

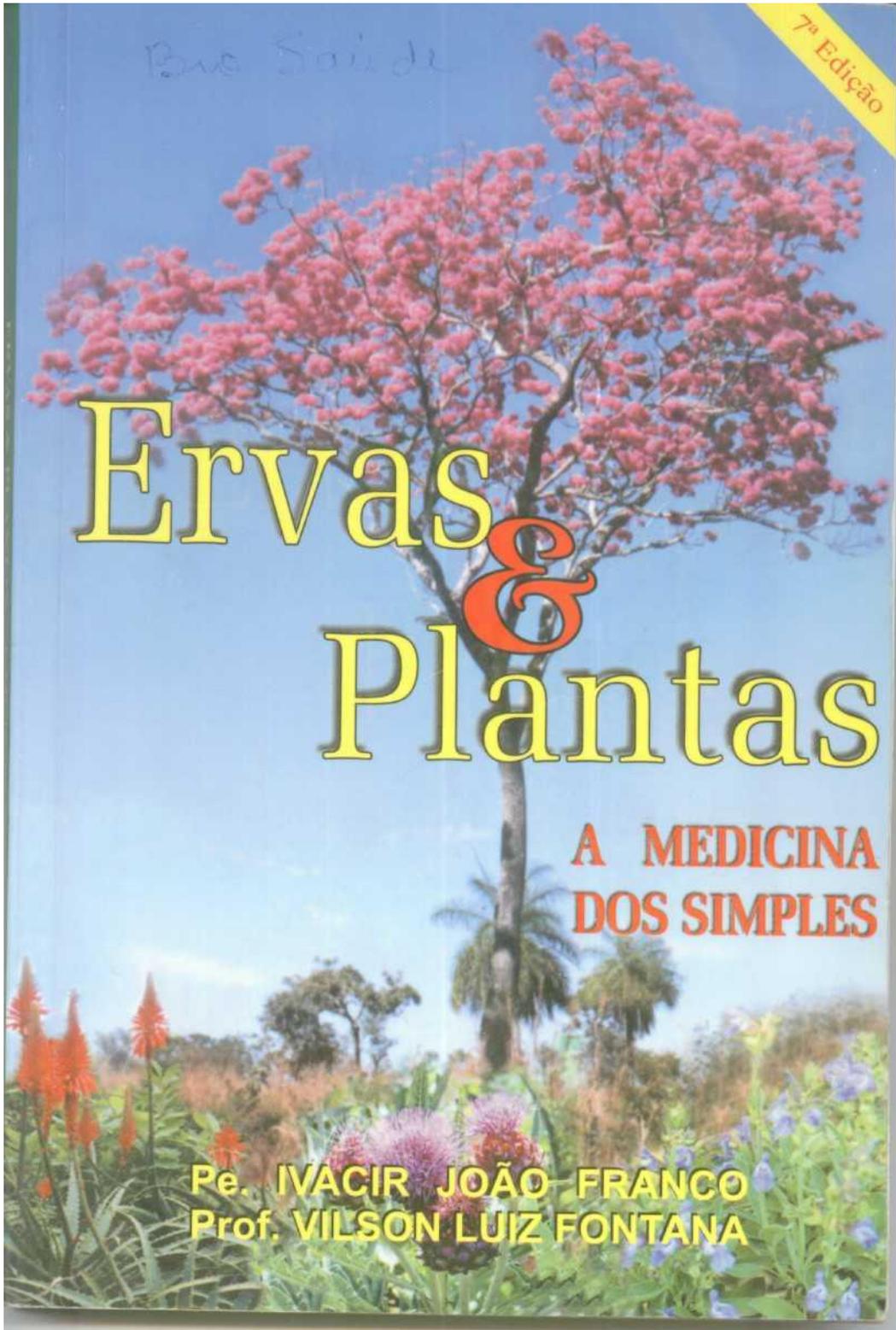
Bona Saúde

7ª Edição

# Ervas & Plantas

A MEDICINA  
DOS SIMPLES

Pe. IVACIR JOÃO-FRANCO  
Prof. VILSON LUIZ FONTANA



## SUMÁRIO

<b>Introdução</b> .....	<b>5</b>
<b>Prefácio</b> .....	<b>7</b>
Título I	
<i>Como se Servir do Livro</i> .....	9
Título n	
<i>Como Usar a Planta</i> .....	11
Título m	
<i>Fotografias de Plantas e Ervas Mediciniais</i> .....	<b>15</b>
Título IV	
<i>Relação das Plantas e Ervas e suas Atribuições</i> .....	119
Título V	
<i>Xaropes</i> .....	171
Título VI	
<i>Vinhos Mediciniais</i> .....	173
Título VH	
<i>Macerações</i> .....	175
Título vm	
<i>Pomadas</i> .....	177
Título IX	
<i>Receitas Diversas</i> .....	178
Título X	
<i>índice de Doenças</i> .....	182
Título XI	
<i>Plantas com Funções Restauradoras e Estimulantes</i> .....	189
Título XII	
<i>Vocabulário (Glossário)</i> .....	191
<b>índice I</b>	
<i>Outros Nomes Populares das Plantas Citadas</i> .....	<b>193</b>
<b>índice II</b>	
<i>Nomes Científicos das Plantas</i> .....	198
<i>Fontes de Consulta</i> .....	207

## *INTRODUÇÃO*

O objetivo deste trabalho de pesquisa é colaborarmos no resgate e difusão de uma tradição milenar e consagrada sobre o poder curativo das plantas, oferecendo um subsídio à população, lembrando sobretudo os dez milhões de brasileiros que não têm acesso nem sequer aos limitados programas sociais de saúde. Não oferecemos diagnósticos, não preconizamos a cura definitiva de todos os males, queremos apenas, fazendo a nossa parte, contribuir para a defesa da VIDA em seu mais amplo sentido: "Eu vim para que todos tenham VIDA e a tenham em abundância" (Jo 10,10).

Pesquisamos trabalhos de diversos autores, estudiosos e divulgadores da medicina natural, fitoterápica; baseamo-nos em nossa experiência pessoal, no trabalho e resultado das diversas pastorais; valemo-nos da tradição e sabedoria popular de nossos agricultores, caboclos e índios guaranis e coroados da Reserva Indígena de Benjamin Constant do Sul (RS).

Milhares de anos antes de Cristo já se desenvolvia na China, na Índia e no Egito uma medicina com base nas plantas. Houve tentativas de sistematização dos conhecimentos empiricamente adquiridos, muito antes de Hipócrates (391 A.C.), declarado o Pai da Medicina.

Hoje com o desenvolvimento científico, temos melhores condições de comprovarmos os conhecimentos experimentais milenares no uso das ervas e plantas e outras práticas de saúde e estabelecermos uma medicina do futuro, mergulhando na harmonia, no equilíbrio da natureza e buscando nas plantas os princípios ativos combinados em seu estado mais puro.

Com a evolução da ciência e da pesquisa e decorrente descoberta de fórmulas químicas e sintéticas, a humanidade atraída pelos resultados e impelida pela publicidade e estratégias de interesses econômicos, tem relegado a segundo plano a tradição milenar do uso de plantas medicinais. Urge fazermos uma síntese, acolhendo com entusiasmo as descobertas dos cientistas que criam, refletindo o gesto divino da Criação, mas sem esquecer o que Deus já criou, o grande laboratório colocado à disposição do homem: a natureza, para que busquemos nela as fontes saudáveis de vida. "E Deus criou a natureza e viu que isto era bom" (Gn 1,11).

Constata-se no mundo uma constante busca de valores existenciais. A saturação pelos confortos técnicos, cujos efeitos são muitas vezes mutiladores do homem no aspecto físico, psíquico e moral, ao mesmo tempo em que geram uma frustração existencial, impelem o homem a se reencontrar. O ponto de partida é o reencontro com a natureza e suas leis. Neste contexto cria-se um momento favorável para a medicina natural e fitoterápica.

Temos a maior diversidade de flora do mundo. Lembra nosso Hino Nacional que o Brasil está "deitado eternamente em berço esplêndido". Possuímos 30% das

florestas tropicais do mundo. Calcula-se em 80 mil as espécies vegetais só na Amazônia. Nem 4% foi estudado pelos cientistas. Canalizar recursos públicos para este fim seria um grande investimento. Beneficiariamos nossa população carente, com menores custos, pois a fitoterapia, a homeopatia, custariam menos de um terço da alopática. Poupáramos nossas divisas, royalties e talvez até os recebêssemos de outros países pelo uso de nossas descobertas. Temos o maior estoque de matéria prima do planeta. É hora de o "gigante pela própria natureza" se acordar, se espreguiçar e se levantar do "berço esplêndido".

Na Alemanha a fitoterapia participa com mais de 30% na cadeia de remédios e no Brasil seria de apenas 5%. Nos países industrializados calcula-se que metade dos medicamentos possuam em suas composições princípios ativos retirados de plantas.

Calcula-se que nos laboratórios os cientistas fazem em média 70.000 experimentações para uma fórmula química bem sucedida. Por outro lado partindo a pesquisa, metodologicamente, das plantas já consagradas pelo uso popular, os pesquisadores se surpreendem com a constatação de acertos e resultados positivos.

Registramos neste livro o que é consagrado pelo uso tradicional e também parte do que já foi confirmado pela pesquisa científica e de modo simples o colocamos à disposição do leitor que é pai, mãe, professor, agricultor, líder comunitário, membros das diversas pastorais, para que numa ação coletiva resgatemos o hábito antigo do uso das plantas, riqueza imensa colocada a nossa disposição.

Vamos olhar as plantas e ervas com uma intenção: observar o que existe em nosso meio, pesquisar o seu valor medicinal neste livro e em outras obras, utilizá-las preservando-as e cultivando-as nas hortas domésticas, comunitárias e escolares no campo e na cidade.

Você, professor, agente de transformação, inclua em seu plano pedagógico, nas aulas de Ciências Físico-biológicas, nas Técnicas Domésticas e Agrícolas e nas atividades extra-classe, conteúdos que despertem na nova geração interesse pela medicina natural, pela fitoterapia, com pesquisas e atividades práticas.

Você, agricultor, muitas vezes longe da assistência médica, mas tão próximo desta rica farmácia natural, muito da qual você já conhece, leia este livro, se informe, se integre e habitue-se a usar para si e sua família estas humildes plantinhas consideradas muitas vezes apenas como inço em sua roça.

Vamos, enfim, nos integrar num mutirão e usufruir gratuitamente desta grande e diversificada farmácia onde, com certeza, existe um remédio para prevenir ou curar qualquer tipo de doença. Deus plantou e deu inteligência ao homem. Vamos pesquisar e colher os frutos.

"Deus disse: produza a terra plantas, ervas que contenham sementes e árvores frutíferas que dêem fruto segundo as suas espécies e o fruto contenha a sua semente. E assim foi feito". (Gn. 1,11).

OS AUTORES

*PREFÁCIO*  
(7<sup>o</sup> edição)

A grande receptividade que alcançou a presente obra, desde seu lançamento em fins de 1997, se difundindo rapidamente por todo o país, as contribuições e sugestões dos leitores, o aprofundamento das pesquisa(s), novas descobertas, levam-nos a melhorar, a cada nova edição, aspectos diversos do livro.

Agradecemos as contribuições que recebemos de muitos leitores, de entidades e sobretudo das diversas pastorais, principalmente a da saúde, que gratuitamente trabalham nas comunidades carentes difundindo o uso do tratamento natural para as doenças.

Ficamos agradecidos aos que divulgaram e irão divulgar nosso modesto livro e que junto conosco lutam pela promoção da vida

Agradecemos, por fim e sempre, a Deus, Autor da Vida que nos envolve e nos une para cumprir uma missão

OS AUTORES.

## TÍTULO I COMO SE SERVIR DO LIVRO

Antes de você iniciar a busca de um chá, neste livro, queremos fazer algumas recomendações IMPORTANTES. As plantas e ervas medicinais, quando usadas com critério, atuam no organismo de modo seguro, benéfico, promovendo curas surpreendentes; raramente surgem efeitos colaterais e a auto-medicação não apresenta problemas como nos medicamentos alopáticos. Mas considerando a atuação mais lenta e os resultados por vezes mais demorados, você deverá tomar certos cuidados, procurando imediatamente um médico quando for acometido de certos sintomas, por exemplo: dor de cabeça intensa, dor no peito que se irradia para o braço esquerdo, vômitos com sangue, inchação generalizada, com sangue na urina, hemorragias fortes, lábios ou extremidades do corpo ficando de cor roxa, ameaça de aborto ou outros sintomas repentinos, não comuns ou sem causa aparente, contato com taturana, picada de cobra ou escorpião. Nestes casos e sempre que houver incerteza do diagnóstico é necessário procurar um profissional da saúde.

Se você estiver sob tratamento, poderá também tomar chás, mas converse com seu médico e não abandone o tratamento sem sua permissão.

Tomadas estas precauções você poderá procurar neste livro os chás que irão melhorar a sua saúde. Observe os seguintes passos:

- 1° Sempre procurar conhecer-se a si mesmo, seu próprio organismo, para saber preventivamente o que lhe faz bem ou mal. Neste sentido vale o provérbio popular: "O melhor médico da gente é a gente mesmo".
- 2° O chá pode ser tomado como preventivo de certas doenças. Mas se você estiver doente analise os sintomas e com auxílio de seu médico procure descobrir as causas para combatê-las.
- 3° Procure então no Título X - "Índice de Doenças", aquela que coincide com seu problema e os números que a acompanham se referem aos números das plantas para o referido mal.
- 4° Leia no Título IV "Relação das Plantas e Ervas e Suas Atribuições" o que se diz sobre a referida planta, não se baseando apenas na fotografia ou apenas no nome, pois o nome popular pode variar de região para outra.
- 5° Observe que o número da planta na fotografia ou em qualquer parte do livro é sempre o mesmo. As plantas estão colocadas em ordem alfabética e enumeradas em ordem crescente.
- 6° Existem geralmente várias plantas para uma mesma doença. Leia as atribuições de cada uma antes da escolha, levando em conta o que existe em sua região, procurando sempre usar plantas e principalmente misturas de plantas já testadas através de gerações, ensinadas pelos nossos antepassados.
- 7° Se você se sentir inseguro no preparo do chá, procure na comunidade alguém que o oriente. As Pastorais da Saúde, da Criança ou Terceira Idade, em muitos locais realizam excelente trabalho com chás caseiros.
- 8° Para colher a planta e preparar o chá leia o Título II "Como usar a Planta".

Você pode também olhar as fotografias e identificar as plantas. Procure no Título IV saber para que servem e como uma só planta serve para muitas doenças, facilmente você vai descobrir plantas que lhe interessam ou para si ou para recomendar aos amigos e aos poucos você vai se tornar um conhecedor deste universo fascinante e maravilhoso que são as plantas e ervas medicinais.

Os títulos V, VI, VII, VIII e IX, trazem receitas de xaropes, vinhos medicinais, pomadas, macerados, tinturas e receitas diversas, incluindo somente plantas registradas neste livro.

No título XI relacionamos em separado plantas restauradoras, reconstituintes, tranquilizantes, antidepressivas e com outras funções, para facilitar a procura.

No livro, principalmente no título IV, existem algumas palavras técnicas, se referindo à doenças ou funções, cujo sentido você poderá saber consultando o Vocabulário - Título XII.

