manjericão Roxo; Manjerona; Penicilina; Quebra Pedra; Rosa; Sálvia;

ANEMIA - Abacate; Alfazema; Artemísia; Bananeira; Carqueja; Cavalinha; Cordão de Frade; Couve; Figo; Jurubeba; Losna; Palmeira;

ANGINA - Alfavaca; Cidrô; Manjericão; Manjericão Roxo; Tabaco;

ANOREXIA – Bananeira; Carqueja; Erva de São João; Jurubeba; Losna;

ANSIEDADE - Alecrim; Alfazema; Arruda; Camomila; Capim Limão; Cavalinha; Cidrô; Coentro; Cravo; Erva de São João; Gerânio; Laranjeira; Maracujá; Melissa; Rosa;

ANTIÁCIDO - Alface; Alecrim; Aroeira; Aroeira Salsa; Carqueja; Espinheira Santa; Jurubeba;

ANTIDEPRESSIVO – Alecrim; Alfazema; Arruda; Camomila; Capim Limão; Cavalinha; Cidrô; Coentro; Cravo; Erva de São João; Gerânio; Laranjeira; Maracujá; Melissa; Rosa;

ANTI-INFLAMATÓRIO - Abre-Caminho; Alfazema; Alho; Arnica; Artemísia; Babosa; Calêndula; Camomila; Canela; Catinga de Mulata; Cebola; Chapéu de Couro; Cheflera; Couve; Erva Cidreira; Erva de São João; Figatil; Folha Gorda; Gengibre; Guaco; Guiné; Jasmim; Jurema; Jurubeba; Laranjeira; Malva; Mil Folhas; Nêspera; Penicilina; Pulmonária; Romãzeira; Rosa; Sálvia; Samambaia; Tabaco;

ANTI-SÉPTICO – Alecrim; Alfazema; Arnica; Babosa; Buchinha do Norte; Calêndula; Camomila; Canela; Cebola; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva Santa Maria; Espinheira Santa; Eucalipto; Framboesa; Guaco; Hortelã; Jasmim; Jurema; Lavanda; Malva; Manjericão; Manjericão Roxo; Manjerona; Mil Folhas; Penicilina; Romãzeira; Rosa; Sálvia;

ARTRITE e ARTROSE - Abacate; Araçá; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Bambu; Capim Limão; Catinga de Mulata; Chapéu de Couro; Erva Cidreira; Eucalipto; Figatil; Gengibre; Guiné; Limoeiro; Louro; Manjericão; Manjericão Roxo; Manjerona; Pimenta Dedo de Moça; Poejo;

ASMA - Alfazema; Alho; Arnica; Benjoim; Cidrô; Cordão de Frade; Couve; Erva Doce; Erva Santa Maria; Espinheira Santa; Guaco; Lágrima de Nossa Senhora; Limoeiro; Mangueira; Pitangueira; Pulmonária; Samambaia;

ATIVAR A EXCREÇÃO BILIAR - Abacate; Jurubeba; Macela;

AZIA – Alface; Alecrim; Aroeira; Aroeira Salsa; Carqueja; Espinheira Santa; Jurubeba; Limoeiro; Losna; Macela; Sálvia;

BACTERICIDA - Alho; Calêndula; Folha Gorda;

BAÇO - Cavalinha; Jurubeba;

BEXIGA - Abacate; Capim Limão; Carqueja; Cavalinha; Chapéu de Couro; Limoeiro; Losna; Quebra Pedra; Trevo Azedo;

BÓCIO - Chapéu de Couro;

BLENORRAGIA - Aroeira; Aroeira Salsa; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cinco Folhas; Erva de São João; Jurema; Romãzeira;

BRONQUITE - Abacate; Alfavaca; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Bálsamo; Bananeira; Benjoim; Buchinha do Norte; Carqueja; Cidrô; Cordão de Frade; Couve; Cravo; Erva Doce; Figatil; Figo; Funcho; Guaco; Jurubeba; Mangueira; Pitangueira; Pulmonária; Sálvia; Trevo;

CABELOS - Bambu; Capim Limão; Erva de São João; Limoeiro; Macela; Manjericão; Manjericão Roxo; Pitangueira;

CAIMBRAS - Arnica; Bananeira; Erva de São João; Manjericão; Manjericão Roxo; Mirra;

CALCULO BILIAR - Boldo; Boldo do Chile; Carqueja; Cavalinha; Erva Cidreira; Figatil; Limoeiro; Macela; Picão Preto; Tabaco;

CALCULO RENAL - Boldo; Boldo do Chile; Cavalinha; Chapéu de Couro; Limoeiro; Macaé; Picão Preto; Pulmonária; Quebra Pedra; Tabaco;

CALMANTE - Alecrim; Alface; Amoreira; Artemísia; Boldo; Boldo do Chile; Calêndula; Camomila; Capim Limão; Cidrô; Citronela; Erva Cidreira; Hortelã; Jasmim; Laranjeira; Lavanda; Levante; Limoeiro; Macela; Manjericão; Manjericão Roxo; Manjerona; Maracujá; Melissa;

CANDIDÍASE - Goiabeira; Jurema; Macaé;

CANSAÇO - Abacate; Alecrim; Bananeira; Cidrô;

CASPA - Abacate; Alfazema; Arnica; Erva de São João; Limoeiro;

CATARRO - Alfavaca; Alfazema; Arnica; Bananeira; Benjoim; Capim Limão; Coentro; Cordão de Frade; Erva de São João; Lágrima de Nossa Senhora; Levante; Macaé; Mangueira; Manjericão; Manjericão Roxo; Pulmonária;

CEFALEIA - Abacate;

CELULITE - Alecrim; Cavalinha;

CICATRIZANTE - Alfazema; Alho; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Artemísia; Babosa; Calêndula; Cavalinha; Cordão de Frade; Erva de São João; Erva Santa Maria; Espinheira Santa; Folha Gorda; Goiabeira; Guaco; Jurema; Jurubeba; Mamona; Trevo Azedo;

CIRROSE - Limoeiro; Palmeira;

CIRULAÇÃO DO SANGUE - Canela; Carqueja; Cidró; Erva de São João; Erva Santa Maria; Gengibre; Losna; Macaé; Tabaco;

CISTITES - Abacate; Aroeira; Aroeira Salsa; Cinco Folhas; Coentro; Cordão de Frade; Erva Moura; Gerânio; Jurema; Jurubeba; Macaé; Mamona; Quebra Pedra; Romãzeira;

COLESTEROL - Alecrim; Carqueja; Chapéu de Couro; Coentro; Laranjeira; Limoeiro; Pata de Vaca;

CÓLICA - Abacate; Alfavaca; Artemísia; Boldo; Boldo do Chile; Capim Limão; Coentro; Cordão de Frade; Cravo; Erva Cidreira; Erva de São João; Erva Doce; Framboesa; Funcho; Losna; Macela; Manjerição; Manjerição Roxo; Manjerona; Melissa; Orégano; Pitangueira; Poejo; Romãzeira; Tabaco;

COLUNA VERTEBRAL - Alfazema; Arnica;

CONTRACEPTIVA - Espinheira Santa;

CONTUSÃO - Açucena; Alfazema; Arnica; Bálsamo; Jurubeba; Macela; Mirra;

CONVULSÃO - Artemísia;

COQUELUCHE - Arnica; Macaé;

CORAÇÃO - Bananeira; Canela; Capim Limão; Cidró; Erva Doce; Erva Santa Maria; Gengibre; Girassol; Jabuticabeira; Jasmim; Limoeiro; Nêspera; Tabaco;

DENGUE - Artemísia; Capim Limão; Cidró; Citronela;

DEPRESSÃO – Alecrim; Alfazema; Arruda; Camomila; Capim Limão; Cavalinha; Cidró; Coentro; Cravo; Erva de São João; Gerânio; Laranjeira; Maracujá;

DESINFETANTE – Eucalipto;

DIABETES - Alho; Amoreira; Artemísia; Bálsamo; Bananeira; Carqueja; Figo; Jabuticabeira; Jurubeba; Limoeiro; Pata de Vaca; Pitangueira; Poejo;

DIARREIAS e ou DISENTERIAS - Abacate; Araçá; Aroeira; Aroeira Salsa; Artemísia; Bambu; Bananeira; Boldo; Boldo do Chile; Carqueja; Cidró; Coentro; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva de Bicho; Gerânio; Goiabeira; Limoeiro; Macaé; Palmeira; Penicilina; Pitangueira; Romãzeira; Tabaco;

DISTÚRBIOS DA DIGESTÃO - Abacate; Alface; Alho; Araçá; Artemísia; Bambu; Boldo; Boldo do

Chile; Camomila; Carqueja; Cidró; Coentro; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Jurubeba; Limoeiro; Macaé; Macela; Manjerição; Manjerição Roxo; Manjerona; Pimenta Dedo de Moça; Pitangueira; Poejo; Romãzeira; Tabaco;

DIURÉTICO - Abacate; Açucena; Alface; Alho; Amoreira; Artemísia; Boldo; Boldo do Chile; Camomila; Capim Limão; Carqueja; Cavalinha; Cebola; Chapéu de Couro; Cidró; Citronela; Cordão de Frade; Erva de São João; Erva Santa M Figatil; Espada de Santa Bárbara; Espada de Ogum; Espinheira Santa; Framboesa; Girassol; Guiné; Jurubeba; Lágrima de Nossa Senhora; Lança de Ogum; Macela; Malva; Manjerição; Manjerição Roxo; Penicilina; Quebra Pedra; Romãzeira; Samambaia; Sete Sangrias; Trevo Azedo;

DOR DE CABEÇA - Abacate; Alfavaca; Arruda; Boldo; Boldo do Chile; Capim Limão; Cidró; Erva de São João; Erva Doce; Eucalipto; Gengibre; Girassol; Guiné; Jurema; Lavanda; Macela; Melissa; Orégano; Pimenta Dedo de Moça; Rosa;

DOR DE DENTE - Alho; Amoreira; Aroeira; Aroeira Salsa; Coentro; Cravo da Índia; Jurema; Lavanda; Tabaco;

DOR DE ESTOMAGO - Abacate; Araçá; Aroeira; Aroeira Salsa; Artemísia; Bambu; Bananeira; Boldo; Boldo do Chile; Cidró; Cravo da Índia; Erva Santa Maria; Gengibre; Goiabeira; Hortelã; Laranjeira; Louro; Macaé; Manjerição; Manjerição Roxo; Manjerona; Quebra Pedra; Romãzeira;

DOR DE GARGANTA - Abacate; Alfavaca; Araçá; Eucalipto; Gerânio; Girassol; Guaco; Guiné; Jabuticabeira; Manjerição; Manjerição Roxo; Manjerona; Mil Folhas; Pulmonária; Romãzeira;

DOR DE OUVIDO - Açucena; Folha Gorda;

DOR MUSCULAR - Arnica; Capim Limão; Coentro; Erva de São João; Eucalipto; Erva Doce; Funcho; Hortelã; Levante; Louro; Macaé; Macela; Manjerona; Mirra; Orégano; Quebra Pedra; Rosa;

ECZEMAS - Abacate; Amoreira; Benjoim; Erva de Bicho; Macaé; Malva; Sete Sangrias; Trevo;

EDEMAS - Abacate; Alfazema; Amoreira; Arnica; Cavalinha; Chapéu de Couro; Gerânio; Lágrima de Nossa Senhora; Sálvia;

EFISEMAS - Benjoim;

ENXAQUECA - Alfavaca; Cidró; Coentro; Erva de São João; Erva Doce; Lavanda; Limoeiro; Melissa; Rosa;

ERISPELA - Erva de Bicho; Folha Gorda; Jurubeba;

ESCORBUTO - Laranjeira; Limoeiro; Trevo Azedo;

ESPASMOS - Açucena; Alfavaca; Coentro; Cordão de Frade; Cravo; Erva Cidreira; Erva de São João; Erva Santa Maria; Figatil; Framboesa; Funcho; Hortelã; Lágrima de Nossa Senhora; Lavanda; Manjerição; Manjerição Roxo; Manjerona; Melissa;

ESPINHAS - Alfavaca; Cavalinha; Cravo;

ESTIMULANTE – Café; Canela; Cidrô; Gengibre; Girassol; Hortelã; Jurubeba; Levante; Limoeiro; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo;

ESTOMATITE - Abacate; Alfavaca; Arnica; Cidrô; Coentro; Cordão de Frade; Cordão de Frade; Erva de São João; Erva Santa Maria; Girassol; Goiabeira; Jurubeba; Laranjeira; Limoeiro; Louro;

ESTRESSE - Abacate; Alecrim; Capim Limão; Erva de São João; Gerânio; Nêspira; Rosa;

EXPECTORANTE - Alho; Amoreira; Buchinha do Norte; Cordão de Frade; Erva Cidreira; Erva Doce; Funcho; Hortelã; Malva; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Pitangueira; Samambaia; Trevo Azedo;

FADIGA - Bananeira; Café; Canela; Figo;

FARINGITE - Gerânio; Mirra; Romãzeira; Sálvia;

FEBRE - Abacate; Alfavaca; Alfazema; Alho; Amoreira; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Bambu; Bananeira; Capim Limão; Carqueja; Chuva de Ouro; Cidrô; Citronela; Coentro; Cordão de Frade; Erva de Bicho; Erva de São João; Girassol; Jurubeba; Lágrima de Nossa Senhora; Laranjeira; Lavanda; Limoeiro; Macela; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Pitangueira; Poejo; Romãzeira; Trevo Azedo;

FEBRE AMARELA - Artemísia; Pitangueira;

FEBRE TIFOIDE - Lavanda;

FERIDAS - Alfavaca; Alfazema; Aroeira; Aroeira Salsa; Artemísia; Babosa; Bálsamo; Benjoim; Café; Carqueja; Cordão de Frade; Espinheira Santa; Eucalipto; Folha Gorda; Gerânio; Girassol; Limoeiro; Louro; Maracujá; Mil Folhas; Picão Preto; Pulmonária; Romãzeira;

FIGADO – Abacate, Alecrim; Bananeira; Boldo; Boldo do Chile; Capim Limão; Carqueja; Chapéu de Couro; Couve; Erva Cidreira; Figatil; Jurubeba; Limoeiro; Losna; Mil Folhas; Palmeira; Pitangueira; Trevo Azedo;

FLATULÊNCIA - Abacate; Alfavaca; Alho; Artemísia; Bambu; Capim Limão; Cidrô; Coentro; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva Doce; Funcho; Hortelã; Lavanda; Levante; Louro; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Manjerona; Orégano; Poejo; Romãzeira;

FRIEIRA - Alfavaca; Bálsamo; Pulmonária;

FURÚNCULO - Alfavaca; Arnica; Benjoim; Chapéu de Couro; Cravo; Mil Folhas;

GARGANTA - Abacate; Alfavaca; Araçá; Aroeira; Aroeira Salsa; Benjoim; Chapéu de Couro; Cidrô; Eucalipto; Hortelã; Jabuticabeira; Mil Folhas; Pitangueira; Romãzeira; Sálvia;

GASES INTESTINAIS - Abacate; Alfavaca; Alho; Bambu; Capim Limão; Cidrô; Coentro; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva Doce; Funcho; Hortelã; Lavanda; Levante; Louro; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Manjerona; Orégano; Poejo; Romãzeira;

GASTRITE - Alfavaca; Aroeira; Aroeira Salsa; Artemísia; Bálsamo; Espinheira Santa; Jurubeba; Limoeiro; Limoeiro; Macela; Orégano; Romãzeira;

GENGIVITES - Benjoim; Malva; Mangueira; Mirra; Romãzeira; Tabaco; Trevo Azedo;

GOTA - Abacate; Alfazema; Arnica; Boldo; Boldo do Chile; Catinga de Mulata; Cavalinha; Gerânio; Limoeiro; Pitangueira;

GRIPES - Alfavaca; Alho; Capim Limão; Carqueja; Chapéu de Couro; Citronela; Erva Cidreira; Erva de São João; Erva Santa Maria; Gengibre; Girassol; Guaco; Hortelã; Jasmim; Jurema; Levante; Limoeiro; Macela; Manjerona; Mirra; Poejo; Pulmonária;

HEMATOMAS - Alfazema; Arnica; Bambu; Cavalinha; Chapéu de Couro; Erva de São João;

HEMORRAGIAS - Alfazema; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Bambu; Bananeira; Erva Cidreira; Erva de Bicho; Erva de São João; Erva Santa Maria; Gerânio; Mil Folhas; Palmeira; Romãzeira;

HEMORROIDAS - Bambu; Bananeira; Cebola; Erva de Bicho; Erva Santa Maria; Malva; Romãzeira;

HEPATITE - Abacate; Chapéu de Couro; Jurubeba;

HERPES - Buchinha do Norte; Eucalipto; Melissa;

HIPERTENSÃO - Abacate; Alfazema; Alho; Amoreira; Bananeira; Cavalinha; Cidrô; Figo; Gerânio; Limoeiro; Maracujá; Nêspira; Pitangueira;

HIDRATANTE - Babosa; Bálsamo;

HISTERIA - Bananeira;

ICTERÍCIA - Jurubeba; Limoeiro; Palmeira; Picão Preto;

IMPOTÊNCIA – Canela; Coentro; Cravo da Índia; Hortelã; Jasmim; Jurubeba; Laranjeira; Macela; Manjerona;

INCHAÇOS - Abacate; Alfazema; Espada de Santa Bárbara; Espada de Ogum; Eucalipto; Maracujá;

INDIGESTÃO - Artemísia; Bambu; Boldo; Boldo do Chile; Camomila; Canela; Capim Limão; Carqueja; Cidrô; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva Doce; Espinheira Santa; Funcho; Gengibre; Goiabeira; Jurubeba; Laranjeira; Louro; Macaé; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Manjerona; Orégano; Picão Preto; Romãzeira;

INFECÇÕES DA BEXIGA - Alfavaca; Araçá; Cavalinha; Cinco Folhas;

INFECÇÕES DOS RINS - Abacate; Alecrim; Alfavaca; Cinco Folhas;

INFLAMAÇÕES DOS DEDOS - Abacate; Macela;

INGUA – Aroeira; Aroeira Salsa;

INSÔNIA - Alecrim; Boldo; Boldo do Chile; Capim Limão; Cidrô; Coentro; Erva Cidreira; Erva de São João; Erva Santa Maria; Gengibre; Jurema; Laranjeira; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Melissa; Pitangueira; Sete Sangrias;

INTESTINO – Alecrim; Alfavaca; Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva de São João; Macaé; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo;

LACTAÇÃO – Alfavaca (aumentar); Erva Doce; Funcho; Sálvia (diminui);

LAXANTE – Alface; Amoreira; Chapéu de Couro; Espada de Santa Bárbara; Espada de Ogum; Figatil; Framboesa; Lança de Ogum; Malva; Mamona;

MANCHA CUTÂNEA - Açucena;

MALARIA - Artemísia; Cidrô; Citronela; Jurubeba;

MEMÓRIA - Alecrim; Erva de Bicho;

MESTRUAÇÃO – Abacate; Alecrim (facilita); Araçá; Aroeira; Aroeira Salsa; Arruda (pode causar abortos); Artemísia; Cavalinha; Erva Santa Maria; Funcho; Gerânio; Goiabeira; Jurubeba; Lavanda; Losna; Louro; Macaé; Mil Folhas; Poejo; Romãzeira;

MICOSES - Benjoim;

NAUSEAS - Cravo da Índia; Erva Cidreira; Erva Doce; Funcho; Gengibre; Jurubeba; Laranjeira; Lavanda; Limoeiro;

NERVOS - Alfazema; Artemísia; Capim Limão; Cidrô; Citronela; Cravo; Erva Cidreira; Erva Santa Maria; Girassol; Hortelã; Jurema; Macela; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Manjerona; Maracujá; Melissa; Palmeira; Poejo;

NEURALGIA - Abacate; Alfazema; Araçá; Arnica; Artemísia; Cidrô; Citronela; Cordão de Frade; Figatil; Folha Gorda; Girassol; Hortelã; Jurema; Limoeiro; Losna; Mirra;

OBESIDADE - Bananeira; Limoeiro; Macaé;

OLHOS – Arruda (vista cansada); Camomila; Cidrô; Erva doce; Funcho; Gerânio; Jasmim; Malva; Nêspira; Rosa;

OSTEOPOROSE - Bambu; Canela; Cavalinha; Hortelã; Macaé; Nêspira;

PANARICIO - Abacate;

PICADA DE COBRA - Chapéu de Couro; Citronela; Guaco; Penicilina;

PICADA DE INSETO - Alfavaca; Alfazema; Arnica; Capim Limão; Cebola; Gerânio; Hortelã; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Mirra; Penicilina;

PRESSÃO ALTA - Abacate; Alfazema; Alho; Amoreira; Bananeira; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cidrô; Figo; Gerânio; Limoeiro; Maracujá; Nêspira;

PRISÃO DE VENTRE - Amoreira; Bananeira; Boldo; Boldo do Chile; Carqueja; Chapéu de Couro; Chuva de Ouro; Coentro; Cravo; Erva de Bicho; Figo; Jabuticabeira; Losna;

PROSTATA – Boldo; Boldo do Chile; Jabuticabeira; Quebra Pedra;

PSORIASSE - Benjoim; Sete Sangrias; Trevo;

PULMÕES - Cavalinha; Chapéu de Couro; Coentro; Erva Doce; Eucalipto; Jabuticabeira; Lágrima de Nossa Senhora; Losna; Macaé; Mangueira; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Nêspira; Orégano; Pimenta Dedo de Moça; Pulmonária;

QUEDA DE CABELO - Abacate; Arnica;

QUEIMADURA - Açucena; Bálsamo; Bananeira; Erva de São João; Folha Gorda; Maracujá; Pulmonária;

RACHADURA DOS BICOS DOS SEIOS - Alfavaca; Benjoim; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo;

RENITE - Buchinha do Norte; Erva de São João;

RESFRIADOS - Alfavaca; Alho; Aroeira; Aroeira Salsa; Capim Limão; Chapéu de Couro; Erva Cidreira; Erva de São João; Gengibre; Girassol; Guaco; Hortelã; Jasmim; Levante; Macela; Manjerona; Mirra; Poejo; Pulmonária;

RESSACA - Boldo; Boldo do Chile; Espinheira Santa;

REUMATISMO - Abacate; Alecrim; Alface; Alfavaca; Alfazema; Araçá; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Capim Limão; Catinga de Mulata; Cebola; Chapéu de Couro; Chuva de Ouro; Cordão de Frade; Couve; Cravo; Erva de Bicho; Erva de São João; Espada de Ogum; Espada de Santa Bárbara; Figatil; Guaco; Guiné; Lágrima de Nossa Senhora; Lança de Ogum; Laranjeira; Lavanda; Limoeiro; Louro; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Manjerona; Orégano; Picão Preto; Pimenta Dedo de Moça; Poejo; Samambaia;

