

# PLANTAS MEDICINAIS & FITOTERÁPICOS

na

## AGRICULTURA FAMILIAR



## Catlogação na Fonte

**C748c**

Confederação Nacional dos Trabalhadores na Agricultura.

Cartilha de plantas medicinais & fitoterápicos na agricultura familiar 2024 / CONTAG — Brasília: CONTAG, 2024.

50 p. : il. color. ; 30 cm.

1. Plantas medicinais. 2. Fitoterápicos. 3. Agricultura familiar. 4. Cadeia produtiva. I. Título.

CDD: 615.32 + 631.5

CDU: 633.88:631

**Bibliotecário ResBibliotecário Responsável**

Eunice Passos Flores Schwaste

CRB 10/2276

# PLANTAS MEDICINAIS & FITOTERÁPICOS

na

## AGRICULTURA FAMILIAR





# DIRETORIA EXECUTIVA DA CONTAG

## Gestão 2021-2025



**Astrides Veras dos Santos**  
Presidente



**Alair Luiz dos Santos**  
Secretário de  
Política Agrária



**Carlos Augusto Santos Silva**  
Secretário de Formação e  
Organização Sindical



**Alberto Ercílio Broch**  
Vice-presidente e  
Secretário de Relações  
Internacionais



**Vânia Marques Pinto**  
Secretária de  
Política Agrícola



**Maria José Moraes Costa**  
Secretária de Mulheres  
Trabalhadoras Rurais



**Thaisa Daiane Silva  
de Lucena**  
Secretária-Geral



**Sandra Paula Bonetti**  
Secretária de  
Meio Ambiente



**Mônica Bufon**  
Secretária de Jovens  
Trabalhadores(as) Rurais



**Juraci Moreira Souto**  
Secretário de Finanças  
e Administração



**Edjane Rodrigues Silva**  
Secretária de  
Políticas Sociais



**Antonio Oliveira**  
Secretário de Trabalhadores(as)  
Rurais da Terceira Idade



# SUMÁRIO

|                                                                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Apresentação .....</b>                                                                                        | <b>6</b>  |
| <b>Introdução .....</b>                                                                                          | <b>8</b>  |
| <b>1. Conceitos importantes no âmbito das plantas medicinais .....</b>                                           | <b>10</b> |
| <b>2. Uso de plantas medicinais de forma correta e segura .....</b>                                              | <b>12</b> |
| <b>3. Modos principais de preparo e aplicação dos preparados de plantas medicinais .....</b>                     | <b>16</b> |
| <b>4. Informações agronômicas e terapêuticas sobre plantas medicinais usadas pela agricultura familiar .....</b> | <b>18</b> |
| <b>Referências .....</b>                                                                                         | <b>47</b> |

# APRESENTAÇÃO



A presente cartilha tem o propósito de contribuir na qualificação e maior inserção dos(as) agricultores(as) familiares na produção de plantas medicinais. Faz parte de um série de outras ações que a Fiocruz e a CONTAG estão promovendo, junto ao governo e entidades parceiras visando a inclusão qualificada da agricultura familiar na Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos a qual tem o objetivo de garantir à população brasileira o acesso seguro e o uso racional de

plantas medicinais e fitoterápicos, com promoção do uso sustentável da biodiversidade e o desenvolvimento da cadeia produtiva.

As ações mais efetivas iniciaram durante a pandemia da Covid 19, quando a CONTAG e a Universidade Federal do Recôncavo Baiano realizaram um Curso de Formação de Multiplicadores(as) em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. A metodologia utilizada teve como referência a pedagogia da alternância com aulas teóricas de forma virtual e, no tempo comunidade destaca-se a elaboração de planos de ações com definição de atividades voltadas para a utilização de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde nas comunidades selecionadas para participarem do curso.

Após análise dos planos de ações do tempo comunidade, foram identificadas demandas, por parte dos(as) agricultores(as) familiares, na produção e fornecimento de plantas medicinais. Como forma de atender esta demanda a CONTAG, por meio da Secretaria de Políticas Sociais e Política Agrícola, realizou uma parceria com a Fundação Osvaldo Cruz (FIOCRUZ) para a realização do Curso de Plantas Medicinais e Fitoterápicos na Agricultura Familiar. O curso foi realizado no período de junho de 2023 a fevereiro de 2024, e teve como objetivo a qualificação de agricultoras(es) familiares, produtoras(es), técnicas(os) e lideranças sindicais para atuarem na cadeia de valor de plantas medicinais, com ênfase no cultivo, no extrativismo sustentável e no fortalecimento da agricultura familiar. Como principal resultado



destaca-se a elaboração do Programa Intersetorial de Bioeconomia de Plantas Medicinais na Agricultura Familiar.

A parceria entre CONTAG e Fiocruz está sendo ampliada com participação da União Nacional de Cooperativas da Agricultura Familiar e Economia Solidária (Unicafes), organização social e econômica da agricultura familiar. Ampliar e fortalecer a participação dos(as) agricultores(as) familiares na produção das plantas medicinais tem dois objetivos centrais. Um - acesso da população às plantas medicinais e fitoterápicos para fins de prevenção e cuidados com saúde, contribuindo para a qualidade de vida das pessoas. O outro, é estimular e ampliar a inserção da agricultura familiar na cadeia produtiva, gerando mais oportunidades de trabalho e renda às populações do campo, da floresta e das águas.

Durante a realização do curso as educandas(os) apresentaram uma demanda inerente à elaboração de uma cartilha sobre plantas medicinais, principalmente trazendo informações sobre as plantas medicinais identificadas na pesquisa ação realizada como carga horária no tempo comunidade. Para contribuir nesse processo, além da cartilha, a Fiocruz e a CONTAG, por meio da Secretaria de Políticas Sociais e Secretaria de Política Agrícola, estão promovendo uma série de ações e fortalecimento de parcerias, no sentido de avançar na implementação das metas propostas, que contribuam para o alcance dos objetivos gerais acima apontados.

A presente cartilha visa contribuir no fortalecimento dos saberes tradicionais dos(as) agricultores(as) familiares, povos e comunidades tradicionais, e nesse sentido contém um conjunto de informações e conteúdos relacionados aos conceitos importantes no âmbito das plantas medicinais, uso de forma correta e segura, modos principais de preparo e aplicação dos preparados, e por fim, informações agro-nômicas e terapêuticas sobre plantas medicinais usadas pela agricultura familiar.





# INTRODUÇÃO

No Brasil, a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, instituída em 2006, e o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, em 2008, têm como objetivo garantir à população brasileira o acesso seguro e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos e promover o uso sustentável da biodiversidade, o desenvolvimento da cadeia produtiva e da indústria nacional. Além disso, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS), instituída pelo Ministério da Saúde em 2006, contempla, dentre outras práticas, a Fitoterapia para o tratamento de agravos à saúde que se caracteriza por ser um campo interdisciplinar e envolver várias áreas de conhecimento e assim estar ligada a diversos Ministérios e políticas setoriais. A implantação da Fitoterapia no SUS cria inclusive ambiente propício para a reivindicação de outras opções e alternativas terapêuticas pelo usuário como um recurso complementar.

Ambas Políticas preconizam o uso sustentável dos recursos naturais locais, com a promoção da biodiversidade e da tradicionalidade, o que reforça a utilização de espécies vegetais nativas e valoriza o conhecimento tradicional sobre suas propriedades terapêuticas. Na agricultura familiar, isso se traduz na diversificação de culturas e na utilização de práticas agrícolas que reduzem o impacto ambiental e contribuem para a preservação dos ecossistemas. Além disso, a agricultura familiar é uma importante fonte de emprego, renda e sustento para milhões de famílias, contribuindo para a economia local e regional e para a promoção da saúde, bem-estar e da segurança alimentar e nutricional da maioria da população brasileira.



O Brasil, com sua considerável biodiversidade, tem nas plantas medicinais matéria-prima para a fabricação de fitoterápicos e outros medicamentos, bem como na preparação de remédios caseiros e comunitários a partir das práticas populares e tradicionais. Ainda, o Brasil é detentor de rica diversidade cultural e étnica que resultou em um acúmulo considerável de conhecimentos e tecnologias tradicionais, passados de geração a geração, dentre os quais se destaca aquele relacionado ao uso de plantas medicinais.

Segundo o Ministério da Saúde, cerca de 82% da população brasileira emprega produtos à base de plantas medicinais nos seus cuidados com a saúde, seja pelo conhecimento tradicional da agricultura familiar, na medicina indígena, quilombola, entre outros povos e comunidades tradicionais, seja pelo uso na medicina popular, ou nos sistemas oficiais de saúde, segundo princípios e diretrizes do SUS.

A ampliação do mercado dos fitoterápicos e das plantas medicinais pode ser uma alternativa viável para a diversificação das atividades eco-



nômicas da agricultora familiar e gerar novas oportunidades de agregação de valor e de renda para as famílias envolvidas, com o fortalecimento das economias locais e regionais, ao mesmo tempo em que proporciona acesso a alternativas de tratamento mais acessíveis para a população.

Há necessidade de maior envolvimento governamental e da indústria farmacêutica nacional no estabelecimento de um modelo de desenvolvimento próprio e soberano na área de saúde aliado ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos, com a devida inserção da agricultura familiar na cadeia produtiva, além de reconhecer, promover e valorizar os saberes tradicionais e ancestrais relacionados às plantas medicinais.

Mesmo que na Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos seja mencionado que a agricultura familiar é uma das prioridades do Governo Federal, ainda precisam ocorrer vários avanços. Nesse sentido, no Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos são citadas várias diretrizes e ações ligadas à agricultura familiar, mas que ainda precisam ser regulamentadas pelos Ministérios responsáveis e gestores, como por exemplo: criar legislação específica para regulamentação do manejo sustentável e de boas práticas agrícolas de plantas medicinais, aromáticas e condimentares; fomentar a produção de insumos, o beneficiamento, a comercialização e a exportação de plantas medicinais e fitoterápicos; estimular o uso e desenvolvimento de sistema de produção orgânica de plantas medicinais; regulamentar a preparação de remédios caseiros a partir do conhecimento tradicional preservado pela agricultura familiar e apoiar estratégias de agregação de valor de plantas medicinais e insumos da agricultura familiar.

A regulamentação das ações e diretrizes supracitadas é uma forma expressiva de fortalecimento da agricultura familiar, de maneira a aumentar a fonte de renda dos agricultores, com ampliação da possibilidade de comercialização de plantas medicinais às Farmácias Vivas

e a outros estabelecimentos, como indústrias farmacêuticas, de alimentos, de cosméticos, e indústrias de insumos farmacêuticos.

É urgente normatizar a implantação de centro de produção, beneficiamento e/ou processamento de plantas medicinais pela agricultura familiar, além de regulamentar as ervanarias, apenas conceituadas na Lei 5.991/1973, visto o número expressivo de estabelecimentos e organizações da sociedade civil que comercializam plantas medicinais e produtos artesanais que, na impossibilidade de atender a um regulamento sanitário, mantém o trabalho familiar impossibilitado de se regular e seguir os critérios de qualidade necessários à segurança dos produtos produzidos pela agricultura familiar. Ainda, é necessário ampliar o elenco de plantas classificadas como chás alimentícios, para garantia de produtos de qualidade, face à informalidade e comercialização irregular de muitas plantas como alimentos no país. Da mesma forma, o elenco de fitoterápicos da Relação Nacional de Medicamentos Essenciais precisa ser expandido, para o fortalecimento da cadeia produtiva de plantas medicinais e para o aumento de alternativas de fitoterápicos no SUS.

