



CARTILHA DE PLANTAS MEDICINAIS





Organização

Idealização: Dra. Lunalva Aurélio Pedroso Sallet
Capa e Projeto Gráfico: Felipe Neri (DICOM - Unitins)
Diagramação: Felipe Neri (DICOM - Unitins)

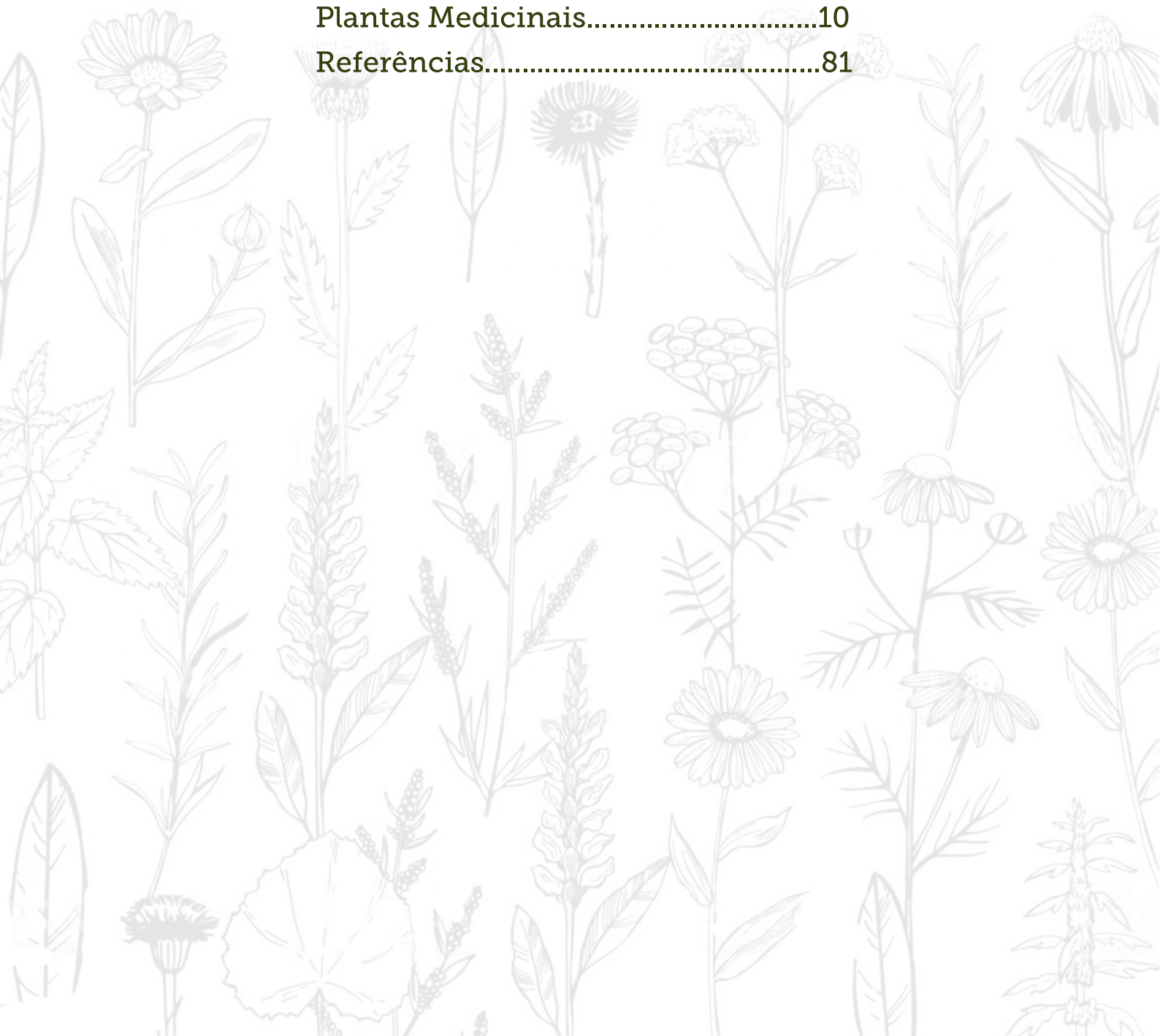
Elaboração

Acadêmicos do 1º período de Medicina - 2021.2
da Universidade Estadual do Tocantins

Acza Gabrielly Silva Jales
Aloísio Oliveira Lacerda
Andreza Soares de Souza
Auryelle Sousa Azevedo Guajajara
Bruno Pereira Goes
Caio Felipe de Sousa Miranda
Cláudia Lorena Carvalho Alve
Ester Lima Costa
Geovanna Vitória Fernandes Tomm
Helen Chagas dos Santos
Hemengella Karyne Alves Oliveira
Jeová Fernandes Pereira
Jhamilly Lima Cavalcante
João Pedro Ferreira Duarte
Julia Magalhães Amorim
Karinne Chaves de Andrade
Lara Pereira Tavares Cunha
Lucas Marques Marinho de Alencar
Luísa Cardoso Coelho
Marcus Vinícius Lima de Paulo
Maria Eduarda Ferreira França
Matheus Siqueira Dantas
Max Wolfgang Farias Paiva
Nícolas Nishi Godinho
Rebecca de Sousa Prates
Rhudson Martins Almeida Santos
Vitor de Melo Ataidés
Vitória Cristine Oliveira Messias
Wesley Lima Moura
Ygor de Sousa Araújo

Sumário

Apresentação.....	04
Preparação.....	08
Medidas de Referência.....	09
Plantas Medicinais.....	10
Referências.....	81



Apresentação

As plantas medicinais são amplamente utilizadas no território nacional devido ao seu baixo valor de comercialização, facilidade de cultivo e por sua relação entre saúde e doença. Assim, considerando sua relevância, os acadêmicos do curso de medicina da Universidade Estadual do Tocantins montaram esta cartilha com o intuito de expandir o conhecimento a respeito do tema e orientar o uso consciente dessas plantas. Para isso, aqui serão apresentadas inúmeras plantas com suas devidas especificações e precauções de uso.

Vale ressaltar que o uso de plantas medicinais para aliviar sintomas ou curar doenças é tão antigo quanto a espécie humana. Além disso, a finalidade terapêutica dessas plantas muitas vezes é a principal ou única forma de tratamento de diversas comunidades, principalmente das mais pobres do país. Ademais, no que tange à comercialização, ela ocorre em feiras livres, mercados populares e ainda são frequentemente cultivadas em quintais residenciais, (MACIEL, MARIA APARECIDA M., et al., 2001).

Esta cartilha é resultado de um levantamento das plantas mais utilizadas por 288 pessoas do bairro São Pedro na cidade de Augustinópolis, localizada no extremo norte do estado do Tocantins. Haja vista o amplo conhecimento acerca dessas plantas e a variedade de registro de seus fins terapêuticos na literatura científica, tornou-se válido difundir tal conteúdo utilizado por pessoas dessa comunidade a fim de ampliar o saber popular para todos os interessados no tema.





A UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS É MUITO IMPORTANTE, MAS ATENÇÃO, É NECESSÁRIO TOMAR ALGUNS CUIDADOS AO UTILIZAR TAIS PLANTAS.

MAS POR QUÊ?



PORQUE É PRECISO ENTENDER DIREITINHO SOBRE SUA FORMA DE USO, SUA ORIGEM E QUAL PARTE DA PLANTA DEVEMOS USAR: SE É A RAIZ, FOLHA, FLOR OU SEMENTE, NOTANDO SEMPRE SE ESTÃO EM BOA QUALIDADE. POIS O NÃO CUMPRIMENTO DISSO PODERÁ EXPOR AS PESSOAS A SÉRIOS DANOS À SUA SAÚDE OU À PRÓPRIA VIDA.

E O QUE EU POSSO FAZER PARA NÃO CORRER ESSES RISCOS?





É MUITO IMPORTANTE SABER A PROCEDÊNCIA DA PLANTA. JAMAIS DEVE-SE PEGAR AS QUE TEM CHANCE DE ESTAREM CONTAMINADAS, COMO AS PLANTADAS PERTO DE FOSSAS, BUEIROS E BEIRAS DE ESTRADAS, POR EXEMPLO. NUNCA MISTURAR PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS. ALÉM DISSO, DEVE-SE TOMAR CUIDADO COM A PLANTA QUE SE PEGA POIS ALGUMAS PODEM SER TÓXICAS.