RINS - Abacate; Alecrim; Alfavaca; Boldo; Boldo do Chile; Capim Limão; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cinco Folhas; Cordão de Frade; Lágrima de Nossa Senhora; Limoeiro; Losna; Pata de Vaca;

RIZOMAS - Bambu;

ROUQUIDÃO - Alfavaca; Guaco; Pulmonária; Sálvia;

SARNA - Chapéu de Couro; Guiné;

SECREÇÕES CATARRAIS – Benjoim; Coentro; Erva Doce; Jabuticabeira; Levante;

SEDATIVA - Artemísia; Coentro; Erva Cidreira; Erva Santa Maria; Hortelã; Jurema; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Maracujá; Melissa; Orégano; Tabaco;

SÍFILIS - Chapéu de Couro; Cinco Folhas; Sete Sangrias;

SINUSITE - Buchinha do Norte; Erva de São João; Samambaia;

SONÍFERO - Alface; Erva Cidreira; Maracujá; Melissa;

SUDORÍFICA – Citronela; Cravo; Erva Cidreira; Erva Santa Maria; Guaco; Guiné; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Mil Folhas; Samambaia;

TPM (Tensão Pré-Menstrual) - Bananeira;

TOSSE - Alfavaca; Amoreira; Arnica; Aroeira; Aroeira Salsa; Capim Limão; Cordão de Frade; Erva Doce; Folha Gorda; Funcho; Guaco; Hortelã; Jurubeba; Lavanda; Limoeiro; Macaé; Malva; Mangueira; Orégano; Poejo; Pulmonária; Sálvia; Sete Sangrias; Trevo;

TUBERCULOSE - Alfavaca; Arnica; Erva Doce; Jurubeba; Limoeiro; Orégano; Pulmonária;

UNHAS - Bambu; Louro;

ULCERAS - Açucena; Alfazema; Arnica; Bálsamo; Bananeira; Benjoim (cutâneas); Cebola; Cordão de Frade; Couve; Erva Santa Maria; Espinheira Santa; Folha Gorda (cutâneas); Gerânio; Girassol; Goiabeira; Jurubeba; Limoeiro; Macela; Mangueira; Mirra; Romãzeira;

UREMIA - Abacate; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cinco Folhas; Erva de São João; Erva Moura; Gerânio; Romãzeira;

URETRITES - Abacate; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cinco Folhas; Erva de São João; Erva Moura; Gerânio; Romãzeira;

UTERO - Macaé; Romãzeira;

VARIZES - Abacate; Alho; Arnica; Arruda; Canela; Erva de Bicho; Erva Santa Maria;

VERMINOSES - Abacate; Alfavaca; Alho; Artemísia; Bananeira; Buchinha do Norte; Carqueja; Catinga de Mulata; Cebola; Couve; Cravo; Erva de Bicho; Erva Santa Maria; Espada de Santa Bárbara; Espada de Ogum; Funcho; Hortelã; Levante; Mamona; Palmeira; Romãzeira; Samambaia; Tabaco;

VERTIGEM - Cidrô; Erva de Bicho;

VESÍCULA BILIAR - Abacate; Alecrim; Levante;

VIAS RESPIRATÓRIAS - Abacate; Alecrim; Alfavaca; Benjoim; Buchinha do Norte; Capim Limão; Chapéu de Couro; Coentro; Eucalipto; Folha Gorda; Guaco; Jabuticabeira; Lágrima de Nossa Senhora; Laranjeira; Mangueira; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo; Orégano; Pulmonária; Sete Sangrias;

VIAS URINÁRIAS - Abacate; Cavalinha; Chapéu de Couro; Cinco Folhas; Erva de Bicho; Erva de São João; Erva Moura; Folha Gorda; Gerânio; Pata de Vaca; Romãzeira;

VERRUGAS – Figo; Folha Gorda;

VITILIGO - Chapéu de Couro;

VOMITOS - Alfavaca; Capim Limão; Cidrô; Cravo da Índia; Erva Doce; Funcho; Laranjeira; Losna; Manjeriçã; Manjeriçã Roxo.



# CAAP

PRINCÍPIOS ATIVOS, PROPRIEDADES  
MEDICINAIS E CURIOSIDADES DAS ERVAS  
PESQUISADAS

# VIII

## ABACATE – Persea americana

### PRINCÍPIO ATIVO

Tanino; metil-eugenol; abacatina (princípio amargo); dopamina; quercitina; perseitol; proteínas; mucilagens; óleo essencial; flavonóides; estragol; anetol; possui quantidades variáveis de matéria insaponificável (máx. 2%); hidrocarbonetos, ácidos voláteis, esteróis (sitosterol, campesterol), aminoácidos; vitaminas (A, B, D, E, G) e lecitina. É rico em potássio, cálcio, fósforo e ferro. Semente: Abscisina. Fruto: 20 a 25% de óleo, além de: ácidos graxos, hidratos de carbono, substâncias minerais, proteínas, ácido acético, ácido málico, carboidratos, dopamina, esparagina, metil-eugenol, d-perseitol, taninos e vitamina E.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, afrodisíaca, antianêmica, antidiarreico, anti-helmíntico, antiidade, antiinflamatória, antireumática, antioxidante, antiséptico das vias respiratórias, anti-sifílica, antitênia, antiuricêmico, balsâmica, carminativa, cicatrizante, colagoga, colerética, depurativo, digestiva, diurético, emenagoga, emoliente, estomáquica, rejuvenescedora, tônica capilar, umectante, vermífuga, vulnerária. Indicações: abscessos, ácido úrico, afecções hepáticas, aftas, anemia, amigdalite, artrismo, indisposição, infecções da bexiga, bronquite, cansaço, caspa, cefaleia, cistites, cólica histérica, diarreia, disenterias, dispepsia, distúrbios da digestão, diurético, dor de barriga, dor de cabeça, eczemas do couro cabeludo, edemas, eructações, estomatite, estresse, febre intermitente, flatulência, gases intestinais, gota, hepatite, hipertensão, inchaço dos pés, indigestão, inflamações dos dedos, nevralgia do trigêmeo, nutritivo, panariços, queda de cabelo, reumatismo, infecções dos rins, rouquidão, secreções catarrais, sífilis, tosse, tuberculose, uremia, uretrites, varizes, verminoses, vesícula biliar, vias respiratórias, vias urinárias, regularizar o fluxo menstrual, ativar a excreção biliar, liberar a menstruação.

## ABRE CAMINHO – Justicia gendarusa l

### PRINCÍPIO ATIVO

Cumarina e alcaloides.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Analgésico e anti-inflamatório.

## AÇUCENA - Hippeastrum hybridum

### PRINCÍPIO ATIVO

Alcaloides.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Diurética e emoliente, também indicada para contusão, dor de ouvido, espasmo, mancha cutânea, queimadura, úlcera.

## ALECRIM - Rosmarinus officinalis L.

### PRINCÍPIO ATIVO

Saponinas, flavonoides, nicotinamida, colina, pectina, taninos, rosmaricina, vitamina C, óleo essencial (pineno, canfeno, cineol, borneol, eucaliptol, acetato de isobornila, valerianato de isobornila, cânfora).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Antisséptico pulmonar, antidepressivo, calmante, auxiliar em problemas de memória, estafa, cansaço

físico e mental, celulite, colesterol, azia e insônia. Auxiliar no tratamento de estados de depressão, dores reumáticas, digestão e também, facilita a menstruação.

ALFACE – *Lactuca sativa*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial; albuminas; vitaminas A e C, e minerais cálcio Ca, fósforo P e ferro Fe.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Laxante, facilita a digestão, mineralizante, desintoxicante, diurético, antiácido, antirreumático e sonífero (leite do caule). Normalmente utilizado em forma de saladas.

ALFAVACA – *Ocimum gratissimum* L.

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo Essencial, Tanino e Matéria Resinosa.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Afecções das vias respiratórias, afecções gástricas e intestinais, debilidade dos nervos, febres. Ótimo contra amigdalite, estomatite, aftas, angina, antraze, aumentar a lactação, bico do seio rachado, bronquite, catarro, cólica, debilidade de nervos, dispepsia, doença das vias respiratórias, dor de cabeça nervosa, dor de garganta, enxaqueca, espasmo, espinha, estagnar o sangue, febre, ferida, flatulência, fraqueza, frieiras, furúnculo, garganta, gases, gastrite, gripe, infecções intestinais, dos rins e do estômago, insônia, picada de inseto, problemas digestivos, resfriado, reumatismo, tosse, tuberculose pulmonar, vermes e vômito.

ALFAZEMA – *Lavandula Officinalis* Chaix

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo volátil, flavonoides, tanino, álcoois térmicos, cineol, nerol, cumarina, linalol, geraniol, acetato de linalilo, furfurool, cariofileno, eucaliptol, cânfora, borneol, acetato de lavandulilo, terpin-4-ol, lavandulol, a-terpineol.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Analgésica, antianêmica, antiasmática, anticonvulsiva, antidepressiva, antiemética, antiespasmódica, anti-inflamatória, antileucorreica, antimicrobiana, antiperspirante, antirreumática, antisséptica, aromática, aromatizante do cabelo, béquica (acalma a tosse e irritações na faringe), calmante suave, calmante dos nervos, carminativa (combate a formação de gases), cicatrizante, colagoga (excitante da secreção biliar), descongestionante, desodorante, diaforética, digestiva, diurética, emenagoga, estimulante da circulação periférica, estimulante mental, excitante do sistema nervoso, hipnagoga, indutora do sono, oftálmica, parasiticida capilar, peitoral, purificante, refrescante, relaxante muscular, repelente de insetos, rubefaciente, sedativa, sudorífica, tônica capilar, tônica do estômago, tônica dos nervos, vermífuga. Na medicina oriental, constata-se que a alfazema fortalece a parte In do indivíduo, auxiliando no amadurecimento do lado emotivo. Usada em infusão, óleo essencial, maceração, compressas e massagens.

ALHO – *Allium sativum*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido alfa-aminoacrílico; ácido fosfórico livre; ácido sulfúrico; ajoeno (produzido por condensação da alicina); açúcares (frutose, glucose); alil; alil-propil; aliína (que se converte em alicina); aliinase; aminoácidos (ácido glutamínico, argenina, ácido aspártico, leucina, lisina, valina); citral; desoxialiina;

dissulfeto de dialila; dissulfeto de dietila; felandreno; galantamina; geraniol; heterosídeos sulfurados; insulina; inulina; linalol; minerais (manganês, potássio, cálcio, fósforo, magnésio, selênio, sódio, ferro, zinco, cobre); nicotinamida; óleo essencial (muitos componentes sulfurosos, dentre eles: disulfuro de alil, trissulfuro de alil, tetrasulfuro de alil); óxido dialildissulfeto; polissulfeto de dialila; prostaglandinas A, B e F; proteínas; quercetina; sulfetos de vinil; trissulfeto de alila; vitaminas (A, B6, C, ácido fólico, pantotênico, niacina).

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Amebicida, antiagregante plaquetário, antiasmática, antibiótico, antifúngica, antigripall, anti-hipertensiva, anti-inflamatório, antimicrobiana, antirreumática, antisséptica, antitóxica intestinal, antitrombótica, antiviral, digestiva, bactericida, bactericida intestinal, carminativa (combate a formação de gases), depurativo do sangue, desinfetante, digestiva, diurética, emoliente, estimulante, excitante da mucosa estomacal, expectorante, febrífugo, hepatoprotetora, hipogluceante, hipolipemiente (inibe a síntese de colesterol e triglicerídeos), hipoviscosizante (reduz a viscosidade plasmática); odontálgica, rubefaciente energético, sudorífera, vasodilatadora periférica, vermífuga (solitária e ameba). É um antibiótico natural, protege artérias e veias e evita o acúmulo de coágulos e gorduras. É também expectorante e cicatrizante de mucosas, baixa a pressão arterial e a taxa de glicose. Usado como tempero, unguento, cataplasma, óleo ou infusão.

AMOREIRA – *Morus alba* L.

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Adenina, proteína, sais, glicose, flavonoides, cumarina, taninos; morus nigra: adenina, glicose, asparagina, carbonato de cálcio, proteína, tanino, cumarina, flavonoides, açúcares, ácido málico, matérias albuminoides e pectíneas, pectosa.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Laxativa, sedativa, expectorante, refrescante, emoliente, calmante, diurética, antidiabético, anti-inflamatória, dor de dente, pressão sanguínea, tosse, inapetência, prisão de ventre, inflamação da boca, febre, diabetes, dermatoses, eczema, erupções cutâneas. Frutos: tônico, laxante. Folhas: antibacteriana, expectorante, sudorífero. Cascas: antirreumática, reduz a pressão sanguínea, analgésica. Cascas da raiz: sedativa, diurética, expectorante.

ARAÇÁ - *Psidium cattleianum*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Possui grandes quantidades de vitamina A, B e C, além de proteínas e carboidratos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O óleo retirado de suas folhas é empregado como antidiarreico e antibiótico, por apresentar forte atividade contra bactérias. Suas raízes são utilizadas como diuréticas e antidiarreicas. A medicina popular considera essa espécie como um energético adstringente. Cura desarranjos intestinais e põe fim às cólicas, também utilizado em casos de hemorragia, hemoptises, dores artríticas, dores reumáticas. Seus frutos são utilizados como calmante, para combater doenças inflamatórias da boca, da garganta, do intestino, órgãos genitais e é anti-hemorragica.

ARNICA – *Solidago* sp.

---

#### PRINCÍPIOS ATIVOS

Acetofenona, carotenoide, diterpenos com esqueleto labdâmico e clerodânico, flavonoides, quercitina,

glicosídeo (glicosídeo), metoxibelzaldeído, óleo essencial, saponinas.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Antiespasmódica, anti-hemorragica, anti-inflamatória, antirreumática, béquica, estomáquica, odontálgica, vulnerária, poplexia, asma, arteriosclerose, cabelos (queda, caspa, dermatite seborreica, oleosidade), catarro, contusões, coqueluche, distensão muscular, dores (musculares, articulares, reumáticas, de entorse, de contusões), entorse, espasmo, ferimento, febre, furunculose, golpes, gota, edema, hematoma, inflamação, inflamações na boca, inchaço, nevralgia, hemorragia, machucaduras, músculos doloridos, nevralgias, pressão alta, problemas ligados ao joelho, reumatismo, sistema circulatório (estimulante), traumatismo, úlcera do estômago. Emplasto: Hematomas, tratamento de condições pós-traumáticas e pós-operatórias; dores reumáticas; picada de insetos. Uso apenas em pele íntegra.

AROEIRA - *Schinus sp.*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial: rico em mono e sesquiterpenos, taninos, resinas, alcalóides, flavonoides, saponinas esteroidais, esteroides, triterpenos, cis-sabinol, p-cimeno, limoneno, simiarinol, alfa e beta pineno, delta-caroteno, alfa e beta felandeno, terechutona.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Serve para tratar febre, reumatismo, sífilis, úlceras, azia, gastrite, tosse, bronquite, íngua, diarreia, cistite, dor de dente, artrite, distensão dos tendões e infecções da região íntima. Para fins terapêuticos são utilizadas as cascas, especialmente para fazer infusão, e as outras partes da planta, para preparar banhos. Na medicina popular, a casca, a folha e a raiz da aroeira-verdadeira são usadas em forma de infusão, como balsâmica e hemostática. Na forma de infusão - a casca (balsâmica e tônica) - é também utilizada no tratamento das doenças respiratórias e urinárias. Serve também para estancar hemoptises (expectoração sanguínea através da tosse), hemorragias e metrorragias (hemorragia uterina irregular que ocorre fora da menstruação). É usada também no tratamento da diarreia e de feridas rebeldes. Quando fervida, em forma de emplastro e aplicada em pano com suporte de tala de bambu, pode substituir o gesso, em caso de fratura óssea. Outros usos são mencionados, como no combate à inflamação de garganta, para curar gastrite e como regulador menstrual. O uso da aroeira-verdadeira tem comprovado efeito anti-inflamatório e cicatrizante em casos de úlceras e alergias. Por ser rica em tanino, a aroeira tem propriedade adstringente, daí seu efeito de contrair, fechar e cicatrizar.

AROEIRA SALSA - *Schinus molle*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Rico em mono e sesquiterpenos; taninos, resinas, alcalóides, flavonoides, saponinas esteroidais, esteroides, triterpenos, cis-sabinol, p-cimeno, limoneno, simiarinol, alfa e beta pineno, delta-caroteno, alfa e beta felandeno, terechutona.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

As cascas e folhas secas da aroeira são utilizadas contra febres, problemas do trato urinário, contra cistites, uretrites, diarreias, blenorragia, tosse e bronquite, problemas menstruais com excesso de sangramento, gripes e inflamações em geral. Sua resina é indicada para o tratamento de reumatismo e ínguas, além de servir como purgativo e combater doenças respiratórias. Emprega-se também contra a blenorragia, bronquites, orquites crônicas e doenças das vias urinárias. Seu óleo (resina) é usado externamente como cicatrizante e para dor de dente. A resina amarelo-clara (a qual endurece ao ar tornando-se azulada e depois pardacenta), proveniente das lesões das cascas, é medicamento de larga aplicação entre os sertanejos, como tônico, nos casos em que usam cascas. Em outros tempos, a aroeira foi utilizada pelos

jesuítas que, com sua resina, preparavam o “Bálsamo das Missões”, famoso no Brasil e no exterior. A planta inteira é utilizada externamente como antisséptico no caso de fraturas e feridas expostas. O óleo essencial é o principal responsável por várias atividades desta planta, especialmente à ação antimicrobiana contra vários tipos de bactérias e fungos e contra vírus de plantas, bem como atividade repelente contra a mosca doméstica. Este óleo essencial, rico em monoterpenos, é indicado em distúrbios respiratórios. É eficaz em micoses, candidíases (uso local) e alguns tipos de câncer (carcinoma, sarcoma, etc.) e como antiviral e bactericida. Possui ação regeneradora dos tecidos e é útil em escaras, queimaduras e problemas de pele. Externamente, o óleo essencial da aroeira brasileira utilizado na forma de loções, géis ou sabonetes, é indicado para limpeza de pele, coceiras, espinhas (acne), manchas, desinfecção de ferimentos, micoses e para banho. Em banhos é utilizado o decocto da casca de aroeira para combater úlceras malignas. Na medicina indígena Guarani é usada como otálgica, adstringente, antidiarreica, anti-inflamatória, antirreumática, balsâmica, cicatrizante, anti-úlceras, emenagoga e tônica.

ARRUDA - *Ruta graveolens L.*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Alcaloides, ácido salicílico livre, álcool metilnônico, e seus ésteres, matérias resinosas e pépticas, flavonoides, óleo essencial, pipeno, psoraleno, quercitina, ribalinidina, rubalinidina, rutacridona, rutilidina, rutilinium, rutina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Arruda é a tradução palavra grega “reuo”, que significa libertar. Essa planta é tão eficaz no processo de cura, que era uma das ervas preferidas de Hipócrates, o Pai da Medicina, e que, segundo conta à história, não economizava elogios para ela. Analgésica, béquica, emoliente e anti-helmíntica, indicada nos casos de supressão da menstruação, por seu efeito emenagogo. Também possui efeitos abortivos. Acredita-se que é eficaz para tratar problemas oculares, principalmente se a capacidade da visão estiver comprometida pelo esforço excessivo, a popular “vista cansada”. Era a erva de grandes pintores, que “devoravam” quantidades substanciais de folhas para ter uma visão nítida e clara. É empregada como emplasto no peito para combater a tosse. É muito usada para combater piolhos e coceiras. A substância chamada rutina é a responsável pelas principais propriedades da arruda. Ela é usada para aumentar a resistência dos vasos sanguíneos, evitando rupturas e, por isso é indicada no tratamento contra varizes. Muito usada na medicina popular para aliviar dores de cabeça e, segundo os especialistas, isso pode ser explicado porque ela apresenta um óleo essencial que contém undecanona, metilnonilketona e metilheptilketona. Todas essas substâncias possuem propriedades calmantes e, ao serem aspiradas, aliviam as dores e diminuem a ansiedade.

ARTEMÍSIA – *Artemisia vulgaris L.*

#### PRINCÍPIO ATIVO

O óleo essencial é rico em cineol e tujona; flavonoides, taninos, saponinas, resinas, artemisinas e princípios amargos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É usada como efeito: analgésico, febrífugo, antiespasmódico, anticonvulsivo, diuréticas, sedativas, anti-inflamatórias, tônico, calmante, digestivo, vermífugo (tênia, lombrigas e oxiúros) e regulador da menstruação. É tóxica se consumida crua. Na antiguidade era utilizada para cicatrizar feridas, queimaduras e tratamento para úlceras externas por meio de infusão das flores da artemísia em azeite de oliva. É usada para regularizar o ciclo menstrual e para aliviar cólicas. Também é usada para combater a gripe, anemia, envenenamentos, alivia as dores pós-parto; debilidade do estômago, gastrite, flatulências, mau hálito; epilepsia, câimbras, diarreias, hidropisias, icterícia, vermes, reumatismo, nervosismo,

histerismo, nevralgia; para auxiliar no tratamento de diabetes e ultimamente está sendo testada para combater a malária, a febre amarela e até a dengue.

#### ÁRVORE DE SANTA BÁRBARA – Melia azedarach

##### PRINCÍPIO ATIVO

Limonoides, triterpenoides, esteroides, alcaloides (azaridina), proteínas, fenóis e fitoesteróis.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Devido à alta toxicidade de saponinas e alcaloides neurotóxicos (azaridina) não são recomendados usos medicinais.

#### BABOSA - Aloe vera

##### PRINCÍPIO ATIVO

Polissacárido (glucose); prostaglandinas (ácidos gordos cíclicos e oxigenados); outros ácidos gordos (gama-linoleico); prostaglandinas; enzimas (amilase); antraquinonas (aloína); aminoácidos essenciais (lisina, isoleucina, fenilalanina, valina, leucina, metionina, triptofano e teonina); aminoácidos não essenciais (ácido aspártico, ácido glutâmico, alana, prolina, histidina, serina, glicina, arginina, tirosina); vitaminas (vitaminas A, B1, B5, B6, B12, C, E); sais minerais (cálcio, fósforo, cobre, ferro, magnésio, manganês, potássio, sódio, titânio, zinco, iodo, enxofre, níquel, boro). Barbalodina; aloquinodina; emodina; aloetina; ácido pícrico; resinas.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Cicatrizante, antimicrobiana, emoliente (hidratante da pele). Adstringente, anestésica, anticancerígena, anti-hemorrágica, anti-inflamatório, antiprurítico, antisséptica, antitóxico, bactericida, cicatrizante, colerética, dilatadora capilar, emoliente, estimulante granulatório, fungicida, hidratante, limpador natural, proteolítico.