Por outro lado, programas de formação e assistência técnica em práticas agrícolas e de manejo sustentável são fundamentais para que agricultores familiares de plantas medicinais possam se adequar às exigências de qualidade e segurança dos produtos segundo as regras de mercado e normas, tendo-se como vantagens a disponibilidade de terra e de trabalho.

Assim, as Políticas Públicas voltadas para os fitoterápicos e plantas medicinais buscam promover a saúde e o bem-estar da população, ao mesmo tempo em que incentivam práticas sustentáveis e o desenvolvimento das economias locais e regionais, onde se insere a agricultura familiar, na perspectiva de geração de conhecimento, trabalho e renda.



# 1. CONCEITOS IMPORTANTES NO ÂMBITO DAS PLANTAS MEDICINAIS



**Chá:** produto constituído de uma espécie vegetal autorizada para o seu preparo, inteira, fragmentada ou moída, com ou sem fermentação, tostada ou não.

**Chá medicinal:** consiste exclusivamente de drogas vegetais destinadas a preparações aquosas orais por meio de decocção, infusão ou maceração. O chá é preparado imediatamente antes da utilização.

**Droga:** matéria-prima de origem mine-ral, vegetal, animal ou biológica utilizada para preparação de medicamentos.







**Droga vegetal:** planta inteira ou suas partes, geralmente seca, não processada, podendo estar íntegra ou fragmentada; também se incluem exsudatos, tais como gomas, resinas, mucilagens, látex e ceras, que não foram submetidas a tratamento específico.

**Ervanaria:** estabelecimento que realize dispensação de plantas medicinais.

**Farmácia Viva:** modelo de assistência social farmacêutica que compreende o cultivo, o manejo, a colheita/coleta, o processamento e o armazenamento de plantas medicinais nativas ou aclimatadas, bem como a preparação,

o armazenamento, a prescrição e a dispensação de chás medicinais e de fitoterápicos magistrais e/ou oficinais no âmbito do SUS.

**Fármaco:** substância química que é o princípio ativo do medicamento.

**Fitocomplexo:** conjunto de todas as substâncias, originadas do metabolismo primário e/ou secundário, responsáveis, em conjunto, pelos efeitos biológicos de uma planta medicinal ou de suas preparações.

**Fitoterapia:** terapêutica caracterizada pela utilização de plantas medicinais em suas diferentes preparações farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal.

**Fitoterápico:** produto obtido exclusivamente de matéria-prima ativa vegetal (compreende a planta medicinal, ou a droga vegetal ou preparações vegetais), exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa. Podendo ser simples, quando o



ativo é proveniente de uma única espécie vegetal medicinal, ou composto, quando o ativo é proveniente de mais de uma espécie vegetal medicinal.

**Matérias-primas:** substâncias ativas ou inativas que se empregam na fabricação de medicamentos, tanto as que permanecem inalteradas quanto as passíveis de sofrer modificações.



**Matéria-prima vegetal:** compreende a planta medicinal, a droga vegetal ou preparações vegetais.

**Medicamento:** produto farmacêutico, tecnicamente obtido ou elaborado, que contém um ou mais fármacos e outras substâncias, com finalidade profilática, curativa, paliativa ou para fins de diagnóstico.

**Planta medicinal:** espécie vegetal, cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos e/ou profiláticos.

**Planta medicinal fresca:** planta medicinal usada logo após a colheita/coleta sem passar por qualquer processo de secagem.

**Preparação extemporânea:** preparação para uso imediato, ou de acordo com o descrito na monografia específica, a ser realizada pelo usuário, por infusão, decocção ou maceração.

**Preparação magistral:** aquela preparada na farmácia habilitada, a partir de uma prescrição de profissional habilitado, destinada a uma pessoa individualizada, e que estabeleça em detalhes sua composição, forma farmacêutica, posologia e modo de usar.

**Preparação oficial:** aquela preparada na farmácia habilitada, cuja fórmula esteja inscrita no Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira ou em outros reconhecidos pela ANVISA.

**Preparações vegetais:** são preparações homogêneas, obtidas a partir de drogas vegetais submetidas a tratamentos específicos, tais como extração, destilação, expressão, fracionamento, purificação, concentração ou fermentação. São exemplos de preparações vegetais: extratos, óleos, sucos expressos, exsudatos processados e drogas vegetais que foram submetidas a redução de tamanho para uma aplicação es-

pecífica, por exemplo, drogas vegetais rasuradas para elaboração de chás medicinais ou pulverizadas para encapsulamento.

**Remédio:** são cuidados que se utiliza para curar ou aliviar os sintomas das doenças, como um banho morno, uma bolsa de água quente, uma massagem, um medicamento, entre outras coisas.





## 2. USO DE PLANTAS MEDICINAIS DE FORMA CORRETA E SEGURA

As plantas medicinais são seguras quando usadas de forma correta, quando a utilização correta é dada pela soma de conhecimentos da tradicionalidade e da ciência. Nesse sentido, as plantas medicinais usadas pela população devem ter segurança e eficácia comprovadas, somados a dados etnofarmacológicos, quando houver. Nem sempre é possível fazer a comprovação científica do uso tradicional em laboratório, pela não reprodutibilidade do saber tradicional e pelas condições intrínsecas de vida e de relações dos povos tradicionais. Além disso, não se pode subordinar o saber tradicional à comprovação científica de seu uso, em que pese que no Brasil há uma forte influência indígena e africana, com a utilização das plantas medicinais baseada no princípio da integralidade, nas diferentes dimensões do ser (físico, mental, emocional e espiritual). Tais fatos demonstram a necessidade de se aproximar os conhecimentos tradicionais dos científicos para se atingir o real potencial de aplicabilidade das plantas medicinais.

O emprego apenas do nome popular das plantas medicinais como fator de seleção da espécie vegetal pode ser uma causa marcante de uso incorreto e de possível reação adversa, toxicidade ou mudança do efeito terapêutico, visto que uma mesma planta medicinal pode ter nomes populares distintos, dependendo da região do Brasil. Além disso, há muitas espécies vegetais de características botânicas completamente diferentes (pertencentes ao mesmo gênero botânico ou não) denominadas com o mesmo nome popular, como é o caso do boldo, da arnica, da catuaba, da babosa, do mulungu, da camomila, do ginseng, do açafraão, do mastruço, do poejo, da cidreira, da hortelã, da

carqueja, da espinheira-santa, da lavanda, da quebra-pedra, da malva, da pata-de-vaca, da erva-de-são-jão, da alfavaca, dentre outras. Não bastando isso, há espécies vegetais distintas com adoção de nomes de medicamentos, o que traz desafios à identificação botânica e ao sucesso terapêutico pretendido.

É importante ressaltar que o uso de plantas medicinais não é isento de riscos, pela possibilidade de existência de substâncias tóxicas; de substâncias alergênicas; de materiais estranhos misturados quando se adquire produtos vegetais no comércio (outras espécies vegetais, outras partes da mesma planta medicinal - mas que não são responsáveis pelo efeito terapêutico - e materiais diversos de origem mineral, animal ou vegetal); pela contaminação por micro-organismos e por adulterações dos produtos adquiridos, intencionais ou não.

As plantas medicinais podem trazer efeitos adversos e toxicidade pelo uso inadequado, seja pelo emprego prolongado, pela associação com outras espécies vegetais, alimentos ou medicamentos, ou ainda pela posologia, modo de preparo e via de administração incorretas. Além disso, podem ocorrer reações de sensibilidade conforme a forma de utilização: inalação, uso tópico ou ingestão oral. Da mesma forma, cada caso deve ser avaliado em particular, pelas contraindicações que as plantas medicinais também possuem.

A segurança e a eficácia na utilização de uma planta medicinal dependem de inúmeros fatores, tais como: identificação correta da espécie vegetal por parte de um profissional qualificado ou por indivíduo



com expertise ou por notório saber no assunto; modo de preparo adequado com procedimentos e temperaturas corretas; posologia apropriada; parte correta da planta medicinal usada; procedência do material vegetal (extrativismo; cultivo; aquisição em feiras, lojas de produtos naturais, farmácias; indicação de amigos, familiares, vizinhos, ou de outros indivíduos ou mediante aquisição por compra pela internet); via de administração; indicação terapêutica conhecida da espécie vegetal e tempo de consumo.

O armazenamento também é um critério essencial para a manutenção da qualidade das plantas medicinais. O armazenamento inadequado contribui para o risco de toxicidade e/ou alteração do efeito terapêutico. Nesse sentido, evitar locais que promovam a contaminação por mofo, pragas ou insetos bem como exposição direta à luz solar e à umidade. Também afastar do contato com odores e radiação eletromagnética de forma direta (especialmente o celular, o computador e a televisão). Buscar um local de armazenamento com temperatura mais controlada. Da mesma forma, usar espécies vegetais em bom estado de conservação, com ausência de contaminação ou de patologias visíveis no material vegetal.





## Outros cuidados devem ser tomados antes de se utilizar uma planta medicinal, tais como:

- ✂ evitar utilizar uma planta medicinal por mais de 14 dias consecutivos, salvo se baseado em dados de segurança de uso.
- ✂ Realizar a secagem correta da planta medicinal.
- ✂ Não misturar espécies vegetais sem o conhecimento prévio do efeito terapêutico da mistura.
- ✂ Não misturar mais de 7 plantas medicinais distintas na mesma formulação.
- ✂ Não preparar remédios e chás caseiros com espécies vegetais sem conhecimento prévio (seja por autoconhecimento ou por indicação de outros indivíduos) e sem saber a procedência do material vegetal.
- ✂ Descontinuar o uso se não for obtido benefício ou resultado terapêutico ou se houver reações adversas ou de toxicidade.
- ✂ Evitar o uso de plantas medicinais na gravidez e na lactação, exceto quando haja segurança de uso descrita na literatura científica.
- ✂ Ao fazer qualquer preparado caseiro garantir a limpeza do ambiente, a higiene pessoal e o uso de utensílios e materiais limpos e sem desgastes. Preferencialmente utilizar utensílios de vidro, de cerâmica ou de porcelana, que não liberam resíduos tóxicos, o que ocorre nos recipientes de ferro, plástico, alumínio e cobre. Caso for usado aço inoxidável, preferencialmente do tipo 18/10, íntegro e sem riscos.
- ✂ Usar quantidades adequadas dependendo se o material vegetal for fresco ou seco. Em geral 5g de material fresco equivale a 3g de material seco.

## Medidas adotadas

As medidas de referência são equivalentes a:

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

## Observações gerais quanto aos dados descritos na obra

Não foram citados dados relativos ao risco específico de aborto com o uso das plantas medicinais descritas nessa obra, bem como o emprego durante o aleitamento materno, considerando a precaução de sua não utilização durante a gestação e a amamentação.

Informações sobre o uso de plantas medicinais no âmbito da Aromaterapia não foram mencionadas nessa obra.



### 3. MODOS PRINCIPAIS DE PREPARO E APLICAÇÃO DOS PREPARADOS DE PLANTAS MEDICINAIS

**Acoolatura:** é a preparação resultante da extração de plantas medicinais frescas e trituradas com solução alcoólica ou hidroalcoólica (80-95%) mediante 10 dias de maceração, na concentração de 20%, 40% ou, via de regra, 50% de ativos.

**Banho:** é o procedimento baseado em se fazer uma decocção ou infusão mais concentrada (em geral de 5 a 20 g de planta medicinal para cada 100 ml de água), que é coada e misturada na água morna do banho. Outra forma de realização é colocar as espécies vegetais picadas em um saco de pano fino ou não e deixar boiando na água morna do banho. Os banhos podem ser parciais ou de corpo inteiro, e são, normalmente, indicados uma vez por dia. O banho deve durar cerca de 20 minutos.