PRECAVER-SE DO USO DE QUANTIDADE IDEAL DE CADA PLANTA É ESSENCIAL PARA EVITAR TOXICIDADE DEVIDO À ALTAS DOSES. NUNCA MISTURAR PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS DE FARMÁCIA, PARA EVITAR INTERAÇÕES INDESEJÁVEIS





MAS O MAIS IMPORTANTE É SEMPRE SE INFORMAR AO MÁXIMO ANTES DE USAR QUALQUER TIPO DE PLANTA MEDICINAL, SEJA PELA INTERNET OU BIBLIOTECAS, TUDO ISSO DEVE SER RELATADO AO SEU MÉDICO E, SE POSSÍVEL, PREVIAMENTE DEVE SER PEDIDO SEU ACONSELHAMENTO. **LEMBRE-SE DE USAR COM CAUTELA PARA EVITAR EXCESSOS.**

ENTENDI, ENTÃO NÃO É PORQUE É NATURAL QUE PODE SER USADO DE QUALQUER FORMA.



ISSO MESMO!



Preparação

As plantas medicinais, após serem colhidas e higienizadas de forma correta, podem ser preparadas nas seguintes maneiras:

Infusão: indicado para plantas fitoterápicas que possuem componentes que evaporam facilmente. As partes usadas da planta, geralmente, são as folhas ou as flores.

1. Separe a planta em um recipiente;
2. Ferva a água;
3. Coloque a água, após fervida, no recipiente com a planta;
4. Tampe o recipiente e deixe descansar por 5 a 15 minutos;
5. Coe e utilize em seguida.

Decocção: indicado para plantas fitoterápicas que possuem componentes que não evaporam facilmente. As partes usadas da planta, geralmente, são as sementes, as raízes ou as cascas.

1. Coloque a planta e encha de água até cobrir as ervas;
2. Ferva essa mistura em fogo baixo por 5 a 20 minutos;
3. Coe e, após esfriar, utilize.

Maceração: indicado para plantas fitoterápicas que possuem componentes facilmente degradados pelo calor. As partes usadas da planta, geralmente, são folhas, flores, raízes ou cascas.

1. Coloque a planta, picada ou amassada, de molho em água fria;
2. Para partes que facilmente se quebram, deixe de 10 a 12h descansando em um local seco, limpo, fresco e longe da luz do sol. Para partes mais duras, deixe descansar de 22 a 24h. Agite a mistura de tempos em tempos;
3. Depois do tempo determinado, filtra-se o líquido, podendo-se acrescentar mais líquido extrator (água, álcool ou óleo), para que se obtenha um volume final desejado;
4. Atenção para as plantas que passam pelo processo de fermentação, elas não podem ser usadas por meio dessa forma de preparo.

Óleo: indicado para as plantas que são aromáticas.

1. No modo fresco ou seco: pique ou moa as plantas;
2. Reserve esses componentes em frascos, transparentes e fechados, com óleo de girassol, de milho ou de oliva;
3. Mantenha o frasco em local com incidência da luz solar durante 2 a 3 semanas e agite diariamente;
4. Filtre a mistura. Se uma camada de água se formar, retire-a;
5. Conserve em frascos escuros;



Medidas de Referência

- Uma colher de café = 2 mL (0,5 g);
- Uma colher de chá = 5 mL (1 g);
- Uma colher de sopa = 15 mL (3 g);
- Uma xícara de chá ou um copo = 150 mL.



Se a planta utilizada for uma planta fresca: usar o dobro da quantidade.
Exemplo: Se na preparação de folhas secas é utilizada 1 colher de sopa, para a preparação de plantas frescas devem-se utilizar 2 colheres de sopa.





Açafrão/Cúrcuma

Nome científico: *Curcuma longa*

Precauções: contraindicado para pacientes que estejam tomando remédios anticoagulantes.

Usos:

- anti-inflamatório;
- antioxidante;
- antirreumático;
- antidepressivo;
- antiacne.



Parte utilizada: rizoma seco.



Açaí

Nome científico: *Euterpe oleracea*

Precauções: seu uso em excesso e indiscriminado pode levar a casos de hiperglicemia.

Usos:

- anti-inflamatório;
- antioxidante;
- antimicrobiano;
- antitumoral;
- antidiabético;
- anti-hipertensivo;
- hipolipemiante.



Parte utilizada: raiz e fruto.



Alecrim

Nome científico: *Rosmarinus officinalis*

Precauções: a infusão não deve ser usada em inalações devido à ação irritante dos componentes voláteis.

Usos:

- anti-inflamatório;
- antisséptico da cavidade oral;
- dermatológico.



Parte utilizada: folhas e flores.



Alfavaca/ Manjericão

Nome científico: *Ocimum basilicum*

Precauções: contraindicado durante a gravidez.

Usos:

- estomáquico;
- carminativo;
- antiespasmódico;
- antiácido;
- antirreumático;
- anti-inflamatório do trato urogenital;
- diurético;
- galactagogo.



Parte utilizada: folhas e sumidades floridas



Algodão

Nome científico: *Gossypium L.*

Precauções: pode estar associado à perda da fertilidade (masculina e feminina).

Usos:

- antidepressivo;
- anti-inflamatório;
- antioxidante;
- antidiabético;
- analgésico;
- ação antimicrobiana;
- hemostático e cicatrizante;
- antirreumático.



Parte utilizada: folha e maçã do algodoeiro.



Alho

Nome científico: *Allium sativum*

Precauções: contraindicado para pessoas com gastrite, úlcera gastroduodenal, hipotensão arterial e hipoglicemia, hipertireoidismo e grávidas. Pode potencializar os efeitos antitrombóticos de fármacos anti-inflamatórios.

Usos:

- expectorante;
- antigripal;
- preventivo de alterações vasculares;
- hipolipemiante;
- anti-hipertensivo.



Parte utilizada: bulbos.



Amora

Nome científico: *Rubus fruticosus*



Usos:

- antidiarreico;
- dermatológico.

Parte utilizada: folhas secas e frutos (nutrição).



Ampicilina/Penicilina

Nome científico: *Alternanthera brasiliana*

Precauções: contraindicada para pessoas com hiper-sensibilidade a beta-lactâmicos.

Usos:

- analgésico;
- cicatrizante;
- anti-inflamatório;
- antimicrobiano.



Parte utilizada: folhas e flores.



Anador

Nome científico: *Justicia pectoralis*

Precauções: contraindicado para pacientes com problemas de coagulação e em uso de anticoagulantes e analgésicos.



Usos:

- expectorante.

Parte utilizada: folhas, caule, ramos e flores.



Andiroba

Nome científico: *Carapa guianensis*

Precauções: pode causar problemas ao fígado, confusão mental, tremores nos membros, bolhas na pele e até proporcionar coma, em casos mais graves.

Usos:

- antiedema;
- cicatrizante;
- repelente.



Parte utilizada: folhas e frutos.



Angico

Nome científico: *Anadenanthera macrocarpa*

Precauções: pode ocasionar sedação e sonolência, além de afetar o estômago e os rins, desencadeando uma baixa abrupta da pressão arterial.



Usos:

- antitussígeno;
- antigripal.

Parte utilizada: folhas.



Aranto

Nome científico: *Kalanchoe daigremontiana*

Precauções: contraindicado para gestantes, crianças, pessoas com hipoglicemia e pressão baixa.

Usos:

- anti-inflamatório;
- antidiarreico;
- antitérmico;
- antitussígeno;
- cicatrizante;
- sedativo.



Parte utilizada: folhas e flores.



Aroeira

Nome científico: *Schinus terebinthifolia*

Precauções: contraindicado para quem tem a pele muito sensível ou quem tem problemas gastrointestinais.

Usos:

- antitérmico;
- antidiarreico;
- antitussígeno;
- antigripal;
- anti-inflamatório;
- empregado no tratamento de doenças dos tratos urinário e genital.



Parte utilizada: casca e folhas.



Arruda

Nome científico: *Ruta graveolens*

Precauções: pode causar intoxicações e provocar efeitos colaterais como confusão mental, convulsões e dores no intestino, além de provocar hemorragia menstrual e induzir o aborto.

Usos:

- antiparasitário;
- anticoagulante.



Parte utilizada: folhas.



Assa-peixe

Nome científico: *Vernonia polysphaera*

Usos:

- broncodilatador;
- tratamento de cálculos renais, hemorroidas e alterações no útero.