#### BÁLSAMO – Sedum dendroideum

##### PRINCÍPIO ATIVO

Mucilagens, alcaloides piperidínicos, triterpenos, sesquiterpenos, e taninos hidrolisáveis.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Ferimentos, queimaduras, inflamações da pele, contusões, úlceras, gastrites, cicatrizante, anti-inflamatória, emoliente. Em forma de óleo, extraído do tronco, é eficaz para controle do diabetes, da bronquite crônica, para queimaduras e frieiras. O sumo do tronco deve ser aplicado sobre a pele inflamada.

#### BAMBU – Bambusa sp.

##### PRINCÍPIO ATIVO

Proteínas (aminoácidos), polímeros celulósicos, ácidos orgânicos, sais minerais (cálcio, fósforo, ferro), vitaminas (A, B, C), carboidratos e mucilagens.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Afecções nervosas, artrose, contra veneno (substância tóxica), diarreia, doenças da pele (rizoma), disenteria, febre, gases, hemorragias, hemorroidas, intoxicações, osteoporose, paralisia, perturbações do estômago; remineralizar unhas, cabelos e cartilagens. Suas sementes são de alto valor alimentício. Seu rizoma é diluente e muito eficaz na cura das moléstias da pele; são emenagoga as suas folhas, seu suco é

adocicado e também empregado em medicamentos, além de fornecer uma bebida alcoólica, espécie de aguardente conhecida em Portugal como Tabaxir. Esse líquido, quando exposto ao Sol, coagula-se e toma a forma de resina. Chama-se o “açúcar do bambu”. Segundo dizem, é o primeiro açúcar conhecido pela humanidade. Na base dos internódios formam-se concreções ou depósitos compostos de sílica e potassa, que são contraveneno de quaisquer tóxicos e eficazes na cura das paralisias e da flatulência.

#### BANANEIRA – Musa paradisiaca

##### PRINCÍPIOS ATIVOS

Ácido ascórbico, tiamina, riboflavina, niacina.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Cãibras, fadiga, alterações nos batimentos cardíacos, vários tipos de alergia, TPM, prisão de ventre, diarreia infantil. Todas as partes da bananeira têm aplicações medicinais. As flores são usadas na bronquite, disenteria e em úlceras. As flores cozidas são dadas aos diabéticos. A seiva adstringente da planta é empregada em casos de histeria, epilepsia, lepra, febre, hemorragia, disenteria e diarreia aguda, sendo também aplicadas em hemorroidas; picadas e mordidas de insetos e outros animais. As folhas novas são utilizadas em compressas para queimaduras e outras afecções da pele. As cinzas adstringentes da casca verde e das folhas são utilizadas no tratamento da disenteria e diarreia e também em úlceras malignas. As raízes são administradas em desordens digestivas, disenteria e em outras doenças. A mucilagem da semente da banana é utilizada nos casos do catarro e diarreia na Índia. A banana é muito rica em minerais e tem grande quantidade de ferro, que ajuda na hemoglobina do sangue, contra a anemia, principalmente em grávidas e crianças. Ela tem magnésio, que ajuda a combater muitas espécies de alergia – inclusive a febre do feno. Segundo pesquisadores da Alemanha, a ingestão de três bananas médias fornece cerca de 180 mg de magnésio. Mas o seu forte é uma grande quantidade de potássio, mineral necessário para contração muscular, evitando cãibras, fadiga e alterações nos batimentos cardíacos. A banana é fonte essencial de energia e, sendo de fácil acesso e tornando a refeição ligeira, passou a ser o alimento ideal para os desportistas sujeitos aos grandes desgastes nos esforços físicos. O potássio ajuda ainda na transmissão dos impulsos nervosos e recompõe a perda deste mineral nos casos de diabetes, auxilia os pacientes com hipertensão ou com problemas cardíacos e, também, nos casos de diurese provocada em pessoas em regime de emagrecimento. A banana ainda possui o cálcio tão necessário para fortalecimento dos ossos, dentes e as células do nosso corpo. As vitaminas encontradas nesta fruta são: A (beta caroteno), necessária para o funcionamento do sistema imunológico, ajudando a diminuir o tempo de duração das doenças. Vitamina C (ácido ascórbico), que ajuda a aumentar a imunidade e oferece proteção contra o câncer; B1 (tiamina), que ajuda a manter normal o funcionamento do sistema nervoso, músculos e coração; B2 (riboflavina), que ajuda na cicatrização das feridas, e a B5 (niacina), que interfere no metabolismo das gorduras e açúcares. Ela é ideal para integrar a dieta de mulheres que sofrem de síndrome da tensão pré-menstrual (a TPM). A banana maçã combate o colesterol e ajuda a evitar prisão de ventre. Uma pesquisa, vinda da Inglaterra, informa que a ingestão de bananas forma um fermento digestivo, do tipo dietético, que protege contra o câncer do estômago. Alcaliniza o sangue no caso da acidez no estômago, facilitando a digestão. Estimula os rins na depuração de elementos tóxicos; no caso de infecção do fígado, ajuda no fortalecimento celular. A banana é, também, ótima para combater a diarreia infantil, sendo o remédio provido pela Natureza para facilmente curá-la. Os índios Fulni-o utilizam a banana prata com alho por volta das 03 da manhã para fortificar o intestino, vermes e hemorroidas.

#### BENJOIM – Styrax benjoin

##### PRINCÍPIO ATIVO

Ácidos Balsâmicos: cinâmico, benzoico e seus ésteres; Ácidos Triterpenóides derivados do ácido oleanoico: sia-resinólico e suma-resinólico; Vanilina; Benzoato de Coníferilo.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O benjoim é indicado na bronquite, no enfisema e na asma. Topicamente, é usado nas feridas, nas ulcerações, nas micoses, nas gengivites, nas parodontopatias, na acne, nos furúnculos, nos eczemas e na psoríase. É também utilizado como fixador de certos perfumes, como ingrediente na fabricação de chocolate e de sabão. Muito utilizado com incenso. Modo de uso: Aplicação protetora para irritações da pele. A tintura misturada com água e glicerina pode ser aplicada localmente em úlceras cutâneas, fendas nos mamilos e fissuras de lábios e ânus. Para inflamação de garganta e brônquios, a tintura pode ser administrada com um pouco de açúcar. A tintura e seus compostos podem ser usados, em certas ocasiões, em água fervente como inalantes para tratamento de catarro no trato respiratório superior, devido sua ação expectorante e suavizante. Em combinação com óxido de zinco se usa em unguentos para lactantes.

### BOLDO - *Coleus barbatus*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Barbatusol, barbatol, barbatusina, cariocal, ciclobutatusina, colenol, coleol, coliona, óleo essencial (rico em guaíeno e fenchona), ferruginol, forskolina.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Diarreia (extrato cru das folhas é antiviral), fadiga do fígado, distúrbios intestinais, hepatite, cólica e congestão do fígado, obstipação, inapetência, cálculos biliares, debilidade orgânica, insônia, ressaca. Usado como remédio contra má digestão e doenças no fígado. É frequentemente indicada para pessoas que ingerem bebidas alcoólicas em grande quantidade.

### BOLDO DO CHILE - *Peumus boldus*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Barbatusol, barbatol, barbatusina, cariocal, ciclobutatusina, colenol, coleol, coliona, óleo essencial (rico em guaíeno e fenchona), ferruginol, forskolina.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Desintoxicante do fígado, diurético, antidiarreico e estimulante do apetite. O Boldo-do-Chile era utilizado pelas comunidades indígenas dos Andes Chilenos, que a aplicavam em casos de luxações e dores reumáticas. Os nativos usavam as folhas desta planta na culinária, assim como agente carminativo, para o tratamento da gota, das desordens do fígado, da bexiga e da próstata. Modo de usar: A infusão de Boldo é indicada para debilidade orgânica, estimulante das funções digestivas, fígado, aumenta a secreção biliar, diurético, hepatite, prisão de ventre, cálculos biliares, tonturas, gases, digestão difícil, inapetência, tranquilizante e hipnótico.

### BUCHINHA DO NORTE - *Luffa operculata* L.

#### PRINCÍPIO ATIVO

M-carboxifenil alanina, cucurbitacina B, isocucurbitacina B, cucurbitacina D, gipsogenina e luperosídeos A, B, C, D, E, F, G e H. Os frutos contêm um princípio amargo chamado buchinha.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Dotada de propriedades com ação anti-herpética, expectorante, adstringente, vermífuga e antisséptica. Importante: devido à buchinha ser extremamente tóxica, a mesma só deve ser usada externamente; em inalações. O fruto da buchinha do norte é indicado como forte aliado no tratamento de doenças do sistema respiratório, tais como: sinusite, rinite, bronquites, entre outras complicações respiratórias. Além de sua eficácia contra dor de cabeça, feridas, herpes e ascite (barriga d'água). O fruto é a única parte que

se utiliza como erva medicinal, sempre de forma externa. É uma planta com origem na América do Sul e nativa brasileira, espécie trepadeira de caule anguloso, gavinhas simples ou bífidas, compridas e vilosas. Suas folhas são longo-pecioladas, cordiformes ou reniformes, um pouco crespas, angulosas ou lobadas, possuindo de três a cinco lobos. Planta possui flores amarelas e pequenas, campanuladas e axilares. Suas sementes são longas, lisas, com margens regulares e sem alas. Já os frutos da buchinha são ovoides, flácidos, pequenos, crespos e com tímidas nervuras ou saliências espinescentes e seriadas.

### CAFÉ – *Coffea arábica*

#### PRINCÍPIO ATIVO

1,3,7-trimetilxantina (cafeína).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Estimulante do cérebro (raciocínio) e diminui a fadiga. Depurativa do sangue, hipoglicemiante, e tem a ação de retardar o sono; a bebida preparada com as sementes torradas e moídas estimula o raciocínio e diminui a fadiga. Suas folhas cozidas em água com sal servem para limpar o sangue (Haiti); a infusão de sementes cruas é tido como hipoglicemiante. Na forma de floral sintoniza a mente no tempo presente, estimula a paciência e melhora a atenção; facilita a aceitação de perdas e dos momentos de solidão.

### CALÊNDULA - *Calêndula officinalis*

#### PRINCÍPIOS ATIVOS

Óleo Essencial (0,1-02%), abundante em monoterpenos e sesquiterpenos oxigenados: carvona, geranilacetona, mentona, isomentona, cariofileno, alfa e beta-iononas, pedunculatina, dihidroascetinidíolido; Saponinas: calendulosídeo A, D, D2 e F; Carotenóides: calendulina, caroteno, licopeno, rubixantina, violaxantina e zeína; Flavonoides: derivados do quercetol e do isoramnetol; Álcoois Triterpênicos Pentacíclicos: arnidiol, faradiol, ácido faradiol-3-mirístico, lupol, taraxasterol, ácido faradiol-3-palmítico; Polissacarídeos: ramno-arabino-glactano e arabinogalactanos; Ácido Málico; Mucilagens (1,5%); Resina; Goma (calendulina); Taninos; Poliacetilenos; Esteróis: sitosterol, estigmasterol, isofucosterol, campesterol; Ácido Salicílico (0,34 mg/kg).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, antibacteriano, antifúngico, anti-inflamatório, antisséptico, antiespasmódico, cicatrizante, diaforético, sedativo, vulnerário, analgésica, antiabortiva, antifúngica, calmante, antialérgica, antiviral, reguladora da menstruação, tonificante da pele e bactericida.

### CAMOMILA – *Chamomilla recutita* L.

#### PRINCÍPIO ATIVO

Alfa-bisabolol, Óleo Essencial: camazuleno, óxidos de bisabolol A, B e C, óxido de bisabolona; Flavonoides: luteolol, apigenol, quercetol; Cumarinas: umbelieronona e hierniarina; Mucilagens; Lactonas Sesquiterpênicas (princípios amargos): matricina, matricarina, percussores do camazuleno; Sais Minerais.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Calmante, analgésico, antibacteriana e antifúngica, antisséptica; combate distúrbios do aparelho digestivo. O Floral atua nas nossas emoções despertando a capacidade de esperar e paciência.

## CANELA - *Cinnamomum zeylanicum*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Aldeído cinâmico ou cinamaldeído.

Propriedades medicinais: Astringente, afrodisíaca, antiespasmódica, antisséptica, aromatizantes digestiva, excitante, calmante, hipertensora, tônica e dilatadora de vasos. Combate calafrios, a respiração cansada, dores de barriga, pressão baixa, reumatismo e tosse. A casca da canela parece também conter elementos que incentivam o funcionamento do coração e elevam o nível de excreção do aparelho digestivo. No quesito medicinal ela pode igualmente ser utilizada para impedir o aparecimento da osteoporose e no alívio das consequências da menopausa. Ela também é ingrediente obrigatório na elaboração de xaropes que estimulam a circulação.

### EFEITOS COLATERAIS

Ela deve ser evitada por mulheres grávidas, uma vez que possui características que podem provocar o aborto ou má formação do feto.

## CAPIM LIMÃO - *Cymbopogon citratus*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Aldeídos, cetonas, ácidos, ésteres, sesquiterpenos e terpenos, citrol (mistura dos aldeídos neral e geraniol), saponinas álcoois (cimeropogonol e cimpogonol), alcalóides, óleos essenciais (com a-oxobisaboleno, borneol, b-cadineno, canfeno, car-3-eno, cineol, geranial, geraniol, citral), metileugenol, mirceno, cimbopogona, farnesol, fencon, cimbopogonol, cimbopogonol, isopulegol, acetato de geraniol, hexacosan-1-ol, humuleno, linalol, mentona, nerol, acetato de nerol, a e b-pineno, terpineol, terpinoleno, ocimeno, iso-orientina, a-canforeno, limoneno, dipenteno, citronelal, ácidos acético, p-cumárico, caféico, citronélico, gerânico, capríco, flavonóides (luteolina, luteolina-7-O-b-D-glicosídeo, b-sitosterol), aldeídos (isovaleraldeído, decilaldeído).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Digestivo, antirreumático, calmante, sudorífero, febrífugo. Contra dores musculares, afecções cardíacas e gases intestinais. É sedativa, analgésica e antitérmica. Auxilia no tratamento de doenças nervosas, ansiedade, catarro, cefaleia, cólicas menstruais e intestinais. Ajuda a diminuir atividade motora, distúrbio renal, dor de cabeça, dor estomacal, dor muscular, espasmo intestinal, dores estomacais, flatulência (gases), gastralgia, indigestão, infecções das vias respiratórias e digestivas, insônia, nervosismo, resfriado, reumatismo, problemas nos rins, estresse, tensão muscular, tosse, vômitos, poros dilatados, celulite e lactante. Por conter óleo essencial de citronela, é também um excelente repelente de insetos. É também um agente antimicrobiano e antifúngico eficaz na inibição e destruição de microrganismos. O citral aumenta a capacidade do corpo em aproveitar a vitamina A. O óleo de capim-limão, que possui cheiro doce, é muito utilizado na aromaterapia e medicina ayurvédica, vez que ajudar a aliviar a depressão, estresse e tensão do corpo. Usado popularmente em forma de cataplasma para dores de artrite e como erva de banho para músculos doloridos. O capim-limão ajuda a aliviar espasmos musculares, reduzindo todos os sintomas relacionados à dor. É utilizado para todos os tipos de dor, incluindo dor abdominal, dores de cabeça, dores nas articulações, dores musculares, espasmos do trato digestivo, câimbras musculares, dor de estômago, dentre outros. Também tem sido associada ao aumento da capacidade do corpo para reparar o tecido conjuntivo danificado, incluindo a cartilagem, ligamentos e tendões. É acrescentado a óleos de massagens para ajudar a aliviar dores nas costas, deslocamentos, reumatismo e tendinites. O óleo essencial diluído do capim-limão pode ser usado como um antifúngico para condições de pele, incluindo micose e pé-de-atleta. O extrato do capim-santo também pode ser aplicado a feridas recentes e abertas, vez que a erva atua como um antisséptico que previne infecções. O capim-limão ainda pode ainda ser utilizado como um desodorizante natural para prevenir odores corporais causadas por

bactérias. A propriedade antibacteriana da erva também faz com que seja ela seja útil para o tratamento natural da acne. A erva é usada na desintoxicação dos órgãos digestivos do corpo, como o pâncreas, fígado, rim e bexiga. As propriedades antissépticas e adstringentes da planta são úteis para pessoas com cabelo e pele oleosa. O óleo essencial do capim-limão é usado em perfumes, sabões, desodorizantes, detergentes e loções.

## CARQUEJA - *Baccharis trimera*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Alfa e beta-pineno, álcoois sesquiterpênicos, ésteres terpênicos, flavonas, flavanonas, saponinas, flavonóides, fenólicos, lactonas sesquiterpênicas e tricotecenos, alcalóides. Compostos específicos: apigenina, dilactonas A, B e C, diterpeno do tipo eupatorina, germacreno-D, hispidulina, luteolina, nepetina e quercetina. O óleo essencial contém monoterpenos (nopineno, carquejol e acetato de carquejilo). Segundo a BIONATUS: flavonóides (apigenina, cirsiliol, cirsimantina, eriodictiol, eupatrina e genkawanina), sesquiterpenos, diterpenos, lignanos, alfa e beta pinenos, canfeno, carquejol, acetato de carquejila, ledol, alcóois sesquiterpênicos, sesquiterpenos bi e tricíclicos, calameno, elemol, eudesmol, palustrol, nerotidol, hispidulina, campferol, quercetina e esqualeno

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

A Carqueja serve para ajudar no tratamento de má digestão, prisão de ventre, diarreia, gastroenterite, anemia, gripe, febre, doenças hepáticas, diabetes, vermes intestinais, afta, amigdalite, anorexia, azia, bronquite, colesterol, doenças da bexiga, má circulação do sangue e feridas. Diurético, estimulante do fígado e digestivo. A infusão de Carqueja é um tônico estomacal que controla o apetite, é utilizado em dispepsias, anemia causada por perda de sangue, contra debilidade intestinal, cálculos biliares, enfermidades do baço, da bexiga, do fígado e dos rins, má digestão, má circulação, diabetes e boca amarga. É um diurético e depurativo aconselhado contra diarreia, fraqueza orgânica, gripes, febres e prisão de ventre e como emagrecedor. Atua na função gastrointestinal, sendo utilizada para tratamento de distúrbio digestivo. A parte usada da Carqueja são suas hastes.

## CATINGA DE MULATA - *Tanacetum vulgare*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido tanásico e essência tanacetona, óleo essencial: mais de 30 quimiotipos - terpenos, beta-jona, tujona, cânfora, isopinocantona, trans-crisantenil-etato, sabineno, acetato de bornil, germacreno D. ictonas sesquiterpênicas: partenólídeo; Flavonas: ipatorina, jaceosidina, apigenina, díosmetina, jaceidina, sosidina e quercetina.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Vermífuga, emenagoga, anti-helmítica, anti-inflamatória. Não indicado uso interno, sendo utilizada macerada com álcool para combater dores musculares, artrites, gota e reumatismos.

## CAVALINHA – *Equisetum arvensis*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Sais minerais: silício (em abundância), potássio, magnésio, alumínio, cálcio, flúor, fósforo e sódio; Saponinas: equisetonina; Taninos; Flavonóides: isoquercetina, equisetrina, canferol e galutenonina; traços de Alcalóides: nicotina, palustrina e espermidina; Vitamina C; Ácidos Caféico e Aconítico; Manitol e Inositol; Fitosteróis: *B*-sitosterol, campesterol e fucosterol; Ácidos Graxos: linoléico, linólico e oléico; Ácido Gálico.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Diurético, mineralizante, depurativo e fortificante dos rins. Contra pressão alta, edemas, infecções do aparelho urinário e moléstias de pele. A infusão de Cavalinha é indicada para osteoporose, ácido úrico, anemia, ansiedade, arteriosclerose, bexiga, blenorragia, cálculos renais, celulite, estrias, rins, pulmões, o baço, flacidez da pele e músculos, enurese, menstruações excessivas, obesidade, pedra na vesícula e rins, pressão alta, retenção de líquidos, reumatismo, estresse; além de como diurético e desintoxicante. Lavagens: feridas de difícil cicatrização, erupções cutâneas (compressas), úlceras, pés com transpiração excessiva e gargarejo para aftas e amidalites.

CEBOLA – *Allium cepa*

---

### PRINCÍPIOS ATIVOS

Vitaminas: A, B1, B2, B5, C, sais minerais (potássio, fósforo, cálcio, sódio, silício, magnésio, ferro) e glicocuíina, flavonoides.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É diurética, antisséptica, antibiótica, bactericida, hipoglicemiante, vermífuga. Auxilia no tratamento da úlcera péptica. Age contra a paralisia e reumatismo. Para uso externo combate piодermite, hemorroidas, picadas de abelha, dores de origem reumática e calvície. Para estômagos delicados, pode-se deixar a cebola em maceração com azeite de oliva durante a noite, o que faz perder sua acidez. O mesmo ocorre se a deixarmos dentro água com um pouco de suco de limão durante alguns minutos. Estes procedimentos conservam as propriedades medicinais da cebola; como antitussígeno infantil, popularmente se coloca uma cebola fatiada sobre uma mesa no quarto à noite, mantendo a porta fechada.

### CURIOSIDADE

O uso da cebola parece ter começado há 5000 anos no Egito, como observado em monumentos antigos. Textos clássicos, gregos e romanos também mencionam o uso da cebola. Durante a Idade Média, as cebolas eram consumidas por toda a Europa. Mais tarde, acreditava-se que as cebolas protegiam contra os maus espíritos e a praga (peste bubônica), provavelmente por causa de seu forte odor. A tintura da pele da cebola tem sido usada no Oriente Médio e Europa para colorir cascas de ovos e tingir tecidos por muitos anos. Acredita-se que Cristóvão Colombo trouxe a cebola para as Américas. A cebola também foi usada por curandeiros populares para impedir a infecção. A combinação de cebolas e de alho cozidas ao leite e um remédio popular europeu usado para eliminar a congestão. As cebolas também são usadas na medicina homeopática.

CHAPÉU DE COURO – *Echinodorus grandiflorus* (Cham. & Schltdl.) Micheli

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Holósides, heterósides, alcaloides, glicídeos, taninos, flavonoides, triterpenos.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, antiartrítica, antiinflamatória, antiofídica, antireumáticas, antisifilítica, colagoga, depurativa, diurética fortíssima, energética, hepática, hipotensora, laxante (ligeiramente). Doenças renais e das vias urinárias, reumatismos, erupções cutâneas, afecções hepáticas, ácido úrico, gripe e artrite. Afecção do estômago, arteriosclerose, bexiga, bócio, colesterol, convalescença, debilidade orgânica, dermatoses, doenças renais, dores nas juntas, edemas, erupções cutâneas, furúnculo, gota, hérnia, hidrofobia, hidropsia, impurezas do sangue, infecções das vias respiratórias, inflamações da garganta, litíase, lumbago, manchas, moléstias da pele, nefrite, pele (mancha, dermatose), picadas de cobra, pressão alta, prisão de ventre, rins, sarna, sífilis, úlceras, vitiligo.