**Banho de assento:** é o procedimento de imersão em um infuso ou decocto da planta medicinal, na posição sentada, cobrindo apenas as nádegas e o quadril, geralmente em uma bacia ou em louça sanitária apropriada previamente limpa. A temperatura deve ser de morna a quente, numa temperatura agradável à região íntima. O indicado é ficar de 3 a 5 minutos no banho de assento, ou até quando se sentir que a água começa a esfriar. Realizar o banho de 1 a 3x/dia, por até sete dias seguidos, conforme o caso. O recomendado é que a cada litro de água filtrada ou fervida sejam diluídas de duas a três colheres de sopa

da solução extrativa da planta medicinal, ou conforme procedimento específico.

**Bochecho:** é a agitação do infuso, decocto ou produto da maceração dentro da cavidade oral realizada com movimentos da bochecha, devendo ser desprezado o líquido ao final.

**Cataplasma:** é uma forma de tratamento que consiste em fazer um decocto da planta medicinal ou acrescentar água à planta triturada e misturar com a farinha (milho ou mandioca). Cozinhar até formar uma “papa”. Colocar entre 2 panos e aplicar sobre a parte afetada. Outra maneira é utilizar espécies vegetais trituradas ou picadas e cozidas por cinco minutos com pouca água. Aplicar sobre o local afetado com o auxílio de gaze.

**Compressa:** é uma forma de tratamento que consiste em umedecer um pano limpo/algodão/gaze com o preparado (tintura, acoolatura, infusão ou decocção) e aplicar sobre o local lesionado.

**Decocção:** é a preparação que consiste em colocar a planta medicinal em um recipiente contendo água potável e ferver com o mesmo tampado. Coar e aguardar resfriar para beber. Método indicado para as partes das espécies vegetais com consistência rígida, tais como cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas.



**Emplastro:** é uma forma de tratamento que consiste em macerar a planta medicinal até formar uma pasta com aplicação direta da mesma sobre a parte afetada da pele.

**Escalda-pés:** é o procedimento que consiste em imergir os pés em água morna (35 a 40°C) na presença de plantas medicinais aromáticas, espécies vegetais condimentares e/ou outras substâncias (como sais), na altura próxima do tornozelo, com permanência em torno de 20 minutos.

**Gargarejo:** é a agitação do infuso ou decocto mornos, ou produto da maceração, na orofaringe pelo ar que se expelle da laringe, devendo ser descartado o líquido ao final.

**Infusão:** é a preparação que consiste em verter água potável fervente sobre a planta medicinal já colocada em um recipiente, abafar em torno de dez minutos e coar em seguida. Aguardar resfriar para beber. Método indicado para as partes das espécies vegetais com consistência menos rígida, tais como folhas, flores, inflorescências e frutos, ou que contenham substâncias ativas voláteis.

**Lambedor:** é a preparação caseira de uso tradicional até o ponto de xarope feita a partir de plantas medicinais ou de suas soluções extrativas. Pode ser adicionado mel.

**Maceração:** é a preparação que consiste em manter a planta medicinal (amassada, picada ou triturada), em contato, à temperatura ambiente, com água, álcool ou solução hidroalcoólica. As partes macias da espécie vegetal ficam em contato com a água por até 8-12h e as de maior consistência por até 18-24h. A validade é de até 24h para soluções aquosas. Pode ser agitada periodicamente. No caso do uso de álcool, deixar a planta medicinal macerando por, no mínimo, 3 dias. De-

verá ser utilizado recipiente âmbar ou qualquer outro que proteja do contato com a luz.

**Percolação:** é o processo extrativo que consiste na passagem de solução hidroalcoólica através da planta medicinal seca e pulverizada e previamente umedecida com o líquido extrator, mantida em percolador, sob velocidade de gotejamento controlada.

**Pomada:** é uma preparação de consistência pastosa (semissólida), para aplicação na pele ou em mucosas, que tem como base substâncias gordurosas (óleos vegetais, manteigas, etc.) e é obtida a partir da incorporação de sumos das plantas medicinais ou tinturas/alcoolaturas na matéria gordurosa aquecida em concentração de até 10% em relação ao peso da substância gordurosa. Pode-se, ainda, aquecer a espécie vegetal ou mistura de plantas medicinais na gordura, depois coar e guardar o preparado.

**Sumo:** é a preparação obtida pela trituração da planta medicinal fresca em liquidificador ou centrífuga, ou então socar em pilão.

**Tintura:** é a preparação resultante da extração de plantas medicinais secas e trituradas com solução alcoólica ou hidroalcoólica (em geral de 60-80%) mediante maceração durante 10 a 15 dias na concentração de 10% ou 20% de ativos, ou então pelo processo da percolação. É classificada em simples ou composta, conforme preparada com uma ou mais plantas medicinais.

**Xarope:** é um preparado líquido, límpido e denso caracterizado pela presença de sacarose ou outros açúcares/ agentes espessantes e edulcorantes na sua composição juntamente com soluções extrativas de plantas medicinais em concentração de até 10% no xarope simples (açúcar mais água) com no mínimo 45% de açúcar na formulação.



## 4. INFORMAÇÕES AGRONÔMICAS E TERAPÊUTICAS SOBRE PLANTAS MEDICINAIS USADAS PELA AGRICULTURA FAMILIAR





# Aloe vera

(L.) Burm.f.



**Sinonímia científica:** *Aloe barbadensis* Mill.

**Parte usada:** folhas frescas ou o gel incolor mucilaginoso de folhas frescas.

**Nome popular:** babosa, erva-babosa, aloés, caraguatá, aloe.

**Espaçamento entre mudas:** 0,5 x 1,0 m ou 0,5 x 0,5 m.

**Temperatura de secagem:** planta fresca.

**Indicação terapêutica:** como laxativa e purgativa, em casos de constipação de curta duração. O sumo mucilaginoso é muito utilizado externamente para inflamações e infecções da pele, alergias, cicatrização de ferimentos e queimaduras de primeiro e segundo graus.

No tratamento de hemorroidas e de úlcera gástrica. Antirreumática e digestiva.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/modo de preparo:** como laxante usar a resina obtida por dessecação do sumo mucilaginoso (deixar escorrer e secar ao sol ou ao fogo o sumo de várias folhas cortadas e penduradas para baixo por 1 a 2 dias), na quantidade de 100 a 200 mg da resina em pó (aloés), misturada com água e açúcar. No tratamento de feridas e queimaduras empregar diretamente o sumo fresco das folhas ou cortando-se uma folha, de modo a deixar o gel exposto para ser aplicado na pele 3x/dia. No tratamento de hemorroidas proceder o corte das folhas frescas no formato de supositório e colocar na geladeira para ficar firme, com aplicação no local afetado. No uso como digestiva e antiúlcera gástrica deve-se descascar uma folha, lavar em água corrente, cortar em pedaços e deixar em 1 litro de água. Tomar 2 cálices ao dia.

**Tempo de uso:** não mais que uma semana por via oral.

**Contraindicações:** na obstrução e no estreitamento intestinal, em doenças renais, genitourinárias e cardíacas. Na atonia, apendicite, doenças inflamatórias intestinais (doença de Crohn, colite ulcerosa, etc.), dores abdominais de origem desconhecida, estado de desidratação grave.

**Reações adversas:** hipoglicemia, hipocalcemia, diminuição da agregação plaquetária, diarreia, perda de água e eletrólitos. Hepatite e nefrite agudas. Indutora de câncer de cólon. Dor abdominal, espasmo. Hemorragia intestinal. Dermatite de contato e urticária.

**Interações com outras plantas medicinais:** interage com alcaçuz, cáscara-sagrada e sene, levando à hipocalcemia, arritmias cardíacas, desidratação e alterações hidroeletrólíticas. Interage com alho, garra-do-diabo e ginseng-coreano, ocasionando hipoglicemia.



# Aloysia citrodora

Palau



**Sinonímia científica:** *Aloysia triphylla* (L'Hér.) Britton; *Lippia citriodora* (Lam.) Kunth; *Lippia triphylla* (L'Hér.) Kuntze

**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** erva-luísa, cidró, erva-cidreira, cidró-pessegueiro, cidreira, cidrão, cidrozinho.

**Espaçamento entre mudas:** 1,0 x 1,0 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 30°C.

**Indicação terapêutica:** como digestiva e em palpitações. No alívio de sintomas de estresse mental, para auxiliar a dormir. No tratamento de desordens gastrointestinais leves, incluindo inchaço e flatulência.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 2-3 g das folhas para 200 ml de água e ingerir até 3x/dia com uma tomada meia hora antes de deitar.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Contraindicações:** em doenças hepáticas.

**Reações adversas:** tremor, sonolência, prurido localizado.



# Baccharis crispa

Spreng



**Sinonímia científica:** *Baccharis trimera* (Less.) DC.

**Parte usada:** partes aéreas.

**Nome popular:** carqueja, carqueja-amarga, vassourinha, carqueja-verdadeira, carqueja-amargosa, carqueja-do-mato.

**Espaçamento entre mudas:** 0,50 x 0,30 m ou 0,40 x 1,0 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** digestiva, antidiarreica, hepatoprotetora e desintoxicante do fígado, colagoga, antiulcerogênica, antifebril, diurética, hipoglicemiante, antianêmica. Também em casos de inflamações da garganta, gota, reumatismo, na cicatrização de feridas, e na lepra.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 2,5 g das partes aéreas para 150 ml de água e tomar 2-3x/dia. A infusão pode ser empregada para uso cutâneo (lavagens da área afetada) e nos gargarejos ou bochechos de 2-3x/dia.

**Tempo de uso:** o tempo de uso contínuo não deve ultrapassar 3 meses.

**Contraindicações:** em casos de anorexia, hipoglicemia e hipotensão, além de indivíduos com distúrbios renais.

**Reações adversas:** hipotensão, astenia e hipoglicemia.



# Calendula officinalis

L.



**Parte usada:** flor.

**Nome popular:** calêndula, flor-de-todos-os-males, maravilha, margarida-dourada, calêndula-das-boticas, mal-me-quer, bem-me-quer.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,4 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** utilizada externamente para o tratamento de lesões da pele e de mucosas para cicatrizar feridas e como anti-infamatória, incluindo ulcerações, infecções cutâneas, picadas de abelha, queimaduras (inclusive solares), lesões com sangramento, verrugas, cortes superficiais, artrite, contusões e câncer. Eficácia clínica da pomada tópica de calêndula na prevenção de dermatite e eritema relacionados à radioterapia para câncer de mama. Na inflamação da boca e garganta. Previne e trata radiodermatite em indivíduos com câncer de cabeça e pescoço tratados com radioterapia. Estudo clínico demonstrou eficácia do creme vaginal a 1% (extrato alcoólico) para tratar candidíase vaginal. Na amenorreia, angina, febres, gastrite, hipotensão, icterícia, vômitos, gastroenterites, cólicas, leucorreias, rinites, faringites e amigdalites. Cuidados pós-operatórios em feridas da pele e mucosas, fissuras nos mamilos, hemorroidas, acne, afecções inflamatórias do aparelho reprodutor feminino.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** pomada a 2 a 5% pode ser usada topicamente 3-4x/dia ou então uma tintura diluída 1:3 em água recentemente fervida para aplicação na forma de compressas. Infusão de 1 a 2 g das flores para 150 ml de água para aplicação cutânea de 30 a 60 min ou para bochechos e gargarejos de 2-4x/dia. Fazer banhos de assento 2-3x/dia com volume suficiente do infuso. Para uso interno fazer infusão de 1 a 4 g das flores e tomar 3x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Reações adversas:** alergia, hipersensibilidade e dermatite de contato.



# Coronopus didymus

(L.) Sm.