Parte utilizada: flores secas e folhas.



Babosa

Nome científico: *Aloe vera*

Precauções: evitar o uso oral.



Usos:

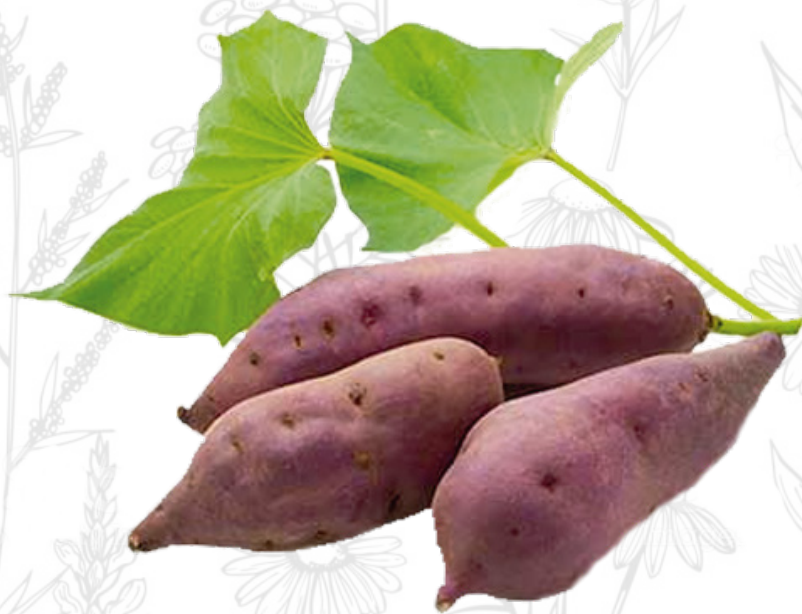
- tratamento de queimaduras.

Parte utilizada: seiva.



Batata-doce

Nome científico: *Ipomoea batatas*



Usos:

- tratamento de gastrite.

Parte utilizada: raiz.



Batata inglesa

Nome científico: *Solanum tuberosum*

Precauções: uso excessivo pode estar relacionado ao aumento de peso.



Usos:

- úlceras estomacais.

Parte utilizada: caule.



Boldo

Nome científico: *Plectranthus barbatus*

Precauções: o uso excessivo pode acarretar efeitos abortivos e má formação do feto.

Usos:

- problemas gástricos (estômago) e hepáticos (fígado).



Parte utilizada: folha.



Camomila

Nome científico: *Matricharia camomila L.*

Precauções: o uso da camomila pode ter efeitos colaterais, como náuseas, sobretudo quando não é utilizada em quantidades adequadas.

Usos:

- calmante;
- antiespasmódico;
- anti-inflamatório;
- cicatrizante;
- antimicrobiano;
- ansiolítico;
- sedativo;
- analgésico.



Parte utilizada: flores secas.



Cana-de-macaco

Nome científico: *Costus spicatus*

Precauções: seu uso em excesso pode ocasionar danos aos rins.

Usos:

- antinociceptivo;
- anti-inflamatório;
- hipolipemiante;
- diurético.



Parte utilizada: folhas.



Canela

Nome científico: *Cinnamomum verum*

Precauções: o uso é contraindicado na gravidez e na amamentação. Os efeitos colaterais da canela podem incluir alergias e irritação na pele.

Usos:

- dispéptico;
- antidiarreico;
- anti-inflamatório;
- antiespasmódico;
- antisséptico;
- antioxidante.



Parte utilizada: casca.



Capim-santo

Nome científico: *Cymbopogon citratus*

Precauções: pode causar enjoo, diminuição da pressão arterial e desmaios. Na pele, causa queimaduras.

Usos:

- ansiolítico;
- vermífugo;
- antirreumático;
- analgésico.



Parte utilizada: folhas e raízes.



Cardamomo

Nome científico: *Alpinia zerumbet*

Precauções: pode provocar dificuldade respiratória, dores no peito e na garganta. Contraindicado durante a gravidez ou amamentação.

Usos:

- antiglicemiante;
- antilipemiante.



Parte utilizada: semente.



Casearia

Nome científico: *Casearia sylvestris*

Precauções: contraindicado durante a gravidez e menstruação. Deve-se evitar o uso prolongado por causa da sua ação antagônica com a vitamina K, para evitar acidentes hemorrágicos.



Usos:

- antiúlcera.

Parte utilizada: folhas e casca.



Cavalinha

Nome científico: *Equisetum sp.*

Precauções: é contraindicado o uso prolongado da planta.

Usos:

- antiedema;
- diurético.



Parte utilizada: caule e folha.



Citronela

Nome científico: *Cymbopogon nardus* ou
Cymbopogon winterianus

Precauções: é contraindicado o uso do chá.



Usos:

- repelente;
- relaxante.

Parte utilizada: folhas.



Copaíba

Nome científico: *Copaifera langsdorffii*

Precauções: pode ocasionar diarreia, vômito e erupções na pele.

Usos:

- anti-inflamatório;
- cicatrizante;
- antisséptico.



Parte utilizada: tronco (produção do óleo).



Couve

Nome científico: *Brassica oleracea L., Brassica sylvestris*

Precauções: para algumas pessoas não é recomendada a ingestão de vitamina K (muito presente na couve). Como ajuda o sangue a coagular, quem tem risco de coágulos no sangue deve evitar verduras de folhas verdes escuras como a couve.

Usos:

- analgésico;
- antirreumático;
- antiúlcera;
- vermífugo;
- estimulante do apetite.



Parte utilizada: talos, folhas e sementes.



Cravo-da-índia

Nome científico: *Syzygium aromaticum*

Precauções: pode causar irritação da pele e da mucosa digestiva de algumas pessoas mais sensíveis, e pode retardar a coagulação sanguínea.

Usos:

- antioxidante;
- antibacteriano;
- analgésico;
- repelente;
- estimulante da libido;
- anti-hipertensivo.



Parte utilizada: flor (ainda não aberta).



Dente-de-leão

Nome científico: *Taraxacum officinale*

Usos:

- transtornos digestivos;
- antigripal;
- tratamentos renais;
- antiglicemiante.



Parte utilizada: folhas.



Dipirona/Milefólio

Nome científico: *Achillea millefolium*

Precauções: contraindicada para gestantes, puérperas e lactantes.

Usos:

- analgésico;
- anti-inflamatório;
- antiespasmódico;
- musculares;
- tratamento de distúrbios gastrointestinais.



Parte utilizada: folhas.



Espinheira-santa

Nome científico: *Maytenus ilicifolia*

Precauções: contraindicada durante a gravidez ou amamentação, haja vista que inibe a secreção do leite e promove contrações uterinas.

Usos:

- antisséptico;
- cicatrizante;
- anti-infeccioso;
- antioxidante;
- diurético;
- laxativo;
- alívio de desconfortos estomacais;
- tratamento da gastrite.



Parte utilizada: folhas.



Eucalipto

Nome científico: *Eucalyptus sp.*

Precauções: a inalação de folhas de eucalipto não deve ser usada por crianças menores de 12 anos, pois pode ocasionar alergias e falta de ar. Seu uso excessivo possibilita dermatite, dificuldade para respirar, taquicardia, sonolência e hiperatividade.

Usos:

- expectorante;
- balsâmico;
- hipoglicemicante;
- antisséptico.



Parte utilizada: folhas.



Folha-santa

Nome científico: *Kalanchoe pinnata*

Precauções: uso em excesso pode levar ao bócio, hipotireoidismo. Essa planta também é imunossupressora.

Usos:

- anti-inflamatório;
- promissor bactericida contra *Salmonella* spp.;
- antioxidante;
- suco da folhas para feridas;
- antifúngico.



Parte utilizada: folhas.



Gengibre

Nome científico: *Zingiber officinale*

Precauções: azia, pode causar esfoliação das células epiteliais estomacais, interação medicamentosa com anticoagulantes causando sangramento, aumenta risco de hiponatremia.

Usos:

- antimicrobiano;
- antioxidante;
- anti-inflamatório;
- antiemético;
- analgésico;
- bronquodilatador;
- hipoglicemiante;
- evita inflamação neural;
- aumenta a sensibilidade a insulina;
- previne alguns tipos de câncer como mama;
- diminui a gordura sanguínea.



Parte utilizada: rizoma (raiz).



Gerânio

Nome científico: *Geranium sp.*

Precauções: contraindicado durante a gravidez.

