

# PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS

UMA ABORDAGEM TRADICIONAL  
EM FITOTERAPIA NA AMAZÔNIA

**JARBAS DE ATAÍDE**

AUTOR



***PLANTAS MEDICINAIS  
E FITOTERÁPICOS: UMA  
ABORDAGEM TRADICIONAL  
EM FITOTERAPIA NA AMAZÔNIA***



## **CONSELHO EDITORIAL CIENTÍFICO**

**Abílio Eduardo**

(Universidade Katyavala Bwila – AO)

**Adriano Fonseca**

(Universidade Federal do Tocantins - BR)

**Aldo Parra**

(Universidad Del Cauca - CO)

**Alexandre Pais**

(Manchester University - UK)

**Armando Aroca**

(Universidad del Atlántico - CO)

**Eliane Vasquez**

(Universidade Federal do Amapá - BR)

**Elisângela Melo**

(Universidade Federal do Tocantins - BR)

**Hilbert Blanco**

(Universidad de Nariño - CO)

**Ieda Giongo**

(Universidade do Vale do Taquari - BR)

**Natividad Adamuz**

(Universidad de Córdoba - ES)

**Nuno Vieira**

(Universidade Lusófona - PT)

**Sávio Bicho**

(Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará - BR)

Presidente da República  
**Luiz Inácio Lula da Silva**

Ministro da Educação  
**Camilo Santana**

Secretário de Educação Profissional e Tecnológica  
**Getúlio Ferreira Marques**

---



Reitor

**Romaro Antonio Silva**

Pró-Reitor de Pesquisa,  
Pós-graduação e Inovação

**Welber Carlos Andrade da Silva**

Supervisora da Editora Edifap

**Nayara França Alves**

---

### **Conselho Editorial**

#### **» Titulares**

Mábia Nunes Toscano

Luiz Ricardo Fernandes de Farias Aires

Benedita Machado Pureza

Marialva do Socorro Ramalho de  
Oliveira de Almeida

Romaro Antonio Silva

Veralucia Severina da Silva

Argemiro Midonês Bastos

David Figueiredo de Almeida

Dennys Max dos Santos da Conceição

Ana Maria Guimarães Bernardo

Caroline Pessoa da Silva

Jemina de Araújo Moraes Andrade

Risonete Santiago da Costa

Rosinete Cardoso Ferreira

Caio Teixeira Brandão

Bruno Sérvulo da Silva Matos

Sílvia Gomes Correia

Ronne Franklim Carvalho Dias

#### **» Suplente**

Carlos Alexandre Santana Oliveira

Ivan Gomes Pereira

---

### **Projeto Gráfico, Capa e Diagramação**

Ivan Gomes Pereira

---



Rodovia BR 210 KM 3, s/n - Bairro Brasil Novo.

CEP: 68.909-398 – Email: editora@ifap.edu.br – Tel: (96) 3198-2150

# PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS

UMA ABORDAGEM TRADICIONAL  
EM FITOTERAPIA NA AMAZÔNIA

**JARBAS DE ATAÍDE**

AUTOR



## **PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS: UMA ABORDAGEM TRADICIONAL EM FITOTERAPIA NA AMAZÔNIA**

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial. Os artigos assinados, no que diz respeito tanto à linguagem quanto ao conteúdo, não refletem necessariamente a opinião da Editora do Instituto Federal do Amapá. As opiniões são de responsabilidade exclusiva dos respectivos autores. A revisão textual, formatação e adequação às normas ABNT são de responsabilidade dos autores.

---

### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

---

A862p Ataíde, Jarbas Cordovil de.  
Plantas medicinais e fitoterápicos :  
uma abordagem tradicional em fitoterapia na Amazônia /  
Jarbas Cordovil de Ataíde. – Macapá : Edifap, 2024.  
188p.

ISBN 978-65-89513-35-3 (digital)  
978-65-89513-41-4 (impresso)

1. Plantas medicinais – Amazônia. 2. Medicina popular – fitoterapia. 3. Etnoconhecimento – povo tradicional – Amapá. I. Título.

CDD 581.63409811

Ficha Catalográfica elaborada pela Bibliotecária Branca Lia R. Cruz, CRB/2 - 1174,  
com dados fornecidos pela Editora do IFAP

---

Esta obra foi submetida e selecionada por meio de edital específico para publicação pela Editora Ifap, tendo sido analisado por pares no processo de editoração científica.

*O Senhor (Deus) fez sair da terra os remédios: e o homem sensato os valoriza.*

Eclesiástico 38,4

## SUMÁRIO

<b>APRESENTAÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>CAPÍTULO 1</b>	
<b>POLÍTICA PÚBLICA, NORMATIZAÇÃO E LEGISLAÇÃO .....</b>	<b>17</b>
Douglas Matheus Gavioli Dias	
Harryson Júnio Lessa Gonçalves	
José Sávio Bicho de Oliveira	
Romaro Antonio Silva	
<b>CAPÍTULO 2</b>	
<b>MEDICINA NATURAL, FITOTERAPIA E PLANTAS MEDICINAIS.....</b>	<b>20</b>
Filipe Santos Fernandes	
Carolina Tamayo Osorio	
<b>CAPÍTULO 3</b>	
<b>PLANTAS MEDICINAIS E BIODIVERSIDADE NO AMAPÁ.....</b>	<b>23</b>
Kleber William Alves da Silva	
Cristiane Coppe	
<b>CAPÍTULO 4</b>	
<b>BREVE HISTÓRICO DA FITOTERAPIA NO AMAPÁ.....</b>	<b>25</b>
Valdirene Rosa de Souza	
<b>CAPÍTULO 5</b>	
<b>PRINCÍPIOS BÁSICOS DA MEDICINA NATURAL E DA FITOTERAPIA</b>	<b>29</b>
Sandy Aparecida Pereira	
<b>CAPÍTULO 6</b>	
<b>MANUSEIO DE PLANTAS MEDICINAIS EM FITOTERAPIA .....</b>	<b>32</b>
Júlio César Augusto do Valle	
Victor Giraldo	
<b>CAPÍTULO 7</b>	
<b>CLASSIFICAÇÃO TAXONÔMICA DAS PLANTAS.....</b>	<b>36</b>
Roger Miarka	
<b>CAPÍTULO 8</b>	
<b>PRINCÍPIOS ATIVOS DAS PLANTAS MEDICINAIS.....</b>	<b>39</b>
Jhemerson da Silva e Neto	
Ana Clédina Rodrigues Gomes	

<b>CAPÍTULO 9</b>	
<b>DIAGNÓSTICO E PRESCRIÇÃO EM FITOTERAPIA CLÍNICA .....</b>	<b>42</b>
Marcela Lopes de Santana Harryson Júnio Lessa Gonçalves	
<b>CAPÍTULO 10</b>	
<b>PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS AUXILIARES NO CONTROLE DE AFECÇÕES, ORDENADAS POR SISTEMAS .....</b>	<b>47</b>
Milagros Elena Rodríguez	
<b>CAPÍTULO 11</b>	
<b>PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE AFECÇÕES, ORDENADAS POR SISTEMAS .....</b>	<b>70</b>
Milagros Elena Rodríguez	
<b>CAPÍTULO 12</b>	
<b>MEDICAMENTO FITOTERÁPICO TRADICIONAL.....</b>	<b>93</b>
Milagros Elena Rodríguez	
<b>CAPÍTULO 13</b>	
<b>A EXPERIÊNCIA COM PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS TRADICIONAIS NO AMAPÁ .....</b>	<b>118</b>
Milagros Elena Rodríguez	
<b>CAPÍTULO 14</b>	
<b>DROGAS VEGETAIS NOTIFICADAS (RDC Nº 10/2010) E NÃO NOTIFICADAS, PRESCRITAS NO IEPA NO PERÍODO DE 1997 A 2002 (ADAPTADA POR ATAÍDE, 2006) .....</b>	<b>124</b>
Milagros Elena Rodríguez	

# APRESENTAÇÃO

A Fitoterapia Clínica racional e contemporânea, chamada também de Fitomedicina, embora adote os princípios convencionais da ciência acadêmica e do sistema biomédico (física, biologia e química) incorpora, também, os saberes, a experiência, a observação e a sistematização secular da Fitoterapia Tradicional, na qual estão incluídas as plantas medicinais e os conhecimentos e indicações da Etnofarmacologia e Etnobotânica.

O Estado do Amapá, como unidade federada mais preservada da floresta amazônica se destaca pela rica biossociodiversidade, onde as plantas medicinais tradicionais estão “integradas ao seu vasto patrimônio cultural, resultante da miscigenação dos indígenas, negros e caboclos, que mantém na Medicina Popular o conhecimento milenar do uso de ervas medicinais” (Ataíde, 2006).

Na Amazônia, como nas demais culturas tradicionais a nível mundial, esse cabedal de conhecimento faz parte da Medicina Popular e da “Fitoterapia da Amazônia”, onde se inserem os terapeutas e curadores populares (curandeiros, benzedeiros, mateiros, ervateiros, parteiras, pajés e xamãs), cuja experiência e domínio das plantas medicinais é, hoje, valorizado e extremamente solicitado pelas indústrias e laboratórios na busca de bioativos indicativos para novos medicamentos.

A temática foi alvo do TCC de conclusão em Medicina do autor, embora ainda empírico, mas deixando o campo da clandestinidade e da ilegalidade para ser motivo de investigação, estudo e pesquisa em vários campos afins de conhecimento, servindo de base para elaboração de trabalhos científicos na saúde humana, alimentação e indústria cosmética. Conforme Coutinho (2001 *apud* Lameira *et al.*, 2008), a “Amazônia, em 2050, será capaz de produzir US\$500 bilhões em medicamentos e cosméticos, a partir de plantas medicinais e aromáticas”.

Uma questão fundamental, integrante das medicinas tradicionais, é a abordagem da dimensão subjetiva, social, cultural, emocional e energética, que considera o ser doente em sua integralidade. Nesse contexto, podemos citar a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a Medicina *Ayurvédica* ou Indiana e a Medicina Popular Amazônica, que também adotam o princípio holístico.

Essa concepção de “aproximação da ciência com os saberes tradicionais” está cada vez mais fortalecida e reconhecida pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) da Organização Mundial de Saúde (OMS), que valoriza esse conhecimento e define a Medicina Tradicional da seguinte maneira:

Medicina Tradicional como o total de conhecimento técnico e procedimentos com base nas teorias, crenças e experiências de diferentes culturas, explicáveis ou não pela ciência e usadas para manutenção da saúde, para prevenção, diagnóstico e tratamento de doenças físicas e mentais (Saad *et al.*, 2009).

Em 2014, a Organização Mundial da Saúde (OMS) lançou o documento “Estratégias da OMS sobre Medicina Tradicional, 2014-2023”, com o objetivo de apoiar os Estados Nacionais, a aproveitarem o potencial da medicina tradicional e complementar na promoção do bem-estar em saúde e na atenção centrada nas pessoas, e a promoverem a utilização segura e eficaz dessas práticas mediante a regulamentação de produtos, práticas e profissionais (Organização Mundial da Saúde, 2014).

Embora, o enfoque desta obra objetive a apresentação, descrição e utilização das plantas medicinais regionais da Amazônia e aclimatadas, usadas no tratamento e controle das patologias. Citaremos, ainda, alguns fitoterápicos tradicionais já consagrados pela pesquisa científica e pela Fitomedicina à nível mundial.

Este livro, primeiramente destaca as plantas auxiliares no controle de afecções ordenadas por sistemas (afecções reumáticas e osteo-articulares; cardiocirculatórias; respiratórias e alergias respiratórias; metabólicas; psicológicas e comportamentais; autoimunes). Por conseguinte, descreve as plantas auxiliares no tratamento de afecções.

Os registros das experiências clínicas, nesta obra, foram consolidados e sistematizados quando o autor atuou como médico pesquisador no Instituto de Pesquisa Científica e Tecnológica do Estado do Amapá - IEPA (1995-2000) e por ocasião do projeto do Centro de Referência em Tratamento Natural do Amapá - CRTN (atual CERPIS-AP), experiências essas que resultaram na monografia de pós-graduação e Especialização em Plantas Medicinais pela Universidade Federal de Lavras/MG.

Seguindo essas deliberações e indicações, este trabalho visa a sistematização dos passos básicos da prescrição fitoterápica, com as características, potencialidades e particularidades regionais, dando ênfase a algumas espécies medicinais tradicionais da Amazônia empregadas na saúde.

Portanto, com essa visão e abordagem integrativa de saúde, com o intuito de suprir a lacuna da falta de material informativo na área de Fitoterapia Clínica no Amapá, voltado para as autoridades sanitárias, profissionais de saúde e terapeutas

afins. Nesse viés, esta obra estará contribuindo na compreensão do método terapêutico em Fitoterapia, dentro de uma concepção integral, humanitária, social e ecológica da saúde.

Com enfoque metodológico de levantamento bibliográfico descritivo, serão abordados os passos básicos da propedêutica médica e da prescrição terapêutica, na forma de drogas vegetais notificadas, respeitando a legislação vigente na área, a experiência clínica do autor e nos dados catalogados e sistematizados nas referências e fontes bibliográficas.

Esclareço que a discussão, aceitação e aplicabilidade das terapias integrativas, aqui apresentadas, não têm a intenção de substituir o tratamento médico convencional, cabendo a cada um optar ou escolher conforme sua vontade, interesse e autonomia.

# INTRODUÇÃO

Este livro indica caminhos e rotas a seguir, para ensinar e nortear os iniciantes, adeptos e praticantes ao uso, conhecimento e prescrição das plantas medicinais, consideradas uma das terapias integrativas e complementares.

Esse é o intuito deste trabalho, de fornecer os princípios básicos da prática clínica em Fitoterapia, com vistas ao seu aprendizado e aplicação na saúde da população.

Assim, apoia-se nos primeiros ensinamentos e práticas elaboradas pelos ancestrais, que nos primórdios da raça humana forneceram pistas e observações para as culturas e populações tradicionais nas mais variadas regiões do mundo. Destaca-se, neste contexto, a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), Medicina Ayurvédica (Indiana) e Medicina Popular e “Fitoterapia Amazônica”.

Hoje, esse conhecimento, catalogado, experimentado e sistematizado pelas comunidades tradicionais, deu lugar a várias obras enfocando a questão da racionalidade do uso das plantas medicinais com segurança e eficácia, passando a ser chamado de Fitomedicina (Alonso, 2008), Fitoterapia Contemporânea (Saad *et al.*, 2009) e Fitoterapia Racional (Schulz; Hansel; Tyler, 2002), que adotam o princípio da chamada Medicina Baseada em Evidências (MBE). No que concerne a esta medicina, expressada por Lina Faria *et al.* (2021, p. 59) é que a medicina baseada em evidências “pretende aumentar a eficiência e qualidade dos serviços de saúde prestados à população e diminuir os custos operacionais dos processos de prevenção, tratamento e reabilitação”. Porém, se sustenta em investigações e métodos experimentais complexos, demorados e envolvendo custos financeiros elevados.

A crítica a esse modelo de atrelamento ao princípio da MBE é a sua dependência aos fatores do mercantilismo e à indústria do demorado processo da pesquisa químico-farmacêutica, que adota a lógica do mercado, dificultando o acesso aos produtos e plantas já usadas, consagradas e indicadas tradicionalmente pela população, há décadas, e, até, contrariando a justificativa que diminui custos, quando, na verdade, aumenta (Cechinel Filho, 2017).

Embora, muitos desconhecem, inclusive na área acadêmica, esse cabedal de conhecimento serve de base e orientação, ensaios e pesquisas científicas para a obtenção de biofármacos (sintéticos), com vistas a combater enfermidades, inclusive reconhecidos e recomendados pela Organização Mundial da saúde (OMS) e incluídos no Sistema Oficial de Saúde do Brasil (SUS), onde se destacam as relacionadas na Relação Nacional de Plantas de Interesse do SUS (RENISUS) e na Relação Nacional de Medicamentos (RENAME) (Mattos *et al.*, 2018).

A mais recente lista da RENAME de 2022, aprovada pela Portaria GM/MS nº 3.435, de 8/12/2021, consta em seu item H os fitoterápicos, o que comprova que as plantas medicinais e seus produtos derivados fazem parte do arsenal terapêutico à serviço da saúde pública (SUS) e à disposição dos usuários e dos profissionais de saúde para recomendação e prescrição. Nessa lista constam 12 fitoterápicos padronizados, já disponibilizados à população, contendo descrição do nome vulgar (genérico), nome científico, concentração/composição do princípio ativo, forma farmacêutica, código ATC - *Anatomical Therapeutic Chemical* e a classificação como básico ou estratégico (Brasil, 2022).

A Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao Sistema Único de Saúde (RENISUS) foi instituída em 2009 e apresenta uma lista de 71 espécies de plantas medicinais com o objetivo de orientar pesquisas, estudos e como base para a inclusão na RENAME.

Assim, a Renisus está de acordo com assistência farmacêutica, promovendo e contribuindo para a promoção da segurança e eficácia de plantas medicinais e fitoterápicos, empregados na atenção primária à saúde. Ela contém monografias completas, algumas publicadas e outras em elaboração, que descrevem alguns tópicos apresentados nas tabelas constantes neste livro, confirmando e aprovando seus efeitos terapêuticos. A maioria das plantas enfocadas, descritas e prescritas neste livro estão incluídas entre as 71 espécies medicinais constantes na Renisus (Brasil, 2009).

É comprovado, cientificamente, que as plantas possuem princípios ativos que podem curar, evitar doenças e nutrir o organismo, contribuindo, assim, para recuperação da saúde, bem-estar físico-mental e qualidade de vida. O autor reconhece a necessidade de associar outras terapias e uma atuação multiprofissional, visando cuidar de maneira integral. Na conceituação e prescrição, a obra distingue as plantas que curam (tratam) e as plantas que apenas controlam as afecções, dando ênfase às espécies medicinais de uso tradicional.

Sem se aprofundar nos detalhes, a obra, também se preocupou em dar um breve relato das políticas públicas, questões normativas e a legislação vigente, destacando as Resoluções da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (RDC/ANVISA) e Resoluções do Conselho Federal de Medicina (CFM).

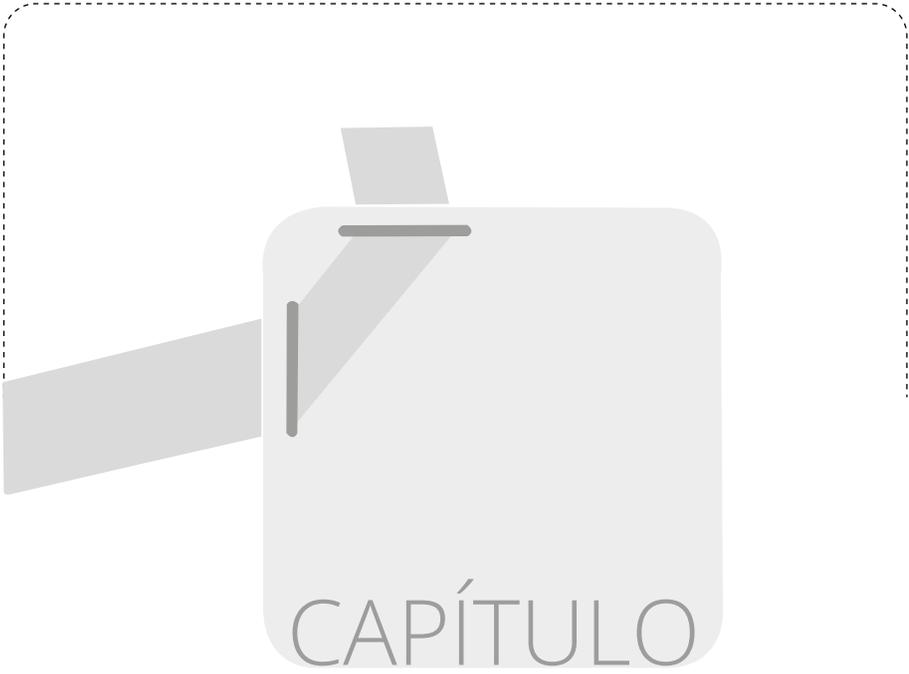
Dessa forma, o presente livro vem preencher essa lacuna, em relação ao conhecimento de princípios básicos da prescrição de plantas medicinais e produtos

fitoterápicos tradicionais, sem deixar de alertar e considerar o papel fundamental da qualificação dos profissionais da área e conscientização dos gestores e governantes na oportuna efetivação das políticas públicas, normatização e legislação na área de interesse.

Macapá/AP, agosto de 2024.  
Dr. Jarbas C. de Ataíde-CRM -AP 280  
Médico, Esp. em Plantas Medicinais  
Universidade Federal de Lavras (UFLA-MG).  
E-mail: [ataidejarbas@bol.com.br](mailto:ataidejarbas@bol.com.br)

# LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AINEs	Antiinflamatórios não esteróides
ANVISA	Agência Nacional de Vigilância Sanitária
AVE	Acidente Vascular Encefálico
CFM	Conselho Federal de Medicina
CRTN	Centro de Referência em Tratamento Natural
GABA	Gama-Aminobutírico
HAS	Hipertensão Arterial Sistêmica
HPB	Hipertrofia Prostática Benigna
IEPA	Instituto de Pesquisa Científica e Tecnológica do Estado do Amapá
IAM	Infarto Agudo do Miocárdio
MBE	Medicina Baseada em Evidências
MS	Ministério da Saúde
MTC	Ministério de Ciência e Tecnologia
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
OMS	Organização Mundial da Saúde
OPAS	Organização Pan-Americana de Saúde
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
PNPMF	Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
PNPMF	Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
PROFITAP	Programa de Fitoterapia do Amapá
RENAME	Relação Nacional de Medicamentos
RENISUS	Relação Nacional de Plantas de Interesse do SUS
RDC	Resolução de Diretoria Colegiada
SBEM	Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia
SESA/AP	Secretaria de Estado da Saúde do Amapá
SUS	Sistema Oficial de Saúde do Brasil
SNC	Sistema Nervoso Central
TPM	Tensão Pré-menstrual
UNIFAP	Universidade Federal do Amapá



# 1

# POLÍTICA PÚBLICA, NORMATIZAÇÃO E LEGISLAÇÃO

O Ministério da Saúde lançou em 2006 a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, incluindo a Fitoterapia, e a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF). Isso foi resultado de uma luta de diversos atores desde antes da criação do SUS.

Em função desta obra, além de focar a questão do uso tradicional das plantas medicinais e produtos fitoterápicos tradicionais, vamos rever algumas resoluções da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) que tratam do assunto.

A Anvisa publicou normas para regular o uso de plantas medicinais e fitoterápicos, como a Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) 17/2000, que incluiu a classe dos fitoterápicos tradicionais; a RDC 10/2010, que define normas de uso de drogas vegetais; a RDC 14/2010 com normas de comprovação de tradicionalidade. E a RDC 26/2014 revogou a RDC 14/2010.

Logo, a Anvisa (2010) destaca que a RDC 14/2010, publicada em 31 de março de 2010, estabelece os requisitos mínimos para o registro de medicamentos fitoterápicos. Ela definiu as categorias de medicamentos fitoterápicos e produtos fitoterápicos tradicionais. E estabelece normas para a composição, apresentação, contraindicações, restrições de uso e efeitos adversos. Define ainda, as formas de preparação, como infusão, decocção e maceração, e princípios para a concentração de cada princípio ativo.

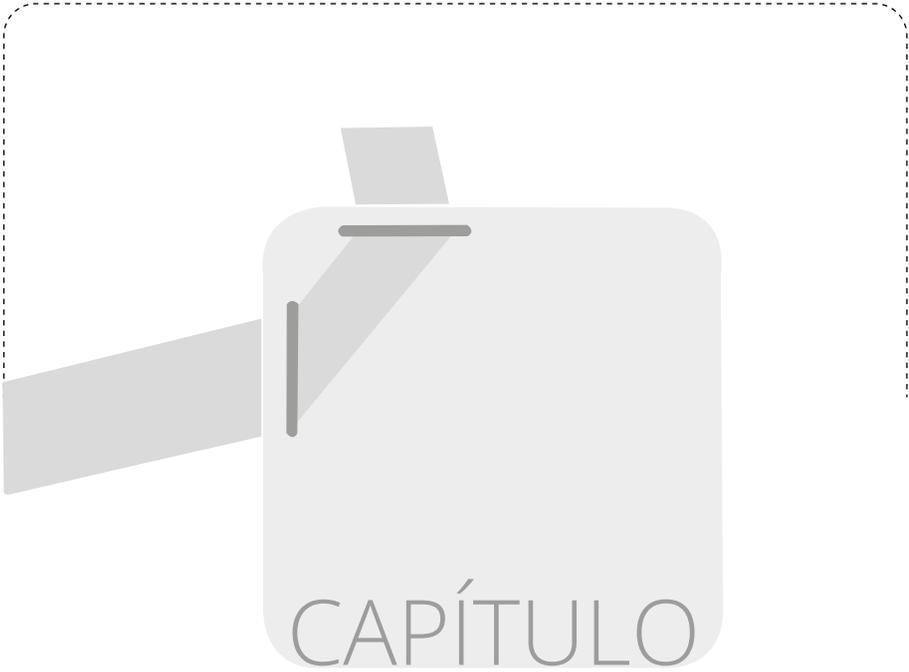
Por conseguinte, a RDC 26/2014 trouxe algumas inovações em relação à RDC 14/2010 no que diz respeito ao registro de medicamentos fitoterápicos e produtos fitoterápicos tradicionais no Brasil, na qual destacamos a seguinte:

Estabeleceu a obrigatoriedade de estudos de segurança e eficácia para medicamentos fitoterápicos, enquanto produtos fitoterápicos tradicionais podem comprovar segurança e eficácia por meio de dados de uso tradicional (Brasil, 2014).

Portanto, a RDC 26/2014 trouxe regulamentações mais detalhadas e específicas para o registro desses produtos, com foco no controle de qualidade e comprovação de segurança e eficácia, diferenciando os requisitos para medicamentos fitoterápicos e produtos fitoterápicos tradicionais.

Igualmente a prática da Fitoterapia foi normatizada pelo Ministério da Saúde (MS) em 1988 e é considerada método terapêutico aceito pelo Conselho Federal de Medicina (CFM) desde 1992. Não existe resolução proibindo ou limitando a prescrição de Fitoterapia por médicos graduados. Sendo assim, a Fitoterapia no SUS segue as deliberações da 10ª Conferência Nacional de Saúde de 1996 e integra a política das práticas integrativas (PNPIC), a política nacional (PNPMF) e o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos.

Várias obras têm abordado a utilização racional e segura de plantas medicinais baseadas em estudos científicos. Apesar da desconfiança inicial, a prática da Fitoterapia vem sendo, cada vez mais, confiável e recomendada pela OMS e pelo Sistema Oficial de Saúde do Brasil (SUS), exigindo diagnóstico seguro e prescrição médica fundamentada para garantir eficácia e segurança.



# 2

# MEDICINA NATURAL, FITOTERAPIA E PLANTAS MEDICINAIS

Os métodos de tratamento da Medicina Natural estão baseados no princípio fundamental de que as doenças embora se manifestem em determinadas partes, atingem o homem em sua integridade. Assim, o tratamento também deve abranger o homem em sua totalidade.

Entre as várias práticas da Medicina Natural, a Fitoterapia é uma das mais antigas, que utiliza as plantas na prevenção e cura de enfermidades. Todo o seu complexo conhecimento é resultado de um longo processo de observação, seleção e experimentação, que vem se desenvolvendo desde os tempos mais remotos, transmitidos oralmente de geração em geração, constituindo na Amazônia a chamada Medicina Popular.

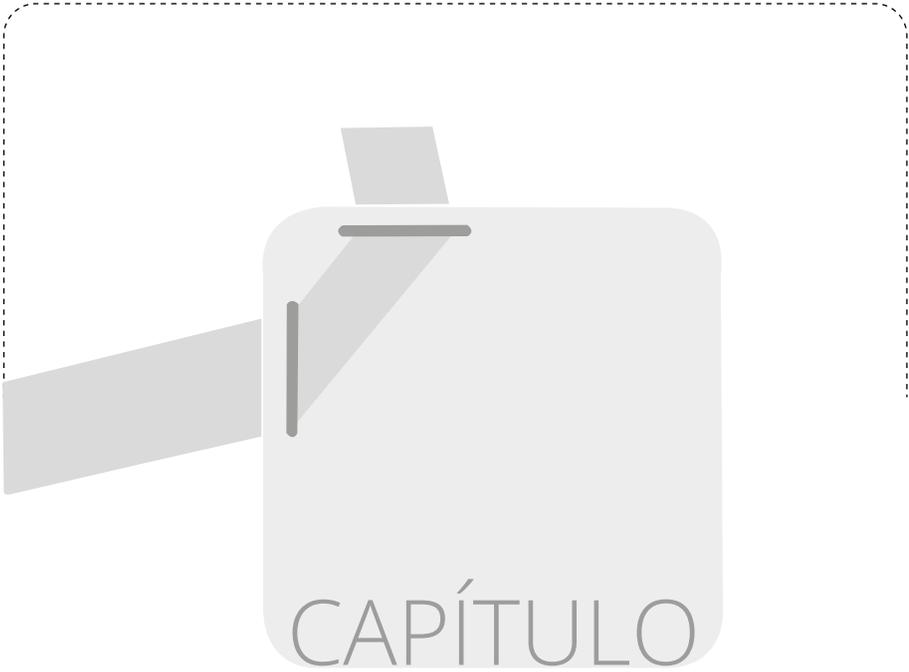
A Medicina Popular é uma prática tradicional de cura que oferece respostas concretas aos problemas de doenças e sofrimento, praticadas principalmente por profissionais populares de cura (benzedeiros, raizeiros, ervateiros, parteiras, curandeiros, feiticeiro, médiuns (Oliveira, 1985 *apud* Ataíde, 2006).

Conforme também destaca Maria Socorro Braga Silva (2022, p.10) sobre a Medicina Popular, que sua transmissão se dá

[...] entre gerações, ou nos sistemas oficiais de saúde, como prática de cunho científico, orientada pelos princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS) sendo esta prática um incentivo ao desenvolvimento comunitário, à solidariedade e à participação social.

E esses conhecimentos vêm sendo catalogados e sistematizados cientificamente, visando o emprego das plantas com critérios que levem a um resultado mais seguro e eficaz. Contudo, é necessário integrar esse saber a um conjunto de princípios que visem além da cura de doenças a reincorporação do homem à vida harmônica com a natureza. Tais princípios serão abordados em capítulo à parte.

Portanto, a adoção das plantas medicinais tradicionais e da Fitoterapia, como parte de uma abordagem mais ampliada e integrada do processo saúde-doença-natureza, tornam-se mais efetivas quando associadas a outras técnicas naturais, como a dietética (educação alimentar), acupuntura, homeopatia, massagem e ginástica.



3

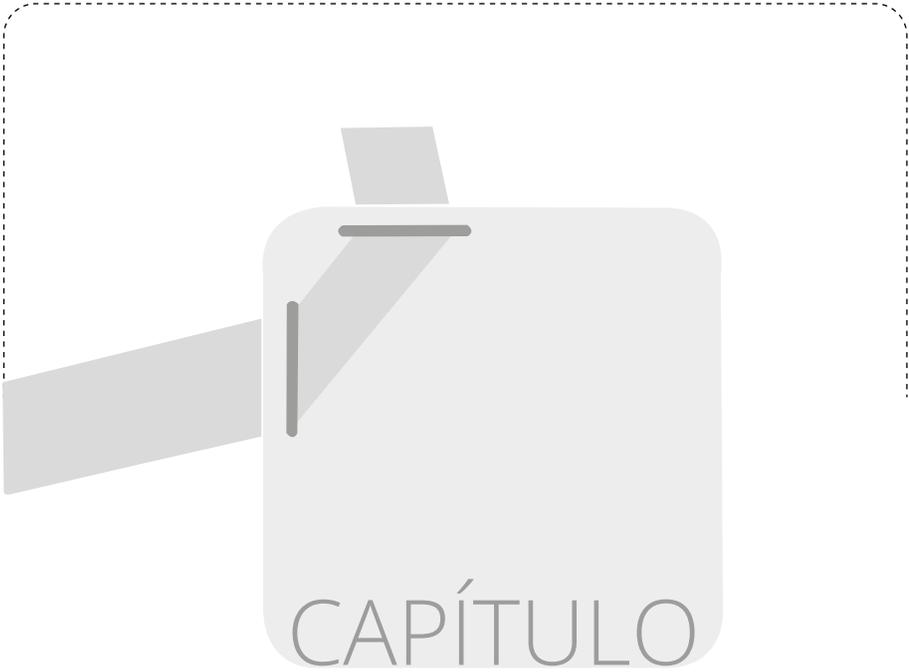
# PLANTAS MEDICINAIS E BIODIVERSIDADE NO AMAPÁ

O vasto reservatório de espécies vegetais, integrantes da imensa e frondosa floresta amazônica, constitui 98% do território amapaense, considerado o mais preservado a nível nacional, cujo ecossistema equatorial preserva a maior biodiversidade do planeta, contendo uma grande variedade de plantas medicinais, muitas ainda não estudadas, constituindo cerca de 60% da superfície do Brasil.

Segundo a Secretaria de Estado de Meio Ambiente do Amapá (2009), “a grande maioria das espécies de plantas e animais é endêmica à Amazônia, ou seja, não são encontradas em nenhuma outra parte do mundo”.

Em todas as estratificações da floresta: mata de terra firme (80%), mata de várzea (10%), cerrados e campos, existem uma grande “variedade biológica de organismos” da flora e da fauna, com destaque às plantas medicinais cultivadas, extrativas e oleaginosas, que fazem parte da biodiversidade amazônica (Junior&Olic, 2000 *apud* Ataíde, 2006).

As atividades mais importantes da vida econômica regional são o extrativismo vegetal, inclusive no Amapá, onde várias espécies vegetais de interesse econômico e terapêuticas, estudadas e aplicadas como matéria prima para elaboração de fitoterápicos pelo IEPA, estão distribuídas de forma heterogênea nas várias estratificações da floresta, devendo ser conservadas em função de seu potencial de uso em saúde pública.



4

# BREVE HISTÓRICO DA FITOTERAPIA NO AMAPÁ

No Amapá o emprego das plantas medicinais é secular, tendo representantes históricos ilustres que as adotaram como parte de sua prática terapêutica, de seu conhecimento específico ou motivo de estudos e observações científicas.

Como parte integrante desse patrimônio cultural, destacamos a figura do cientista e químico Waldemiro de Oliveira Gomes, que na década de 60 dirigiu o Museu Comercial do Amapá e fez a seleção de várias plantas tradicionais do Amapá. Pelo pioneirismo desse abnegado estudioso, em 1978, seu nome deu lugar ao Centro de Plantas Medicinais “Waldemiro Gomes”, incorporado ao IEPA, criado em 1991 (Ataíde, 2006).

No ano de 1997 foi instituído o Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá e criado o Centro de Plantas Medicinais e Produtos Naturais (CPMPN), com divisões e estrutura que atendessem a Fitoterapia e produtos naturais da região.

Personalidade bastante popular foi a figura do saudoso “Sacaca”, Raimundo dos Santos Souza (1926-1999), raizeiro que ganhava a vida tratando seus clientes com remédios caseiros e as “garrafadas”. Foi homenageado com o nome de “Museu Sacaca”, pertencente ao IEPA.



**Fonte:** Alcinéa Cavalcante. Para não esquecer Mãe Luzia - Alcinéa Cavalcante (alcinea.com), 2021.

Outra figura marcante foi “Mãe Luzia”, Francisca Luzia da Silva (1854-1954), a “Mãe Negra”, reconhecida no trabalho de realizar partos, benzeções e assistir às mães, gestantes, parturientes, nutrizes, puérperas e às crianças recém-nascidas. A Maternidade de Macapá “Mãe Luzia” leva seu nome em reconhecimento aos serviços prestados por essa parteira escrava.

Destaque deve ser dado ao Médico de origem japonesa Toifça Abe, um dos pioneiros da medicina e da Fitoterapia Clínica no Amapá, que na década de 80 prestou serviços no Centro de Plantas Medicinais “Waldemiro Gomes” e que tratava com recursos naturais e plantas medicinais.

Na taxonomia botânica e identificação de plantas, inclusive medicinais, destacam-se os trabalhos do Botânico Benedito Vitor Rabelo, que instituiu, em 1979, o Herbário Amapaense, cadastrado 1981, cujo acervo contém centenas de exemplares de plantas medicinais com a devida classificação taxonômica. Benedito foi gerente do Centro de Zoneamento Econômico e Ecológico do Amapá (ZEE/IEPA) e Diretor-Presidente do IEPA.

Em 1996 realizou-se o I Seminário de Plantas Medicinais do Amapá, que visava estimular a discussão e proposição da Fitoterapia na saúde pública. Dando sequência a esse processo, em 1999, aconteceu o II Seminário de Plantas Medicinais

em Saúde Pública no Amapá, que manteve o objetivo do encontro anterior de implantação da fitoterapia na política pública de saúde do Estado, com inclusão no programa de governo.

Houve, em 2000, o Projeto de Lei na Assembleia Legislativa do Amapá disciplinando a oferta da fitoterapia na saúde pública estadual, cujos desdobramentos não tiveram repercussão, inviabilizando o seu real objetivo (Ataíde, 2006).

Na época de 1997 a 2002 foi o período áureo da Fitoterapia no Amapá, com incentivo e melhorias estruturais no IEPA e destaque ao atendimento à comunidade, com assistência ao público em grupos de controle de uso de plantas. Os avanços constaram de produção, farmácia, laboratório de análises clínicas, assistência farmacêutica, cultivo de horta medicinal (Oliveira; Nishi, 2001 *apud* Ataíde, 2006).

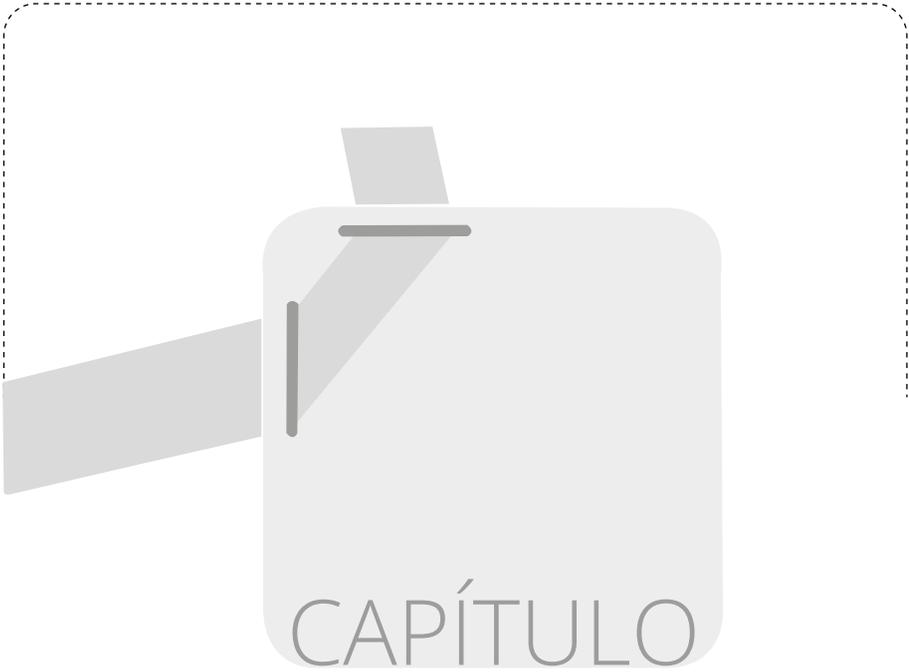
Antes das políticas públicas na área (PNPIC/ 2006), realizou-se em outubro de 2005 o III Seminário de Plantas Mediciniais em Saúde Pública do Estado do Amapá, com representantes do MS e Ministério de Ciência e Tecnologia-MCT. Destacou os avanços do Amapá na área, mas necessitando de critérios de registro e validação dos produtos fitoterápicos. No IV Seminário, em 2007, foi lançado, oficialmente, o Programa de Fitoterapia do Amapá, chamado de “PROFITAP”, porém não implantado por falta de apoio institucional e governamental, tendo declínio das atividades.

Foi nessa época de efervescência que o CPMPN/IEPA foi gerido pelo autor deste livro (1999 a 2000), que também escreveu o Projeto “Clínica de Fitoterapia”, que resultou na criação do Centro de Referência em Tratamento Natural - CRTN, (atual CERPIS), incorporado à Secretaria de Estado da Saúde do Amapá- SESA-AP. Esse projeto, pioneiro nas execuções das terapias naturais (inaugurado em 2004), antes da política das PNPIC, revelou o potencial do Amapá nessas práticas.

O mais recente trabalho na área, elaborado pela farmacêutica Juliane Cristina Esbizeiro dos Santos, é o Projeto de Implantação de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos no SUS-AP. Em função dele, foi assinado o Termo de Cooperação Técnica, entre a Sesa, IEPA e Unifap. Esse projeto recebeu a Comenda do Mérito Farmacêutico de 2018, do Conselho de Farmácia do Amapá, em reconhecimento pelos serviços prestados à Ciência e à profissão Farmacêutica.

Como podemos constatar, o Amapá possui história e homens ilustres que se destacaram na área das plantas medicinais, com ênfase aos trabalhos desenvolvidos no IEPA, desde a década de 90, levando o nome do Amapá aos quatro cantos do Brasil.

Faço esse breve histórico para mostrar o quanto o Amapá avançou, em pouco tempo, nesse aspecto. Mas também, para refletir e questionar o quanto a gestão pública deixou a desejar, contribuindo para que projetos não fossem executados e sem responder às demandas e anseios da sociedade, que valoriza e tem potencialidade na cultura tradicional das plantas medicinais.



5

# PRINCÍPIOS BÁSICOS DA MEDICINA NATURAL E DA FITOTERAPIA

Os princípios fundamentais da Medicina Naturalista, segundo Schulz; Hansel; Tyler (2002) incluem:

**PRINCÍPIO DA TOTALIDADE DO HOMEM:** A doença afeta a totalidade do corpo humano, envolve aspectos bio-psico-energético-sociais, e o tratamento deve abranger o homem integral.

**PRINCÍPIO DA TOTALIDADE DA PLANTA:** As plantas medicinais ou seus produtos (fitoterápicos) agem no organismo doente com mais eficácia e segurança quando seus princípios ativos e inertes estão integrados, formando o que chamamos fitocomplexo. Isso significa que a remoção de um princípio ativo da planta (fitofármaco) pode remover a substância do seu contexto, tornando o produto menos estável e, às vezes, tóxico.