**Sinonímia científica:** *Lepidium didymum* L.

**Parte usada:** partes aéreas.

**Nome popular:** mastruço, menstruz, mastruz, mastruz-miúdo, mentrasto, mentrasto, mestruz, mentruz, mentruz-rasteiro, mastruço-rasteiro, mastrunço.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,3 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C.

**Indicação terapêutica:** em contusões, hematomas, e no reumatismo. Diurética, nas afecções gástricas e das vias urinárias, digestiva, estomáquica, estimulante das funções hepáticas, em infecções e afecções respiratórias e distúrbios pulmonares, como expectorante.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** externamente é empregada na forma de infusão ou alcoolatura (neste caso, deixar em maceração com álcool ou cachaça em garrafa de vidro e em local escuro por no mínimo 15 dias e aplicar nos locais afetados na forma de compressas com auxílio de um algodão ou pano limpo). Oralmente preparar uma infusão de 3 g das partes aéreas para 200 ml de água e tomar até 3x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Contraindicações:** em crianças abaixo de 3 anos.

**Reações adversas:** pode provocar náuseas, vômitos, depressão respiratória, lesões hepáticas e renais, transtornos visuais, convulsões, coma e insuficiência cardiorrespiratória.



# Curcuma longa

L.



**Parte usada:** rizomas.

**Nome popular:** cúrcuma, açafroa, açafrão-da-terra, falso-açafrão, açafrão-da-índia.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,4 m.

**Temperatura de secagem:** rizomas fatiados com secagem a 45°C por 15 dias.

**Indicação terapêutica:** potente anti-inflamatória, melhora a atividade cerebral, é neuroprotetora, antioxidante, atua na microbiota intestinal. No tratamento de feridas cutâneas, e em doenças de pele (dermatites,

eczemas, dermatomicoses, sarna, infecções e parasitas da pele). Na flatulência, dispepsia, gastrite, em desordens hepáticas, como colagoga e colerética, na icterícia. Antifebril e expectorante. Em alergias respiratórias com coriza, espirro, tosse, e como imunizante nas gripes, resfriados, bronquites e outras afecções das vias respiratórias. Nas dores articulares e reumatismos.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** decocção de 2 g dos rizomas em 250 ml de água e ferver por 5 minutos em fogo baixo. Tomar 150 ml 2-3x/dia. Também pode ser consumido o pó dos rizomas junto com alimentos, de 1,5 a 3g/dia. No uso tópico pode-se aplicar a decocção ou o pó fino sobre processos inflamatórios, feridas, pruridos, úlceras e eczemas, de 2-3x/dia. Nas assaduras de crianças fazer banhos de assento (decocção de 5 g do pó do rizoma para 1 litro de água seguido de diluição em 5 litros de água) 1-2x/dia por 3-7 dias seguidos.

**Tempo de uso:** o uso contínuo não deve ultrapassar 6 meses, podendo-se repetir o tratamento após intervalo de 15 dias.

**Contraindicações:** indivíduos com risco de obstrução das vias biliares. Em cálculos biliares, na úlcera gastroduodenal, hiperacidez do estômago, hepatopatias, inflamação dos ductos biliares, em portadores de insuficiência hepática e/ou renal, em doenças da vesícula biliar, em diabéticos.

**Reações adversas:** leves sintomas de boca seca, flatulência e irritação gástrica. Diarreia, dor abdominal, náuseas, edemas localizados e queda de cabelo. Podem ocorrer dermatites alérgicas e desconforto gastrointestinal.

**Interações com outras plantas medicinais:** o cravo-da-índia diminui o efeito da cúrcuma. A semente da pimenta-do-reino aumenta em 20x a biodisponibilidade da curcumina, principal ativo da cúrcuma.



# Cymbopogon citratus

(DC.) Stapf



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** capim-cidreira, capim-limão, capim-cidrô, cidreira, capim-cheiroso, capim-santo, capim-cidrão, erva-cidreira.

**Espaçamento entre mudas:** 30 a 50 cm entre plantas e 40 a 100 cm entre linhas.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas. A secagem a 30°C, embora favorável a menor perda de óleos essenciais, facilita a infecção por fungos.

**Indicação terapêutica:** digestiva, calmante, febrífuga, hipotensora. Antiespasmódica, inclusive na cólica intestinal, na dismenorreia, na ansiedade e na insônia.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 1-3 g das folhas para 150 ml de água e tomar 2-3x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Contraindicações:** deve ser utilizada com precaução em indivíduos com hipotensão. Não deve ser utilizada nos casos de afecções cardíacas, renais, hepáticas, ou por portadores de doenças crônicas. Evitar ingerir microfragmentos das folhas no chá que podem causar pequenas lesões nas mucosas que revestem o aparelho digestivo, da boca aos intestinos.

**Reações adversas:** o uso habitual pode estar relacionado à hiperplasia prostática benigna. Causa hipotensão.



# Dysphania ambrosioides

(L.) Mosyakin & Clemants



**Sinonímia científica:** *Chenopodium ambrosioides* L.

**Parte usada:** partes aéreas.

**Nome popular:** erva-de-santa-maria, mastruz, mastruço, mentrasto, mentruço, mentruz, matruz, mestruz, mentrusto, mastrunço, erva-das-cobras, erva-do-formigueiro.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,5 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** uso oral como vermífuga, digestiva e na eliminação de toxinas intestinais. Expectorante, antiespasmódica, aumento do fluxo menstrual. Externamente nas artrites, artroses, processos reumáticos, contusões, entorses, em amigdalites e faringites. Ação escabicida, inseticida, antifúngica, cicatrizante de feridas em banhos.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3-5 g das partes aéreas para 150 ml de água e aplicar na forma de compressas de 2-3x/dia ou usar via oral 2x/dia.

**Tempo de uso:** por até 7 a 10 dias.

**Contraindicações:** em crianças abaixo de três anos.

**Reações adversas:** dano estomacal. Necrose coagulativa tubular e dano glomerular nos rins. Ação hepatotóxica em crianças. Pode lesionar o sistema nervoso central. Irritação da pele e mucosas, vômitos, vertigens, cefaleia.



# Gymnanthemum amygdalinum

(Delile) Sch.Bip. ex Walp.



**Sinonímia científica:** *Vernonia condensata* Baker

**Parte usada:** folhas (com ou sem flores).

**Nome popular:** boldo-baiano, figatil, alumã, aluman, macelão, orô, necroton.

**Espaçamento entre mudas:** 2,0 x 2,0 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 40°C.

**Indicação terapêutica:** no tratamento da diarreia, constipação, dor de estômago, vermes intestinais, infecções bacterianas, como colagoga, colerética, desintoxicante do fígado, digestiva, antifatulenta, estomáquica. Usada para o tratamento de infecções urinárias, diurética suave e litolítica.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3 g das folhas para 150 ml de água e tomar 3x/dia, antes das principais refeições.

**Tempo de uso:** o uso contínuo não deve ultrapassar 20 dias, podendo ser repetido o tratamento, se for necessário, após 7 dias de intervalo.

**Reações adversas:** noctúria, insônia, tosse e aumento da diurese.



# Lavandula angustifolia

Mill.



**Parte usada:** folhas e/ou sumidades floridas.

**Nome popular:** lavanda, osmarim, alfazema.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,3 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** no alívio dos sintomas de estresse mental e de exaustão, para auxiliar a dormir, na vertigem, ação sedativa leve, no alívio da ansiedade e insônia leves. Na cefaleia, como reguladora do ciclo menstrual, broncodilatadora, antiespasmódica, antitussígena, antiflatulenta, estomáquica, colerética, colagoga, vermífuga. Antisséptica, anti-inflamatória e cicatrizante na pele.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3-5 g das folhas e/ou sumidades floridas em 100 ml de água e tomar 2-3x/dia. Para uso externo aplicar o infuso 2-3x/dia no local afetado.

**Tempo de uso:** o uso contínuo não deve ultrapassar 15 a 20 dias, podendo ser repetido o tratamento, se for necessário, após 7 dias de intervalo.

**Contraindicações:** pode comprometer a capacidade de conduzir e utilizar máquinas, portanto os indivíduos em uso deste produto não devem dirigir ou operar máquinas. Usar com cautela em casos de úlcera gastroduodenal, síndrome do intestino irritável, doença de Crohn, hepatopatia, epilepsia e doença de Parkinson.

**Reações adversas:** o uso por via oral, nos casos de gastrite e úlcera gastroduodenal, pode provocar náuseas e vômitos, em decorrência da irritação da mucosa gástrica.



# Lippia alba

(Mill.) N.E.Br. ex Britton & P.Wilson



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** erva-cidreira, cidreira, lípia, sálvia-da-gripe, salva-da-gripe, falsa-melissa, salva-do-brasil, erva-cidreira-brasileira, erva-cidreira-de-arbusto, salva-do-rio-grande, alecrim-do-campo, erva cidreira-do-campo.

**Espaçamento entre mudas:** 0,4 x 0,4 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 40°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** nos quadros leves de ansiedade e insônia. Calmante suave e sedativa. Antiespasmódica, antifatulenta, digestiva, expectorante e anti-hipertensiva.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3 g das folhas para 150 ml de água e tomar 3-4x/dia.

**Tempo de uso:** o uso contínuo não deve ultrapassar 6 meses, podendo-se repetir o tratamento, se for necessário, após intervalo de 30 dias.

**Reações adversas:** o uso habitual, especialmente dos quimiotipos ricos em citral, pode estar relacionado ao desenvolvimento de prostatite benigna e redução da performance sexual do homem, em decorrência da atividade hormonal do citral.

**Contraindicações:** deve ser utilizada com cuidado em casos de hipotensão. O uso deve ser evitado por portadores de gastrite e úlcera gastroduodenal.



# Malva sylvestris

L.



**Parte usada:** folhas, flores.

**Nome popular:** malva, malva-selvagem, malva-maior.

**Espaçamento entre mudas:** 0,7 x 0,5 m.

**Temperatura de secagem:** secagem das folhas a 40°C e secagem das flores por não mais que 35°C.

**Indicação terapêutica:** como suavizante para pele, boca e faringe em casos de inflamação ou infecção da língua, gengivite, para aliviar a tosse seca e para curar úlceras. Na colite, constipação intestinal e estomatite. Em afecções respiratórias. Em inflamação cutânea, afecções da pele, picadas de insetos, contusões, abscessos.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** no tratamento sintomático da irritação oral ou faríngea e associada à tosse seca fazer uma infusão com 1 a 2 g das flores em 250 ml de água (ou 1,8 g das folhas em infusão com 150 ml de água) e fazer aplicação tópica ou oral 3x/dia. No caso de desconforto gastrointestinal fazer uso oral de qualquer das soluções supracitadas por 3x/dia e em afecções respiratórias tomar 4x/dia. Para uso na pele aplicar as soluções 3x/dia no local afetado.

**Reações adversas:** reações alérgicas, dispneia, febre ou secreção purulenta.



# Matricaria chamomilla

L.



**Sinonímia científica:** *Chamomilla recutita* (L.) Rauschert; *Matricaria recutita* L.

**Parte usada:** inflorescências.

**Nome popular:** camomila, maçanilha, camomila-alemã, matricária.

**Espaçamento entre mudas:** 0,30 x 0,25 m ou 0,50 x 0,15 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 35°C por 15 a 25 horas.