Usos:

- tônica;
- adstringente;
- antisséptico;
- cicatrizante;
- analgésico;
- parasiticida;
- repelente de insetos;
- antidepressivo;
- diurético.



Parte utilizada: folhas e flores.



Gervão

Nome científico: *Stachytarpheta cayennensis*

Precauções: contraindicado durante a gravidez; pode causar dores abdominais.

Usos:

- febrífuga;
- béquica;
- vermífugo.



Parte utilizada: toda a planta.



Goiaba

Nome científico: *Psidium guajava*

Precauções: contraindicada para pessoas que possuem aparelho digestivo muito sensível, pois o seu excesso pode provocar prisão de ventre.

Usos:

- antiácido;
- antidiarreico;
- diurético.



Parte utilizada: folhas e fruto.



Hibisco

Nome científico: *Hibiscus sabdariffa*

Precauções: é contraindicado durante o período menstrual, gravidez ou amamentação, e para pessoas com pressão baixa.

Usos:

- diurético;
- laxante;
- antioxidante;
- hipolipemiante.



Parte utilizada: flor.



Hortelã

Nome científico: *Mentha spicata*

Precauções: o uso exacerbado do chá dessa erva pode ter por consequência o desenvolvimento da anemia, uma vez que a hortelã diminui a absorção de ferro pelo organismo.

Usos:

- antiespasmódico;
- indução da síntese de bile;
- vasodilatador.



Parte utilizada: folhas.



Ipê-roxo

Nome científico: *Handroanthus impetiginosus*

Precauções: o chá da planta pode interferir no ciclo biológico da vitamina K, o que pode alterar a coagulação sanguínea ou inibir a atuação dessa vitamina.



Usos:

- antitumoral.

Parte utilizada: folhas, caule, cascas.



Jacarandá

Nome científico: *Jacaranda mimosifolia*

Usos:

- dispéptico;
- auxiliar no tratamentos de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) como a sífilis e a gonorreia.



Parte utilizada: folhas.



Jamelão

Nome científico: *Syzygium cumini*

Precauções: contraindicado para pessoas que sofrem de pressão baixa, gestantes e lactantes.

Usos:

- hipoglicemiante;
- antimicrobiano;
- hipotensivo, diurético;
- cardiotônico;
- anti-inflamatório;
- antiemético, adstringente;
- estimulante do sistema nervoso central;
- antipirético, carminativo;
- anticonvulsivante;
- anti-hemorrágico;
- antiescorbútico;
- dispéptico.



Parte utilizada: sementes, cascas, folhas, frutos e flores.



Janaúba

Nome científico: *Himatanthus Willd.*

Precauções: o consumo excessivo pode estar associado a quadros de hepato ou nefrotoxicidade.

Usos:

- anti-inflamatório;
- antitumoral;
- complemento alimentar.



Parte utilizada: seiva.



Laranja

Nome científico: *Citrus sinensis*

Precauções: o uso de quantidades excessivas pode levar a quadros de esteatose hepática (acúmulo de gordura no fígado), podendo se agravar com o tempo e apresentar casos graves de fibrose, cirrose e até insuficiência hepática. Acrescido a isso, o contato com a pele e conseqüente exposição solar pode ocasionar queimaduras e manchas na pele; nos dentes, pode ocasionar desgaste dentário devido à sua acidez.

Usos:

- antibiótico;
- adstringente;
- antiescorbútico;
- antiespasmódico;
- anti-inflamatório;
- antisséptico;
- antitérmico;
- calmante;
- dispéptico.



Parte utilizada: casca, fruto, flores e folhas.



Limão

Nome científico: *Citrus limon*

Precauções: o uso em excesso, devido à acidez, pode levar a problemas estomacais, gastrites e até chegar em risco de úlceras, em casos mais extremos. Além disso, o contato do suco de limão com a pele seguidos de exposição solar pode causar queimaduras, conhecidas como fitofotodermatose. Ademais, pode prejudicar o esmalte dos dentes.

Usos:

- hipoglicemiante, anticonvulsivante;
- antimicrobiano, antiemético;
- hipotensivo, diurético;
- cardiotônico, adstringente;
- anti-inflamatório;
- estimulante do sistema nervoso central;
- antipirético, carminativo;
- anti-hemorragico;
- antiescorbútico, dispéptico.



Parte utilizada: folhas e frutos.



Maconha

Nome científico: *Cannabis sativa*

Precauções: pode causar efeitos psicotrópicos, além do aumento da frequência cardíaca e pressão arterial.

Usos:

- antiemético;
- analgésico;
- estimulante do apetite;
- broncodilatador;
- antiepilético.



Parte utilizada: flor, caule e folha.



Malva-do-reino

Nome científico: *Malva sylvestris*



Usos:

- antigripal;
- anti-inflamatório da boca e útero, calmante.

Parte utilizada: folhas.



Mamão

Nome científico: *Carica papaya*

Usos:

- antioxidante;
- tratamento da TPM;
- hipoglicemiante;
- fonte de ferro.



Parte utilizada: folhas e fruto.



Manga

Nome científico: *Mangifera indica*

Precauções: o uso excessivo pode desencadear efeito laxante.



Usos:

- antioxidante;
- imunomodulador.

Parte utilizada: sementes, cascas, folhas, frutos e flores.



Mangaba

Nome científico: *Hancornia speciosa*

Precauções: o seu uso indiscriminado pode causar irritação estomacal e causar diarreia.

Usos:

- combate da anemia;
- imunomodulador;
- laxante.



Parte utilizada: fruto.



Macela

Nome científico: *Achyrocline satureioides*

Usos:

- calmante e relaxante;
- analgésico;
- imunomodulador;
- auxiliar no tratamento de problemas respiratórios.



Parte utilizada: flores secas e folhas.



Maracujá

Nome científico: *Passiflora edulis*

Precauções: não deve ser usado nos três primeiros meses de gestação, por pessoas com hipotensão arterial e sonolência.

Usos:

- hipolipemiante;
- antidiabético;
- na prevenção de doenças cardiovasculares e gastrointestinais.



Parte utilizada: fruto.



Mastruz

Nome científico: *Chenopodium ambrosioides* L.

Precauções: o uso excessivo pode causar hepato e nefrotoxicidades e aberração cromossômica.

Usos:

- vermífugo;
- auxiliar no tratamento da pneumonia e tuberculose.



Parte utilizada: folhas e frutos.



Moringa

Nome científico: *Moringa oleifera*

Precauções: o uso em excesso pode gerar sonolência, problemas cardíacos, aumento excessivo de glóbulos vermelhos, risco de acidente vascular cerebral (AVC) e cálculos renais. O consumo dessa planta deve ser evitado por grávidas, lactantes e pessoas com problemas tireoidianos.

Usos:

- antioxidante;
- anti-inflamatório;
- analgésico;
- antidiabético;
- vasodilatador;
- anticolinérgico;
- antirreumático;
- anti-hipertensivo;
- antimicrobiano;
- hepatoprotetor;
- cicatrizante.



Parte utilizada: folhas, vagens verdes, flores e raízes
(nesse caso, deve-se retirar a casca que é tóxica).



Pariri

Nome científico: *Arrabidaea chica*

Precauções: contraindicada para pessoas com hipersensibilidade ao ácido anísico, cajurina, taninas, bixina, saponina, ferro assimilável e cianocobalamina. Também não pode ser utilizada por mulheres grávidas e nem na amamentação.

Usos:

- anti-inflamatório;
- auxiliar no tratamento de anemias, enfermidades da pele e câncer.



Parte utilizada: folhas.



Pau-de-ferro

Nome científico: *Caesalpinia ferrea*

Precauções: causa enjojo, náuseas, barriga inchada, irritação na pele, diarreia e lesões articulares.

Usos:

- cicatrizante;
- tratamento de problemas hepáticos, respiratórios e gastrointestinais.



Parte utilizada: folhas e cascas.



Pau-de-leite

Nome científico: *Sapium glandulosum*

Precauções: uso por crianças menores de 12 anos pode causar alergias.

Usos:

- tratamento de manchas na pele, coceiras, espinhas e dores estomacais.



Parte utilizada: folhas.



Pé-de-galinha

Nome científico: *Eleusine indica*

Usos:

- anti-hipertensivo;
- antiedema;
- combate de pedras nos rins, infecção do trato geniturinário e doenças do fígado.



