





# *Plantas Medicinais*

*Envelhecimento saudável com o uso das plantas*



**FORTALEZA,CE  
2021**



# Ficha técnica

Esta cartilha foi produzida com base na literatura referenciada ao final da apresentação.  
Direcionada aos gestores, profissionais da saúde e sociedade em geral.

## Apoio

### Conselheiros Federais

Egberto Feitosa Filho  
Conselheiro Federal  
José Nilson Ferreira Gomes Neto  
Conselheiro Federal Suplente

### Diretoria do CRF-CE

Josemário Pedro da Silva - Presidente  
Arlandia Cristina Lima Nobre de Moraes - Vice-Presidente  
Gláucio Barros Saldanha - Secretário Geral  
Vânia Cordeiro de Matos - Tesoureira

### Coordenador da Comissão de Prática Integrativas e complementares - (PICS)

Júlio César Oliveira Peixe

## Autoria

Raimundo Narcélio Nogueira Júnior

### Colaboradores

Prof. Ma. Karla Deisy Moraes Borges  
Prof. Ma. Edna Mori de Lima  
Pedro José Almeida Nogueira

### Design gráfico/diagrama/ilustração de fotos

Pedro José Almeida Nogueira  
Freepik

### Revisão Técnica

Prof. Ma. Karla Deisy Moraes Borges  
Prof. Ma. Edna Mori de Lima  
Prof. Esp. Maria Socorro Oliveira Cavalachy

# Ficha Catalográfica

N 778p Nogueira Junior, Raimundo Narcélio.  
Plantas medicinais: envelhecimento saudável com o uso das  
plantas / Raimundo Narcélio Nogueira Junior. – 1º ed. Juazeiro do  
Norte, 2019.  
48f.  
Orientador (a): Karla Deisy Morais Borges  
Co-orientador (a): Edna Mori  
1. Plantas medicinais. 2. Envelhecimento. I. Nogueira Junior,  
R. N. II. Borges, K. D. M. III. More, E. IV. Título.

CDD: 615.321



## **HOMENAGEM AO FARMACÊUTICO E PROFESSOR FRANCISCO JOSÉ DE ABREU MATOS**

**Dedicou toda a sua vida, ao estudo das plantas medicinais, comprovando de forma científica o efeito terapêutico e a segurança de muitas delas, com um trabalho altamente reconhecido no Brasil e no exterior**

# Índice

<b>Conceitos</b>	<b>07</b>
<b>Vantagens de utilizar plantas medicinais</b>	<b>08</b>
<b>Cuidado com o idoso</b>	<b>09</b>
<b>O que você precisa saber</b>	<b>10</b>
<b>Recomendações gerais</b>	<b>11</b>
<b>Cuidados Higiênicos</b>	<b>12</b>
<b>Modos de preparo</b>	<b>13</b>
<b>Medidas utilizadas</b>	<b>22</b>
<b>Algumas interações</b>	<b>23</b>
<b>Plantas medicinais</b>	<b>25</b>
<b>Glossário</b>	<b>40</b>



Oi! Me chamo **Júnior**, sou Farmacêutico. Fiz essa cartilha com o propósito de informar, bem como esclarecer dúvidas e expressar cuidados sobre as plantas medicinais, direcionado aos gestores, profissionais de saúde e **idosos** que fazem a utilização da mesma.



Não use essas informações para se **automedicar**. Se apresentar sinais e sintomas, procurar um médico.

# Entende-se que ...

## PLANTA MEDICINAL

É a parte da planta utilizada que contém princípio ativo com finalidade de produzir o medicamento.



## MEDICAMENTO

Produto farmacêutico, elaborado com o objetivo de curar, tratar, prevenir e auxiliar o diagnóstico de doenças.



## PRINCÍPIO ATIVO

São substâncias encontradas nas plantas medicinais com ação farmacológica responsável pela cura e alívio de doenças.



## DROGA VEGETAL

Parte da planta medicinal que contenha as substâncias responsáveis pela ação terapêutica ou tóxica.