**Indicação terapêutica:** anti-inflamatória, ansiolítica e sedativa leve, na inquietação e insônia. Em casos de distensão abdominal e espasmos leves. Emenagoga, digestiva, antiflatulenta, antitérmica. Na diarreia, refluxo gastroesofágico, em doenças inflamatórias intestinais e em resfriados. No alívio de afecções cutâneas, da pele e mucosa da região anal e genital: queimaduras solares, dermatites, feridas superficiais e furúnculos, úlceras cutâneas, hemorroidas. No tratamento de lesões leves e inflamações da boca e orofaringe, conjuntivites, picadas de insetos, acne.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3 g das inflorescências para 150 ml de água e tomar 3-4x/dia. Para uso tópico fazer infusão de 6-9 g das inflorescências para 150 ml de água e aplicar na forma de compressas, gargarejos e bochechos de 3-4x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Reações adversas:** dermatite de contato ou fotodermatite, hipersensibilidade com reações alérgicas severas (dispneia, colapso vascular, choque anafilático, rinite, broncoespasmo). Sedação, sonolência acentuada, redução do alerta e das respostas motoras. Angioedema associado à urticária de contato e conjuntivite alérgica.

**Contraindicações:** banhos completos, parciais ou de quadril em casos de feridas abertas, grandes lesões na pele, doenças agudas da pele, febre alta e infecções graves. Banhos completos quando com distúrbios circulatórios graves e insuficiência cardíaca. O uso cutâneo é contraindicado em casos de lesões profundas ou extensas.

**Interações com outras plantas medicinais:** interage com soja ou trevo-vermelho (*Trifolium pratense*) por apresentar efeito antiestrogênico. Evitar o uso concomitante com hipérico, kava-kava, maracujá, valeriana e canela-sassafrás (*Sassafras albidum*), por causar sonolência acentuada, sedação e redução das respostas motoras.



# Melissa officinalis

L.



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** melissa, erva-cidreira, cidreira, cidreira-verdadeira.

**Espaçamento entre mudas:** 0,30 x 0,30 m.

**Temperatura de secagem:** secagem de 35 a 40°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** no alívio dos sintomas de estresse mental, na insônia e na ansiedade leves, como sedativa leve. No alívio de dores de cabeça, vômitos, em palpitações, com ação hipotensora, digestiva, antifatulenta, antiespasmódica.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 2-4 g das folhas para 150 ml de água e tomar 2-3x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Reações adversas:** dermatite, alergias, náusea e diarreia. Diminuição da frequência cardíaca, palpitação e hipotensão. Pode promover depressão leve, sonolência, perda de reflexos.

**Contraindicações:** cautela em indivíduos com problemas de tireoide, como hipotireoidismo e doença de Graves, devido ao potencial de inibição do hormônio TSH. Redução de alerta, contraindicada para operadores de máquinas e veículos. Utilizar cuidadosamente em casos de hipotensão arterial. Em indivíduos com glaucoma e hiperplasia benigna de próstata.

**Interações com outras plantas medicinais:** interage com kava-kava por efeito sinérgico.



# Mentha x piperita

L.



**Parte usada:** folhas e sumidades floridas.

**Nome popular:** hortelã-pimenta, hortelã, alevante, menta, menta-alevante.

**Espaçamento entre mudas:** 0,20 x 0,20 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 40°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** em desordens digestivas, como flatulência e empachamento. Nas cefaleias e na diarreia. Colerética, colagoga, vermífuga, estomáquica. Antiespasmódica em cólicas digestivas e biliares, antiemética, nas náuseas. Expectorante e broncodilatadora,

em gripes, resfriados, febre e outras afecções respiratórias. Na ansiedade leve. Em bochechos e gargarejos nas inflamações da boca e gengivas. Tratamento de ferimentos, infecções, pruridos e contusões.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 1,5 g das folhas e sumidades floridas em 150 ml de água e tomar 2-4x/dia. Para uso tópico fazer compressas com a infusão.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Reações adversas:** reações alérgicas, hepatotoxicidade, alterações nos níveis de testosterona e dos hormônios LH e FSH. Irritabilidade e insônia paradoxal. Compostos voláteis da hortelã podem induzir laringoespasma em crianças com menos de 30 meses. Evitar contato ocular por risco de irritação. Nos casos de refluxo gastroesofágico os sintomas podem ser agravados, além de causar irritação da mucosa gástrica, incluindo estomatite, esofagite severa, gastrite, diarreia, pancreatite e piora dos sintomas da azia. Náuseas, vômitos, dor abdominal e ardência na região perianal.

**Contraindicações:** indivíduos com cálculos biliares, inflamação e obstrução na vesícula biliar, refluxo gastroesofágico, assim como em alergias respiratórias (apneia e laringoconstrição). Em casos de danos hepáticos severos e litíase urinária. Na hipersensibilidade a preparações contendo menta ou mentol. Em crianças abaixo de 30 meses.

**Interações com outras plantas medicinais:** interage com a camomila, equinácea e hipérico. Interage com alcaçuz com aumento da concentração deste no sangue promovendo intensificação dos efeitos ou potencializando reações adversas.



# Mikania glomerata

Spreng.



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** guaco, guaco-liso, cipó-caatinga, erva-de-cobra.

**Espaçamento entre mudas:** 1,00 x 2,00 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** expectorante, broncodilatadora, anti-inflamatória, antipirética e analgésica, útil no tratamento de asma, tosse, bronquite, gripes e resfriados. Ação antiofídica, antiedematogênica, antiulcerogênica. Uso externo em traumatismos, dermatoses, nevralgias, pruridos, eczemas e dores reumáticas, além de gargarejos e bochechos, nos casos de inflamação da boca e garganta, úlceras orais e mucosites. Ação vasodilatadora, inseticida, antialérgica e como cicatrizante. Atividades antimicrobianas sobre diversos micro-organismos inclusive com potencial redutor de placa e cárie dentárias.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 2 a 3 g das folhas em 150 ml de água e tomar 3x/dia. Para uso cutâneo fazer uma infusão de 5 g das folhas em 100 ml de água e aplicar várias vezes ao dia no local afetado. Para bochechos e gargarejos fazer um decocto de 2 a 3 g das folhas em 150 ml de água.

**Tempo de uso:** não usar por mais de 15 dias consecutivos. O tratamento pode ser repetido, se necessário, após intervalo de 5 dias.

**Contraindicações:** devido à ação anticoagulante, seu uso deve ser suspenso pelo menos uma semana antes de qualquer procedimento cirúrgico. Contraindicada em hipertensos graves e cardiopatas, assim como em casos de trombocitopenias e coagulopatias.

**Reações adversas:** pode causar hemorragias e provocar aumento do fluxo menstrual.



# Mikania laevigata

Sch.Bip. ex Baker



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** guaco, guaco-cheiroso.

**Espaçamento entre mudas:** 1,0 a 2,0 m entre plantas e 2,0 a 2,5 m entre linhas.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** expectorante, broncodilatadora, antitussígena, antiofídica, antitérmica, anti-inflamatória (garganta e reumatismo) e no tratamento de hemorroidas. Como redutora de cárie e placa dentárias pela sua ação antimicrobiana. Apresenta atividade antiulcerogênica superior à *Mikania glomerata*.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão ou decocção de 3 g das folhas em 150 ml de água e tomar 2-3x/dia. Externamente é usada na forma de chá, ou pela aplicação do sumo da planta fresca.

**Tempo de uso:** o uso contínuo não deve ultrapassar 15 dias. O tratamento pode ser repetido, se necessário, após intervalo de 5 dias.

**Contraindicações:** em hipertensos graves, cardiopatas e indivíduos com problemas hepáticos.

**Reações adversas:** hemorragia.



# Monteverdia ilicifolia

(Mart. ex Reissek) Biral



**Sinonímia científica:** *Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek; *Maytenus muelleri* Schw.; *Maytenus officinalis* Mabb.

**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** espinheira-santa, salva-vidas, espinheira-divina, cancorosa, cancerosa, cancrosa, sombra-de-touro.

**Espaçamento entre mudas:** 1 m entre plantas e 2 a 2,5 m entre linhas.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 48 horas.

**Indicação terapêutica:** contraceptiva, digestiva, antiácida (azias) e protetora da mucosa gástrica no tratamento de úlceras e gastrites. Também em úlceras intestinais. Externamente como antisséptica e cicatrizante em feridas e úlceras, acne e eczemas, inclusive em câncer de pele. Ação como analgésica e na constipação intestinal.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** decocção de 3 g das folhas em 150 ml de água e tomar 3-4x/dia, antes das refeições. O decocto das folhas pode ser usado externamente.

**Tempo de uso:** o uso contínuo não deve ultrapassar seis meses, podendo ser repetido o tratamento, se necessário, após intervalo de 30 dias.

**Contraindicações:** a espinheira-santa poderia ter uma propriedade estrogênica causando perda embrionária, o que contraindica seu uso até o terceiro mês de gestação.

**Reações adversas:** boca seca, alteração do paladar, poliúria, dor estomacal, redução da produção de leite, cefaleia, sonolência, náuseas, tremor nas mãos, dor articular nas mãos, cistite.



# Ocimum basilicum

L.



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** manjeriçã, alfavaca, alfavaca-cheirosa, alfavaca-de-cheiro, alfavacão, basilico-grande, basilicão, majeriçã-doce, manjeriçã-grande.

**Espaçamento entre mudas:** 0,6 x 0,25 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 40°C.

**Indicação terapêutica:** antiespasmódica em cólicas estomacais e intestinais, antiflatulenta, estomáquica, digestiva, broncodilatadora, descongestionante, antitussígena.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3 g das folhas em 150 ml de água e tomar 3x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Reações adversas:** hipoglicemia.



# Origanum majorana

L.



**Parte usada:** folhas e ramos.

**Nome popular:** manjerona.

**Espaçamento entre mudas:** 0,6 x 0,3 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 38°C.

**Indicação terapêutica:** em sintomas gastrointestinais leves, como inchaço e flatulência. Ação digestiva, estimulante do apetite, diurética, antisséptica e expectorante. Para uso cutâneo na pele irritada ao redor das narinas.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 2 a 4 g das folhas e ramos em 150 ml de água e tomar 1-2x/dia antes das refeições. Para uso tópico empregar essa mesma preparação e espalhar ao redor das narinas de 2-4x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Reações adversas:** irritação ocular. A penetração profunda no interior da narina deve ser evitada, pois pode reduzir a atividade do epitélio ciliar.



# Pimpinella anisum

L.



**Parte usada:** frutos.

**Nome popular:** erva-doce, anis, aniz.

**Espaçamento entre mudas:** 1,2 x 0,8 m.

**Temperatura de secagem:** secagem até 35°C.

**Indicação terapêutica:** antiespasmódica, antiflatulenta e parasiticida. Em distúrbios gastrointestinais leves, incluindo inchaço e flatulência. Como expectorante na tosse associada ao resfriado.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão 1,5 g dos frutos para 150 ml de água e tomar 3x/dia.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Contraindicações:** em gestantes pode ocasionar alterações hormonais.

**Reações adversas:** dermatite de contato. Podem ocorrer reações cutâneas, respiratórias e gastrointestinais.



# Plectranthus amboinicus

(Lour.) Spreng.



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** malva-do-reino, malvarisco, malvariço, hortelã-graúda, hortelã-da-folha-grossa, hortelã-de-folha-grande, malva-de-cheiro, hortelã-grande.

**Espaçamento entre mudas:** 0,5 x 0,5 m.

**Temperatura de secagem:** planta fresca.

**Indicação terapêutica:** antitussígena, para dor de garganta, rouquidão, febre, asma, bronquites, gripes e resfriados, na dispepsia e em queixa genitourinária. Sumo das folhas para tratamentos ovarianos e uterinos, inclusive nos casos de inflamação do colo do útero. Externamente empregar o sumo ou infuso no tratamento de feridas e úlceras por leishmaniose cutânea, afta, sarna, como antirreumática, antifúngica, anti-inflamatória e protetora da mucosa bucal.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** para a preparação do sumo tritura-se as folhas para obter quantidade suficiente para encher 2 colheres das de sopa, que deve ser bebido em jejum por até 3 semanas. Infusão de 1 a 4 folhas em 200 ml de água e tomar até 3x/dia.