No final do livro existem dois índices: um com mais nomes populares (sinónimos) para as plantas, pois pode acontecer que você conheça a planta por outro nome e poderá então conferir e identificá-la. O outro índice se refere aos nomes científicos pelo qual é possível identificar a planta em qualquer parte do mundo.

## **TÍTULO II COMO USAR A PLANTA**

### **PARA COLHER AS PLANTAS E ERVAS**

Você vai colher as plantas e ervas observando: 1° Colher antes de o sol esquentar, sem sereno ou molhadas de chuva. 2° Não colhê-las em local poluído, junto a esterqueiras, águas estagnadas ou suspeitas,

na beira de estradas, em lavouras ou solos contaminados por agrotóxicos. 3° Colha as que possuam boa aparência, inteiras, sem fungos ou doenças aparentes. 4° Conforme a planta você vai colher: raízes, casca, caule, madeira, folhas, flores e

sementes. 5° É aconselhável colher raízes na dormência da planta, geralmente no outono; casca,

lenho ou folhas quando no início da floração, época em que possuem mais princípios ativos; flores quando abertas e as sementes quando maduras. 6° Raízes, principalmente, devem ser bem lavadas e as cascas raspadas para tirar

parasitas ou fungos. 7° A secagem deve ser feita em lugar ventilado e à sombra. As partes mais duras da

planta devem ser picadas, para facilitar a secagem. 8° Guardar cada tipo de chá ou partes diferentes da mesma planta em saquinhos de

papel grosso bem fechados ou potes de vidro, de lata ou plástico bem tapados. Se aparecer umidade no plástico a secagem não foi completa. Deve-se continuar a secagem, pois se mofar não poderá ser usado. 9° Colocar etiqueta nos recipientes com o nome da planta e data da coleta, refazendo

os estoques anualmente, pois com o tempo as chás sofrem alterações.

### **PARA PREPARAR O CHÁ:**

Evite, na preparação do chá, utensílios de alumínio ou cobre. Use de aço inoxidável, esmaltados, cerâmica ou vidro refratário. As raízes, talos, cascas e sementes levam mais tempo para cozinhar. As flores e folhas, partes mais tenras, levam menos tempo e são preparadas em separado devido também às propriedades que podem ser diferentes.

Processos para utilização das plantas:

1° **INFUSÃO:** verter água fervente sobre a erva picada numa vasilha, tapar e deixar esfriar por uns 10 minutos. Usa-se para partes mais delicadas da planta: folhas e flores.

2° **DECOCCÃO:** pôr as ervas numa vasilha com água e levar ao fogo. Ferver durante 10 a 20 minutos. Usa-se para raízes, rizoma, madeira, caule, casca ou sementes. São partes mais duras que devem ser picadas e aconselha-se deixar durante a noite na água antes da decoção (macerar).

3° **MACERAÇÃO:** colocar as ervas em molho durante 8 a 24 horas em líquidos na temperatura ambiente: água (tisana ou garrafada), vinho, cachaça ou grapa ou mistura de água e álcool de cereais. As partes mais duras ficam mais tempo no líquido. Neste processo os minerais e vitaminas são mais aproveitados. Não são expelidos pelo vapor como nos processos anteriores.

4° **TINTURA:** usa-se de 25% a 80% de ervas e completa-se com álcool de cereais com maior ou menor graduação. Usa-se mais ou menos álcool conforme a planta. Algumas liberam com mais facilidade que outras os princípios ativos.

5° **ESSÊNCIA:** extrato, hidrolatos: é o processo de extração dos princípios ativos com utilização de destilador (alambique). Técnica não muito utilizada no uso caseiro. Exige cuidados especiais também na conservação do produto final.

Existem outras formas de utilização das ervas: em compressas, cataplasmas, suco da erva fresca, pomadas e unguentos.

### **COMO PREPARAR ADOSAGEM:**

Aconselha-se preparar uma quantia de chá suficiente para ser consumida ao longo de cada dia. Não adianta tomar tudo de uma só vez. O organismo não assimila e pode ser prejudicial.

Como *DOSAGEM NORMAL*, em 1 litro coloca-se de 20 a 30 gramas de erva fresca ; em um copo (200 ml) ou seja a quinta parte de um litro, coloca-se de 5 a 6 gramas, que corresponde a uma colher cheia de folhas picadas. Se forem folhas secas, pode-se reduzir o peso (não o volume) pela metade.

O adulto toma de 3 a 4 copos (200 ml) por dia. Para uma xícara (150 ml) coloca-se 4 gramas de folhas.

A dose das tinturas variam de 10 a 30 gotas, com água, 3 vezes ao dia. Se for de vinho pode-se tomar um pequeno cálice. Xaropes: 4 a 5 colheres de sopa diárias.

Para crianças, a mesma quantia de vezes diárias em doses diminuídas de acordo com o peso.

O chá preparado um pouco mais forte ou mais fraco, tomado um pouco mais ou pouco menos, não provoca os mesmos riscos dos medicamentos químicos, mas sempre é importante observar as reações do organismo.

Gestantes se limitem a tomar os chás tradicionais; existem chás abortivos, procurem sempre um acompanhamento médico.

### **PARA TOMAR O CHÁ:**

Para se tomar o chá e surtir maior efeito recomenda-se não por açúcar. Preferível colocar um pouco de mel.

A melhor hora, de maneira geral, para se tomar o chá é a seguinte: pela manhã, chás depurativos, purgantes, diuréticos, vermífugos; se for para melhorar o apetite ou alguns problemas de estômago, toma-se 30 a 40 minutos antes das refeições; para perturbações da biliar, do fígado ou da vesícula, toma-se após. Chás depurativos, calmantes, tónicos e semelhantes, tomam-se entre às refeições. Laxantes suaves e sedativos antes de dormir.

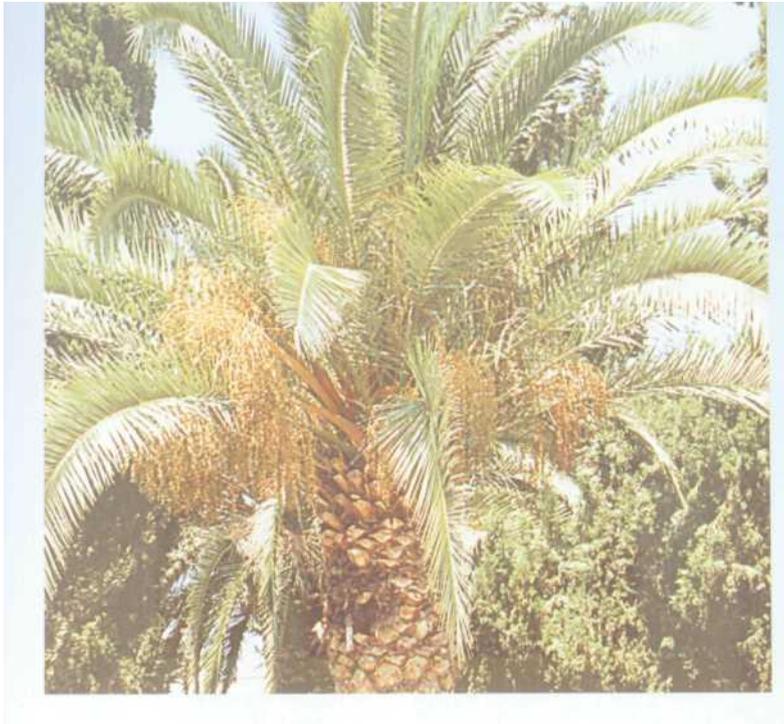
O organismo deve se acostumar ao chá. É bom iniciar com dose mais fraca e ir aumentando até o décimo dia e após ir diminuindo até completar 20 dias. Não é bom tomar o mesmo chá por período maior. Pode-se parar por algum tempo e após repetir o procedimento ou trocar por outra erva com a mesma propriedade.

Por fim, lembramos: não precisamos tomar o chá só quando nos sentirmos doentes. Os chás, sem os inconvenientes dos remédios alopáticos, podem ser tomados também como preventivos, fortalecendo o organismo contra doenças, aliviando o sistema digestivo, acalmando o sistema nervoso, remineralizando o organismo, suprindo-o de vitaminas, atuando benéficamente em todo o organismo. Recomenda-se, por exemplo, tomar algumas vezes por ano, na mudança das estações, alguns chás depurativos do sangue, como faziam nossos antepassados, pois o sangue puro e limpo significa saúde geral.

### *TÍTULO III*

#### FOTOGRAFIAS DE PLANTAS E ERVAS MEDICINAIS

Neste título constam as fotografias de todas as plantas e ervas medicinais citadas no livro, para o conhecimento visual das mesmas e mais fácil identificação. Estão dispostas em ordem alfabética e em número crescente. O número de cada planta em todo o livro é o mesmo.