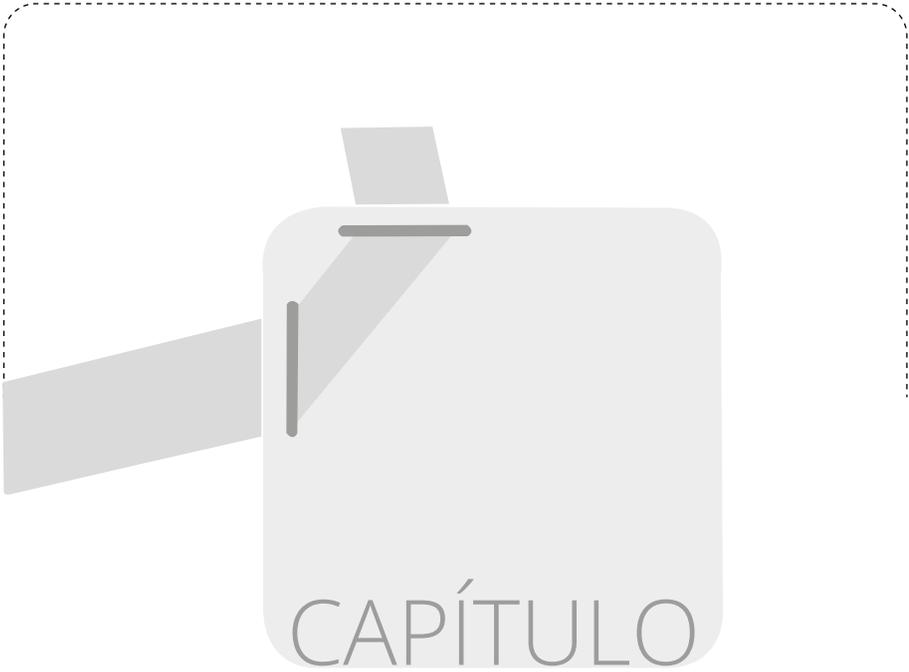
**PRINCÍPIO DA INTERAÇÃO E HARMONIZAÇÃO:** As plantas medicinais são melhores quando usadas em sua totalidade, pois contêm substâncias que se harmonizam reciprocamente, interagindo entre si em perfeito sinergismo. Essa harmonização e integração de seus constituintes são fundamentais para o sucesso e eficácia dos tratamentos.

**PRINCÍPIO DA PERSISTÊNCIA E CONTINUIDADE:** O tratamento com Fitoterapia requer persistência e continuidade a médio e longo prazo, além de mudanças de hábitos e estilo de vida.

**PRINCÍPIO DA TOXICIDADE:** A Fitoterapia não é imune a efeitos adversos e, se usada indiscriminadamente, as plantas podem causar efeitos negativos. É importante usar formas bem preparadas, com controle de qualidade e boas práticas de fabricação, para evitar a toxicidade, quando usadas de maneira indiscriminada.

Portanto, é crucial destacar que o uso da fitoterapia para fins medicinais exige conhecimento adequado e responsável. Recomenda-se procurar orientação de profissionais de saúde qualificados, como médicos ou fitoterapeutas, que podem analisar a condição de saúde individual, considerar possíveis interações medicamentosas e recomendar as plantas e formulações apropriadas.

Ademais, é essencial garantir a qualidade e a procedência das plantas utilizadas, optando por produtos registrados na ANVISA e adquiridos em estabelecimentos confiáveis, como farmácias e drogarias. Isso é fundamental para assegurar a segurança e a eficácia do tratamento.



# 6

# MANUSEIO DE PLANTAS MEDICINAIS EM FITOTERAPIA

Recomendações da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) salienta alguns cuidados com o uso de plantas medicinais como:

i) utilizar sempre plantas que você conhece bem; ii) nunca coletar plantas medicinais junto a locais que possam ter recebido agrotóxicos; iii) as plantas medicinais devem ser secadas à sombra, até se tornarem quebradiças antes de serem utilizadas; iv) não armazenar por longos períodos; v) evitar mistura de plantas medicinais; vi) não utilizar durante a gravidez, dessa forma espera-se que não ocorram imprevistos ocasionados com o uso inadequado de plantas medicinais (Brasil, 2010).

Dessa forma, é fundamental avaliar a eficácia, a melhor forma de uso, as reações adversas e as interações medicamentosas, assegurando assim, o uso seguro.

Logo, a utilização cuidadosa das plantas para fins terapêuticos e preventivos requer medidas e critérios de controle. Para obter resultado terapêutico, com segurança e eficácia, é necessário seguir certos critérios.

6.1 Identificação e Caracterização Botânica da Espécie Utilizada (ver capítulo 5)

É imprescindível a identificação taxonômica, nomenclatura e classificação exata e correta da espécie medicinal a ser empregada, evitando uso incorreto e dúvidas no momento da prescrição.

6.2 Escolha da Planta ou Parte da Planta (Droga Vegetal)

A espécie vegetal a ser eleita para preparo tem que ser de conhecimento do prescritor e ser manipulável tanto em laboratório ou, “no local de cultivo das plantas, desde que obedeçam às regras de higienização e os cuidados na manipulação” (Lameira; Pinto, 2008).

Para coletar as plantas medicinais é necessário primeiro saber a parte a ser utilizada (folhas, flores, frutos, raízes, entrecascas, sementes), cuja colheita deve ser feita de maneira cuidadosa, escolhendo as plantas mais sadias e vigorosas.

6.3 Formas Farmacêuticas de Utilização dos Remédios com Plantas Medicinais

Para obter o máximo de princípios ativos de uma planta medicinal é necessário o correto preparo da forma de utilização. As preparações populares “precisam ser utilizadas logo que preparadas” (Lameira; Pinto, 2008).

6.3.1 Chá: forma mais tradicional de utilização, usando a planta *in natura* ou droga vegetal, ou uma mistura delas (combinação). Na Fitoterapia Popular, “considerada segura em termos de extração de princípios ativos, sendo raro efeitos adversos ou colaterais” (Carvalho, 2005).

Nos chás as drogas se incorporam rasuradas (em pedaços de + 1 cm) ou inteiras e preparadas em vasilhas de porcelana, barro, esmalte ou aço inox. Temos três tipos de chá:

Infusão: sobre a droga (folhas, talos, sumidades, flores, brotos) se despeja água fervente, deixando em repouso por 5 a 10 minutos. Nas plantas aromáticas, ricas em óleos essenciais, utiliza-se a água antes do ponto de fervura (85 °), para evitar a evaporação dos óleos;

Decocção: coloca-se a droga/planta rasurada em água corrente e põe-se para ferver por um tempo determinado: folhas e partes tenras por 2-3 minutos; cascas, sementes e talos por 5-10 minutos;

Maceração: coloca-se a planta/droga vegetal rasurada de molho em água corrente (à temperatura ambiente) durante um determinado tempo: flores, folhas e partes tenras por 10 a 20 horas; sementes, raízes e cascas por 18 a 24 horas. A vasilha em lugar fresco, protegido dos raios solares, deve ser agitada várias vezes. Em seguida coar. Usada via oral ou em fricções.

6.3.2 Suco: retira-se das folhas e frutos frescos, triturados no liquidificador, junto com água, sendo de uso imediato, oral ou externo;

6.3.3 Sumo: obtém-se triturando a planta fresca num pilão, liquidificador ou centrífuga, acrescentando-se pouco água e usado imediatamente após ser coado.

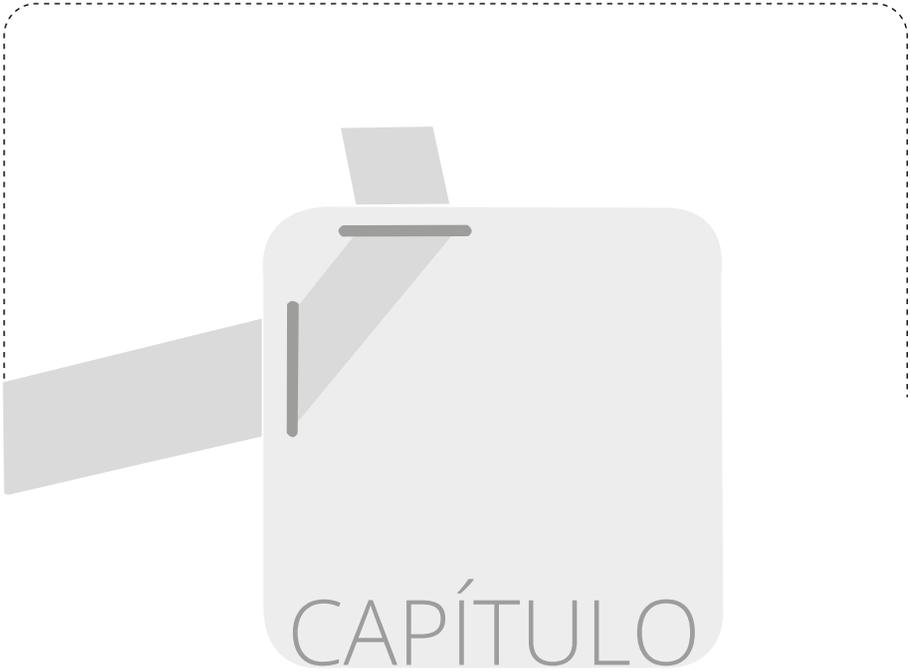
6.3.4 Compressa: para uso local, na qual os princípios ativos penetram na pele. Utiliza-se a infusão, decocção, tintura ou sumo da planta. Molha-se um pano e aplica-se sobre o local afetado. Usa-se plantas calmantes, emolientes e anti-inflamatórias.

6.3.5 Cataplasma: existem várias formas: amassando a planta fresca e aplicando no local afetado, envolvendo com pano ou gaze limpa; misturar o pó da planta desidratada em água e aplicar no local; misturar o chá da planta com farinha de mandioca, fubá ou argila e aplicar a pasta.

6.3.6 Inalação: é a aspiração do vapor contendo óleo essencial das plantas. A erva ou matéria prima (fresca ou seca) é colocada numa vasilha e sobre ela despeja-se água fervente. Para aspirar usa-se um funil de papel ou coloca-se uma toalha sobre os ombros, a cabeça e a vasilha. Aspirar lentamente o vapor por 15 minutos. Utilizam-se, comumente, as plantas aromáticas. A moderna Aromaterapia utiliza os óleos essenciais puros, isolados ou misturados (mix), aromaticamente (inalados) para obter os mesmos efeitos.

6.3.7 Xaropes: prepara-se uma calda, fervendo água (1 parte) com açúcar mascavo (1,5 a 2 partes) até ficar mais consistente. Quando estiver no ponto, baixa-se o fogo e acrescentam-se as plantas, mexendo por 3/5 minutos. Primeiro

coloca-se cascas, sementes e raízes. Depois folhas e flores, devendo cozinhar por 2/3 minutos. Retire do fogo e deixe repousar por 10 minutos, coando em seguida e guardando em vidro escuro. Pode adicionar 15 gotas de extrato de própolis ou 1 colher de sopa do suco de limão.



# 7

# CLASSIFICAÇÃO TAXONÔMICA DAS PLANTAS

As plantas medicinais mais usadas popularmente na Amazônia e no Brasil, estão incluídas nos grupos vegetais considerados superiores (Souza; Lorenzi, 2005). A taxonomia é a parte da Biologia, cujo estudo é de fundamental importância para conhecimento seguro das plantas a serem utilizadas.

## 7.1 NOMENCLATURA CIENTÍFICA

A necessidade de sistematização e universalização da denominação das plantas medicinais decorreu do uso vulgar de nomes em diferentes países e regiões distintas. Com a classificação botânica, evita-se duplicidade no nome, que passa a ser conhecido e escrito da mesma forma em todo o mundo.

Não se pretende com a denominação científica o abandono do nome popular ou vulgar da planta, nem tão pouco que a população leiga identifique o nome científico. No entanto, é imprescindível o domínio e o conhecimento dessa nomenclatura como condição básica para a identificação precisa.

Nesta obra, empregamos a classificação sistemática apresentada por Van Den Berg (2010), em seu trabalho *“Plantas Medicinais na Amazônia- Contribuição ao seu conhecimento sistemático”*, que elenca, em particular, as plantas tradicionais da região e as noções básicas para situar as espécies vegetais usadas como medicinais.

## 7.2 SINONÍMIA POPULAR

Chama-se sinonímia popular ao conjunto de nomes populares que uma planta possui nos vários lugares. É devido à variedade de nomes vulgares dados pela população que foi criada a nomenclatura científica.

O nome popular decorre de algumas características como a forma, cor, sabor e habitat natural. Com esses dados, coletados junto à população, busca-se o porquê do nome, sua descrição e suas possíveis propriedades, estudados pela Etnobotânica, que classifica as plantas dentro de seu contexto cultural e junto à população (Buchal, 1999).

## 7.3 NORMAS DE NOMENCLATURA CIENTÍFICA

A hierarquia das plantas medicinais obedece às seguintes categorias taxonômicas: filo, classe, ordem, família, gênero e espécie.

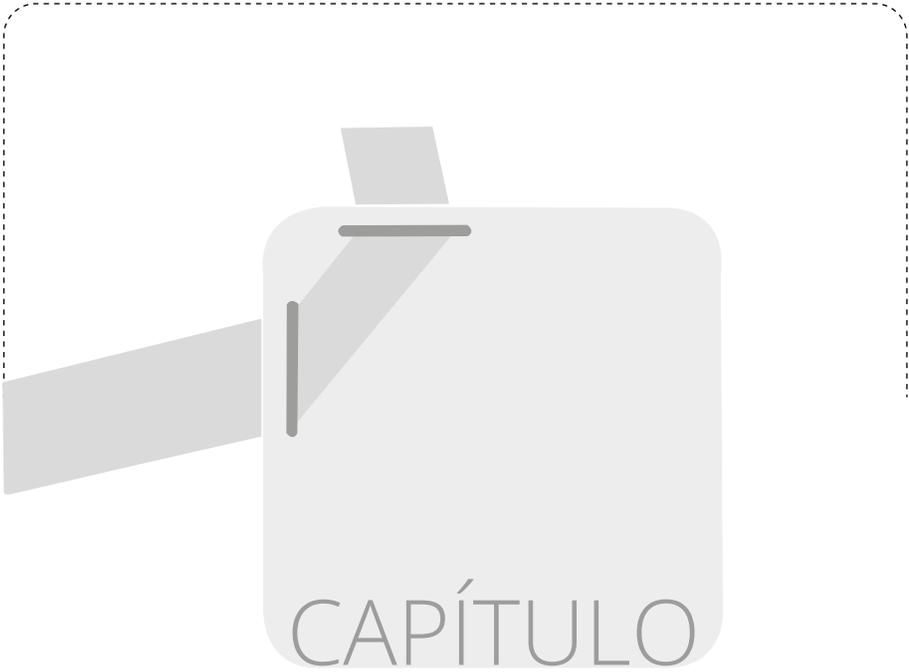
Para denominação científica, faz-se necessário um conjunto de regras, sendo elas:

É sempre constituído de dois nomes: o primeiro trata-se do gênero (substantivo) e o segundo à espécie (adjetivo). É um sistema binário instituído por Lineu; Ex. Babosa (nome popular) = *Aloe* (gênero) *vera* (espécie) L. (letra inicial da pessoa que deu o nome a planta, neste caso L= Lineu);

É sempre escrito em latim ou na forma latinizada;

O primeiro nome deve iniciar com a letra maiúscula e segundo em minúscula; este último só pode ser escrito com maiúscula quando indicar pessoa ou lugar;

Deve ser escrito em destaque: em itálico, negrito ou grifado.



8

# PRINCÍPIOS ATIVOS DAS PLANTAS MEDICINAIS

## 8.1 DEFINIÇÕES

Existem algumas definições importantes relacionadas a plantas medicinais e seus princípios ativos. Entre as principais, destacam-se:

8.1.1 Plantas Medicinais: plantas selecionadas e utilizadas popularmente como remédio no tratamento de doenças, com história de uso tradicional como agente terapêutico.

8.1.2 Matéria Prima Vegetal: planta fresca, droga vegetal ou seus derivados (extrato, tintura, óleo, cera, suco, etc.) empregados na fabricação de fitoterápicos.

8.1.3 Droga Vegetal: planta ou parte dela que, após coleta, estabilização e secagem, possui efeito terapêutico na forma íntegra, rasurada, triturada ou pulverizada.

8.1.4 Princípios Ativos Mediciniais: substâncias químicas ou grupo delas, sintetizadas no metabolismo secundário das plantas para sua defesa, cuja ação farmacológica é conhecida e responsável pelos efeitos terapêuticos.

8.1.5 Fitoterápicos: medicamentos preparados por processos tecnologicamente adequados, utilizando exclusivamente materiais primários vegetais íntegros ou derivados, com finalidade profilática, curativa ou para fins de diagnóstico.

8.1.6 Fitocomplexo: planta utilizada no seu todo, com toda a complexidade dos seus princípios ativos e inertes, que interagindo sinérgica e harmoniosamente, dá à droga ação terapêutica principal.

8.1.7 Fitofármaco: princípios ativos extraídos e/ou isolados de plantas ou sintetizados quimicamente fora do seu contexto, que podem provocar efeitos colaterais.

Defendemos a utilização do fitocomplexo, trazendo os benefícios paralelos do conjunto dos componentes agindo em sinergia, conforme defendido na obra de Jean-Luc Sallé.

## 8.2 PRINCÍPIOS ATIVOS

Os princípios ativos e substâncias do metabolismo secundário das plantas desenvolvem ação específica em sinergismo entre si, contribuindo para a ordenação e prevenção da saúde. Essas substâncias bioativas e/ou nutrientes são responsáveis, total ou parcialmente, pelos efeitos terapêuticos dos produtos fitoterápicos. Alguns exemplos incluem:

8.2.1 Alcalóides, com ação terapêutica no Sistema Nervoso Central, reduzindo a pressão arterial e proporcionando atividade antiespasmódica e analgésica.

8.2.2 Óleos essenciais, com propriedades estomacal, carminativa, antisséptica, analgésica, diurética, antiinflamatória e antirreumática.

8.2.3 Taninos, com ação adstringente e antidiarréica, antisséptica intestinal, vasoconstritora, hemostática e anti-inflamatória.

8.2.4 Saponinas, com ação hemolítica, expectorante, depurativa, diurética, antisséptica, antimicrobiana e anti-inflamatória.

8.2.5 Mucilagens, com ação anti-inflamatória e protetora da pele e mucosas, ajudando na cicatrização de lesões e feridas.

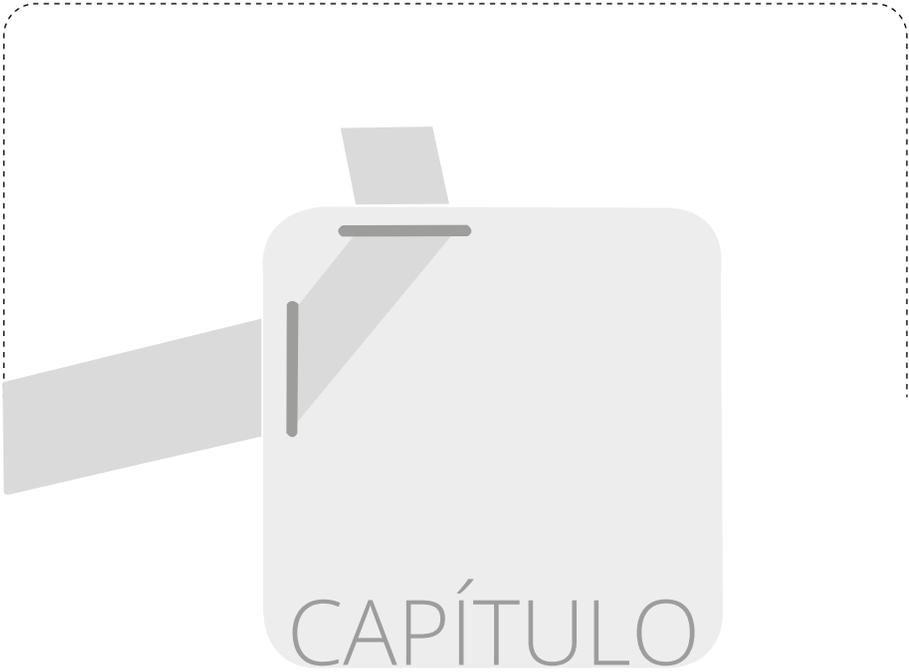
8.2.6 Glicosídeos ou Heterosídeos, com ação terapêutica variada, incluindo efeitos cardiotônicos, laxantes e colagogos.

8.2.7 Flavonóides ou Flavonosídeos, com propriedades antioxidantes, vasoprotetores, diuréticas, imunomoduladoras, antiespasmódicas, anti-inflamatórias e antialérgicas.

8.2.8 Plantas Inorgânicas ou Mineralizantes, contendo minerais e oligoelementos que agem como remineralizantes no corpo humano.

8.2.9 Plantas Vitamínicas, contendo vitaminas e minerais essenciais à sobrevivência e saúde do corpo humano.

Essas substâncias atuam em sinergismo para promover a saúde e prevenir doenças, tornando as plantas medicinais importantes ferramentas para a medicina alternativa e complementar.



9

# DIAGNÓSTICO E PRESCRIÇÃO EM FITOTERAPIA CLÍNICA

O diagnóstico e a prescrição em fitoterapia clínica envolvem uma abordagem integral que inclui aspectos botânicos, agrônômicos, fitoquímicos, farmacológicos e etnofarmacológicos, além da avaliação clínica e semiológica. Para um diagnóstico preciso, é necessário considerar fatores corporais, mentais e ambientais.

## 9.1 A ABORDAGEM CONVENCIONAL

9.1.1 ACOLHIMENTO: avaliação geral dos motivos e queixas clínicas, considerando fatores sociais, culturais, emocionais e energéticos do usuário.

9.1.2 ANAMNESE: coleta da história clínica, incluindo queixas atuais e anteriores, alterações funcionais e sociais, e antecedentes familiares.

9.1.3 EXAME FÍSICO: pode ser geral ou direcionado, observando sinais e alterações físicas em diferentes aparelhos e sistemas.

9.1.4 EXAMES COMPLEMENTARES: laboratoriais ou de imagem, que subsidiam a investigação clínica e correlacionam com a anamnese e o exame físico.

9.1.5 PROGNÓSTICO: é preciso ter bom senso e cautela ao avaliar o quadro clínico, evitando expectativas exageradamente otimistas ou pessimistas.

9.1.6 MÉTODO TERAPÊUTICO EM FITOTERAPIA: a prática terapêutica em Fitoterapia adota abordagem diferenciada, considerando diferentes paradigmas e a hibridação de conhecimentos entre culturas. Serão apresentadas diretrizes terapêuticas baseadas na proposta da tradicionalidade para afecções em diferentes aparelhos e sistemas orgânicos.

Serão apresentadas as seguintes indicações terapêuticas, baseadas na proposta da tradicionalidade, para as afecções conforme os aparelhos e sistemas orgânicos:

- a) Plantas Medicinais Tradicionais
- b) Fitoterápicos Tradicionais;
- c) Outros Métodos Terapêuticos Complementares. Em relação a este item c, será citado apenas superficialmente, a título de informação, as indicações de tratamento não convencional.

Dessa forma, a adoção da Fitoterapia, como método terapêutico, torna-se mais efetiva quando associada a outras técnicas naturais. Nos sistemas tradicionais de tratamento as doenças se manifestam através de situações antagônicas, como é mostrado na tabela 1.

**TABELA 1 - MEDIDAS TERAPÊUTICAS TRADICIONAIS CONFORME O DESEQUILÍBRIO ORGÂNICO**

DESEQUILÍBRIO	AÇÃO TERAPÊUTICA
Calor	Refrescar
Frio	Aquecer
Excesso de umidade	Eliminar umidade
Secura	Tonificar líquidos
Estagnação	Desestagnar ou circular
Excesso	Controlar excesso
Deficiência	Tonificar
Fleuma	Eliminar fleuma

Fonte: Saad, *et al.*, 2009.

Em função dos tratamentos com plantas medicinais e fitoterápicos estarem inseridos nesse contexto, denomina-se de “método terapêutico em fitoterapia”, pois, em certos casos, além das plantas deverão ser associados medidas terapêuticas não convencionais ou complementares.

Assim, estabelecido e definido o diagnóstico clínico, efetua-se a prescrição, que adotará, didaticamente, os seguintes passos:

9.1.7 Estabelecer a Estratégia de Tratamento: indicar a terapêutica da patologia básica, dos fatores predisponentes e doenças associadas (comorbidades), incluindo a planta/droga vegetal simples ou associação de plantas e medidas não convencionais.

9.1.8 Escolher Plantas Adequadas: faz-se a seleção de espécies, conforme a necessidade, associando ou não as variedades, visando o tratamento da patologia ou dos sintomas.

9.1.9 Definição de Plantas para a Fórmula Terapêutica: deve-se escolher aquelas “plantas com efeitos mais indicados para o caso, priorizando as espécies que vão atuar em vários sistemas, ou melhor, com multiplicidade de ações no organismo, no entanto, procurando reduzir o máximo, não ultrapassando cinco (5) plantas” (Carvalho, 2005).

9.1.10 Individualização da Fórmula: verificando a forma de apresentação, modo de uso, dosagem e horário das doses. Nas associações de plantas as doses diárias devem ser sempre menores que as preconizadas na literatura, em função do sinergismo (ação combinada).

9.1.11 Planta Harmonizadora: para melhor aceitação, ou seja, o sabor, bem como a digestão e diminuir efeitos tóxicos, acrescenta-se as chamadas plantas harmonizadoras, como exemplo: “o acréscimo das mentas usadas para retirar o sabor

amargo das plantas principais, assim, facilitar o processo digestivo” (Saad *et al.*, 2009).

Exemplo (fórmula): Indicação para Epigastralgia/pirose/plenitude gástrica.

Prescrição 1: Indicação em forma de chá em infusão de plantas: Carminativa /analgésica/ antiespasmódica:

<i>Cymbopogon citratus</i> (capim-marinho) .....	folhas.....	20 g
<i>Matricaria recutita</i> (camomila) .....	flores.....	05 g
<i>Mentha x piperita</i> (hortelanzinho) .....	folhas/talos.....	10 g
<i>Plectranthus barbatus</i> (anador) .....	folhas.....	05 g
Dose diária .....		40g

Modo de preparo: Colocar as plantas em 100 ml de água fervente por cinco minutos, em recipiente tampado. Em seguida coar em crivo de malha fina, esfriar e ingerir conforme prescrição médica.

- Interações e contraindicações: evitar utilizar o anador em gestantes, lactantes, crianças menores de 12 anos, hipertensão, hepatites e em uso de medicamentos para o SNC. Evitar usar junto com metronidazol e dissulfiram.

- Efeitos adversos: Doses acima da recomendada e utilizada por um período de tempo maior que o recomendado pode causar irritação gástrica.

Prescrição 2: Indicação em forma de sumo verde de plantas analgésicas, antiinflamatórias e antiácidas:

<i>Brassica oleracea</i> (couve) .....	folha.....	30 g
<i>Bryophyllum calycinum</i> (pirarucu) .....	folha....	40 g
<i>Mentha x piperita</i> (hortelanzinho) ...	folha.....	10 g
Dose diária.....		80g

Modo de preparo: Bater em liquidificador em 150 ml de água fria, em seguida coar em crivo de malha fina, e ingerir conforme prescrição médica.

- Interações e contraindicações: evitar hortelanzinho nas obstruções biliares, danos hepáticos severos e na lactação. Nas calculoses biliares (pedra na vesícula), consultar profissional. Cuidado na gravidez e lactação.

- Efeitos adversos: Aplicar com cuidado o óleo na face, pois provoca irritação ocular.

## 9.2 DOSAGEM DE PLANTAS MEDICINAIS

Para chegarmos ao emprego das plantas medicinais esta etapa deve ser antecedida pelo diagnóstico correto da patologia, pela escolha da espécie e da parte vegetal a ser utilizada, seguido pelo preparo criterioso e seguro e, no final, a dosagem a ser empregada.

Dependendo do caso, de uso de planta/droga vegetal, da forma terapêutica e da idade da pessoa, essa dosagem é variável, não havendo uma padronização exata, principalmente, nas fórmulas de uso tradicional. Em se tratando de medicamentos fitoterápicos, essa dosagem já deverá estar pré-estabelecida.

Como mostra Martins *et al.* (1994), no emprego das plantas medicinais de maneira tradicional, “adotamos algumas medidas ou comparações já consagradas pelo uso popular. Na forma mais comum, que são os chás (infusão, decocção e maceração), poderão ser seguidos os volumes, conforme a idade”.

**TABELA 2 - DOSAGEM DE CHÁS POR IDADE E NÚMERO DE TOMADAS/DIA**

<b>IDADE</b>	<b>DOSE</b>	<b>Nº x DIA</b>
6 meses até 1 ano	1 colher chá	03
1 a 2 anos	½ xícara chá	02
2 a 5 anos	½ xícara chá	03
5 a 10 anos	½ xícara chá	04
10 a 15 anos	1 xícara chá	03
Adultos		03 a 04

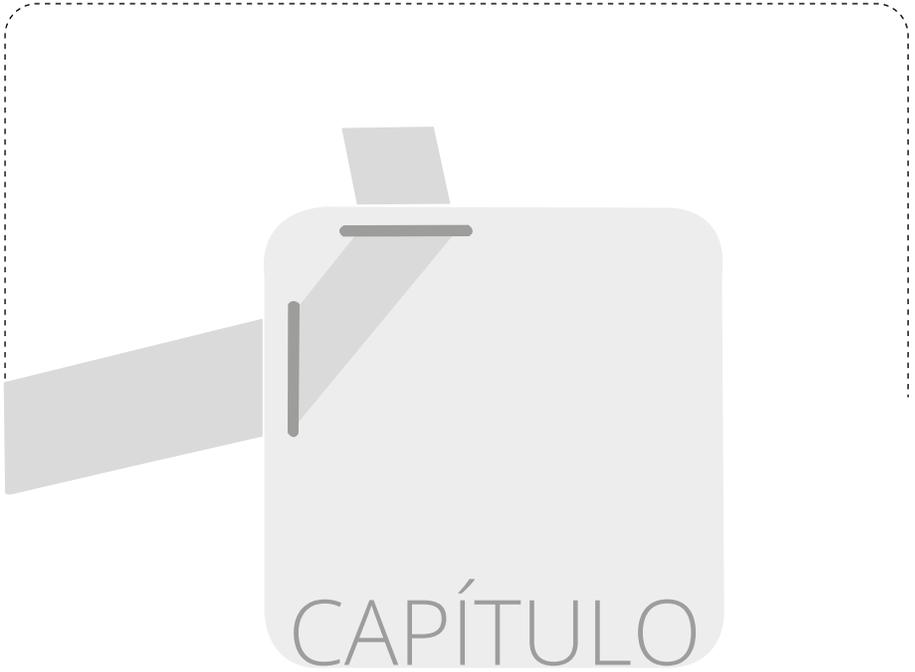
**Fonte:** Adaptado de Martins *et al.*, (1994).

Partindo da chamada “dose normal”, tanto de planta fresca (20 g) quanto de planta seca (10g), empregada e recomendada por Vieira (1991), podemos fazer a correspondência aproximada, entre as medidas usuais, o volume dessas medidas e a dosagem em gramas, o que está demonstrado na tabela 3.

**TABELA 3 - CORRESPONDÊNCIA DA MEDIDA USUAL E VOLUME COM DOSAGEM EM GRAMAS**

<b>Medida usual</b>	<b>Medida em Volume (ml)</b>	<b>Dose em g r a m a s (g)</b>	
		<b>Planta verde</b>	<b>Planta seca</b>
1 copo americano ½ copo americano 1 xícara de café 1 colher de sopa 1 colher sobre- -mesa 1 colher de chá 1 colher de café	150 ml 75 ml 50 ml 15 ml 10 ml 5,0 ml 2,0 ml	60 g	30 g
		30 g	15 g
		<b>20 g (*)</b>	<b>10 g (*)</b>
		06 g	03 g
		04 g	02 g
		02 g	1,0 g
		01 g	0,5 g

**Fonte:** Valores em gramas conforme RDC 10/2010. (\*) Dose normal= 20 g de matéria verde/10g de matéria seca (Vieira, 1991).



# 10

# **PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS AUXILIARES NO CONTROLE DE AFECÇÕES, ORDENADAS POR SISTEMAS**

Várias doenças consideradas crônicas podem ser controladas ou auxiliadas pelo uso de remédios fitoterápicos e/ou plantas medicinais. Ao adotar a combinação de plantas, na maioria das prescrições, visa-se alcançar a melhor eficácia e o sinergismo de ação dos constituintes.

Os medicamentos sintéticos, obtidos por isolamento de princípios ativos, mesmo que de origem vegetal, podem provocar alterações desagradáveis (efeitos colaterais). Daí, resulta uma das mais importantes vantagens do tratamento com as plantas medicinais e/ou fitoterápicos: evitar efeitos adversos.

A maioria das formas de uso e a posologia serão as indicadas em várias obras (Teske & Trentini, 1995; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Alonso, 2008) e (Lameira; Pinto, 2008), adotando as medidas tradicionais e a posologia, baseadas na RDC 10/2010.

## 10.1 AFECÇÕES REUMÁTICAS E OSTEOARTICULARES

Reumatismos; osteoartrite; artrose (osteoartrose); dores agudas pós-traumáticas; contraturas musculares; osteoporose; lombalgias; são doenças que têm indicações de Plantas medicinais e Fitoterápicas tradicionais.

A denominação genérica de reumatismo abrange várias patologias que se manifestam basicamente por dores articulares, rigidez articular, impotência funcional, edema inflamatório, contraturas musculares, contusões, tendinites e doenças crônicas articulares, algumas vezes, acompanhado de processo febril e envolvimento sistêmico.

10.1.1 Osteoartrites e artroses: as artrites são inflamações dos ossos e estruturas articulares, de caráter agudo e reversível. As artroses são enfermidades crônicas, degenerativas da cartilagem articular, causada por desalinhamento articular, postura inadequada, impacto excessivo ou prática de esporte, dificultando o deslizamento das superfícies ósseas, gerando processo inflamatório local. A progressão da artrose leva a formação de erosões irreversíveis nas articulações ou neoformação óssea (“esporões” ou “bico de papagaio”) de tratamento mais difícil e demorado.

Tratamento:

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Brosimum accutifolium* Huber (Mururé ou mercúrio vegetal) e *Ptychopetalum olacoides* Benth (Murapuama), em forma de pó para chá, cápsulas e tintura, com ação anti-inflamatória, tônica e relaxante neuromuscular. Uso tópico: massagem com as plantas em forma de unguento. Empregam-se compressas mornas analgésicas, relaxantes e antirreumáticas: gengibre (*Zingiber officinale* Roscoe); *Petiveria alliacea* L. (raiz de guiné ou mucuracá), *Persea americana* Mill. (Semente de abacate), *Eucalyptus citriodora* L. (folhas de eucalipto);

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Uncaria tomentosa* (Unha-de-gato), *Harpagophytum procumbens* (Garra-do-diabo), *Equisetum arvense* L. (Cavalinha), *Hydrocotyle asiatica* L. (Centella-asiática), *Cordia verbenacea* DC. (Erva-baleeira), *Rosmarinus officinalis* (Alecrim).

c) Outros Métodos Terapêuticos Complementares: Fisioterapia, nos casos mais avançados e na prevenção de deformidades; alongamentos orientados e outras técnicas manuais, para fortalecimento muscular, além de acompanhamento ortopédico convencional. Acupuntura: benéfica no alívio da dor; Massoterapia: visando aumentar a circulação e o relaxamento; Hidroterapia: tratamentos termais com águas sulfurosas, cálcicas; aplicação local de argila, também chamada de Geoterapia; Dietoterapia: dieta rica em vegetais crus, frutas e legumes e algumas restrições.

10.1.2 Osteoporose: doença degenerativa das estruturas ósseas, com descalcificação, enfraquecimento e porosidade da matriz óssea. Na mulher ocorre no período da menopausa, ocasionada pela redução progressiva dos hormônios (estrogênios). Quando muito avançada pode ocasionar fraturas espontâneas ou

decorrentes de quedas, comum nos idosos. A fitoterapia pode atuar, tanto no tratamento e controle, quanto na prevenção da doença.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Urtica dioica* L. (urtiga), com princípios antiinflamatório (inibe as enzimas COX e LOX), ativa a circulação (ação de procianidinas e flavonóides rutina, quercetina), fitoesteróis (B-sitosterol); remineralizante (Ca, K, Mg) e vitamínica (B, C, K), cuja ação combinada age no incremento da calcificação óssea. “Pode usar a compressa do chá das folhas em associação com guiné (*Petiveria. alliacea*), gengibre (*Zingiber officinale*) e alecrim (*Rosmarinus officinalis*)” (Saad *et al.*, 2009).

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Glycine Max* (L) Merr. (Soja), fornecendo isoflavonas (que são substâncias químicas naturalmente produzidas pelas plantas, também encontrada na soja); *Equisetum arvense* (Cavalinha), planta remineralizante (Ca e Mg), auxiliando na calcificação dos ossos;

c) Outros Métodos Terapêuticos Complementares: ácidos graxos poli-insaturados (Ômega 3/ ômega 6), como antiinflamatórios e fornecedores de vitamina D, que retém o Cálcio (Ca) nos ossos; recomenda-se banhos de sol diários, para ativação e retenção de Ca. Dieta de peixe (sardinha, tainha, pratinheira); Suplementos de Ca + vitamina D.

10.1.3 Dores crônicas, Contraturas e Pós-trauma: nessas situações, pelo trauma local fechado, ocorre inflamação (dor, calor, rubor, edema) e restrição ao movimento na região afetada. Necessita exame médico para descartar fraturas ósseas.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Carapa guianensis* Aubl (azeite da andiroba), “para aplicação e massagem local, com ação antiinflamatória e antiartrítica” (Carvalho, 2004); *Zingiber officinale* Roscoe (rizoma de gengibre) em compressa morna local com chá da raiz; *Cinnamomum zeylanicum* Nees (canela), na forma de chá em infusão/decoção da casca seca (2 a 4g/dia), tintura (5 a 10ml/dia), pó da casca (400 mg a 4g/dia); *Copaiba guianensis* Desf. (Óleo-resina de copaiba: extrato concentrado obtido a partir da destilação das folhas e ramos de determinadas plantas) usada como analgésico e antiinflamatório em fricções e aplicações locais.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Solidago microglossa* D.C (arnica-nacional), na forma de compressa local com infuso o; *Cordia verbenacea* D.C (Erva-baleeira), na forma de extrato seco (200 mg a 1.000mg/dia) e o óleo essencial, infusão das folhas (1 a 5 g/dia), tintura (5 a 25 ml/dia); com cataplasma (papa ou massa medicamentosa feita das folhas) (20 a 30g da folha); “*Salix Alba* L. (Salgueiro), *Curcuma longa* L. (rizoma da cúrcuma), na forma de tintura (50 a 70 gotas, em 1 xícara d’água 3x dia) via oral” (Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

c) Outros Métodos Terapêuticos Complementares: compressa de gelo local nas primeiras 24h, para reduzir o processo inflamatório e o extravasamento de líquido e sangue; Homeopatia (*Belladonna* C4; *Bryonia* C4; *Camomilla* C4); Acupuntura; Luz infravermelha; Suplementos de sais de Ca, associado com vitamina D e magnésio.

## 10.2 AFECÇÕES CARDIOCIRCULATÓRIAS

Entre os fatores de risco cardiovascular, temos: estresse, tabagismo, sedentarismo, hipercolesterolemia (condição em que o organismo apresenta níveis altos de colesterol ruim (LDL)), diabetes. Esses fatores, associados, afetam o aparelho cardiovascular (coração, artérias, veias e capilares). As drogas de síntese têm sua eficiência, mas isso não impede que façamos uso complementar dos benefícios da Fitoterapia, como na hipertensão leve a moderada (HAS), dislipidemias (doença que ocorre quando os níveis de gorduras no sangue se encontra alterados) e hipercolesterolemia.

10.2.1. Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS): consiste no aumento da pressão sanguínea no interior dos vasos (artérias e veias). As causas da hipertensão primária são de origem hereditária, tóxico-ambientais, alimentares e sedentarismo. As etiologias mais frequentes são: patologias renais, endócrinas, coarctação (estreitamento) da aorta, iatrogenia medicamentosa (danos ou complicações que podem ocorrer nas intervenções médicas ou de profissionais a um paciente), obesidade.

A elevação da pressão sistólica acima de 90 mmHg, em condições de repouso e em determinada faixa etária, já é considerada hipertensão. Antes o nível normal era 120 mmHg (sistólica) e 80 mmHg (diastólica). Quando associada aos fatores risco (↑ colesterol e triglicérides), pode desenvolver Anginas, Infarto e Acidente Vascular Encefálico (AVE).

Tratamento: tendo em vista os fatores causais associados, a abordagem fitoterápica deverá usar a combinação de agentes vegetais: anti-hipertensivos periféricos, diuréticos, hipolipemiantes (fármacos usados no controle dos níveis de colesterol), sedativos e redutores da viscosidade sanguínea.

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Cissus sicyoides* L. (Cipó-pucá), *Cissus verticillata* L. (cipó-puci, anil- trepador), usada popularmente para AVE, possuindo atividade hipotensora e hipoglicemiante, sendo inclusive chamada de insulina vegetal. Chá das folhas: decocção a 2%: 50 a 200ml/dia; extrato fluido (1 a 4 ml/dia), tintura (5 a 20 ml/dia).

Em associação com o *Allium sativum* L. (alho), foi empregado, na forma de cápsula (1 cáp. 3x dia) ou tintura (40 gotas //1 copo de água (150ml, 3x dia), “na experiência clínica do IEPA, atuando como anti-hipertensiva, redutor da viscosidade sanguínea e ação hipolipemiantes do alho” (Alonso, 2008).

Na hipertensão leve/moderada, usamos plantas tradicionais diuréticas únicas ou associadas.

Prescrição: indicação de chá composto em decocção das folhas e raiz secas de plantas diuréticas e tranquilizante:

<i>Passiflora edulis</i> Sims. (Maracujá) .....	folha.....	10g
<i>Cichorium endivia</i> L. (chicória).....	raiz.....	05g
<i>Cecropia palmata</i> Miq. (embaúba) .....	folha.....	<u>20g</u>
Dose diária: .....		35 g

Modo de uso: Ferver por 10 min em ½ litro de água; tomar 1 xícara 3x dia. Conservar em geladeira por 24h.

• Interações e Contraindicações: Usar embaúba com cautela ao associar com diuréticos, cardiotônicos, antiarrítmicos e anti-hipertensivos. Usar com cautela na gravidez e lactância. O cipó-pucá usar com cautela com hipoglicemiantes e insulina e não utilizar na gravidez e lactância.

Prescrição: indicação de chá composto em decocção das folhas e rizoma frescos de plantas diuréticas e sedativa sobre o Sistema Nervoso Central.

<i>Persea americana</i> L. (abacateiro) .... folhas amarelas (*).....	25g
<i>Alpinia nutans</i> L. (vindicá) .....	folhas/rizomas.....20g
<i>Cissus sicyoides</i> L. (cipó-pucá) .....	folhas..... 20g
Dose diária: .....	65g

Modo de uso: Ferver por 10 min. em 1 litro de água; tomar 1 xícara 4xdia. Conservar em geladeira por 24h.

• Advertências/Precauções: (\*As folhas verdes do abacateiro são tóxicas.  
• Interações e Contraindicações: o abacateiro é contraindicado para quem faz uso de anticoagulantes. Não usar na gravidez e lactância.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Crataegus oxyacantha* L. (crataego ou espinheiro alvar), com ação sedativa e vasodilatador coronariano (infusão de 1 a 2 colheres de sobremesa em água 150 ml) fervente; tomar 1x dia; *Equisetum arvense* L. (cavalinha), com ação diurética e remineralizante (infusão de 1 col. sopa em 150ml; tomar 1 xícara de chá 2 a 4x dia); *Salix alba* L. (salgueiro), atua como antiagregante plaquetário, pois contém ácido salicílico; “evitar uso concomitante com anticoagulantes, antiinflamatórios não esteróides (AINEs), corticoides” (Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

• Interações e Contraindicações: usar o crataegus com cautela com hipotensores e depressores do Sistema Nervoso Central.