# Plectranthus barbatus

Andrews



**Sinonímia científica:** *Coleus barbatus* (Andrews) Benth. ex G. Don

**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** boldo-brasileiro, boldo, falso-boldo, malva-santa, sete-dores, boldo-nacional, boldo-do-jardim, boldo-do-reino, boldo-do-brasil, boldo-sete-dores.

**Espaçamento entre mudas:** 0,5 x 1,0 m.

**Temperatura de secagem:** planta fresca ou secagem a 40°C, imediatamente após a colheita, com camadas de 5 cm de espessura, revolvendo a cada 2 horas.

**Indicação terapêutica:** estimula a motilidade intestinal, para azia, reduz a acidez estomacal, como digestiva.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 1 a 3 g das folhas para 150 ml de água e tomar 2-3x/dia.

**Tempo de uso:** ideal não superior a 7 dias.

**Contraindicações:** em portadores de obstruções das vias biliares, em casos de doença renal policística ou hepatite, hipotensão e úlceras gastroduodenais.

**Reações adversas:** as raízes e folhas são hipotensoras. Estudos pré-clínicos demonstraram efeitos tóxicos sobre o fígado e rins de animais tratados durante apenas sete dias com extratos aquosos das folhas. Dermatite de contato.



# Ruta graveolens

L.



**Parte usada:** folhas e ramos.

**Nome popular:** arruda.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,5 m.

**Temperatura de secagem:** planta fresca ou secagem a 45°C por 48 horas.

**Indicação terapêutica:** em problemas gástricos, no tratamento da calvície e varizes. Ação analgésica (dores de cabeça, estômago, de dente, de ouvido, cólica menstrual, dores ovarianas), como antitérmica, nas inflamações da pele, hematomas e câimbras, como antirreumática. Antiflatulenta, na rouquidão, como emenagoga, na amenorreia e menorragia. Tratamento de doenças do aparelho genitourinário e respiratório (tosse, pneumonia, febre, sinusite, gripe, infecção intestinal, de bexiga e rins, como diurética). Repelente de mosquitos, percevejos, pulgas, tratamento de sarnas, piolhos, vermes e parasitas.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 1 colher das de chá das folhas e ramos em 150 ml de água e tomar 1x/dia ou 1 colher das de café em 150 ml de água e tomar 2x/dia. Para uso tópico em processos inflamatórios ferver por alguns minutos uma colher das de sopa das folhas frescas moídas para uma xícara de água, lavando a área afetada 3x/dia. Para piolhos fazer infusão com o uso de duas xícaras (das de café) das folhas picadas com 500 ml de água fervente; coar, esfriar e lavar a cabeça por três dias. Para sarna colocar as folhas secas picadas (um copo) em um litro de álcool. Deixar em repouso por três dias e coar. Diluir a 50%, e aplicar na área afetada. Fazer bochechos ou gargarejos com o infuso 2-3x/dia.

**Reações adversas:** hemorragia uterina e pulmonar, depressão do pulso, inflamações epidérmicas, vômitos, gastroenterites, sonolência e convulsões, irritação da mucosa bucal. Causa lesões e queimaduras na pele, quando exposta ao sol, além de fitofotodermatoses e dermatite de contato. Risco de antifertilidade.



# Salvia officinalis

L.



**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** sálvia.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,4 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 48 horas.

**Indicação terapêutica:** para reduzir os fogachos e suor excessivo associados à menopausa. Tem propriedades antissépticas e antiespasmódicas. Para distúrbios leves da digestão, como azia e plenitude gástrica. Em inflamações da boca, garganta e pele. Tônica do corpo e da mente, diurética, expectorante, febrífuga, antidiarreica.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 1 a 2 g das folhas para 150 ml de água e tomar 3x/dia. Para uso tópico preparar uma infusão de 2,5 g das folhas em 100 ml de água e aplicar de 2-4x/dia na pele ou fazer bochechos e gargarejos 3x/dia.

**Contraindicações:** na epilepsia, insuficiência renal ou neoplasias estrógeno dependentes.

**Reações adversas:** o uso tópico pode causar irritação cutânea, bem como outras reações alérgicas.



# Salvia rosmarinus

Spenn.



**Sinonímia científica:** *Rosmarinus officinalis* L.

**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** alecrim, alecrim-de-jardim, alecrim-comum, alecrim-de-cheiro, alecrim-rosmarinho, rosmarinho, rosmarino.

**Espaçamento entre mudas:** 0,5 x 1,0 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 48 horas.

**Indicação terapêutica:** na dispepsia e perturbações espasmódicas leves do trato gastrointestinal, como flatulência e cólicas intestinais. Auxilia no funcionamento da vesícula. Diurética leve, hepatoprotetora, colagoga e colerética. Reguladora menstrual, emenagoga, expectorante e mucolítica. Tópicamente no alívio de dores musculares e articulares, antirreumática, assim como em distúrbios circulatórios periféricos e como cicatrizante de feridas e úlceras com ação antimicrobiana. Tônica do coração, na insuficiência cardíaca leve e na hipertensão arterial leve por sua ação reguladora da pressão arterial e vasodilatadora coronariana. Tônica do sistema nervoso.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 1 a 2 g das folhas para 150 a 250 ml de água e tomar 2-3x/dia. Para uso tópico aplicar o infuso 2-3x/dia no local afetado.

**Tempo de uso:** por até 14 dias.

**Contraindicações:** em casos de doença prostática (ex., adenomas prostáticos), gastroenterites, dermatoses em geral e convulsões, na asma brônquica, e em inflamações gastrointestinais. Não deve ser utilizada por indivíduos com problemas relacionados aos ductos biliares (obstrução, inflamação, cálculos biliares e qualquer outra desordem biliar) e doenças hepáticas. Utilizar com cautela em hipertensos e diabéticos.

**Reações adversas:** pode causar dermatite, alergia e fotossensibilização. Casos de convulsão, epilepsia e asma ocupacional. Pode alterar o sono se utilizada à noite, antes de dormir, e pode reduzir o limiar convulsígeno em indivíduos epilépticos.



# Varronia curassavica

Jacq.



**Sinonímia científica:** *Cordia verbenacea* DC.; *Cordia curassavica* (Jacq.) Roem. & Schult.

**Parte usada:** folhas.

**Nome popular:** erva-baleeira, baleeira.

**Espaçamento entre mudas:** 2,0 x 2,0 m.

**Temperatura de secagem:** secagem a 45°C por 36 horas.

**Indicação terapêutica:** analgésica, anti-inflamatória e cicatrizante, em contusões, feridas e úlceras, para tratamento da pele, reumatismo, artrite reumatoide, gota, tendões e músculos, dores de coluna, prostatites, nevralgias e lesões da mucosa gástrica.

**Via de administração:** oral e tópica.

**Posologia/ modo de preparo:** infusão de 3 g das folhas para 150 ml de água e aplicar na forma de compressas ou escalda-pés 2-3x/dia ou tomar 2-3x/dia.

**Tempo de uso:** o tempo de uso contínuo não deve ultrapassar 15 dias.

**Reações adversas:** alergia.



# Zingiber officinale

Roscoe



**Parte usada:** rizomas.

**Nome popular:** gengibre, mangarataia, mangaratiá.

**Espaçamento entre mudas:** 0,3 x 0,4 m.

**Temperatura de secagem:** planta fresca ou semifresca (quando exposta à sombra por 5 a 6 dias).

**Indicação terapêutica:** tratamento de queixas gastrointestinais ligeiras, incluindo inchaço e flatulência. Em náuseas e vômitos por indigestão, como adjuvante à quimioterapia, náusea pós-operatória,

hiperemese gravídica, náusea e vômito pela sensação de movimento. Digestiva (inclusive com regulação da produção dos sucos gástricos), estomáquica, colagoga e colerética, estimulante do apetite e da produção de saliva. Expectorante, mucolítica, antitussígena, broncodilatadora, descongestionante, nos casos de labirintite e zumbidos, asma, gripes e resfriados, bronquites e faringites, na rouquidão e inflamação da garganta. Na dismenorrea, menorragia, como sudorífica, hipolipemiante, tônica da circulação periférica e do coração, antiespasmódica, no aumento do peristaltismo intestinal. Nas dores musculares e articulares, nos reumatismos e artrites. Estimulante da imunidade.

**Via de administração:** oral.

**Posologia/ modo de preparo:** decocção de 2 a 3 g dos rizomas em 250 ml de água e ferver por 5 minutos. Tomar 150 ml 2-3x/dia. Na forma de pó consumir de 2-4g/dia dos rizomas.

**Tempo de uso:** indivíduos que usaram gengibre por um período de 3 meses a 2,5 anos não apresentaram efeitos adversos.

**Contraindicações:** para portadores de cálculos biliares. Nos casos de irritação gástrica e hipertensão arterial, especialmente em doses altas. Evitar o uso em indivíduos com desordens de coagulação. Não deve ser usada por diabéticos.

**Reações adversas:** dependendo da dose utilizada, alguns indivíduos podem apresentar irritação gástrica. Eructações, dermatite de contato e efeito anticoagulante.

**Interações com outras plantas medicinais:** evitar o uso concomitante com outras plantas medicinais anticoagulantes, como alho, ginkgo, ginseng-coreano, angélica (*Angelica sinensis*), por sangramento e intensificação do efeito anticoagulante.