Parte utilizada: folhas.



Pimenta-do-reino

Nome científico: *Piper nigrum*

Precauções: o uso excessivo pode causar úlceras e dermatite.

Usos:

- anti-inflamatório;
- anticancerígeno;
- antioxidante.



Parte utilizada: frutos.



Quebra-pedra

Nome científico: *Phyllanthus niruri*

Precauções: contraindicado durante a gravidez.

Usos:

- uricosúrico;
- antilitogênico;
- anti-inflamatório;
- antifúngico;
- antiviral;
- antibacteriano;
- antioxidante;
- hepatoprotetor;
- hipoglicemiante;
- hipotensivo;
- analgésico.



Parte utilizada: folha.



Quitoco

Nome científico: *Pluchea sagittalis*

Precauções: contraindicado durante a gravidez ou amamentação.

Usos:

- broncodilatador;
- antigases;
- antirreumático;
- digestivo;
- sedativo;
- colagogo;
- colerético;
- anti-espasmódico.



Parte utilizada: parte aérea da inflorescência.



Romã

Nome científico: *Punica granatum*

Precauções: contraindicado a pessoas com gastrite, já que pode irritar o estômago. O consumo da casca e do caule em grandes quantidades é tóxico e causa efeitos colaterais como náuseas e vômitos.

Usos:

- antifúngico;
- hipoglicemiante;
- antioxidante;
- anti-neoplásico;
- dispéptico;
- broncodilatador;
- prevenção do mal de Alzheimer.



Parte utilizada: fruto, casca, folhas e flores.



Tamarindo

Nome científico: *Tamarindus indica*

Precauções: o uso prolongado da fruta pode causar erosão dentária devido à sua acidez. A fruta também pode impulsionar os efeitos do ibuprofeno e do ácido acetilsalicílico. O fruto verde não deve ser consumido.

Usos:

- anti-inflamatório;
- antidiabético;
- antihepatotóxico;
- hipolipemiante;
- antioxidante.



Parte utilizada: fruto.



Trevo-branco

Nome científico: *Trifolium repens*

Precauções: se preparado em ambientes com metais pesado a planta absorverá e será genotóxica e pode causar bioacumulação.

Usos:

- antioxidante;
- anticancerígeno;
- anti-inflamatório;
- antifúngico;
- antimicrobiano.



Parte utilizada: flor.



Trevo-vermelho

Nome científico: *Trifolium pratense* L.

Precauções: contraindicado para indivíduos com carcinoma, endometriose ou miomas uterinos.

Usos:

- Alívio dos sintomas da menopausa, dores nas mamas e TPM.



Parte utilizada: flor seca.



Tucum

Nome científico: *Bactris setosa*

Precauções: contraindicado para indivíduos com carcinoma, endometriose ou miomas uterinos.

Usos:

- antioxidante;
- anti-inflamatório;
- hipolipemiante.



Parte utilizada: fruto e palmito.



Vassourinha/Alecrim-do-campo

Nome científico: *Baccharis dracunculifolia*

Precauções: contraindicado para gestantes e pessoas sensíveis ou alérgicas.

Usos:

- analgésico;
- anti-inflamatório;
- antitérmico;
- tratamento de problemas hepáticos e disfunção estomacal.



Parte utilizada: folhas e ramos.



Vereda/Erva-moleirinha

Nome científico: *Fumaria officinalis*

Precauções: contraindicado durante a gravidez ou amamentação. O uso excessivo pode provocar dores estomacais severas.

Usos:

- depurativo;
- diurético.



Parte utilizada: flores e folhas.



Vique/Hortelã-japonesa

Nome científico: *Mentha arvensis*

Usos:

- tratamento de inflamações na garganta.



Parte utilizada: folhas.

Referências

- AFFONSO, Raphael S. et al. **Aspectos químicos e biológicos do óleo essencial de cravo da Índia**. Revista Virtual de Química, v. 4, n. 2, p. 146-161, 2012.
- AGUIAR-FILHO, S.P.; BOSCO, J.; ARAÚJO, I.A. **A mangabeira (*Hancornia speciosa*): domesticação e técnicas de cultivo**. João Pessoa: EMEPA-PB, 1998, 26 p. (EMEPA-PB. Documentos, 24).
- AHMAD, Sultan; ZEB, Alam. **Phytochemical profile and pharmacological properties of *Trifolium repens***. Journal of Basic and Clinical Physiology and Pharmacology, v. 32, n. 1, 2021.
- ALMEIDA, MAO de et al. **Efeitos dos extratos aquosos de folhas de *Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf (capim-santo) e de *Digitaria insularis* (L.) Fedde (Capim-açu) sobre cultivos de larvas de nematóides gastrintestinais de caprinos**. Rev Bras Parasitol Vet, Brasil, v. 12, n. 3, p. 125-129, 2003.
- ALMEIDA, Mara Zélia de. **Plantas medicinais**. 3. Ed. Brasil: Edufba, 2003.
- ALONSO, J. **Tratado de Fitofármacos y Nutracéuticos**. Rosario, Argentina: Corpus Libros, 2004.
- AL-SNAFI, Ali Esmail. **Chemical constituents and pharmacological activities of *Gossypium herbaceum* and *Gossypium hirsutum*-A**. IOSR J Pharm, v. 8, p. 64-80, 2018.
- Antar, G.M.; Harley, R.M. 2020. **Mentha in Flora do Brasil 2020**. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://reflora.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB36582>>. Acesso em: 10/12/2021
- BADGUJAR, Shamkant B.; PATEL, Vainav V.; BANDIVDEKAR, Atmaram H. ***Foeniculum vulgare* Mill: a review of its botany, phytochemistry, pharmacology, contemporary application, and toxicology**. BioMed research international, 2014.
- BADKE, Marcio Rossato et al. **Saber popular: uso de plantas medicinais como forma terapêutica no cuidado à saúde**, Santa Maria – RS, Rev. enferm. UFSM, p. 225-234, 2016.
- BAGGIO, Amilton João. **Aroeira como potencial para usos múltiplos na propriedade rural**. Embrapa Florestas-Artigo em periódico indexado (ALICE), 1988.
- BAHTIAR, Adibah Ahamad; IBERAHIM, Nazlina Ibrahim Rashidah. **Anti-herpes simplex virus type-1 activity of *Eleusine indica* methanol extract**. Malaysian Journal of Microbiology, v. 12, n. 6, p. 471-474, 2016.
- BARBOSA, Matheus Sanclé Bueno. **Classificação de origens e princípios ativos em *Cinnamomum verum* utilizando imagens hiperespectrais**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Engenharia de Computação) - Escola de Ciências Exatas e da Computação, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2020.
- BARROS, Aureni Sebastiana Mendes. **Investigação científica da atividade medicinal da espécie *Arrabidaea chica* (Pariri)**. 2018. Dissertação (Licenciatura em Ciências Naturais – Biologia) – Centro de Ciências Humanas, Naturais, Saúde e Tecnologia, Universidade Federal do Maranhão, Pinheiro, 2018.

