



# Fitoterapia no SUS-Itajaí: GUIA PARA USUÁRIOS



SECRETARIA MUNICIPAL DE  
**SAÚDE**





# REALIZAÇÃO:

## **PREFEITURA DE ITAJAÍ**

### **Prefeito**

Volnei Morastoni

### **Vice Prefeito**

Marcelo Sodré

### **Secretário Municipal de Saúde**

Emerson Roberto Duarte

### **Diretora Executiva**

Dulnicéia Ramos Michels

### **Diretor Executivo de Ações em Saúde**

Telmo José Mezadri

### **Diretor de Atenção a Saúde**

Gustavo Pereira da Silva

### **Gerente de Assistência Farmacêutica**

Mariana Floriano de Sena

### **Coordenadora do Programa de**

### **Educação Permanente em Saúde**

Edna dos Santos Carvalho Laverde

### **Farmacêuticos**

Elisângela Paula Bombana dos Santos

Leandro Zago

Pheandro Augusto Rossi Barreto

Simone Nascimento Gonçalves

### **Coordenação do projeto**

Mariana Floriano de Sena

## **PROJETO FARMÁCIA VIVA ITAJAÍ**

aprovado por meio da Chamada Pública

SCTIE/MS n. 1/2017

**Apoio Financeiro:** MINISTÉRIO DA

SAÚDE, segundo a Portaria 3483, de 18

de dezembro de 2017.

## **ORGANIZAÇÃO: UNIVERSIDADE DO VALE DO ITAJAÍ – UNIVALI**

### **Presidente da Fundação e Reitor da UNIVALI**

Valdir Cechinel Filho

### **Vice-Presidente da Fundação UNIVALI**

### **Vice-Reitor de Pesquisa, Pós-Graduação e**

### **Extensão**

Rogério Corrêa

### **Tesoureira da Fundação UNIVALI**

Francine Simas Neves

### **Procurador Geral da Fundação UNIVALI**

Rodrigo de Carvalho

### **Secretária Executiva da Fundação UNIVALI**

Luciana Merlin Bervian

### **Vice-Reitor de Graduação**

José Everton da Silva

### **Diretor de Assuntos Institucionais**

Luís Carlos Martins

## **CONSELHO EDITORIAL UNIVALI**

### **Escola de Artes, Comunicação e**

### **Hospitalidade**

Prof. Marcelo Junchem

Prof. Dr. Francisco Antônio dos Anjos

### **Escola Ciências da Saúde**

Prof. Dr. Rivaldo Niero

Prof.<sup>a</sup> Dra. Tatiana Mezadri

### **Escola de Ciências Jurídicas e Sociais**

Prof.<sup>a</sup> Dra. Luciana de Carvalho Paulo Coelho

Prof. Dr. Tarcisio Vilton Meneghetti

### **Escola da Educação**

Prof.<sup>a</sup> Ana Claudia Delfini Capistrano de

Oliveira

Prof. Paulo Rogerio Melo de Oliveira

### **Escola de Negócios**

Prof. Gustavo Behling

Prof. Dr. Ayrton Santos de Queiroz

(Presidente)

### **Escola do Mar, Ciência e Tecnologia**

Prof.<sup>a</sup> Dra. Anita Maria da Rocha Fernandes

Prof. Dr. José Gustavo Natorf de Abreu



## AUTORES

### Escola de Ciências da Saúde

M.<sup>a</sup> Ana Paula da Silva Capeleto

Dra. Angélica Garcia Couto

Dra. Fátima de Campos Buzzi

Dra. Noemia Liege Maria da Cunha Bernardo

M.e Renê Artur Ferreira

Dra. Ruth Meri Lucinda Silva

## COLABORADORES

### Horto Medicinal Univali

M.e Renê Artur Ferreira

### Farmácia Comunitária Univali

Farm. Cinthia Lira Sant'Ana

Farm. Marla Surdi

Farm. Rafaela Cristina Dall'Oglio

## EDITORA UNIVALI

### Responsável

Rosemery Goulart Alves Amorim

### Revisora

Andreia Dalla Colletta

### Projeto Gráfico e Arte Final

Laryssa Silva Rodrigues de Souza

Bernardo Henrique Najdzion Schmidt

## FOTOGRAFIAS:

Laryssa Silva Rodrigues de Souza

M.e Renê Artur Ferreira

Dra. Angélica Garcia Couto (UNIVALI, Itajaí-SC)

## COORDENAÇÃO DO PROJETO:

Dra. Angélica Garcia Couto (UNIVALI, Itajaí-SC)

Farm. Mariana Floriano de Sena (SMS, Itajaí-SC)



F558 Fitoterapia no SUS-Itajaí [recurso eletrônico] : guia para usuários / Ana Paula da Silva Capeleto... [et. al.]. [Dados eletrônicos] - Itajaí : UNIVALI, 2022. 74p. : il. Color

Livro eletrônico.  
Modo de acesso: World Wide Web  
Incluem referências.  
ISBN 978-65-87582-74-0 (e-book)

1. Fitoterapia. 2. Plantas medicinais. 3. Extratos vegetais. 4. Saúde. I. Ana Paula da Silva Capeleto... et. al. II. Título.

CDU: 615.32

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Central Comunitária – UNIVALI

Tiragem: 1ª impressão - Novembro/2022 - 3.500 exemplares

Copyright © 2022. Todos os direitos dessa edição reservados a Editora Univali.

Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou transmitida, em nenhuma forma ou meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou em um sistema de recuperação sem a permissão da Editora.



# SUMÁRIO



O projeto Farmácia Viva em Itajaí.....9

Açafrão-da-terra ( <i>Curcuma longa</i> L.).....	30
Alecrim ( <i>Rosmarinus officinalis</i> L.).....	32
Babosa ( <i>Aloe vera</i> L. Burm. f.).....	34
Boldo ( <i>Plectranthus barbatus</i> Andrews).....	37
Calêndula ( <i>Calendula officinalis</i> L.).....	39
Camomila ( <i>Matricaria chamomilla</i> L.).....	41
Capim-limão ( <i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) (Stapf).....	44
Cavalinha ( <i>Equisetum</i> sp L.).....	46
Erva-baleeira ( <i>Varronia curassavica</i> Jacq.).....	48
Erva-cidreira-brasileira, Lipia ( <i>Lippia alba</i> (Mill.) (N.E. Br. ex Britton & P. Wilson)).....	50
Espinheira-santa ( <i>Monteverdia ilicifolia</i> (Mart. ex Reissek) (Biral).....	52
Guaco ( <i>Mikania glomerata</i> Spreng).....	54
Hortelã, Menta ( <i>Mentha</i> sp.).....	56
Malva ( <i>Malva</i> sp.).....	58
Maracujá ( <i>Passiflora</i> sp.).....	60
Melissa, Cidreira ( <i>Melissa officinalis</i> L.).....	62
Tanchagem ( <i>Plantago major</i> L.).....	64

Cuidados ao utilizar.....	19
Como plantar e cultivar.....	20
Principais indicações.....	25
Como preparar o chá.....	27

.....	.....
<i>Harpagophytum procumbens</i> (Garra-do-diabo) - comprimidos.....	67
<i>Monteverdia ilicifolia</i> (Espinheira-santa) - cápsulas.....	68
<i>Mikania</i> sp. (Guaco) - xarope.....	69
<i>Passiflora</i> sp. (Maracujá) - tintura.....	70





1

# APRESENTAÇÃO

É com grande satisfação que apresentamos a Cartilha de Fitoterapia para o SUS-Itajaí como resultado do processo de trabalho, junto aos profissionais da atenção básica de saúde, da Secretaria de Saúde e da equipe técnica do Projeto Farmácia Viva da Universidade de Itajaí – UNIVALI, para facilitar aos usuários o acesso e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicas, além de promover o uso sustentável da biodiversidade de Itajaí.

O propósito deste material é compartilhar informações técnico-científicas das plantas medicinais e dos fitoterápicos com benefício comprovado, eficaz e seguro para o cuidado em saúde.

Esta cartilha é dedicada aos usuários, e tem como objetivos apresentar as plantas medicinais que podem ser facilmente cultivadas em hortas e orientar como plantar, colher e usufruir dos seus benefícios terapêuticos. Ao final, a cartilha apresenta quais os fitoterápicos que estão sendo disponibilizados no SUS de Itajaí.

O conteúdo está organizado por INDICAÇÕES TERAPÊUTICAS, reunindo as espécies vegetais, com uso fitoterápico aprovado pela ANVISA. Esta edição contém informações sobre 17 plantas medicinais que podem ser cultivadas e quatro fitoterápicos que podem ser adquiridos pelo usuário do SUS, nos polos farmacêuticos, após passar pelo atendimento

e obter prescrição de um profissional de saúde em uma das Unidades Básicas de Saúde.

O acesso a estes quatro fitoterápicos no SUS em Itajaí-SC, se dará mediante a prescrição pelo profissional de saúde nas seguintes formas:

- Fitoterápico manipulado, produzido por farmácia de manipulação terceirizada;
- Fitoterápico industrializado, disponível na farmácia municipal e nos polos farmacêuticos.



A decorative border of various green plants and flowers surrounds the central text. At the top, there are orange daisy-like flowers and green leaves. On the right, there are large green leaves with prominent veins and a holly-like plant. At the bottom, there are green leaves, white daisies, and bamboo stalks.

2

# HISTÓRICO

# O projeto Farmácia Viva em Itajaí

Ao longo da história, a produção de medicamentos para tratar as enfermidades se iniciou com a utilização das plantas medicinais, considerada uma das práticas mais antigas de cuidado, pois é parte da natureza, assim como o ser humano (VANACLOCHA; FOLCARÁ, 2003; ROCHA et al., 2021).

Com o passar do tempo, outras opções terapêuticas, como medicamentos sintéticos, foram introduzidas e, mesmo assim, grande parte, é sintetizada a partir do que se encontra naturalmente nas espécies vegetais (YUNES; CECHINEL-FILHO, 2015).

O emprego de plantas medicinais com finalidade terapêutica é conhecido como fitoterapia, uma prática integrativa e complementar em saúde, recomendada pela Organização Mundial de Saúde, desde os anos 1970 (BRASIL, 2012). Esta é a ciência que estuda a utilização de produtos de origem vegetal com finalidade de prevenir, aliviar e até mesmo curar uma doença (VANACLOCHA; FOLCARÁ, 2003; COLALTO, 2018; ANVISA, 2022).

Na fitoterapia, as plantas medicinais são usadas de forma integral ou suas partes, com ou sem o auxílio de algum líquido extrator, para que se tenha um conjunto de substâncias com uma ou mais propriedades biológicas, que agem em conjunto para obtenção de uma ou mais ações terapêuticas (ANVISA, 2022).

A eficácia terapêutica e a segurança dos produtos fitoterápicos estão diretamente relacionadas com o processo que envolve plantio, colheita, estocagem e/ou secagem da planta, técnica de preparação do produto e método de administrar (VANACLOCHA; FOLCARÁ, 2003; COLALTO, 2018).

Para se alcançar o uso racional dos fitoterápicos é necessário dispor de plantas medicinais de qualidade, eficácia e segurança comprovada, assim como, informações confiáveis e baseadas em evidências científicas (PEDROSO et al., 2021).

No Brasil, a Fitoterapia está instituída no SUS desde 2006, pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, pela Portaria GM n. 971 e pela Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, conforme Decreto n. 5.813, com o objetivo de garantir à população brasileira o acesso seguro e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos (BRASIL, 2006a, 2006b).