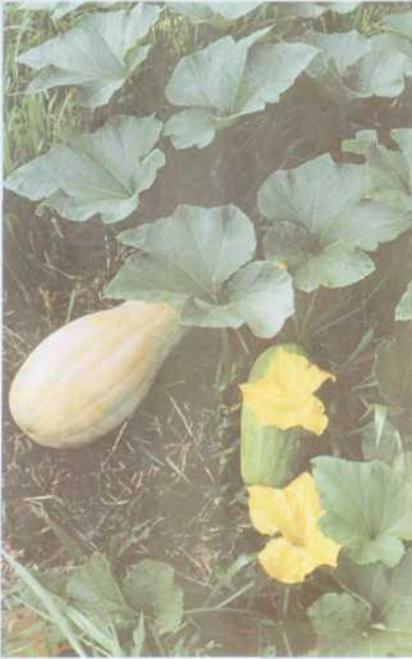




01 ABACATEIRO



02 ABACAXI



03 ABÓBORA



04 AÇAFRÃO-DA-ÍNDIA



05 AÇAIZEIRO



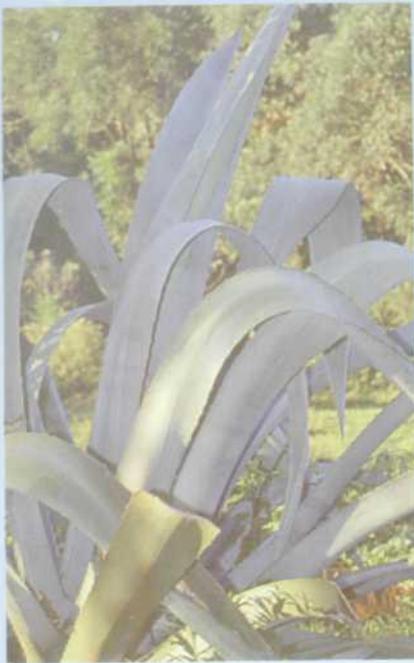
06 ACANTO



07 ACEROLA



08 AÇOITA-CAVALO



09 AGAVE



10 AGONIADA



11 AGRIÃO



12 AIPIM







13 AIPO



14 ALCACHOFRA



15 ALCÂNFORA



16 ALECRIM



17 ALEVANTE



18 ALFACE



19 ALFACE-D'ÁGUA



20 ALFAFA



21 ALFAVACA



22 ALFAVACA-CHEIRO-DE-ANIS



23 ALFAZEMA



24 ALGODOEIRO



25 ALHO



26 ALHO-PORÓ



27 ALMEIRÃO



28 AMEIXA



33 AMOREIRA



34 AMOR-PERFEITO



35 ANANÁS



36 ANGICO-VERMELHO



41 ARNICA



42 ARNICA-DO-MATO



43 AROEIRA



44 AROEIRA-BRAVA



49 AVENCA



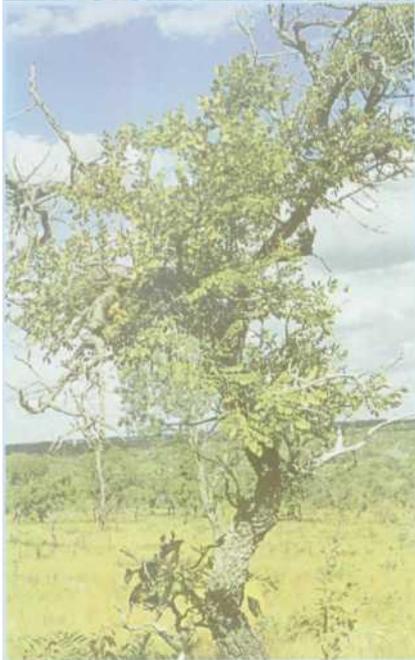
50 AZEDINHA



51 AZEVINHO



52 BABOSA



57 BARBATIMÃO



58 BARDANA



BARU



60 BATATA-DOCE



69 BOCA-DE-LEÃO



70 BOLDO



71 BOLDO-GRAÚDO



72 BOLSA-DE-PASTOR



73BORRAG  
EM



74 BRINCO-DE-  
PRINCESA





81 CACAUEIRO



82 CACTO



83 CAFEIRO



84 CAJÁ-MANGA



89 CAMBOATĂ



90 CAMBUÍ



91 CAMOMILA



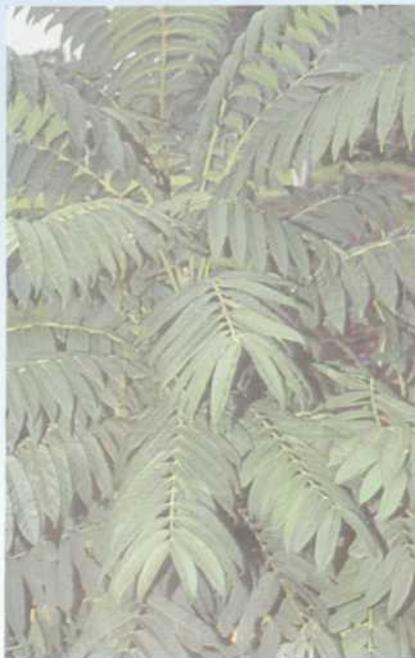
92 CAMOMILA-ROMANA



97 CANELA



98 CANELA-PRETA



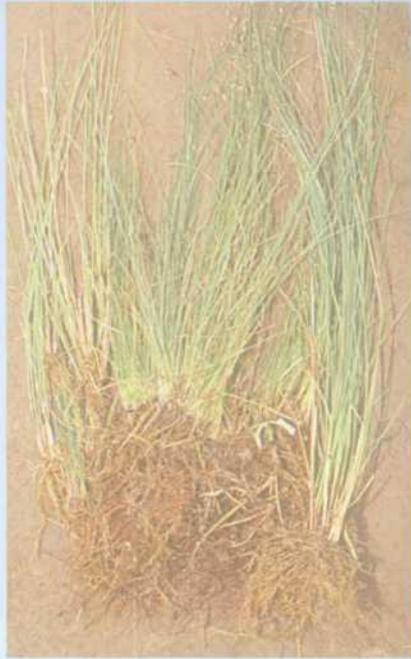
99 CANJERANA



100 CAPIM BARBA-DE-BODE



105 CAPIM-PÉ-DE-GALINHA



106 CAPIM-PELO-DE-PORCO



107 CAPIM-RABO-DE-BURRO



108 CAPIM-ROSÁRIO



113 CARAGUATÁ



114 CARAMBOLA



115 CARDAMOMO



116 CARDO-AMARELO



125 CARURU-ROXO



126 CARURU-VERDE



127 CASCA-DE-ANTA



128 CASTANHA-DO-PARÁ



133 CEBOLA



134 CEDRO



131 CATUABA



132 CAVALINHA



141 CHAPÉU-DE-COURO



142 CHICÓRIA



143 CHINCHILHO



144 CHORÃO



149 CIPÓ-CHUMBO



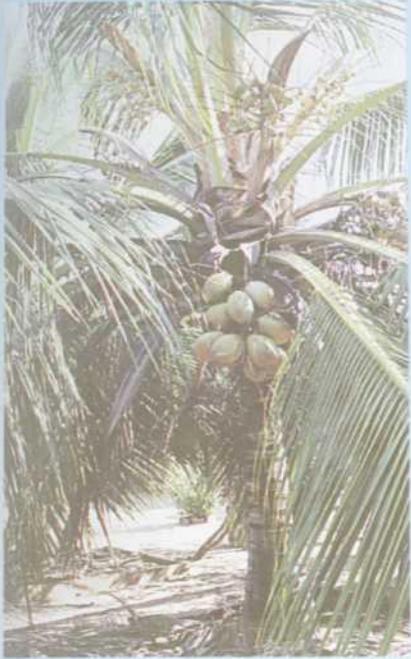
150 CIPÓ-DE-SÃO-JOÃO



151 CIPÓ-IMBÉ



152 CIPÓ-INSULINA



157 COCO-DA-BAHIA



158 COENTRO



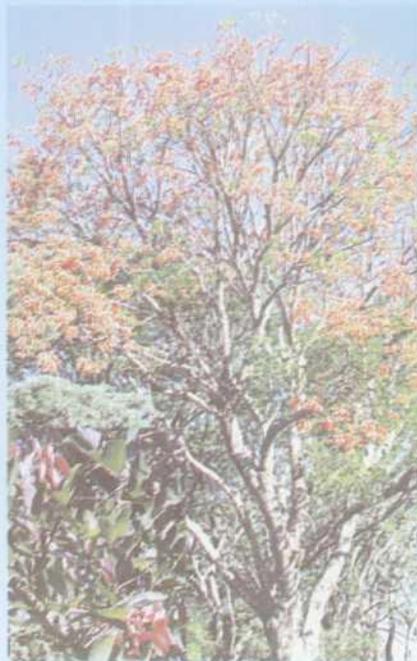
159 COITÉ



160 COMINHO



165 CORDÃO-DE-FRADE



166 CORTICEIRA



167 CORTICEIRA-DE-JARDIM



168 COUVE



173 CRISTA-DE-GALO



174 CUIEIRA



175 CURUPIÁ  
171 CRAVO-DE-DEFUNTO



176 DÁLIA  
172 CRISANTEMO



181 EMBAÚBA



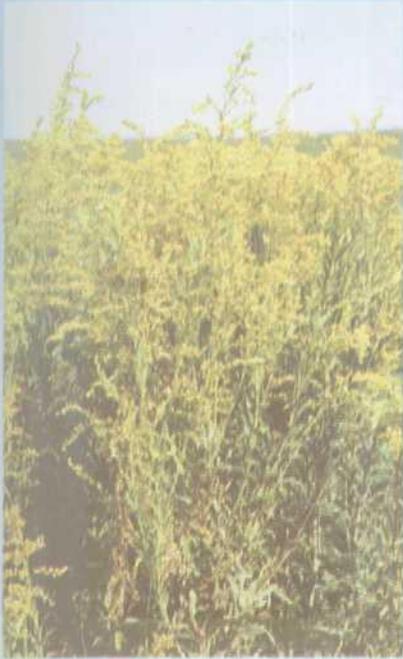
182 ENDRO



183 ERVA-BALEEIRA



184 ERVA-CIÁTICA



189 ERVA-LANCETA



190 ERVA-LUÍSA



191 ERVA-MATE



192 ERVA-MOURA



193 ERVA- SANTOS-FILHOS



194 ERVA-SILVINA



195 ERVILHA



196 ESPADA-DE-SÃO-JORGE



201 ESTÉVIA



202 ESTRAGÃO



203 EUCALIPTO



204 FÁFIA



209 FEL-DA-TERRA



210 FETO-MACHO



211 FIGUEIRA



212 - FIGUEIRA-DO-MATO



213 FOLHA-DA-FORTUNA



214 FOLHA-SANTA



215 FRAMBOESEIRO



216 FRUTA-DE-LOBO



217 FUMEIRO



218 FUMO-BRABO



221 GER

219 FUNCHO



220 GAMELEIRA



223 GERGELIM



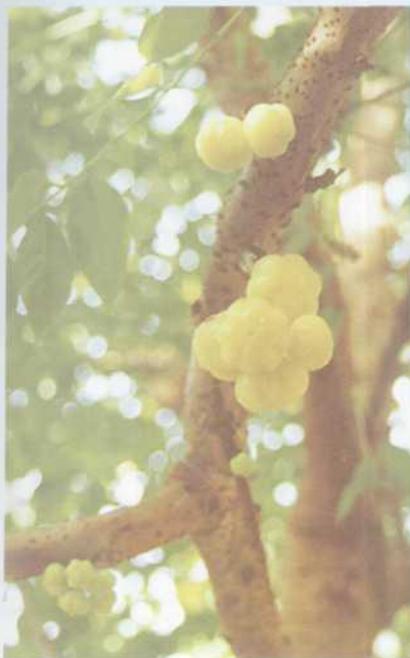
224 GERVÃO



229 GRAVATÁ



230 GRAVIOLA



231 GROSELHEIRA-DA-ÍNDIA  
227 - GOIABEIRA



232 GROSELHEIRA-VERMELHA  
228 - GOIABEIRA-DA-JERMA



237 GUAJUVIRA



238 GUANDU



239 GUARANÁ



240 GUANXUMA



245 HORTELÃ-PIMENTA



246 HORTÊNCIA



247 INGAZEIRO



248 INHAME



253 JACARANDÁ



254 JAMBEIRO



255 JAMBOLÃO



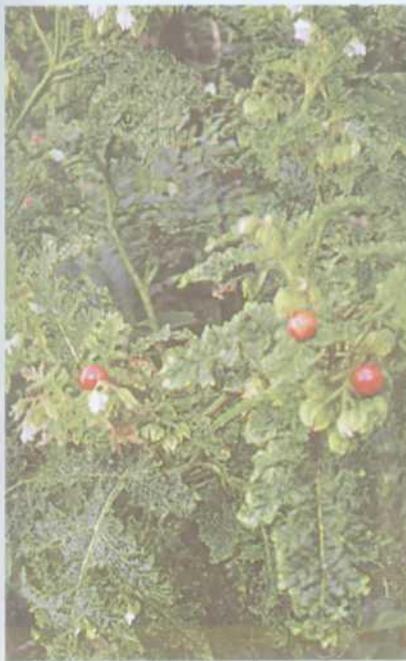
256 JAPECANGA



261 JENIPAPEIRO



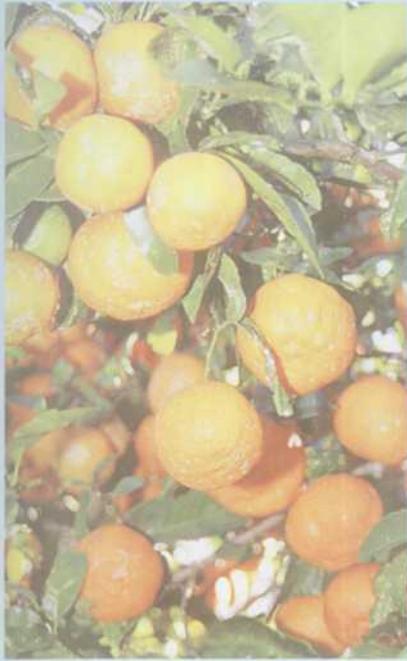
262 JILÓ



263 JUÁ



264 JURUBEBA



269 LIMÃO-BERGAMOTA



270 LIMÃO-GALEGO



271 LÍNGUA-DE-VACA



272 LINHAÇA



277 LOURO



278 MACELA



279 MACIEIRA



280 MADRESSILVA



285 MAMOEIRO-MACHO



286 MANACÁ



287 MANGABEIRA



288 MANGUEIRA



293 MARACUJÁ-ÇU



294 MARACUJÁ-DO-MATO



295 MARACUJÁ-PEROBA



296 MARAVILHA



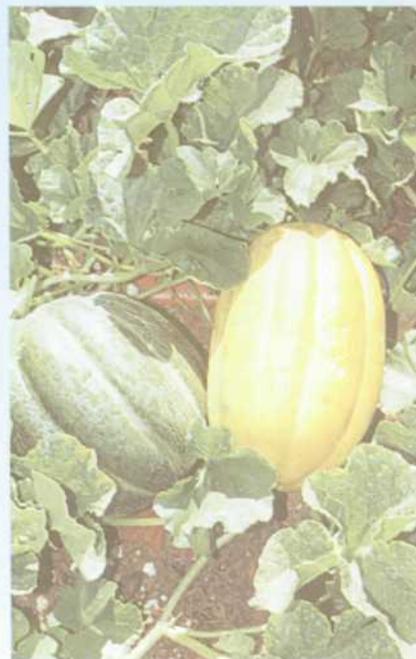
301 MASTRUÇO



302 MATA-CAMPO



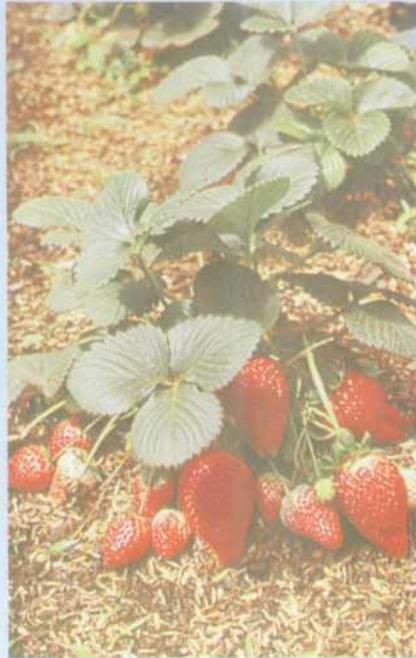
303 MELANCIA



304 MELÃO



309 MORANGA



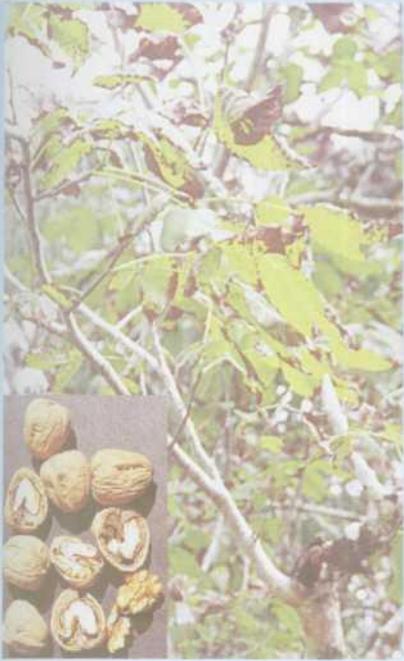
310 MORANGUEIRO



311 MOSTARDA



312 MURICIZEIRO



317 NOGUEIRA



318 NOGUEIRA-PECÃ



319 OLIVEIRA



320 ONZE-HORAS



325 PARIPAROBA-DO-MATO



326 PARIRI



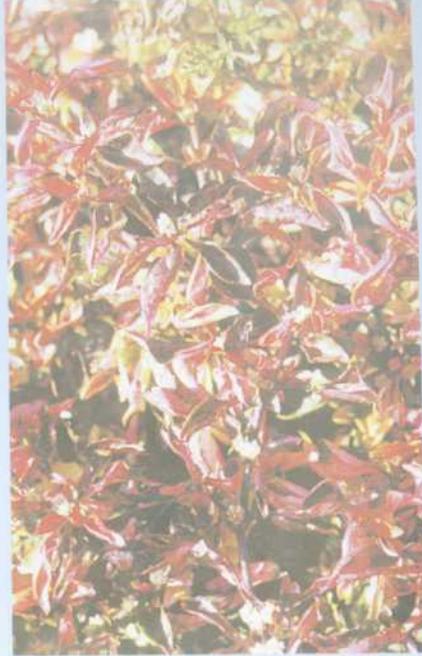
327 PATA-DE-VACA



328 PAU-AMARGO



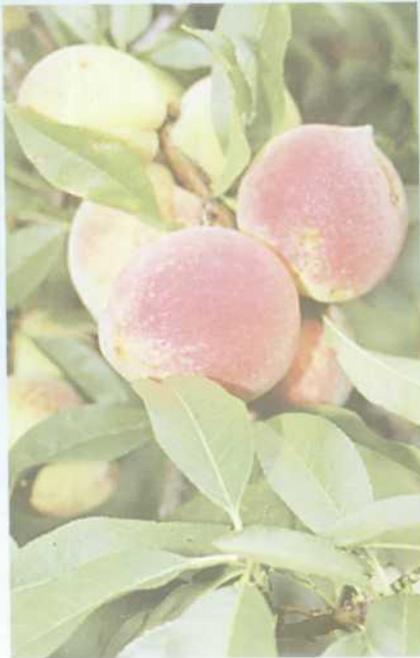
333 PEREIRA



334 PERIQUITO



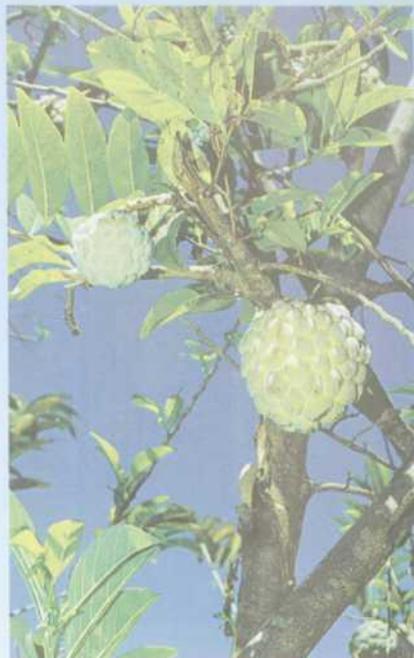
335 PERPÉTUA



336 PESSEGUIRO



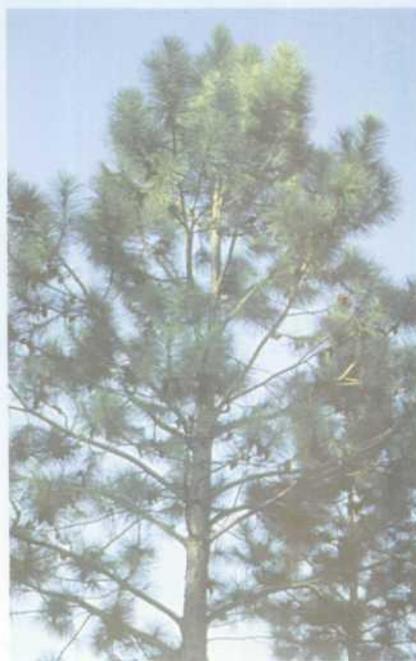
341 PIMENTÃO



342 PINHA



343 PINHEIRO



344 PINHEIRO-AMERICANO



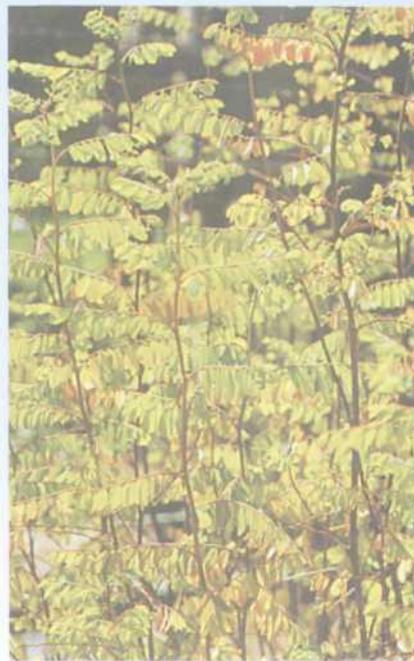
349 POEJO



350 PULMONÁRIA



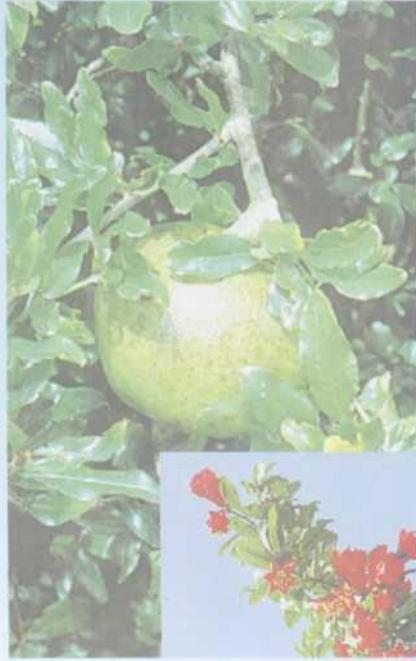
351 QUARESMEIRA



352 QUEBRA-PEDRA



357 REPOLHO



358 ROMAZEIRA



359 ROSEIRA



360 ROSEIRA-SILVESTRE



365 SALSA-DA-PRAIA



366 SALVA-DO-RIO-GRANDE-DO-SUL



367 SÁLVIA



368 SAMAMBAIA-ROXA



373 SEMPRE-VIVA



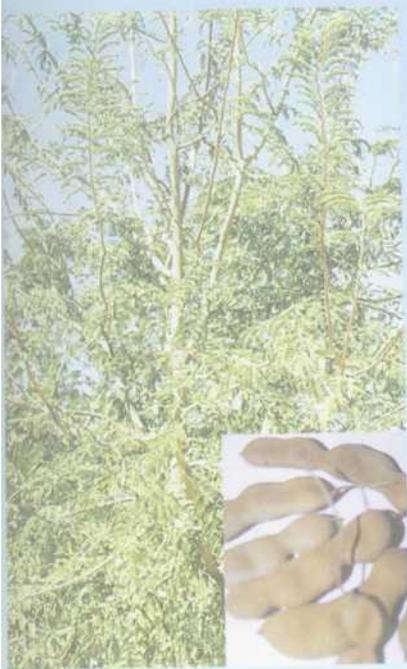
374 SENE



375 SERRALHA



376 SETE-CAPOTES



381 TAMARINDEIRO



382 TANCHAGEM



383 TAQUARA



384 TAQUARA-DO-REINO



385 TARUMÃ



386 TIMBÓ



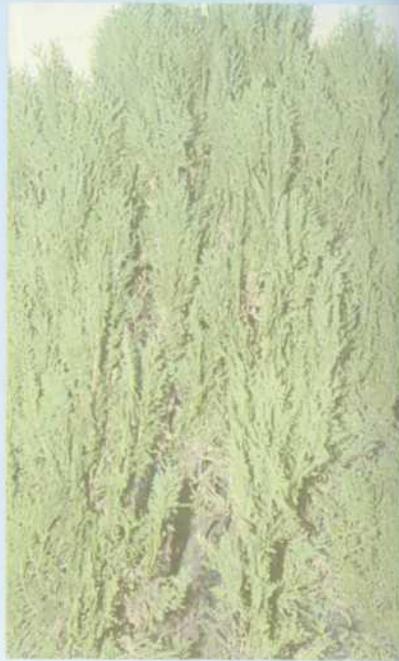
387 TIRIRICA



388 TOMATEIRO



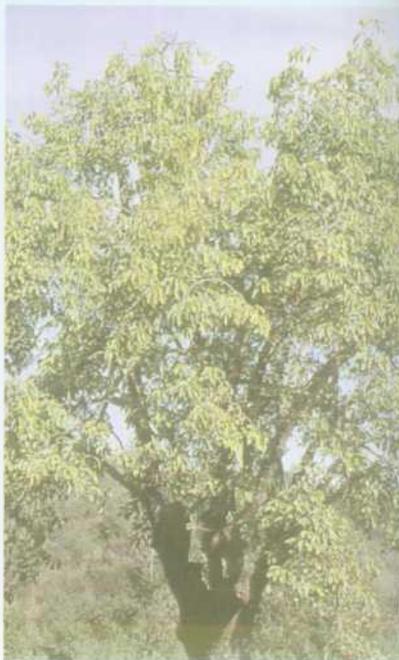
393 TRIGO



394 TUIA



395 TUNA



396 UMBUZEIRO



401 UVA-DO-JAPÃO



402 UVALHEIRA



403 VACUNZEIRO



404 VASSOURINHA



409 VIOLETA-DE-JARDIM



410 VIKI



411 ZEDOÁRIA



412 ZÍNIA

## TÍTULO IV

### RELAÇÃO DAS PLANTASSE ERVAS E SUAS ATRIBUIÇÕES

#### 01-ABACATEIRO

O chá das folhas combate diarreias, disenterias, gases, febres, reumatismo e doenças das vias urinárias. É diurético, indicado para problemas de rins e cálculos renais. O fruto é antianêmico e afrodisíaco. Para embelezar a pele misturar a polpa com mel e massagear duas vezes por semana. Ralar o caroço e deixar no álcool, usando o líquido para banhos em dores reumáticas.

#### 02-ABACAXI

O fruto e a casca auxiliam nas doenças respiratórias, dor de garganta e bronquite. É depurativo, diurético, auxilia a digestão e as funções do fígado. O xarope (suco quente com mel) é expectorante.

#### 03-ABÓBORA, jerimum

O suco das folhas e flores passa-se no tratamento da erisipela para tirar o calor. O chá purifica o sangue e alivia a dor nos rins, próstata e bexiga. As sementes regulam os intestinos, úteis para a próstata, úlcera e câncer do estômago e esmagadas, tomadas com leite em jejum, combatem lombrigas e a solitária.

#### 04-AÇAFRÃO-DA-ÍNDIA, açafroa, curcuma

Um pedacinho do rizoma, secado e conservado em vidros escuros, para uma xícara de água em infusão é remédio para problemas de fígado, bÍlis, icterícia, estômago, gases e para normalizar as funções renais e o colesterol. Pode-se usar também em compressas para doenças e afecções da pele.

#### 05-AÇAIZEIRO, açai, palmito-juçara

O açai, alimento rico em ferro está sendo cada vez mais divulgado, graças ao sorvete, licores, doces, vinho e batidas. O óleo extraído dos frutos é emoliente. Um pedaço da raiz (tamanho de um dedo) fervido durante 5 minutos, em 1 litro de água e tomado durante o dia combate a êharréia. O líquido tem também efeito cicatrizante. Ferve-se a casca com açúcar ou mel para elaboração de xarope tônico. Com as flores se faz chá para amarelão e para lavar frieiras .

#### 06-ACANTO

As folhas amassadas podem ser usadas sobre queimaduras, picadas de insetos e contusões. Uma colherinha de chá da raiz ou de folhas para uma xícara, em decocção, tomar aos goles durante só um dia, é remédio para distúrbios digestivos e diarreias. O mesmo líquido serve para gargarejos em dor de garganta, pincelar aftas, afecções na boca, lavar e cicatrizar feridas.