# Vantagem de Utilizar as Plantas Medicinais

**Valorização e resgate da cultura popular**

**Baixo custo**

**Possibilidade de preparo caseiro**

**Fácil acesso às plantas pela população**



**Menor contaminação ambiental**

**Menor risco de efeitos colaterais**

**Fácil obtenção**

**Promoção da saúde humana**

# Cuidado com o Idoso



Realizar atividades físicas



Beber bastante água



Realizar refeições saudáveis



Estimular o convívio pessoal



Estimular a leitura



Não fumar

# O que você precisa saber...

A dose  
(quantidade) a ser  
utilizada em cada  
consumo

Quantidade de dose  
diária

Preparação  
extemporânea  
(Validade após a  
preparação)

Horários para  
utilizá-los

Como tomar? Com  
alimentos ou não,  
antes ou depois das  
refeições



# Recomendações gerais



- Utilize somente plantas conhecidas;
- Evite usar misturas de plantas;
- Sua mistura pode causar efeitos indesejáveis;
- Jamais colete plantas medicinais perto da beira de rios, lagos e arroios poluídos ou de locais próximos a indústrias;
- Após a secagem, guardar em vidro fechado, em local escuro; coloque em um rótulo o nome da planta e a data da coleta;
- As plantas devem ser secas à sombra por alguns dias e em local arejado;
- As plantas guardadas por muito tempo podem perder a ação medicinal decorrente da iluminação de seus princípios ativos;
- Informe ao profissional de saúde sobre todos os medicamentos, plantas medicinais e fitoterápicos que estiver usando.

# Cuidados Higiénicos



- Desinfetar as mãos cuidadosamente e frequentemente;
- Lavar a planta a ser utilizada;
- Manter os utensílios e equipamentos limpos antes do manuseio;
- Manter a unhas limpas;
- Manter o cabelo preso durante o preparo.

Tomando-se os **devidos cuidados** de higiene, evita-se a contaminação e **reduz os riscos**.



## Chá por Infusão

Nesse processo, a erva não é fervida junto com a água, mas as ervas são adicionadas após a água atingir a temperatura ideal e depois deixada em repouso.



Cortar pequenos pedaços da planta dentro da xícara, depois, colocar a água fervente sobre as plantas. Por fim, tampar e deixar em repouso.



Devem ser usados no dia em que forem preparados, ou seja, no máximo **24 horas**.

# Modos de Preparo

## Chá por decocção (cozimento)

É indicado para as partes de plantas com consistência rígida, tais como cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas.



Sementes



Colocar a planta medicinal fresca ou seca em uma vasilha adequada junto com água fria. Levar a mistura ao fogo e ferver em fogo brando por 5 a 20 minutos (ou outro tempo, de acordo com a recomendação). Retirar do fogo e deixar em repouso por 20 a 30 minutos. Por fim, coar e tomar.



Os decoctos devem ser usados no dia em que forem preparados, no máximo 24 horas.

## Cataplasma

É o processo no qual se aplica um preparado quente ou frio de plantas medicinais, geralmente com a finalidade de se reduzir uma inflamação e/ou dor local.



Cataplasma

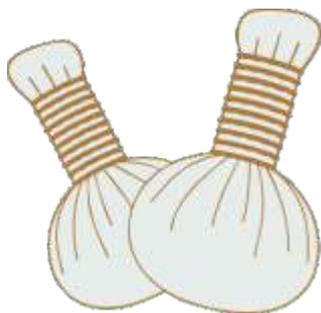
Plantas frescas podem ser aplicadas diretamente sobre as partes doloridas ou inflamadas. Em forma de pasta: socar as plantas frescas formando uma massa que se coloca diretamente sobre o local dolorido, ou embrulhado em pano. Quando não se tem plantas frescas, podem-se usar as secas.



Aplicação no local inflamado

## Compressa

- É uma forma de tratamento que consiste em colocar, sobre o lugar lesionado, um pano ou gaze limpo e umedecido com um infuso ou decocto frio ou aquecido, dependendo da indicação de uso.