No município de Itajaí, a fitoterapia é impulsionada por iniciativas como o funcionamento de um Centro de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (CEPICS), inaugurado em 2008 (ITAJAÍ, 2021).

Em dezembro de 2017, o município aprovou o projeto Farmácia Viva, em parceria com a Univali, conforme Portaria n. 3.483 (BRASIL, 2017a). Para a implantação da Farmácia Viva em Itajaí, em

atendimento à Chamada Pública n. 1/2017, no âmbito da extensão universitária (SCTIE, 2017), o projeto tem por objetivo subsidiar as ações que vão desde o cultivo de plantas medicinais até a dispensação ao usuário, com incentivo para o cultivo local, conforme preconizam a Política e os Programas Nacionais voltados à prática da Fitoterapia (BRASIL, 2006a, 2006b, 2010).

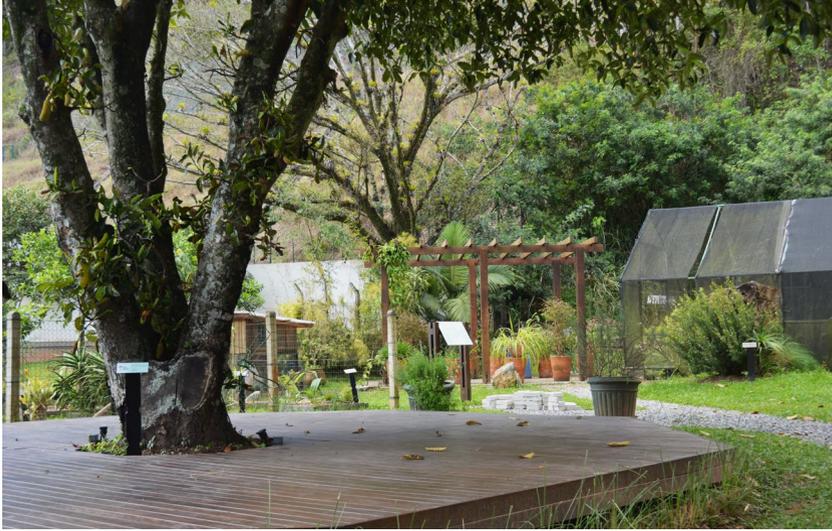


• Horta na Unidade Básica de Saúde Costa Cavalcante, em Itajaí-SC, requalificada em 2020-2021, com o desenvolvimento de um Projeto Arquitetônico, realizado pelo Projeto de Extensão Univali: Arquitetura e Cidades Saudáveis, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde e Projeto de Extensão Univali: Plante Saúde.



- **Horto Medicinal Univali:** um espaço aberto, com possibilidade de agendamento de visitas guiadas e para a realização de cursos e outras formações. Contato pelo e-mail [hortomedicinal@univali.br](mailto:hortomedicinal@univali.br).







3

# SOBRE A CARTILHA

## **A cartilha PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS:**

Guia para os Usuários é uma produção da série sobre Plantas Medicinais e Fitoterápicos, realizada pela Secretaria Municipal de Saúde em parceria com a Univali, como uma das etapas para subsidiar o Projeto Farmácia Viva em Itajaí, em apoio às ações de Fitoterapia.

### **A série das cartilhas Plantas Medicinais e Fitoterápicos é composta por:**

- Fitoterapia no SUS-Itajaí: Guia para Prescritores
- Fitoterapia no SUS-Itajaí: Guia para Usuários
- Fitoterapia no SUS-Itajaí: Guia para Professores

### **As informações da Cartilha PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS: Guia para Usuários, estão apresentadas em duas partes:**

- a primeira parte traz exemplos de plantas medicinais para cultivar e usufruir dos seus benefícios de forma segura, embasados pela ciência, com as referências consultadas;
- e a segunda parte apresenta quais os fitoterápicos disponíveis no município de Itajaí, que poderão ser adquiridos, mediante a prescrição do profissional de saúde na UBS.





4

DEFINIÇÕES

• **Planta medicinal:** é a espécie vegetal, cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos e/ou profiláticos (ANVISA, 2022).

• **Fitoterapia:** é uma “terapêutica caracterizada pelo uso de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal” (BRASIL, 2015).

• **Droga vegetal:** é a planta inteira ou suas partes, geralmente secas, não processadas, podendo estar íntegras ou fragmentadas. Também se incluem exsudatos, tais como gomas, resinas, mucilagens, látex e ceras, que não foram submetidos a tratamento específico (ANVISA, 2019).

• **Chá medicinal:** é a droga vegetal com fins medicinais a ser preparada por meio de infusão, decocção ou maceração em água pelo consumidor (BRASIL, conforme RDC n. 26/2014).

• **Infusão:** é a preparação que consiste em verter água fervente sobre a droga vegetal e, em seguida, se aplicável, tampar ou abafar o recipiente por tempo determinado. Método indicado para drogas vegetais de consistência menos rígida, tais como

folhas, flores, inflorescências e frutos, ou que contenham substâncias ativas voláteis (ANVISA, 2021).

• **Decocção:** é a preparação que consiste na ebulição da droga vegetal em água potável por tempo determinado. Método indicado para drogas vegetais com consistência rígida, tais como cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas (ANVISA, 2021).

• **Fitoterápico:** medicamento produzido por farmácias ou indústrias. É o produto obtido exclusivamente de matéria-prima ativa vegetal (compreende a planta medicinal, ou a droga vegetal ou o derivado vegetal), exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa. Podendo ser simples, quando o ativo é proveniente de uma única espécie vegetal medicinal, ou composto, quando o ativo é proveniente de mais de uma espécie vegetal medicinal (ANVISA, 2021).

• **Fitoterápico manipulado:** medicamento produzido por farmácia de manipulação (BRASIL, 2012).

• **Fitoterápico industrializado:** medicamento produzido pela indústria farmacêutica ou por laboratório oficial (BRASIL, 2012).



5

# PLANTAS MEDICINAIS: orientações gerais



# Cuidados ao utilizar

“Se não fizer bem, mal não faz” – não é bem assim. As plantas medicinais podem apresentar, algumas vezes, efeitos indesejados, se não forem utilizadas da forma e na quantidade orientada. Plantas com o mesmo nome popular podem tratar doenças diferentes, por isso, é importante confirmar a indicação para o nome científico da planta. O tempo de uso depende da indicação terapêutica e da evolução do quadro acompanhada pelo profissional prescritor.

## O QUE FAZER

- Utilizar sempre plantas identificadas corretamente, com a confirmação de um profissional.
- Os chás devem ser feitos e consumidos no mesmo dia.
- Utilizar plantas conhecidas e de preferência com a orientação de um profissional.
- Colher as plantas com o tempo seco e, de preferência, na parte da manhã.
- As plantas devem ser limpas, livres de insetos e secas à sombra e em local ventilado.
- Depois de secar as plantas, armazenar em frasco de vidro limpo ou saco plástico bem fechado, identificando com o nome da planta e a data da colheita.

## ALERTA

- Não utilizar em doses acima das recomendadas.
- Não substituir medicamentos prescritos por plantas medicinais ou fitoterápicos sem recomendação de um profissional da saúde.
- Não guardar os chás de um dia para o outro.
- Nunca utilizar misturas de plantas sem orientação de um profissional de saúde que tenha conhecimento de plantas medicinais.
- Não utilizar plantas cultivadas em locais inadequados, como próximo a fossas, depósitos de lixo ou regadas com água poluída.
- Na secagem, evite misturar plantas diferentes.
- Em caso de piora dos sintomas, ou aparecimento de eventos adversos, suspender o uso do produto e procurar pelo serviço de saúde mais próximo.

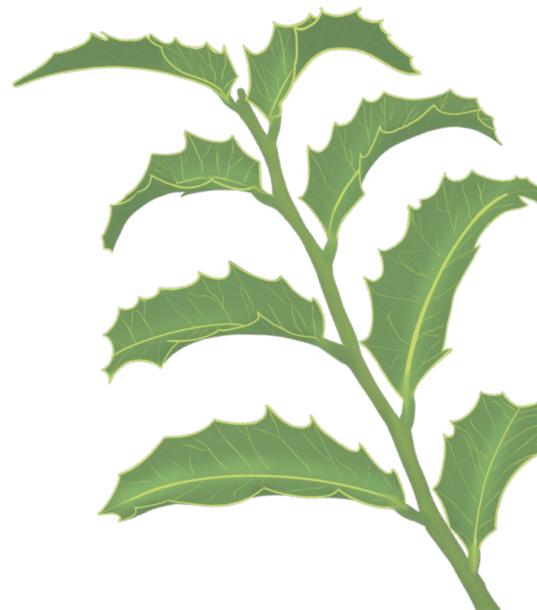
Fonte:

CAMPINAS. Plantas Medicinais: Cartilha. Campinas, 2018. Disponível em: [https://saude.campinas.sp.gov.br/saude/assist\\_farmaceutica/Cartilha\\_Plantas\\_Medicinais\\_Campinas.pdf](https://saude.campinas.sp.gov.br/saude/assist_farmaceutica/Cartilha_Plantas_Medicinais_Campinas.pdf). Acesso em março, 2022.

# Como plantar e cultivar

## Atenção às recomendações desta cartilha:

- As informações são válidas para a região litoral norte de Santa Catarina.
- Recomenda-se usar adubação orgânica para todas as plantas, desde o plantio, e a manutenção de cobertura do solo, conforme cada espécie.
- A adubação orgânica pode ser feita com composto orgânico (podendo ser do tipo Bokashi, ou obtido por compostagem caseira, ou comercial) ou esterco de aves curtido.
- Aplicar, em média, de 3 a 5 kg do adubo orgânico a cada m<sup>2</sup>, quando utilizar plantio em canteiros extensos. Quando for fazer plantio em espaços menores (limitados) ou em vasos grandes, aplicar cerca de 200 g de adubo orgânico no berço de plantio (duas mãos bem cheias de adubo).
- Regar com frequência e moderação, pois o excesso de irrigação é prejudicial às raízes. Em plantas aromáticas, evitar regas abundantes próximo da colheita, para não prejudicar a concentração de óleo essencial.
- Realizar vistorias semanais nas plantas para minimizar o ataque de pragas e doenças, eliminando manualmente os insetos danosos e folhas/caules com manchas, ou seja, com sinais de doenças.
- Em todos os cultivos, utilizar a cobertura morta (aplicação de palhas, obtidas de cortes de gramas, folhas secas trituradas), com o fim de manter o solo úmido, proteger as folhas em plantas rasteiras, evitar a radiação solar excessiva e controlar o crescimento de plantas invasoras.