• Efeitos Adversos: o crataegus pode causar distúrbios gástricos, palpitações, cefaléia e vertigem. Doses excessivas podem causar depressão respiratória e cardíaca.

c) Outros Tratamentos Complementares: regime dietético hipossódico, hipolipídico e hipocalórico, com acréscimo de óleos vegetais (linhaça, girassol, milho, soja); suplemento de óleo de peixe (ômega 3); “Ergoterapia: atividade física moderada; Psicoterapia: atitude emocional equilibrada; Yoga e técnicas de relaxamento” (Rudder, 1998).

### 10.3 AFECÇÕES RESPIRATÓRIAS E ALERGIAS RESPIRATÓRIAS

Asma brônquica, bronquite e rinites podem ser controladas com plantas medicinais, fitoterápicos, associado a outros métodos. Essas patologias foram

acompanhadas nos grupos de controle do IEPA, com destaque à asma brônquica. Devido ao componente hereditário e o caráter crônico das alergias respiratórias, foram incluídas as afecções controladas com plantas e fitoterápicos. As infecções respiratórias agudas foram relacionadas entre as tratáveis, que foram abordadas em tópico próprio.

10.3.1 Asma Brônquica: doença pulmonar de origem hereditária, alérgica e imunológica, desencadeada por estímulos externos físicos, químicos, infecciosos e até emocionais. Manifesta-se através de crises periódicas de tosse constante, “cansaço” (dispneia), respiração ruidosa e, às vezes, acompanhada de febre. O tratamento exige o uso de medicamentos expectorantes, broncodilatores, antissépticos, antiinflamatórios, antialérgicos e antibioticoterapia (infecção bacteriana associada). Seguimos as prescrições e recomendações feitas no IEPA, com acréscimos da biografia atual.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Eucalyptus citriodora* (Eucalipto Cheiroso), *E. globulus* Labill (Eucalipto), *Ocimum basilicum* L. (Alfavaca), *Ocimum minimum* L. (Manjeriço) *Ocimum gratissimum* L. (alfavacão), *Marrubium vulgare* L. (Hortelã-grande), *Alpinia nutans* L. (Vindicá ou Colônia), *Eupatorium triplinerve* Vahl. (Japana-roxa), plantas essas com ação aromática e antissépticas pulmonares, na forma de chá associado ou misturado ao mel de abelha, ou em forma de banhos e inalações. No grupo controle do IEPA essas plantas eram usadas associadas na forma de inalação do vapor, após infusão em água fervente.

Quando o quadro era acompanhado de sinais de infecção, fazia-se uso da *Copaifera sp.* (Óleo de Copaíba) + *Carapa guianensis* (Azeite de Andiroba) + *Allium sativum* L. (Extrato ou óleo de Alho) + *Eucalyptus citriodora* L. (Extrato fluido de Eucalipto) + Tintura de Própolis + Mel de Abelha, na forma de xarope composto, manipulado em farmácias de manipulação.

- Interações e Contraindicações: o eucalipto não deve ser utilizado por pessoas com afecções gastrointestinais (gastrite, úlcera péptica), disfunção hepática e biliar, gravidez, lactação e em menores de 2 anos. Evitar a uso com sedativos, anestésicos e analgésicos (potencializar suas ações); pode interferir com tratamentos hipoglicemiantes. A andiroba utiliza-se nas afecções de baixa gravidade e curto período. Evitar na gravidez e lactância.

- Efeitos adversos: Em casos raros, pode provocar náusea, vômito e diarreia. Evitar em crianças asmáticas, o óleo pode agravar o broncoespasmo (fechamento e estreitamento dos bronquíolos).

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Caesalpinia ferrea* Mart. (Jucá ou pau-ferro) + *Bixa orellana* L. (Urucum), plantas expectorantes na forma de xarope composto. Prescrição: crianças: 1 colher chá, 3x dia; adultos: 1 colher sopa, 3x dia; *Hymenaea courbaril* L. (Jutá ou Jatobá) + *Eucalyptus citriodora* L. (Eucalipto) + *Cordia multispicata* Cham (Carucaã), plantas aromáticas e antitussígenas (fármacos utilizados no tratamento de reflexos da tosse) na forma de xarope composto.

- Interações e Contraindicações: monitorar ao usar o jucá com anticoagulantes, anti-inflamatórios, corticoides, antidiabéticos, em afecções de baixa gravidade (até 30 dias) e evitar na gravidez e lactância;

- Efeitos Adversos: Preparações concentradas podem levar a constipação intestinal (taninos).

A planta *Hedera helix* (Hera) e a *Mikania glomerata* Spreng. (Guaco) agem na asma e rinites (broncodilatadora, descongestionante, expectorante e mucolítica). A hera faz parte de produtos comerciais já consagrados (*Abrilar*, *Hedera*, *Phitoss*, *Torante*, *Aglis*) no tratamento dessas afecções.

c) Outros Tratamentos Complementares: outras formas de apresentações de fitoterápicos. Não eram disponibilizados na farmácia do IEPA, porém eram prescritos como adjuvantes:

- Extratos fluidos, tinturas ou soluções de fitoterápicos antialérgicos e broncodilatadores: soluções compostas de plantas para inalação, contendo: *Eucalyptus citriodora* L. (Eucalipto), *Torresea cearensis* Allem. (Emburana), *Calendula officinalis* L. (Calêndula), *Matricaria chamomilla* L. (Camomila);

- Soluções fitoterápicas nasais aquosas a 2%: para instilação em gotas nasais, nas sinusites e rinites, contendo as plantas: *Calendula officinalis* L. (Calêndula) + *Matricaria chamomilla* L. (Camomila) + *Hydrastis canadensis* (Hidraсте). Atuam como anti-inflamatórias, cicatrizantes das mucosas, reduzindo a congestão e edemas locais.

- Cápsulas com extrato seco de produtos e plantas imunomoduladoras: Própolis, *Uncaria tomentosa* (Unha-de-gato), *Echinacea angustifolia* DC. (Equinácea), *Glycyrrhiza glabra* L. (alcaçuz), como antialérgicas e ativando as defesas orgânicas.

Em adultos 90% das afecções são de origem viral. A origem viral (autolimitada) acomete crianças pequenas (80%); as bacterianas são mais comuns a partir da segunda infância (20%), com boa resposta no uso de produtos naturais e plantas medicinais. “Vale ressaltar que os fitofármacos não possuem ação antiviral contra rinovírus” (Schilcher, 2005).

Entre as afecções tratáveis temos as gripes e resfriados, faringites, amigdalites, sinusites, bronquites agudas.

10.3.2 Gripes e Resfriados: Nos resfriados e “gripes leves” a fitoterapia pode ser uma estratégia complementar. Exige-se um diagnóstico diferencial para distinguir os casos mais sérios de infecções bacterianas e virais (Sind. Resp. Aguda Grave-SRAG, influenza, covid-19).

O quadro clínico é constituído de: mal-estar, mialgia (dor muscular) e artralguas (dor articular), coriza, congestão nasal, irritação e dor de garganta, tosse seca e, às vezes, hipertermia (febre). Nos casos indicados, a fitoterapia vai agir reduzindo os sintomas gerais: falta de apetite, mal-estar, dores musculares, cefaleias (dor de cabeça), inflamação e irritação das vias áreas superiores e a febre.

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Cymbopogon citratus* (Capim-marinho), *Lippia alba* L. (Erva-cidreira), *Mentha arvensis var. Piperavens* Holmes (Hortelã-menta),

*Eupatorium triplinerve* Vahl (Japana-roxa), *O. minimum* (Manjeriço), com ação analgésica, anti-inflamatória, antitérmica, mucolítica e antiviral dos óleos essenciais (carvona, mirreno, limoneno). “A Japana-roxa contém ácido salicílico, com ação analgésica e antipirética. O chá composto, em infusão, é indicado nas gripes, resfriados, amigdalites e rinites alérgicas” (Saad *et al.*, 2009).

Prescrição: *L. alba* (Erva-cidreira), folhas frescas: 2 col. Sobremsa + *M. arvensis* (Hortelã-menta), folhas frescas...10 folhas + *Eupatorium triplinerve* (Japana-roxa), folhas frescas 6 folhas + *Ocimum minimum* (Manjeriço), folhas frescas 10 folhas.

Modo de uso: as folhas em 2 copos de água (300ml) fervida, por 10 min. Esfriar. Coar. Tomar 1 xícara do chá, 3x dia, por 10 dias. Para crianças a quantidade é a metade: 1 xícara de café, 3x dia, por 8 dias. “O chá em infusão pode ser usado para banhos de cabeça (folhas frescas em dobro em 1 litro d’água) e para inalação, visando desobstruir as vias aéreas” (Iepa, 2005).

- Interações e Contraindicações: cautela ao associar capim-limão com antidepressivos e medicamentos sedativos (calmantes). Evitar o uso excessivo na gravidez e lactação. A Japana-roxa deve ser evitada com anticoagulantes. O óleo puro de hortelã-pimenta deve ser evitado nas crianças asmáticas e alérgicas, devendo sempre ser diluído em óleo carreador (óleo de coco); não passar no nariz. Cautela na gravidez e lactância.

- Efeitos adversos: doses concentradas de capim -limão podem levar a aborto e causar hipotensão (baixar a pressão) e desmaio. Na forma de chá em infusão, a filtragem é feita em filtro fino, para evitar irritação gástrica da mucosa pelos microfilamentos.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Allium sativum* L. (Alho), ação antisséptica respiratória. “O bulbo fresco (2 a 6 g) ou bulbo seco (2 a 4g) em infusão, junto com as plantas aromáticas” (Saad *et al.*, 2009). *Sambucus nigra* L. (Sabugueiro), com atividade sudorífera, broncodilatadora e expectorante, na forma de infusão das flores secas: 3g (1 colher sopa) em 150ml (1 xícara chá), 1 xícara 2 a 3x dia; *Citrus limon* (L.) *Osbeck* (Limão), com ação antiviral e expectorante, em infusão: 1/2 colheres de sobremsa da droga vegetal rasurada em 1 xícara de chá de água fervente. Coar. Esfriar. Tomar até 6 xícaras/dia. Adicionar mel ao preparado.

- Interações e contraindicações: uso criterioso de sabugueiro nos usuários de glicosídeos, diuréticos, cardiotônicos, anti-hipertensivos. Evitar o uso na gravidez e lactação.

- Efeitos adversos: O uso de sabugueiro em doses excessivas pode provocar hipocalcemia (diminuição de potássio no organismo), devido à ação diurética. Usar com cautela e nas dosagens indicadas, devido risco de intoxicação por cianeto.

c) Outros Tratamentos Complementares: repouso; ingestão líquido quente (chás dos fitoterápicos); compressas frias ou um banho rápido na febre alta; “banhos de cabeça com as plantas aromáticas; evitar ar seco, usando vaporizador ou bacia com as plantas aromáticas (item a) em infusão” (Schilcher, 2005).

10.3.3 Bronquites: é uma infecção das vias aéreas inferiores (traqueia-brônquios-bronquíolos), que se caracteriza por tosse produtiva. Entre as causas temos: fumo, poluição do ar, alergia respiratória, pacientes idosos, infecção primária ou secundária às viroses respiratórias.

O quadro clínico consiste de tosse persistente produtiva, expectoração espessa e mucosa, por vezes amarelada, dispneia (falta de ar), respiração sibilosa (chiado no peito), dor torácica anterior (retroesternal), acompanhada ou não de febre.

A Fitoterapia atua com plantas aromáticas, expectorantes e broncodilatadoras, antibióticas, antissépticas respiratórias e antitussígenas (fármacos para inibir a tosse), facilitando a fluidificação das secreções e melhorando a respiração.

Plantas Medicinais Tradicionais:

- *Allium sativum* L. (Alho), com ação antisséptica pulmonar e antibiótica, nas mesmas dosagens das gripes; *Bixa orellana* L. (Urucum), com finalidade expectorante e fortificante pulmonar (ação do betacaroteno), na forma de lambedor (xarope caseiro feito com plantas medicinais) ou sumo de semente de 3 frutos, passado em crivo fino com 1 copo d'água (150ml), tomar 1/3 do copo (50ml), 3x dia, podendo adicionar 1 col. chá de mel, por 15 dias;

- *Caesalpinia ferrea* Mart. (Jucá), lambedor ou chá em decocção, podendo associar com urucum, usando cascas de 5 favas (sem as sementes), em 1 copo d'água, tomar 1 col. sopa 4x dia (adulto) ou 1 col. chá, 3x dia (criança), durante 8 dias;

- *Chenopodium ambrosioides* L. (Mastruz), lambedor ou sumo de 10 folhas (adulto) e 5 folhas (crianças) em 1/2 copo d'água (75ml), tomar 1 col. sopa, 4x dia (adulto) ou 1 col. chá, 3x dia (criança);

- *Gosypium barbadense* L. (Algodão), lambedor ou sumo de 5 folhas em 2 copo d'água, tomar 1 xícara chá, 3x dia (adulto) ou 1 col. chá, 3x dia (criança), durante 10 dias;

- *Bryophyllum calycinum* Salisb (Pirarucu ou folha-da-fortuna), com atuação anti-inflamatória e estimulante da imunidade, na forma de suco com 3 folhas frescas batidas no liquidificador com 1 copo d'água, tomado 2 a 3x dia. Para crianças: 2 folhas em 1/2 copo d'água, 3x dia.

- Interações e Contraindicações: a mastruz (erva-de-santa-maria) deve ser evitada no caso de cardiopatias, nefropatias e hepatopatias; não usar na gravidez e lactação. Deve ser usado em pequenas doses, por via oral, devido ser tóxico. Preferência pelo uso externo.

- Efeitos Adversos: a raiz e semente verde do algodão provoca dermatite de contato.

b) Fitoterápicos Tradicionais: Xaropes compostos com plantas expectorantes: (Jucá + Urucum), nas mesmas formas e dosagens do tratamento da asma (item 10.3.1, b); xaropes de plantas: *Cordia multispicata* Cham. (Carucaã) + *Eucalyptus globulus* (Eucalipto) + *Hymenaea courbaril* (Jatobá ou Jutáí), na mesma dosagem da asma; xarope composto óleos/resinas de plantas antibióticas, como alho, andiroba,

copaíba, eucalipto, mel de abelha e tintura de própolis, nos casos de bronquites. “Dosagem: 1 col. de sopa (adulto), 3x dia, durante 10 dias; 1 colher de chá ou sobremesa (criança), conforme a idade” (Iepa, 2005).

- Advertências e Contraindicações: eucalipto não deve ser utilizado por pessoas com afecções gastrointestinais (gastrite, úlcera péptica), disfunção hepática e biliar, gravidez, lactação e em menores de 2 anos. Evitar associar com sedativos, anestésicos e analgésicos, pois pode potencializar suas ações; pode interferir com tratamentos hipoglicemiantes.

- Efeitos adversos: o eucalipto, em casos raros, pode provocar náusea, vômito e diarreia. Em asmáticos pode ter efeito paradoxal e agravar o broncoespasmo (fechamento e estreitamento dos bronquíolos). O jatobá em grandes concentrações pode provocar prisão de ventre e irritação gástrica.

c) Outros tratamentos: Em nossa experiência, além do uso do própolis (cápsulas para os adultos e o xarope para as crianças), foi utilizado *Echinacea purpurea* Moench L. (Equinácea) para estimular as defesas orgânicas (imunomodulador), no início do processo gripal ou como profilático dos quadros virais, recomendada pela Comissão. E, com as seguintes indicações: “adjuvante no tratamento de infecções recidivantes das vias respiratórias (...)” (Schilcher, 2005).

d) Outros Tratamentos Complementares: Homeopatia: *Bryonia* C4; *Ferrum phosphoricum* C4; Hidroterapia: Fazer escalda pés com água morna; Dietoterapia: suco de cenoura e sumo de laranja, pela manhã, em jejum; suco de limão ou laranja, adoçado com mel; no ambiente de dormir usar vaporizador ou colocar ervas aromáticas-balsâmicas numa bacia com água quente.

10.3.4 Sinusite: é a inflamação/infecção dos seios da face (frontal, maxilares, esfenoidal, etmoidal), com acúmulo de secreções nesses espaços vazios do esqueleto facial, propensa a recidivas permanentes ou sazonais. Temos as agudas e crônicas.

Sinusite Aguda: secundária a infecções do trato respiratório superior, caracterizada por cefaleia frontal (periocular, lateralmente ao nariz ou dor nos dentes superiores), congestão e secreção nasal, discreta hipertermia (febre), espirros matinais constantes.

Sinusite Crônica: devido obstrução nasal por desvio de septo nasal, pólipos intranasais (Pequenos crescimentos de tecido inflamatório na parede de revestimento do nariz) e hipertrofia dos cornetos nasais. Manifesta-se com congestão nasal persistente, secreção nasal purulenta, cefaléia, tosse, irritação da orofaringe e, às vezes, mal hálito.

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: Mesmas plantas com ação aromática e antissépticas pulmonares, na forma de chá associado puro ou misturado ao mel de abelha, nas mesmas dosagens usadas no tratamento da asma (item 10.3.1 a); “*Eupatorium triplinerve* Vahl. (Japana), com 10 folhas frescas para infusão; *Mentha arvensis* (Hortelã-menta), com 10 folhas frescas para infusão; *Origanum majorana* L. (Manjerona), com 4 galhos em 1 litro d’água fervente, para inalação do vapor”

(Iepa, 2005).

Nas sinusites, além das gotas nasais, recomenda-se o unguento (pomada) medicinal, feito com a *Origanum majorana* L. (manjerona): sumo de 2 galhos + 2 colheres de sopa de chá em infusão de eucalipto (*Eucalyptus globulus*) + *Luffa operculata* (L.) Cong. (Cabacinha), 1 colher do chá infusão feito com a metade de ¼ do fruto seco. Mistura-se os ingredientes com sebo de Holanda (composto por óleos vegetais, copaíba e andirobã) (1 tablete) ou banha de cacau (2 tabletes). Massageia-se a fronte, região nasal e maxilares.

- Efeitos Adversos: Deve-se ter cuidado na preparação da infusão da cabacinha, usando apenas a quantidade indicada, pois em dose elevada é irritante para as mucosas e o uso interno é contraindicado” (Vieira,1991; Pinto; Santiago; Lameira, 2000).

b) Fitoterápicos Tradicionais: Nos casos acompanhados de febre prescreve-se, além do chá das plantas aromáticas e antissépticas, o xarope composto de óleos resinas de plantas antibióticas, antissépticas e balsâmicas, nas mesmas dosagens do tratamento da bronquite (item 10.3.3). Para aumentar a resistência prescreve-se plantas imunomoduladoras: *Uncaria tomentosa* (Unha-de-gato), *Echinacea angustifolia* DC. (Equinácea), *Glycyrrhiza glabra* L. (alcaçuz), atuando como adaptogênicas (plantas cujas propriedades ajudam a aumentar a resistência do organismo) e imunomoduladora.

- Interações e Contraindicações: Deve ter cuidado e cautela no uso da equinácea, unha-de-gato e alcaçuz nas doenças autoimunes e ao associar com anti-inflamatórios não esteroidais, corticóides e anticoagulantes, cardiotônicos. Usar por curto período. Evitar na gravidez e lactação.

- Efeitos Adversos: o alcaçuz pode provocar crise hipertensiva.

c) Outros Tratamentos Complementares: Para auxiliar na remoção das secreções da cavidade nasal usam-se preparados fitoterápicos manipulados, conforme a idade do paciente:

Extratos fluidos, tinturas ou soluções de fitoterápicos antialérgicos e broncodilatadores: soluções compostas de plantas para inalação, contendo: *Eucalyptus citriodora* L. (Eucalipto), *Torresea cearensis* Allem (Emburana), *Calendula officinalis* L. (Calêndula), *Matricaria chamomilla* L. (Camomila);

d) Soluções fitoterápicas compostas nasais aquosas a 2%: para aplicação nasal nas sinusites acompanhadas de rinites, contendo as plantas: *Calendula officinalis* L. (Calêndula) + *Matricaria chamomilla* L. (Camomila) + *Hydrastis canadensis* (Hidraste). Atuam como anti-inflamatórias nasofaríngeas, cicatrizantes e antialérgicas, reduzindo a congestão e edemas locais. As fórmulas são individualizadas, conforme a idade.

Prescrição: *Calendula officinalis* L. (Calêndula), ext. fluido.... 10% + *Matricaria chamomilla* L. (Camomila), ext. fluido.... 5% + *Hydrastis canadensis* L. (Hidraste), ext. fluido....10 % q.s.p.....30 ml.

- Interações e Contraindicações: o hidraste não usar associado com

anticoagulantes, anti-hipertensivos, digoxina e psicotrópicos. Evitar na gravidez e lactação.

10.3.5 Amigdalites e Faringites: são infecções das tonsilas (glândulas amígdalas) localizadas na garganta (orofaringe), na base da língua e nas paredes da faringe, causadas por microrganismos patogênicos (vírus e bactérias).

Amigdalite: ocorre dor de garganta; disfagia (dor à deglutição); hipertrofia amigdaliana (aumento do tamanho das glândulas), com presença de exsudato mucopurulento (tem coloração amarelada, esverdeada, indicando presença de infecção) ou placas esbranquiçadas; dor de cabeça (cefaleia); febre elevada; linfadenite (infecção que atinge os linfonodos) cervical e submandibular; artralgia (dor nas articulações); mialgia (dor muscular). Quando ocorrem vômitos, dor abdominal intensa (adenite mesentérica) e queda do estado geral, exige-se a intervenção médico-hospitalar de emergência.

Faringite: inflamação/infecção aguda ou crônica da mucosa da orofaringe. Cursa com os seguintes sintomas: hiperemia (vermelhidão) e edema da orofaringe; irritação e dor à deglutição; formação de feridas bucais (aftas); sensação de secura na garganta; tosse não produtiva (seca).

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng (Hortelã-grande), na forma de lambedor ou sumo com 10 folhas frescas em ½ copo d'água, tomar 1 col. sopa, 3x dia (adulto); sumo de 5 folhas, tomar 1 col. chá (criança) por 7 dias; *Majorana hortensis* Miller (Manjerona), chá em infusão ou lambedor com 2 galho fresco de folhas para 2 copo d'água (150ml), tomar 1 xíc. Chá, 3x dia, por 10 dias; a metade do ingrediente para criança (1 galho p/ 1 copo d'água), tomar 1 col. chá, 3x dia.

- Interações e Contraindicações: a manjerona deve ser usada com cautela na gravidez e lactância.

b) Fitoterápicos Tradicionais: as mesmas no tratamento de faringite e sinusite, com plantas anti-inflamatórias e antibióticas como *Bowdichia virgilioides* Kunth (Sucupira-preta), na forma de tintura (álcool de maça à 75%): 30 a 50 gotas, em 1 xícara de água, 4x dia, antes das refeições (adulto); 15 a 20 gotas nas crianças; *Zingiber officinale* Roscoe (Gengibre), na forma de macerado em álcool de maça à 75%; *Acmella oleracea* (Jambu ou agrião-do-pará), como cicatrizante, analgésico e anestésico nas faringites e aftas bucais, na forma de tintura: diluir 5 gotas em 1 xícara água fria, colocar na boca 1 col. chá e fazer o bochecho de 6/6 horas; chá em infusão com o *Caryophyllus aromaticus* L. (cravo-da-índia), com 7 cravinhos (botão floral) em 1 xíc. D'água fervente, deixar esfriar; *Matricaria chamomilla* L. (Camomila), 1 colher sopa das flores, juntamente na infusão com o cravo-da-índia, fazendo o bochecho várias vezes ao dia. “Nas crianças aplica-se a infusão com seringa, diretamente na boca” (Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

- Interações e Contraindicações: Utilizar a sucupira-preta em afecções de baixa gravidade, por curto período, evitando na gravidez e lactância. Ao usar a

semente, retirar a amêndoa interna. O óleo concentrado do cravo-da-índia não é indicado nas gastrites, úlceras e síndrome do cólon irritável. Evitar na gravidez e lactância.

- Efeitos Adversos: o óleo essencial do cravo-da-índia, se usado puro, é irritante das mucosas, apesar do efeito anestésico oral. É neurotóxico em altas doses. Não usar em lesões abertas.

## 10.4 AFECÇÕES METABÓLICAS

10.4.1. Dislipidemias ou Hiperlipidemias: acúmulo de gorduras fabricadas no corpo ou ingeridas nas dietas ricas em alimentos de origem animal. Entre essas temos o colesterol e os triglicerídeos, que ao acumular nos vasos provocando seu entupimento (aterosclerose), podendo levar a insuficiência vascular periférica (IAM e AVE) agravante da hipertensão arterial.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Vernonia condensata* Baker. (Boldo-africano), como estomático, colagogo (Agentes gastrointestinais que estimulam o fluxo da bile para o duodeno), colerético (estimula o fígado a secretar mais bile); infusão das folhas (2g) em 200ml de água; tintura: 1 colher de chá em ¼ de copo d'água; "*Croton cajucara* Benth. (sacaca), com ação hepato-estimulante na diabetes e dislipidemias (condição em que ocorrem níveis anômalos de lípidos no sangue)" (Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

"A associação do boldo-africano com a sacaca na forma de cápsulas do pó (1 caps 3x dia) e a tintura associada (40 gotas em ½ copo de água, 3x dia) foi manipulada e empregada no IEPA" (Ataide, 2006). Enquanto, a "*Allium sativum* L. (Alho), que reduz o LDL, eleva o HDL e inibição da agregação plaquetária" (Alonso, 2008). Era manipulado e prescrito no IEPA.

- Interações e Contraindicações: evitar o boldo-africano com diuréticos, cardiopônicos e anti-hipertensivos. Usar em afecções de baixa gravidade, em curto período e evitar na gravidez e lactância. A sacaca (folhas secas) devem ser usadas em afecções de baixa gravidade, em curtos períodos. Evitar nas hepatopatias, gravidez e lactância.

- Efeitos Adversos: A sacaca em uso excessivo (longo período) pode causar hepatite grave.

b) Fitoterápicos Tradicionais: estímulo das funções digestivas, hepáticas e no metabolismo das gorduras. *Solanum paniculatum*; *Solanum melongena* L. (Berinjela), digestiva, hipocolesterolemiantes, auxiliar na diabetes; pó em cápsulas (4 cap. 500mg, 3x dia; maceração do legume fatiado em água natural, tomar ao longo do dia); *Cynara scolymus* L. (Alcachofra), colagoga, colerética, auxiliar nas hipercolesterolemias; tintura: 2,5 a 5,0 ml em 75 ml de água, 1 a 3x dia; *Baccharis genistelloides* Persoon (Carqueja), como digestiva, laxante, afecções hepáticas, infusão: 2,5 g (2,5 colher/chá) em 150ml de água; *Taraxacum officinale* Weber (Dente-de-Leão),

estimulante hepática, depurativo; decocção: 3 - 4g (3 a 4 colher/chá) em 150ml de água, 1 xícara, chá 3x dia.

- Interações e Contraindicações: a alcachofra deve ter cautela nas pessoas com calculose e obstrução das vias biliares; em uso de hipoglicemiantes, insulina, cardiotônicos, anti-hipertensivos e diuréticos. Evitar uso excessivo em gestantes e lactantes. O chá de carqueja deve ser evitado na gravidez, devido efeito abortivo confirmado; mesmas contra-indicações da alcachofra.

- Efeitos Adversos: a alcachofra reduz a secreção láctea, podendo causar mastite nas lactantes.

c) Outros Tratamentos Complementares: dieta com diminuição de gorduras saturadas; tomar azeite de oliva (*Olea europaea*), rico em ácidos graxos: linoleico e linolênico; fibras vegetais e cereais; suplementos de ômega 3 e lecitina de soja (*Glycine Max* (L) Merr.) Exercício e Psicoterapia.

10.4.2. Gota ou Hiperuricemia: deposição de cristais de ácido úrico nas articulações, principalmente nas extremidades, gerando intensa dor local e edema nos tecidos locais. A redução da deposição exige uma correta orientação dietética, eliminando alimentos ricos em purinas (carnes vermelhas, vísceras), peixes enlatados, embutidos (salames, salsichas, mortadelas).

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Urtica dioica* L., *Urtica urens* (urtiga), raízes e partes áreas possuem ação diurética, anti-inflamatória e depurativa. Usa-se a infusão (1,5 g/150ml de água), pó da droga vegetal (8 a 12g/dia), tintura (1:5, etanol a 25%: 7 a 14 ml/dia), extrato seco (5:1: 600 a 1.200mg/dia);

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Smilax officinalis* Griseb. (Salsaparrilha), com ação anti-reumática, depurativa, diurética (tintura: 40 a 60 ml, em 1 xícara de água, 4x dia); *Echinodorus macrophyllus* Mich. (Chapéu-de-couro), com ação analgésica e diurética (chá em infusão: 1 colher de sobremesa de folhas em 1 xícara de chá de água, 2x dia; tintura (10 a 50ml/dia).

- Interações e Contraindicações: monitorar uso de salsaparrilha com diuréticos e digitálicos. Acelera a absorção de benzodiazepínicos. Altas doses são prejudiciais na gravidez e lactância. O chapéu-de-couro deve ser usado com cautela nas nefropatias e cardiopatias; cautela com cardiotônicos, diuréticos e anti-hipertensivos. Evitar utilizar em grávidas e na lactação.

- Efeitos Adversos: O uso excessivo de cúrcuma (açafraão) pode causar ansiedade.

c) Outros Métodos Terapêuticos Complementares: dietoterapia, com eliminação de alimentos ricos em purinas e alimentação alcalinizante, para neutralizar os cristais com legumes, livres de purinas; frutas ricas em potássio; Homeopatia (*Colchicum C4*); Massoterapia: massagem suave (Aromaterapia: óleos essenciais); Geoterapia: cataplasma fria de argila com alho.

10.4.3 Diabetes Mellitus Tipo II, Diabetes do Adulto ou Diabetes Não Insulino-Dependente-DM2:

Segundo Alonso (2008), “a Diabetes mellitus é uma doença metabólica com grande incidência e prevalência, em países desenvolvidos e em desenvolvimento”. Saad *et al.* (2009) diz que isso ocorre devido “aumento anormal dos níveis de glicose no sangue, por deficiência de produção de insulina (Tipo I ou Infante-juvenil) pelo pâncreas ou pela resistência insulínica, alteração esta que ocorre no Tipo II ou DM2”.

A insulina, hormônio produzido pelo pâncreas, é responsável pela entrada da glicose ao interior das células, a fim de fornecer energia aos tecidos. Quando isso não ocorre a contento, instala-se o transtorno metabólico: altas concentrações de glicose no sangue, deficiência pancreática e pouca metabolização da glicose a nível periférico. A taxa normal da glicemia fica entre 70 a 110mg. Glicemia em jejum maior/igual a 126 mg/dL ou a hemoglobina glicada maior/igual a 6,5 % há suspeita de diabetes. Conforme a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (2021), “superior a 126 mg/dL” é considerado diabetes.

O Diabetes Tipo II (95 %) ocorre após os 40 anos. Os sintomas mais comuns são: polidipsia (sede em excesso), polifagia (aumento do apetite) e poliúria (aumento no número de micções). O tipo I (5%) é tratado com injeção diária de insulina, enquanto que no tipo II com drogas sintéticas (antidiabéticas).

Serão abordados os fitoterápicos tradicionais para o controle do tipo II. A maioria dos clientes que faziam uso exclusivo de plantas medicinais e/ou fitoterápicos no grupo controle do IEPA (77 clientes; 62%) obtiveram melhora significativa do quadro clínico e diminuição das taxas de glicose (Iepa, 1999).

A combinação das plantas prescritas depende do nível glicêmico da diabetes tipo 2.

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Bauhinia Variiegata var. candida* Voigt.; *Bauhinia forficata* L.K.B (Pata-de-vaca), *Vernonia condensata* Baker (Boldo africano), *Croton cajucara* Benth (Sacaca), *Phyllanthus niruri* L. (Quebra-pedra).

Conforme o nível glicêmico, adotava-se o seguinte esquema:

- Nível glicêmico de 126 a 140 mg/dl: Chá exclusivo de Pata-de-vaca (decocto: 3 folhas frescas em ½ litro de água, ferver 2/3 minutos; tomar 1 xícara, 3x dia) ou o fitoterápico da folha (1 cápsula, 500mg, 3x dia, 40 minutos após as refeições). Orientação dietética, atividade física e tratamento de comorbidades (doença associada);

- Nível glicêmico de 140 a 180 mg/dl: Chá composto de Pata-de-vaca + outras plantas hipoglicemiantes, com aumento da dosagem/tomadas da planta fresca e das cápsulas (2 cápsulas/ 500mg, 3x dia).

Prescrição: Pata-de-vaca.....folha fresca.....4 folhas

Boldo.....folha fresca.....3 folhas

Quebra-pedra.....planta toda.....1 planta

Modo de uso: Adicionar as folhas em 1 litro/água, ferver 2/3 min., coar, esfriar, tomar 1 copo (150 ml), 4x dia. Conservar em geladeira por 24h.

- Interações e Complicações: monitorar pata-de-vaca com outros antidiabéticos orais e insulina. Usar em afecções de baixa gravidade e por curtos períodos. Evitar nas grávidas e lactantes. Monitorar a quebra-pedra com outros diuréticos, hipotensores e hipoglicemiantes orais.

- Efeitos adversos: a quebra-pedra em uso excessivo e altas doses pode provocar diarreia.

Prescrição: Pata-de-vaca.....folha fresca.....4 folhas

Boldo.....folha fresca.....3 folhas

Sacaca.....folha fresca.....3 folhas

Modo de uso: Adicionar as folhas em 1 litro/água, ferver p/ 2 min, coar e tomar 1 copo (150 ml), 4x dia.

- Nível glicêmico acima de 200mg/dl (jejum) e 250 mg/dl (pós-prandial 2h): Chá de plantas antidiabéticas (Boldo, Sacaca, *Urtica urens* (urtiga) e, *Sambucus nigra* L. (sabugueiro), associado com cápsulas de pata-de-vaca (2 cap. 500mg, 3x dia, após as refeições), dieta rigorosa; prevenção de complicações com produtos à base de *Allium sativum* (alho), *Sesamum indicum* L. (Gergelim preto) e *Zingiber officinale* Roscoe (Gengibre).

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Allium sativum* (alho: bulbo), *Sesamum. indicum* L. (Gergelim: semente) e *Zingiber officinale* (gengibre: rizoma), na forma composta em cápsulas (1 cápsula, 500mg, 3x dia, após refeições) ou tintura composta (40 gotas, diluídas em ½ xícara de água, 3x dia). Elas ativam a circulação e com ação hipoglicemiante.

- Interações e Complicações: O sabugueiro é preciso monitorar com uso de diuréticos, cardiotônicos, anti-hipertensivos.

c) Outros Tratamentos Complementares: O principal é a orientação dietética, atividade física e tratamento de comorbidades (doença associada). A abordagem terapêutica é abrangente e holística, onde além da medicação outros fatores, adotamos: orientação alimentar, com exclusão de açúcares e massas em geral; atividade física regular e orientada; controle emocional; informação contínua da doença.

## 10.5 AFECÇÕES EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS

10.5.1 Depressão leve a moderada: os traços depressivos leves a moderado, quando permanecem por um período prolongado, influenciado as atividades de rotina, as relações sociais e prejudicando e o bem-estar, exigem o controle com recursos terapêuticos, como uso das plantas e fitoterápicos tradicionais, sem os efeitos colaterais das drogas sintéticas.

Os sintomas da síndrome depressiva: tristeza e medo inexplicados, sentimento de culpa, angústia, choro fácil, tendência ao isolamento, insônia ou sono

excessivo, mudança drástica do humor, preocupações excessivas, anorexia ou aumento do apetite. O distúrbio leve, chamado de humor depressivo, responde bem com as plantas tradicionais.

Os princípios ativos ou grupos de substâncias das plantas medicinais atuam em receptores próprios do Sistema Nervoso Central (SNC) chamados GABA (ácido gama-aminobutírico), que “representam o local de ação dos neurotransmissores, alterando a condução neural, diminuído ou desacelerando o impulso nervoso, gerando o efeito sedativo e ansiolítico” (Alonso, 2008). Temos plantas que agem inibindo a enzima monoaminoxidase (MAO), por mecanismos semelhantes aos medicamentos sintéticos.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: plantas medicinais com ação calmante, sedativas e ansiolíticas. No caso da depressão leve (humor depressivo), utiliza-se a combinação: *Passiflora edulis* Sims; *Passiflora incarnata* L.; (Maracujá) + *Cymbopogon citratus* (DC) Stapf. (Capim-marinho) + *Lippia alba* Mill (Erva-cidreira).

Prescrição:

*Passiflora edulis* Sims.....folhas frescas.....3g  
*Cymbopogon citratus* (DC) Stapf.....folhas frescas.....3g  
*Lippia alba* (Mill.) .....folhas frescas..... 4g  
 Dose diária: .....10 g

Modo de uso: infusão em ½ litro de água fervida. Coar. Tomar 1 copo, 3-4x dia.

- Interações e Contraindicações: Monitorar o uso de maracujá com outros depressores (benzodiazepínicos), etanol, barbitúricos e opióides.

- Efeitos Adversos: o maracujá em altas doses e tempo prolongado pode causar intoxicação cianídrica (folhas verdes).

b) Fitoterápicos Tradicionais: O maracujá pode ser usado na forma de tintura: tomar 2,5 a 5,0 ml em 75ml de água, 3x dia; *Matricaria chamomilla* L. (Camo-mila), com efeito hipnótico e ansiolítico, em cápsulas (2 a 4g, 3x dia), tintura (1:5, 45%; 3 a 10 ml, 3x dia); *Valeriana officinalis* (Valeriana), com efeito sedativo dos valepotriatos (sedativos vegetais) e óleos essenciais (tintura: 50 a 70 gotas em 1 xícara d'água, 3x dia; extrato seco: 300 a 1.200 mg, 2 a 3x dia); *Hipericum perforatum* L. (Hipérico), com ação antidepressiva da hipericina, inibindo a recaptação de neurotransmissores (Serotonina, dopamina e noradrenalina), na forma de extrato seco (600 a 900mg/dia). A experiência clínica recomendava a seguinte prescrição, em cápsulas de extrato seco.

Prescrição:

*Passiflora edulis*.....extrato seco.....300mg  
*Valeriana officinalis*.....extrato seco .....300mg  
*Hipericum perforatum*.....extrato seco..... 600mg  
 Dose diária: .....1.200 mg

Modo de uso: Tomar 1 cápsula, 3 vezes ao dia. Reduzindo a dose após melhora.

- Interações e Contraindicações: Utilizar valeriana com cautela ao associar com etanol, ansiolíticos, anticonvulsivantes, sedativos, analgésicos opiáceos, pois pode potencializar os efeitos desses sintéticos. Monitorar o uso de hipérico com psicotrópicos, cardiotônicos, imunossuppressores, anticoagulantes, alimentos com tiramina e bases xânticas, contraceptivos, antirretrovirais, opiáceos e estatinas.

- Efeitos Adversos: A camomila, devido ser fotossensibilizante, pode provocar dermatite de contato.

c) Outros Tratamentos Complementares: Suplementos de óleos vegetais Prímula (*Oenothera biennis* Scop.) e Borragem (*Borago officinalis* L.) Dietoterapia: rica em vitamina C; frutas cítricas, legumes e sumo de couve (*Brassica oleracea* L.(couve); salada de *Lactuca sativa* L.(alface), laticínios (triptofano); Ergoterapia: caminhadas ao ar livre, exercícios respiratórios, atividades em contato com a natureza; Psicoterapia e Psicanálise; Terapias Corporais: Yoga, Relaxamentos.

10.5.2 Ansiedade e Insônia: Conforme Saad *et al.* (2009), a ansiedade é caracterizada por uma atitude de apreensão, sensação de medo, preocupações persistentes e excessivas, agitação e hiperatividade involuntária, palpitação, taquicardia, impaciência ou inquietude e tensão muscular ocasionado por alterações dos receptores benzodiazepínicos cerebrais.

A insônia seria o transtorno para adormecer, um despertar precoce ou a interrupção do sono no meio da noite. Um sono repousante seria 8/9 horas, com variações no envelhecimento. As plantas medicinais mostraram resultados positivos nesses casos.

Plantas Mediciniais Tradicionais: as mesmas prescritas como sedativas e ansiolíticas nos quadros depressivos (Maracujá + Capim-marinho + Erva-cidreira + Camomila), prescritas isoladamente ou associadas.

Fitoterápicos Tradicionais: *Melissa officinalis* (erva-cidreira), que possui efeito sedativo (infusão: 2 a 4 g (2 colheres de sobremesa) em 150 ml de água; tomar 1 xícara de chá 2 a 3x dia); *Erythrina Mulungu Mart.* (Mulungu), ansiolítica e analgésica (decocção: 4 a 6g (3 colheres de sobremesa) em 150 ml de água; 1 xícara de chá, 2 a 3 x dia.)

- Interações e Contraindicações: Monitorar uso de melissa com psicotrópicos e hipoglicemiantes. Não utilizar na gravidez e lactação. O mulungu deve ser usado com cautela com psicotrópicos, anti-histamínicos, betabloqueadores, hipoglicemiantes, insulina. Evitar na gravidez e lactância.

- Efeitos Adversos: o óleo essencial da melissa pode provocar reações alérgicas.

Outros Tratamentos Complementares: Psicoterapia; Massoterapia; Terapia de Grupo; Acupuntura; Auriculoterapia; Terapias Corporais (Yoga, Alongamentos); Dietoterapia: eliminação ou redução de substâncias excitantes, à base de coca ou caféina.

## 10.6 AFECÇÕES AUTOIMUNES

De acordo com Saad *et al.* (2009), “uma das características importantes da Fitoterapia é a sua atuação na prevenção de distúrbios, visando equilibrar e dar apoio metabólico, antes da manifestação física de doenças”. Elas têm a capacidade de dar suporte e incrementar as funções fisiológicas, melhorando o desempenho físico, mental, intelectual e sexual. Várias são as vantagens dessas plantas:

**Plantas Adaptógenas ou Imunoestimulantes:** possuem substâncias que aumentam a resistência do organismo diante das reações estressantes, frente à poluição, evitando efeitos dos radicais livres.

**Plantas Imunomoduladoras:** atuam restaurando ou recompondo as funções fisiológicas e ativando o sistema imune, estimulando a fagocitose dos macrófagos ou na imunidade humoral (anticorpos).

**Plantas antioxidantes:** neutralizam ou inibem a ação dos radicais livres, que causam danos celulares. As espécies reativas de oxigênio (EROs): superóxido ( $O_2^-$ ), peróxido de hidrogênio ( $H_2O_2$ ) e hidroxila (OH). Entre os princípios ativos capazes de neutralizar Espécies Reativas de Oxigênio (EROs) temos os flavonoides (compostos bioativos encontrados nas plantas).

Várias doenças crônico-degenerativas, como catarata (opacificação do cristalino e cegueira), enfisema (destruição de alvéolos pulmonares), artrites, diabetes (intolerância à insulina), mal de Parkinson (incoordenação motora), câncer (formação de tumores) e a aceleração do envelhecimento, “possuem evidências de sofrer influência das EROs e seus portadores podem ser beneficiados pela Fitoterapia” (Saad *et al.*, 2009).