#### 07-ACEROLA, ginjeira-da-jamaica

Come-se a fruta ou bebe-se o suco para fortalecer os ossos e acalmar os nervos. Também combate a osteoporose, reumatismo e o escorbuto. Contém muita vitamina C fortalecendo o organismo contra infecções diversas.

#### 08-AÇOITA-CAVALO, coita

Usa-se o chá da casca para disenterias, câimbras de sangue, lavagem intestinal, úlceras, câncer, males da bexiga, insónia, inclusive folhas e flores para gargarejos, dor de dente (bochechos) e para lavar feridas e rachaduras da pele.

#### 09-AGAVE, pita, vela-da-pureza

Usam-se 30g de folhas picadas por litro, como depurativo do sangue, para erguer I a pressão, para doenças venéreas, reumatismo, fígado, icterícia e rins. Do suco das I folhas se faz xampu contra calvície, caspa e para embelezar o cabelo.

#### 10-AGONIADA, arapuê

O cozimento das cascas é ótimo remédio para menstruações dolorosas e difíceis, I menopausa, doenças dos ovários, do útero e suas manifestações: dores no corpo, I cansaço, tontura e palidez. Também para problemas de estômago, intestino, asmael erupções da pele.

### 11 -AGRIÃO, agrião-da-água

É tônico, estimulante e depurativo. É usado para combater fraquezas em geral, doenças I dos pulmões: tosse, bronquite, misturando-se o suco com mel. O suco também é usado para limpeza de pele e no cabelo contra a queda e caspa. Estimula a digestão! Não abusar durante a gravidez e lactação.

### 12-AIPIM, mandioca, macaxeira

As folhas contêm muito ferro e cozidas são comestíveis. O chá dos brotos favorece o sono, é sedativo e útil nas hemorróidas. A farinha é indicada para disenterias. As folhas e a farinha em cataplasma aplicam-se em tumores, inflamações, erisipelas e "empedramento" dos seios na lactação.

### 13-AIPO, salsão

As raízes e as sementes são usadas para expelir gases do estômago e intestinos, nos casos de reumatismo, gota, escorbuto e problemas das vias urinárias evitando a retenção da urina e impurezas.

### 14-ALCACHOFRA, alcachofra-da-horta

Contém muito ferro e cálcio. Repõe os sais minerais do organismo. As partes tenras podem ser comidas cruas. Os frutos verdes são ótimos para os diabéticos. Usam-se as folhas da base da planta. O chá é tônico, diurético, preventivo e curativo das afecções do fígado, da biliar, estômago, rins e bexiga. Útil nos casos de diabetes, colesterol elevado, arteriosclerose, tireóide, hipertensão, asma, afecções dos pulmões e doenças de pele. Do receptáculo da flor se fazem as saladas e conservas. Evitar o chá na lactação.

### 15-ALCÂNFORA, canforeira, alcanfor

A erva curtida na cachaça ou álcool tradicionalmente usa-se para dores reumáticas e musculares, contusões, torcicolos e picadas de insetos. A cânfora (outro tipo) extraída de uma árvore é recomendada para estados nervosos, depressivos, como tónica do coração. A casca também é utilizada em álcool para os usos externos citados.

### 16-ALECRIM, alecrim-da-horta

É tempero para carnes assadas. Toma-se o chá das folhas para a clorose, inapetência, histeria, nervosismo, indigestão, tosses, bronquites e asma. Provoca suor, é depurativo do sangue, tônico para o coração e anti-reumático. É usado também para banhos de pele, do cabelo e para caspa.

### 17-ALEVANTE, levante

É um tipo de menta ou hortelã. Usa-se para as mesmas finalidades das hortelãs. **18-ALFACE** Picar uma folha e adicionar água fervente. É um chá para perturbações do sistema nervoso e ansiedade. A alface tem poder calmante, analgésico e sonífero. O suco das folhas ou o chá podem ser aplicados na pele para torná-la suave e livrá-la de impurezas.

### 19-ALFACE-D'ÁGUA, mururé, lentilha-d'água

Usa-se a planta amassada nos tumores para "amadurecer" e também nas erisipelas e hemorróidas. O chá das folhas como diurético nos problemas de rins, bexiga, urina e escarros com sangue e em problemas de sífilis.

### 20-ALFAFA, luzerna

Faz-se chá com as folhas secas da alfafa ou em pó como fonte de vitaminas, minerais; proteínas. Excelente contra o raquitismo. É digestiva, abre o apetite e restabelece as forças do corpo, combate o reumatismo, artrite e escorbuto, é diurética e revigora a pele (lavagens). As sementes cultivadas em hidroponia (na água), produzem os nutritivos brotos consumidos como salada.

### 21 -ALFAVACA, basilicão, manjericão

Ótima para tempero. Pode-se usar toda a planta fresca para chás diuréticos, estimulantes, sudoríficos, estomacais, para flatulência, afecções respiratórias, asma e areias nos rins, estados nervosos, cansaço mental, ansiedade e insônia. Boa também para banhos ou bafos nas inflamações dos testículos, reumatismo, inchaços e lematomas. Estimula a lactação e o suco das folhas cura as rachaduras dos seios.

### **22-ALFAVACA-CHEIRO-DE-ANIS, anis**

É muito usada para problemas de digestão, enjoos, gastrite, estômago, bÍlis, fÍgado, intestino, cólicas menstruais, afecções respiratórias, bronquite e estados gripais.

### **23-ALFAZEMA, lavanda**

Usam-se as sumidades floridas secas para chá. A planta toda pode ser usada em anhos estimulantes, anti-sépticos e benéficos para a pele e cabelo, combatendo sarna, eczemas, psorÍase e piolhos. O chá atua em casos de asma, tosse, bronquite, sinusite. É calmante, combate a depressão, insónia, vertigens e enxaquecas, gases, problemas de baço, fÍgado e cólicas intestinais. O uso local alivia dores reumáticas e tem função cicatrizante

### **24-ALGODOEIRO**

Chá de flores e folhas se emprega para hemorragia uterina, para expelir a placenta, menstruação dolorosa ou falta de menstruação, em casos de disenterias e diarreias. Recomendável para aumentar o leite materno. A casca da raiz fresca pode ser usada para problemas das vias urinárias. Ferver a semente de algodão, misturar com mel, em forma de xarope, usa-se para bronquite, asma e catarros dos pulmões.

### **25-ALHO, alho-manso**

O alho estimula o mecanismo de defesa do organismo contra inúmeras doenças: febres, gripe, tosse e outras doenças pulmonares. Controla a diabete, a hipertensão, arteriosclerose; facilita a circulação do sangue, o metabolismo, limpa a urina. Alho com azeite alivia as dores de ouvido. Fervido com leite não deixa o mau hálito característico. Poderoso anti-séptico.

### **26-ALHO-PORÓ, alho-porro, alho-macho**

Fervendo o bulbo e a haste, torna-se um alimento de fácil digestão e nutritivo para convalescentes. Tem muitas propriedades semelhantes ao alho comum, sendo bom para os rins, fÍgado; laxante suave, diurético, ajuda para emagrecer. Aquecido e amassado com banha, ou óleo, faz-se uma pasta para aplicar em furúnculos, abscessos, picadas de insetos e abelhas. Diz-se que o cheiro de alho espanta cobra.

### **27-ALMEIRÃO**

O almeirão é digestivo e bom em saladas. É calmante, depurativo, diurético; contém muito ferro, potássio, cálcio e magnésio. Indicado para anemias. Corrige perturbações do estômago, fÍgado, bexiga e rins. Desintoxica o organismo, melhorando a pele. Come-se cru em jejum ou bebe-se a água do cozimento (3 vezes ao dia) antes das refeições.

