



PLANTAS MEDICINAIS

Alternativa para prevenção e tratamentos

SOBRAL -CE



ÍNDICE

1- Romã	01
2- Malvarisco	20
3- Hortelã rasteira02
4- Erva cidreira03
5- Chambá	04
6- Babosa.....	.04
7- Alfavaca cravo	05
8- Boldo06
9- Mastroço07
10- Capim Santo07
11- Receitas08

EXPEDIENTE

Texto: Juarez Sá

Diagramação: Lívia Teixeira

Introdução

O uso de plantas como medicamento é provavelmente tão antigo quanto o aparecimento do próprio homem. A preocupação com a cura de doenças sempre se fez presente ao longo da história da humanidade.

Bem antes do surgimento da escrita, o homem já utilizava ervas para fins alimentares e medicinais. Buscando as espécies vegetais mais apropriadas para sua alimentação ou para cura de seus males, nossos ancestrais foram descobrindo as que serviam para se alimentar, se medicar, as que eram venenosas e as que causavam efeitos alucinógenos.

No Brasil, o conhecimento das propriedades de plantas medicinais é uma das maiores riquezas da cultura indígena, uma sabedoria tradicional que passa de geração em geração. O índio tem um conhecimento profundo da flora medicinal, retirando dela os mais diversos remédios, usados de diferentes formas.

As plantas medicinais podem ser adquiridas em mercados públicos, lojas de ervas, podem ser colhidas no campo ou cultivadas em jardins, hortas, e até em vasos.

É comum se ouvir dizer que o uso das plantas medicinais *se não fizer bem, mal não fará*, porém não é bem assim. Sua utilização inadequada poderá trazer efeitos indesejados. É necessário ter conhecimento da doença ou do sintoma apresentado e fazer a seleção correta da planta a ser utilizada, além de preparação adequada. A forma de uso, a frequência e a quantidade são aspectos muito importantes para sua utilização.

Esta publicação visa trazer o conhecimento das plantas medicinais mais utilizadas na região, suas características, cultivo e usos diversos, buscando assim, incrementar a utilização de elementos naturais na prevenção e tratamento de algumas doenças e incentivar as famílias agricultoras a diversificar seus quintais produtivos e sistemas ecológicos de produção.

Romã

Botânica

Nome científico: *Punica granatum* L.

A frutificação dura de dois a três meses por ano.

Cultivo

Hábito de crescimento: arbusto alto ou pequena árvore.

Ciclo da planta: perene.

Irrigação: diária.

Propagação: por estaquia, plantando-se pedaços de ramos finos, medindo 30 cm, em local protegido contra a dessecação pelo sol e pelo vento.

Forma de cultivo: em berços, distanciados de 3,00 m x 3,00 m.

Adubação: colocam-se 5 kg de composto orgânico ou esterco de curral bem curtido por cova, antes do plantio (em fundação).

Colheita e secagem: a colheita deve ser realizada quando os frutos estão maduros; colocando-se as cascas dos mesmos e do caule para secar ao sol.

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: as sementes frescas e as cascas secas dos frutos, do tronco e da raiz.

Constituintes químicos: a casca do fruto contém tanino, alcaloides e uma substância antibiótica; as cascas do caule e das raízes contêm peletina, que é um alcaloide tóxico pra platelmintos (vermes chatos), possuindo também propriedade vermífuga para a tênia (solitária).

Formas de uso: “in natura” e cozimento

Indicações: as cascas do fruto, do caule e da raiz possuem ação anti-séptica, antiviral, adstringente e antibacteriana, sendo úteis nas estomatites, amídalites, gengivites, faringites e laringites, combatendo ainda os vermes chatos e a solitária.

Toxicologia: a planta pode provocar náuseas e vômitos e é relativamente tóxica, havendo registros de intoxicação seguida de morte, pela ingestão de 150 g do pó da casca da raiz.

Malvarisco

Botânica

Nome científico: *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. (Syn. *Coleus amboinicus* Lour.).

Sinonímia: malvariço, malva e hortelã-grande.



Cultivo

Hábito de crescimento: erva ereta.

Ciclo da planta: anual, com renovação do canteiro.

Propagação: estacas (galhos).

Forma de cultivo: em canteiros, com espaçamento de 50 cm x 50 cm.