**10.6.1 Disfunção Erétil ou Impotência Sexual:** a ereção decorre da vasodilatação das artérias penianas, que permitem a entrada de sangue nos tecidos eréteis do pênis, que mantém o membro ereto até se chegar ao final do ato sexual (orgasmo), seguido da ejaculação.

A impotência seria a incapacidade de atingir e manter uma ereção satisfatória que permita a penetração durante a cópula. Vários fatores influenciam, como doenças preexistentes (diabete, dislipidemias, doenças da tireoide), medicamentos (antidepressivos e anti-hipertensivos), fatores emocionais (depressão) e aterosclerose (vasos obstruídos). As plantas tônicas-estimulantes, fortificantes e ativadoras da circulação periférica, podem ajudar:

**Plantas Medicinais Tradicionais:**

**Prescrição:**

<i>Ptychopetalum olacoides</i> (Marapuama) pó da raiz.....	1.000 mg
<i>Urtica dioica</i> (Urtiga) .....	extrato seco.....600mg
<i>Rosmarinus officinalis</i> (Alecrim) .....	extrato/folha..... <u>1.000 mg</u>
Dose diária.....	2.600mg

- Interações e Contraindicações: Cautela no uso de marapuama e alecrim com outros estimulantes do SNC (antidepressivos psicotrópicos). Evitar o uso na gravidez, lactância e nas crianças. O alecrim deve ser evitado na gravidez, pois é abortivo em altas doses (emenagogo).

- Efeitos Adversos: O alecrim deve ser usado com cautela nos hipertensos e na insônia, pois ativa a circulação (↑ PA) e altera o sono. A essência pura pode causar irritação na pele, gástrica e renal (nefrite).

Prescrição:

*Ptychopetalum olacoides* (Marapuama).....pó da raiz.....1.000mg

*Zingiber officinalis* (Gengibre).....pó da raiz.....500mg

*Paullinia cupana* (Guaraná) .....pó/semente..... 800 mg

Dose diária..... 2.300mg

Modo de uso: Tomar a dose diária em cápsula, dividida em 3x dia.

Interações e Contraindicações: o guaraná potencializa drogas que agem no SNC (estimulantes). Não usar em casos de arritmias, hipertireoidismo, hipertensão, cólon irritável. Não associar com bebidas que contém xantinas (café, noz de cola, mate).

- Efeitos Adversos: o guaraná pode causar irritação gástrica, úlceras pépticas e diarreia nas pessoas sensíveis à cafeína. Se tomado à noite pode gerar insônia e irritabilidade.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Vitis vinifera* (Uva), antocianidinas (flavonóides/ compostos bioativos) de ação vasoprotetora, ativando a circulação periférica (0,6 a 1,2g/dia); *Panax ginseng* (Ginseng), com ação afrodisíaca, tônica e estimulante do SNC (pó em cápsula: 5 a 10g/dia); *Ginkgo biloba* L. (Árvore-avenca), com flavonóides e isoflavonas (substâncias químicas de origem vegetal), ação vasodilatadora periférica (extrato seco: 120 a 160 mg/dia); *Pfaffia paniculata* Mart. (fáfia), com fitoesteróis (substâncias gordurosas), ação estimulante e repositivo hormonal (pó do rizoma: 2 a 3 cápsulas de 500m, 2x dia).

- Interações e Contraindicações: Cautela no uso de fáfia com anticoagulantes, estimulantes do SNC, hormônios e corticoides. Monitorar nos hipertensos, evitando doses excessivas (↑ 10g).

- Efeitos Adversos: a fáfia em doses excessivas pode causar hipertensão, nervosismo, erupções na pele, diarreia e insônia.

c) Outros Tratamentos Complementares: Ergoterapia: exercícios localizados no soalho pélvico, p/ fortalecer e ativar a circulação; Dietoterapia: suplementada com óleos vegetais, levedo de cerveja, gergelim, gengibre; Homeopatia: *Caladium* D3; Terapias Corporais: Yoga, alongamentos, caminhadas, relaxamentos; Psicoterapia: nas causas psicológicas.

10.6.2. Síndrome da Fadiga Crônica (SFC): distúrbio que se manifesta e acomete

mais mulheres do que homens, que inclui: cansaço, fraqueza, cefaléia, dificuldade de concentração, dor de garganta, mialgia, artralgia, distúrbios do sono, angústia e sinais depressivos, linfonodos sensíveis e febrícula. As causas ainda não estão bem esclarecidas.

Em função das manifestações clínicas, há indícios de que a SFC pode ser “indicativa de um sistema imune cronicamente perturbado ou comprometido” (Murray; Pizzorno, 1994).

A abordagem e conduta da síndrome requer atuar nos processos básicos: na desintoxicação e apoio imune. Para agir nos vários aspectos, necessita de uma abordagem holística, buscando o sinergismo e combinação das plantas. Na desintoxicação recomenda-se a “remoção de todos os obstáculos à cura” por Samuel Hahnemann, “eliminar todos os produtos tóxicos, e, assim, elevar a vitalidade, inclusive produtos químicos e toxinas da dieta” (Murray; Pizzorno, 1994).

Plantas Medicinais Tradicionais: as plantas teriam um mecanismo sinérgico de ação, interferindo no apoio imunológico, como a *Uncaria tomentosa* (Unha-de-gato) e a *Tabebuia impetiginosa* Mart. (Ipê-roxo ou pau d’arco); no processo de desintoxicação e depuração, com a *Smilax spp* (salsaparrilha), e nas funções de eliminação do fígado, a diurese, o intestinal e ação calmante, com *Cynara scolymus* L. (Alcachofra) e a *Passiflora incarnata* L. (Maracujá).

Prescrição: depuração/apoio imunológico/calmante

<i>Uncaria tomentosa</i> (Unha-de-gato) .....	entrecasca.....	1,0 g
<i>Tabebuia impetiginosa</i> (ipê-roxo) .....	entrecasca.....	6,0g
<i>Smilax spp</i> (Salsaparrilha) .....	raiz.....	4,0g
<i>Passiflora incarnata</i> (Maracujá) .....	folha fresca .....	<u>10,0g</u>
Dose diária: .....		21 g

Modo de uso: decocção das plantas em ½ litro de água, ferver por 5 minutos. Coar e tomar 1 xícara 4x dia.

- Interações e Contraindicações: o ipê-roxo (pau-d’arco) e unha-de-gato são contraindicados na gestação. Cautela no uso com anticoagulantes, anti-inflamatórios, corticoides, vitamina K, hemofílias e doenças autoimunes. Em altas doses (↑ 100 mg/kg) podem ser tóxicas e deve-se evitar uso prolongado (+ 30 dias).

- Efeitos Adversos: Em doses elevadas o ipê-roxo causa enterites, anemia e alteração da coagulação.

Prescrição: apoio imunológico/hepático/depuração

<i>Tabebuia impetiginosa</i> (pau d’arco) .....	entrecasca.....	6,0g
<i>Sambucus nigra</i> L. (Sabugueiro).....	flor seca.....	3,0g
<i>Cynara scolymus</i> (Alcachofra).....	folha rasurada .....	<u>9,0g</u>
D. diária: .....		18 g

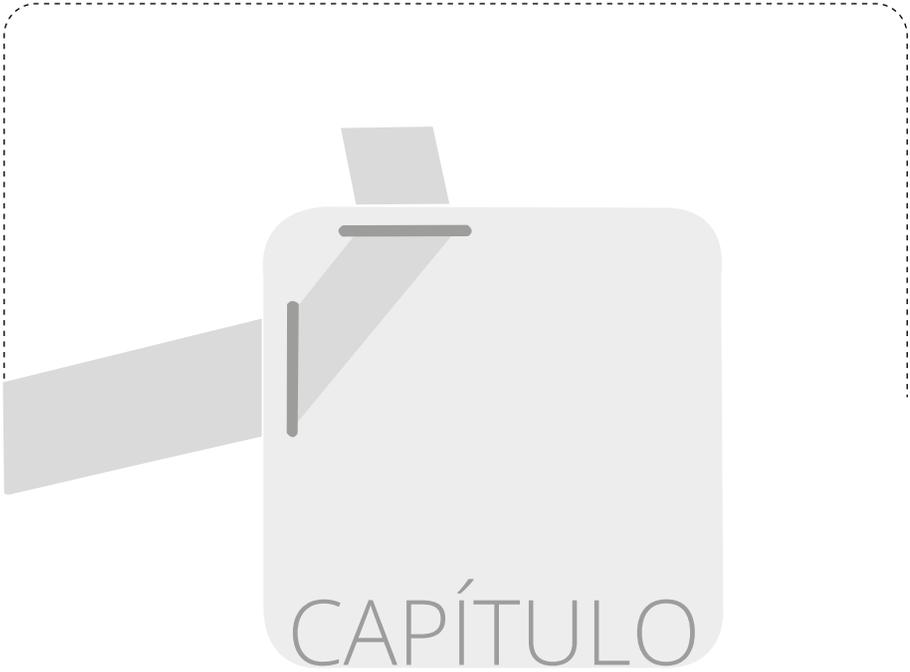
Modo de uso: decocção das cascas em ½ litro d’água por 5 min. Depois a infusão da flor e a folha 10 min. Coar. Tomar 1 xícara 3x dia.

Fitoterápicos tradicionais: *Hydrastis canadensis* (Hidraсте), ação imunoestimulante (infusão: 6g do pó em 1 L de água fervente); *Echinacea angustifolia* DC. (Equinácea), que ativa o sistema imune (tintura: 2 a 5 ml, 3x dia); *Glycyrrhiza glabra* (Alçaçuz), que possui ação antiviral, ativadora da imunidade e antioxidante (pó da planta: 5 a 15g/dia; extrato seco: 400mg, 2 a 3x dia); “*Centella asiática* (Centella), ativa a circulação periférica e ateromatosa (pó: 600 mg a 1,8g/dia); extrato seco a 5% de terpenos” (Saad *et al.*, 2009; Murray; Pizzorno, 1994; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

- Interações e Contraindicações: Cautela no de centella-asiática na gestação e nas crianças. Nas doses adequadas é bem tolerada.

- Efeitos Adversos: a centella-asiática pode provocar depressão no SNC, causando vertigem, cefaléia, hipotensão, estado narcótico em pessoas sensíveis e em doses excessivas. Fotossensibilização em contato com o sol.

c) Outros Tratamentos Complementares: Dietoterapia: para desintoxicação exige uma alimentação natural e não processada, fibras e carboidratos complexos, ingestão de água alcalinizada (8/10 copos/dia); suplementos multivitamínicos/minerais; Exercícios; Terapias corporais (Yoga); Aromaterapia: óleos estimulantes (cítricos, herbáceos e especiarias).



11

# PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE AFECÇÕES, ORDENADAS POR SISTEMAS

Diversas enfermidades são tratáveis e curáveis com plantas medicinais e produtos fitoterápicos tradicionais, atuando na reordenação funcional e orgânica de distúrbios que afetam os mais diversos sistemas orgânicos. As mais comuns que podem ser tratadas com plantas medicinais são:

## 11.1 AFECÇÕES GASTRINTESTINAIS

O sistema digestivo é considerado de relevância nos tratamentos naturais. A Naturopatia considera o intestino responsável, a partir dos alimentos e água processados, pela formação do sangue. Distúrbios, doenças e intoxicações afetam diretamente a digestão e, em consequência, a formação e constituição do fluido vital - o sangue, em grande parte formado de água.

11.1.1. Gastrites e Úlceras Pépticas- *H. Pylori* Negativo: as gastrites são doenças de várias origens, ligadas a vícios alimentares, estresse emocional, inflamações ou infecções do trato gastrointestinal. Sintomas: dor abdominal em “queimação”, pirose (azia), plenitude gástrica (empachamento do estômago), má digestão (dispepsias), diarreia, náuseas, vômitos, cefaléia e mal-estar geral. Para controle e monitoramento clínico é feito endoscopia digestiva periódica.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Himatanthus sucuuba* Wood (sucuíba), *Pradosia huberi* (Casca-doce), *Ouretea hexasperma* (Barbatimão), plantas essas com ação anti-inflamatória do trato gastrointestinal, antiulcerogênicas e cicatrizantes, devido possuírem alto teor de taninos (substâncias orgânicas). Nos grupos controle do IEPA empregava-se a combinação da sucuíba + casca-doce, na forma de chá pó da casca.

Prescrição: Faz-se o chá em infusão do pó: 1 c. de sopa (6g) em ½ litro de água fervida, coar, tomar 1 xícara 3 a 4x dia; 1 cápsula com o pó de 500mg, 3x dia, após as refeições; tintura composta (40 gotas, diluídas em 1 xícara d'água, 3x dia), nos casos de gastrites.

Sumo Verde: Associado às plantas anti-inflamatórias, prescrevia-se para o paciente “o sumo verde das folhas frescas de outras plantas tradicionais: *Bryophyllum calycinum* (Pirarucu), *Brassica oleracea* L. (Couve), *Spilanthes acmella* Murr. (Jambu, agrião-do-pará), *Mentha piperita* L. (Hortelãzinho)” (Iepa, 2005).

Prescrição: cicatrizante/anti-ulcerogênico: *Bryophyllum calycinum* (Pirarucu), folhas frescas.....3 folhas + *Brassica oleracea* (Couve), folha fresca.....1 folha + *Mikania lindleyana* (Sucuriju), folha fresca.....4 folhas.

Prescrição: cicatrizante/analgésica: *Bryophyllum calycinum* (Pirarucu), folhas frescas.....3 folhas + *Brassica oleracea* (Couve), folha fresca.....1 folha + *Mentha piperita* (Hortelãzinho), folha fresca.....4 folhas + *Spilanthes acmella* (Jambú), folhas frescas.....1 punhado.

Modo de uso: Bater as folhas no liquidificador + 1 copo de água mineral (150 ml). Tomar 1 xícara (50ml) 3x dia, sendo a primeira em jejum, durante 7 dias. Em seguida, após avaliação, faz-se em dias alternados e depois com 48/72 dias de intervalo. Como auxiliar, se usa as plantas carminativas em infusão: *Cymbopogon citratus* (capim-marinho) + *Lippia alba* (erva-cidreira) + *Matricaria chamomilla* (Camomila) + *Foeniculum vulgare* Mill. (Erva-doce).

Nas gastrites que evoluem com ausência da bactéria *H. pylori* eram usadas essas plantas. Nos casos que evoluíram com essa infecção, como o instituto não disponibilizada um produto com a finalidade antibiótica, era administrado a cápsula de própolis (extrato seco) e fitoterápicos tradicionais.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Curcuma zedoaria* Roscoe (Zedoária), com ação anti-dispéptica (substância que combate a dispepsia), antiespasmódica e antiflatulenta: (decocção do rizoma: 1,5 g (3 colheres de café) em 150 ml de água; *Casearia sylvestris* Sw. (Guaçatonga), gastroprotetora, anti-ulcerogênica, auxiliar no tratamento de *H. pylori* (infusão das folhas: 2 a 4 g (1 a 2 colheres sobremesa) em 150 ml de água, tomar 3 a 4x dia; *Maytenus ilicifolia* Mart. Ex Reiss. (Espinheira-santa), gastroprotetora, antiinflamatória e antiulcerogênica, “auxilia no tratamento de *H. pylori*: (infusão ou decocção: 5 g para 150 ml água, tomar 3x dia; extrato seco: 300 a 600mg/dia” (Saad *et al.*, 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

• Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: a Zedoária possui as mesmas restrições, interações e efeitos adversos da cúrcuma (açafraão), descritas

no tópico das afecções osteo-articulares, não devendo ser utilizada no primeiro trimestre da gravidez e nem uso excessivo (15 g), pois agrava os sintomas digestivos (Teske & Trentini, 1995).

11.1.2. Diarreias Agudas: aumento do número de evacuações e do volume das fezes ou diminuição da consistência (líquida ou semissólida). As agudas, maioria de origem viral, duram de 7 a 10 dias, sendo normalmente autolimitada, cedendo espontaneamente. As crônicas apresentam as mesmas características das agudas, acompanhadas de tenesmo (contrações e dor intestinal), eliminação de sangue, mucosidade ou secreção purulenta, febre, perda de peso e palidez, com duração superior a 10 dias.

Vamos tratar neste trabalho das diarreias agudas, benignas e autolimitadas, causadas por infecção virótica, distúrbios alimentares ou parasitárias (giardíase, amebíase, verminoses), comuns nas crianças, que respondem muito bem com plantas, motivo pelo qual são indicadas para tratamento com a Fitoterapia.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: Conforme os sintomas e a suspeita ou confirmação da causa, adotamos as seguintes plantas:

Diarreia infecciosa: plantas antibióticas e antissépticas intestinais: *Bryophyllum calycinum* Salisb. (Pirarucu), *Psidium guajava* L. (Goiabeira), *Handroanthus impetiginosa* Mart. Ex DC. (Pau d'arco ou Ipê-roxo), *Caesalpinia ferrea* Mart. (Jucá ou Pau-ferro);

Diarreia Parasitária: causada por protozoários e vermes intestinais. Usamos: *Mentha piperita*; *Mentha x villosa* Huds (folhas e talos); *Cucurbita pepo* L. (semente de abóbora), *Eleutherine plicata* Herb. (Bulbos de marupazinho).

Conforme recomenda Panizza; Veiga; Almeida (2012): Para as Verminoses, Giardíases e Amebíases utilizam-se as sementes de *Cucurbita pepo* L. (Abóbora) como anti-helmíntico, por ação da cucurbitina contra oxiurose, teníase e ascaridíase, na forma de pó das sementes descascadas e tostadas (200g em jejum)”. Em seguida, 2 a 3 horas depois, usa-se um purgante.

Na giardíase e amebíase utiliza-se o sumo das folhas e talos do Hortelãzinho (1 punhado), em 150 ml de água, tomado 50ml 3x dia, durante 7 dias. Também nessas parasitoses pode ser usada, em associação com o sumo do Hortelãzinho, o chá em decocção do bulbo do marupazinho, “usando-se 2 batatinhas (para criança) ou 4 (para adulto) em 2 copos de água (300ml). Tomar 1 xícara de café (criança) ou 1 xícara de chá (adulto), 3x dia, durante 8/10 dias” (Iepa, 2005).

Diarreias Disfuncionais: provocadas por distúrbios alimentares e drogas sintéticas. As plantas antidiarréicas e antiespasmódicas indicadas: *Pimpinella anisum* L. (Erva-doce), *Matricaria chamomilla* L. (Camomila), *Lippia alba* L. (Erva-cidreira), *Cymbopogon citratus* (D.C) Stapf (Capim-marinho), *Piper callosum* Ruiz & Pav. (Elixir-paregórico) e *Plectranthus neochilus* Schlechter (Boldinho).

Prescrição: *Lippia alba* L. (Erva-cidreira) .....folha fresca...5 folhas  
*Cymbopogon citratus* (Capim-marinho) .....folha fresca.... 2 folhas  
*Plectranthus neochilus* Sch. (Boldinho) .....folha fresca.....3 folhas  
*Piper callosum* (Elixir-paregórico) .....folha fresca.....3 folhas

Modo de uso: Chá em Infusão com as folhas picadas em 1 a 2 copos d'água (150/300 ml), tomar 1 xícara de chá (adulto) ou 1 xícara de café (criança), 3x dia, por 7 dias. “No adulto, a quantidade de folha é o dobro da criança” (Iepa, 2005).

Interações, Complicações e Efeitos adversos: a erva-cidreira deve ser usada em doses adequadas, evitando excessos, com cautela nos hipotensos, cardíacos (bradicardia), gravidez e lactância. Entre os efeitos colaterais temos a baixa da pressão e irritação gástrica nas doses excessivas.

b) Fitoterápicos Tradicionais: conforme salienta Panizza; Veiga; Almeida, (2012) “a *Allium sativum* L. (óleo do bulbo de alho), tem ação vermífuga, antidiarreica e parasiticida”; *Plectranthus barbatus* Andrews. (Anador), com ação digestiva e hepatoprotetora; *Anacardium occidentale* (Cajueiro), possuindo ação adstringente nas infecciosas; *Rosmarinus officinalis* L. (Alecrim), devido sua ação carminativa (Controlar os gases intestinais), antiespasmódica e hepatoprotetora; *Matricaria chamomilla* L. (Camomila), com ação carminativa, antiespasmódica e hepatoprotetora.

Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: O anador deve ser usado com cautela com digoxina, anti-hipertensivos, antiarrítmicos, moduladores da tireoide. Evitar na gravidez e lactância. Em dose excessiva pode causar desconforto gástrico

c) Outros Tratamentos Complementares: “diarreias agudas virais, com cepas de leveduras (*Saccharomyces cerevisiae*; *Saccharomyces boulardii*), com ação contra os microrganismos patogênicos e ativam o sistema imunológico” (Schilcher, 2005). Entre os produtos comerciais, na diarreia viral, temos: Floratil, Florax, Simbiotil, Simbioflora, Enterogermina, 20 Bi, etc.

Sais de Reidratação Oral (TRO): como recomendado no item das gastrites, a água e a hidratação natural desempenham um papel importantíssimo no tratamento dessas afecções gástricas. É fundamental a TRO, com preparo do soro caseiro (1 litro de água mineral, 1 colher de chá de sal e 1 colher de sopa de açúcar), tomando-se aos poucos toda vez que evacuar.

Beber bastante água (8/10 copos de 150 ml/dia: 1 copo em jejum (150ml), 4 copos pela manhã, até 1h antes do almoço (600ml), 5 copos na tarde (750ml) e 1 copo à noite, antes de deitar (150ml). Evitar líquidos ou suco na hora da comida.

11.1.3. Constipação Intestinal: consiste na alteração funcional do trânsito intestinal (intestino grosso), comum em crianças e jovens, com redução na intensidade dos movimentos peristálticos, ocasionando atraso na eliminação das fezes (Alonso, 2008). As possíveis causas: alimentação inadequada, redução do reflexo de evacuação (nas mudanças de ambiente e viagens), dores anais (fissuras, hemorroidas), fatores emocionais/psicossomáticos (medo de engordar; estresse escolar, ansiedade). Identificar e eliminar a causa são as primeiras medidas (Schilcher, 2005).

Os laxantes vegetais agem por mecanismos diversos: formadores de massa, osmóticos, lubrificantes oleosos, estimulantes de contato. Evitar os laxantes “antranóides (babosa, sene e cáscara sagrada) nas crianças até 10 anos, obstrução

intestinal, doença de Crohn, colite ulcerativa, gravidez, puerpério e desidratação grave” (Alonso, 2008).

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Aloe vera* (Babosa), que contém mucilagem (secreção rica em polissacarídeos) no gel e derivados hidroxiantracênicos. Agem por contato, aumentando a frequência dos movimentos do intestino e diminuindo a absorção de água e eletrólitos (suco da polpa: 1:10, batendo no liquidificador, tomar a noite; evitar doses tóxicas acima de 8g; “*Pothomorphe peltata* (L.) Miq. (Malvarisco ou Caapeba-do-norte), com ação digestiva e na prisão de ventre (infusão das folhas frescas: 1 folha fresca em 300ml de água, tomar 3x dia, até obter o efeito desejado” (Saad *et al.*, 2009; Iepa, 2005; Pinto; Santiago; Lameira, 2000).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: Evitar os laxantes antranóides (babosa, sene e cáscara sagrada) nas crianças até 10 anos, obstrução intestinal, doença de Crohn, colite ulcerativa, gravidez, puerpério e desidratação grave (Alonso, 2008). O malvarisco deve ser ingerido antes das refeições, evitando associar com anticoncepcionais, hormônios, anti-androgênicos e antiestrogênicos. Evitar na gravidez e lactância.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Cassia angustifolia* (Sene), que contém antraquinonas (substâncias químicas fenólicas: senosídeos A e B que possuem propriedades laxativas), que agem por contato (extrato seco: 0,5 a 2,0 g/dia; infusão das folhas: 5-20g/litro d’água, tomar 1-2 xic/dia; *Rhamnus purshiana* (Cáscara sagrada), que contém antraquinonas (aloína, emodino-antrona), usa o pó: 500mg/dia); *Linum usitatissimum* L. (Linhaça), sementes inteiras ou trituradas, rica em mucilagens, provoca aumento do volume fecal (1 col. de sopa em maceração em 150 ml de água e tomar a noite; adicionar a farinha em 150 ml água, tomar no intervalo das refeições; “nas crianças de 1-4 anos: 1 colher de chá; de 4-10 anos: 1,5 colher de chá; acima de 10 anos: 1 colher de sopa rasa, 2-3x dia” (Alonso, 2008).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: A semente de linhaça (marrom/dourada) deve ser aquecida e a farinha tostada, pois possui ácido cianídrico. Evitar na estenose esofágica e pilórica, obstrução intestinal e abdômen agudo. Monitorar uso de anticoncepcionais e repositores hormonais. O sene tem as mesmas restrições da linhaça no abdome agudo, evitando por mais de 4 semanas e uso com glicosídeos cardiotônicos.

c) Outros Tratamentos Complementares: a dieta da água, num total de 8-10 copos/dia; Dietoterapia: saladas cruas, frutas com bagaço: manga (*Mangifera sp*), abacaxi (*Ananas comosus* (L.) Merrill), laranja (*Citrus aurantium* L., mamão (*Carica papaya* L.), melancia (*Citrullus lanatus* Mansf.), legumes crus ou refogados. Grãos integrais (aveia, farelo de trigo, gergelim, grão-de-bico) são importantes para tratar a obstipação.

Os efeitos benéficos da fibra na dieta: menor tempo de trânsito intestinal, com menor absorção de toxinas e glicose; esvaziamento gástrico demorado, com retardo na absorção de glicose, reduzindo os níveis glicêmicos; maior saciedade;

maior secreção pancreática, melhorando a produção de insulina; “auxílio à microflora, com ação autoimune; redução dos níveis de gordura no sangue; bile solúvel e incrementando o metabolismo lipídico” (Murray; Pizzorno, 1994).

## 11.2 AFECÇÕES GENITURINÁRIAS

Serão abordadas as doenças e distúrbios dos aparelhos urinários e reprodutores (órgãos genitais), devido à proximidade e inter-relação anatômica, evoluindo e causando sintomas geniturinários.

11.2.1 Infecção do Trato Urinário (ITU): é a invasão microbiana de qualquer tecido do trato urinário, desde a uretra (onde sai a urina), os ureteres (condutores da urina) até o tecido renal (onde é produzido a urina). As causas mais comuns são as infecções bacterianas (90%).

Podem ser assintomáticas, no início do processo. Manifesta-se com disúria (dor ao urinar); micção frequente (urinar várias vezes); nictúria (urinar muito à noite); dor suprapúbica, pélvica ou lombar; náuseas, vômitos, calafrios; às vezes febre. Ao exame laboratorial temos: hematúria (hemácias na urina), proteinúria (proteína na urina), piúria ou leucocitúria (piócitos) e cilindrúria (cilindros), achados esses encontrados isolados ou associados.

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: Faz-se uso de plantas diuréticas, antissépticas/antibacterianas e analgésicas. Por ter ação diferente dos diuréticos sintéticos, eliminam água sem alterar a excreção de sódio e potássio. “As plantas diuréticas atuam aumentando a circulação renal, um maior índice de filtração glomerular e, assim, com maior eliminação de água” (Alonso, 2008).

b) Temos as seguintes:

- *Phyllanthus niruri* (Quebra-pedra), com ação diurética e dilatadora dos túbulos renais, por ação dos flavonóides e da lignanas (filantina: composição para tratar diversas doenças), na forma de infusão: 1 col. sopa da planta toda (3g) em 1 xíc. chá (150 ml), tomar 1 xíc. chá 2 a 3x dia;

- *Costus spicatus* (Jacq.) Sw (Canarana), por ação dos flavonóides e polissacarídeos, na forma de decocção: 4 col. sopa (1 folha fresca ou rasurada) em 1 litro d’água, tomar 1 copo 4x dia;

- *Peperomia pellucida* (L.) Kunth (Erva-de-jaboti), na forma de infusão: 2 galhos de folhas frescas em 1 copo d’água, tomar 2 a 3x dia;

- *Boerhavia diffusa* L. (Solidônia ou pega-pinto), tisana (bebida de ervas medicinais) ou infusão: 5 galhos de folhas frescas ou secas, em 2 copos de água, tomar 1 xícara de chá, 3x dia (criança: 2 galhos em 1 litro d’água, tomar 1 xíc. Café, 3x dia);

- *Persea americana* Mill. (Abacateiro), por decocção de 2-3 col. de sobremesa de droga rasurada em ½ litro d’água, tomar 4x dia;

- *Cymbopogon citratus* (DC) Stapf (Capim-marinho), com ação antisséptica

dos óleos essenciais, “na forma de infusão de 5 folhas frescas em 2 copos e meio d’água, tomar 1 xíc. Café 3x dia, 10 dias (metade da dose para criança: 2 folhas, 1 copo e meio água, tomar 1 xíc. Chá” (Iepa, 2005; Saad *et al.*, 2009).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: Monitorar a quebra-pedra com diuréticos, hipotensores, hipoglicemiantes, insulina. Evitar uso na gravidez e lactância. O uso excessivo pode levar à diarreia. A canarana (cana-do-brejo) é usada com cautela com diuréticos e glicosídeos cardiotônicos, em afecções de baixa gravidade e curtos períodos, evitando na gravidez e lactação.

c) Fitoterápicos Tradicionais: várias plantas antisséptica e antimicrobiana, reduzindo o número de germes. Correção dos fatores que predispõem às infecções no trato urinário (ITU): climatério (pós- menopausa), prolapso genital (relaxamento muscular pélvico), hiperplasia prostática (estase urinária) e pouco ingestão de água (urina concentrada).

Entre elas temos:

- *Allium sativum* (Alho), que possui atividade diurética e antimicrobiana, contra *E.coli*, *Proteus spp.*, *Klebsiella*, *Staphylococcus spp*, *Hydrastis canadensis* (Hidraste ou Botão-de-ouro), com ação antibiótica na forma de chá da raiz seca (1 a 2 g) ou extrato sólido em pó: 250-500mg.

- *Equisetum arvense* (Cavalinha), “possuindo atividade diurética e anti-microbiana, com a infusão da planta seca: 2g p/ 1 xíc.de chá, tomar 1 xícara de chá 3x dia; extrato seco (5:1): 400 a 1000 mg/dia, em 3 todas/dia” (Saad, *et al.*, 2009).

- *Zea mays* (Estigma de milho), com ação diurética, na forma de chá por infusão ou decocção a 5% a 10%: 50 a 200 ml/dia.

*Copaifera* spp. (Copaiba), “como antisséptico e antibiótico, na forma de cápsulas do óleo-resina:1 cap. de 500 mg, 2x dia, por 7 dias” (Carvalho, 2004).

*Handroanthus impetiginosus* (Pau-d’arco/Ipê-roxo), na forma de decocção da casca: 1 col.sopa (3g) em 1 copo de água, coar, esfriar e tomar 3x dia, por 7 dias; cápsulas: 1 cap.3x dia.

- *Caesalpinia ferrea* Mart (Jucá), com ação anti-inflamatórias e antisséptico urinário, em decocção: 7,5 g (2,5 col. sopa), em 150ml de água (1 xícara de chá), tomar 3x dia.

- *Turnera diffusa* (Damiana ou Chanana), “com ação antisséptica, antiespasmódica e antibacteriana (ação da arbutina): cap. das folhas: 2 a 3 cap. 2x dia, antes das refeições” (Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: cuidado da damiana (chanana) com hipoglicemiantes e sais de ferro. Acima da dose pode se tornar tóxica, causando alucinações, irritação uretral, hepatites. Evitar na gravidez e lactação.

Conforme recomendações e precauções feitas por Lameira e Pinto (2008), “na experiência clínica indicamos cápsulas gelatinosas de copaiba (*Copaifera* spp) com a finalidade antibiótica, evitando-se sua prescrição aos portadores de distúrbios” E ainda, estudos realizados por Carvalho (2004) com óleo-resina de espécies de copaiba, coletadas no Estado do Amapá, “revelou potente ação anti-inflamatórias e bactericida”.

d) Outros Tratamentos Complementares: Dieta da água, conforme prescrito no item (11.1.3 c)) das doenças gástricas, para ativar a eliminação de urina. Para esse fim recomenda-se a maceração em água morna (1 l e ½) da casca do *Ananas comosus* (L.) Merr. (Abacaxi), lavada previamente antes de cortar, deixada em repouso por 6h. Tomar 1 copo (adulto) 4x dia; crianças (1 xíc. chá, 3x dia), durante 7 dias. Aromaterapia: óleos essenciais de Capim-marinho, orégano, tomilho (evitar na gravidez, lactantes e menores de 6 anos) e alecrim, diluídos em água.

- Contraindicações: evitar na gravidez, lactantes e menores de 6 anos.

11.2.2 Hipertrofia Prostática Benigna (HPB): consiste no aumento da glândula prostática, órgão do aparelho genital interno do homem (a próstata é atravessada pelo canal uretral), levando a um quadro progressivo de obstrução uretral, impedindo a eliminação fraca da urina, decorrente de disfunções hormonais, como o excesso de dihidrotestosterona (DHT). Acomete faixas etárias após os 50 anos (50%), atingindo a cifra de 90% a partir de 80 anos. Existe relação entre Hipertrofia Prostática Benigna (HPB) e adenocarcinoma (tumor maligno) de próstata. A prevenção é o exame periódico (toque retal) e a pesquisa da dosagem do antígeno prostático (PSA), para detectar precocemente alguma alteração da glândula.

O quadro clínico é composto de aumento da vontade de urinar; diminuição do volume urinário em cada micção; jato fino e insuficiente; ardor miccional (disúria); micção noturna mais frequente (nictúria), às vezes acompanhada de impotência sexual. As plantas agiriam como anti-androgênicas e anti-inflamatórias, com inibição da enzima 5- $\alpha$ -redutase (5-AR), que transforma a testosterona em dihidrotestosterona (DHT).

Embora, em muitos casos iniciais, a Hipertrofia Prostática Benigna (HPB) não exija um tratamento, o procedimento cirúrgico (prostatectomia: remoção parcial ou total da próstata) é o mais indicado. “Nos casos benignos (Estágios II e III) o tratamento conservador com fitoterápicos tradicionais é adotado em vários países europeus como Alemanha, Áustria, Suíça e Itália” (Schulz; Hansel; Tyler, 2002).

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Urtica dioica* (Urtiga), inibe a 5-AR (aromatase), reduzindo a DHT; pode ser usada a infusão: 1,5 g da raiz em 1 xíc. chá (150 ml); “*Cucurbita pepo* (Abóbora ou jerimum), que inibe competitivamente a 5-AR, na forma de pó das sementes descascadas: 1 a 1,5 colheres de sopa, 3x dia; podem ser usados o extrato da semente (400 mg): 3 a 5 cápsulas/dia” (Alonso, 2008).

*Zea mays* L. (Estigma de milho), com ação diurética/ antisséptica, “na forma de chá por infusão ou decocção a 5%/ 10%: 50 a 200 ml/dia” (Saad *et al.*, 2009).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: A semente da abóbora (jerimum) deve estar descascada. Monitorar com diuréticos. Não utilizar na gravidez e lactação. Cuidado nas infestações por vermes (ascaris), principalmente nas crianças, pois pode provocar eliminação pelas vias aéreas e cavidade oral (ataque de verme).

A eficácia terapêutica do extrato de raiz de urtiga foi comprovada por estudos observacionais controlados por placebo, como o de Vontobel *et al.* (1985),

que obteve “melhora com redução significativa dos sintomas, sendo indicada pela Comissão”. Estudos clínicos demonstraram que a urtiga retarda a progressão da Hiperplasia Benigna da Próstata (HBP) e “melhora significativamente a sintomatologia associada ao fluxo urinário, a frequência diurna e noturna assim como a sensação de esvaziamento incompleto” (Alves, 2020, p. 20).

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Serenoa repens* (W.B) Small. (*Saw palmetto*) com efeitos inibitórios sobre as 5-AR, por ação dos fitoesteróis e ácidos graxos, na forma de extrato seco: cápsula de 300mg, 1x dia, após as refeições” (Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

Estudos de Schulz; Hansel; Tyler (2002), destacam que estudos *in vitro* confirmaram os efeitos inibitórios de extratos de *Saw palmetto* sobre 5-AR, que se mostrou mais potente que o medicamento finasterida que possui também efeito anti-inflamatório e antioxidante em modelos experimentais.

c) Outros Tratamentos Complementares: Dietoterapia: alimentação liporedutora e suplementação com ácidos graxos poli-insaturados (ômega 3 e ômega 6). Fontes vegetais: linhaça, primula e borragem. Prod. Suplementação de picolinato de zinco e vitaminas do complexo B (B6), que reduzem o hormônio prolactina e a di-hidrotestosterona (DHT).

11.2.3 Litíase ou Calculose Renal: deposição de materiais e compostos minerais ou metabólitos nos canais internos do aparelho urinário, formando concreções que alteram a função renal e o fluxo da urina. Segundo Lameira e Pinto (2008), os cálculos formados (‘pedras’) são de várias origens: oxalato de cálcio, fosfatos, ácido úrico, colesterol e outros. A sintomatologia mais comum é a intensa dor lombar ou abdominal (cólica nefrítica), acompanhada ou não de ITU e, às vezes, hematúria microscópica ao exame de urina.

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Phyllanthus niruri* L. (Quebra-pedra), com propriedade diurética, analgésica e anti-bacteriana, cujo constituinte filantina relaxa os ureteres (tubos musculares que transportam a urina), facilitando a eliminação de cálculos. Usa-se a planta inteira em decocção: 2 plantas inteiras em ½ litro d’água, ferver por 15 min., tomar 2 a 3x dia; infusão: 3g (1 col. de sopa) em 150ml de água (1 xic. Chá), tomar 2 a 3x dia; *Costus spicatus* (Jacq.) Sw (Canarana), por ação dos flavonóides e polissacarídeos, na forma de decocção: 4 col. sopa (1 folha fresca ou rasurada) em 1 litro d’água, tomar 1 copo 4x dia; *Elephantopus scaber* L. (língua-de-vaca), utilizando as folhas em infusão: 2 g em 200 ml de água, ferver por 12 min., tomar 1 xic. chá 2 x dia; “*Zea mays* L. (estigma de milho), usa-se os estigmas (cabelo do milho), em decocção; 1 colher de sopa (3g da droga rasurada ou 6 g da droga fresca) em ½ litro d’água, ferver 2 min., coar, tomar 4 x dia, por 60 dia” (Lameira; Pinto, 2008; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

• Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: As mesmas restrições e interações da quebra-pedra e canarana nas Infecções do Trato Urinário (item 11.2.1.b).

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Cynara scolymus* (Alcachofra), nos cálculos a base de colesterol, na forma de decocção das folhas: 1 a 1,5 colheres de sopa, em 1 xícara de água (150 ml); *Coix lachryma-jobi* L. (Lágrimas-de-nossa-senhora), usa-se as sementes descascadas, tostadas e rasurada com ação diurética, anti-inflamatória e relaxante da musculatura lisa, em decocção, associada com quebra-pedra: 1 g de cada, tomar 4x dia.

Prescrição: *Phyllanthus niruri* (Quebra-pedra), planta toda 10 g + *Zea mays* (milho), estigma seco 3g + *Costus spicatus* (Canarana), folha rasurada 12 g + *Lachryma-jobi* (Lágrimas de Nossa Senhora), semente rasurada 1,5g.

Modo de uso: decocção das plantas secas em 1 litro d'água, por 12 min., coar, tomar 1 copo 4x dia. No uso das plantas frescas a dosagem é dobrada em 1 litro ½ de água.

• Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: Cautela no uso de lágrima-de-nossa-senhora com hormônios sexuais, contraceptivos, repositores hormonais; em mulheres com ovário policístico e endometriose. Evitar na gravidez e lactação.

c) Outros Tratamentos Complementares: Dietoterapia: alimentação com pouca gordura saturada. E Alonso (2008), recomenda suplementos de ácidos graxos poli-insaturados (ômega 3 e 6) e evitar consumo de cerveja.

Murray e Pizzorno (1994), propõem uma série de recomendações auxiliares: redução de leite e derivados (reduz cálcio na dieta); evitar uso excessivo de álcalis e antiácidos (bicarbonato, hidróxido de alumínio); uso de citrato de magnésio, que retarda o crescimento, previne a formação e a recorrência dos cálculos; dieta rica em fibras a base de grãos integrais, frutas, folhas verdes; redução de purinas, presentes nas carnes vermelhas.

11.2.4. Inflamações Genitais Femininas: As vulvovaginites e leucorréias são comuns nas mulheres e respondem terapêticamente com as plantas medicinais. São chamados popularmente de “corrimento”, com secreção excessiva e incômoda no canal vaginal, decorrente de distúrbio nas vias genitais causadas por inflamações e infecções por germes diversos (fungos, bactérias ou protozoários), tumores, distúrbios hormonais, corpos estranhos, lesões traumáticas locais.

Manifesta-se com dores (hipogástrio), uretralgia (dor na uretra), prurido vulvar (coceira genital), secreção vaginal (corrimento), às vezes, com ardor ao urinar (disúria) e febre.

Várias doenças ou distúrbios orgânicos podem evoluir com corrimento vaginal, como a Candidose que acomete o sistema genital feminino, afetando inclusive o sistema imunológico. A diabetes que pode evoluir com candidíase vaginal. As plantas podem ser adjuvantes no tratamento, mas exige consulta médica para definir a origem.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: plantas extrativas amazônicas são popularmente usadas no combate aos corrimentos: *Oureatea hexasperma* (Barbatimão), emprega-se a entrecasca seca na forma de chá por decocção: 1 colher de sopa

em 1 litro d'água, ferver por 15 min, coar, esfriar, tomar 1 xíc. de chá, 2 a 3x dia; pode ser usado o chá em banho de assento: 10 g (3 colheres de sopa) em 2 litros de água, adicionando água limpa até ficar morno e fazer o banho de assento, 2x dia; *Dalbergia subcymosa* (Verônica), na forma de chá em infusão: 1 colher de sopa rasa (4 g) em 200ml água, deixar por 12 min; fazer o banho de assento com chá morno; *Himatanthus sucuuba* Wood. (Sucuuba), na forma de banho de assento (2x dia), com a decocção de 2 g de entrecasca verde em 200 ml de água.

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: A verônica e barbatimão são bem tolerados, mas devem ser usados em afecções de baixa gravidade e curto período. Evitar na gravidez e lactação. Devido a adstringência dos taninos pode sobreviver constipação intestinal no uso interno.

b) Fitoterápicos tradicionais: *Costus spicatus* Sw. (Canarana), como diurética, antisséptica e adstringente, na forma de decocção das folhas e tronco frescos: 24 g (4 col. sopa), em 1 litro d'água, ferver por 1 min., tomar 4x dia, por 30 dias; *Cecropia palmata* Miq. (Embaúba): lavagens vaginais, com a decocção: 3 col. sopa (10 g) de folhas picadas em ½ litro de água, ferver por 10 minutos; "*Copaifera* spp. (Copaíba), como antisséptico e antibiótico, na forma de cápsulas do óleo-resina: 1 caps. 500mg, 2x dia, por 7 dias" (Carvalho, 2005; Lameira; Pinto, 2008).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: Cuidado no uso da embaúba com diuréticos, glicosídeos cardiotônicos, antiarrítmicos, antihipertensivos. Cautela ao utilizar na gravidez e lactação.

c) Outros Tratamentos Complementares: Higiene íntima e genital com a mistura de 1 litro d'água e 4 colheres de sopa de vinagre branco; duchas vaginais com tintura vegetal de calêndula; hidroterapia: compressas mornas lombares, por 30 minutos, a cada 2 dias; banhos frios rápidos de assento, 2x semana. Aromaterapia: óleos essenciais de melaleuca, arborvitae (Tuia), alecrim, por ingestão ou diluídos em banho de assento.