### **28-AMEIXA, ameixeira, ameixa-preta**

Consumir ameixa madura, seca ou cozida é excelente remédio para intestinos, hemorróidas e ativa as funções do fÍgado. É nutritiva e rica em minerais. Pode ser consumida por convalescentes e pessoas esgotadas, sem contra-indicação. Não comer a amêndoa do caroço.

### **29-AMEIXA-DO-JAPÃO, ameixa-amarela, ameixa-de-inverno**

O fruto é suculento e digestivo, levemente ácido. Com as folhas e broto de pinheiro (araucária) ou com poejo e casca de cerejeira, ou com guaco e mel, preparado em ponto de xarope, acalmam-se gripes, resfriados, bronquite e asma.

### **30-AMENDOIM, mandubi**

O óleo que contém o amendoim é muito nutritivo, reconstituente, estimulante e considerado afrodisíaco. O amendoim com gosto rançoso não deve ser consumido, nem utilizado em pés-de-moleque, por ser altamente prejudicial à saúde.

### **31-AMOREIRA- BRANCA, amora-do-mato**

Existem muitos tipos de amora. O povo prefere a branca para diabete. O chá das folhas combate afecções dos rins, é diurético, depurativo e tónico. Em gargarejo para afecções da boca, garganta e ouvidos .

### **32-AMOREIRA- PRETA, amora-brava**

Ver "amora-branca". É usada para as mesmas finalidades.

### **33-AMOREIRA**

É uma árvore cujas folhas são alimento para o bicho-da-seda. O chá das folhas é febrífugo e para diarreias e cálculos renais. Usa-se em bochechos para afecções das amígdalas, garganta, gengivas, aftas e mucosas da boca. Com os frutos se faz delicioso suco.

### **34-AMOR-PERFEITO, violeta-tricolor**

Usam-se as folhas e flores, em infusão. É essencialmente depurativo, diurético, cicatrizante, febrífugo e provoca suor. Para a pele atua em psoríase, herpes, acne e outras afecções cutâneas

### **35-ANANÁS, ananaseiro**

Comendo-se regularmente combatem-se cálculos dos rins e vesícula. É diurético. Com o fruto se faz xarope para combater bronquites, tuberculoses, icterícia e doenças do fígado. Ferver a casca com água e açúcar dá um bom refresco. (Coar com pano).

### **36-ANGICO-VERMELHO**

A goma do angico dissolvida em água quente e mel usa-se para asma, bronquite, sinusite e problemas das vias respiratórias. O chá da casca é depurativo do sangue, usado para leucorréias e gonorréias. A tintura da casca do angico passa-se em dores no corpo: reumatismo, artrite, torcicolos e dores musculares.

### **37-ANIS, erva-doce**

O chá das sementes, uma colherinha por xícara, combate a disenteria, dor de barriga, cólicas (infantis), gases, azia e soluços. Aumenta o leite materno, evita vômitos e enjoos na gravidez e palpitações do coração; é calmante e expectorante.

### **38-ARAÇA-DO-CAMPO**

É usado para os mesmos fins que o araçazeiro n. 39.

### **39-ARAÇAZEIRO (vermelho ou amarelo)**

Usam-se a casca e também folhas para hemorragias em geral, dor de barriga, infecção intestinal, diarreias e para lavar feridas, varizes e úlceras. Seus frutos são bons para os intestinos, contém vitamina C e podem ser aproveitados para doces.

### **40-ARATICUM, quaresma, araticum-do-mato**

O chá das folhas usa-se em banhos para reumatismo e as folhas bem quentes ou as sementes, torradas e reduzidas a pó, aplicam-se sobre feridas, úlceras e câncer de pele. O chá é tônico e indicado para fraqueza do sistema digestivo, para cólicas e diarreias.

### **41 -ARNICA, tabaco-das-montanhas**

Os banhos com a planta usam-se nos traumatismos, golpes, dores reumáticas, flebites, distensões musculares e hematomas. Embora haja indicações também para uso interno, não é recomendável seu uso doméstico. Pode ser adquirida em farmácias homeopáticas.

### **42-ARNICA-DO-MATO, língua-de-vaca-miúda, buglossa**

A infusão de uma folha para uma xícara de água tem função diurética, para rins, cálculos renais, bexiga e afecções pulmonares. Popularmente é usada também para apendicite, arteriosclerose, prevenção do tétano e reumatismo. Externamente (pode-se usar a raiz) para varizes, úlceras, contusões e feridas.

### **43-AROEIRA, aroeira-mansa, fruta-de-sabiá, aroeira-vermelha**

Faz-se chá da casca (25g por litro) para banhos em casos de reumatismo, artrite, distensões, dores e fraquezas musculares, ciática e inflamações em geral. Ferver a aroeira com folha de batata é bom para gargarejos em problemas de afecções das cordas vocais.

### **44-AROEIRA- BRAVA, pau-de-bugre, bugreiro**

Esta é a aroeira que causa alergia para certas pessoas . A aroeira anterior (n.43 ) é eficaz para banhar estas alergias.

#### **45-ARROZ**

O arroz bem cozido, empapado, (sem sal), aplica-se em forma de emplastro em furúnculos, erisipelas, eczemas e manchas da pele. Funciona também como cicatrizante. A água de arroz é indicada para problemas intestinais. A palha (infusão) usa-se para disenteria, reumatismo e gota.

#### **46-ARRUDA, arruda-fedorenta**

A arruda contém propriedades tóxicas. Evitar na gravidez. É normalizadora do ciclo menstrual. Boa para dor de cabeça (até esfregando a folha na testa), dor de dente e de ouvido (amassar um galhinho com pouco d'água, ou um chumaço de algodão junto ao ouvido ou no dente). Também para gases, incontinência da urina, fraqueza dos vasos sanguíneos, calmante e como anti-infecciosa. Dose: uma colherinha (de folha ou de flor) para uma xícara de água. É calmante, bom para ressacas, embriagues e indigestão. O cheiro afasta insetos e o povo aplica arruda em picadas de cobra. (Sempre procurar o soro específico).

#### **47-ARTEMÍSIA, artemigem**

Toma-se o chá das flores como tônico e também calmante. Indicado para problemas de gases, espasmos, cólicas, infecções uterinas e febres. Regulariza o fluxo menstrual. Externamente o *chá das folhas e flores é bom para banhos em caso de úlceras, feridas, piolhos, lêndeas e para afugentar insetos.*

#### **48-AVEIA**

A aveia, em farinha ou flocos é um dos alimentos mais nutritivos, tanto para crianças quanto para idosos. É de fácil digestão e ótima para os intestinos. Espremer a aveia misturada com um pouco de água ou leite e passar o líquido na pele limpa a pele e revitaliza peles secas. Ferver durante 15 a 20 minutos um punhado de palha (20g) em um litro de água, é bom para controlar o ácido úrico, dose mais forte é diurética e com mel serve para intestinos e tosse com catarro.

#### **49-AVENCA, cabelo-de-vênus**

Ochá é bom para tosse, bronquite e asma; para regularizar a menstruação e problemas urinários. Combate a caspa e a calvície. Para problemas respiratórios faz-se xarope com sassafrás, avenca e chapéu-de-couro.

#### **50-AZEDINHA, trevo-azedo, azedinha-de-folha-cortada**

Usar toda a planta fresca como chá refrescante, diurético, depurativo e contra febres, aftas, "sapinhos", dor de garganta, fígado e bexiga.

#### **51-AZEVINHO, azevim**

Planta de clima temperado. Excelente calmante para cólicas do estômago e dos intestinos, para dores de artrite, gota, reumatismo, úlceras e câimbras. Tomam-se 3 a 4 xícaras por dia (decoção ou infusão das folhas).

#### **52-BABOSA, aloés, caraguatá-de-jardim**

Com uma pequena fatia da polpa da folha prepara-se uma xícara em infusão. Toma-se em jejum durante uma semana para males do fígado, icterícia, prisão-de ventre, biliar e estômago. O sumo triturado com mel é usado para curar certos tipos de câncer e também para bronquites. O uso interno deve ser evitado por gestantes, por quem sofre dos ovários, bexiga, hemorróidas e rins. Usa-se o líquido externamente para reumatismo, varizes, hemorróidas, doenças de pele, tumores, queimaduras e para prevenir rugas e flacidez. Embeleza e fortalece o cabelo, evitando a queda e a caspa.

#### **53-BÁLSAMO-BRASILEIRO, crássula**

É aplicado em forma de cataplasma em contusões e hematomas durante quinze minutos, repetidamente.

#### **54-BAMBU**

A água dos brotos é tida como contraveneno. Os brotos novos são comestíveis, [ndica-se o chá das folhas novas para febre, afecções intestinais, hemorragias, hemorróidas e perturbações do estômago.

### **55-BANANEIRA**

As folhas novas em compressa ou a seiva são analgésicas nos casos de queimadura, picadas de aranha, inchações, urticárias e também nas inflamações dos testículos. Tomando-se bastante água do tronco combatem-se infecções, diarreias, febres hemorragias uterinas, amarelão e auxilia alcoólatras e fumantes a deixar o vício. Para azia e diarreia, come-se a banana um pouco verde.

### **56 - BARBA-DE-PAU, barba-de-velho**

Usa-se o chá para fígado, hemorróidas e inflamação do reto. Pode-se fazer aplicação local ou em forma de pomada amassando-se com óleo ou banha.

### **57-BARBATIMÃO, paricarana, casca-da-virgindade**

A casca reduzida a pó aplica-se sobre feridas e hérnias. O cozimento da casca é altamente adstringente servindo para lavar feridas, infecções vaginais e bebe-se o chá para hemorragias uterinas, corrimento e gonorréia.

### **58- BARDANA, baldrame**

Usa-se o chá da raiz e das folhas. É depurativo e diurético. Serve para bronquite, caxumba, catarro no tubo digestivo, cálculos biliares e da bexiga, cólicas hepáticas, gastrite, furúnculos, pólipos, eczemas e afecções da pele. O chá da raiz é usado em intoxicações. Lavar o couro cabeludo evita a queda e revitaliza os cabelos. Coma folha aquecida e banha se faz compressas para reumatismo e feridas. Pequenas quantidades de folhas tenras podem ser consumidas junto com saladas.

### **59-BARU, cumaru**

O chá das sementes atua favoravelmente nas fraquezas dos nervos, do coração e nas convalescenças. Provoca suor e auxilia na menstruação.

### **60-BATATA-DOCE, jetica, munhata**

O chá das folhas em gargarejo combate inflamação de dente ou gengivas, bocae garganta. Em banhos ou compressas com banha, para dores reumáticas, pernas inchadas e limpar frieiras e feridas. A pasta da batata cozida amolece tumores.

### **61 -BATATA-INGLESA, batatinha**

A batatinha quando mais fresca mais vitamina possui. O suco da batatinha crua é bom para úlceras do estômago. Colocar rodelas na testa tira a dor de cabeça. O chá com o chá das folhas tira inflamações e é bom para gargarejo em caso aftas, "sapinhos" e mesmo tumores.

### **62-BEGÔNIA**

Usa-se o chá das folhas para inflamações e catarro da bexiga, da uretra, para diarreias e disenterias. O suco das folhas contém um ácido que tira mancha de tinta de escrever

### **63-BEIJO-DE-FRADE, maria-sem-vergonha, beijo**

O povo usa o chá das extremidades floridas para ácido úrico, para estômago, amarelão e cólicas menstruais. As folhas podem ser consumidas misturadas com outras verduras.

### **64-BELDROEGA, caaponga, beldroega-pequena, alecrim-de-são-josé**

Usa-se as folhas, talos e sementes. É uma planta refrescante, diurética, boa para fígado, rins, bexiga e aumenta o leite materno. O suco e as folhas são cicatrizantes e podem ser aplicados quentes nas dores externas de pontadas de pneumonia e em queimaduras. As folhas podem ser consumidas refogadas ou em saladas.

### **65-BERGAMOTEIRA, bergamota, mexerica, tangerina**

O chá das folhas e de algumas sementes, ajuda para baixar a pressão, acalmar os nervos e para insônia. O chá da casca da bergamoteira combate reumatismo, ácido úrico e dores de garganta.

### **66-BERINJELA**

O fruto ou o chá das folhas é laxante, diurético, aumenta o volume da urina e facilita a eliminação de pedras da bexiga. As folhas em compressa amadurecem tumores, habitualmente regula o colesterol, equilibra o sono, purifica o sangue, melhora o funcionamento dos intestinos. O suco em jejum (com suco de laranja) emagrece.

### **67-BETERRABA**

Tem grande valor nutritivo e energético; é digestiva e remineralizante. As folhas, ricas em ferro, podem ser consumidas em saladas ou sopas. O hábito de consumir beterraba, crua, cozida ou em sucos, ativa o cérebro, combate o stress, fortalece as células, evita câncer e limpa as vias urinárias.

### **68-BOA-NOITE, vinca**

É de cor branca ou roxa. O uso do chá deve ser dosado. Serve para manchas brancas da pele, vitiligo, psoríase e micoses. Seca-se na sombra durante oito dias uma folha média; divide-se a folha em quatro partes e com uma das partes se faz um copo de chá. Toma-se durante o dia. Após oito dias repetir a dose. Total quatro doses. Cientistas estão estudando a planta para cura de alguns tipos de câncer.

### **69-BOCA-DE-LEÃO**

O chá da planta é antiinflamatório, para boca, garganta e bom para a pele. Em compressas serve para dores localizadas.

### **70-BOLDO, falso-boldo, boldo-brasileiro, sete-dores, malva-santa**

O chá das folhas é usado para problemas digestivos, do fígado, estômago, intestino e azia. Serve para curar a ressaca por excesso de bebida.

### **71-BOLDO-GRAÚDO, figatil, alumam, necroton, boldo-baiano**

É uma pequena árvore. Sofre com a geada. O chá de uma ou duas folhas por xícara, em decocção ou infusão se usa para distúrbios do fígado, para bÍlis, vesícula, contra dores de cabeça e ressacas alcoólicas.

### **72- BOLS A-DE-PASTOR**

O chá da plantinha fresca, colhida antes da floração é usado para hemorragias uterinas, nasais, excesso de menstruação, menopausa, vômitos e escarros com sangue e disenterias. Serve para banhos em muitas doenças de pele, inclusive feridas abertas.

### **73-BORRAGEM**

Cultiva-se nas hortas para consumo como salada. A planta, de flores azuis, tem aparência de murcha. Em infusão (15g por litro) usa-se para reumatismo, bronquite, tosse, inflamações dos pulmões, dos rins, febre e vermelhão da pele (escarlatina, rubéola). As folhas frescas são emolientes.

### **74 - BRINCO-DE-PRINCESA**

Existem muitas formas híbridas da planta. O chá das folhas é diurético e das flores é refrigerante.

### **75-BRÓCOLIS**

O brócolis, tem as propriedades da couve (ver "couve"). Contudo é atribuído ao brócolis maior poder anticancerígeno, por isso está sendo atualmente muito procurado e consumido.

### **76-BUCHINHA-DO-NORTE**

Não se aconselha uso interno. O vapor da planta é aspirado para descongestionar vias nasais e na sinusite.

### **77-BURITIZEIRO, buriti, muriti**

Do líquido do caule se faz o gostoso vinho de buriti e a madeira produz uma fécula parecida com sagu. Da polpa do fruto se fazem doces. O óleo do buriti, além da aplicação industrial, é muito bom para expelir vermes intestinais. Do buriti deve-se aproveitar os frutos que sempre se renovam e não derrubar o buriti para extrair o palmito.