CHEFLERA - *Schefflera arboricola*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido cítrico, ácido fumárico, ácido málico, ácidos orgânicos, ácido tartárico, ácido aconítico, ácido gama-hidroxi-butírico e ácido succínico.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Doenças abdominais, artrite, asma, hemorragia, fraturas, cálculo biliar, cálculo renal, espasmos musculares, dores nas costas, circulação, reumatismo, dor de estômago. É analgésica, anticonvulsivante, anti-inflamatória e relaxante muscular. Apenas sua raiz é utilizada.

CHUVA DE OURO – *Cassia fistula* L.

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Compostos antraquinônicos (reína, senidinas), proteínas, aminoácidos, pectinas, mucilagem, lupeol, flavonoides, açúcares.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Febre, prisões de ventre, problemas de pele, reumatismo. As partes utilizadas são as sementes, polpa das vagens (maduras, mas não secas), folhas e raiz.

CIDRÓ – *Aloysia citriodora*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Borneol, cariofileno, l-carvona, p-cimol, cineol, citral, d-citronelol, etil-eugenol, felandreno, flavonoides, geraniol, glicosídeos iridóides, isosafrol, d-limoneno, l-limoneno, linalol, meheptenona, metilheptona, mucilagem, a-pineno, b-pineno, taninos, terpenol, verbenona.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É antibacteriana, anticatártica, antiemética, antiespasmódica, antimalárica, anti-histérica, aromática, carminativa, cardíaca, depressora do sistema nervoso central, descongestionante, digestiva, emenagoga, estimulante, estomáquica, excitante, febrífuga, prolongadora do sono, sedativa, tônica. Usada para afecções do coração, asma, bronquite, congestão nasal, diarreia, digestão, doenças nervosas, dor de cabeça, dor de estômago, enxaqueca, febre, flatulência, gripe, hipocondria, inchaço dos olhos, infecção intestinal, melancolia, náusea, nevralgia, taquicardia, vômito, vertigem, zumbido no ouvido.

CINCO FOLHAS - *Penax quinquefolium*

---

### PRINCÍPIO ATIVO

Polissacarídeos, peptídeos, álcoois, poliacetilênicos, ácidos graxos, e ginsenosídeos.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Esta planta é um poderoso depurativo do sangue. Na sífilis, blenorragia, reumatismo, dartros, moléstias da pele, etc., dá excelentes resultados. Na homeopatia é indicada como medicamento útil nos casos de cefalalgia, reumatismo e sífilis. As folhas desta planta possuem propriedades diuréticas. Úteis na obesidade e nas moléstias do útero, da bexiga e da uretra. Usam-se as folhas em cozimento.

### CITRONELA - *Cymbopogon winterianus*

#### PRINCÍPIO ATIVO

a-cadinol, acetato de geranyl, b-elemeno, citral, citronelal, citronelol, d-cadineno, elemol, elemicina, eugenol, geranial, germacreno-D, geraniol, isopulejol, limoneno, linalol, mirceno, sabineno.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Suas propriedades envolvem sua ação como insetífuga, calmante, bactericida, febrífuga, sudorífica e carminativa. Pode ser usada, além de repelente, como um medicamento para febres intestinais e distúrbios digestivos. A planta também é muito usada na aromoterapia, e pode ser cultivada em casa.

### COENTRO - *Coriandrum sativum*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial contendo coriandrol, Óleo fixo, Pectinas, Taninos, Açúcares, Mucilagens, Amidos, Flavonoides, Limoneno, Terpineno. Compostos de linalol, pineno, cimeno e pentosanas. As análises desta planta demonstraram que é fonte das vitaminas A, K e C, e de beta-caroteno, luteína e zeaxantina, sendo estas últimas, substâncias potentes no combate à degeneração da visão.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O coentro destaca-se pelas suas propriedades antiespasmódicas, ou seja, ajuda a acalmar os espasmos involuntários dos órgãos internos tais como o estômago ou os intestinos. Útil para combater digestões dolorosas, a prisão de ventre e transtornos digestivos no geral. E também conta com propriedades carminativas que ajudam a reduzir a acumulação de gases no trato gastrointestinal. Destaca-se que as sementes da planta em comento são utilizadas como remédio natural para tratar a insônia e a ansiedade, uma vez que o coentro é capaz de atuar como um sedante e ansiolítico, por tal propriedade é empregado na fabricação de alguns medicamentos. O coentro possui poder expectorante e pode ser utilizado no caso de doenças respiratórias que provocam a acumulação de mucosidade. Conta ainda, com propriedades antibióticas e antibacterianas, de forma que pode ser útil no tratamento de feridas. Dentre os usos medicinais do coentro destaca-se: câibras, cistite, colesterol alto, cólica, conjuntivites, diarreia, dor de dente, dores comuns, enxaqueca, febre, flatulência, inchaços, indigestão, mau-humor, neuralgia, reumatismo, sarampo. Possui, também, propriedades afrodisíacas, antibacterianas, antifúngicas, aperitivo, aromático, diaforético, diurético, nervino, refrigerante, tônico estomacal. Dentre os usos populares do coentro denota-se que há o costume de mastigar umas folhas de coentro como remédio caseiro para combater a halitose ou o mau hálito. Cumpre destacar ainda que o coentro é encontrado na culinária de diversas nações, onde as sementes são assadas antes de moer para aumentar o sabor, e utilizadas para temperar vários pratos da culinária latina, indiana, etíope e asiática. As folhas de coentro são usadas como uma guarnição crua no norte da Ásia e na culinária africana. A raiz também pode ser cozinhada como um legume. No Brasil, o coentro é muito apreciado em saladas, misturadas a outras verduras como a Alface e o Agrião.

### COMIGO NINGUÉM PODE - *Dieffenbachia picta*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Oxalato de cálcio e saponinas.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É uma planta altamente tóxica devido à grande quantidade de ráfides de oxalato de cálcio.

### COPO DE LEITE - *Zantedeschia aethiopica* Spreng

#### PRINCÍPIO ATIVO

Oxalato de cálcio.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Esta planta não tem indicação de utilização medicinal, vez que todas as partes da mesma são extremamente tóxicas, assim sua indicação é tão somente para ornamentação.

### CORDÃO DE FRADE - *Leonotis nepetaefolia* R

#### PRINCÍPIO ATIVO

Lactonas Sesquiterpênicas; Óleo Volátil; Álcoois Terpênicos: nepetefolinol e leonotina; Ácido Labdânico; Diterpeno Metoxipetefolio; Cumarina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Por suas propriedades balsâmicas, cicatrizantes, diuréticas, estomacais, expectorantes e tônicas seu uso é indicado como antiespasmódico, e no tratamento de: asma, bronquite, ácido úrico, tosse, catarro, problemas no estômago, cólicas, fraqueza, reumatismo, cistite, flatulências, dores abdominais, nevralgias, febre, malária. Também é indicado para casos de aborto espontâneo, anemia, dor de contusão, espasmo, fraqueza geral, limpeza de úlceras e feridas. Indicado ainda, para crianças que acabaram de sair de doenças debilitantes, pois ele ajuda a aumentar os glóbulos vermelhos no sangue e aumenta a capacidade de resistência às demais doenças. Popularmente o Cordão de Frade é um tônico; antiasmático, atuando sobre os receptores 2-adrenérgico; antiespasmódico; estimulante; diurético e antirreumático. É recomendado em infusão contra acessos de asma, tosses, reumatismo, e externamente no tratamento de úlceras. É eficaz nas hemorragias uterinas. Não só os problemas físicos podem ser tratados com o cordão de frade. Adultos que sofrem de problemas psicológicos no âmbito das capacidades pessoais e profissionais podem fazer uso dessa planta, pois ela ajuda a acalmar e dar mais coragem para realizar as tarefas do dia. O povo afirma que hastes e folhas, em cozimento ou chá, combate a asma, melhora o funcionamento dos rins e beneficia no caso de reumatismo. A utilização desta erva em forma de chá é bastante conhecida por suas propriedades terapêuticas e curadoras. Os problemas respiratórios são o destaque entre seus benefícios.

### COUVE – *Brassica oleracea*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Contém uma grande quantidade de vitamina A, A1, B2, C e K.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

A couve serve para fortalecer os ossos, regular o intestino, combater o reumatismo e a fibromialgia e outras doenças, como úlcera no estômago, anemia, vermes, asma, bronquite e problemas do fígado. Estimula o apetite. É tônica, vermífuga, laxante, além de possuir compostos fenólicos que ajudam a combater o câncer. É anti-inflamatória, antibiótico e anti-irritante.

### CRAVO - *Dianthus caryophyllus*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Carotenóides, cineol, linalol, carvona, ocimeno, dextra-limoneno, fenol, anetol, eugenol, quercetagetina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É analgésica, aperitiva, antiespasmódica, antirreumática, antitussígena, imunoestimulante, laxativa,

peitoral, pesticida natural, purgativa, sudorífera, vermífuga. Indicado ainda no tratamento de acne, aliviar problemas pancreáticos e de ouvido, angina, aumentar a resistência imunológica, autismo, bronquite, cólicas uterinas, crianças com deficiência mental, espantar insetos (pulgões, formigas), espasmo, furúnculo, dores reumáticas, melhorar o apetite, prisão de ventre, problemas de aprendizagem, resfriado, reumatismo, sudorífico, tosse, vermes. Também é usado como floral em choques emocionais, traumas, mágoas, debilidades sensoriais. O cravo é também usado como condimento no Chile e na Argentina. É popular em pratos de arroz e como aromatizante em ensopados. A planta é cultivada e colhida para extração do óleo essencial, utilizado na indústria de perfumes como um componente de aroma, e em produtos alimentares como condimento de sabor, incluindo bebidas de cola, bebidas alcoólicas, sobremesas lácteas congeladas, doces, bolos, biscoitos, gelatinas e pudins. O Pó obtido das flores do cravo é utilizado para tingimento de tecidos. Popularmente é utilizado como vermífugo, digestivo, diurético, sedativo e contra males estomacais, utilizado contra a indigestão, cólica, constipação, disenteria, tosse e febre. Em algumas regiões, as mulheres utilizam o chá da planta para acelerar a menstruação, proteger contra o aborto espontâneo e dores no peito.

#### CRAVO DA ÍNDIA - *Syzygium aromaticum*

##### PRINCÍPIO ATIVO

O eugenol compreende 72-90% do óleo essencial extraído do cravo, e é o principal composto responsável pelo aroma do cravo. Outros importantes componentes do óleo essencial de óleo de cravo incluem acetil eugenol, beta-cariofileno e vanilina, ácido cratególico, taninos como a bicornina, ácido galotânico, salicilato de metila (analgésico), os flavonoides eugenina, canferol, ramnetina e eugenitina; triterpenoides como ácido oleanólico, estigmasterol e campesterol e sesquiterpenos diversos.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É usado como matéria-prima na indústria farmacêutica, cosmética e odontológica. O cravo tem sido utilizado, há mais de 2000 anos, como uma planta medicinal. Os chineses acreditavam em seu poder afrodisíaco. O óleo de cravo é um potente antisséptico. Seus efeitos medicinais compreendem o tratamento de náuseas, flatulências, indigestão, diarreia, tem propriedades bactericidas, e é também usado com anestésico e antisséptico para o alívio de dores de dente. O Professor Gary Elmer, Ph. D. do departamento de Medicinal Chemistry da University of Washington School of Pharmacy, em Seattle, salienta que “o eugenol realmente mata viroses e bactérias”. O óleo essencial é utilizado na aromaterapia, quando a estimulação e o aquecimento são necessários, principalmente para problemas digestivos. A aplicação tópica sobre o estômago ou no abdômen é para aquecer o aparelho digestivo. O uso de um cravo na dor de dente também ajuda a diminuir a dor. Ela também ajuda a diminuir a infecção nos dentes devido às suas propriedades antissépticas. Óleo de cravo, aplicada a uma cavidade em um dente cariado, também alivia a dor de dente. Dentes de cravinho podem ser usados internamente como infusão e topicamente como um óleo para os músculos hipotônicos, incluindo esclerose múltipla. Este também é encontrada em medicina tibetana. Alguns recomendam que se evite mais do que o uso ocasional de cravo internamente na presença de inflamação, tais como pita é encontrado em chamas aguda das doenças autoimunes. Na África Ocidental, o uso Yorubas dentes de infusão em água como um tratamento para distúrbios do estômago vômitos e diarreia. A infusão é chamada Ogun Jedi-jedi. Estudos ocidentais têm apoiado o uso de dentes e óleo de cravo para dor de dente. No entanto, estudos para determinar sua eficácia para a redução da febre, como um repelente contra mosquitos e evitar a ejaculação precoce foram inconclusivos. O cravinho pode reduzir os níveis de açúcar no sangue. Tellimagrandin II é um tanino elágico encontrada em *S. aromaticum* com propriedades anti-herpesvírus. Os botões têm propriedades antioxidantes. O eugenol apresenta propriedades antissépticas e anestésicas. Dos botões secos, extrai-se 15-20 por cento de óleo essencial, e a maior parte dele é o eugenol. Um kg (2,2 lbs) de brotos secos rende aproximadamente 150 ml de eugenol.

#### CURIOSIDADES

O cravo é uma árvore nativa das ilhas Molucas, na Indonésia, atualmente é cultivado em outras regiões do mundo, como as ilhas de Madagascar e de Granada. O botão de sua flor, seco, é empregado na culinária como condimento para pratos doces, utilizado como especiaria desde a antiguidade e na fabricação de medicamentos. O seu óleo tem propriedades antissépticas, sendo bastante utilizado em odontologia. Uma das especiarias mais valorizadas, no mercado do início do século XVI um quilo de cravo equivalia a sete gramas de ouro. A flor do craveiro é usada como tempero desde a antiguidade: era uma das mercadorias, entre as especiarias da Índia, que motivaram inúmeras viagens de navegadores europeus para o continente asiático. Na China, os cravos eram usados não só como condimento, mas também como antisséptico bucal: qualquer um com audiência com o imperador precisava mascar cravos para prevenir o mau hálito. Viajantes árabes já vendiam cravos na Europa ainda no Império Romano. O principal motivo do cravo ser usado em doces era sua ação repelente que impedia a invasão de formigas, usado para repelir esses insetos. Isso é comum até hoje em certos locais do Rio de Janeiro, devido à grande quantidade de formigas, coloca-se cravos nos açucareiros para repelir esses insetos. Os principais consumidores de cravo, no mundo, são os habitantes da Indonésia, responsável pelo consumo de mais de 50% da produção mundial. O principal uso desta planta não é, contudo, na cozinha e sim na confecção de cigarros aromatizados com cravo, aí extremamente populares, a ponto de se afirmar que todo o país, em virtude deste hábito, parece estar odorizado com o suave e característico aroma do cravo.

#### ERVA CIDREIRA – *Lippia alba*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Saponinas, taninos iridóides, flavonóides e alcalóides. O óleo essencial contém geraniol, neral, b-cariofileno, metilheptenona, citronelol, geranial, borneol, óxido de cariofileno, allo-aromadendreno, cis-a-bisaboleno, germacreno D, nerol, linalol, citronelal, limoneno, isobutilato de geraniol, cubenol, trans-ocimeno; butirato de geraniol, eugenol, I-octen-3-ol, copaeno, lipiona, alcanfor, dihidrocarvona, 1,8-cineol, citral, acetato de citronelol, p-cimeno, metildecilcetona, mirceno, metiloctil-cetona, a e b-pineno, piperitona, sabineno, a-terpineol, cimol, ácidos fenólicos, a-cubebeno.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Analgésica, ansiolítica, antiabortiva, antiartrítica, antiasmática, anti-diarréica, antidiarréica, antidiarréica, antiemética, antiespasmódica em cólicas hepáticas, anti-hipertensora, antigripal, anti-hemorroidária, antiséptica, béquica, calmante, carminativa, diaforética, desintoxicante, digestiva, emenagoga, estomáquica, expectorante, fortificante cerebral, do útero e dos nervos, hipnótica, indutora do sono, morfética, peitoral, relaxante do sistema nervoso, sedante gastrointestinal, sudorífica, sedativa. Indicações: Afecções da pele e das mucosas, afecções hepáticas, catarro, cólica (dor de barriga), colite, dores musculares, dores reumáticas, enfermidades venéreas, espasmo, estômago, estomatite, flatulência, fluxo vaginal, gases, indigestão, insônia, laringite, náusea, recuperação pós-parto, resfriado, sistema nervoso.

#### ERVA DE BICHO – *Polygonum persicaria* L. *Polygonum acre*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Ácidos fórmicos (acético, valerianico, málico), açúcares, antraquinonas livres, fitosterina, flavonoides: quercetina (canferol, luteolina), pelagonidina, saponinas, taninos.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É usada para afecções urinárias, amenorreia, congestão cerebral, delírio psiquismo de velhos, diarreia, eczema, erisipela, estancar hemorragias, favorecer a coagulação do sangue, febres, fragilidade capilar, hemorroidas, infecções intestinais, memória, nós varicosos, reumatismo, retenção urinária, varizes, verminose.

## ERVA DE SÃO JOÃO - *Ageratum conyzoides* L.

### PRINCÍPIO ATIVO

Resinas, mucilagens, ácido hidrocianico, alcaloides vaso-constritores, saponinas, princípios amargos e taninos. Os óleos essenciais contém: a e b-pineno, mirceno, a e b-felandreno, sesquifelandreno, cadina-1,4-diene, elemol, a e g-terpineno, r-cimeno, ocimeno, b-cariofileno, eugenol, g e d-cadineno, a-tujeno, benzaldeído, sabineno, sabinenohidrato, limoneno, 1-8 cineole, cis-b-ocimeno, terpinoleno, metileugenol, linalol, a-terpineol, citrionelol, b, g e d-elemeno, a-gurjuneno, a-cubebeno, a-copaeno, b-bourboneno, a-bergamoteno, E-b-farneseno, a-humuleno, precoceno (cumarina), germacrenoD, b-bisaboleno, nerolidol, spathulenol, epóxido de cariofileno, dihidrometoxiencecalina, dihidroencecalina, encecalina; cromonas, benzofuranas, flavonoides (ageconiflavona A, B e C); alcaloides pirrolizidínicos (equinatina e licopsamina); flavonoides (eupalestina), fridelina, n-hentriacontano, n-heptacosano, lideroflavona, nobiletina, n-nonacasona, quercetina, b-sisterol, estigmasterol, n-ticarcontano, ageratocromeno, adineno, dimetóxi-ageratocromeno. O exocarpo do fruto contém fitomelano.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Amarga, analgésica, antiblenorrágica, antidiarreica, antidisentérica, antiespasmódica, anti-inflamatória, antirreumática, aperiente, aromática, carminativa, cicatrizante, diurética, emenagoga, estimulante, febrífuga, mucilagínosa, tônica, vasodilatadora. Indicada para afecções das vias urinárias, amenorria, artrose, beribéri, bronquites, caspa, catarros, cólicas e gases intestinais, cólicas uterinas, contusões, diarreia, disenteria, dores musculares, estimulante do apetite, febres, ferimentos abertos, gonorreia, gripes, hemorragias, perfumar e suavizar os cabelos, pós-parto, menopausa, pneumatose do tubo digestivo, resfriados, reumatismo agudo, rinite alérgica, sinusite, tensão-pré-menstrual, tosses. Também é extremamente benéfica para pessoas com depressão por ter ação sedativa e calmante, agindo no sistema nervoso central para acalmar naturalmente. É usada de forma popular como um anti-inflamatório, para tratar espasmos musculares, câibras e a tensão que resulta dos espasmos. Além disso, também é usada para ajudar com palpitações, mal humor, sintomas da menopausa, transtorno de déficit de atenção, transtorno obsessivo compulsivo e depressão sazonal. Outros usos da planta incluem exaustão, ajuda para parar de fumar, fibromialgia, fadiga crônica, enxaqueca, dor de cabeça, dores musculares, dores nos nervos, síndrome do intestino irritável. Um dos usos mais comuns da Erva-de-São-João é no tratamento da depressão e outras condições que a acompanham, como ansiedade, cansaço, perda de apetite e problemas para dormir. Também é considerada eficiente para curar feridas na pele e queimaduras.

## ERVA DOCE – *Pimpinella anisum*

### PRINCÍPIO ATIVO

Anetol, colina, anisulmina, metilchavicol, estragol e ácido anísico.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Expectorante, digestiva, enxaquecas de origem digestiva, cólicas menstruais e infantis, problemas cardiovasculares, asma, náuseas e vômitos durante a gravidez e para aumentar a produção de leite materno, acidez estomacal, bronquite, cólica intestinal, gases, palpitação, tosse crônica, vômito. Diminui a densidade e aumenta a fluência do muco dos pulmões.

## ERVA LÍRIO - *Melia azedarach* L

### PRINCÍPIO ATIVO

Saponinas e alcaloides neurotóxicos (azaridina).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Esta planta não tem indicação de utilização medicinal, vez que todas as partes da mesma são extremamente tóxicas, assim sua indicação é tão somente para orientação.

## ERVA MOURA - *Solanum nigrum*

### PRINCÍPIOS ATIVOS

Solaninas.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Indicada para tratamento de algumas afecções do trato genital feminino, especialmente para aliviar coceiras na vulva e no ânus (banho de assento). Partes utilizadas: folhas e frutos.

## ERVA QUARESMA/QUARESMEIRA - *Tibouchina granulosa*

### PRINCÍPIOS ATIVOS

Esta planta não tem indicação de utilização medicinal, portanto insignificante.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Esta planta não tem indicação de utilização medicinal, portanto insignificante.

## ERVA SANTA MARIA - *Chenopodium ambrosioides*

### PRINCÍPIO ATIVO

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, b-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), 3-0-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).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O óleo essencial desta planta está incluído na farmacopeia da Espanha, México, Portugal, Argentina, Índia, Itália e Turquia. É uma das 71 plantas medicinais listadas pelo Ministério da Saúde como de interesse ao SUS. É muito utilizada na medicina popular como vermífuga, estomáquica, cicatrizante, sudorífica, antisséptica tópica, béquica, antipalúdica, diaforética, diurética, amebicida, tônica, aromática, antiulcerosa, antifúngica, sedativa, carminativa, antiulcerosa, antifúngica, anticancerígena, purgante, eupéptica, estimulante, peitoral, antigripal, emoliente, emenagoga, antiasmática, antiespasmódica, anti-inflamatória, antinevrálgica e anti-hemorroidária. As folhas são usadas, em forma de cataplasmas, contra tumores. O cozimento das folhas, com sal, desincha pernas gotosas, atua em afecções da pele, edemas, cólicas e dores de estômago. Utilizada também contra varizes, câibras, traumatismos ósseos, picadas de animais peçonhentos afecções da pele, distúrbios renais, dores de estômago, tuberculose, angina, infecções pulmonares, contusões, tremor da vista, afecções discrósicas do aparelho digestivo, espasmos musculares, palpitações do coração, má circulação, equimoses, dispepsias, insônia, corrimento vaginal, úlceras varizes, hemorragia interna, ancilostemose e no tratamento da doença conhecida como dança-de-são-guido. Utilizada em forma de cataplasma de folhas ou folhas cozidas com sal.