PLANTA MEDICINAL	PLANTIO				CULTIVO		COLHEITA
	ÉPOCA	PROPAGAÇÃO	SOLO	ESPAÇAMENTO	CUIDADOS	ADUBAÇÃO DE COBERTURA	
<b>AÇAFRÃO-DA-TERRA</b>	Formação da mudas em setembro; plantio em outubro	Com pedaços de rizomas novos	Arenoso	0,50 m X 0,50 m	Meia sombra (4-5h de sol)	A cada 45 dias	Em julho, na presença das folhas secas e tombadas
<b>ALECRIM</b>	Formação de mudas na primavera; plantio de outubro a novembro	Por estacas das ponteiros dos ramos, até formação de mudas de 20 cm a 25 cm de altura	Arenoso e seco	0,70 m X 0,70 m	Sol pleno	Após 40 dias do plantio, e a cada seis meses	Após a planta atingir um metro de altura, com ramificações e aroma característico
<b>BABOSA</b>	Ano todo	Pelas brotações laterais (rebentos)	Arenoso	0,70 m X 0,70 m	Não tolera ventos frios e geadas	Após 40 dias, e a cada seis meses	Folha adulta (50 cm de comprimento) Cinco a seis folhas por planta
<b>BOLDO</b>	Ano todo	Por estacas de 20 cm a 25 cm de comprimento, obtidas de ramos maduros	Arenoso, argiloso ou areno-argiloso	0,60 m X 0,60 m	Meia sombra (4-5h de sol)	Após 40 dias do plantio, e a cada seis meses	Após seis meses do plantio, e a cada quatro meses
<b>CALÊNDULA</b>	No fim do inverno e no início da primavera	Por sementes	Areno-argiloso	0,20 m X 0,20 m	Sol pleno	Após 40 dias	Após dois meses do plantio, até o início de dezembro Flores completamente abertas (antes da formação de sementes)

PLANTA MEDICINAL	PLANTIO				CULTIVO		COLHEITA
	ÉPOCA	PROPAGAÇÃO	SOLO	ESPAÇAMENTO	CUIDADOS	ADUBAÇÃO DE COBERTURA	
CAMOMILA	Semeadura em abril; mudas em maio/junho	Por sementes (0,5g/m <sup>2</sup> ), levemente pressionadas na superfície do solo	Permeável	0,25 m X 0,25 m	Sol pleno Não tolera excesso de calor, estiagens prologadas e chuvas fortes	Após 40 dias	Após três a quatro meses da semeadura direta no canteiro; Flores completamente abertas
CAPIM-LIMÃO	Ano todo. Tem melhor crescimento na primavera e no verão; replantar a cada dois a três anos (a planta diminui a produção de folhas com o passar dos anos)	Por divisão de touceiras, separando o perfilho e cortando as folhas	Areno-argiloso	1,0 m X 0,50 m	Sol pleno Meia sombra (4-5h de sol) Perda de produção em períodos de estiagem	Após 40 dias do plantio, e a cada seis meses	Após seis meses do plantio
CAVALINHA	Ano todo	Pelas brotações dos rizomas	Úmido não compactado	0,25 m X 0,25 m	Tolera solos encharcados	A cada quatro meses	Após cinco meses do plantio
ERVA-BALEEIRA	Ano todo (tem melhor crescimento na primavera e no verão)	Por sementes em bandejas (viveiro); com quatro a cinco folhas transplantar para vasos	Arenoso e úmido	3,0 m X 3,0 m para as árvores. 0,30 m X 0,30 m e 0,40 m de profundidade para as mudas	Sol pleno	Após 40 dias do plantio e a cada seis meses	Um ano após o plantio
ERVA-CIDREIRA-BRASILEIRA, LIPIA	Ano todo	Por estaquia	Areno-argiloso	1,0 m X 1,0 m	Sol pleno Conduzir o crescimento por podas de formação e de colheitas	Após 40 dias e a cada seis meses	Após cinco a seis meses do plantio, e cada quatro meses

PLANTA MEDICINAL	PLANTIO				CULTIVO		COLHEITA
	ÉPOCA	PROPAGAÇÃO	SOLO	ESPAÇAMENTO	CUIDADOS	ADUBAÇÃO DE COBERTURA	
ESPINHEIRA-SANTA	Ano todo	Por sementes	Areno-argiloso, de textura média	3,0 m X 3,0 m, para as árvores; 0,30 m X 0,30 m x 0,40 m de profundidade, para as mudas	Meia sombra (4-5h de sol) O excesso de radiação solar diminui o crescimento da planta e torna as folhas um pouco pálidas	Após 40 dias do plantio, e a cada seis meses	Após o segundo ano do plantio Não retirar mais de 50% das folhas por planta; Cuidar com os espinhos nas margens da folha
GUACO	Ano todo	Por estacas de ramos contendo cinco gemas e um par de folhas, até formar as mudas com cerca de 30 cm de altura	Areno-argiloso, permeável e úmido;  Solo compactado retarda o crescimento	1,5 m X 1,0 m	Meia sombra (4-5h de sol) Tolera sombra	Após 40 dias do plantio, e a cada seis meses	Após oito a dez meses do plantio
HORTELÃ	No fim do inverno e no início da primavera	Por divisão de caules laterais (estolões), que crescem próximo da superfície do solo	Areno-argiloso, de textura média e com bom teor de umidade	0,25 m X 0,25 m	Meia sombra (4-5h de sol)	Após 40 dias do plantio, ou colheita dos ramos	Após dois a três meses do plantio, e a cada quatro meses
MALVA	Outono	Por sementes ou por estaquia de mudas contendo de quatro a seis folhas	Solo areno-argiloso de textura média	0,70 m X 0,70 m	Temperaturas amenas e umidade controlada	Após 40 dias	Após quatro a cinco meses do plantio
MARACUJÁ	Setembro	Por sementes, até formar mudas com cerca de 30 cm de altura	Permeável, mais arenoso que argiloso.	1,5 m X 1,5 m  Próximo de cercas (com 1,2 m de altura)	Meia sombra (4-5h de sol)	Após 40 dias do plantio, e a cada seis meses	Após oito a dez meses do plantio

PLANTA MEDICINAL	PLANTIO				CULTIVO		COLHEITA
	ÉPOCA	PROPAGAÇÃO	SOLO	ESPAÇAMENTO	CUIDADOS	ADUBAÇÃO DE COBERTURA	
MELISSA	Primavera e verão	Por estacas ou ramos já enraizados na base da planta	Areno-argiloso, de textura média e úmido	0,40 m X 0,40 m	Meia sombra (4-5h de sol) A estiagem provoca diminuição no tamanho das folhas e amarelamento	Após 40 dias do plantio, ou após colheita dos ramos	Após dois a três meses do plantio, e a cada quatro meses
TANCHAGEM	Primavera	Por sementes, diretamente no canteiro, ou por muda	Tolera solo areno-argiloso (textura média) contendo matéria orgânica	0,25 m X 0,25 m	Meia sombra (4-5h de sol)	Após 40 dias do plantio Utilizar pedaços de folhas de mamona ou taioba na trilha das formigas atraídas pela planta	Após três a quatro meses do plantio



# Principais indicações

## Indicações de plantas para serem usadas em problemas de pele:

Problemas de pele	Babosa	Calêndula	Camomila	Erva Baleeira	Cavalinha	Malva
Queimaduras leves	✓	✓	✓			
Queimaduras solares	✓	✓	✓			
Ferimentos leves	✓	✓	✓			
Queimaduras de primeiro e segundo grau	✓					
Assaduras, fissuras anais e genitais	✓	✓	✓			
Dores localizadas				✓		
Lesões na pele superficiais	✓	✓	✓		✓	
Picadas de insetos	✓	✓	✓			✓

## Indicações de plantas para serem usadas em sintomas digestivos:

Sintomas Digestivos	Açafrão-da-terra	Hortelã	Camomila	Erva-cidreira-brasileira	Capim- limão	Melissa	Espinheira-santa	Alecrim	Boldo
Dor abdominal	✓	✓	✓			✓			
Sensação de queimação no estômago	✓						✓		
Náuseas e enjoos	✓		✓						
Arrotos constantes	✓								
Gases	✓	✓	✓	✓		✓			
Sensação de abdômen estufado, saciedade	✓								
Cólica menstrual					✓				
Cólica intestinal		✓	✓	✓	✓			✓	
Dificuldade na digestão	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Para saber mais sobre como identificar, utilizar, as indicações, as contra-indicações e os cuidados, consultar a monografia da planta medicinal, no capítulo 6.

### Indicações de plantas para serem usadas em problemas na cavidade bucal:

Sintomas	Malva	Camomila	Hortelã, Menta	Tanchagem
Aftas, gengivite, estomatites	✓	✓		
Irritação da garganta e oral	✓			✓
Ação antisséptica	✓		✓	

### Indicações de plantas para serem usadas em sintomas de ansiedade:

Sintomas	Melissa	Maracujá	Capim-limão	Cidreira Brasileira	Camomila
Ansiedade	✓	✓	✓	✓	✓
Insônia	✓	✓	✓	✓	✓
Agitação nervosa	✓	✓	✓	✓	✓

### Indicações de plantas para serem usadas em sintomas urinários e respiratórios:

Sintomas	Cavalinha	Guaco	Camomila	Tanchagem
Dificuldade ou dor ao urinar	✓			
Tosse com catarro		✓		
Irritação da boca e faringe causada pela tosse				✓
Bronquite alérgica		✓		
Asma		✓		
Resfriado comum		✓	✓	

Para saber mais sobre como identificar, utilizar, as indicações, as contra-indicações e os cuidados, consultar a monografia da planta medicinal, no capítulo 6.

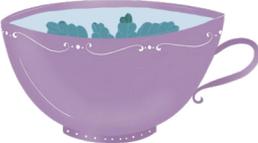
# Como preparar o chá

## • Cuidados ao utilizar a planta fresca:

- Antes de realizar a colheita, lavar bem as mãos, usar recipientes, faca ou tesoura, previamente limpos.
- Lavar as partes da planta colhida em água corrente e deixar escorrer.
- Separar a parte que será utilizada: folhas ou flores.
- Medir a quantidade em uma balança de cozinha, ou em colheres para medidas aproximadas.
- Se for recomendada a planta seca, utilizar o dobro em quantidade da planta fresca.

## • Cuidados ao utilizar a planta seca:

- Antes observe bem se ela está com cheiro ou sinal de mofo e NUNCA utilize plantas mofadas ou sujas.
- Medir a quantidade em uma balança de cozinha, ou em colheres para medidas aproximadas.

	MEDIDAS	QUANTIDADE
	Colher de café	0,5 g
	Colher de chá	1,0 g
	Colher de sobremesa	2,0 g
	Colher de sopa	3,0 g
	Xícara de chá	150 mL

Fonte: RDC n. 10, de 9 de março de 2010

- Preparar o chá por infusão ou por decocção, conforme indicado na monografia da planta.

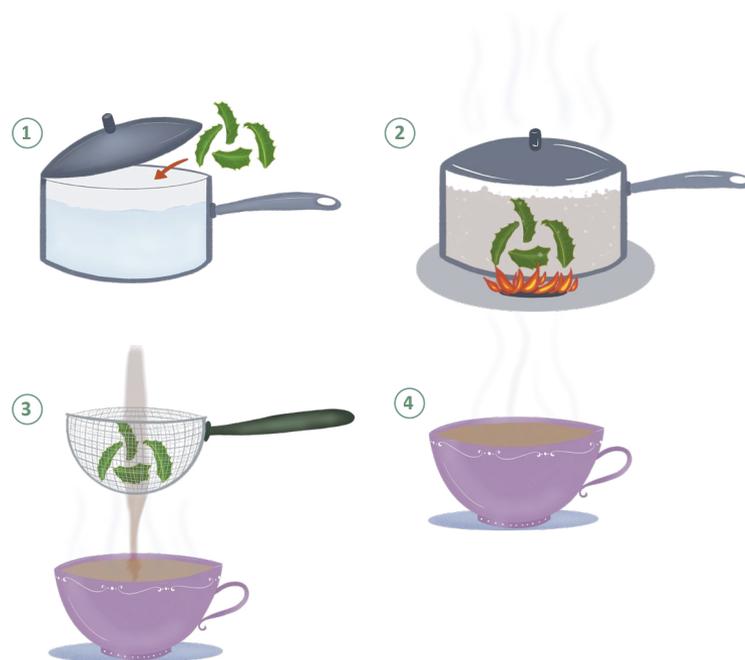
## ☀️ CHÁ POR INFUSÃO

- ① separar a quantidade recomendada da parte da planta e colocar sobre uma peneira ou filtro na xícara de chá;
- ② verter a água quente (assim que levantar fervura) sobre a planta para cobri-la totalmente;
- ③ tampar a xícara com um pires e aguardar por 5 a 15 minutos;
- ④ retirar a peneira com a planta e tomar o chá em seguida.