Adubação: Colocar 20 kg de composto ou esterco curtido para cada 2 m² de canteiro antes do plantio e mais 2 vezes ao ano.

Irrigação: diária Colheita: 04 vezes por ano, colhem-se as folhas mais velhas.

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: folhas Constituintes químicos: Timol Formas de uso: lambedor

Indicações: Tem ação como antisséptico bucal e na rouquidão, nas inflamações da boca e da garganta, nas tosse e na bronquite.

Hortelã Rasteira

Botânica

Nome científico: *Mentha X villosa* Huds.

Sinonímia: hortelã-comum e hortelã-de-panela.

Cultivo

Hábito de crescimento: erva.

Ciclo da planta: perene

Propagação: através de ramos enraizados.

Forma de cultivo: em canteiros, solos férteis e ricos em matéria orgânica, com espaçamento de 20 cm entre plantas x 20 cm entre fileiras.

Adubação: No plantio (em fundação), colocam-se 10 kg de composto orgânico ou esterco bem curtido para cada 2 m² de canteiro. Realizam-se 04 adubações por ano.



Irrigação: irrigar duas vezes por dia. Luminosidade: deve ser plena.
Colheita e secagem: 04 vezes ao ano, cortam-se as plantas quase rentes ao solo, fazer rotação de canteiros a cada 12 meses. As folhas devem ser secas à sombra e em local ventilado.

Prazo de validade das folhas secas: 03 meses.

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: folhas frescas e secas.

Constituintes químicos: mentol, limoneno e cânfora.

Formas de uso: folhas frescas, tintura, pó e suco. Muito utilizada como condimento (tempero) em receitas de culinária.

Indicações: antiparasitário, muito eficaz no tratamento das infecções intestinais, causadas por ameba e giárdia e das infecções vaginais, provocadas pela tricomonas.

Toxicologia: o uso é prolongado ou se for tomado a noite, pode causar insônia.

Erva Cidreira

Botânica

Nome científico: *Lippia alba* (mil.)

N.E. Brown

Sinonímia: falsa melissa, alecrim do campo e cidreira do campo



Cultivo

Hábito de crescimento: arbusto.

Ciclo da planta: perene

Propagação: estaquia (galho).

Forma de cultivo: em berços distanciados de 1m x 1 m, solos poucos férteis e arenosos.

Adubação: adubação orgânica aumenta a quantidade de biomassa, mas diminui o teor de óleo essencial.

Irrigação: Uma vez ao dia

Colheita: colher folhas maiores e secar à

sombra.

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: folhas maiores frescas e secas.

Constituintes químicos: No nordeste há 3 tipos de erva cidreira: tipo 1= elevados teores de citral e mirceno; Tipo 2= citral e limoneno; e tipo 3=carvona e limoneno

Formas de uso: chás e inalações.

Indicações: tem ações analgésicas, antiespasmódica, antibacteriana, calmante e nas infecções respiratórias.

Contra indicação: Não se recomenda para pessoas que tem pressão baixa.

Chambá

Botânica

Nome científico: *Justicia pectoralis* var. *stenophylla*, Leon.

Sinonímia: trevo-cumarú e anador



Cultivo

Hábito de crescimento: erva. Ciclo da planta: perene

Propagação: divisão de touceiras e plantio de galhos enraizados

Forma de cultivo: em canteiros com espaçamento de 30 cm x 30cm.

Adubação: na ocasião do plantio e após cada colheita colocar 10 kg de esterco bem curtido ou composto para cada 2 m².

Irrigação: Diária somente no tronco

Colheita: no início da floração cortam-se as plantas quase rente ao chão, a seguir faz-se a adubação.

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: folhas

Constituintes químicos: cumarina
lambedor.

Formas de uso: chás e

Indicações: broncodilatador e anti-inflamatório, tratamento de crises de asma, tosse, bronquite, gripe, chiado no peito, respiração difícil sem causa aparente e enfisema pulmonar.

Babosa

Botânica

Nome científico: *Aloe vera* (L.) Burm

Sinonímia: erva-babosa e caraguatá



Cultivo

Hábito de crescimento: arbusto.

Ciclo da planta: perene

Propagação: por filiação

Forma de cultivo: em berços com espaçamento de 50 cm x 1m; em canteiros com espaçamento com 60 cm x 50 cm.