## ESCOVA DE GARRAFA/ ESCOVINHA - *Callistemon rugulosus*

Escova-de-garrafa é o nome popular das plantas do gênero *Callistemon*. Este gênero possui 34 espécies catalogadas, sendo que a grande maioria delas é originária da Austrália. As escovas-de-garrafa apresentam porte arbustivo ou de arvoreta, alcançando de 3 a 7 metros de altura. Suas folhas são em geral pequenas; lanceoladas a lineares, verdes, sésses, perenes e aromáticas, que vão se tornando bronzeadas com o tempo. No entanto é nas inflorescências que reside o encanto desta árvore, elas tem um formato cilíndrico com numerosos estames, semelhantes às escovas utilizadas para lavar garrafas. Muito atrativas para os beija-flores, as flores surgem esparsas durante todo o ano e abundantes na primavera. No verão, elas dão lugar aos frutos, pequenos, lenhosos e bem aderidos aos ramos. No paisagismo, a escova-de-garrafa se destaca como árvore isolada, principalmente na borda de lagos, onde seus ramos pendentes podem tocar a água graciosamente. Também, presta-se para a formação de cercas-vivas, não compactas, mas muito vistosas se podadas regularmente. Outras composições podem ser feitas, dada a versatilidade desta planta de aspecto exótico e beleza singular. Sua rusticidade e baixa manutenção, aliados ao seu crescimento moderado, fazem da escova-de-garrafa a árvore de eleição em muitos projetos paisagísticos. As espécies mais populares no paisagismo são a *C. viminalis* e a *C. citrinus*, mas há muitas variedades e híbridos com flores de coloração vermelha e algumas róseas e brancas também. Devem ser cultivadas sob o sol pleno, não sendo exigentes quanto à fertilidade do solo. Em geral adaptam-se muito bem a solos encharcados ou secos. Apreciam o frio subtropical ou mediterrâneo e toleram as geadas e o clima tropical. Podas radicais não são toleradas. Adubações anuais estimulam uma intensa floração. Multiplicam por sementes e por estaquia de ramos semilenhosos. Os pequenos frutos devem ser colhidos e armazenados em sacos de papel, em estufa morna e seca até a liberação das sementes.

### PRINCÍPIO ATIVO

Esta planta não tem indicação de utilização medicinal, portanto insignificante.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Esta planta não tem indicação de utilização medicinal, portanto insignificante.

## ESPADA DE SANTA BÁRBARA – *Sansevieria trifasciata*

### PRINCÍPIO ATIVO

Saponina esteroidal e ácidos orgânicos.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É considerado diurético, laxativo, anti-helmíntico e antirreumático. Para inchaços, juntas inflamadas ou partes afetadas pelo reumatismo pode-se preparar pedaços da folha deixadas no álcool e esfregar algumas vezes ao dia. Fervendo as folhas pode-se aproveitar a água para, com banhos, melhorar a pele e ativar a circulação do sangue friccionando o couro cabeludo.

## ESPADA DE SÃO JORGE - *Sansevieria guineenses*

### PRINCÍPIO ATIVO

Saponina esteroidal e ácidos orgânicos.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É considerado diurético, laxativo, anti-helmíntico e antirreumático. Para inchaços, juntas inflamadas ou partes afetadas pelo reumatismo pode-se preparar pedaços da folha deixadas no álcool e esfregar algumas vezes ao dia. Fervendo as folhas pode-se aproveitar a água para, com banhos, melhorar a pele e ativar a circulação do sangue friccionando o couro cabeludo. A planta é tóxica, assim não é aconselhado seu uso

interno.

## ESPINHEIRA SANTA - *Maytenus spp*

### PRINCÍPIO ATIVO

Terpenóides, taninos, alcalóides, macrólídeos e flavonóide. Pode-se citar vários grupos, dentre os terpenos (*maitenina*, *tringenona*, *isotengenona II*, *congorosinas A e B*, ácido *maitenóico*), os triterpenos (*friedelanol* e *friedelina*), óleos essenciais (*friedenelol*), taninos, principalmente os gálicos (*epicatequina*, *epigalocatequina* e *galato de epigalocatequina*), glicolípídeos (*monogalactosildiacylglicerol*, *digalactosildiacylglicerol*, *trigalactosildiacylglicerol*, *tetragalactosildiacylglicerol* e *sulfoquinovosildiacylglicerol*) e, por último, os alcalóides (*maiteína*, *maitanprina* e *maitensina*).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Antidispéptica, antiácida, antiasmática, contraceptiva, antisséptica, tônica, analgésica, cicatrizante, diurética. Tumores estomacais, ressaca alcoólica, feridas, úlceras, azia, gastralgia, úlcera gástrica, protetor da mucosa gástrica. Largo uso das folhas na medicina popular e comprovada eficácia principalmente no tratamento de problemas digestivos (com eficácia equivalente à obtida com a *cimetidina* e *ranitidina*), que está relacionada à presença de taninos nas folhas da planta. A *espinheira-santa*, como serve também para beneficiar a digestão, pode ajudar pessoas a emagrecer, principalmente aquelas que possuem distúrbios digestivos. Os taninos têm poder cicatrizante de lesões ulcerosas no estômago por controlar a produção de ácido clorídrico neste; poder antisséptico por paralisar as fermentações gastrintestinais, inclusive os efeitos da *Helicobacter pylori*, causadora de úlcera gástrica; e analgésico por aliviar as dores ao corrigir as funções estomacais e ao facilitar a eliminação de gases. A *espinheira-santa* mostra-se ainda mais poderosa ao ser capaz de inibir alguns tipos de cânceres, como o câncer de pele e o câncer gástrico ao combater a bactéria *Helicobacter pylori*, também causadora deste mal. Seus componentes principais são terpenos, triterpenos, taninos, flavonoides, mucilagens, antocianinas, açúcares livres e traços de sais minerais. Seu efeito laxativo deve-se à mucilagem presente na planta; já o diurético, aos triterpenos. A *espinheira-santa* (*Maytenus spp.*) faz parte da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS (RENISUS) devido ao largo uso na medicina popular e comprovada eficácia. Sua utilização em excesso, porém, pode causar náuseas.

## EUCALIPTO – *Eucalyptus spp*

### PRINCÍPIO ATIVO

Terpenos, canfeno, limoneno, mirtenol, borneol, pinocarveol, flavonoides, cetonas, aldeídos e taninos.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Nas folhas e ramos do eucalipto se concentram suas propriedades curativas da planta, que é rica em propriedades antibacterianas. É considerado um dos óleos essenciais que possuem as maiores propriedades antissépticas dentre todos os óleos essenciais. Durante o último século, os médicos americanos usaram o óleo de eucalipto para desinfetar o equipamento médico e para fazer a assepsia de feridas. O óleo essencial diluído é usado para tratar herpes e feridas. O óleo de eucalipto possui um aroma muito forte e estimulante. É indicado para problemas respiratórios, reduzindo o muco, inchaço e a inflamação, além de aliviar dores musculares, reumatismo e dores de cabeça. É amplamente utilizado em remédios comerciais para combater resfriados e preparações para alívio das dores. O eucalipto faz com que o nariz solte muco, facilitando para que o mesmo seja expelido mais fácil. Na medicina aborígine (tribos indígenas nativas da Austrália), o eucalipto é usado para tratar feridas e infecções. O gargarejo em forma de líquido é usado para limpeza bucal e dor de garganta. A pomada ou óleo de massagem esfregados no tórax agem como descongestionante. O óleo do eucalipto pode ser aplicado em juntas artríticas dolorosas, juntas rígidas e úlceras. Sachês e colarinhos de Eucalipto são usados para repelir

pulgas. É usado em banhos a vapor e saunas. Seu aroma é muito utilizado em desinfetantes. Mascar as folhas do eucalipto ajuda a curar as inflamações na garganta.

FAVA DE QUEBRANTO – *Canavalia gladiata* D.C.

#### PRINCÍPIO ATIVO

Sua composição na matéria seca foi a seguinte: proteína bruta, amido, açúcares totais, extrato etéreo, extrato livre de nitrogênio e fibras. A fração proteica apresentou estes teores de aminoácidos essenciais: lisina, histidina, arginina, triptofano, treonina, cistina, valina, metionina, isoleucina, leucina, tirosina e fenilalanina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Também chamado de feijão de porco. Seu emprego na alimentação é restrito, exigindo cocção prolongada devido à presença de compostos tóxicos.

FIGATIL – *Chelidonium Majus* L.

#### PRINCÍPIO ATIVO

Flavonoides, óleo essencial, mucilagem, pigmentos amarelos e alcaloides coptisina, protopina e sanguinarina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Utilizada na medicina popular europeia há séculos é considerada depurativa e anti-inflamatória, capaz de melhorar o fluxo da bÍlis, estimula a capacidade uterina e circulatória, agindo também como antiespasmódica, analgésica, diurética e laxativa. Auxilia na eliminação de cálculos biliares. Também indicada para artrite, reumatismo, bronquite.

FIGO – *Ficus carica*

#### PRINCÍPIOS ATIVOS

Vitaminas E, B, B2 e B6, potássio, cálcio, ferro e magnésio.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Foi comprovado que as folhas de figueira reduzem a quantidade de insulina necessária para os pacientes com diabetes que necessitam tomar a injeção de insulina e o potássio contido no figo ajuda a controlar os níveis de açúcar no sangue. Mais um feito do potássio é que ele ajuda a evitar a hipertensão, pois o baixo nível desse mineral influencia no aparecimento dessa terrível doença. Outras indicações: Afecções bronquiais, anemia, fadiga, prisão de ventre, diabetes, doenças degenerativas, câncer, infecções gerais. O figo é uma fruta totalmente livre de gordura e com pouco sódio. Um único figo contém 20% das necessidades diárias de fibra que devemos consumir, sendo 8,7g insolúveis e 3,5g solúveis. Protege os olhos; pois, possui luteína e zeaxantina que são pigmentos carotenóides que absorvem a luz ultravioleta que danifica a retina. O total de polifenóis do figo fica abaixo somente da cevada, e do sorgo. Polifenóis são compostos fenólicos encontrados nas frutas e vegetais com importante capacidade antioxidante. Eles são os responsáveis pela cor, sabor, adstringência ou aroma. Comparado com o figo, o vinho tinto e o chá, duas grandes fontes de polifenóis, apresentam um conteúdo baixo. Os estudos epidemiológicos mostram uma associação entre o risco de câncer e o consumo de frutas e vegetais. Os polifenóis das frutas podem atuar de diferentes maneiras na prevenção do câncer, seja como agente antioxidante ou antiproliferativo. O efeito protetor das frutas frescas e vegetais nas doenças cardiovasculares também está associado à quantidade de polifenóis que eles contêm. O paradoxo francês que descreve a aparente contradição entre a baixa incidência de doenças cardíacas nos franceses, mostra que os polifenóis do vinho tinto,

normalmente consumido nas refeições, são os responsáveis pelo efeito protetor, apesar de eles consumirem gordura saturada na dieta. O conteúdo de polifenol no vinho tinto varia de 200 a 800mg e no figo pode chegar a 1100mg/100g. Com relação ao colesterol, o figo também contém fitoesteróis, os esteroides das plantas que ajudam a diminuir a absorção do colesterol do organismo. O figo faz parte da lista dos 29 alimentos mais saudáveis do planeta.

#### CURIOSIDADES

Embora seja originalmente do Mediterrâneo, o Figo é uma fruta cultivada em todo o mundo. Existia uma figueira no Jardim do Éden e é o fruto mais mencionado na bíblia. Os figos eram dados aos atletas olímpicos durante o treinamento por ser rico em potássio e casa habitante de Atenas era um philosykos, literalmente, “amigo do figo”. De acordo com Plinius, o maior naturalista romano, “figos aumentam a força de uma pessoa jovem, preservam a saúde no idoso, mantendo-os jovens e sem rugas”. Era a fruta predileta de Cleópatra. Embora seja chamada de fruta, na verdade ela é uma flor invertida. As sementes é que são as verdadeiras frutas. As figueiras são árvores longevas, algumas podem ter mais de 100 anos e ainda produzem frutos.

FOLHA GORDA – *Kalanchoe brasiliensis* Camb

#### PRINCÍPIOS ATIVOS

Alcaloides; Triterpenos; Flavonoides; Glicosídeos: Esteroides; Ácidos orgânicos; Lipídeos; ácidos araccídico, behenico, caféico, cinâmico, cumarínico, ferúlico, oxálico, palmitico, succínico, siríngico e proto-catechuico. Astragalina, 13-amirina, benzenoides, 13-sitosterol, briofolenono, briofilina, briofilina A, B e C, bufadienolídeos, briofilol, briofinol, briotoxina C, campesterol, cardenolídeos, clorosterol, clionasterol, codisterol, epigalocatequinas, friedelina, glutinol, hentriacontano, isofucosterol, kaempferol, oxalo-acetato, patuletina, peposterol, piruvirato de fosfoeno, pseudotaraxasterol, qer cetina, stigmasterol, taraxerol e triacontano.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Antimicrobiana, hipotensor, anti-inflamatório. Empregado principalmente nas infecções pulmonares e geniturinárias. Como agente externo, auxiliar no tratamento de erisipelas, queimaduras, feridas, úlceras de pele e verrugas. Foi evidenciada importante atividade antimicrobiana in vitro. Também foi constatado efeito hipotensor (hipertensão arterial) e anti-inflamatório. Diurético, eliminador de cálculos renais e do inchaço das pernas; distensão dos vasos linfáticos: Calmante da tosse; cicatrizante estomacal e intestinal; Inflamação e dor de ouvido; nevralgias.

FRAMBOESA – *Rubus idaeus*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Nas folhas há ácido tânico, ácido láctico, ácido succínico e ácidos não saturados, e nos frutos há a pectina, glicose e ácidos de fruta. Vitaminas B1, B5 e C e sais minerais.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, anticancerígena, anticolinesterásicos, anti-inflamatória, antipirético, antisséptico, antiespasmódico, antiviral, colerético, depurativo, diaforético, diurético, hemostático, laxante, relaxante uterino. Partes utilizadas: Folhas, frutos.

FUNCHO – *Foeniculum vulgare*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Frutos: óleo essencial (anetol), funchona, foeniculina e metilchavicol, mucilagens, pectinas, ácidos

orgânicos (málico, cítrico, cumárico, cinâmico, cafeico, ferrúlico, quínico). O funcho é constituído quimicamente do óleo essencial, éter de compostos fenólicos, flavonoides, cumarinas, estigmasterol, vitamina C, betacaroteno, cálcio, potássio, fósforo. Princípios ativos que auxiliam no processo digestivo, quebra de gordura e eliminação de resíduos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Carminativo, galactagogo, digestivo, diurético, tônico geral, antiespasmódico, expectorante, emenagogo, estomáquico, estimulante, purificante, anti-inflamatório, rubefaciente, aromático. Indicado para: dismenorreia, dores musculares e reumáticas, anorexia, bronquite e tosse, distúrbios urinários, problemas oculares como conjuntivite, inflamações; distúrbios digestivos como dispepsias, flatulências, cólicas, diarreias, azia, vômitos; estimulante da secreção láctea, recomendado na lactação, antirreumático, vermífuga e relaxante muscular. As sementes do funcho concentram as maiores propriedades medicinais, contudo, as folhas também são utilizadas na medicina popular. As sementes agem como um inibidor de apetite e também ajudam a dispersar congestão no fígado, e gases intestinais além de possuírem um sabor naturalmente doce que estabiliza os níveis de açúcar no sangue.

#### GENGIBRE – *Zingiber officinale*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Terpenos ou óleos voláteis: como o zingibereno, bisaboleno, geraniol, acetato de geranila, gingeróis, chugaois, zingiberol, beta-felandreno, boeneol, linalol, acetatos e caprilatos de zingiberol, entre outros.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

A raiz do gengibre contém grandes quantidades de ferro e cálcio, além de outras centenas de componentes como o paradol e o gingerol, um poderoso antioxidante e anti-inflamatório. Estudos clínicos têm comprovado que o extrato padronizado de gengibre é mais eficaz e possui menos efeitos colaterais do que medicamentos farmacêuticos convencionais para doenças de movimento. O gengibre estimula a mente e o corpo sem causar sonolência. O gengibre pode melhorar o sistema digestivo, vez que a aplicação do óleo de gengibre em torno da área do estômago ajuda a melhorar a digestão, reduzir a flatulência e o mal-estar causado por diarreia e outros fatores. Pessoas que sofrem com enjoos durante viagens podem tomar comprimidos ou cápsulas de gengibre na tentativa de regular o estômago. Mulheres grávidas costumam usar gengibre para aliviar dores de estômago ou náuseas, sendo que o gingerol, substância presente na planta, é muito provavelmente o responsável pelo alívio das náuseas. A própria inalação do gengibre pode reduzir o enjoo em algumas pessoas. A raiz fresca é mastigada para tratar dores de garganta ou usadas em fatias, ralada, em chás e compressas. Pode ser usado em cápsulas ou comprimidos e também em óleo. O gengibre é utilizado para melhorar a circulação sanguínea em todas as partes do corpo. Também reduz a agregação de plaquetas e inibe os problemas bioquímicos associados com as inflamações. Usado em compressas em juntas artríticas, músculos doloridos, asma e dores de cabeça causadas por hipertensão. O chá de gengibre é utilizado na homeopatia contra gripes e resfriados.

##### HISTÓRIA E CURIOSIDADES

Em sânscrito, zingiber significa “raiz de chifre”, em referência à sua forma. Foi uma das primeiras espécies a serem levadas da Ásia para a Europa por exploradores europeus. Quando o gengibre foi introduzido na Europa através do comércio, rapidamente se tornou um tempero indispensável. Foi um ingrediente popular na confeitaria e culinária da época. O comércio do gengibre foi expandido para todas as regiões colonizadas pelo Império Romano, e mesmo após a queda de Roma, a erva ainda continuou sendo uma especiaria muito comercializada. Henry VIII recomendou o gengibre como um remédio contra a pestilência bubônica. A planta é também chamada de Vishwabhesaj na Medicina Ayurveda. Navios chineses levavam estoques de gengibres a bordo de longas viagens para prevenir escorbuto e enjoos marítimos. Os chineses recomendam esfregar a raiz cortada no couro cabelo para cessar a queda de

cabelo. Na Índia, devotos evitam o consumo de alho em festivais religiosos para não ofenderem as divindades. Neste caso, o gengibre é consumido por deixar o hálito com um aroma agradável. A espécie *Zingiber officinale* faz parte da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS (RENISUS), constituída de espécies vegetais com potencial de avançar nas etapas da cadeia produtiva e de gerar produtos de interesse do Ministério da Saúde do Brasil.

#### GERÂNIO (BRANCO, ROSA OU VERMELHO) – *Geranium sp.*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo Essencial: geraniol, citronelal, linalol, terpineol; Resinas; Taninos; Princípios Amargos: geraniína; Ácidos Orgânicos: málico e cítrico.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O Gerânio é principalmente indicado nos sintomas de diarreia; nas afecções genitourinárias: cistite, ureterite, uretrite, pielonefrite, oligúria e urolitíase; gota; no sobrepeso acompanhado de retenção de líquidos; na hipertensão arterial; edemas. Topicamente é aplicado em inflamações osteoarticulares, em feridas e ulcerações dérmicas, aftas bucais, parodontopatias, faringite, amidalite, dermatite, prurido, vulvovaginite e blefaroconjuntivite. As qualidades hemostáticas do gerânio constroem o tecido e estancam hemorragias, tornando a planta útil no combate de úlceras, pequenos cortes e para regular o fluxo menstrual. O óleo de gerânio também é um antisséptico natural que desinfeta feridas e que pode ser aplicado diretamente sobre a pele para limpar ferimentos leves e em infecções recorrentes para combater bactérias resistentes aos antibióticos. O óleo de gerânio também é utilizado para o tratamento de dores de garganta e possui propriedades antidepressivas, além de ser uma opção natural para aliviar o estresse, ansiedade e melhorar o humor e pode ser utilizado em forma de banho ou aromatizante de ambiente. Na medicina alternativa, são usadas compressas para o tratamento de olhos inchados. Líquido para limpeza bucal e gargarejo para dores de garganta, tordo, amigdalite e feridas. Cataplasma para sangramento de feridas, fraturas, deslocamentos, picadas de inseto, erupções cutâneas, dores de dente e hemorroidas. Ducha para leucorreia. Para cabelos oleosos, vapor facial e enxaguante para cabelos são recomendados. As folhas moídas do gerânio são utilizadas como repelentes naturais. Na culinária, as flores e folhas são comestíveis, mas são muito adstringentes para serem consideradas saborosas, a menos que sejam misturadas com outros alimentos.

#### GIRASSOL – *Helianthus annuus*

##### PRINCÍPIOS ATIVOS

Triglicerídeos: ácido linoleico, ácido oleico e palmítico; Esteroides: campesterol, colesterol, B-sitosterol; Aminoácidos: betaína, colina, histidina.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Vulnerária, febrífuga, tônica, cardíaca, estomáquica, antinevrálgica, lesões da pele, afecções febris e estomacais, antigripal; expectorante; diurético; febres intermitentes, contusões; escoriações; úlceras; feridas, afecções de garganta, debilidade orgânica geral; dores de cabeça.

#### GOIABEIRA - *Psidium guajava*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Taninos, Fenóis: Triterpenos: Flavonoides; Óleos essenciais; Vitaminas C e A (fruto); Lecitinas; Saponinas Carotenóides; Fibras: Ácidos graxos; Principais componentes: alanina, a-humuleno, ácido a-hidrourosólico, ácido a-linoleico, a-Selineno. Amritosídeo, arabano, arabinose, araboplranosídeos, ácido ajurnólico, aroma-dendreno, ácido ascórbico, ascorblgeno, ácidos asiático e aspártico, avicularina,

benzaldeído, butanaJ. Carotenóides, cariofileno, taninos catecólicos, ácido crataeólico, d-galactose, ácido d-galacturônico, ácido elágico, etll etanoato, ácidos gálico, glutâmico e goreishlco, guafina, guaiavarina, guaiiverina. Ácidos guavacumárico, guaii-vólico, guavenoico e guaiavanoico, guaiavolídeo, histidina, hiperina, ilelafol D, ácido isoneriucumánco, isoquercetina, ácidos iacumárico, linoleico e linolênico, lecitinas, leuco-cianidina, limoneno, lisina, miricetina, ácido mirístico, nerolidol, obtusinina, octanol, ácidos oleico, oleanoleico, oxálico, palmítico e palmitoleico, pectina, Polifenóis, ácido psidiólico, quercitrina, serina, sesquiguaveno, tanino, terpenos e ácido úrsólico.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, antibiótica, aperitiva, cicatrizante, emenagoga, estomáquica, antibiótica, digestiva, tônica, anti-hemorrágica e relaxante. A goiabeira pode ser utilizada como remédio caseiro para úlceras gástricas (devido à sua composição rica em vitaminas e minerais que ajudam a evitar a acidez durante a digestão), evita a diarreia e auxilia no tratamento de infecções, como a candidíase. Também trata menstruações muito fortes e hemorragia uterina, além de combater a dor de dente. Por ser muito calmante também é usada em casos de nervosismo e estresse. As partes mais utilizadas da goiabeira são as suas folhas e o seu fruto, a goiaba. Elas podem ser utilizadas para fazer chás, sucos, sorvetes e compotas.