11.2.5 Tensão Pré-menstrual (TPM): A Tensão pré-menstrual atinge o sexo feminino, após a ovulação, até a chegada da menstruação, decorrente da queda dos níveis de progesterona e elevação dos estrógenos, com consequente aumento da produção de hormônio folículo-estimulante (FSH) e hormônio luteinizante (LH) e outros hormônios (aumento de prolactina, aldosterona e redução de dopamina e endorfina).

Desencadeia-se uma série de sintomas: dor mamária, palpitações, ansiedade e ligeira depressão, irritabilidade, dores de cabeça, insônia e edema (retenção hídrica).

a) Plantas Mediciniais Tradicionais: *Lavandula officinalis* Chaix (Lavanda), cujos capítulos florais possuem ação analgésica, antiespasmódica e calmante, na forma de tintura: 40 a 60 gotas em meia xícara de água, 4x dia; *Vitex agnus castus* L. (Alecrim-de-angola ou Agnus-castus), com ação dopaminérgica e inibição da prolactina, "usada na Tensão Pré-menstrual e síndrome climatérica, na forma de chá em infusão das folhas ou do fruto seco na dose de 0,5 a 1,0 g, 3x dia" (Lorenzi; Matos, 2008 *Apud* Saad, *et al.*, 2009).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: cuidado em usar lavanda com depressores do SNC, etanol, benzodiazepínicos, narcóticos, pois potencializa seus efeitos. Cautela na gravidez. O agnus-castus pode causar prurido e urticária, cefaléia e queixas gástricas. Devido aumentar o fluxo menstrual, deve ser evitado na gravidez.

b) Fitoterápicos tradicionais: “*Borago officinalis* (Borragem), contendo ácidos graxos poli-insaturados (ácido linolênico), em cápsulas (1 a 2 cap./dia), regula vários sintomas da Tensão Pré-menstrual, além do efeito antiinflamatório e antioxidante” (Carvalho, 2004). *Oenothera bennis* L. (Prímula), com fitoesteróis (substâncias gordurosas) e ácidos graxos do óleo, na regulação dos hormônios sexuais femininos, em cápsulas: 1,5 a 4,0g/dia (Teske; Trentini, 1995).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: monitorar o uso do óleo de prímula e borragem com psicotrópicos, repositores hormonais e anticoncepcionais. Evitar doses excessivas, pois pode provocar náuseas, vômitos, diarreia e cefaleias.

c) Outros Tratamentos Complementares: Dietoterapia: suplementos hepatoprotetores, como a ação antioxidante da silimarina (*Silybum marianum*: Cardo-mariano); suplementos vitamina A ou betacaroteno, vitamina E, vitamina do complexo B, magnésio (na irritabilidade e excitação nervosa).

11.2.6 A Síndrome Climatérica (SC): que acontece na mulher depois da última menstruação (menopausa), entre os 45 a 52 anos, podendo se estender até os 60 anos. “Queda da estimulação ovariana pelos hormônios hipofisários (FSH e LH), com redução de estradiol e progressiva atrofia ovariana” (Alonso, 2008).

Apresenta os seguintes sintomas: ondas de calor (fogachos); dores de cabeça e tontura; humor depressivo e alterações da libido; alterações da pele (ressequida) e vulvo-vaginal (atrofia, ressecamento vaginal); dores articulares e tendência à osteoporose; sobrepeso ou obesidade.

A Fitoterapia surge como uma alternativa natural e viável à terapia de reposição hormonal sintética, sem causar os efeitos colaterais indesejáveis ou quando é contraindicada.

Plantas Mediciniais Tradicionais: Temos as plantas medicinais emenagogas (ervas ou substâncias que podem induzir a menstruação): ou seja, que provocam, antecipam e aumentam a quantidade do fluxo menstrual. São indicadas nos casos de dismenorreia (menstruação com intensa cólica) e amenorreia (ausência de menstruação). As plantas possuem fitoestrógenos que atuam regulando esses distúrbios e ajudam o sistema endócrino em apoio à deficiência hormonal.

Entre elas temos: *Pimpinella anisum* L. (Anis ou Erva-doce), com ação analgésica e estrogênica; *Salvia officinalis* L. (Sálvia), atuando como antioxidante, estrogênica e calmante; *Vitex agnus castus* (Alecrim-de-angola ou Agnus-castus), ação inibitória do FSH e prolactina a nível hipofisário; *Ocimum basilicum* L. (Alfavaca), com ação emenagoga e antiespasmódica.

Prescrição (\*): *Calendula officinalis* (Calêndula), flores secas 20 mg + *Salvia*

*officinalis* (Salvia), flores 20 mg + *Pimpinella anisum* (Erva-doce), frutos 10mg + *Matricaria chamomilla* (Camomila), capítulos florais 10 mg.

Modo de uso: Chá em infusão em 500ml de água, tomar 3 xícaras chá/dia.

(\* Fórmula modificada do Colégio Oficial de Farmacêuticos de Vizcaya (Alonso, 2008).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: cautela ao usar alfavaca com hipoglicemiantes orais e insulina. Evitar uso excessivo na gravidez e lactação, embora estimule a produção de leite materno.

b) Fitoterápicos Tradicionais: plantas com ação hormonal: *Glycine Max* (soja), cujas isoflavonas (Compostos orgânicos: genisteína e daidzeína) com ação estrogênica; *Cimicifuga racemosa* (Cimicifuga), com ação hormonal da isoflavona, reduzindo o LH; *Oenothera biennis* Scop (Prímula), com ação anti-prolactina do óleo (1,5 a 4,0 g/dia), contendo ácido linolênico, que reduz as dores e mastalgia (dor mamária).

Estudos com extratos de cimicifuga demonstraram efeitos satisfatórios nos casos de “oligomenorréia (menstruação pouco frequente), dismenorreia (dor uterina), Tensão Pré-menstrual, sintomas neurovegetativos associados a metrorragia (sangramento uterino) (...)” (Saad *et al.*, 2009).

Emprega-se o extrato seco: 40 a 320 mg/dia. Vários produtos fitoterápicos tradicionais comerciais: Clifemin, Mencirax, Cimicifuga Herbarium, etc.

Plantas com atividade anti-hemorrágica, antiespasmódica e anti-inflamatória, atuando na musculatura lisa uterina e nos vasos, nas metrorragias e cólicas menstruais: *Calendula officinalis* (Calêndula), *Matricaria chamomilla* (camomila), *Hydrastis canadensis* (Hidraste), *Equisetum arvense* (Cavalinha). *Urtica dioica* (Urtiga), *Rosmarinus officinalis* (Alecrim), *Gossypium herbaceum* (algodão).

Prescrição: plantas anti-hemorrágicas e analgésicas (\*): *Matricaria chamomilla* (Camomila), extr. Seco 100mg + *Rosmarinus officinalis* (Alecrim), extrato seco 20mg + *Urtica dioica* (Urtiga), extrato seco 100 mg + *Equisetum arvense* (Cavalinha), extrato seco 500mg.

Modo de usar: Tomar uma cápsula de 12/12 horas. (\*Fórmula modificada do Colégio Oficial de Farmacêuticos de Vizcaya (Alonso, 2008).

### 11.3 AFECÇÕES DERMATOLÓGICAS AGUDAS

A pele é considerada o maior órgão do corpo, com ação protetora de agressões, tátil e reguladora da temperatura, pela ação das glândulas sudoríparas, dos pelos e da camada de gordura. É constituída de três camadas: epiderme (barreira protetora); derme (tecido conjuntivo, glândulas, vasos sanguíneos, músculos e terminais nervosos); hipoderme (tecido adiposo, vasos maiores e nervos).

As enfermidades e lesões dermatológicas que respondem ao tratamento com drogas vegetais incluem: processos traumáticos leves, infecciosos, inflamatórios,

alérgicos e afecções micóticas e ecto-parasitárias.

A maioria dos produtos vegetais empregados nas afecções dermatológicas é manipulada em farmácias, mais comumente de uso externo (tópico). Mas temos plantas usadas por via oral.

11.3.1. Alergias cutâneas e eczemas: podem ser de origem alimentar, medicamentosa (farmacodermia: reações cutâneas adversas a medicamentos) ou por contato com substância química; quando por picada de insetos ou fotodermia (contato com plantas tóxicas) normalmente as lesões são mais localizadas.

A urticária gigante (placas eritematosas disseminadas, prurigo) induzida por drogas e o angioedema (inchaço ou inflamação), que cursa com edema dos lábios, pálpebras, língua e algumas vezes desfigurante, necessita de atendimento de urgência em pronto atendimento, pois pode evoluir com reação anafilática, não foi incluída neste tópico.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: plantas de ação vulnerável, hidratante, antipruriginosa (alivia coceiras) e emoliente (suaviza a pele): *Aloe vera* L. (Babosa), com ação antiinflamatória, umectante e cicatrizante, contém alantóina (propriedades suavizantes) e mucilagens; *Bryophyllum calycinum* Salisb (Pirarucu), com atividade antipruriginosa e calmante; *Scoparia dulci* (Vassourinha), cujo sumo das folhas e sumidades florais possui ação nas dermatoses; *Pothomorphe peltata* (L.) Miq (Malvarisco ou Pariparoba), nas dermatoses que evoluem com infecção fechadas (furúnculos); *Portulaca pilosa* L. (Amor-crescido), cujas folhas possuem mucilagens, com ação emoliente, cicatrizante e antibacteriana.

Prescrição: *Bryophyllum calycinum* (Pirarucu), folha...3 folhas + *Aloe vera* (Babosa), gel....1 folha + *Scoparia dulci* (Vassourinha), folha/frutos....1 galho + *Portulaca pilosa* (Amor-crescido), folhas....1 punhado.

Modo de uso: Retirar o sumo das plantas, adicionando um pouco d'água, espremer, coar e aplicar sobre as lesões, deixando secar no corpo por 30 min., 3/4x dias, depois tomar banho.

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: utilizar o malvarisco (Pariparoba) em afecções de baixa gravidade e curtos períodos e evitar na gravidez e lactação.

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Matricaria chamomilla*, (Camomila), como antiinflamatória em associação com *Calendula officinalis* L. (Calêndula), ação cicatrizante e antialérgica auxiliar nas alergias, na forma de tintura: 40 a 60 gotas em ½ xícara d'água, 4x dia. Para a criança a dose é a metade; *Echinacea purpurea* L. (Equinácea), com ação imunestimulante e moduladora nas alergias, em cápsulas: 1 cap. 3x dia, até desaparecimento das lesões; *Uncaria tomentosa* DC. (Unha-de-gato), com ação antiinflamatória e imunomoduladora, na forma de cápsula: 1 cap. 3x dia, ou decocção da casca: 0,5g (1 col. café) em 150ml (1 xíc. chá), tomar 2 a 3x dia; *Arctium lappa* L. (Bardana), “nas dermatites descamantes, como os eczemas, em infusão das folhas ou a tintura (1:10) em álcool de cereais a 45%, tomar 8 a 12

ml, 3x dia, até desaparecimento das lesões” (Lameira; Pinto, 2008).

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: o uso de unha-de-gato com as mesmas restrições, interações e cuidados do item 11.6.2 a. A bardana pode provocar distúrbios de hipersensibilidade. Cuidado com hipoglicemiantes orais e insulina (diabetes).

c) Outros Tratamentos Complementares: Dietoterapia, restrição de alimentos alergênicos, carnes embutidas, enlatados, sucos de caixa, mariscos, biscoitos com recheio, refrigerantes em geral. Hidroterapia: Banhos frios com sabonete de Calêndula. Aromaterapia: Lavanda, uso tópico dos óleos via tópica e aromática.

11.3.2 Afecções bacterianas: estas evoluem com infecção bacteriana e respondem satisfatoriamente com o uso tópico de plantas e drogas vegetais. Entre elas temos: Erisipela, impetigo, piodermite, abscesso, furunculose, feridas superficiais.

Apresentam sinais de inflamação (calor, rubor, edema e dor local), formando pequena ou grande vesícula, que pode romper e drenar secreção purulenta, coberta com crosta espessa amarronzada.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: “*Pothomorphe peltata*” (L.) Miq (Malvarisco ou Pariparoba), nas dermatoses que evoluem com infecção fechadas” (Iepa, 2005).

*Bryophyllum calycinum* Salisb. (Pirarucu ou folha-da-fortuna), com propriedade antibacteriana, anti-inflamatória e cicatrizante; *Portulaca pilosa* L. (Amor-crescido), cujas folhas possuem mucilagens com ação emoliente, cicatrizante e antibacteriana; *A. chica Verlot* (pariri ou crajiru), com ação anti-inflamatória e cicatrizante.

Prescrição: *Bryophyllum calycinum* (pirarucu), folha.....3 folhas + *Aloe vera* (Babosa), gel.....1 folha + *Plectranthus peltata* (malvarisco), folha .....1 folha + *Arrabidaea chica* (Pariri), folha .....10 folhas.

Modo de uso: Faz-se o chá em tisana do pariri com 2 copos d’água (200ml). Colocar o chá, as folhas e o gel no liquidificador e bater. Aplicar o sumo nas lesões, em cataplasma, protegendo com pano ou gaze esterilizada, 2x dia, até resolução da lesão.

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: o pariri (crajiru) deve ser usado em afecções de baixa gravidade e em curtos períodos, evitando o uso interno (oral) na gravidez e lactação.

Nos furúnculos e abscessos ainda não supurados, aplicar sumo do “*Bryophyllum calycinum* (folha-da-fortuna) e polpa das sementes de *Momordica charantia* (melão-de-são-caetano), adicionada em azeite morno de *Carapa guianensis* (andi-roba), 3x dia, até a drenagem da secreção purulenta” (Almeida, 1993).

b) Fitoterápicos Tradicionais: *Carapa guianensis* Aublet. (andi-roba), cujo azeite é usado nas infecções bacterianas superficiais, na concentração de 2% a 5%, em aplicações 3x dia, comprovado em ensaios pré-clínicos em associação *Copaifera spp.* (copaíba), com ação desinfetante e cicatrizante, conforme estudos feitos por Carvalho (2004). *Caesalpinia ferrea* Mart (jucá), com ação analgésica, anti-inflamatória e cicatrizante, na forma de tintura (1:5, solução hidroalcoólica 45%), 30 gotas, 3x

dia; em uso tópico, pomada, creme a 5% (extrato glicólico), ou como gel à 8%; “*Pentaclethra filamentosa Benth* (pracaxi), o pó da casca, rica em tanino, é antiinflamatório em úlceras e feridas” (Vieira, 1991).

*Calendula officinalis* L. (calêndula), com ação cicatrizante e vulnerária; “*Hydrastis canadensis* (hidraste), como antibiótico, antiinflamatório e imunestimulante, em tintura (1:5): 1 a 1,5 colher de chá; extrato sólido, via oral: 250-500mg” (Murray; Pizzorno, 1994; Carvalho, 2005).

O gel do Jucá foi usado em projeto experimental pelo IEPA, “em úlceras de pés diabéticos com resultados satisfatórios, sendo incorporado na 1ª Edição do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira” (Brasil, 2011). Fazia parte do unguento composto de copaíba, babosa e jucá, usados nas lesões superficiais do tegumento, com as propriedades antisséptica, bactericida, cicatrizante e antiinflamatória.

c) Outros Tratamentos Complementares: Hidroterapia: calor/compressas mornas nos furúnculos, antrazes e abscessos não supurados, usando chás medicinais (pariri, jucá, cajueiro, calêndula); Dietoterapia: alimentação rica em vitamina A e vit. C; suplementos de betacaroteno e levedo de cerveja (complexo B). Suprimir a ingestão de alérgenos alimentares. Aromaterapia: óleos essenciais de Lavanda, Copaíba e Melaleuca, em aplicações locais, diluídos em óleo de coco.

11.3.3 Afecções Micóticas Superficiais: causadas por fungos que se depositam e se alimentam da queratina da pele, mucosas e anexos, podendo invadir a camada córnea, pelos e unhas e as mucosas (candidíase).

Pitíriase Versicolor (“Pano Branco”): causada pela levedura *Malassezia furfur* que vive como saprófita na pele humana. Forma máculas múltiplas, confluentes, hipocrômicas, eritematosas, com descamação fina, atingindo mais a face, pescoço, tronco e nuca.

Tineas (“Impigens”): são adquiridas por contato direto com o portador e solo contaminado, ou indiretamente por exposição a objetos, roupas contaminadas ou banhos públicos.

Tinea Pedis (Intertrigo): vulgarmente chamada de “pé-de-atleta” ou “frieira”, causada pelos fungos *Trichophyton rubrum* e *Epidermophyton floccosum*, que causa descamação, maceração e fissuras dos espaços interdigitais dos pés. Pode complicar com infecção bacteriana.

Tinea Capitis: acomete o couro cabeludo, devido a fungos como *Microsporum canis* e *Trichophyton rubrum*, muito comum em crianças, com coceira e queda de cabelo, deixando áreas de alopecia (Tinea tonsurante). Transmitida pelo cão e gato, contágio inter-humano direto ou objetos contaminados. Quando causada pelos *Microsporum canis* pode evoluir para uma forma de abscesso (tecido inflamado com pus) chamada querion, com pústulas e micro-abscessos, que eliminam secreção purulenta.

Tinea Barbae: na face e pescoço, causada, com intenso processo inflamatório

semelhante ao tipo querion ou lesões anulares pápulo-escamosas, ou semelhante à foliculite bacteriana (sicose da barba).

**Tinea Corporis:** por fungos dermatófitos (*Microsporum*, *Trichophyton* e *Epidermophyton*) a transmissão é a mesma da tinea capitis. São três formas: vesicular, anular e em placas, únicas ou múltiplas, bastante pruriginosas.

**Tinea Cruris:** mesmos agentes causadores da tinea pedis, caracterizando-se por lesões eritemato-escamosas na região perineal, inguino-crural e terço proximal da coxa, comum nos idosos e diabéticos.

**Tinea Ungueal (Onicomiose):** atinge as unhas, pelos mesmos fungos da tinea cruris/pedis, caracterizada pela lesão da lâmina ungueal, com unhas deformadas. O tratamento convencional com antimicóticos locais é de duração prolongada, sendo de 6 semanas nas mãos e 3 a 4 meses nos pés.

**Plantas Medicinais Tradicionais:** plantas com princípios antimicóticos, em micoses superficiais: *Vatairea guianensis* Aubl (fava-de-impingem ou Faveira), cuja semente, em uso tópico, combate os fungos; *Ruta graveolens* L. (Arruda), na forma de sumo das folhas ou a maceração (álcool) age nas micoses; “*Senna alata* L. (Mata-pasto, Mangerioba), cujas folhas combatem dermatoses e micoses; *Cassia occidentalis* L. (Fedegoso), com atividade inibidora de dermatófitos e antibacteriana” (Vieira, 1991; Robineau *et al.*, 1996).

*Momordica charantia* L. (Melão-de-são-caetano), sumo das folhas e frutos nas ecto-parasitoses); “*Carapa guianensis* Aublet (Andiroba), casca em pó contra micoses, exantemas e outras doenças de pele” (Saad *et al.*, 2009). O óleo de andiroba também é considerado antifúngico e antiinflamatório.

Estudos feitos com extrato das folhas de mata-pasto (*Sarracenia alata*) para detectar propriedades antifúngicas, realizados por Benjamin, Lamiketra (1981 *apud* Robineau *et al.*, 1996), mostraram-se ativo contra vários dermatófitos e *Staphylococcus aureus* e *Pseudomonas aeruginosa*, além de outros germes (*Streptococcus pyogenes*, *Escherichia coli*, *Klebsiella pneumoniae* e *Serratia marcescens*), nas afecções bacterianas associadas.

**Prescrição:** *Ruta graveolens* (Arruda) folha...5 galhos + *Cassia occidentalis* (Fedegoso), folha...5 folhas + *Senna alata* (Mata-pasto) folha...10 folhas + *Momordica charantia* (Melão-são-caetano), folhas...20 folhas.

**Modo de uso:** Retirar o sumo das folhas em 200 ml de água (1 copo americano), bater no liquidificador e aplicar no local afetado, por 30 min., 2x dia, até o desaparecimento das lesões.

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: o fedegoso, arruda e mata-pasto não devem ser usados por via oral nas grávidas, devido serem abortivos.

**Fitoterápicos Tradicionais:** *Melaleuca alternifolia* (melaleuca, Tea tree), cujo óleo essencial é germicida, antisséptico e antimicótico; “usa-se o óleo em preparações tópicas a 5% ou 10% ou compressas, 3 a 5 gotas” (Saad *et al.*, 2009).

*Arctium lappa* L. (Bardana), nas micoses, frieiras e dermatite seborreica (caspa), em compressa da decocção de raiz fresca. E conforme indica Panizza;

Veiga; Almeida (2012), ainda na forma de decocção da raiz, aplicar compressa 3x dia nas lesões.

Entre os fitoterápicos tradicionais de uso tópico, o IEPA dispunha dos sabonetes e tintura de faveira, sabonetes de melão-de-são-caetano e andiroba, indicados como auxiliares nas micoses diversas.

Outros Tratamentos Complementares: higiene corporal, com banhos diários, evitar contato com animais e roupa íntima de desconhecidos; passar no ferro elétrico todas as roupas. Aromaterapia: Lavanda + Melaleuca, os óleos essenciais diluídos em óleo carreador, passando nas lesões.

11.3.4 Ectoparasitoses: infestam a pele e anexos em busca de alimento. Atacam principalmente as crianças, temos os causadores da escabiose (*Sarcoptes scabiei*) e da pediculose (*Pediculus humanus capitis* e *Phthirus púbis*).

11.3.4.1 Escabiose (Sarna): o ácaro fêmea, que penetra na pele até a camada córnea, onde forma pequenos túneis. Os ovos depositados liberam ninfas, causando prurido, erupções cutâneas e lesões pápulo-vesiculosas. Atinge quem tem hábitos higiênicos precários, nas pregas cutâneas e interdigitais.

11.3.4.2 Pediculose (Piolhos): causada por insetos (piolhos) que se nutrem de sangue e se instalam nos pelos da cabeça. A transmissão é feita pelo contato e uso de roupas e objetos (pentes, escovas e toucas). A coceira e lesões exsudativas (purulentas) podem evoluir para infecção secundária. Quando atinge os pelos da região pubianas, causada pelo *Phthirus púbis*, é chamada de Ftíriase, que pode ser transmitida pelo contato sexual. Outros insetos, como a “pulga do homem” (*Pulex irritans*) e a *Tunga penetrans* (“bicho-do-pé”) causam, respectivamente, a Pulicose e a Tungíase.

11.3.4.3 Mííase (Berne ou “bicheira”): trata-se da infestação da pele por larvas de moscas. Na mííase primária (berne), a larva penetra na pele e são depositadas em feridas e cavidades corporais. Causada pela mosca varejeira (*Dermatobia hominis*). Acomete mais o couro cabeludo e face. O nódulo, que contém a larva, possui um pertúito (orifício) central, por onde a larva aparece de forma intermitente. Ocorre dor em ferroadada (latejante), linfonodos aumentados, infecção secundária, celulite ou abscesso.

a) Plantas Medicinais Tradicionais: *Ruta graveolens* (Arruda), o sumo das folhas contra a pediculose; *Bryophyllum calycinum* Salisb. (Pirarucu ou folha-da-fortuna), antibacteriana, antiinflamatória e cicatrizante, nos casos que evoluem com infecção secundária, como no querion e na mííase; *Chenopodium ambrosioides* L. (mastruz), atividade tópica vermicida, escabicida e pediculicida (Iepa, 2005; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.).

*Momordica charantia* (melão-de-são-caetano), sumo das folhas com forte atividade inseticida; *Mentha spicata* L., *Mentha crispa* L. (Hortelã), com ação anti-pruriginosa nas dermatites e picadas de insetos.

Prescrição: *Ruta graveolens* (Arruda), folha fresca...40 + *Momordica charantia*

(Melão de-são-caetano) folha.....30+ *Mentha spicata* (Hortelã) folha.....20 + *Cbenopodium ambrosioides* (Mastruz), folha.....20g + *Bryophyllum calycinum* (Pirarucu), folha.....20g.

Modo de uso: fazer o chá em infusão da arruda e hortelã em 200 ml de água (1 copo), deixar esfriar. Macerar e esmagar as folhas com um pouco do chá. Em seguida, adicione o restante do chá ao sumo preparado. Aplicar sobre a lesão e proteger com gaze ou pano limpo, 2x dia. Esfregar no couro cabeludo e colocar uma touca, deixando ficar por 1 hora.

• Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: O saião (*Kalanchoe crenata* ou *B. pinnatum*) usar somente nos casos de infecção secundária, abscesso ou celulite, com efeito antibiótico (Panizza; Veiga; Almeida, 2012). A arruda somente por uso tópico.

Uma sugestão de tratamento caseiro para Pediculose (piolhos) é o xampu popular difundido pela EMATER. Com 1 (um) maço de arruda, 15 folhas de anador ou falso boldo, 20 folhas de melão-de-são caetano, ½ barra de sabão de coco.

Preparo: raspar o sabão e colocar em água fervente, mexendo até derreter. Deixar esfriar. Bater no liquidificador as plantas com 1 copo de água fria. Coar o suco das plantas e juntar com sabão. Guardar em vidro com tampa. Modo de uso: ensaboar os cabelos, deixando por 1 hora; enxaguar bem os cabelos. Repetir durante 8 dias e depois 1 vez por semana.

Fitoterápico Tradicional: *Momordica charantia* (Melão-de-são-caetano), na forma de extrato aquoso; *Caesalpinia ferrea* Mart. (Jucá), na forma de gel tópico, como cicatrizante. *A. chica* (Pariri), como anti-inflamatório e cicatrizante. *Calendula officinalis* L. (Calêndula). *Hydrastis canadensis* (Hidraste), como antibiótico, antiinflamatório e imunoestimulante, “via oral: tintura (1:5): 1 a 1,5 colher de chá; extrato sólido, via oral, em pó (4:1): 250-500mg” (Murray; Pizzorno, 1994).

Outros Tratamentos Complementares: remoção manual dos piolhos e lêndeas do cabelo na Pediculose; remoção com pente fino, antecedido da aplicação de vinagre no cabelo; evitar andar descalço e o contato físico com animais transmissores (cão e gato). Aromaterapia: óleo essencial de orégano e melaleuca, diluído com óleo de coco, aplicado sobre as lesões e no couro cabeludo.

#### 11.4 AFECÇÕES ANÊMICAS E CARENCIAIS

O sangue é constituído por uma parte líquida (plasma), com 90% de água, e uma parte de células sanguíneas: brancas, de defesa do organismo (leucócitos), vermelhas, que transportam O<sub>2</sub> e CO<sub>2</sub> (hemácias) e as plaquetas (trombócitos) responsáveis pela coagulação do sangue.

Pelo ensinamento convencional, científico e acadêmico aprendemos que as células do sangue são produzidas na medula óssea dos ossos (hematopoiese) e renovadas a cada 4 meses (120 dias), sendo destruídas no baço e substituídas por células novas.

Sem querer divergir desse ensinamento, mas nas medicinas naturais e na Naturopatia acredita-se que o sangue é renovado não pelos ossos e sim no tubo digestivo, onde ocorre a absorção de água e dos nutrientes. A teoria acredita que é no ventre que se elabora o sangue e onde se originam as doenças. “Não há doente com boa digestão como não pode existir pessoa saudável com digestão cronicamente perturbada” (Pastoral da Saúde, 1997).

A anemia é um distúrbio síndrome que se caracteriza laboratorialmente pelas baixas taxas de hemoglobina (pigmento das hemácias), queda do hematócrito (baixa concentração do sangue) e redução do número e tamanho das hemácias.

**TABELA 4 - VALORES MÉDIOS LABORATORIAIS DE NORMALIDADE DA SÉRIE VERMELHA DO SANGUE**

MÉDIA POR IDADE	HEMÁCIAS (milhões/mm <sup>3</sup> )	HEMOGLOBINA (grama/%)	HEMATÓCRITO (%)
Homem	4,5 a 5,9	14,0 a 18,0	39 a 54
Mulher	3,9 a 5,3	12,0 a 15,5	37 a 46

Fonte: Adaptada pelo autor: Ataíde, 2006.

Os sintomas, além da doença básica, são: palidez intensa (cutâneo-mucosa), fraqueza e astenia, dores musculares, tontura, turvação da vista, extremidades frias, queda da pressão (hipotensão), calafrios, anorexia (falta de apetite), irritabilidade e outros sintomas mentais.

Neste item, vamos tratar das anemias hipocrômicas ferroprivas, por deficiência de ferro, Vit. B12 e Vit. C, que ocorre por deficiência na ingestão de alimentos, com insuficiente suprimento de ferro e outras substâncias. As parasitoses intestinais evoluem com grau acentuado de anemia.

Assim as plantas medicinais atuam fornecendo esses nutrientes na forma mais absorvível pelo intestino (sais ferrosos) e os demais minerais e vitaminas.

Plantas Mediciniais Tradicionais: *Arrabidaea chiba* Verlot. (Pariri), com flavonóides (quercetina), ferro assimilável e cianocobalamina; *Spilanthes oleracea* Jacq. (Jambu), contendo proteínas, vitaminas B1, B2 e vit. C.; *Spilanthes acmella* Murr. (Agrião-do-pará), com minerais (Ca, K, Na, P e ferro); *Persea americana* Mill. Abacateiro), caroço ralado (pó) diluído em água ou” chá em infusão das folhas irá auxiliar nas anemias” (Lameira; Pinto, 2008).

*Pereskia aculeata* Mill (Ora-pro-nóbis), as folhas contêm proteínas (25%), aminoácidos e minerais como Ca, P e Mg; *Manihot esculenta* Crantz (Maniçoba), as folhas cozidas ou desidratadas (pó), acrescidas no prato de comida: 1 col. das de chá do pó, 2x dia; E ainda tem a “*Cucurbita pepo* (Jerimum), onde as sementes secas contêm ácidos graxos (oleico e linoleico), proteínas (38%),  $\alpha$ -tocoferóis e

carboidratos (37%), além de vermífuga” (Iepa, 2005; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

*Talinum triangulare* Jacq. Willd (Cariru), com fibras, vitamina A e minerais (Fe e Ca), em saladas cruas; *Hibiscus sabdariffa* L. (Vinagreira), folhas com vit. A, C e D, minerais (Ca, Fe, P) e aminoácidos essenciais.

Prescrição: Suco de plantas vitamínicas/remineralizantes: *Arrabidaea chica* (Pariri), folha seca.....10 folhas + *Persea americana* (Abacateiro), folha seca...03 folhas + *Spilantbes acmella* (Agrião-do-pará), folha fresca.....01 punhado + *Spilantbes oleracea* (Jambu), folha fresca.....01 punhado + *Talinum triangulare* (Cariru), folha fresca.....04 galinhos.

Modo de uso: Fazer o chá em infusão de pariri e abacateiro, em 2 copos de água. Esfriar. Coar. Colocar o chá no liquidificador e bater junto com as demais plantas. Tomar 1 xícara de chá, 3x dia, por 30 dias. A dosagem para as crianças é pela metade e o chá é feito com 1 copo d’água, tomando 1 xíc. Café, 3x dia, por 20 dias.

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: o agrião-do-pará ou agrião bravo, possui um efeito analgésico na mucosa quando os capítulos florais são mastigados; o jambu possui o mesmo efeito, mas com menor potência anestésica, podendo ser ingerida. Devem ser usados em afecções de baixa gravidade e por curto período. A maniçobeira deve ser desidratada (triturada/pó) ou bem fervida, previamente, para consumo humano, pois contém ácido cianídrico, podendo causar intoxicação por cianeto.

Prescrição: Salada crua, refogados ou sopas: *Cucurbita pepo* (Jerimum), folha fresca.....1 folha + *Manibot esculenta* (Maniçobeira), folha/seca/pó.....20 g + *P. aculeata* (Ora-pro-nóbis), folha...1 punhado + *Hibiscus sabdariffa* (Vinagreira), folha.....1 punhado.

Modo de uso: Cortar as folhas em tiras, refogar e acrescentar nas saladas com outros legumes, sopas e refogados. Folhas de maniçobeira desidratadas, na sombra, por 3 a 4 dias, antes do uso, para eliminar o ácido cianídrico, que é tóxico. O pó das folhas de maniçobeira, jerimum, melancia e batata-doce, podem ser acrescentados no final do cozimento ou direto no prato de comida, para suplementar a alimentação de crianças distróficas, com baixo peso.

- Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: a vinagreira (hibisco) deve ser usada com cautela com diuréticos e nos cardiopatas graves, devido ao efeito diurético. Evitar na gravidez, devido efeito mutagênico (Teske & Trentini,1995).

Fitoterápicos Tradicionais: *Medicago sativa* L. (Alfalfa), rica em aminoácidos, vit. Complexo B, carboidratos complexos e minerais; *Avena sativa* (Aveia), com polissacarídeos, vitaminas (A, B1, B2, B3, D e E) e minerais, benéficos para o sangue; *Spirulina maxima* (Spirulina): alga altamente nutritiva com efeito dietético. *Chlorella pyrenoidosa* (Chlorella): alga rica em nutrientes (aminoácidos, vitaminas e sais minerais), ativadora do sistema imunitário; De acordo com estudos, “*Pfafia paniculata* Mart. (fáfia), fortalece o sangue, aumenta a taxa de hemoglobina e o

número de hemácias” (Tesk; Tretini, 1995; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

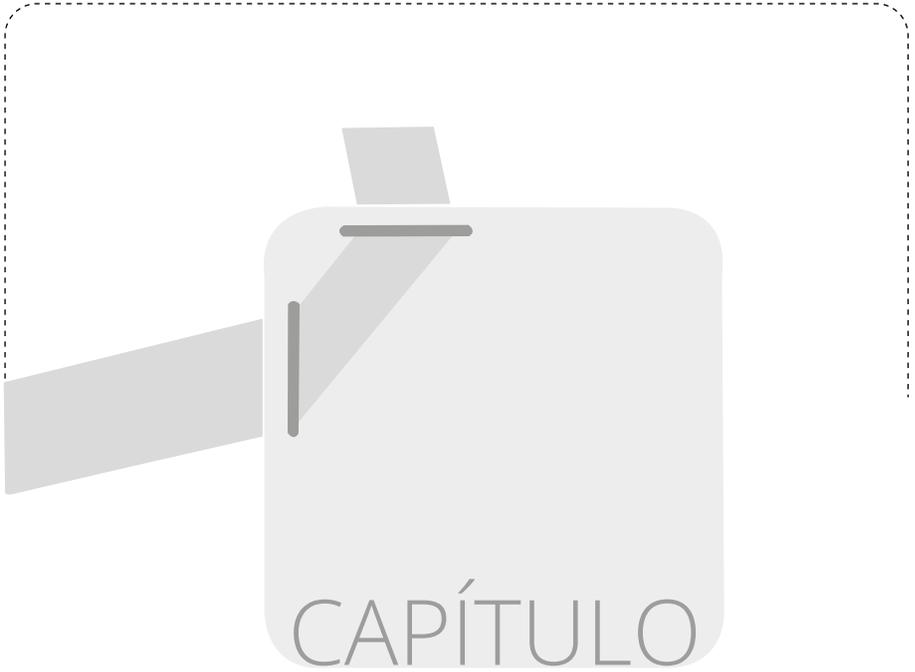
Prescrição: Composto tônico-vitamínico: *Medicago sativa* (Alfafa), pó...300mg + *Spirulina maxima* (Spirulina), pó...1,0g + *Chlorella pyrenoidosa* (Clorela), pó.....300mg + *Pfaffia paniculata* (Fáfia), pó....2,5g (Dose diária).

Modo de uso: Tomar a dosagem diária, em cápsula, 3x dia, antes das refeições.

• Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: a alfafa, devido ao alto teor de vitamina K deve ser evitada com anticoagulantes, hemostáticos, estrogênicos, no Lúpus e evitado na gravidez e lactação. A fáfia com as mesmas restrições do item das doenças autoimunes (impotência sexual).

c) Outros Tratamentos Complementares: acrescentar grãos integrais (gergelim, girassol, castanhas, gérmen de trigo, farelo de trigo), torrados ou triturados (ração), colocando na comida, vitaminas, sopas e mingaus; Levedo de cerveja, 1 colher de café, no final do cozimento ou ½ colher de café direto no prato.

• Interações, Contraindicações e Efeitos adversos: Em geral as algas são bem toleradas na suplementação, mas a espirulina deve ser consumida em doses progressivas, pois, ocasionalmente, pode causar desconforto gástrico, diarreia e vômitos. Evitar nos hipertensos, pois contém alto teor de cloreto de sódio.



# 12

# MEDICAMENTO FITOTERÁPICO TRADICIONAL

Neste capítulo, discute o uso de medicamentos fitoterápicos tradicionais, abordando sua aplicação e regulamentação no Brasil e no mundo. Destaca-se a diferença entre plantas medicinais e fitoterápicos, sendo que os mais recentes são regulamentados pela ANVISA e exigem critérios específicos para produção e registro.

A legislação brasileira, especialmente a RDC nº 17/2000 e a RDC nº 14/2010, estabelece normas para o registro de fitoterápicos tradicionais, que devem demonstrar segurança e eficácia com base em seu uso histórico. A ANVISA promove categorias como “medicamento fitoterápico tradicional” e “droga vegetal notificada”, facilitando a inclusão de espécies nativas e aclimatadas no mercado.

O texto também menciona a importância de instituições científicas na pesquisa e validação do uso de plantas medicinais, além de apresentar um repertório de espécies que podem ser utilizadas como fitoterápicos tradicionais, com base em experiências clínicas e literatura científica. A inclusão dessas plantas é fundamental para o reconhecimento e valorização da medicina tradicional, especialmente na Amazônia.

## 12.1 REPERTÓRIO DE PLANTAS MEDICINAIS

Buchal (1998 *apud* Ataíde 2006) recomenda que, diante da extensão das espécies medicinais, se eleja um número definido de plantas, o qual chama de “repertório de espécies”, para início de estudo e prática fitoterápica.

Na tabela 5, constam as plantas consideradas drogas vegetais notificadas (RDC 10/2010), prescritas no IEPA e conforme a experiência clínica do autor (16 plantas), relativas ao período de 1997 a 2002, que poderão servir como potencial matéria prima para a elaboração de fitoterápicos tradicionais.

Nesta publicação foram incluídas 61 espécies descritas na tabela 5, como fitoterápicos tradicionais, consideradas drogas vegetais notificadas, baseadas no Anexo I da RDC nº 10/2010 e bibliografias mais recentes, tais como as obras da Embrapa Amazônia Oriental do CONBRAFITO e a listagem de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, além da experiência clínica do autor.

As espécies medicinais empregadas como auxiliar em patologias de baixa gravidade, atendendo os itens da RDC 14/2010, constam na experiência clínica do autor, particularmente as descritas em obras bibliográficas amazônicas (Vieira, 1991; Almeida, 1993; Van Den Berg, 1993; Pimentel, 1994; Carvalho, 2005; Iepa, 2005; Ataíde, 2006).

## 12.2 FORMAS DE APRESENTAÇÃO DE FITOTERÁPICOS TRADICIONAIS

Conforme a RDC 17/2000, fitoterápico é todo medicamento tecnicamente obtido e elaborado empregando-se exclusivamente matérias primas vegetais com finalidade profilática, curativa ou para fins de diagnóstico, com benefícios para o usuário.

O fitoterápico possui as seguintes características:

Existência de dados seguros de sua eficácia, dos riscos de seu uso e da constância de sua qualidade;

Não pode ter em sua composição substâncias ativas de outras origens incorporadas ou misturadas, mesmo que de origem vegetal;

Pode conter adjuvantes farmacêuticos, previstos na legislação.

Entre as formas de apresentação mais comuns:

12.2.1 Tinturas: são macerados concentrados de plantas, utilizando como substância solvente a água, álcool ou vinho, à temperatura ambiente. Temos dois tipos:

a) Tintura de planta seca: feita com álcool diluído a 70% (300 ml de água destilada + 700 ml de álcool). Usa-se a planta seca a 10% (100 mg para 1 litro de álcool diluído). Despeje o álcool sobre a erva, em vidro fosco esterilizado, devendo o preparado curtir por 8 a 15 dias. Em seguida coar e guardar a tintura em vidros escuros;

b) Tintura de planta fresca: usamos o álcool puro, pois a água virá da própria planta fresca. Utiliza-se a proporção de 25% de planta, ou melhor, 250 g da droga fresca para 1 litro de álcool. A planta deve ficar num vidro totalmente coberta pelo álcool, em maceração por 10 dias, em local escuro. Depois coado e guardado em vidro escuro. Possui validade de 1 ano. As tinturas podem ser tomadas em gotas/ml, diluídas em água ou aplicadas topicamente adicionadas a pomadas e unguentos ou xaropes.

12.2.2 Xaropes: prepara-se uma calda, fervendo junto à água (1 parte em volume) com açúcar mascavo (5 a 2 partes) até ficar mais consistente, em panela esmaltada, barro ou de vidro. Quando estiver no ponto consistente, abaixa-se o fogo e acrescentam-se as plantas frescas ou secas, mexendo por 3/5 minutos. Primeiro coloca-se cascas, sementes e raízes. Depois folhas e flores no final da decocção. Retira-se do fogo, repousando por 10 minutos, coando e guardando em vidro escuro. Como conservante adicionar 15 gotas de extrato de própolis ou suco de limão.

12.2.3 Extratos: são produtos resultantes da concentração de uma solução extrativa, que pode ser uma infusão, decocção ou maceração. Temos três tipos: extrato fluido, extrato mole (20 a 25% de água), extrato seco (2 a 5% de água). Os extratos fluidos são usados em soluções alcoólicas, géis e emulsões. Os extratos moles possuem as mesmas aplicações do extrato fluido. Os extratos secos “são empregados em banho e máscaras cosméticas” (Sonaglio *et al.* 1999 *apud* Bertolucci; Cappele; Pinheiro, 2001).

12.2.4 Granulados: são formas farmacêuticas sólidas, que se apresentam na forma de grãos ou granulados irregulares. São obtidos pela aglomeração de matérias primas em forma de pó e de outros adjuvantes aglutinantes. Dependendo da matéria prima podem ser produzidos por via úmida (como xarope) ou por via seca (como goma-arábica).

12.2.5 Comprimidos: são formas sólidas resultantes da compressão de um preparado contendo o princípio ativo e excipiente auxiliar. É uma forma compacta, com uniformidade de conteúdo, dureza, desintegração, cedência, entre outros. Temos vários tipos: pastilhas, sublinguais, mastigáveis, efervescentes. As drágeas são comprimidos revestidos que apresentam melhor resistência ao suco gástrico.

12.2.6 Cápsulas: formas mais comuns, constituída por um invólucro que contém os constituintes ativos de planta única ou combinação. O envoltório pode ser duro (gelatina) ou mole (conteúdo oleoso). As plantas usadas estão na forma de pó ou mistura de pós. São acondicionadas em recipientes de vidro ou plástico, ou individualmente, em embalagens (blisters).

12.2.7 Pomadas: preparações de uso tópico, com componentes gordurosos de consistência mole. Podem ser classificadas em: propriamente ditas (gordurosas), ceratos, unguentos, cremes e loções (excipientes emulsivos), gel e pastas. Na composição (vaselina com lanolina anidra), é incorporado o produto fitoterápico tradicional.