Referências

- BARROS, José. Eficácia do herbicida Pacifica Plus no controle de infestantes em pós-emergência da cultura do trigo. *Voz do Campo*, 2015.
- BARROS, Lillian et al. Valor nutricional e potencial nutracêutico de inflorescências de couve-nabo (*Brassica napus var napus*) e couve-tronchuda (*Brassica oleraceae var costata*). 11o Encontro Nacional de Química dos Alimentos, 16 a 19 de Setembro de 2012, 2012.
- BISSET, N.G. (Ed.) *Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals*. 4.ed. Stuttgart Medpharm, Boca Raton: CRC Press, 1994
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. *Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira*. 1. ed. Brasília, D. F: Anvisa, 2011.
- BRASIL. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. *Plantas Medicinais e Fitoterápicos*. São Paulo: Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo, 2019. Disponível em: <https://www.crfsp.org.br/images/cartilhas/PlantasMedicinais.pdf> . Acesso em: 16/12/2021.
- CANUTO, K. M. *Propriedades químicas e farmacológicas de mangiferina: um composto bioativo de manga (Mangifera indica L.)*. Embrapa Semiárido-Documentos (INFOTECA-E), 2009.
- CAPASSO, R et al. *Phytotherapy and quality of herbal medicines*. *Fitoterapia*, v. 71, p. S58- S65, 2000.
- CARVALHO, Ana Cecília; SILVEIRA, Dâmaris. *Drogas vegetais: uma antiga nova forma de utilização de plantas medicinais*. Brasília Med, Brasília, p. 219-237, 2010.
- CARVALHO, P. E. R. *Cafezeiro-do-Mato-Casearia Sylvestris*. Embrapa Florestas-Circular Técnica (INFOTECA-E), 2007.
- CASALI, Jucileia; PEREIRA, Renata. *Uso de plantas medicinais na lactação: uma discussão sobre segurança*. *Enciclopédia Biosfera, Centro Científico Conhecer*, v. 16, n. 29, p. 2156-2173, 2019
- CAVALHEIRO, Mariana G. et al. *Atividades biológicas e enzimáticas do extrato aquoso de sementes de Caesalpinia ferrea Mart., Leguminosae*. *Revista Brasileira de Farmacognosia, Brasil*, v. 19, p. 586-591, 2009.
- CHAGAS, Caroline Furrati. *Uso de um enxaguatório bucal com extratos fitoterápicos de mentha piperita, pimpinella anisum e citrus limon, no tratamento de candidíase oral: uma avaliação in vivo*. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Universidade de Santa Cruz do Sul.
- CORDEIRO, H.M. et al. *Atividade antifúngica in vitro de óleos essenciais contra o gênero Tri-Chophyton*. In: XIV SIMPÓSIO DE PLANTAS MEDICINAIS DO BRASIL, 1996, Florianópolis. Resumos. p. 151
- CORTEZ, Lúcia Elaine Ranieri; JACOMOSSI, Ezilda; CORTEZ, Diógenes Aparício Garcia. *Levantamento das plantas medicinais utilizadas na medicina popular de Umuarama, PR*. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 3, n. 2, 1999.
- COSTA, N. D. et al. *Cultivares de cebola*. Embrapa Semiárido-Artigo em periódico indexado (ALICE), 2002.

Referências

CRUCES, I. L. Plantas medicinais no controle de urolitíase. Revista Brasileira de Plantas Medicinais, v. 15 p. 780-788, 2013.

DANG, Nam. Suco da folha do mamão pode curar a dengue.

DANTAS, Marcela Berckmans Viégas Costa. Compostos da cascata de Tucum-do-cerrado (Bactris setosa Mart.) com atividade antioxidante. 2016. 64 f., il. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana) - Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Nutrição Humana, Brasília, 2016.

DA SILVA REGO, Luara; FERNANDES, Priscila Osório. Atividade funcional da pimenta vermelha (capsicum sp-solanacea) e pimenta do reino (piper nigrum-piperaceae). Revista da FAESF, v. 3, n. 3, 2019.

DE ALMEIDA MAGALHÃES, Thalita Sévia Soares et al. The Use of Euterpe oleracea Mart. As a New Perspective for Disease Treatment and Prevention. Biomolecules, v. 10, n. 6, p. 813, 2020

DE MIRANDA, João Eustáquio Cabral et al. Batata-doce (Ipomoea batatas (L.) Lam.). Embrapa Hortaliças-Circular Técnica (INFOTECA-E), 1989.

DE OLIVEIRA SOUSA, Valéria Fernandes et al. Uso de fitoterápicos na cura de enfermidades em animais no Semiárido Paraibano. Research, Society and Development, v. 9, n. 7, p. e261974040-e261974040, 2020.

DE SOUZA MOREIRA, Carolina Paula; SILVA, Cláudia Gontijo; DE ALMEIDA, Vera Lúcia. Propriedades químicas e medicinais do maracujá. Informe Agropecuário, Belo Horizonte, v. 33, n. 269, p. 7-16, 2012.

DO NASCIMENTO JÚNIOR, Wanderley et al. Caracterização do perfil fitoquímico das flores de Turnera ulmifolia L.(Chanana). Research, Society and Development, Brasil, v. 9, n. 9, p. e398997310-e398997310, 2020.

DOS SANTOS, Maurício Reginaldo Alves; DE LIMA, Maria Railda. Levantamento dos recursos vegetais utilizados como fitoterápicos no município de Cujubim. Revista Saber Científico, Rondônia, Brasil, v. 1, n. 1, p. 58-74, 2008.

EMBRAPA. Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. Coleção plantar amora-preta. 2. ed. Brasília, D.F: Serviço de Produção de Informação, 1997.

EMBRAPA. Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária. EMBRAPA Semiárido. Brasília, D. F: Ministério do Meio Ambiente. 2018.

EMBRAPA HORTALIÇAS, Sistemas de Produção, 8, ISSN 1678-880X Versão Eletrônica.

FARIAS-SINGER, R. 2020. Jacaranda in Flora do Brasil 2020. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: < <http://reflora.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB114147> >. Acesso em: 10/12/2021

FENNER, Raquel et al. Plantas utilizadas na medicina popular brasileira com potencial atividade antifúngica. Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas, Brasil, v. 42, p. 369-394, 2006.

Referências

FERREIRA, Jones de Paulo. NASCIMENTO, Leticia S. do. SILVA, Raphael Henrique F. VICENTE, Renny Wesley L. BARROS, Rozania Moraes. CARVALHO, Sandra Regina da F. **Gel Creme à base de Cúrcuma Longa L. (Açafrão) e Rosmarinus Officinalis L. (Alecrim) para tratamento da Acne**, 2018. Trabalho de conclusão de curso (Curso Técnico em Farmácia) - Escola Técnica Estadual ETEC de Cidade Tiradentes (Cidade Tiradentes - São Paulo), São Paulo, 2018.

FITOTERAPIA, Noções de. **Noções de Fitoterapia: Preparações fitofarmacológicas**. [S. l.]: UFJF, 2011. Disponível em: <https://www.ufjf.br/proplamed/files/2011/03/a1-prepara%C3%A7%C3%B5es-fitofarmacol%C3%B3gicas1.pdf> . Acesso em: 03/12/2021.

FITOTERÁPICO, Memento. **Memento Fitoterápico: Farmacopeia Brasileira**. 1. ed. Brasília/DF: Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa, 2016. 115 p. Disponível em: http://www.farmacopia.gov.br/sites/farmacopia.saude.gov.br/files/memento_fitoterapico.pdf . Acesso em: 04/12/2021.

FRANCO, E.A.P.1; BARROS, R.F.M.2. **Uso e diversidade de plantas medicinais no Quilombo Olho D'água dos Pires, Esperantina, Piauí**. Revista Brasileira de Plantas Medicinais, Esperantina, v. 8, n. 3, p. 78-88, 2006.

FREITAS, V. S.; RODRIGUES, R. A. F.; GASPI, F. O. G. **Propriedades farmacológicas da Aloe vera (L.) Burm. f.** Revista brasileira de plantas medicinais, Brasil, v. 16, p. 299-307, 2014.

GABRIEL, Dulce. **Erva Moleirinha**. 2016. Disponível em: <https://alqueidao.com/2016/03/27/erva-moleirinha/> . Acesso em: 10/12/2021

GAMA, J. S. N. et al. **Qualidade fisiológica e sanitária de sementes de erva-doce (Foeniculum vulgare Mill.) armazenadas**. Revista Brasileira de Plantas Medicinais, v. 14, p. 175-182, 2012.

GASPARETTO, João Cleverson et al. **Ethnobotanical and scientific aspects of Malva sylvestris L.: a millennial herbal medicine**. Journal of Pharmacy and Pharmacology, v. 64, n. 2, p. 172-189, 2012.

GHIANI, Alessandra et al. **The combined toxic and genotoxic effects of Cd and As to plant bioindicator Trifolium repens L.** PloS one, v. 9, n. 6, p. e99239, 2014.

GIRRE, L. **La Santé Par Les Plantes**. Rennes: Edilarge S.A., 1992.

GOMES, Fátima de Cássia Oliveira; MACHADO, Ana Maria de Resende; ANDRADE, Vinícius Moura. **Determinação dos compostos orgânicos e caracterização microbiológica e química da planta medicinal pariri (Arrabidaea chica)**. In: 14a Semana de Ciência & Tecnologia 2018-CEFET-MG. 2018.

GONZALEZ, Fabiana Gaspar. **Estudo farmacognóstico e farmacológico de Caesalpinia ferrea Martius**. 2005. Tese (Doutorado) – Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade de São Paulo, 2005.

HARAGUCHI, L. M. M.; CARVALHO, O. B. **Plantas Medicinais**. São Paulo: Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente. Divisão Técnica Escola Municipal de Jardinagem, 2010. 248p.