#### GUACO - Mikania glomerata

##### PRINCÍPIO ATIVO

Flavonoides, cumarinas, terpenos, guacina, glicosídeos, resinas e taninos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O Guaco é recomendado para auxiliar o tratamento de tosse, gripes e resfriados, bronquite, infecções de garganta e de pele, reumatismo, rouquidão, asma, febre alta e alergias. Outro grande benefício do Guaco é o auxílio que fornece para quem deseja perder peso, já que suas propriedades sudoríferas aumentam a eliminação de líquidos do corpo, eliminando toxinas, bactérias e líquido responsável por provocar inchaço. Suas principais propriedades são: expectorante, bronco-dilatador, antisséptico, antiasmático, cicatrizante, antirreumático, febrífugo e sudorífero. Como antiofídico (contra o veneno de cobra), usam-se as folhas socadas no local e, internamente, o chá forte.

#### GUINÉ - Petiveria alliacea L.

##### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial, pitiverina, resina inerte, ácido resinoso, glicose.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

As propriedades medicinais da planta guiné são: anti-inflamatórias, depurativo de sangue, analgésica e diurética. É indicada para dores em geral, especialmente dores: na vista, de cabeça, de garganta e de dente. Também, pode ser utilizada como auxiliar no tratamento contra reumatismo, falta de memória e sarna. Usada como estimulante na paralisia, sudorífera e alexífera. Para fins terapêuticos é utilizada toda a planta, inclusive sua raiz. A ingestão desta planta não está recomendada, pois ela pode ser muito tóxica.

#### HORTELÃ – Mentha spicata

##### PRINCÍPIO ATIVO

Flavonoides: mentoside, isoroifolina, luteolina. Óleo essencial 0,7 a 3% que contém mentol (40 a 40%), ácido p-cumarínico, ferúlico, cafeico, clorogênico, rosmarínico piperitone, alfa-mentona, mento-furano, metilacetato, pulegona, cineol, limoneno, jasmone, princípio amargo, vitamina C e D, nicotinamida (traços), terpenos, cetonas, taninos, sesquiterpenos: cariofileno, bisabolol; abdominais, alivia nevralgias,

ajuda na respiração e auxilia no combate a gripes e tosse. Analgésico, anestésico, sedativo, flavorizante, antiespasmódico, antisséptico no tratamento do câncer. Além disso, a hortelã é rica em vitaminas C e A, cálcio e ferro. A vitamina C é um antioxidante poderoso e ajuda a sintetizar o colágeno. A vitamina A faz bem para a pele, os cabelos e os ossos. O cálcio atua na formação de ossos e dentes, e o ferro faz bem para o sangue. Auxilia no emagrecimento, no tratamento de tosse e resfriados, possui propriedades que ajudam a combater vírus e bactérias, alívio de dores musculares, fonte de vitaminas do complexo B, ajuda na digestão, auxilia no tratamento de diarreias, cólicas e dores estomacais, melhora o hálito, combate dores de garganta. Folhas amassadas da erva podem ser colocadas em cima de picadas de inseto.

#### JABUTICABEIRA – Myrtus cauliflora

##### PRINCÍPIO ATIVO

Rica em sais minerais, cálcio, fósforo, ferro, vitamina B3, potássio, magnésio, niacina e antocianina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Ajuda nos problemas cardíacos, estabilizador do açúcar no sangue de diabéticos, prisão de ventre. Devido à presença de antocianinas, têm uma potente ação antioxidante, ajudam a varrer as moléculas instáveis de radicais livres. Ultimamente surgem estudos apontando que substâncias antioxidantes também auxiliam a estabilizar o açúcar no sangue dos diabéticos. A pectina auxilia na eliminação de células cancerígenas da próstata Rica em potássio ajudam a combater ainda doenças cardiovasculares e a formação de coágulos no sangue. O chá da casca é indicado para asma, escarros com sangue, dos pulmões, garganta ou traqueia. Em gargarejo para afecções da garganta. É adstringente, combate a diarreia. Banha-se a pele em caso de erisipela e em banhos de assento para hemorroidas.

#### JASMIM - Jasminum officinale

##### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido salicílico, benzaldeído, cicerose, creosol, ésteres, eugenol, farsenol, fitol, geraniol, índole, jasmíneo, jasmone, nerol, quinolina, resina, l-a-terpineol e vanilina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Afrodisíaco, antibacteriano, anti-inflamatórias, antidepressivo, antioxidantes, analgésicas, calmante, emoliente, digestiva, rejuvenescedora, relaxante e revigorante. Previne o surgimento de certos tipos de câncer: como no pulmão e mamas, auxilia no tratamento de conjuntivites e problemas da pele, auxilia no bom funcionamento das funções cerebrais, auxilia na redução do “colesterol ruim” (o LDL), auxilia na prevenção de ataques cardíacos, ajuda a queimar as calorias e ativa o sistema imunitário, auxilia no combate às bactérias e vírus que causam a disenteria, gripe e cólera.

#### JUREMA – Mimosa hostilis

##### PRINCÍPIO ATIVO

DMT (N-dimetiltriptamina).

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Cicatrizante, antiinflamatório, antiviral, antifúngica e antiséptica. Sua casca é usada para fins medicinais, cura de dor de dente, doenças sexualmente transmissíveis, insônia, nervos, dores de cabeça. Tem propriedades sedativa, narcótica adstringente e amarga (BARBOSA, 1988). Os taninos têm função fungicida e bactericida em qualquer solução que possua seus componentes. A jurema preta apresenta 17,74% de taninos condensados, que atuam como captadores de radicais livres, e tem atividades antimicrobiana, antiviral, antifúngica, antidiarréica e antiséptica (Monteiro et al, 2005) e doenças

gastrointestinais. O extrato de jurema preta apresenta atividade antimicrobiana contra *Streptococcus ssp.* e *Staphylococcus ssp.* como também contra *Proteus mirabilis* e *Shigella sonnei* (TRUGILHO, (2003), PAES et al., (2006) GONÇALVES et al., (2005))

JURUBEBA – *Solanum paniculatum* L.

#### PRINCÍPIO ATIVO

Alcalóides (solamina, solanidina, solasodina), esteroides nitrogenados, saponinas, esteroidais nitrogenados (paniculina, jurubina), agliconas (isojurubibina, isopaniculidina, isojurupidina e jurubidina), ácidos graxos, ácidos orgânicos, glicosídeos (paniculoninas A e B), mucilagens, resinas (jurubina e jurubepina), princípios amargos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Anti-inflamatória, carminativa, colagoga, descongestionante, digestiva, diurética, emenagoga, estomáquica, febrífuga, hepatoprotetora, hepatotônico, tônica. - raízes e frutos são antidiabéticos, aperientes, desobstruentes, colagogos, antianêmicos, diuréticos, febrífugos, anti-hidrópicos, amargos e tônicos; aperiente, cicatrizante, colagogo, depurativo do sangue, desobstruente do fígado e do baço, digestivo, diurético, estimulante, laxante, tônico. Usada para abscessos internos, acidez da secreção gástrica, anemia ferroptiva, anorexia, atonia gástrica, azia, bronquite, catarro na bexiga, cicatrização de mucosa, cistite, contusão, debilidade, diabete, dispepsia, engurgitamento do fígado e do baço, estômago, erisipela, febre intermitente, feridas, gastrite e úlcera péptica, gripe, hepatite, hepatoesplenomegalia, hepatopatia crônica, icterícia, impaludismo, inapetência, malária, náusea, reduzir acidez da secreção gástrica, síndrome pós-hepatite, tosse, tumores abdominais e uterinos, úlcera.

LÁGRIMA DE NOSSA SENHORA - *Coix lacryma*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Ácidos graxos, ácido mirístico, alpha e beta sitosterol, arginina, beta-caroteno, coixans A e B, coixenólido, coixol, histidina, leucina, lisina, proteínas, sais minerais (cálcio, fósforo, ferro), tirosina, riboflavina, niacina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Abcesso pulmonar, acrodinia, afecções catarrais, apendicite, beribéri, disúria, edema, enterite crônica, espasmos musculares, espasmos bronquiais, excitação nervosa, febres, fortalecer, inchaço, hiperglicemia, litíases urinárias, lombalgia, males dos rins, pneumonia lombar, reumatismo. Frutos: antileucorreico, antidiarreico, analéptico, tônico, depurativo, emoliente, anti-hidrópico, muito diurético, nutritivo. Folhas e colmos (uso externo:) antirreumático, excitante; (uso interno:) antiasmático, diurético.

LANÇA DE OGUM – *Sansevieria Cylindrica*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Saponina esteroidal e ácidos orgânicos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É considerado diurético, laxativo, anti-helmíntico e antirreumático. Para inchaços, juntas inflamadas ou partes afetadas pelo reumatismo pode-se preparar pedaços da folha deixadas no álcool e esfregar algumas vezes ao dia. Fervendo as folhas pode-se aproveitar a água para, com banhos, melhorar a pele e ativar a circulação do sangue friccionando o couro cabeludo. A planta é tóxica, assim não é aconselhado seu uso interno.

LARANJEIRA - *Citrus sinensis*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Acetato de linalil, carotenóides, derivados de triterpenos (limonina), ferro, glicosídeos flavonoides (neoespiridina, naringina, rutina, eriocitrina, hesperidina), hidrato de carbono, nerol, vitaminas (C, A, complexo B).

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Infecções, febres, problemas respiratórios em geral, escorbuto (carência de vitamina C), aterosclerose, afecções da pele, intoxicações, ansiedade, reumatismo. É antibiótica, adstringente, antiescorbútica, antiespasmódica, anti-inflamatória, antisséptica, antitérmica, calmante, regulador intestinal. Devido às suas propriedades analgésicas, a flor de laranjeira ajuda no combate à insônia e às dores menstruais; As propriedades hipnóticas e ansiolíticas da planta ajudam no tratamento de problemas como ansiedade, nervosismo e indigestões leves; A flor de laranjeira contém pectina que ajuda a combater a diarreia; A pectina, presente em elevada quantidade nesta planta, é um componente que também permite equilibrar os níveis de colesterol, desde que seja combinado a uma dieta alimentar adequada para esta finalidade. A flor de laranjeira também tem poder afrodisíaco, sendo excelente para a vida amorosa; Atua no bom funcionamento dos rins; reduz dores estomacais e acalma náuseas e vômitos;

LAVANDA - *Lavandula angustifolia*

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleos essenciais (entre eles o linalol, geraniol, cineol, limoneno), princípios amargos, cumarina, taninos, aldeídos, cetonas.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Antisséptica, tônica, calmante. Analgésica, antibacteriano, antidepressivo, antifúngico, antiespasmódico, aromática, carminativo, colagogo, diurético, nervino, sedativo, tônico digestivo, tônico estimulante, tônico estomacal. A Lavanda exhibe atividade contra a difteria, febre tifoide, pneumonia, estafilococo, estreptococo e muitas variações do vírus da gripe. Alivia dores de cabeça e as temidas enxaquecas. Auxilia no tratamento para gota e depressão. Ajuda quem está com flatulências. Alivia náuseas, congestão linfática, tosses, dores reumáticas, problemas digestivos e problemas menstruais (neste caso, regula a menstruação). Problemas respiratórios como asma e bronquite têm os seus sintomas aliviados e/ou evitados. Problemas circulatórios podem ser aliviados ou combatidos com o chá. Possui um efeito calmante, ótimo para quem sofre de tensão nervosa. Na medicina alternativa, o líquido é usado para limpeza bucal. O óleo essencial é usado para dores de dente, feridas, acne e juntas doloridas. Esfregado na têmpora para aliviar dores de cabeça. Não diluído, é um remédio aplicado a queimaduras para promover cura, prevenir infecção e melhorar cicatrizações.

LEVANTE – *Mentha arvensis* L.

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial contendo mentol, vermífugo e calmante.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Todas as hortelãs encerram em suas folhas vitaminas A, B e C, minerais (cálcio, fósforo, ferro e potássio); exercem ação tônica e estimulante sobre o aparelho digestivo, além de ser ligeiramente vermífugo (lombriga e oxiúros), calmante, é também um bom chá para gripes e resfriados. Combate às cólicas e os gases; aumenta produção e circulação da bília, favorece expulsão dos catarros e impede a formação de mais muco (OKA & ROPERTO, 2007).

## LIMOEIRO - Citrus limon

## PRINCÍPIO ATIVO

Felandrina, hidrocarbonetos terpênicos, limonina, óleo essencial ((limoneno), ácidos orgânicos (cítrico e málico), bioflavonoides (hespiridina), pectinas, vitamina A (retinol), vitamina B1 (tiamina), vitamina B2 (riboflavina), niacina), sais minerais (potássio, fósforo, ferro, cálcio, sódio, magnésio, enxofre, cloro), vitamina C (ácido ascórbico).

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Acidez estomacal, afecções das vias biliares, amidalite, acidez gástrica, acne, amigdalite, artrite, ascite, asma, arteriosclerose, astenia, azia, caspa, câncer, cirrose, colesterol, colelitíase, desarranjos intestinal, diabetes melito, diarreia, difteria, dispepsia gotosa, disenteria, doenças do fígado, doenças da bexiga, doenças do coração, escorbuto, enjoo, envenenamento (soda e potassa), enxaqueca, escorbuto, estomatite, excesso de bÍlis, favorecer o aproveitamento do ferro, faringite, febre, febre tÍfica, feridas, fermentação gastrointestinal, gota, gripe, gastroenterite, hidropisia, hipertensão arterial, icterÍcia, impaludismo, impurezas no sangue, infecções em geral, inflamações em geral, linfatisimo, náuseas, nefrite, nefrolÍtiase, nevralgia, obesidade, pedra nos rins, piorreia, pirose, prevenir tosse, resfriado, reumatismo, soluço, tifo, tuberculose, úlceras em geral.

## LOSNA – ArtemÍsia absinthium

## PRINCÍPIO ATIVO

PrincÍpios amargos (absintina), 1 óleo essencial, sais minerais e taninos. Óleo essencial (0,2 - 1,3 % v/p): tuiona, isotuiona, camazuleno, cadineno, tuiol, felandreno e borneol. Flavonoides: artemetina (antibiótico). Terpenos. PrincÍpios amargos: anabsintina, absintina, quebra-chitol, artabsina, Fiosterol, Resinas vegetais, Vitaminas B6 e C, Geras. Ácidos orgânicos: acético, isovaiérico, málico, palmítico, succínico, tânico, nicotínico.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

É uma erva originária da Europa e da Ásia, de folhas recortadas de cor cinzenta, de sabor amargo e que é utilizada como planta medicinal e na fabricação da bebida conhecida como absinto. O absinto contém pequenas quantidades de tujona, que se pensou outrora ser relacionado com o THC (tetraidrocannabinol), mas sabe-se agora que é um antagonista dos receptores GABA-A. O consumo excessivo de tujona pode causar espasmos e convulsões. Usada corretamente e sem excessos, a infusão da losna pode aumentar a secreção biliar, favorecendo o funcionamento do fígado, anemia, anorexia, ativar a circulação, azia, cólicas intestinal, dispepsias, limpar e regularizar o funcionamento do estômago, rins, bexiga e pulmões, nevralgias, mau hálito, menstruação difícil e dolorosa, prisão de ventre, regularizar o fluxo menstrual, vômito etc.

## LOURO – Laurus nobilis

## PRINCÍPIO ATIVO

PrincÍpios amargos, taninos e óleo essencial.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Tônico estomacal, carminativo, regulador do ciclo menstrual, reumatismo. As folhas podem ser utilizadas verdes ou secas, contudo não deve passar mais de um ano depois de colhidas, pois perdem o seu aroma. Na cultura popular, o óleo diluído do loureiro é utilizado para deslocamentos, artrite e reumatismo. O banho de louro é utilizado na medicina alternativa para o tratamento de músculos doloridos. As bagas da planta, quando usadas em forma de enxaguante, combatem a alopecia (calvície). A erva saturada é usada

para combater fungos que aparecem nas unhas. Tosses e bronquites são tratadas com aplicação de cataplasma. Pode ser usada como um repelente. Na aromaterapia, é usada para tratar dores de ouvido e hipertensão. O extrato de loureiro é usado em forma de pomada para feridas. Na culinária, o louro é utilizado em marinadas, assados, molhos, sopas, guisados, feijoadas. Além de ser um ótimo tempero, o louro ajuda na digestão e assimilação dos nutrientes da comida. Deixar folhas em locais onde se guarda a comida ajuda a repelir animais.

## MACAÉ – Leonurus sibiricus

## PRINCÍPIO ATIVO

Leonurina, taninos e óleo essencial.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Por ser rico em alguns nutrientes é usado no tratamento de problemas que afetam o estômago, intestino, pulmões, útero, ossos e músculos. Sua fama de “cura tudo” vem da sua capacidade de ser um agente potente para várias doenças. As flores também têm propriedades que estimulam a circulação do sangue e do útero, regulando a menstruação. É considerado um agente amigo do sexo feminino, uma vez que trata o fluxo menstrual doloroso e excessivo, e diminui o sangramento pós-parto. Porém, os benefícios não param por aí. É efetivo contra infecções bacterianas e fungais. Cura edemas, pedras renais, eczema, e abscessos. Além de ser atuante no emagrecimento natural. Pode ser usado para eliminar catarros com tosses ou doenças como a coqueluche. Reduz a febre e controla as dores causadas pelo reumatismo. O chá de Macaé, produzido com as flores da planta é usado para diminuir os vômitos, ajuda nos efeitos da má digestão e elimina toxinas. Cura diarreias, principalmente as que afetam crianças. Usado para combater problemas de intestino, estomago e o mau hálito.

## MACELA - Achyrocline satureioides

## PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial (1-8-cineol, cariofileno, óxido de cariofileno, d-cadineno, cariatina, germacreno-D e a-pineno); flavonoides (isonafaliina, quercitina, galangina-3-metiléter, galangina, isognafalina, luteolina, quercetagetina, tamarixetina, tamarixetina 7-glucosÍdeo, quercetina 3,7-dimetileter, isognafaliina, quercitina-3-metiléter 7-diglicosÍdeo (S4), alnustina, 5,7,8-trimetoxiflavona, 7-hidroxi-3,5,8-trimetoxiflavona, 3,5,7,8-tetrametoxiflavona, kawapirona); ácidos polifenólicos e ésteres (ácido clorogênico e isoclorogênico, protocatequilcalerianina, ácido cafeico, cafeoilcalerianina); fenilpironas (italidipirona e 23-metil-6-0-desmetil auricepirona); sesquiterpenos, derivados da fenilpirona e morina, compostos acetilênicos, luteolina, ésteres de coleriantina, monoterpenos, canfeno, mirceno, a-terpineno, borneol, a-himachaleno; saponinas, substâncias amargas (lactonas), taninos.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Azia, cálculo biliar, clarear cabelos, cefalalgias, cólicas intestinais, contrações musculares bruscas, contusões, desordens menstruais, diabetes, diarreias, disenteria, disfunções gástricas e digestivas, dor de cabeça, dor de estômago, epilepsias, espasmos, estimulante da circulação capilar, febre; gastrite, impotência, inapetência, inflamação, lavar feridas e úlceras, má digestão; pele e cabelos delicados; nervosismo, perturbações gástricas, protetor solar, queda de cabelos, resfriado, retenção de líquidos, reumatismo, suores fétidos nos pés. Costuma-se usar macela dentro de travesseiros e em vendas para dormir para se ter um sono tranquilo.

## MALVA – Malva sylvestris

## PRINCÍPIO ATIVO

## LIMOEIRO - Citrus limon

## PRINCÍPIO ATIVO

Felandrina, hidrocarbonetos terpênicos, limonina, óleo essencial ((limoneno), ácidos orgânicos (cítrico e málico), bioflavonoides (hespiridina), pectinas, vitamina A (retinol), vitamina B1 (tiamina), vitamina B2 (riboflavina), niacina), sais minerais (potássio, fósforo, ferro, cálcio, sódio, magnésio, enxofre, cloro), vitamina C (ácido ascórbico).

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Acidez estomacal, afecções das vias biliares, amidalite, acidez gástrica, acne, amigdalite, artrite, ascite, asma, arteriosclerose, astenia, azia, caspa, câncer, cirrose, colesterol, colelitíase, desarranjos intestinal, diabetes melito, diarreia, difteria, dispepsia gotosa, disenteria, doenças do fígado, doenças da bexiga, doenças do coração, escorbuto, enjoo, envenenamento (soda e potassa), enxaqueca, escorbuto, estomatite, excesso de bÍlis, favorecer o aproveitamento do ferro, faringite, febre, febre tÍfica, feridas, fermentação gastrointestinal, gota, gripe, gastroenterite, hidropisia, hipertensão arterial, icterÍcia, impaludismo, impurezas no sangue, infecções em geral, inflamações em geral, linfatismo, náuseas, nefrite, nefrolÍtiase, nevralgia, obesidade, pedra nos rins, piorreia, pirose, prevenir tosse, resfriado, reumatismo, soluço, tifo, tuberculose, úlceras em geral.

## LOSNA – ArtemÍsia absinthium

## PRINCÍPIO ATIVO

PrincÍpios amargos (absintina), 1 óleo essencial, sais minerais e taninos. Óleo essencial (0,2 - 1,3 % v/p): tuiona, isotuiona, camazuleno, cadineno, tuiol, felandreno e borneol. Flavonoides: artemetina (antibiótico). Terpenos. PrincÍpios amargos: anabsintina, absintina, quebra-chitol, artabsina, FiÍosterol, Resinas vegetais, Vitaminas B6 e C, Geras. Ácidos orgânicos: acético, isovaiérico, málico, palmÍtico, succínico, tânico, nicotínico.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

É uma erva originária da Europa e da Ásia, de folhas recortadas de cor cinzenta, de sabor amargo e que é utilizada como planta medicinal e na fabricação da bebida conhecida como absinto. O absinto contém pequenas quantidades de tujona, que se pensou outrora ser relacionado com o THC (tetraidrocannabinol), mas sabe-se agora que é um antagonista dos receptores GABA-A. O consumo excessivo de tujona pode causar espasmos e convulsões. Usada corretamente e sem excessos, a infusão da losna pode aumentar a secreção biliar, favorecendo o funcionamento do fígado, anemia, anorexia, ativar a circulação, azia, cólicas intestinal, dispepsias, limpar e regularizar o funcionamento do estômago, rins, bexiga e pulmões, nevralgias, mau hálito, menstruação difícil e dolorosa, prisão de ventre, regularizar o fluxo menstrual, vômito etc.