### **78-BUTIAZEIRO, butiá**

O butiá é um fruto suculento e rico em vitamina C. O óleo do butiá é usado para expelir vermes intestinais.

### **79 - BU VA, voadeira, capiçoba**

É um antiinflamatório para artrite, hemorróidas, uretra, bexiga, fígado, próstata e testículos. Também indicado para doenças venéreas, feridas persistentes e para expelir catarro preso (de ex-fumante). Há autores que afirmam a cura de leucemia com o uso desta planta tão comum.

### **80-CABRIÚVA, cabreúva, pau-bálsamo, pau-de-óleo-verdadeiro**

O chá da casca é tônico dos nervos e do coração; combate doenças pulmonares, asma e bronquite. Junto com a casca de angico se faz um xarope expectorante.

### **81 -CACAEIRO, cacau**

O cacau é mais alimento, em seus subprodutos, do que remédio. As amêndoas torradas e moídas, bem como o chocolate, são tônicos gerais do organismo e diuréticos.

### **82-CACTO**

Popularmente se acredita que o sumo do cacto fortalece os músculos, principalmente

### **73-BORRAGEM**

Cultiva-se nas hortas para consumo como salada. A planta, de flores azuis, tem aparência de murcha. Em infusão (15g por litro) usa-se para reumatismo, bronquite, tosse, inflamações dos pulmões, dos rins, febre e vermelhão da pele (escarlatina, rubéola). As folhas frescas são emolientes.

### **74 - BRINCO-DE-PRINCESA**

Existem muitas formas híbridas da planta. O chá das folhas é diurético e das flores é refrigerante.

### **75-BRÓCOLIS**

O brócolis, tem as propriedades da couve (ver "couve"). Contudo é atribuído ao brócolis maior poder anticancerígeno, por isso está sendo atualmente muito procurado e consumido.

### **76-BUCHINHA-DO-NORTE**

Não se aconselha uso interno. O vapor da planta é aspirado para descongestionar as vias nasais e na sinusite.

### **77-BURITIZEIRO, buriti, muriti**

Do líquido do caule se faz o gostoso vinho de buriti e a madeira produz uma fécula parecida com sagu. Da polpa do fruto se fazem doces. O óleo do buriti, além da aplicação industrial, é muito bom para expelir vermes intestinais. Do buriti deve-se aproveitar os frutos que sempre se renovam e não derrubar o buriti para extrair o palmito.

### **78-BUTIAZEIRO, butiá**

O butiá é um fruto suculento e rico em vitamina C. O óleo do butiá é usado para expelir vermes intestinais.

### **79 - BUVA, voadeira, capiçoba**

É um antiinflamatório para artrite, hemorróidas, uretra, bexiga, fígado, próstata e testículos. Também indicado para doenças venéreas, feridas persistentes e para expelir catarro preso (de ex-fumante). Há autores que afirmam a cura de leucemia com o uso desta planta tão comum.

### **80-CABRIÚVA, cabreúva, pau-bálsamo, pau-de-óleo-verdadeiro**

O chá da casca é tônico dos nervos e do coração; combate doenças pulmonares, asma e bronquite. Junto com a casca de angico se faz um xarope expectorante.

### **81 -CACAEIRO, cacau**

O cacau é mais alimento, em seus subprodutos, do que remédio. As amêndoas torradas e moídas, bem como o chocolate, são tônicos gerais do organismo e diuréticos.

### **82-CACTO**

Popularmente se acredita que o sumo do cacto fortalece os músculos, principalmente

90-CAMBUÍ, murta-do-campo

O chá da casca é útil para diarreias, bronquites e outras doenças respiratórias. Di casca e folhas fervidas faz-se chá para feridas na boca e brotoejos. A frutinhai comestível.

**91 -CAMOMILA, camomila-comum**

As flores são usadas para cólicas estomacais, intestinais e biliares, espasmos i digestão. Usada igualmente para insónia, nervos, histerismo e menstruaçõe dolorosas. Externamente usa-se para nevralgias, reumatismo, como emoliente, par doenças de pele, inflamação dos olhos e para clarear o cabelo.

92-CAMOMILA-ROMANA

É usada para as mesmas atribuições da camomila comum.

93- C ANA-DE-AÇÚC AR

Os derivados da cana são ricos em cálcio, fósforo e ferro, com exceção do açúcs refinado, sendo portanto ricos alimentos para crianças e desnutridos, fortalecend os músculos e os ossos, atuando como tónico dos nervos, do estômago e contra anemia. O chá das folhas, secadas á sombra serve para curar aftas e sapinho: Chupar cana alimenta, limpa e fortalece os dentes.

**94- C ANA-DE-C ACHO, caninha-de-horta**

Variedade de cana mais fina. Conserva algumas propriedades da cana anterior, apreciada por ter sabor peculiar.

95-CANA-DE-MACACO, cana-branca, caatinga

O suco da haste é calmante para os nervos e coração, diurético e refrigerante. Tom; se para dores na bexiga, uretra, rins, cálculos renais, arteriosclerose, gonorréia sífilis. Tanto o suco da haste, como as folhas em infusão, são usados para lav; feridas de origem sifilítica e as folhas frescas como emolientes em tumores.

**96 - CANA-DO-BRE JO, cana-roxa**

Usam-se folhas, rizoma ou as hastes. As folhas ou o pó da raiz untados com banha: empregam em cataplasmas, como adstringentes, para inflamações, hérnias e pancada O chá das hastes ou o suco é usado para febres, fraquezas, problemas de rir bexiga, uretra e para provocar a menstruaçãõ.

**97-CANELA, caneleira, canela-do-ceilão**

O chá da casca é estimulante dos nervos, ativa a circulação, combate azia, enjôc diarreias, mau hálito e infecções da garganta.

**98-CANELA-PRETA, canela-fedorenta, canela-imbuia**

Parte interna da casca desta canela e de algumas outras espécies, desfiada, aquecii e aplicada em furúnculos apressam o amadurecimento do mesmo.

**99-CANJERANA, canjarana, pau-de-santo**

A fervura da casca resulta em chá reconstituente, combatendo prisão-de-ventre e diarreia, digestão difícil e febres. Útil para doenças de pele.

**100-CAPIM BARBA-DE-BODE**

O chá deste capim é bom para os rins, fígado e estômago. É bom tomar junto com o capim-pelo-de-porco para problemas de rins, bexiga, bronquite e como diurético.

**101 -CAPIM-CIDRO, capim-cidreira, jaçapé, capim-de-trilho, capim-limão**

O chá é usado como digestivo, para gases, para reumatismo, dores nos músculos, como calmante, nas ansiedades, para baixar a febre e provocar suor.

**102-CAPIM-DE-BURRO, capim-da-cidade**

O chá da raiz é ótimo diurético, combate inflamações das vias urinárias, reumatismo, provoca suor e é considerado antiabortivo.

**103 - CAPIM -GORDURA, capim-melado, catingueiro**

Toda a planta em decocção é usada para afecções das vias respiratórias, como diurética e para infecções intestinais, diarreias e disenterias. Popularmente recomendada para banhos em dores reumáticas, artrite e juntas inflamadas.

**104-CAPIM-MILHÃ, miã, capim-tinga, capim-colchão**

O chá da raiz é diurético, indicado para problemas de vias urinárias e cálculos renais. A planta toda para banhos em dores reumáticas.

**105-CAPIM-PÉ-DE-GALINHA, capim-da-cidade**

O chá de toda planta é bom para afecções gástricas e intestinais. Usado contra hemorragias e menstruações abundantes e como fortificante para gestantes, para desnutrição e fraquezas em geral.

**106-CAPIM-PELO-DE-PORCO**

O chá regulariza a função da bÍlis, cura a tosse comprida (coqueluche) e elimina pedras dos rins.

**107-CAPIM-RABO-DE-BURRO, capim-peba**

O chá da raiz combate amarelão e do capim se faz reméδιο para os vermes, para inflamação do fígado, da bexiga e da uretra. É também diurético, atua na secreção da bÍlis e vias urinárias em geral.

**108-CAPIM-ROSÁRIO, contas-de- rosário, lágrimas-de-nossa-senhora**

É excelente diurético. O chá das sementes ou das folhas é bom para os intestinos e para problemas de rins ou bexiga. As folhas ou sementes trituradas são usadas em compressa para reumatismo.

**109-CAPUCHINHA, chagas, mastruço-do-peru**

Usam-se as folhas em chá como depurativas do sangue, para os intestinos e estômago.

Combate o escorbuto, contém vitamina C. O suco das folhas ou comer as folhas em salada é bom para psoríase e eczemas. É tônico para os cabelos.

#### **110 - CAQUIZEIRO, caqui-liga, caqui-de-chocolate**

Existem várias espécies. O fruto combate anemia, supre a falta de vitamina A e B. É diurético, cura diabete e gota. É digestivo, laxante leve e bom para flora intestinal. A polpa do fruto é adstringente e emoliente. O chá das folhas combate intoxicações, febres e infecções urinárias.

#### **111-CARÁ**

O chá das folhas é usado para asma, coqueluche, bronquite, catarros presos e problemas das vias respiratórias em geral. O fruto (a batata) cozido regula as funções intestinais e em compressa misturada com raiz de gengibre, pode ser aplicado em tumores cancerígenos e feridas. Na foto é uma espécie de cará cuja "batata" dano caule.

#### **112- CARAGUATÁ (de cacho)**

O suco do fruto é diurético, indicado principalmente para doenças do aparelho urinário, estômago e hidropisia. O chá é bom para os rins, para tosse e afecções da garganta. O suco é vermífugo e abortivo. Assar os frutos, misturar com mel é um excelente xarope para tosses, bronquites, asma e coqueluche.

#### **113- CARAGUATÁ, língua-de-tucano**

As folhas quentes aplicadas sobre erisipelas, inflamações ou eczemas, são emolientes e apressam a cura.

#### **114- CARAMBOLA, caramboleiro, camerunga**

O fruto é regulador da glicose. Auxilia no controle da diabete. O suco é refrescante, diurético e recomendado para males de rins e bexiga.

#### **115-CARDAMOMO, noz-moscada, colônia**

As sementinhas tem sabor da noz-moscada verdadeira. São usadas como condimento. Pode-se usar toda a planta para fazer chás para abrir o apetite, para gases intestinais e as flores em especial para fortalecer o coração . Pode baixar a pressão.

#### **116 - CARDO-AMARELO, papoula-de-espinho**

O chá das folhas é purgativo. É útil nos males de rins, bexiga e intestinos. Calmante para asma e para curar feridas e úlceras de origem sifilítica. O látex serve para eliminar verrugas.

#### **117- CARDO-DE-SANTA-MARIA, cardo-mariano,alcachofra-brava**

O chá (pode-se usar toda a planta) é indicado para problemas de fígado, vesícula biliar, icterícia, cirrose hepática e hepatite. É diurético, estimulante e digestivo. Indicado para melhorar o sistema cardio-vascular, para levantar a pressão, para hemorragias uterinas e varizes. Aumenta o leite materno.

#### **118-CAROBA**

O chá da casca e das folhas é utilizado para doenças venéreas e sifilíticas, para limpar o sangue, para problemas nos ossos, reumatismo e varizes, para lavar feridas, coceiras e alergias.

#### **119-CARQUEJA-AMARGOSA, vassoura, quina-de-condamine**

O chá da planta é indicado para digestão, dores estomacais, males do fígado, dos rins, do baço, da próstata, das vias urinárias e fraquezas em geral. É excelente auxiliando no processo de desintoxicação do organismo e externamente para banhar feridas, varizes e ulcerações.

#### **120-CARQUEJA-DOCE**

É indicada para combater azias, males do fígado, sinusites, reumatismo e doenças venéreas. Com a flor se faz cataplasma, misturando com enxofre, para aplicar em picadas de insetos venenosos.

#### **121 -CARQUEJA-MIÚDA**

O chá da carquejinha é excelente para problemas de fígado, amarelão e problemas digestivos em geral.

### **122-CARRAPICHO-DE-CARNEIRO, carrapichão**

Pode-se usar toda a planta em infusão ou decocção, até 30g por litro, para doenças venéreas do homem e da mulher; para inflamação do estômago, fígado, rins, bexiga e do pênis. Usa-se também para dores internas e das articulações, para febre e bronquite. É útil para curar feridas, prevenir o tétano e câncer.

### **123-CARRAPICHO-RASTEIRO, amor-do-campo**

As folhas em cozimento usam-se para diarreias, hemorragias, hemorróidas, dores no corpo e corrimentos vaginais. A raiz é diurética e usada em casos de intoxicação e envenenamento.

### **124-CARURU, amaranto, caruru-rasteiro, bredo**

O chá é diurético. Indicado para diarreias, fígado e retenção da urina. As folhas são emolientes e podem ser consumidas refogadas como alimento

### **125-CARURU-ROXO, bredo- roxo, amaranto**

O chá das folhas é indicado para desinflamar mucosas, aliviar a tosse e expelir catarros. Auxilia o funcionamento dos intestinos.

### **126-CARURU-VERDE, amaranto-verde, caruru-de-porco**

As folhas em infusão são diuréticas e indicadas para males do fígado, catarro da bexiga, hidropisia e para ativar o aleitamento. Comem-se as folhas em salada ou em bolinhos fritos. É um alimento rico em proteína, cálcio e vitamina A.

### **127-CASCA-DE-ANTA, capororoca, pau-para-tudo**

O chá da casca-de-anta é fortificante, depurativo, resolutivo da digestão e antidiarréico. É excelente tônico para o organismo. Aumenta o apetite, elimina impurezas do sangue e vermes. O chá da folha e da casca é bom para sangramento das gengiva hemorragias. Resolve problemas de pele, sarna e piolho. O caboclo diz que é "pra tudo".

### **128-CASTANHA-DO-PARÁ, tucá, juviá**

As amêndoas são nutritivas, gostosas e consumidas fresquinhas são estimulam combatem o stress. O óleo é usado em tumores ou feridas como emoliente. A cas usada para amarelão e afecções do fígado.

### **129-CASTANHEIRO**

Usam-se folhas, casca (seca) e frutos para tosse e afecções das vias respiratói fazer o xarope misturado com mel. O fruto é consumido cozido e é muito nutriti Pode-se ralar e adicionar a outros alimentos em casos de fraqueza ou falta de minei no organismo. A amêndoa torrada e reduzida a farinha pode ser usada na confee de doces, pudins ou pão.

### **130-CATINGA-DE-MULATA, tanaceto, tanásia, anastácia**

O chá é utilizado em perturbações digestivas, icterícia, inflamações nos olhos, doi dentes; é diurético, provoca regas. Não usar durante a gravidez. Útil para I banhos em problemas de nervo ciático, reumatismo, erisipelas e para estanc; sangue. A flor é vermífuga. Queimar as folhas nos ambientes dedetiza, espanta, insetos.

### **131 -CATUABA, tatuaba, pau-de-resposta**

Existem diversas variedades. O chá da casca é considerado poderoso auxiliai sistema nervoso, nos casos de ansiedade, medo e insónia; é fortificante e de i consagrado nos casos de impotência sexual.

### **132-CAVALINHA, rabo-de-cavalo, lixa-vegetal**

A cavalinha é rica em minerais. O seu chá fortalece o organismo todo, combate tuberculoses, hemorragias internas, problemas de bexiga, de incontinência urinária, úlceras gástricas e celulite. É cicatrizante, regenerando rapidamente os tecidos. Bom I para próstata, osteoporose, perda de sangue do nariz, boca e do reto.