# REFERÊNCIAS

- Almeida, E. M. et al. Therapeutic potential of medicinal plants indicated by the Brazilian public health system in treating the collateral effects induced by chemotherapy, radiotherapy, and chemoradiotherapy: A systematic review. *Complementary Therapies in Medicine*, v. 49, 102293, 2020.
- Alonso, J. R. Tratado de Fitomedicina: bases clínicas y farmacológicas. Buenos Aires: Isis, 1998.
- Antunes, A. S. V. Plantas e Produtos Vegetais com ação no Aparelho Respiratório. 2019. 50 p. Dissertação (Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas), Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal, 2019.
- Barnes, J.; Anderson, L. A.; Phillipson, J. D. Fitoterápicos. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.
- Basch, E. et al. Marigold (*Calendula officinalis* L.). *Journal of Herbal Pharmacotherapy*, v. 6, n. 3/4, p. 135-159, 2006.
- Begum, A. et al. An in-depth review on the medicinal flora *Rosmarinus officinalis* (Lamiaceae). *Acta Scientiarum Polonorum Technologia Alimentaria*, v. 12, n. 1, p. 61-73, 2013.
- Bellé, S. Plantas medicinais: caracterização, cultivo e uso paisagístico na serra gaúcha. Bento Gonçalves: IFRS-Bento Gonçalves, 2012.
- Blanco, C. G. M. S. Guia de plantas medicinais e aromáticas. Campinas: CATI, 2021.
- Blanco, M. C. S. G. Plantas medicinais: usos e preparos. Campinas: CATI, 2019.
- Borges, A. S. Avaliação das atividades gastroprotetora, anti-*Helicobacter pylori*, imunomoduladora e antioxidante dos “boldos” de interesse ao SUS: *Plectranthus barbatus* Andrews (Lamiaceae) e *Vernonia condensata* Baker (Asteraceae). 2017. 114 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas), Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2017.
- Boutennoun, H. et al. Phenolics Content, Antiproliferative and Antioxidant Activities of Algerian *Malva sylvestris*. *European Journal of Biological Research*, v. 9, n. 1, p. 10-19, 2019.
- Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. 2. ed. Brasília: Anvisa, 2021.
- Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. 1. ed. Brasília: Anvisa, 2016.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Mikania glomerata* Spreng., Asteraceae – Guaco [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Curcuma longa* L., Zingiberaceae – Açafrão-da-terra [recurso eletrônico] Brasília: Ministério da Saúde, 2020.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Calendula officinalis* L., Asteraceae (Calêndula) [recurso eletrônico] Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Ruta graveolens* L. (Arruda) [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Vernonia condensata* Baker, asteraceae (“Boldo-baiano”) [recurso eletrônico] Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- Brendler, T. et al. Lemon Balm (*Melissa officinalis* L.): An Evidence-Based Systematic Review by the Natural Standard Research Collaboration. *Journal of Herbal Pharmacotherapy*, vol. 5, n. 4, p. 71-114, 2005.
- Campos, S. C. et al. Toxicidade de espécies vegetais. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 18, p. 373-382, 2016.
- Cardoso, C. M. Z. et al. Elaboração de uma Cartilha Direcionada aos Profissionais da Área da Saúde, Contendo Informações sobre Interações Medicamentosas envolvendo Fitoterápicos e Alopáticos. *Revista Fitos*, v. 4, n. 1, p. 56-69, 2009.
- Carneiro, D. M. Ayurveda: saúde e longevidade na tradição milenar da Índia. São Paulo: Pensamento, 2009.
- Carneiro, D. M. et al. Essência da Saúde: plantas medicinais e alimentação. Goiânia: Ciência da Saúde Editora e Livraria Ltda., 2014.
- Carvalho, J. C. T. Formulário Médico-Farmacêutico de Fitoterapia. 4. ed. São Paulo: Pharmabooks, 2016.
- Consolini, A. E.; Ragone, M. I. Patterns of Self-Medication with Medicinal Plants and Related Adverse Events - A South American Survey. *Current Drug Safety*, v. 5, p. 333-341, 2010.
- Coradin, L.; Siminski, A.; Reis, A. Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro - Região Sul. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011.
- Corrêa Júnior, C. et al. Cultivo agroecológico de plantas medicinais, aromáticas e condimentares. Curitiba: Emater, 2013.
- Cortez, L. E. R. et al. Levantamento das plantas medicinais utilizadas na medicina popular de Umuarama, PR. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 3, n. 2, 1999.
- Costa, M. A. et al. Plantas & Saúde: guia introdutório à Fitoterapia. Brasília: Governo do Distrito Federal, 1992.
- Costa, M. C. C. D. Uso popular e ações farmacológicas de *Plectranthus barbatus* Andr. (Lamiaceae): revisão dos trabalhos publicados de 1970 a 2003. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 8, n. 2, p. 81-88, 2006.



EMA, 2005. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/scientific-guideline/public-statement-use-herbal-medicinal-products-containing-estragele\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/scientific-guideline/public-statement-use-herbal-medicinal-products-containing-estragele_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2005. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/scientific-guideline/public-statement-use-herbal-medicinal-products-containing-methyleugenol\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/scientific-guideline/public-statement-use-herbal-medicinal-products-containing-methyleugenol_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2010. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-rosmarinus-officinalis-l-folium\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-rosmarinus-officinalis-l-folium_en.pdf). Acesso em: 28 mai. 2024.

EMA, 2012. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-lavandula-angustifolia-p-mill-flos\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-lavandula-angustifolia-p-mill-flos_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2012. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-zingiber-officinale-roscoe-rhizoma\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-zingiber-officinale-roscoe-rhizoma_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2013. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-melissa-officinalis-l-folium\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-melissa-officinalis-l-folium_en.pdf). Acesso em: 28 mai. 2024.

EMA, 2013. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-pimpinella-anisum-l-fructus\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-pimpinella-anisum-l-fructus_en.pdf). Acesso em 03 mai. 2024.

EMA, 2015. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-matricaria-recutita-l-flos-first-version\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-matricaria-recutita-l-flos-first-version_en.pdf). Acesso em: 7 jun. 2024.

EMA, 2016. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-aloe-barbadensis-mill-and-aloe-various-species-mainly-aloe-ferox-mill-and-its-hybrids-folii-succus-siccatus\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-aloe-barbadensis-mill-and-aloe-various-species-mainly-aloe-ferox-mill-and-its-hybrids-folii-succus-siccatus_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2016. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-origanum-majorana-l-herba\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-origanum-majorana-l-herba_en.pdf). Acesso em: 2 mai. 2024.

EMA, 2016. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-salvia-officinalis-l-folium-revision-1\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-salvia-officinalis-l-folium-revision-1_en.pdf). Acesso em 02 mai. 2024.

EMA, 2018. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-malva-sylvestris-l-flos-first-version\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-malva-sylvestris-l-flos-first-version_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2018. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-malva-sylvestris-l-andor-malva-neglecta-walli-folium-first-version\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-malva-sylvestris-l-andor-malva-neglecta-walli-folium-first-version_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2018. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-calendula-officinalis-l-flos-revision-1\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-calendula-officinalis-l-flos-revision-1_en.pdf). Acesso em: 28 mai. 2024.

EMA, 2020. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/european-union-herbal-monograph-mentha-x-piperita-l-folium-revision-1\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/european-union-herbal-monograph-mentha-x-piperita-l-folium-revision-1_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2021. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-aloesia-citrodora-palau-syn-aloesia-triphylla-lher-kuntze-verbena-triphylla-lher-lippia-citrodora-kunth-folium\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-aloesia-citrodora-palau-syn-aloesia-triphylla-lher-kuntze-verbena-triphylla-lher-lippia-citrodora-kunth-folium_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

EMA, 2021. Disponível em: [https://www.ema.europa.eu/en/documents/public-statement/public-statement-use-herbal-medicinal-products-containing-toxic-unsaturated-pyrrolizidine-alkaloids-pas-including-recommendations-regarding-contamination-herbal-medicinal-products-pyrrolizidine\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/public-statement/public-statement-use-herbal-medicinal-products-containing-toxic-unsaturated-pyrrolizidine-alkaloids-pas-including-recommendations-regarding-contamination-herbal-medicinal-products-pyrrolizidine_en.pdf). Acesso em: 3 jun. 2024.

Embrapa, Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Brasil. 2001. Série Plantas Medicinais do Subprojeto Instalação de hortomatrix de plantas medicinais em Porto Velho, Rondônia. Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/100482/1/Folder-arruda.pdf>. Acesso em: 11 jul. 2021.

Felten, R. D. et al. Interações medicamentosas associadas a fitoterápicos fornecidos pelo Sistema Único de Saúde. Revista Inova Saúde, v. 4, n. 1, 2015.

Fitoterapia Brasil, 2024. Disponível em: <https://fitoterapiabrasil.com.br>. Acesso em: 12 mai. 2024.

Gasparetto, J. C. et al. *Mikania glomerata* Spreng. e *M. laevigata* Sch. Bip. ex Baker, Asteraceae: estudos agrônômicos, genéticos, morfoanatômicos, químicos, farmacológicos, toxicológicos e uso nos programas de fitoterapia do Brasil. Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 20, p. 627-640, 2010.

Ghrabi, Z. *Malva sylvestris* L. In: A Guide to Medicinal Plants in North Africa. Málaga: IUCN, 2005. p. 175-176.

Gonçalves, R. N. et al. Plantas medicinais na Atenção Primária à Saúde: riscos, toxicidade e potencial para interação medicamentosa. Revista de APS, v. 25, n. 1, p. 120-153, 2022.

Gouveia, G. D. A.; Simionato, C. Memento fitoterápico para prática clínica na AB. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, 2019.

Grandi, T. S. M. Tratado das plantas medicinais: mineiras, nativas e cultivadas. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014.

Haraguchi, L. M. M.; Carvalho, O. B. (coordenadores). Plantas Medicinais. [recurso eletrônico]. São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente, 2010.

Horto Didático de Plantas Medicinais do HU/CCS, 2024. Disponível em: <https://hortodidatico.ufsc.br>. Acesso em: 16 mai. 2024.

Jardim, P. M. S. Plantas medicinais e fitoterápicos: guia rápido para a utilização de algumas espécies vegetais. 2. ed. Brasília: Universidade de Brasília, 2016.

Khan, S. et al. In vitro screening of *Coronopus didymus* and *Nasturtium officinale* for weed and pest control in agro-ecosystems. Annali Di Botanica (Roma), v. 11, p. 83-90, 2021.

Lopes, A. M. V.; Alvarez Filho, A. Plantas usadas na medicina popular do Rio Grande do Sul. Santa Maria: Infograph, 1997.

Lorenzi, H.; Matos, F. J. A. Plantas Medicinais no Brasil: nativas e exóticas. 2. ed. Nova Odessa: Plantarum, 2008.

Lüde, S. et al. Adverse Effects of Plant Food Supplements and Plants Consumed as Food: Results from the Poisons Centres-Based PlantLIBRA Study. Phytotherapy Research, v. 30, p. 988-996, 2016.



Marchese, J. A. et al. Medicinal plants used by “Passo da Ilha” rural community in the city of Pato Branco, southern Brazil. Anais da Academia Brasileira de Ciências, v. 81, n. 4, p. 691-700, 2009.

Matos, F. J. A. Farmácias vivas: sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades. 4. ed. Fortaleza: UFC, 2002.

McKay, D. L.; Blumberg, J. B. A Review of the Bioactivity and Potential Health Benefits of Chamomile Tea (*Matricaria recutita* L.). Phytotherapy Research, v. 20, p. 519-530, 2006.

Meo, F. D. et al. Curcumin, Gut Microbiota, and Neuroprotection. Nutrients, v. 11, n. 10, p. 1-14, 2019.

Moura, C. N.; Dantas, E. S.; Carvalho, E. L. Plantas medicinais: cultivo e uso terapêutico. Governador Mangabeira: Instituto Federal Baiano, 2021.

Napimoga, M. H.; Yatsuda, R. Scientific evidence for *Mikania laevigata* and *Mikania glomerata* as a pharmacological tool. The Journal of Pharmacy and Pharmacology, v. 62, n. 7, p. 809-820, 2010.

Nicoletti, M. A. et al. Uso popular de medicamentos contendo drogas de origem vegetal e/ou plantas medicinais: principais interações decorrentes. Revista Saúde, v. 4, p. 25-39, 2010.

Paixão, J. A. et al. Levantamento bibliográfico de plantas medicinais comercializadas em feiras da Bahia e suas interações medicamentosas. Eletronic Journal of Pharmacy, v. 13, n. 2, p. 71-81, 2016.

Panizza, S. T. Como prescrever ou recomendar plantas medicinais e fitoterápicos. São Luís: Conbrafito, 2010.

Paulus, D. et al. Teor e composição química do óleo essencial e crescimento vegetativo de *Aloysia triphylla* em diferentes espaçamentos e épocas de colheita. Ceres (Viçosa), v. 60, n.3, p. 372-379, 2013.

Pereira, A. M. S. et al. Formulário de Preparação Extemporânea. São Paulo: Bertolucci, 2020.

Pereira, A. M. S. et al. Manual Prático de Multiplicação e Colheita de Plantas Medicinais. Ribeirão Preto: USP, 2011.

Pereira, R. C. A. Açafrão (*Curcuma longa* L.). Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/210884/1/CLV19044.pdf>. Acesso em: 16 mai. 2024.

Plantas Medicinais - Aromáticas – Condimentares, 2024. Disponível em: <https://www.ppmac.org>. Acesso em: 13 mai. 2024.

Pole, S. Ayurvedic Medicine -The Principles of Traditional Practice. Churchill Livingstone Elsevier, 2006.