Compressa

- Preparar o suco ou chá, por infusão ou decocção, da planta desejada. Mergulhar um pano limpo ou pedaço de algodão nesse líquido. Aplicar a compressa quente ou fria sobre o local indicado, renovando frequentemente.

O tempo de aplicação deve ser de 5 a 20 minutos, dependendo da atividade da planta utilizada e da gravidade da inflamação.

# Modos de Preparo

## Banhos

- São preparações com plantas medicinais, utilizadas especialmente para uso externo.



Aplicação na parte afetada

- Preparar o chá, por decocção ou infusão das plantas. Deixar a infusão ou decocção em repouso por 20 a 40 minutos. Filtrar e utilizar em quantidade suficiente para cobrir a parte afetada. Os banhos devem durar cerca de 20 minutos.

## Maceração ou infusão fria

Esse método é indicado para drogas vegetais que possuam substâncias que se degradam com o aquecimento.



Pó grosseiro da planta adicionado a água

Fazer pó grosseiro ou picar as plantas em pedaços pequenos. Colocar as plantas em uma vasilha de aço ou porcelana e adicionar seis vezes água em relação ao peso da planta. Deixar em repouso pelo período determinado de acordo com a planta utilizada. Coar. Utilizar em seguida ou até no máximo em 24 horas.



Deixar em repouso, coar e utilizar

## Pós vegetais

- São preparações sob a forma de pós secos de plantas. Podem ser preparados com folhas, flores, cascas, raízes, sementes e frutos.

- Secar a planta até ficar quebradiça. Submeter as plantas secas à trituração até obter-se pó fino; pode ser em pilão ou em liquidificador. Peneirá-lo com o auxílio de uma peneira fina. O pó obtido deve ser fino e deve estar completamente seco.



Pó vegetal



Devem ser conservados em frascos de vidro ou plástico. Os pós podem ser conservados por um período de 12 meses

# Modos de Preparo

## Xaropes caseiros

- É bastante popular devido ao gosto agradável e à facilidade de administração, usada normalmente para tratamento de afecções das vias respiratórias, como tosse e bronquite.



Aquecer a  
mistura(açúcar e  
planta medicinal)



Xarope  
armazenado em  
frasco fechado

- O xarope pode ser preparado por dissolução, a calor brando (60 °C a 80 °C), de 2 partes de açúcar cristal para 1 parte do infuso ou do decocto, conforme cada caso, aquecendo-se a mistura até desmanchar o açúcar, deixar esfriar e filtrar.



O xarope deve ser conservado em frasco limpo e bem fechado. Usar, no máximo, por 7 dias.

## Bochecho

É a agitação de infuso, decocto ou macerado na boca fazendo movimentos da bochecha, não devendo ser engolido o líquido ao final,



Gargarejo a agitação de infuso, decocto ou macerado na garganta pelo ar que se expelle da laringe, não devendo ser engolido o líquido ao final.



Coar e gargarejar durante o máximo de tempo que se conseguir, cuspidando depois o chá. Repetir mais de duas vezes.

# Medidas Utilizadas

 Colher de sopa



 Colher de sobremesa



 Colher de chá

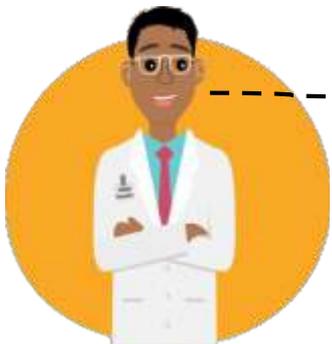


 Xícara ou copo



É de grande importância conhecer as **medidas** para os preparos de remédios caseiros.

# Algumas Interações



É de grande importância conhecer as interações de medicamentos e plantas medicinais, pois podem causar danos à saúde.

- ❖ **Fenitoina + Gincogiloba** ↔ Causa convulsão leve porque interfere no metabolismo dos aminoglicosídeos.
- ❖ **Loratadina + Suco de fruta** ↔ Atua no metabolismos do medicamento diminuindo o efeito dos anti-histamínico podendo provocar arritmia letal.