### **133-CEBOLA**

O caldo de cebola é vermífugo e popularmente usado nos casos de apendicite. Com mel cura gripes, dores de cabeça, é expectorante e estimula a atividade dos rins. Purifica o sangue e auxilia o coração. Comer cebola crua por dez dias, é excelente remédio para reumatismo, artrite, ácido úrico e inflamação da próstata.

### **134-CEDRO**

Ferve-se a casca. É adstringente, bom para pessoas enfraquecidas, para febres, disenterias, catarro dos pulmões, artrite e artrose. Externamente se usa para banhai feridas e testículos inflamados.

### **135-CELIDÔNIA, iodina, erva-andorinha**

O suco é cáustico e perigoso. Evitar o chá. Os homeopatas com critério utilizam de preferência a raiz para pressão alta, espasmos e como purgativo e as folhas para problemas de fígado, vesícula biliar e para normalizar o colesterol. O suco marron é de efeito comprovado para eliminar verrugas e excrescências da pele.

### **136-CENOURA**

Da cenoura aproveitam-se também as folhas cozidas como alimento e o hábito de tomar suco de cenoura cura problemas de gases, úlceras, amarelão, diarreias, tosse, bronquites, fortifica os ossos e a visão, sendo útil para crianças em crescimento; embeleza, refresca e cicatriza a pele. Como alimento previne o organismo contra problemas de próstata, artrite, gota e reumatismo.

### **137-CEREJEIRA, cerejeira-do-rio-grande**

Árvore que produz belos frutos saborosos que servem para fazer doces e geleias. A frutinha, um tanto ácida, é digestiva, indicada para fígado, ácido úrico, reumatismo e arteriosclerose. Com as folhas e a casca se faz chá para disenteria, cólicas e xarope para gripes e dores no peito.

### **138-CEREJEIRA-DA-EUROPA**

Não muito difundida no Brasil, esta cerejeira é ótima para conservas, doces, licores e xaropes reconstituintes e digestivos. Tanto as frutas como os seus longos cabinhos (pedúnculos), são diuréticos, refrescantes e adstringentes. Excelentes para controlar o ácido úrico, purificar o estômago e o sangue e liberar pedras da vesícula.

### **139-CEVADA**

Da semente se produz a cerveja, o malte. As sementes descascadas e cozidas são indicadas para convalescentes, para o crescimento, para estômago, intestino, diarreias, inflamação da bexiga, como tônico cardíaco e recomendadas no aleitamento materno.

### **140-CHA-DE-BUGRE, guaçatonga, erva-de-teiú, carvalhinho, cafezeiro-do-mato**

O chá controla o colesterol, é diurético, ajuda a emagrecer é depurativo, auxiliar em problemas de ovários, úlceras gástricas, enxaquecas, próstata e coração. Estimula a circulação e usa-se para inchaço das pernas e junto com caroba para artrite e osteoporose. Para mordedura de cobras, aranhas e abelhas, os nativos lavavam o local e bebiam bastante chá.

### **141 -CHAPÉU-DE-COURO, chá-da-campanha, chá-mineiro, erva-do-brejo**

O chá das folhas é levemente laxante e também diurético, bom para o fígado, bÍlis, rins, bexiga, para baixar o ácido úrico, para reumatismo, artrite e arteriosclerose. Muito usado como depurativo do sangue, para limpeza da pele e feridas sifilíticas. Junto com sassafrás e a haste da samambaíinha roxa se faz chá para artrite, reumatismo e "afinar" o sangue.

### **142-CHICÓRIA**

Ver " Almeirão " - mesmas atribuições

### **143- CHINCHILHO, espanta-pulga, picão-gigante, estrondo, cânego**

Tem forte cheiro. Usam-se folhas e flores para distúrbios gástricos e menstruais, diarreias e lombrigas. É um dos chás mais usados pelos índios para gripes, to catarro pulmonar e asma. Usa-se o chá também como auxiliar no tratamento \ deixar de beber ou fumar e limpar o pulmão.

### **144- CHORÃO, salgueiro**

O chá da casca e das folhas usa-se para lavar os cabelos evitando a queda e a ca para sarna e dores reumáticas. O chá das folhas é antifebril e sonífero. É calm. sexual, dos nervos e de dores em geral.

### **145-CHUCHU**

O chá das folhas é de uso comum para baixar a pressão. É diurético, benéfico pai rins, controla o ácido úrico, alivia hemorróidas, é calmante. Como salada, com muita água, mas é refrescante.

#### **146- CINCHO, canxim**

O chá da casca é calmante dos nervos, equilibra a pressão e em lavagens é indu para dores reumáticas.

#### **147 - CINERARIA, infalivina**

É aconselhável somente o uso externo. A planta tem propriedades descongestiona i cicatrizantes e antiinflamatórias. Usa-se o chá das folhas em compressa para inflamações dos olhos (conjuntivite).

#### **148-CIPÓ-CABELUDO, guaco-trepador, cipó-caatinga**

O chá cura hemorróidas, alivia dores intestinais, é diurético, auxiliar no tratameni doenças venéreas, rins, inflamação da bexiga, cólicas menstruais e gota. Usa-se j lavagens em frieiras e rachaduras da pele.

#### **149-CIPÓ-CHUMBO, fio-de-ouro, cipó-dourado**

É um parasita. Sobrevive nas árvores. Usa-se o chá em câimbras de sangue e amarelão.1 O gargarejo com o suco combate infecções respiratórias, angina, amigdalites, laringitesl ou faringites e catarros com sangue. Aplica-se o suco ou a planta reduzida a pó sobre feridas e tumores.

#### **150-CIPÓ-DE-SÃO-JOÃO, flor-de-são-joão, cipó-pé-de-lagarto**

Das flores se faz pomada para embelezar a pele e curar feridas e ulcerações. Comol chá das flores e folhas se fazem lavagens vaginais e fricções em dores articulares. I

#### **151-CIPÓ-IMBÉ, banana-imbé, banana-de-mico, banana-có**

As folhas frescas, amassadas, são usadas em compressa sobre úlceras, feridas. cortes, ferimentos de espinhos, estrepes e pregos. O cozimento das folhas é indicado,! em banhos para erisipela, reumatismo, ínguas e inflamações dos testículos.

#### **152- CIPÓ-INSULINA, cipó-pucá**

Este cipó está sendo popularizado com o nome de insulina. Uma colher de folha picada, em infusão, numa xícara, entre as refeições (3 x ao dia), é bom para os diabéticos e para o metabolismo, ajudando a emagrecer.

#### **153 -CIPÓ-MIL-HOMENS, j ar rinha, caçaú, papo-de-peru**

I O chá é tônico, depurativo e estimulante. Aumenta o apetite, combate cólicas, gastrite, diarreias, depressão, desânimo, stress e a hipocondria (crer que se está doente). Purifica o sangue e tira dores localizadas, nevralgias, dor ciática e reumatismo. Usa-se o chá também em casos de malária. Não usar durante a gravidez.

#### **154-CIPÓ-PATA-DE-VACA, cipó-escada, escada-de-macaco**

As folhas se usam para lavar feridas e fazer banho nos cabelos para eliminar a caspa. O chá é diurético, adstringente, combate a diabete, tosse, bronquite, sífilis, pedras nos rins e males da bexiga.

#### **155-CIPÓ-SUMA, piriguara**

Éum grande depurativo, cura doenças que se manifestam através da pele: manchas vermelhas ou brancas, erupções purulentas, sarna e feridas sifilíticas. Costuma-se torrar a casca, moer (duas colheres ) e tomar com água para purificar o sangue, substituindo o sal amargo. Usa-se também como preventivo do raquitismo.

#### **156-CIPRESTE**

O chá das bagas (sementes) é usado para curar males da próstata, fraqueza, problemas de circulação, intestinos, hemorragias,, incontinência urinária e varizes. O chá das folhas, mais novas, é bom para reumatismo e disenterias . As bagas cozidas aplicam-se em banhos ou compressas nas hérnias ou para lavar feridas. Com o chá também se lavam os cabelos para fortalecê-los.

#### **157 - COCO-DA-BAHIA**

O leite que sai da massa fresca (amassada) ou mesmo o consumo da massa em jejum é usado no combate a vermes e a solitária (tênia ). A água é reidratante, refresca os intestinos e é diurética. Ajuda a combater vômitos. O carvão da casca ingerido com água é bom para os intestinos, combate diarreias e hemorróidas.

### **158-COENTRO**

O coentro, sementes e folhas são usadas como tempero. É estimulante do apetite e das funções digestivas. Bom para eliminar os gases intestinais. Calmante nas sensações de ansiedade.

### **159-COITÉ, cuitê, cuieira, cabaceira**

A polpa madura é usada em cataplasma para amadurecer tumores e aliviar dor de cabeça. A polpa verde com mel, melado ou açúcar é expectorante e baixa a febre. Também é purgativa.

### **160-COMINHO**

O chá das sementes é útil nas afecções das vias urinárias. Estimulante da lactação, das funções digestivas, elimina gases, provoca menstruação e suor. Em cataplasma é usado para desinflamar os testículos e o bico dos seios.

### **161 -CONFREI, consolida**

Embora o chá de confrei tenha sido apregoado para uso interno para curar úlceras internas e outras doenças, sua inclusão em formulações de medicamentos é proibida no Brasil.

Enquanto não se realizam pesquisas científicas em seres humanos é bom limitar-se apenas ao uso externo das folhas frescas e rizomas secados ao sol para cicatrização de feridas e fraturas, para rachaduras na pele, nos seios, no ânus, para lavar feridas varicosas, úlceras, queimaduras, psoríase e outras inflamações.

### **162-COPO-DE-LEITE**

Não se usa internamente. É tóxico. A compressa com a folha se usa em inflamações externas e o miolo da flor deixado no álcool passa-se em dores reumáticas varizes.

### **163-COQUEIRO, jerivá**

O chá da casca do tronco e da flor é diurético e combate o amarelão, problema rins e diarreia. Comer o coquinho quente do sol dá diarreia.

### **164 - COQUEIRO-B AB AÇU, coqueiro-naiá**

Dos frutos se extrai uma manteiga nutritiva e vitaminada. O óleo das amêndoas excelente para recuperar as energias do corpo e prevenir as inúmeras doenças causadas pela debilidade orgânica.

### **165-CORDÃO-DE-FRADE, cordão-de-são-francisco**

O chá das folhas e do caule é estimulante, bom para banhar crianças fracas, para casos de retenção de urina, para dores reumáticas e para acalmar os nervos, (chá e banhos). O chá também é bom para controlar o ácido úrico, para problemas de asma e respiratórios, para hemorragias uterinas e para o estômago.

### **166 —CORTICEIRA, suinã, mulungu, corticeira-da-serra**

Árvore de até vinte metros. O chá da casca é calmante do sistema nervoso, cura hepatite crônica, dores musculares, reumatismo, combate a insônia e a pressão alta, asma e tosse. A casca em compressa aplica-se em feridas e úlceras.

### **167- CORTICEIRA-DE-JARDIM, mulungu-do-litoral**

Árvore pequena. O povo usa a casca para os mesmos fins que a corticeira do mato (a anterior).

### **168-COUVE**

O suco das folhas em jejum combate gastrite e úlceras do estômago. O suco de limão é bom para a sede e combate vermes. Ajuda a restabelecer o fígado para quem bebeu demais e o consumo habitual de couve, de preferência crua, fortalece o organismo, prevenindo contra gota, câncer, artrite, hipertensão e derrame cerebral. As folhas esquentadas aplicam-se em dores reumáticas e do nervo ciático.

### **169-CRAVINA**

Ver cravo, a seguir.

### **170-CRAVO, craveiro, cravo-de-jardim**

O chá da flor vermelha alivia dores de cabeça, tonturas e paralisia das pernas, provoca suor e combate mau hálito.

### **171-CRAVO-DE-DEFUNTO, tagetes, flor-de-estudante**

O chá da planta ou da flor combate doenças nervosas, vermes, doenças uterinas, respiratórias, tosse, bronquite, asma e é útil em banhos para dores reumáticas.

### **172-CRISÂNTEMO, monsenhor**

O chá (10g por litro) usa-se para combater cólicas, dor de estômago, falta de apetite, indigestão e problemas urinários. Também é tônico para os nervos e para a insónia. Para sinusite, fazer inalações. Para feridas usar em cataplasma.

### **173 - CRISTA-DE-GALO, suspiro**

O chá das folhas (10g por litro) é bom para diarreias, asma, bronquite, tosse e coqueluche. Como emplastro é empregado em úlceras, aftas, problemas de pele e irritação anal.

### **174-CUIEIRA, porongo, cabaceira**

Recomenda-se fazer banhos com as folhas para problemas de manchas brancas e outros problemas da pele. A massa da cuia verde serve como emplastro para contusões, feridas, hematomas e afecções da pele em geral.

### **175-CURUPIÁ**

O chá das folhas e da casca combate azia, dor de estômago e de fígado. O chá da casca é indicado para pontadas de pneumonia. A frutinha é adocicada e comestível.

### **176-DÁLIA**

As folhas espremidas colocam-se sobre ardências da pele, causadas por queimaduras ou pela ação de insetos e rugas. O óleo das batatas é diurético e provoca suor. As flores combatem febres, sarampo e varíola. As batatas esquentadas podem ser colocadas sobre hematomas, contusões e dores reumáticas.

### **177-DENTE-DE-LEÃO**

Usa-se toda a planta como depurativa do sangue, para escorbuto, rins, bexiga, vias urinárias, icterícia, pedras da vesícula e do fígado. Aumenta a secreção da bÍlis. Usa-se o chá para limpeza da pele, para irritação nos olhos podendo-se adicionar um pouco de mel. O suco, com água fortalece os nervos do cérebro e dos olhos e beneficia todo o organismo. É costume arrancar-se os pés novos com raiz para consumo em saladas. É um rico alimento.

### **178-DORME-DORME, sensitiva, vergonhosa**

Com as folhas em cataplasma ou banhos combatem-se pequenos tumores, inflamações dos gânglios e úlceras. As folhas são purgativas e o chá atua também em certas doenças do fígado, gases, dores de cabeça e erupções da pele. Usar em doses moderadas com orientação.

### **179-DOURADINHA**

Usa-se o chá das folhas para problemas de bronquite, tosse, afecções pulmonais como diurética para limpar rins e bexiga. Externamente lavam-se feridas de origem sifilítica e úlceras.

### **180 - DOURADINHA-DO-CAMPO, erva-de-rato, gritadeira**

As folhas e as hastes deste tipo de douradinha são diuréticas e servem para chá nos casos de inflamação da bexiga, com diminuição da urina e dor ao urinar.

### **181- EMBAÚBA, umbaúba, torém, árvore-da-preguiça**

Usam-se brotos, folhas e raiz. Duas colheres de folhas picadas em chá serve para baixar a pressão arterial e como diurético. Ativa a circulação do sangue e o batimento cardíaco. Para este fim usa-se também o suco da raiz diluído em água tomando-se alguns goles por alguns dias. O chá usa-se também para asma, bronquite, tosse, coqueluche e problemas respiratórios.

### **182-ENDRO**

Usa-se a semente. É ótimo remédio para males do estômago, gases, vômitos, cólicas e soluços. Também para inflamação dos olhos (lavar), da boca e garganta (bochechos). Aumenta o leite materno. O endro tem aplicações semelhantes ao funcho.