## LOURO – Laurus nobilis

## PRINCÍPIO ATIVO

PrincÍpios amargos, taninos e óleo essencial.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Tônico estomacal, carminativo, regulador do ciclo menstrual, reumatismo. As folhas podem ser utilizadas verdes ou secas, contudo não deve passar mais de um ano depois de colhidas, pois perdem o seu aroma. Na cultura popular, o óleo diluído do loureiro é utilizado para deslocamentos, artrite e reumatismo. O banho de louro é utilizado na medicina alternativa para o tratamento de músculos doloridos. As bagas da planta, quando usadas em forma de enxaguante, combatem a alopecia (calvície). A erva saturada é usada

para combater fungos que aparecem nas unhas. Tosses e bronquites são tratadas com aplicação de cataplasma. Pode ser usada como um repelente. Na aromaterapia, é usada para tratar dores de ouvido e hipertensão. O extrato de loureiro é usado em forma de pomada para feridas. Na culinária, o louro é utilizado em marinadas, assados, molhos, sopas, guisados, feijoadas. Além de ser um ótimo tempero, o louro ajuda na digestão e assimilação dos nutrientes da comida. Deixar folhas em locais onde se guarda a comida ajuda a repelir animais.

## MACAÉ – Leonurus sibiricus

## PRINCÍPIO ATIVO

Leonurina, taninos e óleo essencial.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Por ser rico em alguns nutrientes é usado no tratamento de problemas que afetam o estômago, intestino, pulmões, útero, ossos e músculos. Sua fama de “cura tudo” vem da sua capacidade de ser um agente potente para várias doenças. As flores também têm propriedades que estimulam a circulação do sangue e do útero, regulando a menstruação. É considerado um agente amigo do sexo feminino, uma vez que trata o fluxo menstrual doloroso e excessivo, e diminui o sangramento pós-parto. Porém, os benefícios não param por aí. É efetivo contra infecções bacterianas e fungais. Cura edemas, pedras renais, eczema, e abscessos. Além de ser atuante no emagrecimento natural. Pode ser usado para eliminar catarros com tosses ou doenças como a coqueluche. Reduz a febre e controla as dores causadas pelo reumatismo. O chá de Macaé, produzido com as flores da planta é usado para diminuir os vômitos, ajuda nos efeitos da má digestão e elimina toxinas. Cura diarreias, principalmente as que afetam crianças. Usado para combater problemas de intestino, estomago e o mau hálito.

## MACELA - Achyrocline satureioides

## PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial (1-8-cineol, cariofileno, óxido de cariofileno, d-cadineno, cariatina, germacreno-D e a-pineno); flavonoides (isonafaliina, quercitina, galangina-3-metiléter, galangina, isognafalina, luteolina, quercetagetina, tamarixetina, tamarixetina 7-glucosÍdeo, quercetina 3,7-dimetileter, isognafaliina, quercitina-3-metiléter 7-diglicosÍdeo (S4), alnustina, 5,7,8-trimetoxiflavona, 7-hidroxi-3,5,8-trimetoxiflavona, 3,5,7,8-tetrametoxiflavona, kawapirona); ácidos polifenólicos e ésteres (ácido clorogênico e isoclorogênico, protocatequilcalerianina, ácido cafeico, cafeoilcalerianina); fenilpironas (italidipirona e 23-metil-6-0-desmetil auricepirona); sesquiterpenos, derivados da fenilpirona e morina, compostos acetilênicos, luteolina, ésteres de coleriantina, monoterpenos, canfeno, mirceno, a-terpineno, borneol, a-himachaleno; saponinas, substâncias amargas (lactonas), taninos.

## PROPRIEDADES MEDICINAIS

Azia, cálculo biliar, clarear cabelos, cefalalgias, cólicas intestinais, contrações musculares bruscas, contusões, desordens menstruais, diabetes, diarreias, disenteria, disfunções gástricas e digestivas, dor de cabeça, dor de estômago, epilepsias, espasmos, estimulante da circulação capilar, febre; gastrite, impotência, inapetência, inflamação, lavar feridas e úlceras, má digestão; pele e cabelos delicados; nervosismo, perturbações gástricas, protetor solar, queda de cabelos, resfriado, retenção de líquidos, reumatismo, suores fétidos nos pés. Costuma-se usar macela dentro de travesseiros e em vendas para dormir para se ter um sono tranquilo.

## MALVA – Malva sylvestris

## PRINCÍPIO ATIVO

Ácidos graxos insaturados, ácido malválico, estercúlico.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Diurético, adstringente, emoliente, expectorante e laxante. Contra inflamações bucais, irritação dos olhos, tosse, eczemas, hemorroidas.

MAMONA - *Ricinus communis*

---

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Vermífugo, purgante (uso interno), emoliente e cicatrizante (uso externo), catártico, anticancerígeno, analgésico.

MANGUEIRA - *Mangifera indica*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo-resina: terebentina; Fruto: Celulose; Glicosídeo: mangiferina; Fibras; Sais minerais: cálcio, fósforo, ferro; Proteínas; Açúcares; Pigmentos; Vitaminas: A, B1, B2 e C; Flores: tanino; Óleo essencial: álcool sesquiterpênico, mangiferol enmangi-ferona (cetona); Principais componentes: 2-octano, alanina, alfa-felandreno, a-pineno, ácido ambólico, ácido ambônico, arginina, ácido ascórbico, fl-caroteno, fl-pineno, carotenoides, furturol, gaba, ácido gálico, ácido galotânico, geraniol, histidina, isoleucina, ácido isomangiferólico, caempferol, Imoneno, ácido linoleico, ácido mangífero, mangiferina, mangiferol, ácido mangiferólico, ácido mirístico, neo-fl-caroteno b, neo-B-caroteno u, neoxantofil, nerol, neril-acetato, ácido oleico, ácido p-cumarínico, ácido pantotênico, peroxidase, fenilalanina, fitina, prolina, quercetina, xantofil.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Afecções pulmonares, bronquite asmáticas, bronquite catarral e tosse. Gengivas inflamadas, gengivites. Feridas; úlceras de decúbito; úlceras varicosas.

MANJERICÃO – *Ocimum basilicum L.*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido caféico, ácido esculosídeo, ácido hidrocianico, cânfora, carvacrol, cinamato de metila, cineol, citral, citronela, estragol, eugenol, flavonóides, limoneno, linalol, lineol, metil-chavicol, a-pineno, saponinas, taninos, timol.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Analgésica, antiemética, antifebril, antiséptico, aperiente, aromática, aromatizante, calmante, carminativa, digestivo, dispepsia nervosa, diurética, emenagoga, estimulante digestivo, estimulante, estomacal, expectorante, excitante, galactógena, hidratante, relaxante, revigorante, sedativo, sudorífera, tônica. Indicações: afta, amigdalite, angina, antraze, aumentar a lactação, bico do seio rachado, bronquite, cabelo, cãibra do estômago, catarro, cólica, debilidade de nervos, dispepsia, doença das vias respiratórias, dor de cabeça nervosa, dor de garganta, enxaqueca, espasmo, espinha, estagnar o sangue, febre, ferida, flatulência, fraqueza, frieiras, furúnculo, garganta, gases, gastrite, gripe, infecções intestinais, dos rins e do estômago, insônia, intestino, pele, picada de inseto, problemas digestivos, resfriado, reumatismo, rins, tosse, tuberculose pulmonar, vermes, vias aéreas, vômito.

MANJERICÃO ROXO – *Ocimum basilicum purpureum*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido caféico, ácido esculosídeo, ácido hidrocianico, cânfora, carvacrol, cinamato de metila, cineol, citral, citronela, estragol, eugenol, flavonóides, limoneno, linalol, lineol, metil-chavicol, a-pineno, saponinas, taninos, timol.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Analgésica, antiemética, antifebril, antiséptico, aperiente, aromática, aromatizante, calmante, carminativa, digestivo, dispepsia nervosa, diurética, emenagoga, estimulante digestivo, estimulante, estomacal, expectorante, excitante, galactógena, hidratante, relaxante, revigorante, sedativo, sudorífera, tônica. Indicações: afta, amigdalite, angina, antraze, aumentar a lactação, bico do seio rachado, bronquite, cabelo, cãibra do estômago, catarro, cólica, debilidade de nervos, dispepsia, doença das vias respiratórias, dor de cabeça nervosa, dor de garganta, enxaqueca, espasmo, espinha, estagnar o sangue, febre, ferida, flatulência, fraqueza, frieiras, furúnculo, garganta, gases, gastrite, gripe, infecções intestinais, dos rins e do estômago, insônia, intestino, pele, picada de inseto, problemas digestivos, resfriado, reumatismo, rins, tosse, tuberculose pulmonar, vermes, vias aéreas, vômito.

MANJERONA - *Origanum majorana*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Constam diversos óleos essenciais como beta-pineno, p-cimeno, terpineno, linalol, terpineol, taninos e mucilagem.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Suas propriedades possuem ação antiespasmódica, expectorante, estimulante, digestiva, revigorante, afrodisíaca, aromática, antioxidante, antisséptica e analgésica. Usada na medicina caseira para curar reumatismo e todas as formas de artrite; resfriados e dores de garganta. Em banhos quentes tonificam os músculos e os nervos. Como tempero, facilita a digestão, abre o apetite, evita gases e cólicas. Erva muito utilizada na cozinha italiana e grega; combina com carnes, pizzas, molhos, omeletes, peixes.

MARACUJÁ – *Passiflora incarnata*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Alcalóides indólicos (harmana, harmina, harmol, harmalina), flavonoides (vitexina, isvitexina, orientina, 0,55g % de apigenina), glicosídeos cianogênicos, álcoois, ácidos, gomas, resinas, taninos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O maracujá é considerado um calmante natural que age no sistema nervoso central, aquietando-o, além de possuir outras propriedades medicinais. A composição de flavonoides, alcaloides e saponinas, dentre outras substâncias presente no maracujá, muitas vezes são administradas em forma de extratos ou suplementos para o tratamento de doenças que agem no sistema nervoso, incluindo depressão, ansiedade e ataques de pânico. O maracujá não possui substâncias viciantes e não produz efeitos colaterais associados ao uso de antidepressivos e tranquilizantes. A *Passiflora incarnata* pode aliviar dores de cabeça causadas devidos à tensão e deixa a pessoa mais tranquila. Também ajuda a curar ressacas ao sanar o desarranjo dos neurotransmissores. As folhas de maracujá possuem efeito adstringente e agem como sedativo no tratamento da tensão nervosa, insônia e problemas respiratórios. As harmalas, substâncias presentes no maracujá, inibem o consumo excessivo e desnecessário de oxigênio pelo cérebro. Acredita-se que estes compostos também são responsáveis por diminuir os níveis de circulação e respiração, reduzindo a pressão arterial. Alguns estudiosos consideram os alcaloides harmina e harmalina, eficazes contra o Mal de Parkinson. Outras espécies de maracujá contêm componentes que agem contra fungos, leveduras e bactérias. Os alcaloides presentes no maracujá também podem contribuir para uma dilatação da artéria coronária. Para inchaço nos olhos, queimaduras e irritações na pele, são usadas compressas.

Para queimaduras e feridas, o suco do maracujá pode ser aplicado em forma de cataplasma. Na culinária, o maracujá é um excelente ingrediente para pavês, sucos, sorvetes e mousses.

#### MELISSA - *Melissa officinalis*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial: monoterpenos e sesquiterpenos: geraniol, nerol, beta-alrionfileno, óxido de beta-alrionfileno, linalol, citrionelol, nerol e geraniol, citrionelato de metila; Flavonoides; Compostos triterpênicos: olea-nano e ursano; Ácidos orgânicos: ácido cafeico e derivados diméricos e triméricos, lrospérmico, rosmari-nico e melítricos A e B; Mucilagens; Princípios amargos; Resinas.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Usada para insônia, enxaquecas, tensão nervosa, neurastenia, ansiedade, antiespasmódica, sedativa, estimulante do chakra cardíaco. Tem uso clínico comprovado no tratamento sintomático do herpes labial. Na farmacopeia brasileira, é indicada para cólicas abdominais e como sedativo em quadros leves de ansiedade ou insônia. É uma planta muito utilizada na medicina tradicional, como erva aromática e em aromaterapia. É utilizada como antiespasmódica, antinevrálgica e como calmante. Acredita-se que ajude a conciliar o sono. A *Melissa officinalis* é largamente confundida com a popularmente chamada erva cidreira de folha (*Lippia alba*), que possui flores lilases e amareladas em logos galhos quebradiços, mas que não possui as mesmas propriedades medicinais que a *Melissa officinalis*.

#### MIL FOLHAS – *Achillea millefolium*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial; 82 compostos entre os quais -linalol, sabinano, alo-ocimeno, azulano, eugenol, mentol, alfa-pinano, bomeol, cineol, limoneno, cânforaechamazuieno; Lactonas sesquiterpênicas; Peróxidos guaianólidos; Triterpenos e esteróis: beta-sitosterol, alfa-amirina, estigmasterol, campesterol, colesterol, beta-amirina, taraxasterol, e o pseudotaraxasterol; Flavonoides; apigenina, artemetina, casticlina, luteolina, e a rutina. Os alcaloides achicelina, achiletina, betalina, betonicina, colina, moschatina, estaquidrina, e a trigonelina; Alcalóides; Amino-ácidos: alanina, a histidina, o ácido aspártico, o ácido glutâmico, e a lisina; Ácidos graxos: ácido linoleico, mirístico, oleico, e palmítico; Outros ácidos: sálico, ascórbico, cafeico, fólico; Poliacetilenos; Cumarinas; taninos; Açúcares: dextrose, glicose, sucrose.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Tônica e estimulante das funções hepáticas, sudorífero, emenagogo, antiespasmódica, adstringente, anti-hemorragica, hemostática. Indicações: A infusão forte é usada para limpar ferimentos abertos e prevenir infecções. Pois, faz as membranas, mucosas e vasos se contraírem, é recomendada para estancar hemorragias. O emplastro das folhas frescas amassadas alivia erupções, e a infusão das flores é usada no tratamento da acne. Gargarejo com a infusão normal alivia a dor de garganta. As flores frescas esmagadas e adicionadas a banha, óleo ou creme facial resultam em um produto para o tratamento de irritações da pele, coceiras em áreas ressecadas e cicatrizes.

##### CURIOSIDADE

Segundo Paracelso (médico, alquimista, físico, astrólogo e ocultista suíço-alemão do séc. XV) é a erva contra todas as maldições.

#### MIRRA – *Commiphora myrrha*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Carboidratos: arabinose, galactose, xilose e ácido 4-O-metilglicurônico; resinas: ácidos  $\alpha$ ,  $\beta$  e  $\gamma$ -commifórico,  $\alpha$  e  $\beta$ -heerabomirros e commiferina; Esteroides: campesterol, colesterol e  $\beta$ -sitosterol; Terpenoides:  $\alpha$ -amirina; Óleo Essencial: dipenteno, candineno, heerabolenol, limoneno, pineno, eugenol, m-cresol, cinnamaldeído, cuminaldeído, álcool cúmico.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Pode ser utilizado como: infecções e inflamações da boca (aftas), inflamações da gengiva (gengivite), alergias da pele, entorses, contusões, nevralgias, bochechos para aliviar a dor de garganta, úlceras, faringite, amidalite, resfriados comuns, massagem para dores musculares, repelente de insetos e incenso, Parte utilizada: resina. O uso de mirra deve ser feito apenas externamente.

#### NÊSPERA – *Eriobotrya japônica*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Pectina; vitamina A, flavonoides, antioxidantes fenólicos como: o ácido clorogênico, ácido neoclorogênico, ácido hidroxibenzoico, ácido feruloilquínico, protocatecuico ácido, epicatequina, ácidos cumárico e ácido ferúlico. Frutas maduras têm mais concentrações de ácido clorogênico e sais minerais.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Contém uma boa quantidade de antioxidantes que são eficazes na proteção do corpo contra os radicais livres e o stress oxidativo. É um fruto eficaz na prevenção do excesso de toxinas no cólon, sendo assim eficaz na proteção contra o cancro de cólon. Sendo, também, eficaz pela grande quantidade de antioxidantes e de fito nutrientes benéfica na proteção contra inflamações e doenças degenerativas. Além disso, também é benéfica para a saúde dos olhos. A Nêspera é rica em Vitamina A, sendo está uma das vitaminas que ajuda na proteção da pele e do envelhecimento precoce. Previne o cancro do pulmão e da cavidade oral. Benefícios para a pressão arterial. Pois, contém uma boa quantidade de Potássio que é necessário para manter sobre controlo os níveis de sódio, necessário para manter os níveis de fluido em equilíbrio. Portando, ajuda a manter a pressão arterial controlada e reduz o risco de derrame e ataque cardíaco. Contém, ainda, minerais como o Manganês, Magnésio, Ferro, Cobre e Vitamina A, que ajudam a manter a pressão sanguínea controlada. Ricas em fibras ajudam a suprimir o apetite e a aumentar o metabolismo, promovendo assim, a perda de peso. É uma fruta rica em nutrientes que são necessários para a produção de sangue e a formação de glóbulos vermelhos. Além disso, ela contém Vitamina C, que aumenta a capacidade de absorção de ferro do corpo. Ajuda no fortalecimento dos ossos e dentes.

#### ORÉGANO – *Origanum vulgare*

##### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial (timol e carvacol), Ácidos oleanoico e ursólico; Flavonoides; Hidroquinonas; Ácido rosmarínio; Taninos; Glicosídeos fenólicos; Fenóis polares; Tocoferóis.

##### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É sedativo, antiespasmódica, béquica, carminativa, antirreumáticas. Combate à tosse, as doenças do pulmão, as dores musculares; Afecções estomacais: indigestão, gases, cólicas, enjoo; cefaleias e queixas nervosas; Afecções respiratórias, dores articulares e musculares; Dor de dente; Repelente de formigas; antibacteriana, fungicida, antioxidante; Agente estrogênico. Adicionalmente tem propriedades antimicrobianas contra bactérias como *Listeria monocytogenes* e outros patógenos presentes nos alimentos, o que faz com que ajude a preservar alimentos.

PALMEIRA /PALMITO - *Euterpe edulis* sp.

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Ácidos oleico, palmíticos, palmitoleico e cianídrico, amido, cálcio, ferro, fibra, fósforo, lignina, niacina, proteínas, tanino, vitamina C, B1 e B2.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, resolutivo, depurativo. Indicações: diarreia, fígado, icterícia, cirrose, anemia, vermes, hemorrágica.

#### CURIOSIDADE

Originária das regiões da Mata Atlântica, a deliciosa iguaria já era adorada pelos índios na época da colonização, que, certos de seu apelo, ofereciam-na aos portugueses como objeto de troca. Agradou tanto que Pero Vaz de Caminha o incluiu na famosa “primeira carta” enviada ao rei de Portugal, na qual estava incumbido de listar as riquezas da nova terra.

PATA DE VACA - *Bauhinia forficata*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Kaempferitrin, taninos, flavonoides e glicosídeos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É uma erva muito utilizada na fitoterapia brasileira há dezenas de anos por proporcionar resultados tão bons em pacientes diabéticos, sendo conhecida como “insulina vegetal”, dada a sua capacidade de reduzir os sintomas da diabetes, incluindo a poliúria (aumento do volume urinário), distúrbios renais e outros problemas urinários. O chá de pata-de-vaca é comumente consumido após as refeições, para equilibrar os níveis de açúcar no sangue. A pata-de-vaca, além de diminuir o açúcar no sangue, pode também diminuir os triglicerídeos, colesterol total e o LDL-colesterol (colesterol ruim) em diabéticos, auxiliando no tratamento da diabetes mellitus tipo II. O kaempferitrin, substância presente na planta, além de reduzir o açúcar no sangue, pode ajudar a reparar danos às células renais, possuindo efeitos diuréticos e antioxidantes.

#### CURIOSIDADE

A pata de vaca é uma árvore comum na Floresta Amazônica e outras regiões tropicais. Pode atingir até 9 metros de altura. Possui folhas grandes, com cerca de 10 cm de comprimento e parecidas com cascos de vaca, explicando daí a origem do nome popular. Produz grandes flores brancas e sementes marrons. O gênero *Bauhinia* compreende cerca de 500 espécies.

PENICILINA - *Alternanthera brasiliana*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Ácidos e ésteres graxos, esteroides, álcoois graxos e hidrocarbonetos.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente e antidiarreica. As folhas são analgésicas, depurativas, diuréticas, digestivas. As flores são béquicas (acalma a tosse e as irritações da faringe). Bom para infecções, internas ou externas, excelente depurativo do sangue. Também, é utilizado contra picadas venenosas, e antibiótico.

PICÃO PRETO – *Bidens pilosa* L.

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Acetilenos, ácido-p-cumárico, ácido linólico, ácido linoleico, ácido nicotínico, ácidos orgânicos, ácido salicílico, ácido tânico, aminas, beta-amirina, bioflavonoides, chalconas, cálcio, candineno, esculetina, esteróis, a-felandreno, fenilacetileno (1-fenil-1,3-diin-5-en-7-ol-acetato), fenilheptatriina, flavonoides, fitosterina-B, fitosteróis, fósforo, friedelina, friedelan-3-beta-ol, glicosídeos de aurona, glicosídeos (flavona matoxilado, quercetin-3,3'-dimetoxi-7-0-a-L-ramnopiranosil-(1°6)-b-D-glucopiranosose, quercetin-3,3'-dimetoxi-7-0-b-D-glucopiranosose); beta-D-glucopiranosiloxi-3-hidroxi-6(E)-tetradeceno-8, 10, 12-triino; hidrocarbonetos, limoneno, lupeol, mucilagem, okanina-3-glicosídeo, óleo essencial, a-pineno, policatilenos, poliacetilenos, quercetina, sais de potássio, sílica, beta-sitosterol, taninos, timol, tridecapentin-1-eno; trideca-2, 12-dieno-4, 6, 8, 10-tetraína-1-ol, trideca-3, 11-dieno-5, 7, 9-triina-1, 2-diol, trideca-5-eno-7, 9, 11-trieno-3-ol; triterpenos, xantofilina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

O picão é muito utilizado contra reumatismo, afecções da bexiga, pedras na vesícula ou rins, má digestão, fígado, febres, ingurgitamento das glândulas mamárias. Toda a planta é recomendada contra icterícia. Excelente para alergias e feridas, sendo utilizado em forma de banhos nesses casos.