12.2.8 Supositórios: são preparações de consistência firme, de aspecto cônico ou oval, para ser utilizada via retal. São preparadas por fusão e solidificação ou compressão em moldes de massa adequada, contendo substâncias medicamentosas.

**TABELA 5 – FITOTERÁPICOS TRADICIONAIS DA FARMACOPEIA BRASILEIRA: drogas vegetais notificadas, baseadas no Anexo I da RDC nº 10/2010**

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>1. ARRUDA= <i>Ruta graveolens</i></b> ( <i>Rutaceae</i> )	Toda planta	Uso externo. Combate sarna e piolhos. Repelente de insetos.	Analgésica, anti-reumática e anti-nefritica, vermífuga, emenagoga; em contusões, entorses e distensões (uso externo).	Não é indicado o uso interno. Não indicada na gravidez e lactância, pois é abortiva. Evitar associar com anticoncepcionais e anti-hipertensivos.	Farmacopéia, 1929 (1ªed.)Pinto; Santiago; Lameira, 2008; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Lorenzi & Matos, 2002; Fetrow & Avila <i>et al.</i> (2000 <i>apud</i> Panizza; Veiga; Almeida, 2012); Teske & Trentini, 1995.
<b>2. ALCAÇUZ= <i>Glycyrrhiza glabra</i> L.</b> ( <i>Fabaceae</i> )	Raiz	Afeções respiratórias alérgicas (tosses, asma, bronquite, rinites); Tensão Pré-menstrual; Afeções autoimunes (Sind. da Fadiga Crônica); auxilia nas dispepsias, gastrites e úlceras gástricas.	Ação antiviral, estimulante da imunidade e antioxidante; antiinflamatório gastrointestinal e hepatoprotetor. Adaptógeno e antialérgico.	Estimulante das defesas orgânicas: o pó da planta: 5 a 15g, 1x dia; extrato seco padronizado: 400mg, 2 a 3x dia; tosse e alergias respiratórias: tintura da raiz: 40 a 60 gotas em ½ xic. de água, 4 x dia.	Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Teske & Trentini, 1995; FARMACOPÉIAS, 1959;1977; 2002 (1ª ed., p. 64; 2ª ed., p. 43; 3ª ed., p. 803; 4ª ed. Parte II, p. 75); Alonso, 1998.
<b>TABELA – 5 Continuação...</b>					
PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>3. ALCACHOFR= <i>Cynara scolymus</i> L</b> ( <i>Asteraceae</i> )	Folha	Dispepsias e doenças gastrintestinais, hepáticas e vesiculares. Dislipidemias e hipercolesterolemia. Auxiliar na hipertensão e aterosclerose.	Atividade colagoga, colerética e hepatoprotetora Ação antiateroscleróticaLaxativa, antifatulenta e diurética.	Auxiliar no tratamento de hipercolesterolemia leve a moderada; Síndrome do intestino irritável e como digestivo: Tintura: 2,5 a 5,0 ml em ½ xic. d'água, 1 a 3x dia.	Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Lorenzi & Matos, 2008; FARMACOPÉIAS, 1959; 1977 (2ª ed., p. 81); Brasil, 2010b; Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª ed., p. 76).

<p><b>4. ALECRIM=</b> <i>Rosmarinus officinalis Labiatae (Lamiaceae)</i></p>	<p>Folha</p>	<p>Auxiliar nas afecções reumáticas; distúrbios circulatórios periféricos (hemorróidas). Dispepsias e distúrbios digestivos, hepáticos e respiratórios (gripes e resfriados). Surtos depressivos leves e Fadiga físico-mental.</p>	<p>Ação anti-inflamatória e analgésica em uso externo. Propriedade colagoga e colerética, sendo hepatoprotetor e estomático. Ativador da circulação periférica. Estimulante do SNC e antioxidante.</p>	<p>Afecções digestivas, circulatórias e hepáticas: Tintura: 10 a 20 gotas/dia. Extrato fluido em álcool a 45%: 2 a 4 ml, 3x dia. Em uso externo como xampu (5% do extrato glicólico), loções capilares a 3%.</p>	<p>Panizza; Veiga, Almeida, 2012; Teske &amp; Trentini (1995), cita o efeito antiinflam em estudos de Alcaez &amp; Jimenez; Lameira &amp; Pinto (2008) cita efeito antimicrobiano contra <i>Staphylococcus</i> e monilia; FARMACOPEIA, 1929;1959 (1ª ed., e 2ª ed.); Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª ed., p. 57).</p>
<p><b>5. ALFAFA=</b> <i>Medicago Sativa L. (Leguminosae)</i></p>	<p>Folha</p>	<p>Anemias carenciais; fraqueza geral e nas convalescenças; crianças distróficas, com distúrbios alimentares; escorbuto (deficiência de vit. C) e raquitismo.</p>	<p>Propriedade revigorante, nutritiva e vitamínica (B, C, D, E e K). Suplemento alimentar e antianêmica.</p>	<p>No uso interno: recomendado o pó: 300 mg a 1g/dia; Extrato fluido: 5-10 ml em álcool 25%; Tintura: 50 a 70 gotas em 1 xíc. d'água (150ml), 3x dia, por 30 dias.</p>	<p>Panizza; Veiga; Almeida, 2012, p. 48; Teske &amp; Trentini, 1995, p. 17- 18; Lorenzi &amp; Matos, 2002.</p>

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<p><b>6. ANDIROBA=</b> <i>Carapa guianensis Aubl. (Meliaceae)</i></p>	<p>Óleo das sementes</p>	<p>Inflamações agudas, dores reumáticas, contusões e infecções bacterianas tópicas. Picadas de insetos e repelente. Afecções respiratórias e da garganta (amigdalite, sinusite e faringite)</p>	<p>Aplicações tópicas como anti-inflamatório, anti-artrítico e cicatrizante. O uso interno em xarope composto como antisséptico pulmonar.</p>	<p>Uso interno apenas por 30 dias, devido risco de lesões renais. Sugere-se apenas aplicações em formulações tópicas (cremes, pomadas, xampus).</p>	<p>É atribuída a presença de limonóides a ação antiinflamatória, descrita por Carvalho, 2004; Pinto; Santiago; Lameira, 2008. A atividade febrífuga e anti-helmíntica é descrita por Vieira, (1991), sendo indicado o decocto das cascas a 10% (Teske &amp; Trentini, 1995).</p>
<p><b>8. ARNICA-BRASILEIRA=</b> <i>Solidago microglossa DC (Asteraceae)</i></p>	<p>Folha e inflorescências</p>	<p>Traumas, baques e contusões fechadas; dores articulares, artrites e artrose da coluna.</p>	<p>Propriedade antiinflamatória, analgésica, antisséptica e cicatrizante.</p>	<p>Em aplicações tópicas Tintura: adicionar 10 ml em vaselina sólida (100g de preparação final). Aplicar 6x dia.</p>	<p>O extrato aquoso mostrou efeito antiinflamatório em edema induzido por carragenina, conforme estudo de LIZ (2007) citado por Saad <i>et al.</i>, 2009; FARMACOPÉIA, 1929 (1ª ed., p.99); Lorenzi &amp; Matos, 2002; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.</p>

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>9. Aveia=</b> <i>Avena sativa</i> L. (Gramínea)	Sementes	Anemias carenciais; convalescença; distúrbios alimentares em crianças distróficas. Fonte de fibra alimentar.	Ação nutritiva, laxante, diurética, calmante. Suplementação protéica e vitamínica (A, B1, B2, PP, D e E)	Enfermidades da pele e queimaduras de sol: Decocto de 4 col. De sopa da droga rasurada em 1 litro d'água. Esfriar. Aplicar no corpo após o banho, sem remover. Extrato fluido: 3-5 ml, 3x dia; Tintura-mãe: 40 gotas, 3x dia.	Panizza, 1997; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Teske & Trentini, 1995.
<b>10. BARDANA=</b> <i>Articum lappa</i> L. (Asteraceae)	Raiz	Auxiliar no Diabetes II e artrite. Inflamações e dermatites crônicas descamativas (psoríase e eczemas), acne e seborreia.	Ação anti-inflamatória, cicatrizante, bactericida e fungicida (micoses, frieiras)	Para uso externo: xampus, tônicos capilares, cremes e loções (1 a 3 % do extrato glicólico). Decocto: 2,5 g da droga rasurada em 150ml de água. Tomar 1 xíc. chá, 2-3x dia.	FARMACÓPÉIA, 1929 (1ª ed., p. 118); Panizza, 1997; Coimbra, 1958; Garcia, 1998; Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª ed., p. 21).
<b>11. BERINJELA=</b> <i>Solanum melongena</i> L. (Solanaceae)	Fruto	Dispepsias e constipação intestinal. Dislipidemias e hipercolesterolemia  Auxilia no Diabetes II, emagrecimento, inflamações renais e reumatismo (gota e artrite).	Ação depurativa e alcalinizante do sangue; antioxidante e remineralizante. Propriedade laxante, anti-inflamatórias digestiva e hepática.	Planta em pó: 4 cápsulas de 500mg após as refeições, 3x dia. Suco do fruto: fatias de ½ fruto em suco de laranja (1 copo). Bater no liquidificador. Tomar em jejum nos regimes de emagrecimento.	Estudos in vitro em animais com uso de polpa ou mesocarpo e extratos têm demonstrado que seus componentes (flavonóides) diminuíram a absorção de colesterol (principalmente o LDL), conforme descreve Alonso, 2008.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁ- PICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>12. BOLDO=</b> <i>Peumus boldus</i> Mol. ( <i>Monimiacae</i> )	Folhas	Distúrbios digestivos; afecções hepáticas (hepatites) e das vesículas biliares; Cálculos renal e biliar; gota;	Propriedade colagoga e colerética, antiespasmódica. Ação antioxidante e diurética.	Para uso interno: Pó: 2 a 10g/dia; Tintura: 1:5 em etanol a 80%: 10 a 20 ml/dia; Extrato fluido (etanol a 80%): 1 a 2 ml/dia; Extrato seco: 400mg/dia.	Panizza; Veiga; Almeida, 2012; FARMACOPÉIA, 1959, 2002 (2ª ed., p. 150, 151, 434; 4ª ed., p.11); Teske & Trentini (1995), refere estudos in vitro de proteção das células hepáticas, como nos estudos de Lanhers, <i>et al.</i> (1991); Saad <i>et al.</i> (2009), citando Capasso <i>et al.</i> (2003), atribui à boldina o efeito estimulante da secreção gástrica, antiespasmódica e ação colerética.
<b>13. BORRAGEM=</b> <i>Borago officinalis</i> L. ( <i>Boraginaceae</i> )	Folha, Flor, Caule e óleo da semente.	As folhas e flores têm ação nas afecções respiratórias (tosse, catarro, bronquite), reumatismos e nas vias urinárias. O óleo da semente nas depressões leves, TPM, hiperatividade infantil e cirrose hepática. Afecções de pele: eczema, psoríase e envelhecimento precoce.	Como diaforética (sudorífero), tônica, galactagoga, expectorante, Adstringente e Antiinflamatório.	Para uso interno: Tintura: 1-4 ml/dia; Extrato aquoso: 1 a 2g/d; Extrato fluido: 4-6 ml/dia; Óleo em cápsula: 500 – 1500 mg/dia. Como fitocosmético: xampus, cremes e loções com o óleo.	A riqueza em ácidos graxos (ac. gama-linolênico) exerce efeito vasodilatador e Anti-inflamatório, devido ser precursor de prostaglandina (PGE1), conforme descrito por Carvalho (2004) e Teske & Trentini (1995), destacam ação restauradora das adrenais e a atividade calmante do SNC, citando estudos de Lamotte.
<b>14. CAJUEIRO=</b> <i>Anacardium occidentale</i> L. ( <i>Anacardiaceae</i> )	Casca do caule e folha.	Diarreias não infecciosas; Auxiliar no tratamento da Diabetes tipo II; Afecções da cavidade oral e garganta (aftas, gengivites, estomatite)	Ação antisséptica, cicatrizante, anti-dia-bética. Devido a ação adstringente tem indicação nas diarreias	Cuidado na associação com outros antidiabéticos, insulina, Anti-inflamatórios, corticoides e anti-coagulantes.	FARMACOPÉIA, 1929 (1ª ed); Coimbra, 1958; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Vieira (1991) recomenda seu uso como antidiabético, devido diminuir a glicose na urina.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
15. CALÊNDULA= <i>Calendula officinalis</i> L. (Asteraceae)	Flor	Afecções dermatológicas infectadas, úlceras varicosas e crônicas; dermatites alérgicas (eczemas, acne); micoses. Afecções da cavidade oral (periodontite, aftas, estomatite, faringites); leucorréias.	Ação antiinflamatória, antialérgica, cicatrizante e revitalizante.	Nas afecções da cavidade oral: Tintura: 25 ml em 100 ml d'água. Fazer bochechos ou gargarejo, 3x dia; Extrato mole: 0,3 a 0,5 g/dia; Uso externo, como fitocosmético: cremes, loções, unguentos e pomadas (5 a 10% do ext. glicólico) ou extrato hidroalcoólico até 2%.	FARMACÓPÉIA, 2002 (4ª ed. Parte II, p. 134); Lorenzi & Matos, 2002; Brasil, 2010b; Panizza; Veiga; Almeida, 2012. Há registro por Saad, <i>et al.</i> (2009) de estudos que comprovam a eficácia como antisséptico e Anti-inflamatório tópico, como os de Heinrich <i>et al.</i> , 2004. O uso na cicatrização de queimaduras, contusões e ferimentos, é descrito em trabalho de Capasso <i>et al.</i> , 2003.
16. CAMOMILA= <i>Matricaria chamomilla</i> L. (Asteraceae)	Capítulos florais	Nas doenças gastrintestinais, que evoluem com dispepsias, espasmos e flatulência. Auxiliar nas ansiedades leves e insônias. Nas afecções da cavidade oral (periodontite, aftas, estomatite, faringites)	Propriedade carminativa, digestiva, antiespasmódica, sedativa leve, ansiolítica e calmante suave. Atividade gastroprotetora e antiinflamatória.	Nas afecções gástricas e como calmante. Tintura: 40 a 60 gota em ½ xíc. de água, antes ou após as refeições, 4x dia. Uso externo. Extrato fluido: 5 ml em 250ml de água; Fitocosmético: com o extrato glicólico: xampus, sabonetes (2-5%); cremes, loções e géis, protetores solares (512%); cremes p/higiene bucal (3 a 5%)	FARMACÓPÉIA, 1929, 1959, 2002 (1ª ed. p. 157; 2ª ed., p. 177,814; 4ª ed. Parte II, p.13); Panizza, 1997; Lorenzi & Matos, 2002; Alonso, 2004; Brasil, 2010b; Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira 1ª ed., p. 39); Teske & Trentini, 1995; Alonso, (2008), considera os óleos essenciais, flavonóides, cumarinas e mucilagens como responsáveis pelo efeito carminativo, como α-bisabolol e camazuleno.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>17. CARDO MARIANO=</b> <i>Silybum marianum</i> L. Gaerth ( <i>Asteraceae</i> )	Fruto e Semente	Auxiliar nas afecções hepáticas e da vesícula biliar (hepatites, cirrose hepática, icterícia, litíase biliar).	Atividade colagoga (ativa a secreção) e colerética (ativa a produção) da bile; hepatoprotetor, antirreumático, febrífugo e diurético; Atividade antioxidante.	Para uso interno: Tintura: 2 a 5 g/dia; Pó: 1 a 2 g/dia; Extrato mole: 0,25 a 0,20g/dia; Extrato hidro-alcoólico: 0,10 a 0,20 g; Uso externo / Fitocosmético: hidratantes em concentrações de 1%.	Alonso, 1998; Lorenzi & Matos, 2002; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Silimarina de ação antioxidante em distúrbios que evoluem com excesso de produção de radicais livres, (Teske & Trentini, 1995) Ação promotora da regeneração de células do fígado foi clinicamente testada por Fintelmann & Albert (1980) e outros autores citados por Tyler; Hansel; Schulz, 2001. A Comissão E indica para "lesão tóxica do fígado; também no tratamento de apoio de doenças crônicas inflamatórias e cirrose hepática".
<b>18. CARQUEJA=</b> <i>Baccharis genistelloides</i> Pers. ( <i>Asteraceae</i> )	Planta Florida	Em afecções gastrintestinais (dispepsia, constipação intestinal), distúrbios hepáticos. Auxiliar nos reumatismos, Diabetes II e Hipertensão.	Ação carminativa, digestiva, laxante e diurética. Hepatoprotetora, anti-reumática, antiinflamatória e antiespasmódica.	Uso interno: Planta seca: 1 a 5 g/dia; Tintura: 5 a 25ml/dia; Extrato fluido: 1 a 5 ml/dia; Extrato seco: 600/800 mg/dia.	FARMACÓPÉIA, 1929(1ª ed., p. 186; Panizza, 1997; Alonso,1998; Brasil,2010b; Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª ed., p. 23). A ação antiinflamatória, hepatoprotetora e colagoga do extrato foi atribuída aos flavonóides em estudos de Verdi, <i>et al.</i> (2005) citado por Saad <i>et al.</i> , 2009.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>19. CÁSCARA SAGRADA=</b> <i>Rhamnus purshiana</i> DC ( <i>Rhamnaceae</i> )	Casca	Nos casos de constipação intestinal ocasional, não obstrutiva.	Digestiva e laxante em baixas doses e purgativa em doses altas.	Uso interno: Pó: laxativo: 0,25 a 1 g/dia; purgativo: 3 a 5g/dia; Tintura: laxativo: 1 a 10 ml; purgativo: 15 a 25ml; Extrato fluido: laxativo: 0,25 a 2 ml/dia.	FARMACÓPEIA, 1929, 1959, 1977,2002 (1ª ed., p. 189; 2ª ed. p. 202; 3ª ed., p. 817; 4ª ed., p. 15); ALONSO, 1994; Teske & Trentini, 1995; Brasil, 2010b; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>20. CASTANHA DA ÍNDIA=</b> <i>Aesculus hippocastanum</i> L. ( <i>Hippocastanaceae</i> )	Semente	Distúrbios circulatórios periféricos. Nos efeitos da insuficiência venosa crônica e fragilidade capilar (varizes, hemorróidas, flebites varicosas e fissuras anais).	Ação ativadora da circulação, venotônica, antiinflamatória e antiedematosa.	Uso interno: Ext. seco padronizado (30%a escina):250 a 900 mg/dia Ext. fluido:0,5-2ml/dia; Tintura: 2 a 10 ml/dia. Uso ext. como Fitocosmético: Ext.glicólico: xampus (1 a 3%); géis, cremes e loções (1 a 4%)	FARMACOPEIA, 1929,1959(1ª ed.p. 192;2ª ed.p.203); Alonso, 1998; Alonso, 2008; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Saad <i>et al.</i> , 2009; Teske & Trentini, 1995.
<b>21. CASTANHA- -DO-BRASIL</b> = <i>Bertholletia excelsa</i> H.B.K ( <i>Legythidaceae</i> )	Semente e ouriço	Combate à desnutrição em crianças distróficas; anemias e avitaminoses. Doenças hepáticas crônicas (hepatites) Hidratante da pele nas dermatoses com pele seca e envelhecida.	Propriedade nutriente, antianêmica e vitamínica e antioxidante. Estimula o leite materno, laxante e antiácido gástrico. Lubrificante e hidratante nas dermatoses.	Em uso interno: 3 a 5 castanhas ao dia, divididas em 2x dia. Fitocosmético nas dermatoses: xampus, cremes, sabonetes e loções: 2 a 5% do extrato glicólico.	Tanto Teske & Trentini (1995) quanto Balbach, A. & Boarim, D., (1992) se referem a excelsina como proteína completa, tal como a lactoalbumina do leite; Pinto; Santiago; Lameira, 2000;

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<p><b>22. CAVALINHA= <i>Equisetum arvense</i> L. (<i>Equisetaceae</i>)</b></p>	<p>Partes Aéreas</p>	<p>Quadros de edema (inchaço e retenção de líquidos). Feridas, úlceras varicosas e aftas. Enfermidades renais, vias urinárias e da próstata. Auxiliar nas fraturas e no fortalecimento do tecido conjuntivo.</p>	<p>Ação adstringente, anti-inflamatória e hemostática (hemorragia nasal, renais e metrorragia). Ação remineralizante e atividade antioxidante.</p>	<p>Uso interno: Extrato fluido em álcool 25%: 1-4 ml,3x dia; Pó: 1- 2g/dia (remineralizante); 2-4g/dia (hemostático) Tintura: 10 a 30ml/dia; Extrato seco (5:1):400 a 1000 mg/dia,3x dia; Uso externo como Fitocosmético: Extrato Glicólico: xampus, loções, cremes anticelulite e anti-estrias (4 a 6%).</p>	<p>Alonso, 1998; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Alonso, 2008; Teske &amp; Trentini, 1995; Saad <i>et al.</i> (2009) cita pesquisas com extrato; atividade analgésica e antiinflamatória (Monte <i>et al.</i> 2004), ação antimicrobiana nas afecções urinárias (Rudulovic <i>et al.</i> 2006) e atividade antioxidante, está atribuída aos flavonóide quercetina e glicosídeos (Milovanovic <i>et al.</i>, 2007; Nagai <i>et al.</i>, 2005; Mimica-Dukic; Simin <i>et al.</i> 2008).</p>
<p><b>23. CENTELLA ASIÁTICA= <i>Hydrocotyle asiatica</i> L. (<i>Umbelliferae</i>)</b></p>	<p>Folha</p>	<p>Distúrbios da circulação venosa periférica (úlceras varicosas, hematomas, varizes e celulites). Edemas de MMII de origem venosa; microangiopatia diabética e hipertensiva. Auxiliar na cicatrização de feridas. Como ansiolítico e lipodistrofia grau I, II e III.</p>	<p>Atividade cicatrizante, adstringente, anti-séptica e antipruriginosa. Ação venotônica, ativando a irrigação sanguínea e atuando na microcirculação</p>	<p>Uso interno: Pó: 600 mg-1,8g/dia; Ext. seco: 0,05-0,20g/dia; Ext. fluido: 0,25-1,0 ml/dia; Uso Externo: Ext.glicólico: géis,cremes e loções suavizantes(2-5%); cremes reparadores (3-6%); creme prot. Solar (1-5%). Óleo de massagem c/ óleo mineral e 10% da tintura (10minuto/dia).</p>	<p>Alonso, 1998; Teske &amp; Trentini, 1995; Saad <i>et al.</i> (2009); Panizza; Veiga; Almeida, 2012. Estudos clínicos com resultados em casos de insuficiência venosa leve a moderada, reduzindo edema e atuando nos distúrbios da microcirculação (Cesarome, 2001). Foi atribuída ao asiaticosídeo a atividade cicatrizante, estímulo da síntese de colágeno e no processo da cicatrização, conforme demonstrado por Cañavate, 1995.</p>

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>24. CHAPÉU DE COURO= <i>Echinodorus macrophyllus</i> Mich.</b> (Alismataceae)	Folha	Quadros e edema (inchaço) e retenção de líquido. Enfermidades renais e das vias urinárias (cálculos, cistites, prostatites); afecções reumáticas (gota, reumatismo) e dores nevrálgicas.	Promove ação diurética, depurativa, antiinflamatória, hepatoprotetora e laxativa. Como antisséptico urinário.	Uso interno: Pó: 300-600 mg/dia; Tintura:10-50ml/dia; Droga vegetal: infusão de 2 a 3col. de sopa em ½ litro d'água. Coar. Tomar 4x dia.	FARMACÓPEIA, 1929, 1959 (1ª ed.p. 202; 2ª ed.p. 208); Panizza, 1997; Teske & Trentini, 1995; Panizza; Veiga; Almeida, 2012. Estudos avaliam ação cardiovascular na hipertensão, efeito diurético, Anti-inflamatório, analgésico e redução de edema, em relatos de Amaral <i>et al.</i> (2003), citado por Saad <i>et al.</i> , 2009.
<b>25. CIMICIFUGA= <i>Cimicifuga racemosa</i> L. Nutt.</b> ( <i>Ranunculaceae</i> )	Rizoma	Sind. Climatérica e distur. Menstruais (amenorreia, dismenorreia, oligomenorreia, TPM). Auxiliar nos estados depressivos, osteopenia e insônia.	Ação sedativa leve. Atividade. Serotonínica, com supressão dos efeitos do LH (hormônio luteinizante)	Uso interno: Ext. fluido em álcool 90%: 0,3 a 2,0 ml/dia; Ext. seco padronizado (2,5% de triterpenoides): 40-320 mg/dia; Tintura (40-60% álcool): 2-4 ml/dia.	Alonso, 1998; Alonso, 2008. A redução dos efeitos do L.H foram estudados por Blumental <i>et al.</i> (1998), como mecanismo de ação. Sugere-se a ação dopaminérgica/serotoninérgica, conforme Borrel <i>et al</i> (2003) e Wintherhof <i>et al.</i> (2003), citados por Saad <i>et al.</i> , 2009.
<b>26. COLÔNIA ou VINDICÁ= <i>Alpinia speciosa</i> (J.C. Wendl.)</b> (Zingiberaceae)	Folhas e Rizomas	Hipertensão arterial; Irritabilidade e ansiedade. Auxiliar nas afecções urinárias e respiratórias (gripes, bronquites, asma e sinusite)	Ação analgésica, calmante, antiinflamatória, diurética e sedativa. Atividade hipotensora e cardiotônica, ativadora da circulação.	Uso interno: Folha e rizoma secos e rasurados: 2-5g/dia; Pó: 200mg a 1g/dia; Tintura (1:5): 10-25 ml/dia.	Brasil, 2006; Lorenzzi & Matos, 2002.

**TABELA – 5** Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<p><b>27. CLORELA=</b> <i>Chlorella sp. (Cyanophyta)</i></p>	<p>Toda a alga.</p>	<p>Suplemento nas carências alimentares e anemias. Nas convalescências de enfermidades. Auxiliar na osteoporose, hipocolesterolemia e hipertensão.</p>	<p>Desintoxicante e estimulante imunológico, digestiva e normalizador da função intestinal. Ação antioxidante, com promoção da reparação tecidual e a integridade celular</p>	<p>Uso interno: Pó: cápsulas de 500mg, 2-3 cápsula, 2x dia (suplemento); Nos regimes de emagrecimento: 4-6 caps, 3x dia (antes das refeições)</p>	<p>Alonso, 1998; Boorhe &amp; Lage, 2009; Teske e Trentini, 1995.</p>
<p><b>28. COPAÍBA=</b> <i>Copaifera sp. (Fabaceae)</i></p>	<p>Óleo resina do tronco.</p>	<p>Contusões e traumas fechados, feridas superficiais e úlceras. Dermatoses, psoríase, eczemas e urticárias. Afecções respiratórias: faringite, amigdalites e bronquites; afecções geniturinárias: leucorréia, cistites; preventivo do HPV.</p>	<p>Atividade antiinflamatória, cicatrizante e antisséptica, bactericida, anti-helmíntica, analgésica, antitumoral e tripanossomicida.</p>	<p>O uso interno com cautela, pois irrita a mucosa gástrica, podendo causar vômitos, diarreia e cólicas. Pode causar irritação e inflamação das vias urinárias em doses excessivas. Alergia e dermatite de contato nos indivíduos sensíveis, por via oral e tópica.</p>	<p>Diversos autores demonstraram as ações tradicionais relatadas (Fernandes,1992; Gilbert,1972; Marruzzella, 1960; Opdyke, 1976; Lima, 1998; Ohsaki,1994; Desmarchelier, 1997; Cascon, 1988; Paiva (1998 <i>apud</i> Carvalho, 2004). Ação antiinflamatória foram comprovados por testes de inibição de edema de pata de rato induzido, por ação do diterpeno ácido copálico e sesquiterpenos, em estudos de Carvalho, 2004.</p>
<p><b>29. CRATAEGUS ou ESPINHEIRO-ALVAR =</b> <i>Crataegus oxyacantha L. (Rosaceae)</i></p>	<p>Fruto e sumidades florais.</p>	<p>Afecções cardiovasculares e insuficiência cardíaca grau I, Insufic. Coronariana (Angina). Auxiliar em arritmias, hipertensão arterial leve a moderada e hipercolesterolemia. Insônia, angústia e distúrbios do climatério e distúrbio neurovegetativo (DNV).</p>	<p>Vasodilatador coronariano, atuando como hipotensor e potencializador da circulação cardíaca. Ação antiarrítmica, hipocolesterolemiantes, hipotensora e sedativa leve.</p>	<p>Uso interno: Pó: 300-500mg: 1-2 caps., 3 x dia; Tintura: 30 a 50 gotas/dia; Extrato seco: 300 mg, 2-3x dia.</p>	<p>Alonso, 1998; Saad <i>et al.</i> 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Teske e Trentini, 1995.</p>

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>30. CURCUMA ou MANGARATAIA= <i>Curcuma longa</i> L. (Zingiberaceae)</b>	Rizoma	Afções gástricas e dispepsias (gastrites, úlceras pépticas, flatulência e prisão de ventre.	Ação antisséptica, antiinflamatória, hepatoprotetora (colagoga e colerética). Propriedade depurativa do sangue, ativando a circulação e ação expectorante.	Uso interno: Pó: 1g/dose, 2-3x/dia; Tintura: 2,5 a 5,0 ml, diluído em água 1 a 3x/dia; Extrato fluido: 30-80 gotas, 2-3x/dia.	Panizza, 1997; FARMACOPÉIA, 1959 (2ª ed., p. 330, 331 e 815); Alonso, 1998; Saad <i>et al.</i> , 2009; Teske E Trentini, 1995; Sallé, 1996; Guia De Plantas Mediciniais, 2006; Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª ed. p. 74)
<b>31. DAMIANA ou CHANANA= <i>Turnera ulmifolia</i> L. (Turneraceae)</b>	Folhas	Afecções do trato urinário (ITU), cistites; Auxiliar na incontinência urinária, diabetes tipo II, asma e bronquites. Estados de fadiga, estafa físico-mental e depressão. Ação afrodisíaca	Antisséptica urinária, adstringente, diurética, antiespasmódica e anti-bacteriana. Tônica e estimulante do SNC, ansiolítica e antidepressiva.	Uso interno: Extrato seco (5:1): 350-700 mg/dia, em 2 a 3 tomadas; Extrato fluido (1g=40 gotas): 1-2g/dia, 2 a 3x; Tintura (1:5): 25-30 gotas, 2x dia.	Alonso, 1998; Almeida, 1993; Guia De Plantas Mediciniais, 2006; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>32. DENTE-DE-LEÃO = <i>Taraxacum officinale</i> L. (Asteraceae)</b>	Toda a Planta	Sintomas dispépticos. Afecções hepáticas e biliares (hepatites, icterícia, cirroses, calculose biliar não obstrutiva). Auxiliar na Diabetes II, artrites e artroses	Desintoxicante, hepático e anti-dispéptico, com ação colagoga e colerética, diurética e laxante suave. Atividade. Anti-inflamatória. Estimulante da digestão e orexígeno. Ação depurativa.	Uso interno: Extrato seco (5:1): 0,5-2,0 g/dia, em 2 a 3 tomadas; Ext. fluido: 30 gotas, 3 a 4x dia; Raiz pulverizada: 1 g/dose, 3-4x/dia; Tintura (1:5): 5-10 ml, 3x dia;	Teske & Trentini, 1995; Alonso, 1995; Sallé, 1996; Carvalho, 2005; Guia De Plantas Mediciniais, 2006; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>33. EQUINÁCEA=</b> <i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench ( <i>Asteraceae</i> )	Toda a Planta	Auxiliar nas infecções crônicas virais e bacterianas e estados de baixa resistência orgânica. Tratamento de feridas e úlceras. Reduz a ocorrência de gripes e resfriados.	Ação imunomoduladora, antiviral e antibiótica. Propriedade antiinflamatória e cicatrizante. Atividade antialérgica.	<p>Uso interno: Tintura (1:10): 30 a 40 gotas, 3x dia; Extrato seco: 500mg a 1 g/dia; Extrato líquido: 0,5 a 1,0 ml/dia.</p> <p>O uso agudo deve ser de 10 a 15 dias, com intervalos de 5 dias, por 3 ciclos.</p>	<p>Teske &amp; Trentini, 1995; Alonso, 1995; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.</p> <p>Os efeitos imunomoduladores de aumento de leucócitos, produção de interferon, fagocitose de macrófagos, foram indicados em estudos “in vivo” e “in vitro” (Meissner, 1980; Wagner <i>et al.</i>, 1985), citados por Alonso, 1995. Capasso <i>et al.</i> (2003), citado por Saad <i>et al.</i> (2009), também estudou esses efeitos.</p>
<b>34. ERVA-BALEEIRA=</b> <i>Varronia verbena-cea</i> (DC) ( <i>Boraginaceae</i> )	Folha	Afecções reumáticas (artralgias, artrites e artroses). Dores musculares, traumas e contusões.	Ação antiinflamatória, analgésica, anti-reumática e cicatrizante.	<p>Uso interno: Tintura: 5 a 25ml, 3x dia; Uso externo: Extrato seco: 200mg a 1g/dia.</p>	<p>Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Lameira &amp; Pinto, 2008; Panizza, 1997; Panizza; Veiga; Almeida, 2012. O efeito Antiinflamatório e analgésico do óleo foi demonstrado em ensaios farmacológicos (Sertié <i>et al.</i>, 2005; Passos <i>et al.</i>, 2007), citados por Saad <i>et al.</i>, 2009.</p>

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>35. ESPINHEIRA-SANTA</b> = <i>Maytenus ilicifolia</i> Mart ( <i>Celastraceae</i> )	Folha	Distúrbios gástricos (gastralgias, dispepsias, constipação intestinal, aftas). Gastrites e úlceras pépticas e duodenais.	Propriedade tonificante gástrica, carminativa, antisséptica, laxativa. Ação cicatrizante, protetora gástrica, antiulcerogênica e imunomoduladora.	<p>Uso interno: Pó: 40 mg, 1-2x dia; Tintura: 15 a 30 ml/dia; Planta seca rasurada: 3-20g/dia.</p> <p>Uso Externo: Compressa: Ferver 10 folhas em ½ l de água, para aplicação em feridas.</p>	FARMACÓPÉIA, 2002(4ª ed., p. 194); Teske & Trentini, 1995; Alonso, 1998; Panizza, 1997; Saad <i>et al.</i> (2009) enfatiza a ação antiinflamatória e antiulcerogênica, conforme estudos de Leite <i>et al.</i> (2001), Murakami, Maramtsu; Otomp (1992). Possui ação bactericida sobre a bactéria <i>H. pilory</i> .
<b>36. ESPIRULINA</b> = <i>Spirulina sp.</i> ( <i>Cyanophyta</i> )	Alga inteira	Estados carenciais de anemias. Suplemento alimentar nas alimentações irregulares; fadiga, anemias e convalescência. Auxiliar nos regimes de emagrecimento e osteoporose.	Ação nutritiva, fortificante. Propriedade dietética; complementação proteica, vitamínica e antioxidante.	<p>Uso interno: Suplementação: Pó: 1 a 2 g, 3x dia, antes das refeições. Regime/emagrecimento: 2- 3 g/dia. Fitocosmético: Extrato à 5-12%: xampus, sabonetes, banhos e máscaras.</p>	Teske & Trentini, 1995; Sallé, 1996; Alonso, 1998; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>37. FÁFIA</b> = <i>Pfaffia paniculata</i> (Mart.) ( <i>Amaranthaceae</i> )	Raiz	Estados de fadiga, debilidade orgânica (estresse, estafa e convalescência); carências nutricionais e anemias. Distúrbios circulatórios e auxiliar na Diabetes II e Depressão.	Efeito Anti-inflamatório, antitumoral (antineoplásico). Ação antiangiogênica (↓ o crescimento de vasos). Propriedade adaptógena, imunostimulante estimulante do SNC e afrodisíaca.	<p>Uso interno: Pó: 800mg-1g,3x dia; Tintura (1:5): 20-40 gotas,3x dia; Extrato seco: 400 a 500 mg, 2x dia</p>	Panizza, 1977; Teske & Trentini, 1995; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Van Den Berg, 1982.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>38. GARRA-DO-DIABO=</b> <i>Harpagophytum procumbens</i> DC. (Pedaliaceae)	Tubérculos	Dispepsias e doenças reumáticas (artralgias, artrites, gota, tendinite, artroses, entorses). Auxiliar na cicatrização de feridas e úlceras, em uso externo.	Ação antiinflamatória, analgésica e antiespasmódica. Estimulante e desintoxicante hepática e digestiva.	Uso interno: Tintura (1:10): 50 a 100 gotas, 2 a 4x dia; Pó: 1 a 3 g/dia; Extrato seco: 1 a 2 g/dia (30 a 100mg de harpagosídeo); Extrato fluido (25% álcool): 0,10 a 0,25 ml, 3x dia.	Teske & Trentini, 1995; Sallé, 1996; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Alonso, 1998; Carvalho, 2005. Conforme Alonso (2008), o extrato aquoso suprimiu a síntese de PGE2 e inibição das ciclooxigenase-2(COX2). Ensaio feitos por Jang <i>et al.</i> (2003) com inibição da lipooxigenase, como os feitos por Schulze <i>et al.</i> (2004) e Capasso <i>et al.</i> (2003), citados por Saad <i>et al.</i> , 2009.
<b>39. GINKGO BILOBA=</b> <i>Ginkgo biloba</i> L. (Ginkgoaceae)	Folha	Distúrbios circulatórios periféricos e cerebrais (microarizes, isquemia cerebral, claudicação intermitente. Auxiliar em vertigens, labirintite, zumbidos, hipertensão, diabetes II.	Vasodilatador periférico e protetor capilar. Propriedade venotônica e antiagregante plaquetária. Ação neuroprotetora e antioxidante.	Uso interno: Tintura: 30-50 gotas, ½ xíc. de água, 2x dia. Pó: 600-900 mg, dividido 3x dia; Extrato seco (EGb 761): 120 a 160 mg/d	Teske & Trentini, 1995; Alonso, 1998; Lorenzi & Matos, 2002; Schulz; Hansel; Tyler, 2001; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>40. GINSENG=</b> <i>Panax ginseng</i> C.A. Meyer (Araliaceae)	Raiz	Estresse físico e psicológico, estados depressivos leves, fraqueza, fadiga, convalescença e anemias. Auxiliar na hipertensão, diabetes II e hipercolesterolemia. Atua contra queda de cabelo e dermatoses.	Estimulante do SNC e do sistema imunológico (adaptógena); revitalizante física e psíquica. Ativador da circulação sanguínea. Cicatrizante e regeneradora celular e capilar.	Uso interno: Pó: 1-2g/dia, em cápsulas de 500mg; Extrato seco: 200-600 mg/dia; Uso externo (Fitocosmético): Extrato glicólico 2-5%: cremes, sabonetes e xampus.	Comissão, 1991; Teske & Trentini, 1995; Alonso, 1998; Schulz; Hansel; Tyler, 2001; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Brewer, 2013.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>41. GUAÇATONGA=</b> <i>Casearia sylvestris</i> Swartz ( <i>Flacourtiaceae</i> )	Folha	Distúrbios gástricos (dispepsias, colites, gastrites e úlceras gástricas). Auxiliar na herpes, gengivite, aftas e halitose e leucorréia vaginal. Feridas, úlceras varicosas, hemorroidas, escaras e picadas de insetos.	Gastroprotetor e antiulcerogênica, antiinflamatória e antisséptica interna e externa. Ação cicatrizante potente e hemostática em traumas e ferimentos superficiais.	Uso interno: Extrato seco: 57,7 mg/Kg; Tintura: 40 a 60 gotas, em ½ xic. de água, 4x dia. Xarope: 10-40 ml/dia Uso externo: Tintura: para bochechos ou aplicada no local afetado.	FARMACOPÉIA, 1929(1ª ed., p. 503); Teske & Trentini, 1995; Guia De Plantas Medicinais, 2006; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; FARMACOPÉIA, 2011 (Formulário Fitot. da Farmacopéia Brasileira, 1ª. ed. p.25). Carvalho (2004), cita estudos que comprovam a ação protetora da mucosa estomacal e efeito antiulcerogênico.
<b>42. GUARANÁ=</b> <i>Paullinia cupana</i> Kunth ( <i>Sapindaceae</i> )	Semente	Estados de esgotamento, fraqueza, fadiga físico-mental, estresse e depressão leve. Afecções gastrointestinais leves (diarreia e flatulência). Regimes de emagrecimento, dislipidemias. Auxiliar nas enxaquecas.	Estimulante do SNC, anti-fatigante e relaxante muscular. Ação termogênica (ativa o metabolismo), antilipêmica e diurética.	Uso interno: Pó: 2 a 10g/dia, em 3 doses/dia, diluído em água. Planta em pó: cápsula de 500mg, 2-3 cap, 30 min antes da atividade física.	FARMACOPÉIA, 1929, 1959, 1977 (1ª ed., p. 283; 2ª ed., p. 437; 3ª ed., p. 829); Van Den Berg, 1982; Vieira, 1991; Almeida, 1993; Teske & Trentini, 1995; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>43. HAMAMELIS=</b> <i>Hamamelis virginiana</i> L. ( <i>Hamamelidaceae</i> )	Casca	Distúrbios circulatórios venosos: flebites, varizes hemorroidas. Inflamações da pele, feridas, queimaduras e gengivite. Auxiliar na diarreia, afecções cutâneas e do couro cabeludo (acne, seborreia, caspa)	Ação vasoconstritora e reguladora da circulação periférica arterial e venosa. Propriedade antiinflamatória, adstringente e protetora capilar.	Uso interno: Pó: 2-6g/dia (1g/dose); Extrato seco: 0,50 a 2g/dia; Tintura: 2-4 ml, 3x dia (bochechos); Ext. fluido (45% álcool): 1g/dose, 2-6x dia; Uso externo (Ext. glicól.) Loções, cremes e géis (5-10%); xampus (2-5%)	FARMACOPÉIA, 1929(1ª ed. p.500; 2ª ed., p. 424, 438, 513, 817); Comissão, 1985, 1990; Teske & Trentini, 1995; Schulz; Hansel; Tyler, 2001; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>44. HERA = <i>Hedera helix</i> L. (Araliaceae)</b>	Folha	Afecções catarrais respiratórias: asma, bronquite, laringite. Auxiliar na litíase biliar, hipertensão, reumatismos e nevralgias. Feridas, queimaduras e celulite.	Atividade antiinflamatória, analgésica, antiespasmódica e vasodilatadora periférica. Ação cicatrizante e anticelulítica.	Uso interno: Tintura (10%): 20-30 gotas/dia; Pó: 1 col. chá em 1 xíc. Água, 3x dia; Xarope: 6 mês- 7 anos: 2,5 ml, 3x dia; 7-12 anos: 5,0ml, 3x dia, por 7 dias. Ext. fluido: 3-5 gotas/dia; Uso externo: Ext. glicólico. Pomadas: 10%; óleo (8-10%); creme (10%); loções (6-9 %).	FARMACOPÉIA, 1929 (1ed.p. 502); Teske & Trentini, 1995; Comissão, 1998; Schulz; Hansel; Tyler, 2001; Panizza; Veiga; Almeida, 2012. Artigo de Fazio, Sergio (2014), registra os estudos de Hegner, Haberlein. <i>et al.</i> (2004) que comprovou o mecanismo de ação nos receptores $\beta$ -2 adrenérgicos brônquicos e sua escolha no tratamento da tosse produtiva, com efeito mucolítico, expectorante e broncodilatadora.
<b>45. HIDRASTE= <i>Hydrastis canadensis</i> L. (Ranunculaceae)</b>	Rizoma	Afecções catarrais das VIAS (rinossinuites, rinites) e da cavid. oral (aftas, estomatites) Auxiliar nos distúrbios gástricos (enterites, constipação intestinal) e afecções urinárias.	Ação adstringente, antipirética, antiinflamatória, fungicida e anti-bacteriana. Laxante suave e antifebril. Atividade imunoestimulante e desintoxicante.	Evitar associar com anticonvulsivante, psicotrópicos, anticoncepcionais, repositores hormonais, diuréticos e glicosídeos cardiotônicos. Não indicado na gravidez, lactância.	FARMACOPÉIA, 1929; 1959; 1977; 2002 (1ª ed., p. 508; 2ª ed., p. 438, 524, e 817; 3ª ed., p. 831; 4ª ed., p. 96); Murray & Pizzorno, 1994; Alonso, 1998; Schulz; Hansel; Tyler, 2002.
<b>46. HIPÉRICO= <i>Hypericum perforatum</i> L. (Hypericaceae)</b>	Flor	Transtornos depressivos leves e moderados, ansiedade e insônia. (Gastrites, diarreia e intestino irritável).	Ação ansiolítica, antidepressiva e indutora do sono. Propriedade antidiarréica e calmante do SNC.	Uso interno: Planta seca rasurada: 2 a 4g/dia; Ext. fluido (1:1): 25 a 50 gotas, 2 a 3 x dia; Tintura (1:5, álcool 60%): 10 a 30 ml/dia; Ext. seco padronizado (0,3% hipericina): 600-900 mg/dia.	Alonso, 1998; Schulz; Hansel; Tyler, 2002. Alonso (2008) citando a Escala de Hamilton relata estudos comparativos com imipramina que resultaram "iguais ou levemente superiores aos extratos de hipérico". Com fluoxetina e amitriptilina resultaram semelhantes".