## ☀️ CHÁ POR DECOCCÃO

- ① separar a quantidade da planta e água recomendadas numa panela;
- ② ferver por 5 minutos;
- ③ coar;
- ④ tomar o chá em seguida.





6

**PLANTAS MEDICINAIS:**  
monografias



# Açafrão-da-terra

## Como identificar:

- Nome científico: *Curcuma longa* L.
- Nomes populares: açafrão-da-terra, açafrão-da-índia, cúrcuma, açafroeiro-da-índia, batatinha-amarela e gengibre-dourada.
- Parte usada: rizoma

Planta herbácea e rizomatosa originária da Índia e adaptada no Brasil, com cerca de 1,30 m. As folhas são grandes. No inverno catarinense, secam totalmente e voltam a brotar na primavera. O rizoma, com 10 cm a 12 cm, internamente apresenta forte coloração laranja.



## Como utilizar:

- **Uso oral:** para adultos. Preparar o chá por infusão com 0,5 g a 1,0 g da raiz seca e rasurada ou pulverizada em uma xícara de chá. Tomar 150 mL do infuso, de 5 minutos a 10 minutos após o preparo, duas a três vezes ao dia. Para o alívio de sintomas digestivos, é recomendado o uso entre as refeições.

## Indicações:

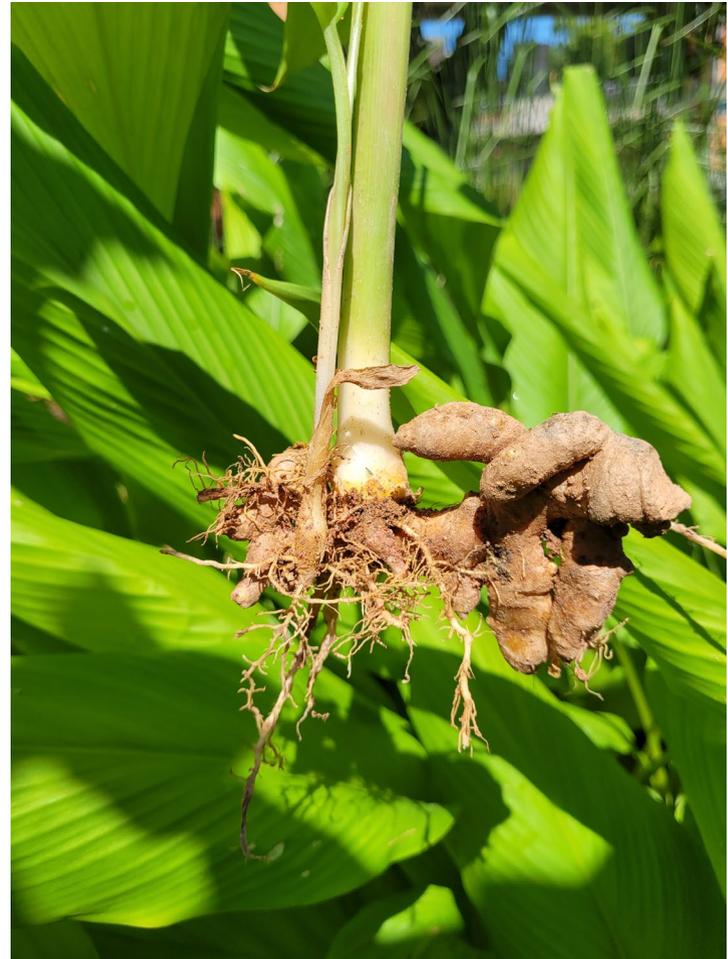
- **Uso oral:** auxilia na estimulação do fígado para a produção de bile, no alívio de dores e desconfortos na parede superior do abdômen, sensação de queimação no estômago, náuseas, arrotos constantes, sensação de saciedade precoce e inchaço abdominal e reduz os gases gastrointestinais.

## Contraindicações:

- Contraindicada durante a gestação e lactação, pois aumenta o fluxo menstrual e é abortiva.
- Contraindicada para pessoas portadoras de cálculos biliares, obstrução dos ductos biliares, hepatopatias, colangite e úlcera gastroduodenal.

## ⚠ Cuidados:

- Não é recomendada a exposição solar excessiva ao fazer uso desta planta.
- Em altas doses pode interagir com medicamentos anticoagulantes, antiplaquetários e paracetamol.
- Pode ocasionar leves sintomas de boca seca, flatulência e irritação gástrica.
- Pode ocasionar diarreia, dor abdominal, náuseas, edemas localizados e queda de cabelo.
- Pode haver interação em caso de uso concomitante com produtos antioxidantes.
- Não utilizar em doses acima das recomendadas.
- Em caso de aparecimento de eventos adversos, suspender o uso do produto e consultar um médico.



# Alecrim

## Como identificar:

- Nome científico: *Rosmarinus officinalis* L.
- Nomes populares: alecrim-de-cheiro, alecrim-da-horta, alecrim-de-jardim e rosmarino
- Parte usada: folhas

Planta adaptada no Brasil, semiarbustiva, aromática, lenhosa, ramificada, que cresce de 0,5 m a 1,8 m de altura. As folhas são lineares, inteiras, coriáceas, com pelos na face inferior, conferindo uma coloração esbranquiçada. Na face superior o tom é verde-escuro. As flores são pequenas de coloração azul-clara a esbranquiçada.



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos. Preparar chá por infusão, com 1 g a 2 g das folhas secas e rasuradas em uma xícara de 150 mL a 250 mL.

Tomar de 150 mL a 250 mL do infuso, conforme preparado, logo após o preparo, duas a três vezes ao dia entre as refeições.

## Indicações:

**Uso oral:** auxilia no alívio dos sintomas gástricos e intestinais. Auxilia também nas desordens espasmódicas leves do trato gastrointestinal.

## Contraindicações:

- Contraindicada para crianças menores de 12 anos, gestantes e lactantes, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.
- Contraindicada para pessoas com obstrução dos ductos biliares ou qualquer outra disfunção biliar.
- Deve ser utilizado com cautela e acompanhamento médico em hipertensos, diabéticos e portadores

de adenomas prostáticos, colangite ou doenças hepáticas.

Pode facilitar a ocorrência de crises epiléticas em pacientes epiléticos e alterar o sono, se utilizada à noite, antes de dormir.

### ⚠ Cuidados:

- Não engolir o infuso após o bochecho e gargarejo.
- Não utilizar em doses acima das recomendadas.
- Em caso de aparecimento de eventos adversos, suspender o uso do produto e consultar um médico.
- Esta planta pode desencadear quadros de dermatite e episódios de asma.



# Babosa

## Como identificar:

- Nome científico: *Aloe vera* (L.) Burm.f.
- Nomes populares: babosa, aloe
- Parte usada: gel incolor mucilaginoso das folhas frescas

Planta arbustiva e suculenta, até um metro de altura, que cresce em climas tropicais ao redor do mundo e está amplamente adaptada ao Brasil. As folhas apresentam, internamente, uma mucilagem que é usada para fins medicinais.



## Como utilizar:

- **Uso externo:** para adultos e crianças maiores de 12 anos. O gel mucilaginoso incolor e transparente deve ser extraído das folhas e pode ser usado sobre a pele, mucosas, conforme a indicação.
- Para queimaduras de primeiro e segundo graus: aplicar uma fina camada do gel líquido na área afetada, uma a três vezes ao dia.
- Para fissuras anais: usar o gel congelado como supositório.
- Para assaduras: passar o gel congelado ou fresco diretamente no local afetado.
- Extração do gel incolor mucilaginoso: Lavar a folha em água corrente e uma solução de hipoclorito de sódio a 1,5% e remover a casca, com auxílio de uma faca. Cuidados devem ser tomados para não rasgar ou macerar a casca verde, que pode contaminar o gel com exsudato de folha, de coloração amarelada e rica em compostos antracênicos, que são irritantes para a pele.
- Ao preparar o gel líquido:  
Cortar uma parte da folha, mantendo a outra parte da casca como base para raspagem;  
Com o auxílio de uma colher, raspar o gel,

delicadamente, cuidando para não rasgar a casca que está abaixo;

Transferir para um processador ou liquidificador.

•Ao preparar o gel congelado:

Remover o bico de uma seringa de 5 mL;

Introduzir a seringa para retirar pedaços cilíndricos do gel;

Envolver os pedaços com filme plástico ou alumínio e congelar até o momento do uso.



### Dica:

O gel mucilaginoso da babosa líquido pode ser usado regularmente, para manter a saúde da pele e dos cabelos, podendo ser usada regularmente como hidratante e para a limpeza das áreas mais ressecadas ou oleosas, devido à adsorção, confere a remoção das impurezas, mantendo o equilíbrio das superfícies da pele do corpo, couro cabeludo, cabelos e unhas. Para isso, pode ser extraído, triturado em liquidificador e usado logo após o preparo.



### Indicações:

**Uso externo:** como cicatrizante nos casos de ferimentos leves, processos inflamatórios na pele incluindo queimaduras (primeiro e segundo graus), escoriações, abrasões, assaduras e fissuras anais. Indicado para queda de cabelos.

### ⊗ Contraindicações:

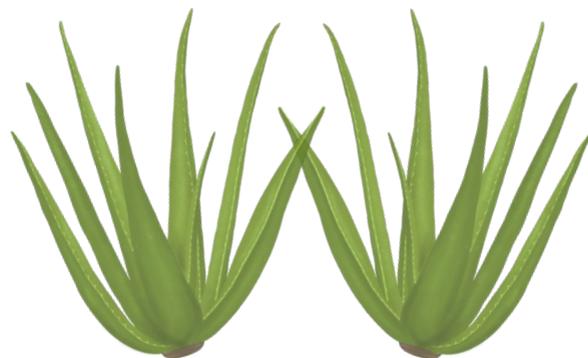
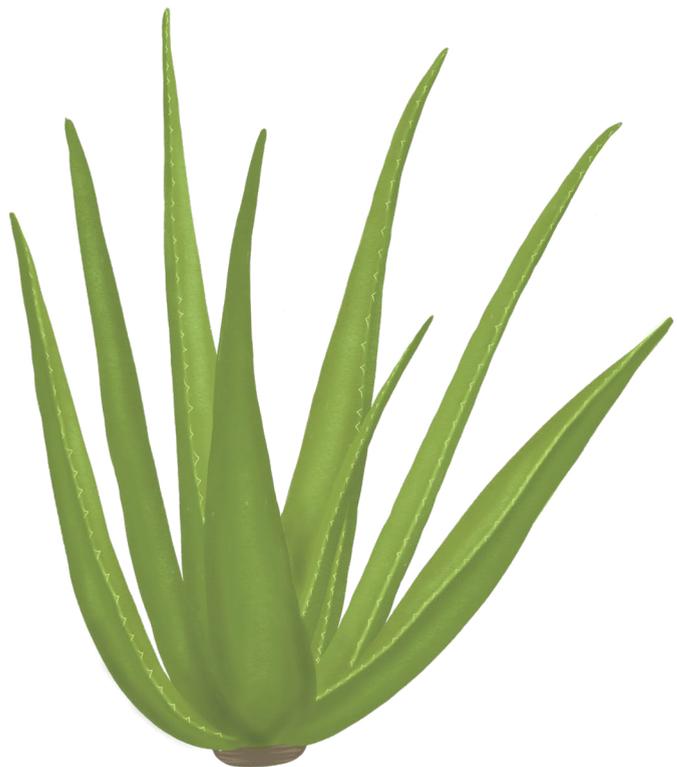
- Contraindicada durante a gestação e lactação, pois aumenta o fluxo menstrual, acelera o parto, é abortiva, mutagênica e laxante.
- Em caso de sensação de dor, do tipo queimação na pele lesionada, ou ferida, suspender imediatamente o uso, pois pode ocorrer dermatite, devido aos compostos antracênicos.
- Não é recomendado o uso via oral, devido aos compostos antraquinônicos, que podem ser tóxicos quando ingeridos em altas doses.