Adubação: na ocasião do plantio colocar 10 kg d esterco bem curtido ou composto para cada 2 m² de canteiro. Mais 2 adubações de cobertura por ano.

Irrigação: 2 vezes por semana

Colheita: colhem-se as folhas mais velhas.

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: folhas, polpas e seiva

Constituintes químicos: aloína (purgativo), aloquilodina, aletina aloferon (cicatrizante) e as vitaminas E e C.

Formas de uso: “in natura” e em formas de shampoo e de supositório.

Indicações: topicamente, utiliza-se sobre infecções, queimaduras, eczema, erisipela, queda de cabelo etc. A folha, despida de cutícula, é usada, internamente, como supositório calmante de retites hemorroidais e, externamente, nos casos de entorses, contusões e dores reumáticas.

Toxicologia: não deve ser usada, internamente, em crianças e nem ingerida por mulheres durante a menstruação ou a gravidez. O uso interno deve ser evitado nos estados hemorroidários.

Alfavaca cravo

Botânica

Nome científico: *Ocimum gratissimum*, L.

Sinonímia: Beladona

Cultivo

Hábito de crescimento: arbusto.

Ciclo da planta: perene

Propagação: através de sementes ou galhos

Forma de cultivo: em berços com espaçamento de 2m x 2m.

Adubação: na ocasião do plantio colocar 05 kg d esterco bem curtido ou composto. Mais 2 adubações de cobertura por ano.

Irrigação: 3 vezes por semana

Colheita: quando a planta começa a florar. Coletar entre 11:00 e 13:00 horas

Utilização: de preferencia, usar a planta fresca



Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: toda parte aérea da planta

Constituintes químicos: óleo essencial rico em eugenol, cuja cona concentração é maior entre 11:00 e 13:00 horas

Formas de uso: em forma de tintura, de chá, cozimentos e como tempero de carnes.

Indicações: anti-séptico local contra fungos (*Aspergillus* e *Trichoderma*) e bactérias (*Staphylococcus*) e, na forma de bochechos, germicida e aromatizante bucal, preventivo e curativo do mal-hálito.

Boldo de Jardim

Botânica

Nome científico: *Plectranthus barbatus*

Sinonímia: Boldo da terra



Cultivo

Hábito de crescimento: arbusto.

Ciclo da planta: perene

Propagação: através de sementes ou galhos

Forma de cultivo: em berços com espaçamento de 50 cm x 1m.

Adubação: na ocasião do plantio colocar 05 kg de esterco bem curtido ou composto. Mais 2 adubações de cobertura por ano.

Irrigação: 3 vezes por semana

Colheita: o ano todo.

Utilização: usar a folha fresca e as raízes

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: toda parte aérea da planta e as raízes.

Constituintes químicos: Barbatusol, barbatol, barbatusina, cariocal, ciclobutatusina, colenol, coleol, coliona, óleo essencial (rico em guaieno e fenchona), ferruginol, forskolina.

Formas de uso: Chá, decocção

Indicações: como diurético, analgésico, estimulante da digestão e combate azias.

Toxicologia: Quando usado por longos períodos, pode causar irritação gástrica. O boldo deve ser evitado durante a gravidez, pois pode ter propriedades abortivas.

Mastruço

Botânica

Nome científico: **Chenopodium ambrosioides L. var. anthelmintica (L.) A. Gray.**

Sinonímia: mastruz e erva-de-santa-maria.



Cultivo

Hábito de crescimento: arbusto.

Ciclo da planta: anual

Propagação: através de sementes

Forma de cultivo: em berços ou canteiros com espaçamento de 50 cm x 50m.

Adubação: na ocasião do plantio colocar 05 kg de esterco bem curtido ou composto. Mais 2 adubações de cobertura por ano.

Irrigação: diária
mais velhas

Colheita: o ano todo. Coletar as folhas

Utilização: usar a folha fresca ou seca e as raízes

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: toda parte aérea da planta e as raízes .

Constituintes químicos: cineol

Formas de uso: folha picada (0,1 a 0,3 g por cada quilo de peso vivo da pessoa), chá e pomada.

Indicações: como vermífugo e antimicrobiano.

Capim Santo

Botânica

Nome científico: **Cymbopogon citratus, Stapf.**

Sinonímia: capim limão, capim cidrão e capim cidreira



Cultivo

Hábito de crescimento: erva.

Ciclo da planta: perene

Propagação: por filiação, retirados da touceira de 3 em 3 rebentos

Forma de cultivo: em berços ou canteiros com espaçamento de 50 cm x 1m.
Adubação: na ocasião do plantio colocar 05 kg de esterco bem curtido ou composto. Mais 2 adubações de cobertura por ano.
Irrigação: diária
Colheita: o ano todo. Coletar as folhas mais velhas
Utilização: usar a folha fresca

Naturezas química e farmacológica

Partes utilizadas: folhas

Constituintes químicos: óleo essencial rico em citral, que é o responsável pelo odor de limão, mirceno (analgésico), geraniol, limoneno, cimbopogonol e outros.

Formas de uso: chá ou refresco

Indicações: cólicas uterinas e intestinais, estados nervosos e de intranquilidade.

Toxicologia: se preparado na diluição correta, pode ser bebido à vontade. Em doses concentradas pode ser abortivo.

Receitas Caseiras

Romã

Cozimento

Indicações: antimicrobiano e antiviral no tratamento caseiro das infecções das gengivas e da garganta, bem como do herpes genital.

Ingredientes: 1 colher (de sopa) da casca do fruto da romã e 1 xícara (de chá) de água.

Modo de preparar: cortam-se as cascas em pedaços pequenos, coloca-se na panela com a xícara de água e ferve-se por 3 a 5 minutos.

Modo de usar: Nas inflamações da boca e da garganta, fazem-se bochechos ou gargarejos duas vezes ao dia ou mascam-se os pedaços secos ou frescos da casaca do fruto.

No herpes genital: fazem-se aplicações diárias do cozimento sobre a região afetada, prolongando essas aplicações até 5 dias depois de sumirem os sintomas.

Malvarisco

Lambedor ou xarope caseiro: Junta-se numa panela 30 folhas frescas de malvariço e um copo cheio de açúcar arrumados em camadas, uma de açúcar, outra de folhas. Põem no fogo sem colocar água, mas com cuidado para não deixar queimar. Coa-se para um frasco bem limpo e esterilizado com água quente. Deve ser utilizado no máximo, até 1 mês depois de preparado, quando mantido na geladeira. Antes de usar observe se o xarope não azedou.

Outra maneira é preparar o lambedor composto: malvariço e chambá

Colocar 1 copo de açúcar e meio copo de água fervida ou filtrada numa panela e aquecer até formar um mel. Depois colocar meio copo com folhas de chambá bem lavadas e cortadas em pedaços. Aqueça durante 3 minutos. Coloque em seguida 12 folhas de malvariço e 12 folhas de hortelã bem lavadas e aqueça por mais 3 minutos agitando bem. Deixe esfriar, coe e guarde em vidro esterilizado com água quente.

Hortelã Rasteira

Material utilizado: As folhas frescas da hortelã rasteira e mel.

Modo de preparo: Fazer o sumo das folhas frescas. Misturar com mel de abelha em partes iguais.

Indicações: Giardíase e amebíase.

Modo de usar: Adultos: Tomar uma colher das de sopa uma vez ao dia. Fazer o tratamento em jejum por quinze dias. Crianças acima de cinco anos: Tomar uma colher das de chá uma vez ao dia. Fazer o tratamento em jejum por quinze dias.

Contraindicações: Para crianças menores de cinco anos, na lactação, na gravidez e para pessoas sensíveis às substâncias presentes na hortelã rasteira.

A hortelã também é usada em vários sucos de frutas e em varias receitas de culinária.

Chambá ou Anador

Lambedor

Ingerdientes: 250 g de açúcar, 125g de agua filtrada e fervida, 125g de folhas de chambá, 12 folhas de malvarisco e 10 folhas de hortelã, todas cortadas em pedaços.

Modo de preparo: colocar o açúcar e a água numa panela, ferver até formar mel. A seguir adicionar, nesta ordem, as folhas d echambá, aquecendo por 3 minutos, as folhas de malvarisco e hortelã, aquecendo por mais 3 minutos, mexendo bem. Após esfriar, coa-se e guarda em vidro esterilizado.

Modo de usar: crianças de 2 a 6 anos: 1 colher de café 3 vezes ao dia; de 7 a 12 anos: 1 colher de sobremesa 3 vezes ao dia; e adultos 1 colher de sopa 3 vezes ao dia.

Babosa

Tratamento de acne: aloe Vera minimiza a inflamação e trata acne devido às suas propriedades inflamatórias. Basta passar na área inflamada um pouco da "baba" da planta.

Prevenção e eliminação de estrias: devido às suas propriedades regenerativas. Basta aplicar na área afetada.

Gengivas inchadas: maximiza os mecanismos de defesa do seu corpo. Passe um pouco da 'baba' na área inflamada.

Tratamento de herpes, eczema, psoríase, dermatite e outras alergias da pele e tratamento de queimaduras: a aloe vera é capaz de penetrar em camadas múltiplas da pele. Basta fazer aplicação de um pouco de gel na pele doente.

Alfava cravo

Tintura

Indicação: ação anti-séptica local contra alguns fungos (Aspergillus e Trichoderma) e bactérias (Staphilococcus).

Ingredientes; 200 a 300 g de folhas frescas, 500 ml de álcool e 250 ml de água filtrada ou fervida.

Modo de Preparar: lavam-se as folhas, coloca-se em um frasco de boca larga, enchendo-o, até a metade com álcool e completa-se com a água. Filtra-se a mistura após 3 dias e guarda-se em frasco limpo e esterilizado.

Modo de usar: mistura-se a tintura de alfavaca com água na proporção de 1 colher de tintura para 2 de água e gargareja-se ou bochecha-se três vezes ao dia.

Prazo de validade: 3 meses

Xarope: muito usado no combate a tosses e broquites.

Cozimento: usado no banho como expectorante e no combate a gripes.

Chá: indicado pra combater a má digestão, flatulência e gases estomacais.

Extrato: pode ser usado como repelentes de pragas nas lavouras.

Boldo

O chá de boldo é muito utilizado para parar com náuseas, melhorar a digestão e atenuar diarreia; como também auxiliar a tratar gargantas inflamadas. Além de todas estas aplicações médicas, o chá de boldo contém *anthocyanosides*, que é um poderoso antioxidante com diversos benefícios para a sua saúde. Ele também é utilizado como medicina natural em vários países para tratar de problemas como trato urinário, diarreia e pedra nos rins.

Mastruço

Pomada

Indicações: nas pancadas, contusões, deslocamento de ossos e luxações.

Ingredientes: 50 g de folhas, vaselina, lanolina e 100ml de água filtrada e fervida.

Modo de preparar: lavar as folhas e bate-se no liquidificador, adicionando o mastruço e a água aos poucos. Cõa-se e mede-se em um recipiente graduado a quantidade de suco. Coloca-se esse suco em uma bacia pequena de plástico, acrescenta-se a lanolina, na proporção de 1:1 (uma parte de suco de mastruço e outra parte de lanolina), mexe-se bem, sempre no mesmo sentido e, quando estiver ligado, adiciona-se a vaselina, também na mesma proporção (1:1). Mistura-se bem e leva-se ao fogo, em banho maria durante meia hora. Depois de esfriar, guardar em potes limpos, esterilizados e secos.

Modo de usar: aplica-se uma camada fina na parte afetada.

Validade: 6 meses

Capim Santo

Refresco

Ingredientes: 30 folhas de capim santo, 3 limões, 1 litro de água, gelo e açúcar a gosto.

Modo de preparo: cortam-se as folhas em pequenos pedaços, retiram-se as cascas e sementes dos limões, coloca-se tudo no liquidificador e bate-se, adicionando água aos poucos. Cõa-se e acrescentam-se gelo e açúcar a gosto.

Modo de usar: toma-se o refresco logo após o seu preparo.

Chá de Capim Santo

Indicação: funciona como calmante, melhorando casos de insônia e ansiedade leves bem como no tratamento de cólicas intestinais e uterinas.

Ingredientes: 1 a 3g (de uma a três colheres de chá) das folhas de capim santo e 150 mL (uma xícara de chá) de água.

Modo de Preparo: O modo de preparar o chá é por meio de infusão: ferve-se a água e desliga-se o fogo. Logo em seguida, acrescentam-se as folhas de capim cidreira e coloca-se a tampa, deixando abafado por alguns minutos.

Modo de usar: Utilizar uma xícara de chá de duas a três vezes ao dia.

Cuidados: Se ingerido junto com calmantes, pode aumentar o poder sedativo destes.

Quebra pedra

Chá

Indicações: ações antiespasmódica e relaxante muscular que parecem ser específicas para os ureteres. Levemente diurético, aumenta a eliminação de ácido-úrico pela urina.

Possui comprovada atividade contra o vírus da hepatite B e é útil no tratamento da litíase renal (pedras ou cálculo nos rins), por facilitar a eliminação dos cálculos renais pequenos que são expelidos, sem dor. Também é analgésico útil nos tratamentos de reumatismo, artrites e cólicas menstruais.

Ingredientes: 30 a 40 g (chá forte) ou 10 a 20 g da planta fresca e 1 litro de água.

Modo de preparar: ferve-se a mistura durante 10 minutos e côa-se.

Modo de usar: toma-se uma xícara (de chá) 3 vezes ao dia.

Prazo de validade: chá conservado na geladeira pode ser usado até 24 h depois de feito.

Abaixo estão relacionadas, em ordem alfabética, algumas plantas medicinais com seus nomes populares e suas indicações terapêuticas:

abacate – a casca é vermífuga e anti-hemorrágica; o caroço ralado é um tonificante do couro cabeludo e o chá das folhas é indicado para problemas renais;

abóbora (jerimum) – vermífugo, especialmente indicado para a taeníase (tênia); (verminose);

agrião - infecções das vias respiratórias, antianêmico e digestivo;

alfavaca – antigripal, diurética e hipotensora. As sementes são usadas contra blenorragia;

alho roxo – dores de dente, cólicas, flatulência, asma e prisão de ventre;

andioba – o óleo das sementes friccionadas é usado para bursites e nevralgias, funcionando também como repelente de insetos;

arnica (erva lanceta ou rabo de rojão) – serve para pancadas, contusões;

babosa – o sumo das folhas é usado como xampu anti-caspa, combate à queda de cabelos e para lavar feridas, úlceras, eczemas e hemorróidas;

boldo – digestivo, antitóxico, combate a prisão de ventre e as febres intermitentes;

camomila – antiespasmódica, antinevrálgica, digestiva, combate urticárias

cabacinha – utilizada em infusão para o combate a sinusite. O chá é abortivo.

capim-santo – tranqüilizante, usado também contra as diarréias e a hipertensão;

carrapicho – o chá das folhas serve para combater diarréias e problemas renais;

cidreira – o chá é calmante e faz bem ao estômago e combate a diarréia;

eucalipto – o chá combate a febre e a inalação serve para sinusite e broquite;

erva-doce – tranqüilizante, antiespasmódico, afrodisíaco e diurético;

fava – a infusão das folhas usadas para banhos e emplastos é usada contra impetigo;

goiaba – o chá dos brotos novos serve para combater a diarréia;

graviola – o chá das folhas é usado contra o diabetes;

hortelã – é antiespasmódica, atua contra vômitos, combate enxaquecas;

jabuticaba – gargarejo com a casca do fruto cozido serve para afecções da garganta;

jurubeba – desintoxicante e combate os males do fígado;

louro – o chá das folhas é usado contra reumatismo e nevralgias;

manjerição – o chá com leite é sedativo da tosse;

maracujá – tanto as folhas como o fruto são calmantes;

mastruço – expectorante, antiinflamatório e o chá serve para cólicas;

mulungu – o chá é indicado para bronquite, asma, febre e problemas hepáticos, e o banho com a infusão da casca é calmante e combate a insônia;

pau-brasil - a infusão das folhas é indicada para o combate ao diabetes;

pitanga – o chá das folhas é antitérmico;

quebra-pedras – o chá é antitóxico e diurético, dilui cálculos renais.

romã – a infusão da casca do fruto é antitóxica e digestiva, tendo também ação atiespasmódica;

unha-de-vaca – indicada para combater o diabetes.

Referencias Bibliograficas

<http://farmaciaviva-ufc.blogspot.com.br/2012/02/malvarico.html>

<http://www.plantasehortalicas.com.br/plantas-medicinais/>

<http://curapelanatureza.com.br/post/03/2016/10-poderosos-remedios-caseiros-com-babosa-voce-nao-precisa-comprar-produtos-caros-para>

<http://natural.enternauta.com.br/anivsa/cha-de-capim-santo/>



Realização



Parceria



Apoio