PIMENTA DEDO DE MOÇA – *Capsicum baccatum* L.

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Capsaicina, vitamina C, fósforo, potássio, cálcio e fibra.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É antioxidante, bactericida, protege o sistema digestivo, combate tensões musculares e ajuda no tratamento de reumatismos articulares. Minimiza dores de cabeça, equilibra os níveis de glicose sanguínea, aumenta a capacidade pulmonar, estimula as enzimas responsáveis pela digestão ou pela secreção da bile, o que facilita a digestão e também ajuda no tratamento da rinite alérgica. A pimenta é um alimento funcional pois, tem substâncias com atividades antioxidante, ela retarda a velocidade da oxidação, inibindo os radicais livres e, assim previne o surgimento de doenças, contribuindo para uma maior longevidade.

PITANGUEIRA - *Eugenia uniflora* L.

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Lipídeos, cálcio, ferro, fósforo, glicídeos, niacina, pitanguina, proteínas, vitamina A, vitamina B2, vitamina C.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Afecções do fígado; bronquite, cólica menstrual, diabete, diarreia, diarreia infantil, disenteria, febres intermitentes, gota, hipertensão, infecções da garganta, limpar e descongestionar a pele do rosto, queda e oleosidade dos cabelos, reumatismo, febre amarela, perda de peso, devido suas propriedades alcalina, é expectorante e digestivo. Asma, bronquite, mal do fígado, chá de folha de pitanga pode combater o envelhecimento precoce e até o câncer e suas folhas aliviam dores no corpo e insônia.

POEJO – *Mentha pulegium*

---

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo Essencial: pulegona, mentona, isomentona, pipertenona, alfa e beta-pineno e limoneno.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Utilizada no tratamento de diversas doenças como diabetes, má digestão, gripes e resfriados, tosse, gases, cólicas intestinais, coriza, catarro, bronquite, vermes intestinais, febres, transtornos menstruais, crise nervosa e reumatismo, é usada também como repelente natural, espanta moscas, pulgas e insetos.

PULMONÁRIA – *Pulmonaria officinalis* L.

### PRINCÍPIO ATIVO

Taninos, mucilagem, saponinas, ácido silícico, substâncias minerais, alantoína, vitamina C, flavonoides.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

É utilizada no tratamento respiratório e infecções pulmonares, expectorante, diurética, remineralizante, sudorífera, anti-inflamatória, bactericida. Indicado para tratar várias doenças, como: Dor de garganta, Faringite, Tosse, Asma, Rouquidão, Bronquite, Catarro, Gripe, Resfriado, Cálculos renais, Frieira, Queimaduras e Feridas. O silício que favorece a cicatrização das lesões ósseas; aumenta a resistência de tecido conjuntivo e aumenta a atividade leucocitária frente às infecções; assim, é indicada para afecções pulmonares, pneumonia, tuberculose e enfisema pulmonar.

QUEBRA PEDRA - *Phyllanthus niruri* L.

### PRINCÍPIO ATIVO

Ácido elárgico, ácidos graxos, ácido repandusínico, ácido salicílico, alcaloides (norsecurina, 4-metoxi-norsecurina, entnorsecurinina, nirurina, flantine, filocrisina), alcaloides pirrozilidínicos (norsecurinina, 4-metoxi-norsecurinina, nor-ent securinina), alcaloides indolizidínicos (nirunina filantina, filocrisina), alcanos (triacontan-1-al, triacontan-1-ol), benzenoides (salicilato de metila, flesterina), breviflonina-ácido carboxílico, esteroides (24-isopropil-colesterol, estradiol, estigmasterol, b-sitosterol), dibenzilbutirolactona, cineol, cimol, flavonoides (quercitrina, quercetina, rutina, astragalina, isoquercitrina, kaempferol-4-0-a-L-ramnosídeo, nirurim, ninurinetim, fisetina-41-0-b-D-glucosídeo, eriodictiol-7-a-L-ramnosídeo), filantol, filalvina, filantidina, furosina, gelato de metila, gelato de etila, geranina, galato de etila, glochidona, geraniina, glicosídeos, hiporilantina, hirtetralina, lignanos (lintetralina, nirurina, nirurinetina, filnirurina, isolintetralina, hipofilantina, kinokinina, nitrantina, nitretalina, filantina, isolariciresinoltrimetil éter, nirantina, seco-4-hidroxilintetralina, hidroxinirantina, nirfilina, nirtetralina, filtetralina, filtetrina e hidroxilignanos), linalol, lipídeos (ácido ricinoleico, dotriancontanoico, linoleico e linolênico), mucilagens, niruside, securimina, sais minerais, saponinas, taninos, terpenos (cimeno, limoneno), triterpenos (lupeol-acetato e lupeol), vitamina C, xantoxilina. - sementes: ácido linoleico, ácido linolênico, ácido ricinoleico; - folhas compostos fenólicos (3,5%), vitamina C (0,4%), ligninas, triterpenoides; - parte aérea: flavonoides, quercitrina, quercetina, rutina, astragalina, nirurina, fisetina-4-0 glicosídeo, triacontanal, triacontanol e hipofilantina. Filantina, filalvina, cineol, cimol, linalol, salicilato de metila, securimina, filantidina, ácido salicílico; - raízes: 90 derivados flavônicos, triterpenoides e esteroide estradiol.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Dissolve areia e cálculos renais. Diurética, fortificante do estômago, analgésica e relaxante muscular. Contra enfermidades crônicas da bexiga, cistite e distúrbios da próstata. Também, pode ser usado no combate à hepatite B, como analgésico ou antiespasmódico.

ROMAZEIRA - *Punica granatum*

### PRINCÍPIO ATIVO

Alcalóides (peretierina, isoperetierina, metil-isoperetierina, pseudo-peretierina), taninos, Vitamina B1 (tiamina), Vitamina B2 (riboflavina), sais minerais (fósforo, potássio, sódio, cálcio, ferro). - Casca do fruto: taninos; resinas, açúcares, pigmentos (antocianinas). - Flores: taninos, pigmentos (antocianinas) - Sementes: ácidos orgânicos (cítrico, málico e tartárico), vitamina C, água, açúcares.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, anti-diarréica, antidiarréica, anti-inflamatório, antiséptico, antitérmica, antivirótica, diurético, eupéptica, mineralizante, tônico, vermífuga. Indicações: aftas, amigdalite, angina da garganta, blenorria, chagas na boca, cólica intestinal, diarreia, difteria, disenteria amebiana, dispepsia, doenças gastrintestinais, doenças do aparelho genito-urinário, dores de garganta, espasmo, desinfetar ferida, febre, fortalece as gengivas, garganta, gases, gengiva, hemorragia do útero, hemorróidas, inflamação, lavagem dos olhos, lavagem vaginal, leucorréia, tênia (vermes), metrorragia, prolapso do útero, solitária (teníase), verminoses, úlceras da boca.

### CURIOSIDADES

A romã é rodeada por muitos simbolismos: os textos bíblicos e os povos gregos a consideravam como símbolo do amor e da fertilidade, consagrando sua árvore à deusa Afrodite. Para os judeus, a romã é um símbolo religioso, incluído no ritual do ano novo. Na mitologia iraniana, o fruto desejado da árvore sagrada é a romã e não a maçã. Em muitas culturas, nas cerimônias e nos cultos, a romã era considerada símbolo de ordem, riqueza e fecundidade. Uma antiga crença popular ainda resiste, sendo acreditado se se colocar três sementes de romã na carteira o “dinheiro nunca há de lhe faltar”.

ROSEIRA – *Rosa* spp.

### PRINCÍPIO ATIVO

Contém óleo essencial, óleo fixo, aminoácidos, flavonoides, ácidos orgânicos (málico, tartárico), taninos, glicídios, pró-vitamina A, vitamina C, sais minerais.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Adstringente, anti-inflamatório, antisséptico, calmante, reflescante, restaurador e antirradicais. Servem para todos os tipos de pele, mas estão especialmente recomendadas para as peles sensíveis, secas ou com alterações da idade. A água de rosas é usada como um tônico adstringente, e o seu azeite melhora as rugas e as cicatrizes. Outro tipo de uso para as pétalas de rosas está focado nos seus efeitos sobre a mente e o sistema nervoso, pois atuam como sedativo e antidepressivo. Ao usar as rosas em aromaterapia podem-se tratar patologias como o estresse, a tensão nervosa, úlceras, problemas cardíacos e alterações digestivas. Consumir chá de rosas diminui os incômodos da garganta irritada e é uma ótima fonte de vitaminas e nutrientes que melhoram nossa saúde. Para o preparo de chás, cada cor de rosa possui seus respectivos efeitos benéficos. A rosa amarela serve para acalmar os nervos, combater o estresse e relaxar os músculos, sendo ideal para dores musculares, de cabeça e enxaquecas causadas por estresse, entre outros males ligados ao sistema nervoso. A rosa branca, por sua vez, é poderosa no tratamento contra alergias e irritações, em especial as que acometem a vista, como conjuntivite.

### CURIOSIDADES

A rosa é uma das flores mais populares no mundo. Vem sendo cultivada pelo homem desde a antiguidade. A primeira rosa cresceu nos jardins asiáticos há 5 000 anos. Na sua forma selvagem, a flor é ainda mais antiga. Celebrada ao longo dos séculos, a rosa, símbolo dos apaixonados, também marcou presença em eventos históricos importantes e decisivos. Fósseis dessas rosas datam de há 35 milhões de anos.

Cientificamente, as rosas pertencem à família Rosaceae, e ao gênero *Rosa* L., com mais de 100 espécies, e milhares de variedades, híbridos e cultivares. São arbustos ou trepadeiras, providos de acúleos. As folhas são simples, partidas em 5 ou 7 lóbulos de bordos denteados. As flores, na maioria das vezes, são solitárias. Apresentam originalmente 5 pétalas, muitos estames e um ovário ínfero. Os frutos são pequenos, normalmente vermelhos, algumas vezes comestíveis.

Atualmente, as rosas cultivadas estão disponíveis em uma variedade imensa de formas, tanto no aspecto vegetativo como no aspecto floral. As flores, particularmente, sofreram modificações através de cruzamentos realizados ao longo dos séculos para que adquirissem suas características mais conhecidas: muitas pétalas, forte aroma e cores das mais variadas.

- Rosas amarelas: amor por alguém que está a morrer, ou um amor platônico, ou amizade.
- Rosas azuis: confiança, reserva, harmonia e afeto, verdadeiro amor eterno, raro, forte, que nunca se abala ou descolore, em algumas culturas ela tradicionalmente significa mistério ou a busca - ou o alcance do impossível.
- Rosas Brancas: reverência, segredo, inocência, pureza e paz.
- Rosas Champanhe: admiração, simpatia.
- Rosas coloridas em tons claros: amizade e solidariedade.
- Rosas coloridas, predominando as vermelhas: amor, paixão e felicidade.
- Rosas cor-de-rosa: gratidão, agradecimento, o feminino (muitas vezes aparece simbolizando o útero em algumas culturas, como o gineceu está para a cultura ocidental - ver cor-de-rosa).
- Rosas laranjas: entusiasmo e desejo.
- Rosas vermelhas: paixão, amor, respeito, adoração.
- Rosas vermelhas com amarelas: felicidade.
- Rosas vermelhas com brancas: harmonia, unidade.
- Rosas vermelhas bordeaux: beleza inconsciente.
- Rosas verdes: esperança, descanso da juventude e equilíbrio.
- Rosas violeta: calma, autocontrole, dignidade e aristocracia.
- Rosas pretas: separação, tristeza e morte.

SÁLVIA – *Salvia officinalis* L.

#### PRINCÍPIO ATIVO

Óleo essencial: a e 6-tujonas, borneol, cineol, cânfora flavonas; ácidos fenólicos: salvina; Heterosídeo de fenilpropanoide: martynosídeo; Triterpenos: ácidos ursólico e oleanoico e seus glicosídeos, a e B-amirina, betulina; Diterpenos fenólicos: quinoidal, abietano e apianano rearranjados; Ácidos rosmarínico, clorogênico e labiático; Substância estrogênica; Princípio amargo: picrosalvina; Saponinas; taninos; Resinas; Mucilagens; Principais compostos: salvigenina, lupeol, 3-sitosterol, estigmasterol, fisciona, carnosol, rosmadial, rosmanol, epirosmanol, isorosmanol, columbarídiona, atuntzensina A, miltirona, ácido carnósico, e ácido 12-O-metil carnósico, cânfora, cineol, limoneno, camfeno, e pineno.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Anti-inflamatório, usado em gargarejos contra a inflamação de garganta e em inalações para casos de sinusite. Adstringente, antiespasmódico, tônico e estimulante da digestão. Contra inapetência, edema, infecções da boca, afta, tosse, bronquite. Diminui a lactação.

SAMAMBAIA – *Nephrolepsis* sp.

#### PRINCÍPIOS ATIVOS

Filicilina.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Vermífuga, antirreumática. O rizoma ou broto é muito usado para combater a tênia. Antiasmática, anti-inflamatória, antitussígena, diaforética, diurética, expectorante, hepática, hipotensiva, peitoral, sudorífica, tônica. Partes Utilizadas: Rizoma e a raiz.

#### CURIOSIDADES

A samambaia é uma das plantas mais antigas do mundo, existindo há aproximadamente 350 milhões de anos. Conhecida também como feto ou feta, tal planta origina-se do termo latino *filictu*, que significa “lugar onde há fetos”. Já o termo “samambaia” tem origem tupi e representa algo que se torce em espiral. A samambaia é encontrada nos seguintes tipos: americana (espécie mais recente), renda-portuguesa (queima durante o inverno e brota novamente na primavera), avenca (planta delicada que não vive bem no frio), prata (samambaia com manchas prateadas), paulistinha (exemplar bastante comum) e samambaia de metro (possui folhas muito longas) e muitas outras.

SETE SANGRIAS - *Cuphea carthagenensis*

#### PRINCÍPIOS ATIVOS

Mucilagens, sapoina, óleo essencial, pigmentos, taninos, flavonoides.

#### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Hipotensora, depurativa, diurética, diaforética, laxativa, auxilia a eliminação de ácido úrico, antissifilítica. Usada também contra arteriosclerose, tosse dos cardíacos, hipercolesterolemia, irritação das vias respiratórias, afecções da pele (psoríase e eczema) e insônia. A planta inteira é utilizada. Embora ainda pouco estudada cientificamente, a literatura etnofarmacológica recomenda seu uso na forma de chá, xarope e extrato alcoólico por via oral, e em compressas locais, conforme o objetivo.

## TABACO – Nicotiana tabacum

---

### PRINCÍPIOS ATIVOS

Nicotina, cotinina, miosmina, nicotirina, anabasina, nicotelina.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Anti-inflamatória, antiparasitária, hipertensora, narcótica, sedativa, vermífuga, inseticida. Angina peitoral, diarreia, distúrbios biliares, dor de dente, hérnia, hipotensão, inflamações, parasitas da pele, picadas de mosquitos e abelhas, problemas circulatórios, vermes intestinais. Nota: a eficácia de seu uso medicinal ainda não foi comprovada. A infusão das folhas é usada externamente contra sarna, piolhos, carrapatos, dor de dente, picada de insetos, garganta (gargarejos). Os banhos aliviam o cansaço. Internamente (em baixas dosagens) é usado para distúrbios biliares, vermes intestinais, inflamações, hérnia, hipotensão, esgotamento nervoso, má digestão, cálculos renais e hepáticos. A decocção é usada para asma, estomatite, inflamações na boca, coqueluche, coração, gengivas, suores frios, tosse. E na homeopatia é usada para angina peitoral, diarreia, problemas circulatórios.

## TREVO – Trifolium sp.

---

### PRINCÍPIOS ATIVOS

Fitoestrógenos (isoflavonas), óleo essencial.

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

As flores do trevo-vermelho têm sido usadas como medicamento interno e externo para o tratamento de pele como eczema e psoríase, em especial em crianças. A aplicação mais comum do trevo-vermelho gira em torno do uso de isoflavonas que vem das folhas e flores. Já se demonstrou que esses compostos têm suave atividade estrogênica que podem aliviar os sintomas da menopausa. As flores do trevo-vermelho tomadas em infusão ou xarope aliviam a tosse ligada a alguns problemas respiratórios, como a bronquite.

## TREVO AZEDO – Oxalis acetosella

---

### PRINCÍPIOS ATIVOS

Ácido ascórbico, mucilagem, oxalatos (ácido oxálico e oxalato ácido de potássio).

### PROPRIEDADES MEDICINAIS

Febrífuga, diurética, refrescante, depurativas nas inflamações intestinais e da bexiga (nefrites), expectorante, adstringente, desopilantes e descongestionantes do fígado (indicado na icterícia), antiescorbútico pelo teor de vitamina C. O seu sabor ácido é muito agradável. Proporciona uma cura branda, mas contínua, contra as inflamações intestinais e da bexiga. Ricas em vitamina C, as folhas são também um remédio eficaz contra a constipação. Para uso externo, ela possui um efeito adstringente em feridas, ajudando com isso a uma cicatrização mais rápida. Antigamente as folhas frescas eram mastigadas para curar gengivite.



## GLOSSÁRIO

**Abcesso:** Acúmulo de pús em uma cavidade.

**Adstringente:** Contraí os tecidos.

**Afrodisíaco:** Provoca excitação sexual.

**Béquico:** Contra tosse.

**Carminativo:** Impede ou expulsa os gases intestinais.

**Cataplasma:** Substância medicamentosa de consistência pastosa, destinada a ser aplicada sobre a pele como descongestionante local ou como revulsivo.

**Decocção:** Chá obtido pelo cozimento da planta.

**Depurativo:** Libera o organismo de substâncias nocivas.

**Eczemas:** Afecção da pele com vesículas serosas e transparentes.

**Emenagogo:** Que estimula a menstruação.

**Emoliente:** Amolece os tecidos inflamados, favorecendo a circulação.

**Emplastro:** Em uso popular, é o uso da planta fresca sobre o local doente.

**Espasmódicos:** Rigidez muscular.

**Hemostático:** Que estanca hemorragia.

**Histeria:** Crise de nervos, antigamente, relativa apenas às mulheres.

**Icterícia:** Presença de bile no sangue, tomando a pele amarela.

**Maceração:** Extração dos princípios ativos da planta através da fricção com água fria.

**Prurido:** Coceira.

**Vermífugo:** Que expulsa os vermes.



## BIBLIOGRAFIA

- ALONSO, J. R. - TRATADO DE FITOMEDICINA. 1ª EDIÇÃO. ISIS EDICIONES. BUENOS AIRES. 1998 (OBRA QUE CITA AS REFERÊNCIAS MOSTRADAS NOS ITENS INDICAÇÕES E AÇÕES FARMACOLÓGICAS/ TOXICIDADE E CONTRAINDICAÇÕES).
- AZEVEDO, J. - TUDO O QUE VOCÊS PREISAM SABER SOBRE UMBANDA. 2ª EDIÇÃO. SÃO PAULO. 2009. UNIVERSO DOS LIVROS.
- AZEVEDO, T. - PLANTAS MEDICINAIS E BENZEDURAS. 2ª EDIÇÃO. SÃO PAULO. 1981. TOP-LIVROS.
- BANHOS E DEFUMAÇÕES NA UMBANDA – COLEÇÃO ESPIRITUALISTA, 1954.
- BRANDT FRIEDRICH MARTIN GURGEL, C. - A FITOTERAPIA INDÍGENA NO BRASIL COLONIAL – TESE PUC CAMPINAS – 2011.
- ERVAS E PLANTAS - A MEDICINA DOS SIMPLES - PE IVACIR JOÃO FRANCO E PROF. VILSON LUIZ FONTANA - 7ª EDIÇÃO - EDITORA LA FONTANA 2002.
- GUIA DAS PLANTAS MEDICINAIS - DR. E. A. MAURY E CHANTAL DE RUDDER - 1ª EDIÇÃO – 2002.
- O LIVRO COMPLETO DAS ERVAS - SELEÇÕES READER'S DIGEST - 2ª EDIÇÃO – 2009.
- PLANTAS MEDICINAIS DE MINAS GERAIS, 1989.
- PENHA BERNARDES DR. M – RIO DE JANEIRO, 1938.
- RITUAIS COM ERVAS, BANHOS, DEFUMAÇÕES E BENZIMENTOS - ADRIANO CAMARGO - 4ª EDIÇÃO - LIVRE EXPRESSÃO EDITORA – 2015.
- SEGREDOS E VIRTUDES DAS PLANTAS MEDICINAIS. READER'S DIGEST DO BRASIL. 1ª EDIÇÃO. 1999.
- SOARES, A. D. - DICIONÁRIO DE MEDICAMENTOS HOMEOPÁTICOS. 1ª EDIÇÃO. SANTOS LIVRARIA EDITORA. 2000.
- SCHAWENBERG, P.; PARIS, F. GUIA DE LAS PLANTAS MEDICINALES. OMEGA.1980.
- TESKE, M.; TRENTINI, A. M. - HERBARIUM COMPÊNDIO DE FITOTERAPIA. CURITIBA. 1994.
- VADEMECUM DE PRECRIPTION DE PLANTAS MEDICINALES. 3ª EDIÇÃO. 1998.

## SITES CONSULTADOS

- www.achetudoeregiao.com.br  
 www.beneficiosdasplantas.com.br  
 www.bolsademulher.com/medicina  
 www.casa.umcomo.com.br  
 www.centropaijoaodeangola.com.br  
 www.chabeneficios.com.br  
 www.criasaude.com.br  
 www.curasespiritual.blogspot.com.br  
 www.esalq.usp.br  
 www.espiritualidadefeminina.com.br  
 www.fiocruz.br  
 www.genuinaumbanda.com.br  
 www.horta-medicinal.blogspot.com.br  
 www.jardimdeflores.com.br  
 www.jardimxamanico.com/planta  
 www.maemartadeoba.com.br  
 www.minhasplantas.com.br  
 www.minhaumbanda.com.br  
 www.mundoboaforma.com.br
- www.naturezadivina.com.br  
 www.neuumbanda.org  
 www.paijoaquimdearuanda.com.br  
 www.plantamed.com.br  
 www.plantastoxicavas-venenosas.com.br  
 www.plantasmedicinaisfitoterapia.com  
 www.portaldojardim.com  
 www.portaleducacao.com.br  
 www3.pucrs.br  
 www.remedio-caseiro.com  
 www.raquelcain.wordpress.com  
 www.segredosdasfolhas.blogspot.com  
 www.seteporteiras.org.br  
 www.terapiasnehana.wordpress.com  
 www.tuasauade.com.br  
 www.umbandadanatureza.com.br  
 www.vegetall.com.br  
 www.wikipedia.org.br