# Algumas Interações

- 🌿 **Gengibre + Furosemida** ↔ A associação pode elevar os níveis de potássio, favorecendo a paralisia. É importante o paciente monitorar os níveis séricos de potássio durante alguns meses.
- 🌿 **Ibuprofeno + Camomila** ↔ A associação diminui o efeito anti-inflamatório.
- 🌿 **Nifedipino + Hortelã** ↔ A associação diminui o efeito do nifedipino.
- 🌿 **Varfarina + Camomila** ↔ Potencializa o efeito da warfarina. Podendo causar sangramentos.
- 🌿 **Varfarina + Boldo** ↔ Potencializa o efeito da warfarina. Podendo causar sangramentos.

---

## Alho

(*Allium sativum*)

---



**Parte utilizada:** Bulbo.

**Forma de utilização:** Maceração, Tintura 20% ,Bulbo seco, Alho fresco, Infusão Olhe de alho.

**Posologia:** Utilizar 1 xícara de chá, 3 a 4 vezes ao dia.

**Via:** Oral .

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Atua como expectorante, antisséptico, anti-flamatorio, antimicrobiano, hipoglicemiante, antiplaquetário, antioxidante.



Não usar em casos de hemorragia e tratamento com anticoagulantes. Não usar em pessoas com gastrite, úlceras gastroduodenais, hipotensão arterial e hipoglicemia.



---

## **Babosa** (*Aloe vera*)

---



-  **Parte utilizada:** : Gel mucilaginoso das folhas .
-  **Forma de utilização:** Gel 10% e pomada 10%.
-  **Posologia:** : **Aplicar** nas áreas afetadas, 1 a 3 vezes ao dia.
-  **Via** Tópico.
-  **Uso:** Adulto/Idoso.
-  **Ação Farmacológica:** Indicado para, queimaduras, acne, psoríase, queda de cabelo, cicatrizante, anti-inflamatório.



Não usar em gestantes e lactantes



## Camomila

(*Matricaria chamomilla L*)



**Parte utilizada:** : Capítulos florais.

**Forma de utilização:** Infusão.

**Posologia:** : Utilizar 1 xícara de chá, 3 a 4 vezes ao dia.

**Via Oral.**

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Indicado para, cólicas intestinais, quadros leves de ansiedade, como calmante suave.



Caso de superdose, pode ocorrer o aparecimento de náuseas, excitação nervosa e insônia.



## Capim-limão (Cymbopogon citratus)



**Parte utilizada:** : Folhas.

**Forma de utilização:** Infusão.

**Posologia:** : Utilizar 1 xícara de chá, 3 a 4 vezes ao dia.

**Via Oral.**

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Utilizado para cólicas intestinais e uterinas. Quadros leves de ansiedade e insônia, como calmante suave, analgésico e ação antimicrobiana.



Pode aumentar o efeito de medicamentos sedativos. Exemplo: calmantes

# Plantas Mediciniais



---

## Maracujá

(*Passiflora alata Dryand*)

---



**Parte utilizada:** Folhas ou Partes aéreas.

**Forma de utilização:** Decocção.

**Posologia:** : Utilizar 1 xícara de chá, 3 a 4 vezes ao dia.

**Via Oral.**

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Utilizado para quadros leves de ansiedade e insônia, com agitação, como calmante suave e diurético.



Não deve ser usado em conjunto com medicamentos sedativos e depressores do sistema nervoso. Nunca utilizar cronicamente.



## Quebra-pedra (*Phyllanthus niruri L.*)



**Parte utilizada:** Folhas ou flor, raiz e semente.

**Forma de utilização:** Infusão.

**Posologia:** : Utilizar 1 xícara de chá, 3 a 4 vezes ao dia.

**Via Oral.**

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Utilizado para Litíase renal, para auxiliar na eliminação de cálculos renais pequenos, antimicrobiano, hipoglicemiante.



Não deve ser usado em ocasiões de diarreia e hipotensão.