### Cuidados:

- Utilizar somente a parte interna das folhas, que contém o gel mucilaginoso, transparente e incolor.
- Sugere-se remover somente a porção do gel que irá ser utilizado imediatamente.
- A parte restante da folha com a casca pode ser armazenada em geladeira, e o gel extraído no momento do uso.
- Quando maiores as quantidades de gel extraídas, sugere-se preparar o gel congelado, manter no congelador e retirar somente quando for usar.

- Armazenar o gel em recipiente adequado bem fechado, em local fresco, seco e ao abrigo da luz.
- Caso o acondicionamento for em pote, utilizar preferencialmente espátula para retirar o produto.
- Orientar a não utilização do produto, caso apresente alteração da coloração.
- Interações medicamentosas: não foram encontrados dados descritos na literatura consultada.



# Boldo

## Como identificar:

- Nome científico: *Plectranthus barbatus* Andrews
- Nomes populares: boldo-brasileiro e boldo-nacional
- Parte usada: folhas

Planta adaptada no Brasil, arbustiva, com ramos decumbentes a eretos. As folhas são ovado-oblongas, grossas, com até 12 cm de comprimento por 8 cm de largura, de margem serrada, com pelos em ambas as faces. As flores são de cor azul-violácea intensa, agrupadas em inflorescências compridas. As folhas apresentam sabor amargo e odor característico. As folhas do boldo chileno (*Peumus boldus*) geralmente são encontradas na sua forma seca, em ervanarias ou mercados de alimentos. A espécie é nativa do Chile, e não é cultivada no Brasil.

## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos. Preparar o chá por infusão, com 1 g a 3 g das folhas em uma xícara de chá. Tomar 150 mL do infuso, logo após o preparo, de duas a três vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** auxilia no alívio dos sintomas digestivos.

## Contraindicações:

- Não deve ser utilizado por gestantes, lactantes, menores de 18 anos, hipertensos, portadores de obstruções das vias biliares, portadores de doença renal policística ou hepatite.
- Doses acima das recomendadas, ou utilizadas por um período maior que o recomendado, podem causar irritação gástrica e desconforto gastrointestinal.
- O uso na pele pode ocasionar dermatite de contato.

## Cuidados:

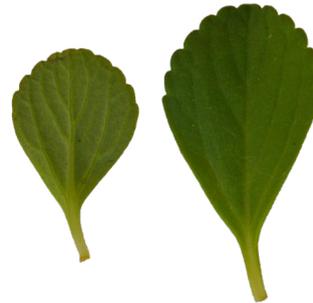
- Evitar o uso concomitante com anticoagulantes, metronidazol ou dissulfiram, medicamentos depressores do SNC, anti-hipertensivos, digoxina, antiarrítmicos e moduladores da tireoide.
- Doses acima das recomendadas, ou utilizadas por um período maior que o recomendado, podem causar irritação gástrica e desconforto gastrointestinal.
- O uso contínuo não deve ultrapassar 30 dias, o tratamento pode ser repetido, se for necessário, após intervalo de sete dias.
- Não utilizar a espécie *Plectranthus ornatus*, conhecido por boldinho, devido à sua toxicidade.



Boldinho (*Plectranthus ornatus*)



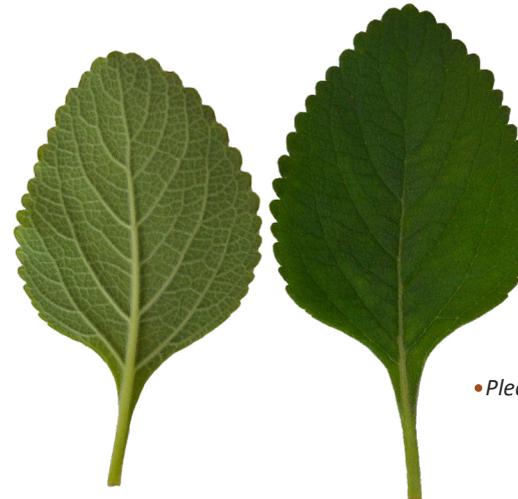
• Folha seca: *Peumus boldus*



• *Plectranthus ornatus*



Boldão (*Plectranthus barbatus*)



• *Plectranthus barbatus*

# Calêndula

## Como identificar:

- Nome científico: *Calendula officinalis* L.
- Nomes populares: calêndula, bem-me-quer, margarida-dourada
- Parte usada: flores

Planta herbácea, adaptada no Brasil, com altura de 30 cm a 60 cm. As flores surgem na extremidade da haste e têm entre 4 cm e 5 cm de diâmetro. O botão central das flores é envolto por 15 a 20 lígulas amarelas ou alaranjadas.



## Como utilizar:

**Uso externo:** para adultos e crianças acima de 6 anos. Preparar o chá por infusão, com 1 g a 2 g das flores em uma xícara de chá.

Para afecções de pele: após a higienização, aplicar o infuso, levemente aquecido, em compressas, permanecendo de 30 minutos a 60 minutos sobre o local afetado. Aplicar de duas a quatro vezes ao dia.

Para a mucosa oral: fazer bochechos ou gargarejos de duas a quatro vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso externo:** para auxiliar no tratamento de inflamações leves da pele (como a queimadura provocada pela radiação solar) e ferimentos de menor gravidade, assim promovendo a cicatrização e modulando os possíveis focos inflamatórios.

**Uso na mucosa oral:** para auxiliar no tratamento de inflamações da mucosa oral e orofaringe.

## Contraindicações:

- É contraindicado o uso desta planta durante a gestação e lactação, pois aumenta o fluxo menstrual e é abortiva.

- O uso na pele é contraindicado para crianças menores de 6 anos. O uso na mucosa oral é contraindicado para menores de 12 anos, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.

### ⚠ Cuidados:

- O uso e o tempo de uso dependem da indicação terapêutica e da evolução do quadro, preferencialmente acompanhado pelo profissional prescritor.
- Não foram encontrados dados descritos na literatura consultada sobre problemas decorrentes de superdosagem para o uso externo. Em caso de administração de quantidades acima das recomendadas ou por outra via, suspender o uso e procurar atendimento.
- Não foram encontrados dados descritos na literatura consultada sobre interações com outros medicamentos.



# Camomila

## Como identificar:

- Nome científico: *Matricaria chamomilla* L.
- Nomes populares: camomila, maçonilha, camomila-alemã e matricária.
- Parte usada (droga vegetal): flores

Planta herbácea, com até 50 cm de altura. Cresce espontaneamente em áreas de campos e bosques abertos das regiões mediterrânicas e de clima temperado. A inflorescência possui dois tipos de flores, as flores centrais amarelas e flores marginais brancas.



## Como utilizar:

Preparar o chá por infusão, com as quantidades conforme o USO.

### USO ORAL

- Uso pediátrico entre 6 meses e 2 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 0,5 g a 1 g da droga vegetal, duas a quatro vezes ao dia.
- Uso pediátrico entre 2 anos e 6 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1 g a 1,5 g da droga vegetal, duas a quatro vezes ao dia.
- Uso pediátrico entre 6 anos e 12 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1,5 g a 3 g da droga vegetal, duas a quatro vezes ao dia.
- Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1,5 g a 4 g da droga vegetal, três a quatro vezes ao dia.

### USO INALATÓRIO

- Uso pediátrico entre 6 e 12 anos: inalar (vaporização) o infuso, preparado a partir de 2 g a 5 g da droga vegetal, até duas vezes ao dia, para alívio dos sintomas relacionados ao resfriado comum.
- Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos: inalar

(vaporização) o infuso, preparado a partir de 3 g a 10 g da droga vegetal, diversas vezes ao dia, para alívio dos sintomas relacionados ao resfriado comum.

### USO EXTERNO

- **Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos:**  
Embeber algodão com o infuso, preparado a partir de 3 g a 10 g da droga vegetal. Fazer a limpeza ou cobrir a área afetada com algodão embebido na infusão. Utilizar diversas vezes ao dia, para alívio de pequenas afecções da pele, tais como queimadura solar, ferida superficial e furúnculo.
- **Realizar bochechos ou gargarejos com o infuso,** preparado a partir de 1 g a 5 g da droga vegetal, três vezes ao dia.  
Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos: irrigar as lesões com o infuso, preparado a partir de 4,5 g a 5 g da droga vegetal, diversas vezes ao dia.

### ✓ **Indicações:**

**Uso oral:** para a melhora da cólica, da diarreia, dos gases, enjoos, náuseas. Indicação como calmante suave, sedativo leve, auxilia no alívio de sintomas do resfriado, auxilia no tratamento de lesões leves e inflamações da boca e orofaringe.

**Uso externo:** auxilia no alívio de afecções cutâneas leves, tais como queimaduras solares, feridas superficiais e furúnculos, auxilia no alívio de afecções da pele e mucosa da região anal e genital, desde que situações graves tenham sido descartadas por um médico.

### ⊗ **Contraindicações:**

- O uso oral é contraindicado para crianças menores de 6 meses.
- A inalação é contraindicada para menores de 6 anos. O uso na mucosa oral e na pele é contraindicado para menores de 12 anos de idade.
- O uso cutâneo é contraindicado em caso de lesões profundas ou extensas.
- Podem surgir reações alérgicas e dermatite de contato.

### ⚠ **Cuidados:**

- O uso durante a gestação e lactação é permitido, porém quando a preparação for aplicada nos mamilos, esses devem ser higienizados antes da amamentação para que não haja a sensibilização da criança.

- Não há informações sobre precauções gerais e relacionadas a possíveis efeitos teratogênicos, na amamentação ou uso pediátrico. Relatos sobre segurança e eficácia durante a gestação não estão disponíveis.
- A camomila interage com medicamentos anticoagulantes (como a varfarina) e aumenta o risco de sangramento. Interage com barbitúricos (fenobarbital) e outros medicamentos sedativos; a camomila poderá intensificar ou prolongar a ação depressora do sistema nervoso central.
- Reduz a absorção de ferro ingerido através de alimentos ou medicamentos. Interage com estatinas (sinvastatina) e contraceptivos orais.
- Não foram encontrados dados descritos na literatura consultada sobre o tempo máximo de utilização.
- Não foram encontrados dados descritos na literatura consultada sobre problemas decorrentes de superdosagem. Em caso de ingestão de quantidades acima das recomendadas, o paciente deve ser observado.



# Capim-limão

## Como identificar:

- Nome científico: *Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf
- Nomes populares: capim-limão, capim-cidreira, capim-santo e cana-de-cheiro.
- Parte usada: folhas

Planta herbácea, nativa da Ásia e adaptada no Brasil. As folhas são muito aromáticas, com cerca de 60 cm a 100 cm de comprimento, ásperas nas duas faces, bordo liso, cortante, recobertas por uma fina camada de cera e exalam odor de limão. O florescimento é raro no Brasil.