HABER, Lenita L. et al. **Diferentes concentrações de solução nutritiva para o cultivo de Mentha piperita e Melissa officinalis**. Horticultura Brasileira, Brasil, v. 23, p. 1006-1009, 2005.

Referências

- HOFFMANN, David. **O guia completo das plantas medicinais: ervas de A a Z para tratar doenças, restabelecer a saúde e o bem estar.** Brasil: Cultrix, 2017.
- HOPPE, H. A. **Taschenbuch der Drogenkunde.** Berlin: Walter de Gruyter, 1981.
- HORTO DIDÁTICO DE PLANTAS MEDICINAIS DO HU/CCS. **Perpétua-do-Brasil**, 2020. Disponível em: < <https://hortodidatico.ufsc.br/perpetua-do-brasil/> >. Acesso em 15/12/2021
- IHA, Silvia M. et al. **Estudo fitoquímico de goiaba (Psidium guajava L.) com potencial antioxidante para o desenvolvimento de formulação fitocosmética.** Revista Brasileira de Farmacognosia, Brasil, v. 18, p. 387- 393, 2008.
- ISABELA, Isabela. **Assa-peixe: o que é e para que serve esta PANC.** [S. l.], 2020. Disponível em: <https://www.ecycle.com.br/assa-peixe/> . Acesso em: 26/11/2021
- J.S.N, GAMA et al. **Qualidade fisiológica e sanitária de sementes de erva-doce (Foeniculum vulgare Mill.) armazenadas.** Revista Brasileira de Plantas Medicinais, Botucatu, ed. 14, p. 175-182, 2012.
- KINUPP V, Lorenzi H. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (Panc) no Brasil.**
- LAEKEMAN, G. **Assessment report on Cinnamomum verum JS Presl, cortex and corticisaetheroleum.** London: European Medicines Agency, p. 22, 2011.
- LARENTIS, Lucas Trentin et al. **Presença de folhas no enraizamento de estacas de Alternanthera brasiliana (L.) Kuntze.** Revista Eletrônica Científica Da UERGS, Rio Grande do Sul, v. 7, n. 1, p. 123-130, 2021.
- LIMA, Bruno Tadeu Marotta. **Adição de óleo de Citrus sinensis na dieta de tilápia-do-Nilo: desempenho produtivo, perfil hematológico e atividade respiratória de leucócitos.** 2015. Dissertação de mestrado (Pós-Graduação em Aquicultura) – Centro de Aquicultura da UNESP, Universidade Estadual Paulista, Jaboticabal, 2015
- LINHARES, Jairo Fernando Pereira; PINHEIRO, Claudio Urbano Bittencourt. **Sustentabilidade socioambiental da extração de janaúba (Himatanthus Willd. Ex schult.) no**
- LOPES, F. C. M. et al. **Avaliação da atividade imunológica de Achillea millefolium L. (“ mil-folhas”).** Revista Brasileira de Farmacognosia, v. 13, p. 11-13, 2003.
- LORENZI, H., et al, MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas.** Nova Odessa: Instituto Plantarum de Estudos de Flora, 2002.
- MAO, Qian-Qian et al. **Bioactive compounds and bioactivities of ginger (Zingiber officinale Roscoe).** Foods, China, v. 8, n. 6, p. 185, 2019.
- MARIOT, M. P.; BARBIERI, R. L. **Metabólitos secundários e propriedades medicinais da espinheira-santa (Maytenus ilicifolia Mart. ex Reiss. e M. aquifolium Mart.).** Revista Brasileira de Plantas Medicinais. Pelotas- RS, v. 9, n. 3, p. 89-99, 2007.

Referências

- MARCO, Cláudia A. et al. **Características do óleo essencial de capim-citronela em função de espaçamento, altura e época de corte.** Horticultura brasileira, Brasil, v. 25, p. 429-432, 2007
- MARQUETE, Ronaldo; VAZ, Angela Maria Studart da Fonseca. **O gênero Casearia no estado do Rio de Janeiro, Brasil.** Rodriguésia. Rio de Janeiro, v. 58, p. 705-738, 2007.
- MARTIN, José Guilherme Prado. **Coisas de Cerrado - Ciência e Poesia na rede: Mediciniais.** [S. l.]: Unesp, 2005. Disponível em: <https://www2.ibb.unesp.br/departamentos/Educacao/Trabalhos/coisasdecerrado/MEDICINAIS/mediciniaispreparo.htm>. Acesso em: 03/12/2021.
- MAYORGA, Oscar; COSTA, Ygor; SILVA, Jucélia; SCIO, Elita; FERREIRA, Adriana; SOUSA, Orlando; ALVES, Maria. **Kalanchoe brasiliensis Cambess, a Promising Natural Source of Antioxidant and Antibiotic Agents against Multidrug-Resistant Pathogens for the Treatment of Salmonella Gastroenteritis.** Hindawi Oxidative Medicine and Cellular Longevity. Brasil, V. 2019, p. 8, 11 nov. 2019.
- MILAD, R.; EL-AHMADY, S.; NASSER SINGAB, A. **Genus Kalanchoe (Crassulaceae): A Review of Its Ethnomedicinal, Botanical, Chemical and Pharmacological Properties.** European Journal of Medicinal Plants. Egito, v. 4, n. 1, p. 86-104, 24 out. 2013.
- Município de Alcântara, Estado do Maranhão, Brasil. **Rev Pan-Amaz Saude, Ananindeua**, v. 2, n. 4, p. 57-58, dez. 2011.
- NAKAMURA, C.V. **Atividade antifúngica do óleo essencial de Ocimum gratissimum L.** In: XIV SIMPÓSIO DE PLANTAS MEDICINAIS DO BRASIL, 1996, Florianópolis. Resumos. p. 125.
- NASCIMENTO, Isabela G.; VIEIRA, Marlene RS. **Manual De Plantas Mediciniais.** Farmácia Verde Católica Unisantos, 2013.
- NEVES, Raphael et al. **Plantas fitoterápicas: efeito de diferentes concentrações de aib no enraizamento de Arrabidaea chica (humb. & bonpl.) b. verl.(pariri).** In: Embrapa Amazônia Oriental-Artigo em anais de congresso (ALICE). Cadernos de Agroecologia, Porto Alegre, v. 13, n. 1, jul. 2018. Edição dos anais do VI Congresso Latino-Americano (CLAA), X Congresso Brasileiro (CBA), V Seminário do DF e Entorno (SEMDF), 2017, Brasília, DF., 2018.
- OLIVEIRA-CALHEIROS, Karina; CANNIATTI-BRAZACA, Solange Guidolin; SOUZA, Miriam Coelho. **Avaliação da disponibilidade do ferro em dieta complementada com couve manteiga.** Alimentos e Nutrição Araraquara, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 37-42, 2008.
- OLIVEIRA, DM S1; LUCENA, E. M. P. **O uso de plantas medicinais por moradores de Quixadá-Ceará.** Revisita Brasileira de Plantas Mediciniais, Brasil, v. 17, p. 407-412, 2015.
- PAES, L. S.; MENDONÇA, M. S.; CASAS, L. L. **Aspectos Estruturais e fitoquímicos de partes vegetativas de Costus spicatus (Jacq.) Sw.(Costaceae).** Revista Brasileira de Plantas Mediciniais, Brasil, v. 15, p. 380- 390, 2013.
- PASIN, Luiza Avelar; PASIN, Liliana Auxiliadora Avelar Pereira. **O Uso de Fitoterápicos na Medicina Estética.** Revista Científica@ Universitas, Brasil, v. 7, n. 1, 2020.

Referências

- PATEL, Monika; MISHRA, R. P. **Estimation of total phenol and flavonoids contents of *Gossypium herba-ceum***. World Journal of Pharmaceutical research, v. 7, p. 1615-1622, 2017.
- PEREIRA, Ivane Graciano Ribeiro. **Prevalência do uso de fitoterapia em pacientes do Programa de Geriatria do Hospital Universitário de Brasília - HUB**. 2008. 143 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade de Brasília, Brasília, 2008.
- PINHEIRO, Hiago Sousa et al. **Avaliação do desenvolvimento e da produção de flavonoides de *Kalanchoe pinnata* (Lam.) Pers. (Crassulaceae) em diferentes condições de luz e nutrição**. Revista Fitos, [S.l.], v. 10, n. 4, p. 404-416, maio 2017
- PIMENTA, Alex Caetano, et al. **"Interação entre reguladores vegetais, épocas do ano e tipos de substrato no enraizamento de estacas caulinares de *Sapium glandulatum* (Vell.) Pax.(pau-de-leite)"**. Pesquisa Florestal Brasileira, Brasil, v. 50, p. 53-53, 2005.
- PIZZOLATTO, Marelisa. **Estudos etnobotânicos de plantas medicinais utilizadas por produtores orgânicos da Região de Botucatu-SP**. 2004. Dissertação (Mestrado em Agronomia) – Faculdade de Ciências Agrônômicas, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", São Paulo, 2004.
- POUSSET, J. L. **Plantes Medicinales Africaines: Utilization Pratique**. Paris: Agence de Cooperation Ellipses Culturelle et Technique, 1989.
- PORTINHO, José Alexandre; ZIMMERMANN, Livia Maria; BRUCK, Mirian Rotnes. **Efeitos benéficos do açaí**. International Journal of Nutrology, v. 5, n. 01, p. 015-020, 2012.
- RAMOS, Vanisse Portela. **Atividade de *Solanum tuberosum* (batata inglesa), *Ipomoea batatas* (batata doce), *Orbignya phalerata* (babaçu) e *Euterpe edules* (juçara) na prevenção e tratamento da úlcera péptica em ratos**. 2017. 64 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Médicas) - Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.
- RESENDE, Francisco Vilela et al. **Como plantar alho: Sistemas de Plantio**. Versão 3.113.0. Brasília/DF: Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária - Embrapa, c2021. Disponível em: <https://www.embrapa.br/hortalicas/alho/referencias>. Acesso em: 04/12/2021.
- REZENDE, Helena Aparecida de; COCCO, Maria Inês Monteiro. **A utilização de fitoterapia no cotidiano de uma população rural**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, Brasil, v. 36, p. 282-288, 2002.
- RIBEIRO, M.; ALBIERO, A. L. M.; MILANEZE-GUTIERRE, M. A. ***Taraxacum officinale* Weber (Dente-de-leão) – Uma revisão das propriedades e potencialidades mundiais**. Arquivos do Mudi, Maringá, v. 8, n. 2, p. 46-49, 17 abr. 2013.
- RODRIGUES, Valéria Evangelista Gomes; CARVALHO, Da de. **Levantamento etnobotânico de plantas medicinais no domínio do cerrado na região do Alto Rio Grande—Minas Gerais**. Ciência e Agrotecnologia, Lavras-MG, v. 25, n. 1, p. 102-123, 2001.

Referências

ROSA, Fernanda ribeiro. **Atividade antioxidante de frutos do cerrado e identificação de compostos em *Bactris setosa* Mart., *Palmae* (Tucum-do-Cerrado)**. 2013. 145 f., il. Tese (Doutorado em Nutrição Humana) - Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Nutrição Humana, Brasília, 2013.

SÁ, Ana Patrícia Correia da Silva e. **Potencial antioxidante e aspectos químicos e físicos das frações comestíveis (polpa e cascas) e sementes de Jamelão (*Syzygium cumini*, L. Skeels)**. 2008. 88 f. Dissertação (Mestrado em Ciência e Tecnologia de Alimentos) - Instituto de Tecnologia, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica - RJ, 2008.

SABUDAK, Temine; GULER, Necmettin. ***Trifolium* L.–a review on its phytochemical and pharmacological profile**. *Phytotherapy Research: An International Journal Devoted to Pharmacological and Toxicological Evaluation of Natural Product Derivatives*, v. 23, n. 3, p. 439-446, 2009.

SANTOS, Claudia A. Valente. **Saiba os cuidados necessários ao tomar chás em combinação com medicamentos**. [S. l.], 2020. Disponível em: <https://www.informasus.ufscar.br/saiba-os-cuidados-necessarios-ao-tomar-chas-em-combinacao-com-medicamentos/>. Acesso em: 07/12/2021

SANTOS-SILVA, Edinaldo Nelson dos et al. **BioTupé: meio físico, diversidade biológica e sociocultural do baixo Rio Negro, Amazônia Central**. Manaus: UEA Edições, 2009. p. 135-142.

SECRETARIA DE SAÚDE DE CAMPINAS (SP). **Programa Municipal de Fitoterapia. Formas de preparo de fitoterápicos**. [S. l.]: Programa Municipal de Fitoterapia da Secretaria de Saúde de Campinas - SP, 2004. Disponível em: <https://saude.campinas.sp.gov.br/saude/unidades/fitoterapia/fito1/conheca3.html>. Acesso em: 03/12/2021

SERTIÉ, J. A. A. ; CARVALHO, J. C. T. ; PANIZZA, S. . **Antiulcer activity of the crude extract from the leaves of *Casearia sylvestris***. *Pharmaceutical Biology* , Holnada, v. 38, p. 112-119, 2000.

SILVA, Rodrigo Adalberto da. ***Casearia sylvestris* Sw.: uma planta brasileira de interesse do SUS**. 2016. 165 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Gestão da Inovação em Fitomedicamentos.) - Fundação Oswaldo Cruz FARMANGUINHOS Complexo Tecnológico de Medicamentos, Rio de Janeiro, 2016..

SILVESTRI, Jandimara Doninelli Fior et al. **Perfil da composição química e atividades antibacteriana e antioxidante do óleo essencial do cravo-da-índia (*Eugenia caryophyllata* Thunb.)**. *Revista Ceres*, Viçosa, v. 57, n.5, p. 589-594, 2010.

SOUZA, T. M. et al. **Phytochemical screening of *Achillea millefolium* harvested at Araraquara-SP**. *Rev Bras Plant Med Botucatu*, v. 8, p. 151-4, 2006.

Stachytarpheta cayennensis (Rich.) Vahl. **Unirio**, 2020. Disponível em: <http://www.unirio.br/cbs/ibio/herbariohuni/stachytarpheta-cayennensis-rich-vahl> . Acesso em: 04/12/2021.

TÉ, Aladje et al. **Crescimento do anador em diferentes tipos de substratos**. *Enciclopédia biosfera*, v. 18, n. 37, 2021.

Referências

TEIXEIRA, Alrieta Henrique et al. **Conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais no município de Sobral-Ceará, Brasil.** SANARE-Revista de Políticas Públicas, v. 13, n. 1, 2014.

TESKE, M.; TRENTINI, A. M. M. **Compendio de fitoterapia.** 3a ed. Curitiba: Herbarium Laboratório Botânico, 1994.

TRACZ, V.; CRUZ-SILVA, C. T. A.; LUZ, M. Z. **Seedling production of penicillin (*Alternanthera brasiliana* (L.) Kuntze) by cuttings.** Revista Brasileira de Plantas Medicinais, SP-BR, v. 16, n. 3, p. 644-648, 2014.

UYEDA, Mari. **Hibisco e o processo de emagrecimento: uma revisão da literatura.** Saúde em Foco, Brasil, v. 7, p. 82-90, 2015.

VAZ, A. P. A.; JORGE, MHA. **Boldo.** Embrapa Pantanal-Folder/Folheto/Cartilha (INFOTECA-E), 2006.

VIEIRA, Aurilene Vasconcelos. **Influência do espaçamento, altura de corte e idade de primeiro corte na produtividade de capim santo.** 2006. 38 f. Dissertação (Mestrado em Agronomia/Fitotecnia) - Centro de Ciências Agrárias, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2006.

VIEIRA, Elane de Oliveira Gatinho; FERNANDES, Raquel Maria Trindade. **Efeitos tóxicos de plantas medicinais comercializadas in natura no Município de São Luís/MA: uma revisão de literatura.** Research, Society and Development, v. 10, n. 5, p. e55910514821-e55910514821, 2021.

VITTI, ANDREA M. SILVEIRA, and JOSÉ OTÁVIO BRITO. **“Óleo essencial de eucalipto.”** Documentos florestais, Brasil, v. 17, p. 1-26, 2003.

WILSON, Patrick B. **Ginger (*Zingiber officinale*) as an analgesic and ergogenic aid in sport: a systemic review.** The Journal of Strength & Conditioning Research, holandês, v. 29, n. 10, p. 2980-2995, 2015.

ZAKRI, Zikry Hamizan Md et al. **Eleusine indica for Food and Medicine.** Journal Of Agrobiotechnology, v. 12, n. 2, p. 68-87, 2021.