---

## Alecrim

(*Rosmarinus officinalis*)

---



**Parte utilizada:** Folhas.

**Forma de utilização:** Infusão, gargarejo e banho.

**Posologia:** : Aplicar no local afetado 3 vezes ao dia.

**Via:** Tópico, gargarejos, bochechos e banho.

**Uso:** Adulto/Idoso

**Ação Farmacológica:** Estimula a circulação sanguínea em pacientes com hipotensão.  
Antisséptico e cicatrizante.



Não deve ser usado em inalações devido à ação irritante dos vapores.



---

## Erva-Cidreira (*Lippia alba*)

---



**Parte utilizada:** Folhas e flores.

**Forma de utilização:** Infusão.

**Posologia:** : Utilizar 1 xícara chá de 3 a 4 vezes ao dia.

**Via:** Oral.

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Quadros leves de ansiedade e insônia, cólicas abdominais, distúrbios estomacais, flatulência, como digestivo e expectorante.



Doses elevadas podem causar irritação gástrica, e hipotensão.



---

## Malva

(*Malva sylvestris*)

---



**Parte utilizada:** Folhas e flores.

**Forma de utilização:** Infusão, gargarejo, cataplasma.

**Posologia:** : Utilizar 1 xícara chá de 3 a 4 vezes ao dia. Aplicar no local afetado.

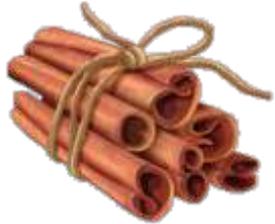
**Via:** Oral.

**Uso:** Adulto/Idoso

**Ação Farmacológica:** Afecções respiratórias, como expectorante, contusões e processos inflamatórios da boca e garganta.



Se apresentar reação alérgica, suspender a utilização.

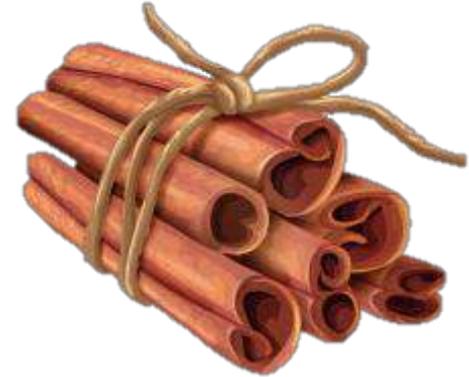


---

## Canela

(*Cinnamomum verum*)

---



**Parte utilizada:** Casca.

**Forma de utilização:** Decocção

**Posologia:** Tomar 1 xícara de chá do meia hora antes das refeições.

**Via:** Oral.

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Falta de apetite, perturbações digestivas com cólicas leves, flatulência e sensação de plenitude gástrica.



Podem ocorrer reações alérgicas de pele e mucosas.

# Plantas Medicinais



---

## Romã

(*Punica granatum*)

---



**Parte utilizada:** Casca ou fruto.

**Forma de utilização:** Decocção, cataplasma.

**Posologia:** Aplicar no local afetado, em bochechos e gargarejos, 3 vezes dia.

**Via:** Oral, Tópico.

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Inflamações e infecções da mucosa da boca e faringe como anti-inflamatório e antisséptico.



Se ingerido, pode provocar zumbido, distúrbios visuais, espasmos na panturrilha e tremores.



---

## Hotelã

(*Plectranthus barbatus*)

---



**Parte utilizada:** Folhas.

**Forma de utilização:** Infusão.

**Posologia:** 1 xícara de chá, 2 a 3 vezes ao dia.

**Via:** Tópico.

**Uso:** Adulto/Idoso

**Ação Farmacológica:** Dispnéia, evita a má digestão, reduz os gases, contem ação expectorante



Não utilizar junto com metronidazol ou dissulfiram. Pode acontecer do paciente apresentar hipotensão.



---

## Mastruz

(*Dysphania ambrosioides*)

---



**Parte utilizada:** Folhas.

**Forma de utilização:** Infusão, xarope, compressa.

**Posologia:** 1 xícara de chá, 2 a 3 vezes ao dia.

**Via:** Oral ou tópico.

**Uso:** Adulto/Idoso

**Ação Farmacológica:** Ação antibióticas, antifúngicas, digestivas, antioxidantes, anti-inflamatórias e cicatrizantes



Em doses elevadas ocorre irritação na pele e mucosas, dor de cabeça, vômito, palpitações, danos no fígado, náuseas e transtornos.