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos. Preparar o chá por infusão, com 1,0 g a 3,0 g das folhas secas em uma xícara de chá. Tomar 150 mL do chá, 5 minutos após o preparo, de três a quatro vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** antiespasmódico, auxilia no alívio de sintomas decorrentes da cólica menstrual e cólicas intestinais; auxilia no alívio da ansiedade e insônia, age como um sedativo leve.

## Contraindicações:

- Contraindicada durante a gestação e lactação, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.
- Não deve ser utilizado por pessoas com doenças cardíacas, renais, hepáticas, ou portadores de doenças crônicas.

## Cuidados:

- Não deve ser associado a medicamentos depressores do sistema nervoso central, como por exemplo Diazepam e clonazepam.
- Em doses elevadas, pode causar síncope e sedação.

- O capim limão é facilmente confundido com a citronela. A melhor forma de diferenciar as espécies é pelo odor, amassando as folhas entre os dedos, para exalar o aroma que é bem característico de cada espécie. O uso recomendado da citronela é como repelente de insetos.



*Cymopogon citratus* (capim-limão)



*Cymopogon winterianus* (citronela)

# Cavalinha

## Como identificar:

- Nome científico: *Equisetum hyemale*
- Nomes populares: cavalinha, cola-de-cavalo e erva-canudo.
- Parte usada: partes aéreas

Planta europeia que não ocorre no Brasil. A espécie *Equisetum hyemale* (com características fitoquímicas e usos semelhantes à *E. arvense*) é de ocorrência no sudeste e sul do Brasil. Trata-se de uma planta herbácea, rizomatosa, com caule verde-escuro, ereto, finamente sulcado, áspero, rígido, com inflorescência em espiga, cresce cerca de 40 cm a 60 cm, e a meia sombra, o pseudo-caule alonga-se até dois metros e se torna fino e succulento.



## Como utilizar:

**Uso oral:** uso adulto e pediátrico, acima de 12 anos. Fazer uso do chá preparado por infusão, com 1,0 g a 4,0 g das partes aéreas da planta em uma xícara de chá.

Tomar 150 mL do chá, após o preparo, de três a quatro vezes ao dia.

**Uso externo:** uso adultos e pediátrico, acima de 12 anos. Preparar o chá por decoção de 10 g em 1 L. Aplicar o chá, na temperatura ambiente, sobre o local lesionado, com o auxílio de algodão, diversas vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** auxilia no aumento do fluxo urinário, atuando como adjuvante no tratamento de queixas menores do trato urinário, desde que situações graves tenham sido descartadas por um médico, possui uma ação diurética.

**Uso externo:** auxilia no tratamento local de pequenas lesões cutâneas superficiais.

## ⊗ **Contraindicações:**

- Contraindicada durante a gestação, lactação e para crianças menores de 12 anos, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.
- Não é recomendado para pessoas com doença cardíaca ou renal severas ou obstrução das vias urinárias (condições de saúde nas quais a ingestão de líquidos deva ser reduzida).

## ⚠ **Cuidados:**

- O uso externo pode causar reações alérgicas, tais como: rash cutâneo e edema facial.
- Não deve ser administrado concomitante com medicamentos diuréticos sintéticos.
- Deve ser evitado o uso prolongado, porque pode causar carência de vitamina B1 (tiamina), e hipocalemia (carência de potássio).
- Apresenta interação com medicamentos digitálicos e glicosídeos cardiotônicos, devido à perda de potássio associada ao efeito diurético.
- Não utilizar em doses acima das recomendadas.



# Erva-baleeira

## Como identificar:

- Nome científico: *Varronia curassavica* Jacq é sinonímia de *Cordia verbenacea* DC
- Nomes populares: erva-baleeira, baleeira
- Parte usada: folhas

Planta nativa do Brasil, incluindo a região sul do país, na forma de arbusto muito ramoso, com 1,5 m a 2,5 m de altura. As folhas são verde-escuras, aromáticas, com 5 cm a 10 cm de comprimento e 2 cm a 3 cm de largura. As flores são brancas e pequenas e os frutos são vermelhos.



## Como utilizar:

**Uso externo:** para adultos acima de 18 anos. Preparar o chá por infusão, com 3 g das folhas secas em uma xícara de chá.

Para afecções de pele: após a higienização, aplicar o infuso, levemente aquecido, em forma de compressas no local afetado. Aplicar de duas a três vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso externo:** auxilia no alívio de sintomas decorrentes de processos inflamatórios localizados.

## Contraindicações:

- Contraindicada durante a gestação e lactação, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.

## Cuidados:

- Deve-se utilizar apenas na pele íntegra, sem solução de continuidade.
- Não utilizar em doses acima das recomendadas. Se ocorrer reações alérgicas, deve-se interromper o uso e consultar um médico.



# Erva-cidreira-brasileira, Lipia

## Como identificar:

- Nome científico: *Lippia alba* [Mill.] N.E. Brown. Ex Britt. e Wils.
- Nomes populares: cidreira brasileira, cidreira em rama, lipia, alecrim-do-campo, cidrão, cidreira, erva-cidreira-brasileira, erva-cidreira-falsa, falsa-melissa, salsa-brava, salva-do-brasil, sálvia
- Parte usada: folhas e flores

Planta arbustiva, que cresce no sul do Brasil, próxima a rios e lagos. O caule é muito ramificado, formando moitas de 1,5 m a 2 m de altura. As folhas são oblongo-agudas e aromáticas, e as flores são róseo-violáceas.



## Como utilizar:

**Uso externo:** para adultos. Preparar o chá por infusão de 0,4 g a 0,6 g das folhas e flores em uma xícara de chá.

Tomar 150 mL do chá, logo após o preparo, de duas a três vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** calmante suave, auxiliando no alívio da ansiedade leve, ação contra cólicas, flatulências e ação como digestivo.

## Contraindicações:

- Contraindicada durante a gestação, lactação, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.
- Contraindicada caso o paciente tenha gastrite ou úlcera gastroduodenal.

## Cuidados:

- Doses acima das recomendadas podem causar irritação do estômago e queda de pressão.



# Espinheira-santa

## Como identificar:

- Nome científico: *Monteverdia ilicifolia* (Mart. ex Reissek) Biral é sinonímia da *Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reissek
- Nome popular: espinheira-santa
- Parte usada: folhas

Planta nativa do sul do Brasil, subarbórea com 1,5 m a 3,0 m de altura, com caule muito ramificado. As folhas são coriáceas, verde-escuras e brilhantes, com vários pares de dentes espinhosos. As flores são pequenas, amarelas ou branco-esverdeadas. Possui fruto tipo cápsula, seco, ovoide, inicialmente amarelo-esverdeado passando a alaranjado e depois a vermelho.



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos. Preparar o chá por decocção de 1 g a 2 g em 150 mL, duas horas após o almoço e à noite, podendo ser administrado até quatro vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** auxilia no alívio de sintomas dispépticos; como um antiácido.

## Contraindicações:

- O uso é contraindicado durante a gestação e lactação, por reduzir a produção do leite materno, e para menores de 12 anos.

## Cuidados:

- O uso contínuo não deve ultrapassar seis meses, podendo ser repetido o tratamento, se necessário, após intervalo de 30 dias.
- Durante o uso podem ser observados boca seca e alteração do paladar, além de náuseas, tremor nas mãos e poliúria (urinar em excesso).



# Guaco

## Como identificar:

- Nome científico: *Mikania glomerata* Spreng
- Nome popular: guaco
- Parte usada: folhas

As espécies *M. glomerata* e *M. laevigata* são nativas do Brasil e possuem a mesma indicação terapêutica. São subarbustos trepadores, perenes e de grande porte. As folhas são de consistência rígida, carnosas e na cor verde-brilhante. A diferença entre as espécies está no formato das folhas. A espécie *M. glomerata* possui folhas com medidas de comprimento e largura semelhantes, com base hastada e os dentes laterais muito evidentes; enquanto a espécie *M. laevigata* possui folhas com comprimento maior que a largura, base não hastada e dentes laterais, quando presentes, são pouco evidentes.



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos. Preparar o chá por decocção, com 2 g a 3 g das folhas secas e rasuradas em uma panela, com 150 mL de água potável e filtrada. Tomar 150 mL do infuso, logo após o preparo, três vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** auxiliar no tratamento sintomático de afecções respiratórias, das vias aéreas superiores; auxilia na tosse produtiva em gripes e resfriados, bronquite alérgica e infecciosa; age como expectorante, broncodilatador e na prevenção e tratamento de asma.

## Contraindicações:

- O uso é contraindicado durante a gestação, lactação e para menores de 18 anos, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.

## Cuidados:

- Não realizar o uso em caso de tratamento com anticoagulantes.

- Não deve ser usado por pacientes portadores de diabetes mellitus, no caso do xarope que contém açúcar.
- Evitar o uso concomitante com antibióticos, devido à potencial interação clínica.
- Não usar por mais de 15 dias consecutivos. O tratamento pode ser repetido, se necessário, após intervalo de cinco dias.
- Doses acima das recomendadas podem provocar taquicardia, vômitos e diarreia.



# Hortelã

## Como identificar:

- Nome científico: *Mentha piperita* L.
- Nomes populares: hortelã-pimenta, menta
- Parte usada: folhas

Planta herbácea, anual ou perene, com até 30 cm de altura. Os ramos são de cor verde-escuro a roxo e as folhas são muito aromáticas.



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos e crianças acima de 4 anos. Preparar o chá por infusão.

**Uso pediátrico acima de 4 anos:** tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1 g a 2 g da droga vegetal, até três vezes ao dia.

**Uso adulto:** tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1,5 g a 3 g da droga vegetal, até três vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** auxiliar no tratamento sintomático de espasmos leves do trato gastrointestinal gases, dor abdominal, em especial as pessoas que apresentam a síndrome do colo irritável. É digestiva, antisséptica e expectorante.

## Contraindicações:

- O uso da planta é contraindicado em crianças menores de 4 anos, pois não há dados disponíveis que comprovem a segurança.
- É contraindicado durante a gestação, por ser emenagoga e teratogênica e, na lactação, por causar a diminuição da produção de leite materno.

- É contraindicado para pessoas que apresentam hipersensibilidade à menta ou ao mentol e a salicilatos; para pessoas com refluxo gastroesofágico, pois pode causar irritação da mucosa gástrica, incluindo estomatite, esofagite severa, gastrite, diarreia, pancreatite e piora dos sintomas de pirose; para pessoas portadoras de cálculos biliares e outros distúrbios biliares. Não deve ser utilizado em altas dosagens, pois pode ocasionar lesões hepáticas, nefrite intersticial e insuficiência renal aguda.

### ⚠ Cuidados:

- Usuários com diagnóstico de anemia e crianças devem ter precaução na ingestão, pois pode reduzir a absorção de ferro.
- Pode interagir com os medicamentos repositores de estrogênio, potencializando seus efeitos. Pode inibir o metabolismo de fármacos como nifedipino e ciclosporina, e aumentar a concentração sanguínea. Pode aumentar os efeitos de fármacos inibidores do canal de cálcio ou outros hipotensores cronotrópicos negativos.
- Pode ocasionar sintomas como náuseas, vômitos, dor abdominal e ardência na região perianal.
- Não utilizar em doses acima das recomendadas. Em caso de aparecimento de eventos adversos, suspender o uso do produto e consultar um médico.



# Malva

## Como identificar:

- Nome científico: *Malva sylvestris* L.
- Nome popular: malva
- Parte usada: folhas

A *Malva sylvestris* e a *Malva parviflora* são as espécies de malva mais utilizadas na medicina tradicional, sendo que a *Malva parviflora* é mais adaptada ao clima da região do sul do Brasil. Planta herbácea, com pelos macios e pouco abundantes. Cresce cerca de 40 cm de altura, com caule bastante ramificado e folhas verde-claras e medindo até 9 cm de diâmetro. As flores apresentam cinco pétalas de cor esbranquiçada ou levemente lilás, enquanto a espécie *M. sylvestris* apresenta flores com coloração rosa-violáceo a azul.



*Malva parviflora*



*Malva sylvestris*



Fonte: Plantas Medicinais no Brasil - Nativas e Exóticas. Harri Lorenzi e F.J Abreu Matos.

## Como utilizar:

**Uso externo:** para adultos. Preparar o chá por decocção com 4,5 g a 7,5 g das folhas com ou sem flores em 150 mL de água.

**Para afecções da cavidade oral:** após higienização, aplicar o chá com auxílio de algodão sobre o local afetado, três vezes ao dia.

Para a mucosa oral: fazer bochechos ou gargarejos três vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** para o tratamento de irritação da garganta, afta, gengivite, estomatite, auxilia como antisséptico para a cavidade oral.

**Uso externo:** para o tratamento sintomático das inflamações na pele, como picada de insetos.

### ⊗ **Contraindicações:**

- O uso desta planta é contraindicado durante a gestação e lactação.

### ⚠ **Cuidados:**

- Não são conhecidas interações medicamentosas, porém o efeito laxante da mucilagem pode interferir na absorção de alguns fármacos, especialmente vitaminas e minerais, portanto é recomendado utilizar o fitoterápico uma hora antes ou após a administração de tais medicamentos.



# Maracujá

## Como identificar:

- Nome científico: *Passiflora incarnata* L.
- Nomes populares: maracujá, flor da paixão, maracujá-guaçu
- Parte usada: partes aéreas

Planta herbácea trepadeira. As flores são perfumadas de cor branca nas pétalas e azul clara ou rosada na corona (que são filamentos na base dos órgãos sexuais). Os frutos são no formato ovalado de cor verde-clara e poupa branca.

Outras espécies de maracujá são conhecidas e usadas na medicina popular e encontram-se incluídas na Farmacopeia Brasileira, como:

*Passiflora alata* Curtis: folha com formato oval, flores de cor vermelho intenso e frutos ovais e de cor laranja.

*Passiflora edulis* Sims: folhas trilobadas, flores de cor azul e os frutos são amarelos quando maduros.

*Passiflora incarnata*



Fonte: Plantas Medicinais no Brasil - Nativas e Exóticas. Harri Lorenzi e F.J Abreu Matos.

*Passiflora alata*



*Passiflora edulis*



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos e crianças acima de 12 anos. Preparar o chá por infusão, com 1 g a 2 g das folhas secas em uma xícara de chá.

Tomar 150 mL do infuso até quatro vezes ao dia.

## Indicações:

**Uso oral:** auxilia no alívio dos quadros leves de ansiedade e insônia, age como calmante suave.

## Contraindicações:

- Contraindicado durante a gestação, lactação e para menores de 12 anos, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.
- Contraindicado para as pessoas que precisam dirigir ou operar máquinas, pois o uso do chá pode causar sonolência.

## Cuidados:

- Doses elevadas poderão causar estados de sonolência excessiva.
- Evitar o uso concomitante com pentobarbital e hexobarbital, pois aumenta o tempo de sono.
- Evitar o uso concomitante com anticoagulantes como a varfarina e de medicamentos inibidores da monoamino oxidase (isocarboxazida, fenelzina e tranilcipromina).
- Não utilizar esse fitoterápico simultaneamente ao consumo de bebidas alcoólicas.
- Evitar o uso concomitante com cafeína e guaraná, pois pode causar aumento da pressão arterial.
- Observar sedação, diminuição da atenção e dos reflexos, suspender o uso e procurar orientação médica de imediato, em caso de superdosagem.
- Caso os sintomas persistam acima de duas semanas, durante o uso do medicamento, um médico deverá ser procurado.

# Melissa, Cidreira

## Como identificar:

- Nome científico: *Melissa officinalis* L.
- Nomes populares: melissa, erva-cidreira
- Parte usada (droga vegetal): folhas

Planta herbácea, adaptada no Brasil, com até 60 cm de altura, aromática, ramificada desde a base. As folhas são rugosas de 3 cm a 6 cm e as flores possuem coloração branca.



## Como utilizar:

**Uso oral:** para adultos e crianças acima de 12 anos. Preparar o chá das folhas por infusão, com 1,5 g a 4,5 g das folhas secas em uma xícara de chá, até três vezes ao dia.

## Indicações:

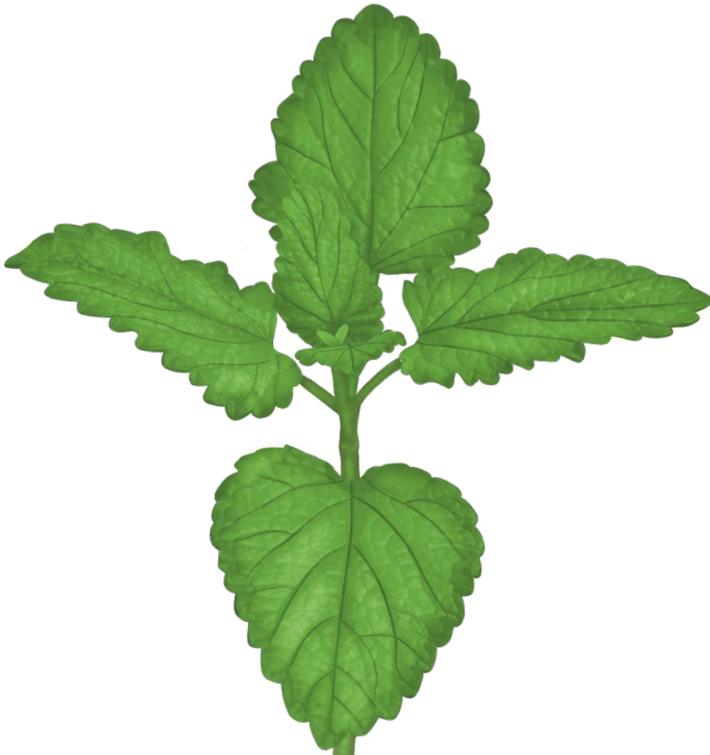
**Uso oral:** auxiliar nos quadros leves de ansiedade e insônia, age como um calmante suave, auxilia no tratamento sintomático de queixas gástricas leves, como distensão abdominal e gases.

## Contraindicações:

- O uso da planta é contraindicado durante a gestação, lactação e para menores de 12 anos, devido à falta de dados que comprovem a segurança nessas situações. É contraindicado em pessoas com hipotireoidismo, glaucoma e hiperplasia benigna de próstata. Deve-se utilizar cuidadosamente em pessoas com hipotensão arterial. O chá desta planta é contraindicado para as pessoas que precisam dirigir ou operar máquinas.

## ⚠ Cuidados:

- Não utilizar em doses acima das recomendadas.
- Em caso de aparecimento de eventos adversos, suspender o uso do produto e consultar um médico.
- Pode interagir com outros medicamentos contendo plantas medicinais, especialmente, Kava-kava (*Piper methysticum* G. Forst). De maneira geral, interage com depressores do sistema nervoso central e com hormônios tiroideanos.



# Tanchagem

## Como identificar:

- Nome científico: *Plantago major* L.
- Nomes populares: tanchagem, tansagem-maior e plantagem
- Parte usada: folhas

Planta adaptada no Brasil, herbácea, anual ou polianual, com 15 cm a 35 cm de altura. Possui folhas basais, radiais à cepa, com bordas lisas, ou levemente onduladas. Possui inflorescência em espiga, que pode atingir até 35 cm e possuem numerosos pelos. As flores são muito pequenas e marrom-avermelhadas.



## Como utilizar:

**Uso externo:** para adultos. Preparar o chá por infusão, com 2 g a 6 g das folhas secas rasuradas em uma xícara de chá.

Após higienização, aplicar o infuso sobre o local afetado, ou fazer bochechos ou gargarejos.

## Indicações:

**Uso oral:** auxilia no tratamento sintomático de irritações orais e da faringe, associadas à tosse.

## Contraindicações:

- Contraindicada durante a gestação, lactação e para menores de 18 anos, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações.
- Contraindicada para pacientes com hipotensão arterial e obstrução intestinal.
- O pólen e a casca da semente nunca devem ser utilizados, pois podem causar reações anafiláticas ou alérgicas, e não se deve engolir a preparação após o bochecho e gargarejo.

## ⚠ Cuidados:

- Pode potencializar os efeitos dos digitálicos (digoxina), aumentando o risco de intoxicação.
- O uso contínuo não pode ultrapassar 30 dias, podendo-se repetir o tratamento, se necessário, após intervalo de sete dias.
- Devido ao moderado conteúdo de tanino, em doses e concentrações mais elevadas, pode causar náuseas e vômitos.
- Pode causar dermatite de contato e reações de hipersensibilidade.
- Não utilizar em doses acima das recomendadas, porque podem causar bradicardia e hipotensão arterial.





7

# FITOTERÁPICOS NO SUS EM ITAJAÍ-SC

## *Harpagophytum procumbens* (Garra-do-diabo)



Raízes da Garra-do-diabo



Exemplo de comprimidos revestidos

- Nome científico: *Harpagophytum procumbens* DC. ex Meissn
- Nome popular: garra-do-diabo
- Parte usada: raízes secundárias

Esta é uma planta que não ocorre naturalmente no estado de Santa Catarina. Está disponível na forma de comprimidos. O seu uso fitoterápico depende da prescrição de um profissional de saúde.

### Indicações terapêuticas

Produto tradicional fitoterápico utilizado para alívio de dores articulares de leve a moderada e lombalgia aguda.

### USO ORAL

- Duração do tratamento: Usar por 4 semanas, após, retornar para avaliação.
- Forma farmacêutica disponível na REMUME de Itajaí: comprimidos revestidos, contendo 200 mg de extrato padronizado.

⊗ **CONTRAINDICAÇÕES:** pacientes com úlcera gástrica e duodenal, intestino irritável e litíase biliar, menores de 18 anos, lactantes e grávidas.

Não recomendável para pessoas que apresentam hipersensibilidade aos diterpenos, iridoides e fenilpropanoides característicos da espécie.

- **EFEITOS ADVERSOS:** diarreia, náusea, vômito, dor abdominal, cefaleia, tontura e reações alérgicas cutâneas.

## *Monteverdia ilicifolia* (Espinheira-santa)



Folhas da Espinheira-santa



Exemplo de cápsulas contendo o extrato seco das folhas

- Nome científico: *Monteverdia ilicifolia* (Mart. ex Reissek) Biral
- Nome popular: espinheira-santa
- Parte usada: folhas

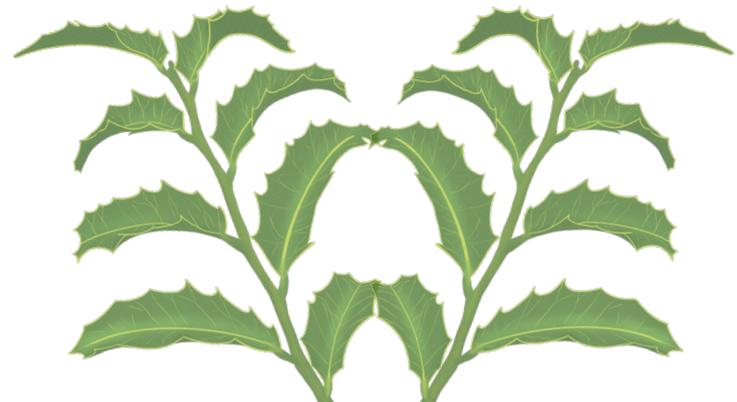
O uso fitoterápico da cápsula depende da prescrição de um profissional de saúde, mas a planta pode ser cultivada no estado de Santa Catarina.

### Indicações terapêuticas

Antidispéptico, antiácido e protetor da mucosa gástrica. Coadjuvante no tratamento de gastrite e úlcera gastroduodenal.

### USO ORAL

- Duração do tratamento: O tempo de uso depende da indicação terapêutica e da evolução do quadro, que deve ser acompanhada pelo profissional prescriptor. Estudo clínico avaliado propõe a utilização por 28 dias.
- Forma farmacêutica disponível na REMUME de Itajaí: cápsula contendo 380 mg de extrato padronizado.
- ⊗ **CONTRAINDICAÇÕES:** não deve ser usada durante a gravidez, lactação e em crianças menores de seis anos. Há indícios que o uso de espinheira-santa causa redução do leite materno.
- **EFEITOS ADVERSOS:** plantas ricas em taninos, como a *M. ilicifolia*, quando usadas em doses excessivas, podem causar irritação da mucosa gástrica e intestinal, gerando vômitos, cólicas intestinais e diarreia.



# *Mikania* sp. (Guaco)



Folhas do Guaco



Exemplo de xarope

- Nome científico: *Mikania glomerata* Spreng., *M. laevigata* Sch. Bip. ex Baker

- Nome popular: guaco

- Parte usada: folhas

O uso fitoterápico do xarope depende da prescrição de um profissional de saúde, mas a planta pode ser cultivada no estado de Santa Catarina.

## Indicações terapêuticas

Expectorante e broncodilatador. Alívio sintomático de afecções produtivas das vias aéreas superiores.

## USO ORAL

- Duração do tratamento: Nos casos de afecções respiratórias agudas, recomenda-se o uso por sete dias consecutivos. Em casos crônicos, usar por duas semanas.

O uso contínuo não deve ultrapassar 15 dias; o tratamento pode ser repetido, se necessário, após intervalo de cinco dias.

O uso prolongado de extratos de guaco pode provocar taquicardia, vômito e diarreia.

- Forma farmacêutica disponível na REMUME de Itajaí: xarope manipulado, contendo 10% da tintura de guaco a 20%.

⊗ **CONTRAINDICAÇÕES:** não utilizar em caso de tratamento com anti-inflamatórios não esteroidais, nem simultaneamente a anticoagulantes, pois as cumarinas podem potencializar os efeitos do medicamento e antagonizar a atividade da vitamina K.

- **EFEITOS ADVERSOS:** doses acima das recomendadas podem provocar vômito e diarreia, além de provocar sintomas dispépticos.



# *Passiflora* sp. (Maracujá)



Folhas da *Passiflora alata*



Exemplo da tintura

- Nome científico: *Passiflora incarnata* L.
- Outras espécies utilizadas: *Passiflora alata*, *Passiflora edulis*.
- Nome popular: maracujá, passiflora
- Parte usada: partes aéreas

O uso fitoterápico da tintura depende da prescrição de um profissional de saúde, mas a planta pode ser cultivada no estado de Santa Catarina.

## Indicações terapêuticas

Auxiliar no alívio da ansiedade e insônia leves.

⊗ **CONTRAINDICAÇÕES:** O uso é contraindicado durante a gestação, lactação e para menores de 12 anos.

- Não utilizar cronicamente.
- Não usar em casos de tratamento com sedativos e depressores do sistema nervoso central. Esse fitoterápico pode potencializar os efeitos sedativos do pentobarbital e hexobarbital, aumentando o tempo de sono de pacientes. Há indícios de que as cumarinas presentes na espécie vegetal apresentam ação anticoagulante potencial e possivelmente interajam com a varfarina. O uso desse fitoterápico associado a drogas inibidoras da monoaminoxidase (isocarboxazida, fenelzina e tranilcipromina) pode potencializar o efeito.
- Não utilizar simultaneamente ao consumo de bebidas alcoólicas.
- **EFEITOS ADVERSOS:** seu uso pode causar sonolência, portanto é desaconselhado operar máquinas e dirigir durante o período em que se faz uso do fitoterápico. Há relatos de hipersensibilidade, asma ocupacional mediada por IgE e rinite com o uso de *P. incarnata*.

# REFERÊNCIAS

- ✦ ANVISA. Cartilha de orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/publicacoes-sobre-medicamentos/orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterapicos-e-plantas-medicinais.pdf>. Acesso em: 22 jun. 2022.
- ✦ ANVISA. Farmacopeia Brasileira. 6 ed. 2019.
- ✦ ANVISA. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. 2 ed. Brasília - DF, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/2021-fffb2-final-c-capa2.pdf>. Acesso em: 22 jun. 2022.
- ✦ ANVISA. Memento de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Disponível em: [http://www.farmacia.pe.gov.br/sites/farmacia.saude.pe.gov.br/files/memento\\_fitoterapico.pdf](http://www.farmacia.pe.gov.br/sites/farmacia.saude.pe.gov.br/files/memento_fitoterapico.pdf) Acesso em: 22 jun. 2022. Brasília, 2016.
- ✦ ANVISA. Primeiro Suplemento do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília, 2018.
- ✦ BLANCO, M. C. S. G. Guia de Plantas Medicinais e Aromáticas. Campinas: CATI/CDRS, 2021. 23p.
- ✦ BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Portaria Ministerial MS/GM n. 971 de 3 de maio de 2006. Publica a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, 4 mai. 2006a.
- ✦ BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Decreto n. 5.813, em 22 de junho de 2006. Publica a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Diário Oficial da União, 23 jun. 2006b.
- ✦ BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Portaria n. 886, de 20 de abril de 2010. Institui a

Farmácia Viva no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

- ✦ BRASIL. Ministério da Saúde. Instrução Normativa n. 2, de 13 de maio de 2014. Publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado”.
- ✦ BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Portaria n. 2.436, de 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, DF, 2017b.
- ✦ BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n. 3.483, de 18 de dezembro de 2017. Aprova o repasse dos recursos de investimento e custeio, em parcela única para os municípios selecionados pela Chamada Pública SCTIE/MS n. 1/2017. D.O.U., 22 dez. 2017a.
- ✦ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Caderno de Atenção Básica. Práticas Integrativas e Complementares. Plantas Medicinais e Fitoterapia na Atenção Básica. Brasília, 2012.
- ✦ Bula do Medicamento. ESPINHEIRA SANTA. Natulab.
- ✦ Bula do Medicamento. GARRA DO DIABO. Herbarium.
- ✦ CECHINEL FILHO, V.; ZANCHETT, C. C. C. Fitoterapia Avançada: Uma abordagem química, biológica e nutricional. Porto Alegre: Artmed, 2020. 150 p.
- ✦ COLALTO, C. What phytotherapy needs: Evidence-based guidelines for better clinical practice. Phytherapy Research, v. 32, n. 3, p. 413-25, 2018.
- ✦ COSTA, C. G. A.; GARCIA, M. T.; RIBEIRO, S. M.; SALANDINI, M. F.de S.; BÔGUS, C. M. Hortas comunitárias como atividade



promotora de saúde: uma experiência em Unidades Básicas de Saúde. In: Ciência & Saúde Coletiva, v. 20, n. 10, p. 3099-3110, 2015.

- ◆ DRESCH, R. R.; CARVALHO, J. G. de. Análise dos Programas de Fitoterapia e de Farmácias Vivas no Sistema Único de Saúde - SUS. In: Revista Fitos. Supl. 1, p. 22-34, 2022.
- ◆ EMA. European Medicines Agency. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). Harpagophytum procumbens DC. e/ou Harpagophytum zeyheri Decne., radix. 12 jul. 2016. Disponível em: [http://www.ema.europa.eu/docs/en\\_GB/document\\_library/Herbal\\_-\\_Herbal\\_monograph/2016/11/WC500216102.pdf](http://www.ema.europa.eu/docs/en_GB/document_library/Herbal_-_Herbal_monograph/2016/11/WC500216102.pdf). Acesso em: 22 jan. 2022.
- ◆ ITAJAÍ (município). História. Itajaí, 2021. Disponível em: <https://itajai.sc.gov.br/c/historia#YT-ru51KhPY>. Acesso em: 4 set. 2021.
- ◆ LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. Plantas medicinais do Brasil: nativas e exóticas. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2021.
- ◆ NICOLETTI, M. A.; OLIVEIRA JÚNIOR, M. A.; BERTASSO, C. C.; CAPOROSSI, P. Y.; TAVARES, A. P. L. Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos. In: Infarma, v. 19, n. 1/2, 2007.
- ◆ ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Alma-Ata 1978 – Cuidados primários de saúde. In: Relatório da conferência internacional sobre cuidados primários de saúde. Brasília: Organização Mundial da Saúde/Fundo das Nações Unidas para a Infância; 1979.
- ◆ PEDROSO, R. S.; ANDRADE, G.; PIRES, R. H. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. In: Physis, v. 31 n. 2, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312021310218>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/kwsS5zBL84b5w9LrMrCjy5d/?lang=pt>. Acesso em: 25 maio 2022.
- ◆ REMUME. Relação Municipal de Medicamentos. REMUME\_10\_09\_21 pdf. Disponível em: <https://saude.itajai.sc.gov.br> > downloads.

- ◆ ROCHA, L. P. B.; ALVES, J. V. de O.; AGUIAR, I. F. S.; SILVA, F. H.; SILVA, R. L.; ARRUDA, L. G. de; NASCIMENTO FILHO, E. J. do; BARBOSA, B. V. D. da R.; AMORIM, L. C.; SILVA, P. M.; SILVA, M. V. Use of medicinal plants: History and relevance. In: Research, Society and Development, [S. l.], v. 10, n. 10, p. e44101018282, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i10.18282. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/18282>. Acesso em: 1 fev. 2022.
- ◆ SCTIE. SECRETARIA DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INSUMOS ESTRATÉGICOS. AVISO DE CHAMADA PÚBLICA SCTIE-MS n. 1/2017/2017. In: Diário Oficial da União, n. 219, 16 de novembro de 2017.
- ◆ SILVA JÚNIOR, A. A. Plantas medicinais. Florianópolis: Epagri, 1997. 457p. Disponível em: <https://www.epagri.sc.gov.br/index.php/solucoes/publicacoes/livros/>. Acesso em: 3 fev. 2022.
- ◆ STAPF, M.N.S.; SILVA, T.S. 2020. Varronia in Flora do Brasil 2020. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB105435>. Acesso em: 3 fev. 2022.
- ◆ YUNES, R. A.; CECHINEL FILHO, V. (Orgs.). Química de produtos naturais, novos fármacos e a moderna farmacognosia. 5. ed. Itajaí: Universidade do Vale do Itajaí, 2015.
- ◆ VANACLOCHA, B. V., FOLCARÁ, S. C. Fitoterapia: vademécum de prescripción. 4. ed. Barcelona: Masson, 2003.





# ITAJAÍ-SC 2022



FARMÁCIA VIVA,  
ITAJAÍ