Ramos, A. J. K. et al. Plantas com potencial medicinal na Floresta Nacional de Canela e comunidades do entorno, Canela, Rio Grande do Sul. Porto Alegre: EMATER/RS-ASCAR, 2008.

Rodriguez-Fragoso, L. et al. Risks and benefits of commonly used herbal medicines in Mexico. Toxicology and Applied Pharmacology, v. 227, p. 125-135, 2008.

Rossato, A. E. et al. Fitoterapia Racional: Aspectos Taxonômicos, Agroecológicos, Etnobotânicos e Terapêuticos. v. 1. Florianópolis: DIOESC, 2012.

Ruppelt, B. M. et. al. Plantas medicinais utilizadas na região Oeste do Paraná. Curitiba: UFPR, 2015.

Saad, G. A. et al. Fitoterapia contemporânea: tradição e ciência na prática clínica. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

Saffari, E. et al. Comparing the effects of *Calendula officinalis* and clotrimazole on vaginal candidiasis: A randomized controlled trial. Women Health, v. 57, p.1145-1160, 2017.

Salvi, R. M.; Heuser, E. D. Interações medicamentos x fitoterápicos: em busca de uma prescrição racional. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2008.

Santos, J. S.; Almeida, C. C. O. F. Das plantas medicinais à fitoterapia: uma ciência em expansão. Brasília: IFB, 2016.

Shahhoseini, R. et al. The Effect of Different Drying Methods on the Content and Chemical Composition of Essential Oil of Lemon verbena (*Lippia citriodora*). Journal of Essential Oil Bearing Plants, v. 16, n. 4, p. 474-481, 2013.

Shoba, G. et al. Influence of piperine on the pharmacokinetics of curcumin in animals and human volunteers. Planta Medica, v. 64, p. 353-356, 1998.

Silva, L. M. P. Práticas, crenças e conhecimentos autorreferidos de médicos e cirurgiões-dentistas da Estratégia Saúde da Família de Maceió - AL sobre plantas medicinais e fitoterapia. 2014. 101 f. Dissertação (Mestrado), Programa de Pós-Graduação em Ciências Farmacêuticas, Escola de Enfermagem e Farmácia, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2014.

Simões, C. M. O. et al. Plantas da Medicina Popular no Rio Grande do Sul. 3. ed. Porto Alegre: Editora da Universidade/UFRGS, 1989.

Tavares, I. B.; Momenté, V. G.; Nascimento, I. R. *Lippia alba*: estudos químicos, etnofarmacológicos e agrônômicos. Revista Brasileira de Tecnologia Aplicada nas Ciências Agrárias, Guarapuava-PR, v.4, n.1, p.204-220, 2011.

Thring, T. S. A.; Weitz, F. M. Medicinal plant use in the Bredasdorp/Elm region of the Southern Overberg in the Western Cape Province of South Africa. Journal of Ethnopharmacology, v. 103, p. 261-275, 2006.

Tsai, H. H. et al. Evaluation of documented drug interactions and contraindications associated with herbs and dietary supplements: a systematic literature review. International Journal of Clinical Practice, v. 66, n. 11, p.1056-1078, 2012.

Ulbricht, C. et al. An Evidence-Based Systematic Review of Rosemary (*Rosmarinus officinalis*) by the Natural Standard Research Collaboration. Journal of Dietary Supplements, vol. 7, n. 4, p. 351-413, 2010.

Veiga Junior, V. F. et al. Plantas medicinais: cura segura? Química Nova, v. 28, n. 3, p. 519-528, 2005.

WHO, World Health Organization. WHO monographs on selected medicinal plants. Geneva, Switzerland: World Health Organization, v.4, 2009.

Williamson, E. et al. Stockley's Herbal Medicines Interactions: a guide to the interactions of herbal medicines, dietary supplements and nutraceuticals with conventional medicines. London/Chicago: Pharmaceutical Press, 2009.



# FONTES DAS IMAGENS

|                                                                                                                                                                                                                    |       |                                                                                                                                                                           |       |                                                                                                                                                     |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <i>Aloe vera</i>                                                                                                                                                                                                   | p. 17 | <i>Lippia alba</i>                                                                                                                                                        | p. 27 | <i>Pimpinella anisum</i>                                                                                                                            | p. 37 |
| Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 10 Aug 2024<br>< <a href="https://tropicos.org/image/100171790">https://tropicos.org/image/100171790</a> >                                                                |       | Fototeca Paulo Schwirkowski, FPS                                                                                                                                          |       | <a href="https://tropical.theferns.info">https://tropical.theferns.info</a>                                                                         |       |
| <i>Aloysia citrodora</i>                                                                                                                                                                                           | p. 18 | <i>Malva sylvestris</i>                                                                                                                                                   | p. 28 | <i>Plectranthus amboinicus</i>                                                                                                                      | p. 38 |
| <a href="http://tropical.theferns.info">http://tropical.theferns.info</a>                                                                                                                                          |       | <a href="https://hortodidatico.ufsc.br/malva">https://hortodidatico.ufsc.br/malva</a>                                                                                     |       | <a href="https://hortodidatico.ufsc.br/malvarico">https://hortodidatico.ufsc.br/malvarico</a>                                                       |       |
| <i>Baccharis crispa</i>                                                                                                                                                                                            | p. 19 | <i>Matricaria chamomilla</i>                                                                                                                                              | p. 29 | <i>Plectranthus barbatus</i>                                                                                                                        | p. 39 |
| <a href="https://www.ufmg.br/mhnbj/ceplamt/wp-content/uploads/2016/05/DSC09332-web.jpg">https://www.ufmg.br/mhnbj/ceplamt/wp-content/uploads/2016/05/DSC09332-web.jpg</a>                                          |       | <a href="https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/942/galeria">https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/942/galeria</a>                                 |       | <a href="https://entresementes.pt/inicio/1610-boldo-1-planta.html">https://entresementes.pt/inicio/1610-boldo-1-planta.html</a>                     |       |
| <i>Calendula officinalis</i>                                                                                                                                                                                       | p. 20 | <i>Melissa officinalis</i>                                                                                                                                                | p. 30 | <i>Ruta graveolens</i>                                                                                                                              | p. 40 |
| <a href="https://hortodidatico.ufsc.br/calendula">https://hortodidatico.ufsc.br/calendula</a>                                                                                                                      |       | <a href="https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/944/galeria">https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/944/galeria</a>                                 |       | Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 10 Aug 2024<br>< <a href="https://tropicos.org/image/100119838">https://tropicos.org/image/100119838</a> > |       |
| <i>Coronopus didymus</i>                                                                                                                                                                                           | p. 21 | <i>Mentha x piperita</i>                                                                                                                                                  | p. 31 | <i>Salvia officinalis</i>                                                                                                                           | p. 41 |
| <a href="https://www.naturespot.org.uk/species/lesser-swine-cress#group-30947772-1">https://www.naturespot.org.uk/species/lesser-swine-cress#group-30947772-1</a>                                                  |       | Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 10 Aug 2024<br>< <a href="https://tropicos.org/image/100330114">https://tropicos.org/image/100330114</a> >                       |       | <a href="https://hortodidatico.ufsc.br/salvia-real">https://hortodidatico.ufsc.br/salvia-real</a>                                                   |       |
| <i>Curcuma longa</i>                                                                                                                                                                                               | p. 22 | <i>Mikania glomerata</i>                                                                                                                                                  | p. 32 | <i>Salvia rosmarinus</i>                                                                                                                            | p. 42 |
| David Eickhoff do < <a href="https://jb.utad.pt/especie/Curcuma_longa#imagem-41331">https://jb.utad.pt/especie/Curcuma longa#imagem-41331</a> > Jardim Botânico UTAD, Flora Digital de Portugal                    |       | <a href="https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/950/galeria">https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/950/galeria</a>                                 |       | Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 10 Aug 2024<br>< <a href="https://tropicos.org/image/100119676">https://tropicos.org/image/100119676</a> > |       |
| <i>Cymbopogon citratus</i>                                                                                                                                                                                         | p. 23 | <i>Mikania laevigata</i>                                                                                                                                                  | p. 33 | <i>Varronia curassavica</i>                                                                                                                         | p. 43 |
| Jardim Botânico de Porto Alegre                                                                                                                                                                                    |       | <a href="https://www.floralondrina.com.br/muda-de-guaco-mikania-laevigata">https://www.floralondrina.com.br/muda-de-guaco-mikania-laevigata</a>                           |       | <a href="https://herbario.montesclaros.mg.gov.br">Herbário Montes Claros/MG</a>                                                                     |       |
| <i>Dysphania ambrosioides</i>                                                                                                                                                                                      | p. 24 | <i>Monteverdia ilicifolia</i>                                                                                                                                             | p. 34 | <i>Zingiber officinale</i>                                                                                                                          | p. 44 |
| <a href="https://flora-on.pt/#/hgohU">https://flora-on.pt/#/hgohU</a>                                                                                                                                              |       | <a href="http://floranativadeuruguay.blogspot.com/search?q=Monteverdia+ilicifolia">http://floranativadeuruguay.blogspot.com/search?q=Monteverdia+ilicifolia</a>           |       | <a href="https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/1047/galeria">https://fitoterapiabrasil.com.br/planta-medicinal/1047/galeria</a>         |       |
| <i>Gymnanthemum amygdalinum</i>                                                                                                                                                                                    | p. 25 | <i>Ocimum basilicum</i>                                                                                                                                                   | p. 35 |                                                                                                                                                     |       |
| Herbário Montes Claros/MG                                                                                                                                                                                          |       | <a href="https://www.ufmg.br/mhnbj/ceplamt/wp-content/uploads/2019/01/DSC_1012-web.jpg">https://www.ufmg.br/mhnbj/ceplamt/wp-content/uploads/2019/01/DSC_1012-web.jpg</a> |       |                                                                                                                                                     |       |
| <i>Lavandula angustifolia</i>                                                                                                                                                                                      | p. 26 | <i>Origanum majorana</i>                                                                                                                                                  | p. 36 |                                                                                                                                                     |       |
| Andrey Zharkikh do < <a href="https://jb.utad.pt/especie/Lavandula_angustifolia#imagem-21664">https://jb.utad.pt/especie/Lavandula_angustifolia#imagem-21664</a> > Jardim Botânico UTAD, Flora Digital de Portugal |       | Tropicos.org. Missouri Botanical Garden. 10 Aug 2024<br>< <a href="https://tropicos.org/image/100116954">https://tropicos.org/image/100116954</a> >                       |       |                                                                                                                                                     |       |



# EXPEDIENTE

## **Coordenação da Publicação**

Secretaria de Políticas Sociais da CONTAG  
Secretaria de Política Agrícola da CONTAG  
Coletivo Nacional de Políticas Sociais  
Coletivo Nacional de Política Agrícola

## **Secretária de Políticas Sociais**

Edjane Rodrigues Silva

## **Secretária de Política Agrícola**

Vânia Marques Pinto

## **Assessoria da Secretaria de Políticas Sociais**

Antônio Lacerda Souto  
Evandro José Morello  
José Ramix de Melo Pontes Junior

## **Assistente da Secretaria**

Vanilda Gomes Silva

## **Assessoria da Secretaria de Política Agrícola**

Décio Lauri Sieb  
José Arnaldo de Brito  
Ronaldo de Limas Ramos

## **Assistente da Secretaria**

Alyne Nunes Boitrage

## **Elaboração do conteúdo e ilustração**

Roger Remy Dresch

## **Projeto Gráfico e Diagramação**

Cecília Maltez Furlan

## **Arte Final e Capa**

Lunna Fabris

## **Impressão**

Viva Gráfica e Editora Ltda

## **Tiragem**

5.000 mil exemplares



APOIO:



REALIZAÇÃO:

