

Fitoterápicos do aluno

Como alguns fitoterápicos podem influenciar na vida do aluno.

Fitoterápicos

Manual do Aluno

Acne:

- *Achillea millefolium* L.- folhas e flores cicatrizantes e anti-inflamatório para uso tópico.
- *Echinodorus grandiflorus* Mitch. (chapéu-de-couro): folha e rizomas.
- *Glycine Max* (L) Merrill (soja) : feijão em farinha, rica em isoflavona; acnes da adolescência (farinha da soja).

Aftose:

- *Anadenanthera colubrina* (vell) Brenan (angico): casca e sementes (principalmente), e folhas jovens (menos frequentes); gargarejos.
- *Calendula officinalis* L. (calêndula): flor; gargarejos com infuso.
- *Persea gratissima* Gaertn(abacateiro): folhas jovens; mastigar ou gargarejar com o chá.

Alergias:

- *Albizia lebbbeck* (l.) Benth (coração-de-negro) folhas, flores, sementes, cascas, antipruriginoso, antialérgico (pele).
- *Arctium lappa* L.(bardana): alergia de pele e sistema digestório.
- *Bidens pilosa* L. (picão): toda a planta

Amigdalites e Faringites:

- *Anadenanthera colubrina* (vell). Brenan (angico.) casca e resinas (principalmente), e folhas jovens (menos frequente); uso interna da tintura.
- *Calendula officinalis* L. (calêndula) : flores.
- *Cariniana braliliensis* (jequitibá): entrecasca;gargarejos, adstringente para gargarejos.
- *Thymus vulgaris* L (tomilho): partes aéreas; gargarejo; planta rica em timol.

Analgésica:

- *Achillea millefolium* L. (mil-em-rama): folhas e flores; ações analgésica, antitérmica e anti-inflamatória.
- *Cordia Verbenacea* D.C (erva-baleeira): folhas; anti-inflamatória e analgésica, para uso interno e externo.
- *Curcuma Zedoaria* Roscoe (zedoária): rizomas; sesquiterpenos.

Ansiedade:

- *Avena Sativa* L.(aveia): tintura, neurotônico, estimulante neuromuscular (sementes), depressão nervosa (pela sua ação tônica), insônia (parte aérea).
- *Erythrina mulungu* Benth (mulungu, muxoxo, flor-de-coral): entrecasca, flor; tintura, extrato fluido.
- *Carica papaya* (mamoeira): casca da raiz, decocto.

Asma:

- *Adiantum capillus-veneris* L. (avenca) : folhas e bulbos;
- *Allium cepa* L. (cebola): bulbo, xarope
- *Allium fistulosum* L.(cebolinha):folhas e bulbo; descongestionante (congestão das vias respiratórias) expectorante

Cefaléias:

- *Citrus sinensis* L. (laranjeira Comum) : flor, infuso ou tintura ou xarope.
- *Datura Stramonium* L. (trombeteira): folhas; D1
- *Ginkgo Biloba* L (ginkgo) : folhas, extrato seco.
- *Helianthus annuus* L. (girassol) semente em pó,tintura.

Referência:

FITOTERAPIA- Conceitos clínicos. Degmar Ferro. Editora AHENEU- 2006.