**TABELA – 5** Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>47. JATOBÁ =</b> <i>Hymenaea courbaril</i> L. ( <i>Caesalpinaceae</i> )	Casca, seiva e sementes.	Afeções respiratórias catarrais: asma, bronquites, enfisema, coqueluche, doenças pulmonares obstrutivas crônicas (DPOC). Auxiliar nas afeções gênero-urinárias (cistites, uretrites, nefrites, prostatites), diarreias e distúrbios estomacais. Micoses cutâneas.	A casca é tônica estomacal, adstringente, balsâmica, vermífuga e hemostática. A resina atua nas doenças respiratórias que evoluem com catarros. A polpa das sementes forma uma farinha que é antianêmica e fortificante.	Usar por curtos períodos (até 30 dias). A alta concentração de tanino pode provocar constipação intestinal e irritação intestinal. Não utilizar na gravidez e lactância.	Lorenzi & Matos, 2002; Paniza, 1997; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Pinto; Santiago; Lameira, 2000. O uso da resina é recomendado por Vieira (1991) nas inflamações da próstata, cistites e blenorragia, usando a casca. Estudos em animais com extrato hidroalcoólico mostraram-se ativos, conforme Fonteles & Matos, 1982 <i>apud</i> Almeida, 1993. O IEPA produzia um xarope associado com jutaí, eucalipto e carucaá. (Catálogo de Fitoterápicos do IEPA).
<b>48. JURUBEBA=</b> <i>Solanum paniculatum</i> L. ( <i>Solanaceae</i> )	Planta inteira	Distúrbios digestivos e hepáticos (hepatites, malária, icterícia, colecistite, esteatose hepática). Dispepsias, flatulência. Auxilia na cirrose hepática.	Propriedade antidispéptica, colagoga e colerética, desobstrução hepato-esplênica e hepatoprotetora.	Uso interno: Tintura: 40 a 60 gotas em ½ xíc. d'água, 4x dia, 30 min. antes das refeições.	FARMACOPÉIA, 1929, 1959 (1ª ed., p. 543); Panizza, 1997; Teske & Trentini, 1995; Vieira, 1991; Almeida, 1993; Pinto; Santiago; Lameira, 2000.
<b>49. LÁGRIMA DE-NOSSA-SENHORA=</b> <i>Coix-lacrima-jobi</i> L. ( <i>Poaceae</i> )	Semente e colmos	Auxiliar em afeções hepáticas (colagoga e colerética), distúrbios renais (cistites e litíase renal), reumatismo, asma. Auxiliar nos regimes de emagrecimento.	Ação diurética, anti-inflamatória e anti-febril, anti-asmática e relaxante muscular. Propriedade depurativa.	Uso interno: Planta em pó: 1 a 2 cápsulas (500mg), 4x dia.	Lorenzi & Matos, 2002; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Pinto; Santiago; Lameira, 2000.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>50. MELALEUCA=</b> <i>Melaleuca alternifolia</i> Cheel. ( <i>Myrtaceae</i> )	Folha e Óleo da folha	Afecções micóticas (tineas, pé-de-atleta, onicomicoses, dermatoses (acne, psoríase, herpes simples, abscessos, impetigo). Auxiliar na candidíase vaginal, artralgias, gripes e bronquites.	Propriedade antimicótica, antibacteriana, cicatrizante e analgésica.	Uso externo: Cremes, géis e pomadas, óvulos com 5% de óleo. Compressa: 3 a 5 gotas em água, aplicadas no local.	Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Saad <i>et al.</i> , 2009.
<b>51. MILHO= Zea</b> <b>mays L. (<i>Poaceae</i>)</b>	Estigma (cabelo do milho)	Afecções renais (ITUs, cistites, uretrites, calculosos renais, disúria). Auxiliar na Gota e Hiperuricemia.	Atividade diurética, antiinflamatória, analgésica e cicatrizante. Ação anti-uricosúrica e hipotensora.	Uso interno: Tintura: 5-10 ml/dia.; Ext. fluido: 35 a 75 gotas, 3-4x dia; Ext. seco (5:1): cápsula de 300mg, 2-3x dia.	Carvalho, 2005; Saad <i>et al.</i> , 2009; Alonso (1998), conforme estudos de Ribeiro <i>et</i> <i>al.</i> (1988) e Revuelta <i>et</i> <i>al.</i> (1987), demonstra ação diurética pelo sinergismo flavonóides, gomas e sais potássicos, em casos de gota, edemas, cistites, uretrites e litíase urinária.
<b>52. MULUNGU=</b> <i>Erythrina mulungu</i> Mart. ( <i>Fabaceae</i> )	Casca	Auxiliar nos estados de tensão nervosa, ansiedade, estresse, insônia e palpitação.	Propriedade ansiolítica, anticonvulsivante e analgésica.	Uso interno: Extrato fluido: 1 a 4 ml/dia; Tintura: 5 a 20 ml/dia.	FARMACOPÉIA, 1929, 1959 (1ª ed., p. 593; 2ª ed., p. 592); Panizza, 1997; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012

<p><b>53. PAU-FERRO/ JUCÁ=Caesalpinia ferrea Mart.</b> (Caesalpinaceae)</p>	<p>Raiz Casca e Fava</p>	<p>Afeções respiratórias catarrais (tosse produtiva, bronquite, coqueluche, asma), cutâneas (feridas e úlceras) e bucais (aftas e estomatites). Auxiliar em úlceras gástricas, Diabetes II, enterocolites e diarreias.</p>	<p>Propriedade adstringente, antiinflamatória, analgésica, hemostática, cicatrizante e antibacteriana. Efeito expectorante, anti-histamínico, anti-helmíntico e anti-ulcerogênico.</p>	<p>Uso interno: Tintura (1:5, sol. hidroalc. 45%): 50 gotas, 3x dia; Ext. fluido (45%): 30 gotas, 3x dia; Ext. seco: 250mg, 3x dia; Xarope (10%tintura): 15ml, 3x dia; Uso externo: Ext. glicólico: pomadas e cremes (5%), gel antialérgico (8%)</p>	<p>Vieira,1991; Almeida,1993; Teske &amp; Trentini, 1995; Bragaça,1996; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Lorenzi &amp; Matos, 2002; Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmac. Brasileira, 1ª ed., p. 102-103); Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Analgésico, Anti-inflamatório e antialérgico do extrato do fruto em ensaios experimentais comprovados por Carvalho, 2006; O IEPA produziu xarope composto e gel cicatrizante contendo o jucá (IEPA, 2005).</p>
<p><b>54. PRÍMULA = Oenothera biennis L.</b> (Onagraceae)</p>	<p>Óleo</p>	<p>Auxiliar na Tensão Pré-Menstrual-TPM, ginecomastia, endometriose, eczema atópico, psoríase. Hipercolesterolemia e distúrbios hepáticos. Ansiedade, irritabilidade e tensão nervosa.</p>	<p>Ação estrogênica, calmante, analgésica e antiinflamatória tópica. Propriedade regeneradora do SNC e antioxidante.</p>	<p>Uso interno: Cápsula: 2-4 cápsulas (500mg)/ dia. Extrato fluido: 5g/ dia. Uso externo: Óleo (2-3%): xampus, cremes, loções, hidratantes e protetores.</p>	<p>Teske &amp; Trentini, 1995; Schulz; Hansel; Tyler, 2002; Alonso, 1998; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.</p>
<p><b>55. ROMÃ= Punica granatum L.</b> (Punicaceae)</p>	<p>Casca do fruto</p>	<p>Processos inflamatórios e infecções da cavidade oral (faringoamigdalite, aftas e gengivites). Auxilia nas infecções urinárias, diarreias, enterites, disenteria amebiana e verminose (ascariíase, teníase e enterobíase)</p>	<p>Ação adstringente, anti-inflamatória e antisséptica oral. Propriedade antidiarreica e vermífuga.</p>	<p>Uso interno: Pó: 1.200/2.500mg/ dia; Tintura:1 colher de sopa da tintura em 150ml de água. Para gargarejos e bochechos.</p>	<p>FARMACOPÉIA,1929 (1ªed., p. 779); Panizza, 1997; Saad et al., 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; Brasil, 2011 (Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª ed., p. 96).</p>

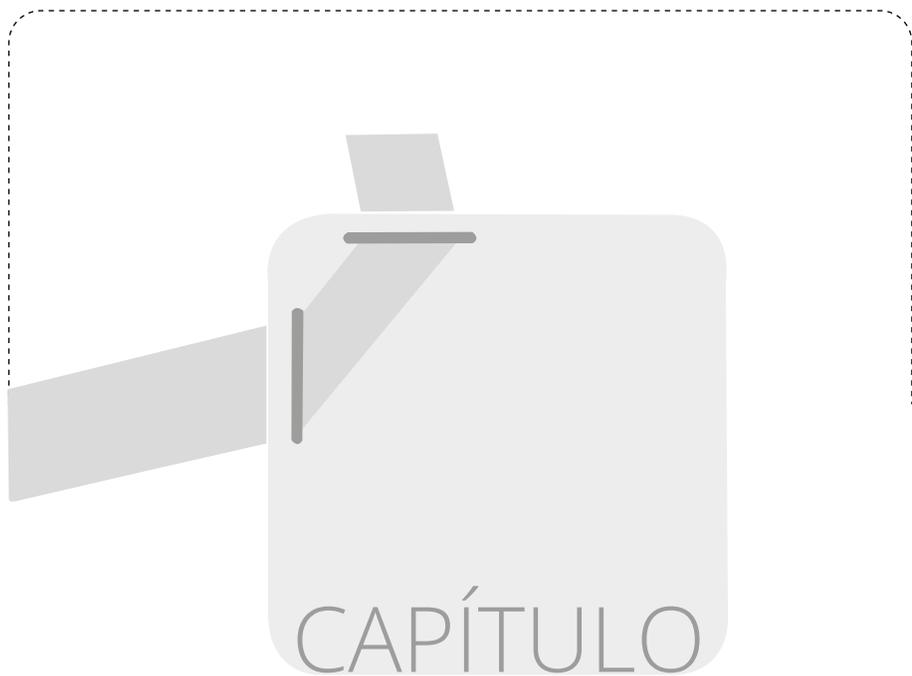
**TABELA – 5** Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>56. SABUGUEIRO =</b> <i>Sambucus nigrae</i> L. ( <i>Caprifoliaceae</i> )	Folha, flor, fruto e raiz	Gripe, resfriados e afecções catarrais (bronquites, asma). Auxiliar no reumatismo e nevralgias, gota e afecções e dermatoses secas (eczemas, psoríase).	Efeito demulcente, diaforético, depurativo, anti-séptico respiratório, expectorante e broncodilatador. Anti-reumática. Ação emoliente e cicatrizante cutânea.	Uso interno: Folhas, flores, frutos secos e rasurados: infusão (1 a 2g, 5 xic/dia); Ext. fluido (25% álcool): 2-4 ml, 3x dia; Tintura: 2-4ml/dia, 3xd; Uso Ext. (Fitocosmética): Ext. glicólico (5-20%): loções e hidratantes.	FARMACOPÉIA, 1929 (1ª ed., p. 785); 2002 (p. 731); Teske & Trentini, 1995; Sallé, 1996; Schulz; Hänsel; Tyler, 2002; Carvalho, 2005; Lameira; Pinto, 2008; Alonso, 2008; Panizza; Veiga; Almeida, 2012; FARMACOPÉIA, 2011 (Form. Fitot. da Farmacopéia Brasileira 1ª ed., p. 60).
<b>57. SALGUEIRO=</b> <i>Salix alba</i> L. ( <i>Salicaceae</i> )	Casca	Reumatismo (artrose, artrite) e outras afecções inflamatórias sistêmicas; gripes resfriadas. Auxiliar nos distúrbios circulatórios. (Hipertensão arterial, Insuficiência cardíaca, taquicardia, palpitação e arteriosclerose).	Atividade antiinflamatória, antipirética e analgésica. Ação antiagregante plaquetária.	Uso interno: Tintura (1:5, 45% álcool): 1-2 ml, 3x dia; Extrato fluido: 25-100 gotas, 2-3x dia; Extrato seco: cápsulas (600 mg-1,5 g/dia)	Teske & Trentini, 1995; Eldin & Dunford, 2001; Comissão, 1992; Alonso (1998) destaca a ação antifebriil e analgésica, cuja salicilina atua no processo inflamatório; age na ciclooxigenase e redução produção de prostaglandinas (PGE2), citando o trabalho de Vane <i>et al.</i> , 1974. A ação antiagregante e de redução da viscosidade sanguínea foi confirmada, com redução do risco de infarto, por Bugging e Henne (1985 <i>apud</i> Alonso, 1998).
<b>58. SALSAPAR- RILHA=</b> <i>Smilax officinalis</i> Grieb. ( <i>Liliaceae</i> )	Raiz	Afecções renais (nefrite), reumatismo (artrite, gota). Auxiliar nas dislipidemias. Doenças infecciosas e alérgicas da pele (furúnculos, psoríase, eczemas, pruridos, urticárias, herpes).	Propriedade diurética, anti-uricosúrica, depurativa, antiinflamatória, anti-reumática, anti-microbiana e antimicótica.	Uso interno: Pó: 1 a 4 g, 3x dia; Tintura: 40 a 60 gotas, em 1 xic. d'água, 4x dia. Extrato fluido (álcool 20%, glicerol 10%): 8-15 ml, 3x dia.	FARMACOPÉIA, 1929(1ªed. p. 802); Teske & Trentini, 1995; 1997; Alonso, 1998; Lorenzi & Matos, 2002; Alonso, 2008; Panizza; Veiga; Almeida, 2012.

TABELA – 5 Continuação...

PLANTA MEDICINAL FITOTERÁPICO FAMÍLIA	PARTE UTILIZADA	PATOLOGIA	USO TRADICIONAL	DOSAGEM E APRESENTAÇÃO	REFERÊNCIAS E ESTUDOS
<b>59. SENE=</b> <i>Cassia occidentalis</i> (L.) Link (Fabaceae)	Folhas	Constipação intestinal leve e esporádica (prisão de ventre). Auxiliar nas hemorroidas e fissuras anais.	Propriedade laxativa e purgativa. Estimulante do peristaltismo.	Uso Interno: Pó: 500mg a 2g/dia, como laxante. Tintura: 5-25ml/dia, como laxante; Extrato seco padronizado: 75-150 mg/ dia.	FARMACOPÉIA, 1929, 1959, 1977 (1ª ed., p. 808; 2ª ed., p. 708; 3ª ed., p. 845); Vieira, 1991; Almeida, 1993; Alonso, 1998; Teske & Trentini, 1995; Robineau, 1996; 2012; Saad et al. 2009. Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>60. SOJA=</b> <i>Glycine max</i> (L.) Merr. (Fabaceae)		Síndrome climatérica e Terapia de reposição hormonal natural. Dislipidemias e hipercolesterolemia moderada. Prevenção da osteopenia, câncer de mama e prostático.	Ação estrogênica, hipocolesterolêmica, ativadora do metabolismo ósseo	Extrato seco padronizado (40 % de isoflavonas): 50 a 250mg/dia, em jejum ou intervalo das refeições.	Saad et al., 2009. Panizza; Veiga; Almeida, 2012.
<b>61. SUCUPIRA-PRETA=</b> <i>Bowdichia virgillioides</i> Kunth (Fabaceae)	Casca e Semente	Reumatismos, artrite, artrose, gota; Diabetes II; afecções das vias aéreas superiores (sinusite, faringoamigdalite, hipertrofia de adenoide)	Antiinflamatório, Analgésico, Antialérgica, Depurativa, anti-diabética e diurética.	Tintura da semente: 30 a 50 gotas em 1 xícara de água (200) antes das principais Refeições, até 4 x dia. Xarope da semente: decoção de 5 sementes cortadas + 2 copos de água, plantas aromáticas (folhas).	Panizza; Veiga; Almeida, 2012. Pinto; Santiago; Lameira, 2000. Carvalho, 2017.
<b>62. VALERIANA=</b> <i>Valeriana officinalis</i> L. (Valerianaceae)	Rizoma	Insônia, Nervosismo, Distúrbios de Ansiedade leve/moderada.	Sedativa, calmante, analgésica, anticonvulsivante e antiespasmódica.	Tintura: 50 a 70 gotas + 1 xícara de água ao deitar. Extrato seco: 300 a 1200 mg, 1/3 x dia.	Panizza; Veiga; Almeida, 2012. Tyler; Häsel; Schulz, 2002.

Fonte: Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (BRASIL, 2010).



# 13

# A EXPERIÊNCIA COM PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS TRADICIONAIS NO AMAPÁ

A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos tradicionais no estado do Amapá, destaca a rica biodiversidade da Amazônia e o conhecimento empírico dos povos locais sobre essas plantas, que têm sido utilizadas para tratar doenças. Este saber tradicional tem contribuído para o avanço científico e a valorização do conhecimento indígena.

Relato neste item, experiências de outros estados brasileiros que implementaram projetos de saúde pública com plantas medicinais, como o Projeto “Vida Verde” em Curitiba e o Programa “Farmácia Viva” em Fortaleza. O foco principal do livro é a experiência da Divisão de Avaliação Terapêutica do Centro de Plantas Medicinais e Produtos Naturais do IEPA, que atua na pesquisa e uso de fitoterapia desde a década de 1960. As experiências relatadas incluem o uso de espécies nativas e aclimatadas em programas de saúde pública, como o “Fitoterapia como Alternativa de Saúde Pública”.

### 13.1 PLANTAS MEDICINAIS NO PROGRAMA DE CONTROLE E ACOMPANHAMENTO DO IEPA NO PERÍODO DE 1997-2002

A rica biodiversidade brasileira e amazônica se destaca com uma enorme quantidade de espécies animais e vegetais que contêm princípios ativos potencialmente úteis à humanidade. O Estado do Amapá como integrante da vasta floresta tropical amazônica guarda essa característica, apreciada e aproveitada pelo seu povo, que utiliza as plantas medicinais para amenizar suas dores e enfermidades. Tal conhecimento, mesmo que empírico, tem colaborado sobremaneira para o “avanço científico e para a valorização do saber dos povos tradicionais” (Lameira; Pinto, 2008).

No trabalho que ensejou a elaboração deste livro, que serviu de dissertação e monografia da conclusão para o título de especialista do autor, foram relatadas, a título de informação, experiências de outros estados da federação, que utilizavam plantas medicinais e fitoterápicas em projetos de saúde pública. Foram citados o Projeto “Vida Verde” (Curitiba-PR), Programa “Farmácia Viva” (Fortaleza-CE), Hospital de Medicina Alternativa (Goiânia-GO), Fitoterapia na formação universitária (João Pessoa- PB) e Plantas Medicinais no SUS (Vitória-ES).

Na elaboração deste livro, busco relatar a experiência oportunizada pela Divisão de Avaliação Terapêutica (DAT) do Centro de Plantas Medicinais e Produtos Naturais (CPMPN) do IEPA, institutos de pesquisa que atuam na área da Fitoterapia. Os quais serviram de base para a confecção desta obra, e, as várias experiências adquiridas com o uso de espécies medicinais nativas e aclimatadas empregadas nos grupos de acompanhamento daquele Instituto, entre as quais as relatadas no Programa “Fitoterapia como Alternativa de Saúde Pública”.

Este trabalho descreve a experiência do uso de plantas medicinais e fitoterápicos tradicionais no tratamento de diferentes doenças no estado do Amapá, com destaque para o acompanhamento de pacientes com Diabetes Mellitus tipo II (DM2).

Entre 1997 e 1999, foram atendidos 124 pacientes com DM2, utilizando-se diversas plantas medicinais, especialmente a pata-de-vaca (*Bauhinia variegata var. candida*) e a jacareúba (*Calophyllum brasiliense*), ambas com estudos indicando ação antidiabética. Outras plantas usadas em associação incluíram o boldo africano, quebra-pedra, sacaca e outras.

Os resultados preliminares mostraram melhora clínica e redução das taxas glicêmicas em uma parcela significativa dos pacientes, indicando a viabilidade do uso de plantas medicinais na saúde pública.

Outras doenças acompanhadas incluíram reumatismo, gastrite e doenças respiratórias. No reumatismo, utilizou-se a associação de mururé e marapuama, com melhora mais relevante em crianças. No tratamento de gastrites, empregou-se uma combinação de plantas como casca-doce, sucuúba, capim-santo, erva-cidreira, entre outras. Nos casos positivos para *Helicobacter pylori*, usou-se própolis e plantas antibióticas como o ipê-roxo.

Nas afecções respiratórias, as plantas aromáticas e expectorantes, como manjeriço, hortelã, alfavaca e urucum, foram eficazes no controle da asma e sinusopatias. O texto conclui destacando a viabilidade do uso de plantas medicinais tradicionais e fitoterápicos tradicionais no tratamento de diversas doenças, com resultados promissores, especialmente no acompanhamento de pacientes com DM2.

**TABELA 6 - PLANTAS MEDICINAIS COM INDICAÇÕES DE USO TRADICIONAL E REFERÊNCIAS, PRESCRITAS NO IEPA NO PERÍODO DE 1997 A 2002**

	NOME CIENTÍFICO (FAMÍLIA)	NOMES VULGARES	PARTE UTILIZADA	MODO DE PREPARO	USO MEDICINAL POPULAR E REFERÊNCIAS
1.	<i>Bauhinia variegata</i> L. var. <i>cândida</i> Voigt.; <i>B. forficata</i> L. (Caesalpinaceae)	Pata-de-vaca, Mororó.	Folha	Chá em decocção das folhas; Pó das folhas desidratadas.	Diabetes II, diurético; filariose ou elefantíase (Bragança, 1996; Alonso, 1998; Lameira; Pinto, 2008; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012)
2.	<i>Bixa orellana</i> Huber (Bixaceae)	Urucum	Semente e folha	Chá em decocção de folhas e sementes.	Bronquites, faringite, expectorante; asma, febres; doenças cardiovasculares (Vieira,1991; Almeida,1993; Teske & Trentini,1995; Robineau,1996; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Saad <i>et al.</i> , 2009).
3.	<i>Bryophyllum calycinum</i> Salisb; Kalanchoe Crenata (And.) Haw. (Crassulaceae)	Pirarucu, folha-da-fortuna, saião.	Folha	Chá em decocção, folhas contusas em emplasto, sumo das folhas.	Erisipela, queimaduras, inflamações e contusões, furúnculos, úlceras gástricas e gastrites, afecções catarrais (Vieira, 1991; Almeida,1993; Pinto, Santiago; Lameira, 2000; Lameira; Pinto, 2008; Saad <i>et al.</i> , 2012).
4.	<i>Caesalpinia ferrea</i> Mart. (Caesalpinaceae)	Jucá ou Pau-ferro	Casca, Folha, Frutos (fava seca)	Chá em decocção dos frutos; xaropes; tintura para uso tópico.	Diabetes II, disenteria, afecções respiratórias e catarrais, tosse, asma, coqueluche; cicatrizante; anemias; hemostático nas hemorragias; antiinflamatória, antiúlcera Coimbra (1958 <i>apud</i> Bragança,1995); Teske&Trentini, 1995; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Carvalho, 2004; IEPA, 2005; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).
5.	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf. (Poaceae)	Capim-marinho ou capim-limão, capim-santo.	Folhas	Chá em infusão das folhas; Xampu composto	Afecções das vias urinárias, antiespasmódico, analgésico, emenagogo, calmante, febrífugo e estomático; insônia, nervosismo, dores de cabeça e flatulência, hipotensor (Vieira,1991; Almeida,1993; Pimentel, 1994; Teske & Trentini, 1995; Robineau,1996; Lameira; Pinto, 2008; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

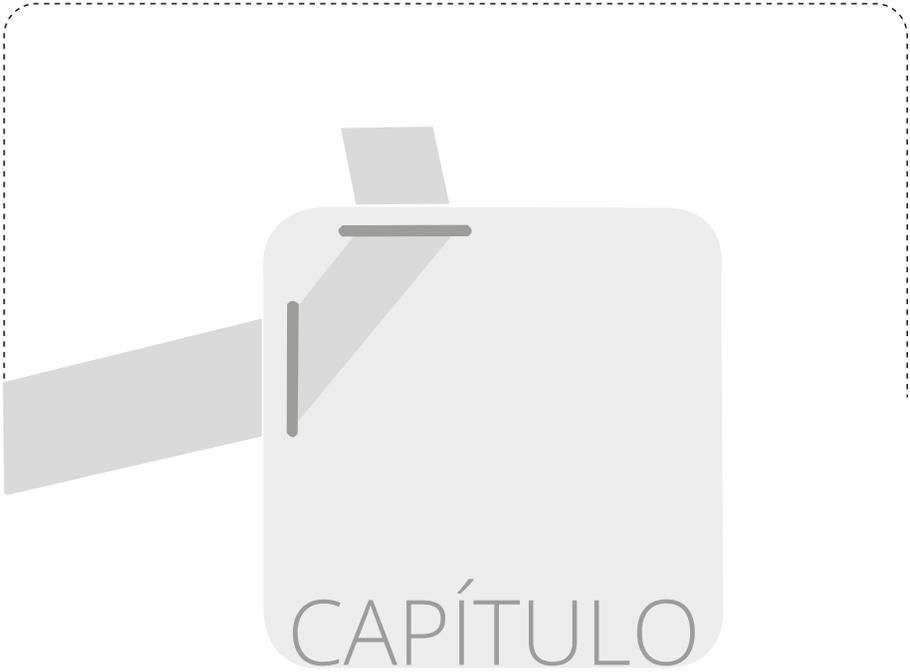
TABELA 6 – Continuação...

	NOME CIENTÍFICO (FAMÍLIA)	NOMES VULGARES	PARTE UTILIZADA	MODO DE PREPARO	USO MEDICINAL POPULAR E REFERÊNCIAS
6.	<i>Croton cajucara</i> Benth ( <i>Euphorbiaceae</i> )	Sacaca	Folhas	Chá em infusão da folha; pó e tintura da folha	Antidiarreico, distúrbios hepáticos, inflamação do fígado, vesícula, rins e baixar o colesterol, diabetes II (Vieira, L.S.,1991; Berg,1993; Pimentel,1994; Pinto; Santiago; Lameira, 2000); Panizza; Veiga; Almeida, 2012).
7.	<i>Calophyllum brasiliensis</i> Camb. ( <i>Guttiferae</i> )	Jacareúba	Entre-casca	Chá do pó da entre-casca; cápsula e tintura da entre-casca.	Diabetes, antiinflamatório, varizes e hemorróidas, reumatismo; uso veterinário em úlceras crônicas do gado. (Pio Corrêa, 1984; Bragança, 1989; Berg, 1993; Vieira, 1993; Pimentel, 1994).
8.	<i>Himatanthus succuba</i> (Spruce) Woodson ( <i>Apocynaceae</i> )	Sucuúba	Entre-casca	Chá do pó da entre-casca; cápsula e tintura da entre-casca.	Febrífugo, antirreumático, anticancerígeno, gastrites, úlceras estomacais; ameba, inflamação uterina, herpes e impingem (tinea). (Vieira, 1991; Berg, 1993; Pimentel,1994; Pinto; Santiago; Lameira, 2000)
9.	<i>Lippia alba</i> L. (Mill.) N.E Brown ( <i>Verbenaceae</i> )	Erva-cidreira ou falsa-melissa	Folha	Chá em infusão da folha	Antiespasmódico, digestivo, carminativo; relaxante do sistema nervoso; afecções gastrintestinais, enxaquecas, flatulência; calmante e palpitações do coração (Vieira, 1991; Almeida, 1993; Pimentel, 1994 ; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; IEPA, 2005; Pinto; Lameira, 2008); Saad <i>et al.</i> , 2009.
10.	<i>Marrubium vulgare</i> L. <i>Plectranthus amboinicus</i> (Lour.) Spreng ( <i>Lamiaceae</i> )	Hortelã-grande	Folhas	Chá em infusão das folhas, gargarejo e lambedor.	Diurético, febrífugo, expectorante e antiespasmódico; digestivo, tosse, gripe, inflamação da garganta (Vieira, 1991; Berg, 1993; Alonso, 1998; IEPA, 2005)
11.	<i>Mentha X piperita</i> ; <i>M. villosa</i> Huds.; <i>M. crispa</i> L. ( <i>Lamiaceae</i> )	Hortelãzinho	Folhas e talos	Chá em infusão das folhas; sumo das folhas	Estimulante gastrintestinal, antiespasmódico, carminativo, expectorante; litíase, gastrites, flatulências; antiparasitária e vermífuga. (Vieira,1991; Almeida, 1993; Pimentel,1994; Robineau,1996; Alonso, 1998; IEPA, 2005; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; Saad <i>et al.</i> , 2009; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

TABELA 6 – Continuação...

	NOME CIENTÍFICO (FAMÍLIA)	NOMES VULGARES	PARTE UTILIZADA	MODO DE PREPARO	USO MEDICINAL POPULAR E REFERÊNCIAS
12.	<i>Ocimum minimum</i> L. ( <i>Lamiaceae</i> )	Manjerição	Folhas	Chá em infusão das folhas	Estimulante digestivo, antiespasmódico, carminativo, antiespasmódico, antifebril, diurético e antidiabético; antisséptico pulmonar; asma, gripe, resfriado, bronquite e coqueluche. (Vieira, 1991; Pimentel, 1994; IEPA, 2005)
13.	<i>Ocimum gratissimum</i> L. ( <i>Lamiaceae</i> )	Alfavacão; manjerição-grande.	Folhas	Chá em infusão das folhas	Digestivo, carminativo, antiespasmódico, diurética e anti-reumática; infecção urinária; asma, gripe, resfriado, bronquite e coqueluche (Pimentel, 1991; Robineau, 1996; Alonso, 1998; IEPA, 2005).
14.	<i>Phyllanthus niruri</i> L. ( <i>Phyllanthaceae</i> )	Quebra-pedra	Planta toda	Chá em decocção da planta toda.	Diurética e anti-infeccioso das vias urinárias, cólicas renais, cistites, prostatites, eliminação de cálculos renais; diabetes 2; hipertensão; retenção de ácido úrico, nefrites, pielites, hepatite do tipo B (Coimbra, 1958; Vieira, 1991; Almeida, 1993; Berg, 1993; Pimentel, 1994; Teske & Trentini, 1995; IEPA, 2005; Pinto; Lameira, 2008; Saad <i>et al.</i> , 2012).
15.	<i>Ptychopetalum olacoides</i> Benth.; <i>P. uncinatum</i> Ansel. ( <i>Olacaceae</i> )	Marapuama ou muirapuama	Raiz e xilema da raiz.	Chá em decocção do pó da raiz, tintura e cápsula do pó, unguento composto;	Reumatismo, neuralgia, paralisias, estimulante do sistema nervoso, ataxia locomotora, impotência sexual, debilidade muscular, nevralgias, neurastenia; astenia, dispepsia, esgotamento, depressão nervosa (Vieira,1991; Almeida, 1993; Pimentel, 1994; Teske & Trentini, 1995; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).
16.	<i>Vernonia condensata</i> Baker. ( <i>Asteraceae</i> )	Boldo-africano, boldo-Baiano, alumã, árvore-do-Pinguço.	Folhas	Chá em infusão da folha; pó e tintura da folha.	Diurética, estomática, colagoga e colerética, dispepsias; estimulante do apetite; colesterol alto; afecções hepáticas, cálculos biliares, diarreia, ressaca (Pimentel, 1994; Furlan, 1998; Pinto; Santiago; Lameira, 2000; IEPA, 2005; Pinto; Lameira, 2008; Panizza; Veiga; Almeida, 2012).

Fonte: Adaptada pelo autor: Ataíde, 2006.



14

# **DROGAS VEGETAIS NOTIFICADAS (RDC N° 10/2010) E NÃO NOTIFICADAS, PRESCRITAS NO IEPA NO PERÍODO DE 1997 A 2002 (ADAPTADA POR ATAÍDE, 2006)**

Dentre as 66 (sessenta e seis) plantas medicinais consideradas drogas vegetais notificadas do Anexo I da RDC N° 10/2010 (BRASIL, 2010) constam 12 (doze) que foram prescritas nos grupos de controle e acompanhamento do IEPA, baseadas no conhecimento tradicional e na biografia pesquisada, que serviu de referência para as indicações, ações farmacológicas, formas de apresentação e dosagens usadas descritas neste tópico.

ALHO

Nome científico: *Allium sativum* L.

Nome popular: Alho

Família: *Liliaceae*

Parte utilizada: Bulbo

O *Allium sativum*, mais conhecido como alho, possui diversos mecanismos de ação no organismo humano, que contribuem para seus efeitos terapêuticos. E alguns dos principais são:

1. Propriedades antimicrobianas: Contêm compostos sulfurados (contêm 1 ou mais átomos de enxofre na estrutura), como a alicina, um agente antimicrobiano, capaz de combater bactérias, vírus e fungos.

2. Efeitos antiinflamatórios: A alicina e outros compostos também ajudam a reduzir a inflamação no corpo, além de inibir a produção de citocinas inflamatórias.

3. Ação Antioxidante: o alho também é rico em antioxidantes, que ajudam a neutralizar os radicais livres para proteção contra danos oxidativos.

4. Fortalece o sistema imunológico: O alho estimula a ativação de células do sistema imunológico, como linfócitos e macrófagos, para fortalecer a resistência do organismo a infecções.

5. Propriedades cardioprotetoras: Pode ajudar a reduzir a pressão arterial, melhorar a saúde do coração e das artérias, promover a vasodilatação do paciente e ajudar a reduzir a viscosidade do sangue.

6. Regulação do Nível de Glicose: o uso de alho pode contribuir para níveis regulares de glicose no sangue, sendo benéfico para pessoas com diabetes tipo 2.

- Características botânicas: planta herbácea de folhas subuladas, fistulosas, inflorescência em umbela longo-pedunculada, com flores alvacentas. Apresenta um bulbo fecundo.

- Constituintes químicos: alicina, inulina, nicotinamida, galantamina, ácido fosfórico e ácido úrico, sulfúrico; vitaminas A, B, C e E, proteínas e sais minerais. Entre estes temos: enxofre (80 mg), sódio (45mg), iodo e ferro (1mg), potássio, selênio, traços de silício. A alicina (10 a 13%) e aliina são os componentes do óleo, além de óxido de dialil-sulfeto (60%), dissulfeto de dialila, dis. de dietila, trissulfeto e polissulfeto de dialila.

- Indicação e usos principais: empregada nas afecções respiratórias, como gripes, resfriados, corizas, rouquidão, catarro, tosse. É indicado como antisséptico pulmonar e urinário, vermífugo e diurético. O chá em dose normal, é antiasmático, anti-reumático, carminativo, febrífugo, anti-hipertensivo e colesterol alto. É considerado antidiarreico, vermífugo e parasiticida. Externamente emprega-se o bulbo amassado sobre ferimentos ou junto com azeite de oliva, na forma de unguento, contra calosidades.

- Ação farmacológica: a ação antibiótica foi atribuída a uma substância denominada garlicina, cujos estudos “demonstraram ser mais ativo que a penicilina nas infecções coli-tifo-disentéricas” (Almeida, 1993). Estudos mais recentes atribuem esse efeito a alicina, contra numerosas bactérias gram (+) e gram (-). Outras ações, como anti-hipertensivo, hipoglicemiante e analgésica, foram obtidas em estudos “in vivo” da planta. O uso curativo e preventivo da arteriosclerose foi estudado por *Koscielny et al.* (1999), justamente com a ação antiagregante plaquetária.

- Forma de utilização e posologia: Maceração: 0,5 g (1 colher de café) em 30 ml de água (1 cálice), tomando 1 cálice 2x dia, antes das refeições.

- Via de administração: Oral

- Uso: Adulto e Infância

- Interações e contraindicações: não deve ser utilizada por menores de três anos e em caso de gastrite e úlcera gástrica, hipotensão (pressão baixa) e hipoglicemia

(concentração de açúcar baixa no sangue). Não utilizar em caso de hemorragia e em tratamento com anticoagulantes. Evitar o uso durante a amamentação.

- Efeitos adversos: o consumo acima em doses excessivas pode causar desconforto gastrointestinal.

- Recomendações: Descontinuar o uso 10 dias antes de qualquer cirurgia.

Deixar a droga seca rasurada por cerca de uma hora na maceração.

## 2. BOLDO BAIANO

Nomenclatura botânica: *Vernonia condensata* Baker.

Nomenclatura popular: Boldo-baiano ou Aluman

Família: *Asteraceae*

Parte utilizada: Folha

- Características botânicas: arbusto e 2 a 5 m, folhas simples, opostas, ovadas e oblongas, membranáceas, com 5-1 cm de comprimento, margens serrilhadas, de sabor amargo; inflorescência em panículas simples de flores brancas unissexuais; fruto aquênio ou drupa com pápus de cerdas finas, dispersos pelo vento.

- Constituintes químicos: saponinas, glicosídeos cardiotônicos (vernonia) óleo essencial, lactonas sesquiterpênicas, flavonóides).

- Ação farmacológica: seu mecanismo de ação colagoga e colerética, estomática, analgésica, estimulando as funções digestivas e hepáticas, acelerando o processo de desintoxicação do fígado. Possui ainda propriedade antibacteriana e antifúngica.

- Forma de utilização e posologia: Infusão: 3 g (1 colher de sopa) em 150 ml (xícara de chá). Tomar 1 xícara, 3x dia, antes das principais refeições.

- Via de administração: Oral

- Uso: Adulto.

- Indicações: distúrbios digestivos e hepáticos, dispepsia, orexígeno, dores e cólicas gastrointestinais. Auxiliar nos casos de litíase vesicular e renal, gota (uricosúria), hipercolesterolemia.

- Interações e contraindicações: Cuidado ao associar com glicosídeos cardiotônicos, diuréticos e anti-hipertensivos.

- Efeitos adversos: não encontrado na literatura consultada.

- Recomendações: Usar por período não superior a 30 dias.

## 3. BOLDO NACIONAL OU ANADOR

Nomenclatura botânica: *Plectranthus barbatus* (Andr.) Benth; *Coleus barbatus*;

Nomenclatura popular: Boldo nacional, Hortelã homem, falso boldo,

Boldo africano;

Família: *Lamiaceae*;

Parte utilizada: Folhas.

- Característica botânica: erva perene, de ramos decumbentes, eretos, quadrangulares, semi-suculentos. Folhas opostas, ovado-oblongas, grossas de até 12 cm x 8 cm, de margem serrilhada, pilosas nas faces, curto-pecioladas. Flores

fortemente zigomorfas, azul-violáceas, agrupadas em longas inflorescências eretas.

- Compostos químicos: óleo essencial (guaieeno, fenchona,  $\alpha$ -pineno, borneol, canfeno, fenandreno e tujona); diterpenóides (plectrinona A, plectrinona B); derivados fenólicos; esteróides e saponinas.

- Ação farmacológica: “ação analgésica e antiespasmódica, provocando relaxamento do músculo liso” (Câmara *et al.*, 2003), atividade hepatoprotetora e redução da secreção gástrica, com efeito superior ao omeprazol.

Segundo alguns autores, sobre o mecanismo de ação:

[...]combina um efeito inibidor da secreção gástrica com efeito antioxidante, aumento da produção de mucinas e inibição de migração de neutrófilos favorecendo a cicatrização gástrica. Inclusive, em alguns países a combinação de fármacos com o omeprazol e rebamipide são utilizados para melhorar a qualidade da cicatrização da úlcera gástrica, devido justamente, a combinação do efeito antissecretório com o efeito protetor da mucosa, com diminuição de mediadores inflamatórios e estresse oxidativo que não acontece com o uso do omeprazol somente (Pai *et al.*, 1998; Kangwan *et al.*, 2014).

- Forma de utilização: Infusão: 1-3 g (1-3 colher de chá) em 150 ml (xícara chá). Utilizar 1 xícara das de chá, 2 a 3 x ao dia.

- Via de administração: Oral

- Uso: Adultos e adolescentes acima de 12 anos.

- Indicações: Dispepsia (distúrbios da digestão), gastrites, úlceras pépticas, pirose (azia); distúrbios hepáticos (litíase biliar), ressaca alcoólica e hipotensão (pressão baixa).

- Interações e contraindicações: Não deve ser utilizada em gestantes, lactantes, crianças menores de 12 anos, hipertensão (pressão alta), hepatites. Quando em uso de medicamentos para o SNC devem evitar o uso, assim como na gravidez e lactação. Não usar junto com metronidazol e dissulfiram.

- Efeitos adversos: Doses acima da recomendada e utilizada por um período de tempo maior que o recomendado pode causar irritação gástrica.

#### 4. CAPIM MARINHO

Nomenclatura botânica: *Cymbopogon citratus* (DC) Stapf.

Nomenclatura popular: Capim-santo, Capim-limão, Capim cidreira,

Família: *Poaceae*

Parte utilizada: Folhas

- Característica botânica: planta aromática anual, perene em forma de touceiras, com até 2 m de altura, possuindo caule curto, folhas longas, estreitas (até 1,5 cm de largura), que emitem forte cheiro de limão. As flores são hermafroditas e muito raras.

- Constituintes químicos: óleo essencial (0,5 -0,7 %), contendo citral (75% a 85%), linalol, mirceno, geraniol, neral; fenilpropanóides (ácido caféico, paracumárico

e clorogênico), flavonoides (luteonina, orientinina), triterpenóides (cimbopogonol e cimbopogona), alcalóides (rizoma), sais minerais e vitaminas.

