

Plantas medicinais usadas no Brasil

by Antonio Benturini - lunes, marzo 21, 2005

https://vinculando.org/salud/plantas_medicinai.html

Algumas plantas e suas funções:

ALCACHOFRA - *Artemisia alba*: contém muito ferro e cálcio. Repõe os sais minerais do organismo. Usam-se as folhas da base da planta. O chá é tônico, diurético, preventivo e curativo das afecções do fígado, da biliar, estômago, rins e bexiga. Útil nos casos de diabetes, colesterol elevado. Arteriosclerose, tireóide, hipertensão, asma, afecções dos pulmões e doenças de pele. Evitar o chá na lactação.

ARRUDA - *Ruta graveolens*: a arruda contém propriedades tóxicas. Evitar na gravidez. É normalizadora do ciclo menstrual. Boa para dor de cabeça, dor de dente e de ouvido (amassar um galhinho com um pouco d'água, ou um chumaço de algodão junto ao ouvido ou no dente). Também para gases, incontinência da urina, fraqueza dos vasos sanguíneos, calmante e como anti-infecciosa. Para ressacas, embriaguês e indigestão.



ALECRIM - *Rosmarinus officinalis*: toma-se o chá das folhas para clorose, inapetência, histeria, nervosismo, indigestão, tosse, bronquite e asma. Provoca suor, é depurativo do sangue, tônico para o coração e anti-reumático, é usado também para banhos de pele e do cabelo e para caspa.

BABOSA - *Aloe vera*: toma-se em jejum durante uma semana para males do fígado, icterícia, prisão de ventre, biliar e estômago. O sumo triturado com mel é usado para bronquite e certos tipos de câncer. O uso interno deve ser evitado para gestantes, por quem sofre dos ovários, bexiga, hemorróidas e rins. Usa-se o líquido externamente para reumatismo, varizes, hemorróidas, doenças da pele, tumores, queimaduras e para prevenir rugas e flacidez. Embeleza e fortalece o cabelo, evitando a queda e a caspa.

BARDANA - *Arctium lappa*: é depurativo e diurético. Serve para bronquite, cachumba, cálculos biliares e da bexiga, cólicas hepáticas, gastrite, pólipos. O chá da raiz é usado em intoxicações, afecções internas, afecções da pele, dermatoses, furúnculos. Lavar o couro cabeludo evita a queda e revitaliza os cabelos. Com a folha aquecida e banha se faz compressas para reumatismos, eczemas e feridas.

BOLDO Falso boldo - *Coleus barbatus*: o chá das folhas é usado para problemas digestivos, do fígado, estômago, intestino e azia. Serve para curar a ressaca por excesso de bebida. Aplicado externamente também combate o

reumatismo, a hidropsia e problemas de pele. **Boldo-graudo** - *Vernonia condensata*: o chá de uma ou duas folhas por xícara, em decocção ou infusão se usa para distúrbios do fígado, para bÍlis, vesícula, contra dores de cabeça e ressacas alcoólicas.

CAATINGA-DE-MULATA - *Tanacetum vulgare*: o chá é utilizado para perturbações digestivas, icterícia, inflamações nos olhos, dores de dente; é diurético, provoca menstruação. Não usar durante a gravidez. Útil para fazer banhos em problemas de reumatismo, erisipelas e para estancar o sangue. A flor é vermífuga.

CAPIM-LIMÃO - *Cymbopogon citratus*: o chá é usado como digestivo, para gases, reumatismo e dores nos músculos, como calmante, nas ansiedades, para baixar a febre e provocar suor. Abaixa a pressão!

CARQUEJA - *Baccharis crispa*: o chá das raízes é diurético, indicado para combater azias, males do fígado, sinusites, doenças da pele e venéreas.

CAVALINHA - *Equisetum arvense*: é rica em minerais. O seu chá fortalece o organismo todo, combate tuberculosas, hemorragias internas, problemas de bexiga, de incontinência urinária, de rins e úlceras gástricas. É cicatrizante, regenerando rapidamente os tecidos. Bom para próstata, osteoporose, perda de sangue no nariz, boca, e também para celulite.

CONFREI - *Sinphytum officinale*: usado internamente possui várias propriedades mas limita-se ao uso externo das folhas, sua inclusão em formulações de medicamentos é proibida no Brasil, necessitando ainda muitas pesquisas em seres humanos. Os rizomas secados ao sol são indicados para cicatrização de feridas e fraturas, para rachaduras na pele, nos seios, no ânus, para lavar feridas varicosas, úlceras, queimaduras, psoríase e outras inflamações.

QUEBRA-PEDRA - *Phyllanthusnururi*: as folhas em infusão, 3 xícaras ao dia, servem para eliminar cálculos renais, para problemas de inflamação dos rins, bexiga e fígado, vesícula, ácido úrico, amarelão (hepatite) e diabete. Podem ser usadas folhas e flores.