---

## Eucalipto

(*Eucalyptus globulus*)

---



**Parte utilizada:** Folhas.

**Forma de utilização:** Infusão, Inalação.

**Posologia:** 1 xícara de chá, 2 a 3 vezes ao dia.

**Via:** Oral ou inalatório.

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Antisséptico e antibacteriano das vias aéreas superiores, expectorante.



Não deve ser utilizado por pessoas com inflamação gastrointestinal e biliar, doença hepática grave.



---

## Sálvia

(*Salvia officinali*)

---



**Parte utilizada:** Folhas.

**Forma de utilização:** Infusão, bochecho e gargarejo .

**Posologia:** 1 xícara de chá, 2 a 3 vezes ao dia ou aplicar no local afetado.

**Via:** Oral ou Tópico.

**Uso:** Adulto/Idoso.

**Ação Farmacológica:** Ação Inflamatória e assepsia da boca e garganta, gengivites e aftas, dispepsias e transpiração excessiva.



Não deve ser utilizado pacientes com insuficiência renal, tumores mamários estrógeno dependentes e hipertensão arterial.

## **Afecções**

Toda modificação, ou alteração, capaz de expressar uma doença; quaisquer sinais de enfermidade .

## **Analgésico**

Medicamento que ajuda a combater a dor.

## **Antimicrobiano**

Impede o desenvolvimento de microrganismo

## **Antioxidante**

Substância que reduz ou impede os efeitos e consequências da oxidação.

## **Antiplaquetário**

Medicamentos usados para evitar a ativação e agregação das plaquetas.

## **Antissépticos**

Destinado para combate infecções ou impedir a proliferação de microrganismos.

## **Arritmia letal**

Alteração anormal do ritmo e da velocidade dos batimentos cardíacos.

## **Assistência Farmacêutica**

Conjunto de ação voltadas a dispensação de medicamentos, enfatizando a orientação farmacêutica com objetivo de contribuir para o sucesso terapêutico.

## **Bradicardia**

Diminuição da frequência cardíaca.

## **Cuidados Farmacêutica**

Visa assegurar a assistência integral, a promoção, promoção e recuperação a saúde.

## **Decoto**

Cozimento de substância

## **Desinfetar**

Destruir os microrganismo de local; purificar.

## **Dispensação**

É o ato que faz parte do processo de atenção à saúde e deve ser considerada como uma ação integrada do farmacêutico com os outros profissionais da saúde, onde oferecer um ou mais medicamentos a um paciente, enfatizando dosagem, a influência dos alimentos, a interação com outros medicamentos, o reconhecimento de reações adversas potenciais e as condições de conservação dos produtos

## **Dispneia**

Desconforto ao respirar.

## **Diurético**

Estimula a secreção de urina, aumentando o volume da urinário.

## **Forma Farmacêutica**

É a forma final em que se apresenta o medicamento ao paciente.

## **Gengivite**

Inflamação da gengiva, ou tecido da mucosa da boca que protege e sustenta os dentes.

## **Hipoglicemiante**

Capaz de diminuir a quantidade de glicose (açúcar) no sangue.

## **Hipotensão**

É a pressão arterial baixa o suficiente para produzir sintomas, geralmente inferior a 90/60 mmHg.

## **Litíase renal**

“Pedras nos rins”

## **Inalação**

É a aspiração do ar do ambiente com substância inaláveis.

## **Manipulação**

Conjunto de elementos da farmacotécnica realizado na farmácia, com objetivo de elaborar o produto desejado.

## **Matéria Prima**

É o produto natural ou semimanufaturado que deve ser submetido a um processo produtivo ate torna-se um produto acabado.

## **Metabolismos**

Conjunto de transformações sofridas em um organismo vivo pelas substâncias que o constituem.

## **Posologia**

Indicação da dosagem certa (adequada) de um medicamento.