- Ação farmacológica: ação analgésica do óleo essencial (mirceno), febrífuga, antiespasmódica, antirreumática e hipotensora, agindo no organismo humano tanto na musculatura lisa intestinal quanto uterina. Possui propriedade aromática, digestiva e carminativa. Atividade expectorante e descongestionante das vias respiratórias, além de ação antimicrobiana (Caballo, 1995 *apud* Saad *et al.* 2009). A ação calmante e espasmolítica é atribuída ao citral, e a sedativa ao linalol (Saad *et al.*, 2009).

- Forma de utilização: Infusão: 1-3g (1 a 3 colheres de chá) em 150 mL (xícara de chá). Utilizar 1 xícara de chá de 2 a 3 x ao dia.

- Via de administração: Oral

- Uso: Adulto e Infância.

- Indicações: cólicas intestinais e uterinas, cefaléia, analgésico e febrífugo. Quadros leves de ansiedade e insônia, como calmante suave. Nos casos de tosse, gripes e resfriados. Como repelente de insetos.

- Interações e contraindicações: cautela ao associar com antidepressivos. Pode aumentar o efeito de medicamentos sedativos (calmantes). Evitar o uso excessivo na gravidez e lactação

- Efeitos adversos: doses muito concentradas podem levar a aborto e causar hipotensão (baixar a pressão) e desmaio. Na forma de chá em infusão devem passar por filtragem em filtro fino, para evitar irritação gástrica da mucosa pelos microfilamentos.

## 5. ERVA-CIDREIRA

Nomenclatura botânica: *Lippia alba* (Mill.) N.E.B. ex Britt. & Wilson.

Nomenclatura popular: Erva cidreira, falsa erva-cidreira, falsa melissa

Família: *Verbenaceae*

Parte utilizada: Partes aéreas

- Características botânicas: arbusto ramificado, bianual, medindo de 1 a 2 m de altura, caule herbáceo, curvado, flexível e quebradiço. Folhas elípticas verde-claras, oblongo-agudas, opostas, serrilhadas nas bordas e ásperas ao toque. Flores róseo-violáceas em umbelas. Raízes fasciculadas, suportando climas subtropicais e vegetando em solos arenosos.

- Constituintes químicos: óleo essencial (citral, mirceno, linalol, limoneno, cariofileno, geraniol), tanino, resina, princípio amargo, iridóides, triterpenos tetracíclicos, fenilpropanóides, alcalóides e flavonóides (apigenina, luteonila, clerodendrina).

- Ação farmacológica: anti-inflamatório e antisséptico da cavidade oral, agindo no organismo, principalmente, nas afecções digestivas, respiratórias e da pele. Conforme estudos de Lorenzi e Matos (2008), possui ação sedativa, ansiolítica e espasmolítica é mais atribuída ao quimiotipo dois (2), rico em citral e limoneno.

- Forma de utilização: Infusão: 1 a 3 g (1 a 3 colher de chá) em 150 mL (xícara de chá). Utilizar 1 xícara de chá de 3 a 4 x ao dia. Tintura (1:5, etanol

70%): 25 a 30 gotas, após as refeições;

- Via de administração: Oral
- Uso: Adulto e Infância (após 5 anos de idade).
- Indicações: quadros leves de ansiedade e insônia, como calmante suave.

Cólicas abdominais, distúrbios estomacais, flatulência (gases), como digestivo, e expectorante, atuando nas gripes e resfriados.

• Interações e contraindicações: Usar cuidadosamente em pessoas com hipotensão (pressão baixa). Não indicado a menores de 5 anos.

• Efeitos adversos: Doses altas podem causar irritação gástrica, bradicardia (diminuição da frequência cardíaca) e hipotensão (queda da pressão).

## 6. EUCALIPTO

Nomenclatura botânica: *Eucalyptus globulus* Labill.

Nomenclatura popular: Eucalipto

Família: *Myrtaceae*

Parte utilizada: Folhas

• Características botânicas: árvore alta, ereta, de casca lisa, que apresenta folhas alternas, falciforme-lanceoladas, flores esbranquiçadas em ramos terminais e os frutos em bagas e de intenso aroma.

• Constituintes químicos: óleo essencial (1,3%), contendo eucaliptol, pineno, limoneno, fenantreno, piperitona; ácidos fenólicos (caféico, ferúlico, gálico, gentísico); flavonoides (eucaliptina, hiperina, quercetina e rutina); triterpenóides pentacíclicos (ácido ursólico) e taninos.

• Ação farmacológica: propriedade antisséptica pulmonar e renal, expectorante e fluidificante brônquico, além de ação anti-histamínica, por ação do eucaliptol. Atividade anti-inflamatória e anti-térmica. É analgésica a nível tópico. O extrato metanólico mostrou atividade contra germes (*Escherichia coli*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Candida albicans*).

• Forma de utilização: Infusão: 2 g (colher de sobremesa) em 150 ml (xícara de chá) colocar a infusão em recipiente aberto, cobrir a cabeça com um pano junto ao recipiente e inalar o vapor. Fazer inalação de 2 a 3 x ao dia.

- Via de administração: Inalatório
- Uso: Adulto e Infância (maiores de 2 anos).

• Indicações: Gripes, resfriados e nos estados catarrais, como descongestionante das vias respiratórias superiores e inferiores, como adjuvante no tratamento de bronquite, sinusite, amigdalite. Tem ação tópica nas dores articulares e musculares (artrites e artroses) e atividade antifúngica e antipruriginosa local.

• Interações e contraindicações: Não deve ser utilizado por pessoas com afecções gastrointestinais (gastrite, úlcera péptica), disfunção hepática e biliar, gravidez, lactação e em menores de 2 anos. Evitar associar com sedativos, anestésicos e analgésicos, pois pode potencializar suas ações; pode interferir com tratamentos hipoglicemiantes.

- Efeitos adversos: Em casos raros, pode provocar náusea, vômito e diarreia. Em asmáticos pode ter efeito paradoxal e agravar o broncoespasmo (fechamento e estreitamento dos bronquíolos).

## 7. GENGIBRE

Nomenclatura científica: *Zingiber officinalis* Rosc

Nomenclatura popular: Gengibre

Família: *Zingiberaceae*

Parte utilizada: rizomas

- Característica botânica: planta herbácea, rizomática, com raízes adventícias, que possui folhas dísticas, flores amarelo-esverdeadas em espigas fusiformes. Os rizomas são geralmente articulados, formados por tubérculos ovóides, rugosos e prensados uns contra os outros (Embrapa, 2001).

- Constituintes químicos: óleos essenciais: canfeno (8%),  $\alpha$ -pineno (2,5%), cineol, borneol, mirceno, limoneno, fenantreno,  $\beta$ -cariofileno, zingibereno, bisaboleno; álcoois sesquiterpenos: bisabolol, zingiberenol; resinas (5-8%), que são os princípios picantes: gingerol (33%), fenil alcanonas; amido (60%); ácido fosfatídico; lecitina; proteínas; vitaminas e sais minerais (Alonso, 1998).

- Ação farmacológica: o óleo essencial possui atividade digestiva, carminativa, expectorante e antisséptica. Os princípios picantes possuem efeito antiespasmódico e antiemético, ação mais vantajosa nos vômitos gravídicos (Alonso, 1998). O extrato etanólico da raiz apresentou efeito anti-secretor ácido a nível gástrico, levemente inferior à cimetidina. Possui ação antiinflamatória, analgésica e antipirética, inclusive agindo na artrite reumatoide, atividades essas atribuídas ao gingerol e gingeridona, agentes inibidores da síntese de prostaglandinas *in vitro* (Saad *et al.*, 2009).

- Seu mecanismo de ação regula as respostas inflamatórias e antioxidantes do corpo. Inibindo a produção de citocinas pró-inflamatórias, como o fator de necrose tumoral alfa (TNF-alfa) e interleucinas, que ajudam a reduzir a inflamação (Marx *et al.*, 2015).

- Forma de utilização: Chá em decocção: 1 colher de chá do rizoma triturado, ferver em 1 xícara chá de água (150 ml). Deixar esfriar por 10 minutos, coar e tomar 1 xícara 3x dia. Para aplicação tópica, triturar ou ralar o rizoma e colocar num pano limpo e aplicar no local afetado.

- Via de administração: oral e cataplasma.

- Uso: Adulto, crianças após 12 anos e idosos.

- Indicações: Náuseas e vômitos (inclusive na gravidez), mal-estar gástrico, flatulência, mau hálito; como auxiliar nas dores reumáticas, artrite, nevralgias, asma, bronquite, tosse, sinusite e rinite.

- Interações e contraindicações: Pode haver interação com anticoagulantes e hipoglicemiantes. O uso é contraindicado para pessoas com cálculos biliares, irritação gástrica e hipertensão arterial. Não usar em crianças menores de 12 anos (Brasil, 2011).

- Efeitos adversos: O excesso pode causar náusea e ansiedade.

## 8. HORTELÃ PIMENTA

Nomenclatura botânica: *Mentha x piperita* L.

Nomenclatura popular: Hortelã pimenta

Família: *Lamiaceae*

Parte utilizada: *folhas*

• Característica Botânica: considerada planta híbrida (*Mentha viridis x Mentha aquática*), aromática, perene, de talos quadrangulares, de folhas opostas, ovóides e dentadas, com inflorescência em espiga terminal, flores violáceas.

• Constituintes químicos: o óleo essencial: mentol, mentona, acetato de metila, fenandro, limoneno, piperitona, cineol, valerianato, isovalerianato; taninos; flavonóides (rutina, apigenina, luteonina, isoroifolina); triterpenóides pentacíclicos (ac. ursólico e derivados); ácidos fenólicos (ac. rosmarínico).

• Ação farmacológica: o óleo essencial (mentol), juntamente com os flavonóides possui ação antiinflamatória, inibindo a formação de mediadores derivados do ácido araquidônico e leucotrienos. Atuam como estimulante digestivo e intestinal, antisséptico, antiespasmódico, carminativo. Propriedade expectorante e antitussígena. É analgésico nas cólicas intestinais, nefríticas, reumáticas e nas cefaléias. Possui atividade vermífuga e anti-parasitária. Os taninos possuem atividade adstringente e anti-diarréica.

• Forma de utilização: chá em infusão: 1,5 g (3 colheres de café) em 150 mL (xícara de chá). Tomar 1 xícara de chá de 2 a 4 x ao dia.

• Via de administração: Oral

• Uso: Adulto, idosos e crianças.

• Indicações: Cólicas, flatulência (gases), problemas hepáticos (colagogo), gástricos e intestinais (gastrites, cólon irritável, colites), afecções respiratórias (tosses, gripes e asma). É analgésico nas cólicas nefríticas, reumáticas e nas cefaléias. Atua nas parasitoses (giardíase e amebíase).

• Interações e contraindicações: Evitar uso nos casos de obstruções biliares, danos hepáticos severos e durante a lactação. Na presença de cálculos biliares, consultar profissional. Cuidado na gravidez e lactação.

Efeitos adversos: o óleo provoca irritação ocular.

## 9. MARACUJÁ

Nomenclatura botânica: *Passiflora incarnata*

Nomenclatura popular: Maracujá

Família: *Passifloraceae*

Parte utilizada: Partes aéreas

• Características botânicas: planta arbustiva, escandente (trepadeira), com gavinhas, com folhas alternas, trilobadas, de lobos serrilhados; flores violáceas, com aparelho reprodutor rodeando por estaminóides; frutos arredondados, amarelados quando maduros.

- Constituintes químicos: flavonóides (crisina, vitexina, isovitexina, camferol, quercetina apigenina); alcalóides (harmano, harmanol, harmina); esteróis (estigmasterol, sitosterol), óleo essencial (limoneno,  $\alpha$ -pineno, cumeno, zizaeno); taninos (catecol, ácido gálico; leucoantocianidinas); aminoácidos e ácidos graxos.

- Ação farmacológica: efeito ansiolítico, sedativo, calmante e indutor do sono, ou seja, ele irá atuar no sistema nervoso central (SNC), produzindo efeito sedativo e prolongando o período de sono; Ele também possui efeito hipnótico suave, miorelaxante; têm propriedade anti-inflamatória e analgésica. Kinrys; Coleman; Rothstein (2009), salientam que, “apesar do mecanismo de ação da *Passiflora* ainda ser desconhecido, acredita-se que podem estar envolvidos, a inibição da enzima monoamina oxidase (MAO) e a ativação dos receptores de ácido gama-aminobutírico (GABA).

- Forma de utilização: Chá em infusão: 3 g (1 colher de sopa) em 150ml de água (xícara de chá). Tomar 1 xícara das de chá de 3 a 4 x ao dia. Pode-se usar a folha verde (6-10g)

- Via de administração: Oral

- Uso: Adulto, criança e idoso.

- Indicações: quadros leves de ansiedade e insônia, como calmante suave; depressão leve a moderada; dores intestinais e musculares, nevralgias, cefaléias; palpitações, cólicas uterinas e dismenorréia. Atua na Síndrome Climatérica.

- Interações e contraindicações: Em doses elevadas pode causar náuseas, vômitos, cefaléias, taquicardia e convulsões. Não deve ser usado junto com medicamentos sedativos, anti-histamínicos e depressores do sistema nervoso. Nunca utilizar cronicamente.

- Efeitos adversos: Seu uso pode causar sonolência.

## 10. MELÃO-DE-SÃO-CAETANO

Nomenclatura botânica: *Momordica charantia* L.

Nomenclatura popular: Melão-de-São-Caetano

Família: *Cucurbitaceae*.

Parte utilizada: Folhas, frutos e sementes

- Característica botânica: planta herbácea escandente, dotada de gavinhas, de caule fino, sulcado e verde; folhas membranáceas, alternas, com cinco lobos sinuados, dentados, ovado-oblongos, estreitados na base, folhas essas sustentadas no troco por longos pecíolos; flores unissexuais solitárias, amarelo-pálidas, dispostas em cachos ou corimbo, cujas masculinas são curto-pecioladas e as femininas longo-pecioladas; frutos bagas amarelo-alaranjados que possuem três compartimentos, contendo sementes envoltas por uma película avermelhada e comestível (Vieira, 1991).

- Constituintes químicos: saponinas, fitoesteróides, lactonas sesquiterpênicas, carotenóides, ácidos orgânicos (ácido mormódico), ácidos graxos, proteínas e aminoácidos (mormodina e gelonina).

- Ação farmacológica: as folhas mostraram-se ativas como antifúngicas, “*in vitro*”, na forma de decocção (Caceres *et al.*, 1991); possui ainda atividade anti-histamínica fraca e inseticida. A ação antibacteriana foi comprovada, contra várias bactérias, inclusive anaeróbicos como *Pseudomonas aeruginosa* (Hussain *et al.*, 1991). Os aminoácidos mormodina e gelonina das sementes possuem atividade antiviral, interferindo na síntese proteica. O sumo dos frutos diluído em etanol (100 mg/ml) tem ação anti-helmíntica contra *ascaris* (Robineau, 1996).

- Segundo Marcellino (2018), seu mecanismo de ação possui semelhança com o efeito da insulina no organismo humano, agindo como regulador da glicose na corrente sanguínea, permitindo a recuperação das células beta-pancreáticas induzidas pelo estresse hiperglicêmico.

- Parte utilizada: Folhas, frutos e sementes.

- Forma de utilização: decocção das folhas: 5 g em 1 litro d’água. Aplicar nos locais afetados 2x dia ou banho 1x dia. Aplicação tópica da tintura ou do sabonete.

- Via de administração: Tópico

- Uso: Adulto e criança acima de 12 anos.

- Indicações: afecções cutâneas, como dermatites (irritação da pele), escabiose (sarna), pediculose (pioelhos); afecções dérmicas infecciosas e ulceradas (furúnculos, abscessos, úlceras varicosas) e dermatites virais herpéticas.

- Interações e contra-indicações: Pode ocorrer interação com hipoglicemiantes, insulina, psicotrópicos, anti-inflamatórios e corticoides. Não utilizar por via oral, pois pode causar coma hiperglicêmico (por diminuição do açúcar no sangue) e convulsões em crianças; problemas hepáticos e dor de cabeça.

## 11. QUEBRA-PEDRA

Nomenclatura botânica: *Phyllanthus niruri* L.

Nomenclatura popular: Quebra pedra

Família: *Phyllanthaceae*.

Parte utilizada: Partes aéreas

- Característica botânica: planta herbácea, anual, ereta, esverdeada, fina, de ramos alternos; folhas alternas, ovaladas, glabras, pequenas; flores pequenas, pétalas nas axilas dos folíolos.

- Constituintes químicos: Nas folhas e talos: alcalóides (filantimida, filantol, securinina, securinol A e B); lignanas (filantina, filarvina), cineol, cimol, linalol, salicilato de metila, securimína, filatidina e ácido salicílico. Nas raízes: fitoesteróides: estigmasterol,  $\beta$ -sitosterol; flavonóides: quercetina, rutina e xantoxilina (Alonso, 1998); taninos, hidrocarbonetos alifáticos, aldeídos e ácidos alifáticos, ácidos carboxílicos, fenóis simples e fenilpropanóides (Saad *et al.*, 2009).

- Ação farmacológica: o alcalóide filantimida, possui atividade miorrelaxante e antiespasmódica, sendo atribuída a ele a capacidade de eliminar cálculos encravados nos ureteres. O uso como antidiabético foi comprovado através de estudos, sendo atribuído ao alcalóide filantol. As atividades analgésica e antiespasmódica

estariam relacionadas aos flavonoides (Alonso, 1998). Estudos considerados de alta qualidade comprovaram o “efeito positivo sobre a redução do antígeno HBsAg”, com ação no tratamento da hepatite B crônica (Saad *et al.*, 2009).

- Segundo Campos e Schor (1999) um dos mecanismos de ação do quebra-pedra é a “inibição da endocitose de oxalato de cálcio pelas células tubulares renais, interferindo na formação de cálculos renais”.

- Forma de utilização: Infusão: 3 g (1 colher de sopa) em 150 mL (xícara de chá d’água). Tomar 1 xícara das de chá de 2 a 3 x ao dia.

- Via de administração: Oral

- Uso: Adulto, criança e idosos.

- Indicações: Litíase renal (cálculos renais), auxiliando na eliminação de cálculos renais pequenos; cólica nefrética e diabetes II. Indicado como auxiliar na Hepatite B, inclusive junto com o medicamento convencional (interferon).

- Interações e contraindicações: Contraindicado na eliminação de cálculos grandes. Não utilizar na gravidez e lactação.

- Efeitos adversos: Em concentrações acima da recomendada pode apresentar diarreia e hipotensão (pressão baixa). Nunca utilizar por mais de 3 semanas

## 12. SABUGUEIRO

Nomenclatura botânica: *Sambucus nigra* L., *S. australis* Cham.& Schltdl.

Nomenclatura popular: Sabugueiro

Família: *Caprifoliaceae*

Parte utilizada: Flor

- Característica botânica: arbusto grande, ramificado, com 3 a 4 m de altura, tronco tortuoso; folhas compostas com 5 a 7 folíolos membranáceos, oval-lanceoladas, acuminadas e denteadas; flores em inflorescências, esbranquiçadas e terminais; frutos em drupa globosa, de cor roxo-escuro, contendo 3 a 5 sementes.

- Constituintes químicos: flavonóides (rutina, isoquercetina, hiperosídeo, campferol, astragalina), taninos, ácidos fenólicos (ácido clorogênico, ferúlico, caféico), óleo essencial (geraniol, nerol, linalol), polissacarídeos (mucilagens e pectina); esteróis nas folhas (sitosterol, estigmasterol, campesterol); glicosídeos cianogênicos.

- Ação farmacológica: Possui ação expectorante, broncodilatador, atuando na eliminação do catarro das vias aéreas; a ação anti-inflamatória e estimulante circulatória dos flavonoides atua na permeabilidade capilar, tonificando os vasos capilares. O extrato padronizado do sabugueiro foi capaz de reduzir a disseminação do vírus humano influenza B e influenza A (KAN-1) (Krawitz, *et al.* 2011). Os flavonoides especificamente presentes na espécie foram apontados como principais mediadores terapêuticos contra a poderosa cepa H1N1, reduzindo a entrada do vírus nas células hospedeiras – concentração de 252 µg/ml IC50, e em concentração de 1000 µg/ml para 100% de inibição do vírus H1N1 *in vitro* (Roschek, *et al.* 2009).

- Forma de utilização: Infusão: 3g (1 colher de sopa) em 150 ml de água (xícara de chá). Tomar 1 xíc, 2 a 3x dia.
- Via de administração: Oral
- Uso: Adulto, criança e idosos.
- Indicações: afecções respiratórias (gripe, resfriado, asma, bronquites), reumatismo (artrites, artroses); antifebril e diaforético nas doenças exantemáticas.
- Interações e contraindicações: uso criterioso nos usuários de glicosídeos, diuréticos, cardiotônicos, anti-hipertensivos. Evitar o uso na gravidez e lactação.
- Efeitos adversos: O uso em quantidades maiores que o recomendado pode promover hipocalcemia (diminuição da taxa de potássio no organismo), devido à potente ação diurética. Usar com cautela e nas dosagens indicadas, devido ao risco de intoxicação por cianeto.
- Informações adicionais na embalagem: Não utilizar folhas por conterem glicosídeos cianogênicos que podem ser tóxicos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desde os tempos remotos o homem utiliza os recursos naturais e as plantas para a cura, bem-estar e alimentação, prática essa aperfeiçoada pelo uso e observação. Por milhares de anos e até a atualidade os bioativos e princípios naturais vêm sendo empregados, inclusive na elaboração de fármacos sintéticos (aspirina, digital, atropina, vincristina, etc.).

Em várias culturas e povos milenares (Medicina Tradicional Chinesa, Medicina *Ayunédica*), assim como na Medicina Tradicional Amazônica, esses conhecimentos foram catalogados, experimentados e sistematizados pelas comunidades tradicionais, formando um conjunto de critérios e dados etnofarmacológicos e etnobotânicos, que, hoje, servem de base e orientação para pesquisas científicas, em busca de biofármacos para o combate de enfermidades diversas, inclusive adotados e reconhecidos pela Organização Mundial da Saúde- OMS e pelo sistema oficial de saúde do Brasil (SUS).

No Amapá, na década de 60, sobressai os estudos observacionais do químico Waldemiro Gomes sobre as ervas medicinais amazônicas, o qual deu nome ao Centro de Plantas Mediciniais, em 1978, pertencente ao Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá (IEPA).

Por isso, a abordagem tradicional de prática fitoterápica proposta neste trabalho, adotou muitos desses critérios consagrados e utilizados por vários autores e instituições.

Essa visão contemporânea e científica da abordagem natural e tradicional das plantas medicinais vem crescendo e ganhando força e adeptos. Houve avanços e experiências exitosas na pesquisa, ensino, graduação e em programas de saúde pública, servindo de base para estudos em instituições científicas, que comprovam

as indicações tradicionais.

A evolução da Fitomedicina no Brasil e em vários países, fortaleceu-se com a efetivação de marcos regulatórios importantes do reconhecimento tradicional das plantas medicinais e fitoterápicos, principalmente, as Resoluções (RDC) da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), as políticas públicas na área (como a Política Nacional das Práticas Integrativas e Complementares-PNPIC/SUS) e inclusão na Relação Nacional de Medicamentos (RENAME) e na Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse do SUS (RENISUS).

Toda essa legislação e fatores contribuíram para que a prática clínica da Fitoterapia saísse do campo obscuro e marginal para ser reconhecida como mais uma opção terapêutica segura e eficaz para o profissional da saúde.

A abordagem tradicional do uso terapêutico das plantas medicinais é amplamente reconhecida como método complementar e integrativo de saúde, com regulamentação e normas próprias, integrando políticas públicas do SUS, como a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, de 2006.

O Iepa, como instituição científica no Amapá, foi destaque nacional na Fitoterapia na década de 90 e início de 2000, incentivando o emprego e estudo das plantas medicinais, tomando como base as potencialidades e a vocação primeira do seu povo e também por ter promovido quatro Seminários de Plantas Medicinais em Saúde Pública, sendo o último em 2007, com apoio do Ministérios da Saúde e da Ciência e Tecnologia.

Hoje, reconhecendo essa trajetória, o Amapá deu passos relevantes que começaram em 1995, nos grupos de acompanhamento dos usuários da Farmácia do Iepa, o Programa “Farmácia da Terra” (2005), o Centro de Referência em Tratamento Natural (2004), atual CERPIS, o Laboratório de Biofármacos da Unifap e o recente Programa de Implantação de Plantas Medicinais e Fitoterápicos no Estado do Amapá, instituído em 2016.

Para enriquecer essas conquistas, que acenam para um cenário promissor, faz-se necessário a divulgação desses feitos, dos conhecimentos acumulados e do reconhecimento dos pioneiros, para o que este trabalho se destina, no sentido de contribuir na Atenção Básica à saúde no Amapá com mais essa opção terapêutica. Visa colocar à disposição da assistência primária o recurso dos remédios à base de plantas nas patologias mais comuns.

Para tanto, a presente obra oferece, alternativas e opções tanto no controle de distúrbios e afecções, quanto no tratamento mais comuns que afetam os sistemas orgânicos, através do emprego auxiliar de plantas medicinais e fitoterápicos tradicionais, sem, contudo, desprezar os tratamentos convencionais já consagrados.

A intenção não é se contrapor ou substituir o modelo hegemônico (curativo/hospitalocêntrico), mas incluir no sistema público de saúde um método terapêutico mais aproximado dos usuários, das comunidades tradicionais e grupos humanos, valorizando suas culturas e colocando-os à disposição da saúde coletiva.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Edvaldo Rodrigues. *Plantas Medicinais Brasileiras: conhecimentos populares e científicos*. São Paulo - SP: Emus Editora, 1993.

ALONSO, Jorge R. **Tratado de Fitomedicina**: bases clínicas e farmacológicas. Buenos Aires, Argentina: ISIS Ediciones S.R.L, 1998.

ALONSO, Jorge R. **FITOMEDICINA**: curso para profissionais da área da saúde. São Paulo - SP: Pharmabooks. Fundação Herbarium de Saúde e Pesquisa, 2008.

ALVES, Daniela Filipa Faria. **Os extratos de plantas medicinais na prevenção e no tratamento da hiperplasia benigna da próstata**. 2020. Tese de Doutorado. Disponível em: [https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/10638/1/7889\\_16612.pdf](https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/10638/1/7889_16612.pdf). Acesso em: 17 set. 2024.

ATAÍDE, J. C. **Plantas Medicinais Tradicionais da Amazônia com Potencialidade Terapêutica na Atenção Básica à Saúde no Amapá**: a experiência no Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá no período de 1997 a 2002. Monografia de Especialização em Plantas Medicinais: manejo, uso e manipulação. Departamento de Agricultura da Universidade Federal de Lavras. Lavras, MG, 2006.

BATTOCHIO, A. P. R. **Adaptação do modelo experimental de colestase extrahepática em ratos jovens**. Acta Cirúrgica Brasileira. v. 19; n. 01, 2004.

BERG, Maria Elizabeth Van Den. **Plantas medicinais na Amazônia: contribuição ao seu conhecimento sistemático**. 3. ed. Belém: Museu Paraense Emílio Goeldi, 2010.

BERTOLUCCI, S. K. V.; CAPPELLE, E. R.; PINHEIRO, R. C.. *Manipulação de Fitoterápicos*. 1ª. ed. Lavras: Gráfica Universitária/UFLA, 2001.

BRAGANÇA, A. L. R. **Plantas medicinais antidiabéticas**: uma abordagem multidisciplinar. Niterói: EDUFF; 1996.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução-RDC nº 17 de 24 de fevereiro de 2000**. Aprova o regulamento técnico de medicamentos fitoterápicos junto ao Sistema de Vigilância Sanitária. Brasil, Brasília, DF, 2000.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução-RDC nº 48 de 16 de março de 2004**. Aprova o regulamento técnico de medicamentos fitoterápicos junto ao Sistema Nacional de Vigilância Sanitária. Brasil, Brasília, DF, 2004a.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria 971 de 03 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasil, Brasília, DF, 2006a.

BRASIL. Presidência da República. **Decreto nº 5813 de 22 de junho de 2006**. Aprova a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e dá outras providências. Brasil, Brasília, DF, 2006c.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Relatório Final da 13ª Conferência Nacional de Saúde: Saúde e Qualidade de vida: políticas de estado e desenvolvimento/Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde**. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria GM/MS 2960 de 09 de dezembro de 2008**. Define o Programa da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasil, Brasília, DF, 2008b.

BRASIL, 2009. **Relatório Final da 13ª Conferência Nacional de Saúde: saúde e qualidade de vida: política de estado e desenvolvimento**. Ministério da Saúde. Brasília: Editora do Ministério, 2009. (Série C. Projetos, Programas e Relatórios)

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Portaria nº 3.916, de 30 de outubro de 1998**. Aprova a Política Nacional de Medicamentos. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1998/prt3916\\_30\\_10\\_1998.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1998/prt3916_30_10_1998.html). Acesso em: 03 mai. 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. RENISUS – **Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS**. DAF/SCTIE/MS, fev/2009. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/plantas-medicinais-e-fitoterapicos/ppnprm/arquivos/2014/renisus.pdf>. Acesso em: 26 set. 2014.

BRASIL. ANVISA. **Resolução RDC nº. 10, de 09 de março de 2010a**. Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância

Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF: 2010.

BRASIL. ANVISA. **RDC nº 14 de 05 de abril de 2010**. Aprova e atualiza Normas para Registro de Fitoterápicos Tradicionais. D.O.U. Brasília: Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2010.

BRASIL. ANVISA. **RDC nº. 17** – ANVISA, de 16 de abril de 2010c. Dispõe sobre boas práticas de fabricação de medicamentos. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF: 2010.

BRASIL. ANVISA. **RDC Nº 26, de 13 de maio de 2014**. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF: 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. **Relação Nacional de Medicamentos Essenciais Rename**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.conass.org.br/wp-content/uploads/2022/01/RENAME-2022.pdf>. Acesso em: 26 set. 2024.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária-ANVISA. **O que devemos saber sobre medicamentos**. 2010. Disponível em: <file:///C:/Users/STI/Downloads/Carlilha-%20o%20que%20devemos%20saber%20sobre%20medicamentos.pdf>. Acesso em: 24 set. 2024.

BUCHAL, Ricardo B. Curso Básico de Fitoterapia. **Cartilha de Controle do Diabetes com Plantas Mediciniais**. Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá-IEPA, 1999. Disponível em: [www.geocites.com/HotSprings/2477/Fitoterapage02.html](http://www.geocites.com/HotSprings/2477/Fitoterapage02.html). Acesso em 20 out. 1999.

CÂMARA, C.C. ; NASCIMENTO , N.R.; MACÊDO-FILHO , C.L. ; ALMEIDA , F.B. AND FONTELES , M.C. 2003. Antispasmodic effect of the essential oil of *Plectranthus barbatus* and some major constituents on the guinea-pig ileum . *Planta Med*, 69 ( 12 ) : 1080 – 5.

CÁCERES, A. *et al.* **Actividad antibacteriana de plantas usadas en Guatemala para el tratamiento de infecciones**. Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC), 1990. 98p.

CAMPOS, A.H.; SCHOR, N. **Phyllanthus niruri inhibits calcium oxalate endocytosis by renal tubular cells: its role in urolithiasis.** Nephron, v.81, p.393-397, 1999.

CARVALHO, J. C. T. **Formulário médico-farmacêutico de fitoterapia.** 2. ed. São Paulo: Pharmabooks, 2005.

CARVALHO, J.C. T. **Fitoterápicos Antiinflamatórios: aspectos químicos, farmacológicas e aplicações terapêuticas.** 2ª ed. Ribeirão Preto, São Paulo: Pharmabooks, 2017.

CECHINEL FILHO, V. **Medicamentos de origem vegetal: atualidades, desafios, perspectivas.** 2ª ed. Editora UNIVALI: Itajaí-SC; 2017. 223 p.

ELDIN, S.; DUNFORD, A. **Fitoterapia: na atenção primária à saúde.** São Paulo: Manole, 2001. 163 p.

EMBRAPA, **Plantas Medicinais.** Folder 12, Porto Velho, 2001.

FARIA, Lina; OLIVEIRA-LIMA, José Antonio de; ALMEIDA-FILHO, Naomar. **Medicina baseada em evidências: breve aporte histórico sobre marcos conceituais e objetivos práticos do cuidado.** História, Ciências, Saúde – Mangueiras, Rio de Janeiro, v. 28, n.1, jan.-mar. 2021, p.59-78.

FISCHMAN L.A.; SKORUPA L. A.; SOUCCAR C; LAPA A. J. **The water extract of Coleus barbatus Benth decreases gastric secretion in rats.** Mem Inst Oswaldo Cruz 1991; 86: 141-3.

FREISE, F.W. **Plantas medicinais brasileiras.** Bol. Agric. São Paulo 34: 252-494, 1933.

HANDA S, CHAWLA MANINDER A 1989. Hypoglycaemic plants. A review. **Fitoterapia** 60: 205.

HUSSAIN, H. *et al.* Int J Pharmacog, v.29, p.51-6, 1991.

IEPA - Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá. **Farmácia da Terra: Plantas Medicinais e Alimentícias.** Macapá: Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá; 2005.

KANGWAN, N.; PARK, J. M.; KIM, E. H.; HAHM, K. B. **Quality of healing of gastric ulcers: Natural products beyond acid suppression.** World Journal of Gastrointestinal Pathophysiology, v. 5, n. 1, p. 40-47, 2014.

KINRYS, G.; COLEMAN, E.; ROTHSTEIN, E. **Natural remedies for anxiety disorders: potential use and clinical applications.** Depression and Anxiety, v. 26, n. 3, p. 259–265, 2009.

KOSCIELNY, J.; KLÜSSENDORF, D.; LATZA, R.; SCHMITT, R.; RADTKE, S.; SIEGEL *et al.* The antiatherosclerotic effect of *Allium sativum*. Atherosclerosis. 1999;144(1):237-49.

KRAWITZ, C., *et al.* **Inhibitory activity of a standardized elderberry liquid extract against clinically-relevant human respiratory bacterial pathogens and influenza A and B viruses.** BMC Complementary and Alternative Medicine, 11, p. 16, 2011.

LAMEIRA, O.A.; PINTO, J.E.B.P. **Plantas Mediciniais: do cultivo, manipulação e uso à recomendação popular.** Belém, PA: Embrapa Amazônia Oriental, 2008.

MARCELLINO, L. **Investigação do efeito da *Momordica charantia* L.** no controle glicêmico e na renoproteção de ratos com nefropatia diabética submetidos à manobra de isquemia e reperfusão renal. 2018.

MARTINS, E. R.; CASTRO, D. M.; CASTELLANI, D. C. e DIAS, J. E. **Plantas Mediciniais.** Viçosa, 1994, 220p.

MARX, W. *et al.* **Ginger—Mechanism of action in chemotherapy-induced nausea and vomiting: A review.** Critical Reviews in Food Science and Nutrition, v. 57, n. 1, p. 141-146, 2017. Disponível em: [https://pure.bond.edu.au/ws/portalfiles/portal/9660017/Ginger\\_mechanism\\_of\\_action\\_in\\_chemotherapy\\_induced\\_nausea\\_and\\_vomiting\\_A\\_review.pdf](https://pure.bond.edu.au/ws/portalfiles/portal/9660017/Ginger_mechanism_of_action_in_chemotherapy_induced_nausea_and_vomiting_A_review.pdf). Acesso em: 20 set. 2024.

MATTOS, G.; CAMARGO, A.; SOUSA, C. A.; ZENI, A. L. B. **Plantas medicinais e fitoterápicos na Atenção Primária em Saúde: percepção dos profissionais.** Ciência & Saúde Coletiva, 2018.

MURRAY, M.; PIZZORNO, J. **Enciclopédia da medicina natural.** São Paulo: Andrei Editora, 1994.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Estratégia da OMS sobre medicina tradicional 2014-2023**. 2014. Disponível em: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/95008/1/9789243506098\\_spa.pdf?ua=1&ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/95008/1/9789243506098_spa.pdf?ua=1&ua=1). Acesso em: 10 jul. 2024.

PAI, R.; WYLE, F.A.; COVER, T.L.; ITANI, R.M.; DOMEK, M.J.; TARNAWSKI, A.S. **Helicobacter pylori culture supernatant interferes with epidermal growth factor-activated signal transduction in human gastric KATO III cells**. American Journal of Pathology, v. 152, p.1617-1624, 1998.

PANIZZA, S.T; VEIGA, R.S; ALMEIDA, M.C. **Uso Tradicional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos**. Conbrafito, 2012.

PASTORAL DA SAÚDE. Projeto PE. EZEQUIEL. **Vida Plena Povo Feliz**. Ji-Paraná-RO: Diocese de Ji-Paraná, 1997.

PIMENTEL, A.A.M.P. **Cultivo de plantas medicinais na Amazônia**. Belém: FCAP, 1994, 114p.

PINTO, J. E. B. P.; SANTIAGO, E. J. A.; LAMEIRA, O. A. **Compêndio de Plantas Mediciniais**. Curso de Pós-Graduação “*Lato Sensu*” à distância: Plantas Mediciniais: manejo, uso e manipulação. Lavras, Minas Gerais: UFLA/FAEPE, 2000.

RELATÓRIO GERAL DA ATIVIDADE DE CONTROLE DE DIABETES MELLITUS TIPO II COM FITOTERÁPICOS NO IEPA. JAN/97 A MAR/98, Macapá-AP: IEPA, 1999.

ROBINEAU, G. L. (Org.) *et al.* **FARMACOPÉA** Vegetal Caribeña. Santo Domingo: Tramil, 1996.

ROSCHEK, B., *et al.* **Elderberry flavonoids bind to and prevent H1N1 infection** in vitro. Phytochemistry, 70(10), pp. 1255–1261, 2009.

RUDDER, E. A. M. Chantal de. **Enciclopédia Compacta de cura pelas Plantas Mediciniais**: com os florais do Doutor Bach. Tradução Luiza Maria F.R; Monique A.C; Nadyr de São Paulo, São Paulo: Editora: Rideel, 1998.

SAAD, G. A. *et al.* **Fitoterapia Contemporânea**: tradição e ciência na prática clínica. São Paulo: Ed. Elsevier, 2009.

SECRETARIA DE ESTADO DE MEIO AMBIENTE DO AMAPÁ.  
**Corredor de biodiversidade do Amapá / Conservação Internacional do Brasil.** Belém: Conservação Internacional, 2009.

SILVA, Maria Socorro Braga. **Medicina Popular** [recurso eletrônico]. Fortaleza: SEDUC, 2022. Disponível em: [https://www.ced.seduc.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/82/2022/05/ISG\\_FASCICULOS\\_MEDICINA-POPULAR.pdf](https://www.ced.seduc.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/82/2022/05/ISG_FASCICULOS_MEDICINA-POPULAR.pdf). Acesso em: 17 set. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. **Modificações no comportamento alimentar.** SBEM; 2021. Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/perguntas=-frequentes-sobre-diabetes-ii/#:~:text=DIABETES%20MELLITUS,-%3E%20126%20mg%2Fdl&text=Assim%2C%20%3%A9%20considerado%20diab%3%A9tico%20aquele,superior%20a%20200%20mg%2Fdl>. Acesso em: 16 ago. 2024.

SCHILCHER, H. **Fitoterapia na Pediatria** – Guia para médicos e farmacêuticos. Alfenas: Editora Ciência Brasilis, 2005, 211p.

SCHULZ, V.; HÄNSEL, R.; TYLER, V. E. **Fitoterapia racional:** um guia de ciências da saúde. São Paulo: Manole, 2002. 386p.

SOUZA, Vinicius C; LORENZZI, H. **Botânica Sistemática:** guia ilustrativo para identificação das famílias Angiospermas da flora brasileira, baseado em APG II. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flota, 2005.

TESKE, M.; TRENTINI, A.M.M. Herbarium. **Compêndio de fitoterapia.** 2.ed. Curitiba: Herbarium, 1995. p. 126-127.

VIEIRA, L. S. **Manual de Medicina Popular:** a Fitoterapia da Amazônia. Belém: FCAP, Serviços de Documentação e Informação, 1991. 248p.

# **SOBRE O AUTOR**

## **JARBAS CORDOVIL DE ATAÍDE**

Poeta e escritor, Médico há 38 anos formado pela Universidade Federal do Pará (UFPA). Atuou como Médico do Exército, na Vila de Clevelândia, em Oiapoque. Em Macapá, fez Curso de Fitoterapia no antigo Centro de Plantas Medicinais Waldemiro Gomes (1988). Pós-graduado em Epidemiologia pela UNIFAP/FIOCRUZ. Especialista em Plantas Medicinais pela Universidade Federal de Lavras - MG (2000). Perito Médico Legista, graduado em Ciências Forenses. Autor do projeto e Ex-Gerente do Centro de Referência em Tratamento Natural do Amapá, atual CERPIS. Médico Clínico Geral concursado da Secretaria de Estado da Saúde - SESA, desde 2005.





**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E  
TECNOLOGIA DO AMAPÁ - IFAP**

Rodovia BR 210 KM 3, s/n - Bairro Brasil Novo

CEP: 68.909-398

Email: [reitoria@ifap.edu.br](mailto:reitoria@ifap.edu.br)

Telefone: (96) 3198-2150

Site: <https://ifap.edu.br/>

Twitter: @ifap\_oficial

Facebook: /institutofederaldoamapa

Instagram: @ifapoficial

**A** pesar do Amapá estar na imensidão da cobiçada Floresta Amazônica, rica em biosociodiversidade, onde as plantas medicinais estão presentes nas ruas, quintais, praças e logradouros públicos, e consideradas patrimônio material da cultura Amazônica, ainda desconhecemos os seus benefícios. Poucos profissionais da saúde e gestores dominam o seu conhecimento.

Este livro, escrito há mais de 15 anos, vem preencher essa lacuna, primando pela difusão e enfocando a história e a trajetória da fitoterapia no Amapá, fruto da pós-graduação do autor da sua experiência clínica e como ex-pesquisador do IEPA. Ele enfoca o uso tradicional das plantas medicinais e fitoterápicos utilizados na Amazônia, no Brasil e no mundo.

Além das plantas genuinamente Amazônicas e aclimatadas, o livro informa, também as plantas medicinais empregadas a nível mundial, que podem tornar-se conhecidas a nível nacional, que podem tornar-se conhecidas e utilizadas pelos usuários.

Daí resulta a sua importância de dar acesso à população a uma terapia milenar, recomendada pela OMS e pelo Sistema de Saúde Oficial do Brasil, o SUS. Como já está consolidada como política pública, desde 2006, entre as práticas integrativas e complementares, necessita ser apropriada, conhecida, difundida e utilizada pela população.

O conteúdo detalha os conceitos básicos da fitoterapia clínica, seus princípios, normas, legislação e registro, assim como, sua aplicabilidade nas afecções controladas com as plantas e nos distúrbios tratados com esse vasto arsenal de princípios bioativos a serviços da saúde humana.

Além desse conhecimento tornado público, o autor deixou o seu legado à saúde pública no Amapá, na área das práticas integrativas, quando, em 2002, elaborou o projeto inovador do Centro de Referência em Terapias Naturais-CRTN. Hoje, com 20 anos, o atual CERPIS, integra a Sesa, oferecendo as terapias naturais na rede pública de saúde.

O autor não pretende esgotar o assunto e nem tem a pretensão de substituir o tratamento convencional, mas dar acesso às pessoas a escolherem mais uma opção de tratamento da saúde, dando autonomia e independência.