GENGIBRE - *Zingiber officinalis*: a raiz é usada em infusão para casos de gripe, resfriados, tosses, catarro, rouquidão, bronquite e afonia, para fraqueza do estômago, cólicas e gases presos. Também com a raiz faz-se compressas para dores reumáticas e nevralgias.

HORTELÃO - *Mentha spp*: digestão, gases, cólicas, náuseas, como calmante dos nervos, insônia, para bÍlis, amarelão e como expectorante. O sumo das folhas pode ser aplicado com algodão em nevralgias, dores de dente e de cabeça, picadas de insetos, e tomados durante vários dias com mel funciona como vermífugo.

LARANJEIRA - *Citrus aurantiu*: a flor da laranjeira em maceração tem função contra espasmos, nervosismo e insônia e com mel aplicada no rosto, funciona como antiinflamatória e bactericida, livrando a pele de impurezas. As folhas também são calmantes e combatem a insônia, febres, gripes e resfriados. O bagaço e a parte branca cura a prisão de ventre. Comer laranja em jejum estimula as funções do fígado e da bilis. Previne as doenças degenerativas por falta de vitamina C e ajuda na assimilação do cálcio.

MALVA - *Malva parviflora*: os vários tipos de malva, raiz e folhas, servem para qualquer tipo de infecção, de inflamação: boca, garganta, laringe faringe, olhos, ouvidos, estômago, úlceras, rins, bexiga, ovários, nervos, hemorróidas, para mau hálito, em picadas de insetos e como cicatrizante.

MANJERONA - *Origanum majorana*: as folhas trituradas com banha ou óleo, aplicadas em cataplasma na barriga das crianças, ajuda a expelir os gases e acalma as cólicas, aplicadas no nariz desprendem o catarro. O mesmo procedimento para dores reumáticas. Como tempero facilita a digestão, abre o apetite e evita gases e cólicas.

MIL-EM-RAMA, pronto-alívio - *Achillea millefolium*: usada tanto raiz como partes aéreas. Indicado em hemorragias internas e externas: uterinas, dos pulmões, de hemorróidas, feridas, úlceras queimaduras e varizes. É analgésica, para cólicas, dores de estômago, de dente e câibras. É antiinflamatória, para bexiga, incontinência urinária, rins, intestinos, baixar a febre e abaixa a pressão!

PARIPAROBA - *Piper dilatatum*: o chá das folhas têm ação sobre o estômago, fígado, baço e pâncreas, úlceras, reumatismos e hemorróidas. Tem ação antiinflamatória e cicatrizante. Alivia crises de bronquite e asma. As folhas podem ser colocadas sobre feridas e tumores e a raiz nos casos de dor de dente.

PULMONÁRIA - *Sthachys byzantina*: uma colher de folhas frescas picadas, para uma xícara em infusão é remédio para asma, tosse e obstrução das vias respiratórias. Externamente cura feridas.

MILHO (cabelo de milho) - *Zea mays*: o cabelo do milho novo, fresco ou seco, em infusão purifica o sangue, sendo poderoso diurético, desinflama e combate infecções da vesícula dos rins e da bexiga, elimina o ácido úrico, dissolve areias e cálculos renais e diminui dores. Baixa a pressão! Secar ao sol e guardar dentro de um pote de vidro, bem tapado.

SALVIA - *Salvia officinalis*: além de tempero serve para o corpo e a mente. Usam-se as folhas e flores. Combate depressão, fraqueza, diabete, colesterol, males da menopausa, dificuldade de digestão, menstruação dolorosa, tosse e catarros; é estimulante, analgésica, antiinflamatória e tônica em geral. Clareia e limpa os dentes com as folhas, alivia o mau hálito, escurece os cabelos e provoca excesso de suor. Em gargarejo serve para aftas, gengivites, inflamação da garganta e laringite. Não aconselhável na lactação e gestação.

TANCHAGEM, Tansagem - *Plantago major*: usam-se as folhas, sementes e raiz. Ação antiinflamatória, cicatrizante, diurética, tônica e depurativa, indicada para limpeza das vias respiratórias (fumantes), gripes, como expectorante, diarreias, inflamações nos rins e estômago. Em gargarejos funciona como antibiótica, bactericida e antiinflamatória para a garganta, ouvidos, em casos de gengivite, piorrécia, laringite, amigdalite, lavagem de feridas, tumores, doenças da pele, infecções nas partes genitais, dores no bico dos seios e inflamação dos olhos.

Bibliografia:

- ERVAS & PLANTAS - A Medicina dos Simples. Pe. Ivacir J. Franco e Prof. Vilson L. Fontana. 6ª Edição Revisada e Ampliada, Erechim, RS, Editora Edelbra, 2001.
- AS PLANTAS QUE CURAM - dicas de saúde/pesquisa, textos e revisão Irmãos Ribeiro - Erechim: São Cristóvão, 2001. 192p.; 11cm.