## **Superdose**

Dose elevada.

# Literatura Consultada

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução n.º 10 de 9 de março de 2010. Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. Brasília (DF): ANVISA, 2011. Disponível em: [www.anvisa.org.br](http://www.anvisa.org.br). Acesso em: 25 de janeiro 2019

Brasil. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. Secretaria dos Colaboradores. Comissão Assessora de Plantas Medicinais e Fitoterápicos.

BRASIL. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. RDC 26/2014 (13 de maio de 2014).

BRASIL. Práticas integrativas e complementares: plantas medicinais e fitoterapia na atenção básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

Brasília, 2011, 126p. BRASIL. A Fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisas de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento

COMISSÃO ASSESSORA DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS COMISSÃO ASSESSORA DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS 80 81

Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paul

Cultivo, uso e manipulação de plantas medicinais / Vanda Gorete Souza Rodrigues. - Porto Velho: Embrapa Rondônia, 2004.

de Assistência Farmacêutica. Brasília, 2006. 9p.

Farmacopeia Brasileira

[floresesabores.files.wordpress.com/2014/01/camomila\\_colher.jpg](http://floresesabores.files.wordpress.com/2014/01/camomila_colher.jpg)

Fonte: RDC nº 10, de 9 de março de 2010.

# Literatura Consultada

Grupo de Plantas Medicinais e Fitoterápicos LAPACIS/FCM/UNICAM

Imagens retiradas do site: br.freepik.com

MATOS, F. J. A.; VIANA, G. S. B.; BANDEIRA, M. A. M. Guia fitoterápico. 2. ed. rev. Fortaleza: Os Autores, 2001. 154 p

OMS. Organização Mundial da Saúde.

[omundomulherevoce.blogspot.com/2017/01/cha-de-boldo-e-canela-na-fitoenergetica.html](http://omundomulherevoce.blogspot.com/2017/01/cha-de-boldo-e-canela-na-fitoenergetica.html)

Plantas medicinais no cuidado à saúde da criança. Cinara Vidal Pessoa, Quixadá (CE): Unicatólica, 2017.

[www.ecycle.com.br/3828-capim-santo](http://www.ecycle.com.br/3828-capim-santo)

[www.emater.tche.br/site/](http://www.emater.tche.br/site/)

[www.naturalcura.com.br/beneficios-do-alecrim/](http://www.naturalcura.com.br/beneficios-do-alecrim/)

[www.vix.com/pt/saude/539375/alho-cru-e-o-melhor-antibiotico-natural-que-existe-veja-detalhadamente-como-consumir](http://www.vix.com/pt/saude/539375/alho-cru-e-o-melhor-antibiotico-natural-que-existe-veja-detalhadamente-como-consumir)

[www2.ibb.unesp.br/departamentos/Educacao/Trabalhos/coisasdecerrado/MEDICINAIS/medicinaispreparo.htm](http://www2.ibb.unesp.br/departamentos/Educacao/Trabalhos/coisasdecerrado/MEDICINAIS/medicinaispreparo.htm)





Ao chegar no final desta cartilha espero que você compartilhe todos os conhecimentos aqui obtidos, com o objetivo de ajudar aos usuários de plantas medicinais.

*Obrigado !*





## **Agradecimentos**

A Deus, por ser tudo em minha vida, à minha orientadora Karla Deisy, à professora Edna Mori, à Faculdade Juazeiro do Norte (FJN) à Secretaria de Saúde do Município de Icó-Ceará e a todos que colaboram de forma direta ou indiretamente com a realização desse material educativo.

## **Dedicatória**

A minha família, em especial minha mãe Jocileide Almeida, ao meu pai Raimundo Narcélio. Ao meu ser de luz, meu irmão, Pedro José Almeida Nogueira por nunca me deixar desistir . A todos meus amigos que acompanharam essa trajetória, não deixando de lembrar os idosos e gestores do Município de Icó- Ceará.

Apoio:



**CRF-CE**  
Conselho Regional  
de Farmácia do Ceará



**Conselho  
Federal de  
Farmácia**