### **183-ERVA-BALEEIRA, baleeira, catinga-de-barão**

Duas ou três xícaras por dia, são tomadas para reumatismo, artrite, nevralgias, dores musculares e da coluna, para inflamações em geral e da próstata. Em banhos e compressas, funciona para os mesmos fins e também para torcicolo, contusões e como anti-infeccioso em feridas.

### **184-ERVA-CIÁTICA**

É uma planta muito venenosa. Não se usa internamente. Em dores reumáticas ou do nervo ciático, é costume antigo aplicar-se as partes verdes da planta amassada em forma de cataplasma, de preferência no calcanhar, nunca sobre juntas ou cortes feridas. Em menos de uma hora forma-se uma bolha de líquido que é limpa perfurada com instrumento desinfetado para extrair o líquido.

### **185-ERVA-DE-BICHO, pimenta d'água, cataia, capiçoba**

Usa-se a infusão das folhas para fortalecer (lavar) o couro cabeludo e como anti-inflamatório nos casos de hemorróidas, varizes, feridas, eczemas, erisipela e outras afecções da pele, artrite e reumatismo. Excelente para combater hemorragias: escarros, desinterias e urina com sangue. Usado também contra febres persistentes e vermes. Evitar na gravidez.

### **186 - ERVA-DE-SANTA-MARIA, erva-de-bicha, formigueira, mastruço**

Um dos mais tradicionais vermífugos, para diversos tipos de parasitas intestinais. Por ser uma planta tóxica e abortiva seu uso interno deve ser acompanhado. Tomar para vermes uma xícara, por dois dias, em jejum (1 Og por litro). É indicada também para bronquites, amigdalites, laringites, afecções das vias respiratórias, golpes e inchaços em partes do corpo (compressas).

### **187-ERVA-DE-SÃO-JOÃO, mentrasto, catinga-de-bode**

O chá tem ação anti-inflamatória e analgésica contra dores do estômago, menstruais, de menopausa, reumáticas, das articulações e dores localizadas em geral. É tônico, combate stress, doenças dos pulmões, gripes, cólicas, gases e diarreias.

### **188-ERVA-GORDA, bênção-de-Deus, beldroega-grande, maria-gomes**

As folhas são usadas em compressa, com mel em feridas cancerosas, cortes, eczemas, doenças de pele, erisipela e coceiras. Folhas e raízes em chá são diuréticas, purificam a urina, fortalecem o intestino, evitam o escorbuto e podem ser consumidas junto com outras saladas, para combater a debilidade orgânica.

### **189-ERVA-LANCETA, solidago, federal, arnica, sapé-macho**

Faz-se chá das folhas para diarreias e gastrite. As folhas e flores em cataplasma se aplicam em feridas que não querem cicatrizar, hemorragias, contusões, hematomas, rachaduras e varizes velhas.

### **190-ERVA-LUÍSA, erva-cheirosa, salva-limão**

Aroma agradável, por isso mistura-se com outros chás para aromatizar. Boa para digestão, cólicas, dores provenientes de acúmulo de gases; tônica, antidepressiva, para epilepsia e como tranquilizante nos estados nervosos.

### **191-ERVA-MATE**

Com a erva-mate se faz o chimarrão dos gaúchos. Como dizem "a água benta da raça". O chimarrão ou o chá da erva dão resistência contra a fadiga, ativa a circulação, reanimando as forças do corpo e estimulando o cérebro. Para embelezar a pele banha-se com o decoto das folhas. O chá auxilia a digestão e é laxante. Tomar demais pode tirar o sono e dar sensação de estômago vazio e fraqueza. O consumo frequente cria certa dependência e o organismo sente falta do mate.

### **192-ERVA-MOURA, pimenta-de-galinha, maria-preta**

É uma planta tóxica. Seu uso interno, como narcótica, contra estados nervosos, meningite, convulsões não deve ser testado por pessoas não experientes. Usa-se externamente as folhas frescas sobre úlceras, dermatoses e pruridos na região anal, assim como o cozimento das folhas, que serve também para banhar partes doloridas ou inflamadas do corpo.

### **193-ERVA-SANTOS-FILHOS, erva-macaé, rubim, erva-de-raposa**

Usa-se o chá para afecções do estômago e dos intestinos, problemas de colesterol e pressão alta. Ótimo para lavar feridas, extrair espinhos, desinflamar e banhar topicamente nas hemorróidas, varizes, reumatismo e dores localizadas.

#### **194-ERVA-SILVINA, cipó-cabeludo, soldinha, erva-teresa**

Recomendado o uso para hemorragias internas e externas: urinas com sangue, diarreias, vômitos, escarros sanguinolentos e sangue do nariz. É adstringente e auxiliar no tratamento de varizes, males dos rins e bexiga.

#### **195-ERVILHA**

A ervilha é rica fonte de proteína, sais minerais e vitaminas. Útil para convalescentes, para quem não quer engordar, para diabéticos e preventivo para muitas doenças.

#### **196 - ESPAD A-DE-SÃO- JORGE, língua-de-sogra**

Não se usa internamente . Para inchaços, juntas inflamadas ou partes afetadas pelo reumatismo pode-se preparar pedaços da folha deixadas no álcool (tintura) e esfregar algumas vezes por dia. Fervendo as folhas pode-se aproveitar a água para, com banhos, melhorar a pele e ativar a circulação do sangue friccionando o couro cabeludo.

#### **197-ESPINAFRE**

O consumo do espinafre tem efeito regulador do sistema digestivo, auxiliando no metabolismo, evitando a prisão-de-ventre. Ajuda a combater a obesidade e a anemia causada por deficiência de ferro. Não aconselhável para quem sofre dos rins, fígado e reumatismo.

#### **198-ESPINHEIRA-SANTA, cancerosa, cancrrosa, maiteno, espinho-de-deus, sombra-de-touro**

Tem propriedades tónicas e balsâmicas, atuando na azia, dores e úlceras do estômago, duodeno e gastrite. Evita formação de gases, fermentação dos alimentos e má digestão. **Indicada** também para males do fígado e dos rins e afecções da pele. Usam-se as folhas em infusão: 20 gramas em um litro de água, tomar 3 a 4 xícaras por dia, pouco antes das principais refeições. Para ajudar a combater o alcoolismo, tomar 1 litro por dia.

#### **199-ESPINHEIRO-DE MARICÁ, espinho-de-cerca**

Tomar o chá das folhas novas alivia cólicas e congestões do fígado, útil em ataques de asma e em gargarejo cura angina e dores de garganta. O banho aplica-se em doenças de pele.

#### **200-ESPONJEIRA, bucha, bucha-dos-paulistas, esfregão**

O caule e as folhas (chá), são indicados para males do fígado, falta de menstruação, clorose e anemia. As sementes maceradas, usam-se como vermífugo.

#### **201 - ESTÉVIA, stévia, folha-doce**

O chá das folhas, que são muito doces, é um adoçante natural, sem valor calórico, não aumentando o índice de glicose no sangue, sendo útil para os diabéticos e para dietas de emagrecimento em substituição à sacarose e outros produtos artificiais. É diurético, calmante do sistema nervoso, estimula o organismo, especialmente as funções cerebrais e digestivas. Toma-se uma colher de sopa de folhas bem picadas em fervura rápida ou infusão num copo de água. Pode-se adicionar suco de laranja ou limão.

#### **202-ESTRAGÃO**

O estragão é mais conhecido como tempero para conservas e carnes, principalmente de frango, do que como remédio. Mas uma colherinha de sobremesa rasa de folhas para uma xícara, acalma cólicas menstruais e intestinais, melhora o apetite, é estimulante e auxilia o processo digestivo.

#### **203-EUCALIPTO**

O chá é indicado nas moléstias crônicas da bexiga e nas febres intermitentes (que vão e voltam). O chá com mel é bom para asma, bronquites, afecções pulmonares e gripes. Usa-se também para diabete e para fricções ou compressas em dores de nevralgias, de origem reumática, ciática, nas articulações ou nas costas. Fazer nebulizações com o cozimento das folhas para rinite, sinusite e afecções respiratórias. O chá serve para lavar feridas e úlceras, como desinfetante.

#### **204-FÁFIA, pfáfia, acônito, paratudo, anador**

Pode-se fazer o chá da folha mas a raiz, reduzida a pó ou em decocção, é mais rica em propriedades. É chamada de "ginseng brasileiro". É indicada para fraqueza orgânica e fadiga mental (stress, depressão), regeneradora celular (câncer, leucemia), aumenta a resistência imunológica do organismo, para circulação sanguínea, coração, reumatismo, artrite, males do fígado, icterícia e diabete. Usar de 5 a 10g por dia do pó ■ dissolvido em 2 ou 3 xícaras de água ou fazer o chá da raiz.

#### **205-FAVA-DE-BOLOTA, visgueiro, faveira-de-chorão**

Usa-se o cozimento da casca aplicando-se externamente sobre hematomas provocados por contusões e batidas. Além de decorativa a planta produz vagens que servem de alimento para os animais.

#### **206-FAVEIRA, fava.**

O chá das folhas e das vagens secas é indicado para diabete e como diurético. Os grãos cozidos regulam e fortalecem os intestinos. É digestiva quando nova e pode ser preparada e consumida como a ervilha.

#### **207-FEDEGOSO, fedegoso-verdadeiro, manjerioba**

Usa-se toda a planta. As sementes torradas o povo usa como café e para males próstata. As folhas em infusão ou raiz em decocção, são usadas para febres palustres, erisipela (tomar aos goles de hora em hora), como purgativas, laxantes, diuréticas, para distúrbios menstruais, hidropisia e vermes. Bom para micoses, feridas, inflamações e popularmente para sarampo e catapora. Contra-indicado para crianças e gestantes.

#### **208-FEIJÃO**

Comer vagem verde cozida ou chá das vagens secas é bom para diabete, é diurético e combate ácido úrico. O feijão amassado, com vinagre, em cataplasma aquecido, alivia a dor ciática, de reumatismo e nevralgias. As folhas em compressa aplicam-se em manchas da pele e erisipela. Por combater a anemia o consumo do feijão previne o organismo contra inúmeras doenças.

#### **209-FEL-DA-TERRA, mastruço-do-sul, menstruz, olinária**

Usa-se a planta toda em chá para tosse, como expectorante e para bronquite crônica. Depurativa e diurética é indicada para problemas de vias urinárias, para inflamações, fraqueza dos órgãos digestivos, vesícula, bÍlis, escorbuto e escrófulas.

#### **210- FETO-MACHO, feto-macho-verdadeiro**

O chá da raiz fresca, ou o pó da raiz (dez gramas) diluído em água e tomado em jejum j combate vermes e especialmente a solitária. Para limpar os intestinos, após seis horas, tomar um laxante não oleoso. Para aliviar a dor de reumatismo, ciática e melhorar a circulação nas extremidades do corpo usar cataplasma das folhas ou da raiz cozida I com azeite.

#### **211-FIGUEIRA, figo**

O leite do figo aplica-se sobre calos e verrugas. Ferver alguns figos, mesmo secos, no leite, além de nutritivo, usa-se para garganta, tosse, resfriados, catarro pulmonar, bronquite e angina do peito. As folhas em cataplasma aplicam-se sobre inflamações e tumores. Os figos secos conservam as propriedades. Diz-se que dois figos pulverizados com pimenta expelem cálculos urinários.

#### **212 - FIGUEIRA-DO-MATO, figueira-brava**

O leite da figueira elimina calos e verrugas. As folhas e raízes cozidas ou pisadas j curam feridas de difícil cicatrização. O povo usa dez ou vinte gotas do leite em jejum para combater vermes intestinais e uma gotinha no dente para eliminar a dor.

#### **213-FOLHA-DA-FORTUNA, saião, corona, folha-da-costa, folha-grossa**

As folhas aquecidas na banha são usadas em compressa para aplicação em feridas **cancerosas**, eczemas, cortes, coceiras queimaduras simples e inflamações. O sumo das folhas é gotejado no ouvido e nos olhos nos problemas de inflamações e catarata. O chá das folhas é usado como diurético, para pernas inchadas, pedras nos rins e I adoçado com mel para tosse, bronquite e gastrite.

#### **214-FOLHA-SANTA, pau-santo, malva-do-campo**

Usa-se o chá das folhas e da casca como emoliente, banhando-se tumores, ínguas e inflamações. Usa-se em bochechos para dor de dente e inflamação das gengivas.

### **215-FRAMBOESEIRO, framboesa**

As frutinhas são refrigerantes e laxativas. Ótimas para sobremesas, sucos e bebidas. O chá das folhas é diurético e depurativo, bom para banhos nos casos de rachaduras nos seios, no ânus e hemorróidas. Em bochechos, para inflamação na boca e na garganta.

### **216 - FRUTA-DE-LOBO**

O chá das folhas é diurético e usa-se para problemas das vias urinárias e como calmante nos estados nervosos. O suco da casca da fruta é aplicado em picadas de animais venenosos.

### **217-FUMEIRO,fumo.**

folhas em infusão servem para lavar a cabeça contra piolhos e espantar insetos. Cientistas a cada dia constata mais doenças cuja causa é o vício de fumar. A idade está cada vez mais consciente do problema e está criando barreiras ao fumante. Não é interessante o uso da planta na medicina caseira.

### **218 - FUMO-BRABO, couvetinga, fruta-de-guará**

Usa-se o chá das folhas nos casos de pontadas de pneumonia e tosses persistentes.

### **219-FUNCHO, erva-doce**

O chá da raiz é diurético, beneficia as vias urinárias. As sementes são estimulantes e empregadas para cólicas (infantis) provenientes de gases, má digestão, vômitos e diarreias. Calmante para os espasmos de criança. Elimina o mau hálito, toxinas e melhora a pele.

### **220 - GAMELEIRA, figueira-branca**

Suas atribuições são semelhantes à figueira-do-mato. Usa-se o leite diluído em água (20 gotas em jejum ) ou 3 gotinhas de duas em duas horas para combater os vermes. O leite aplica-se também para eliminar verrugas e cravos.

### **221 - GENGIBRE, gengibre-branco, mangarataia**

A raiz (o rizoma) é usado em infusão para casos de gripe, resfriados, tosse, catarro, rouquidão, bronquite e afonia; para fraqueza do estômago, cólicas e gases presos. Também com a raiz se faz compressas para dores reumáticas, nervo ciático e nevralgias.

### **222-GERÂNIO**

Além de ornamental esta planta é indicada nas afecções dos pulmões, coqueluche, tosse, bronquite, diarreias, hemorragias e gonorréia. Reduz o açúcar do sangue (diabete). Cura aftas, sapinhos da boca. Para surdez pingar uma gota nos ouvidos.

### **223-GERGELEVI**

As sementes torradas misturam-se na farinha de pão e bolos. O óleo da planta é rico alimento, tônico dos nervos, estimulante, afrodisíaco, laxante suave e bom para dores de ouvido, de reumatismo, artrite e queimaduras.

### **224 -GERVÃO, verbena**

Usa-se toda a planta como tônico do organismo e depurativo. Combate má digestão, dores do estômago, do fígado, hepatite e por ser bom diurético é útil nas afecções das vias urinárias. As folhas e flores em um pouco de azeite quente constituem cataplasma para se aplicar em dores de reumatismo, artrite e ciática.

### **225-GERVÃO-DE-CASA, gerbão, rinchão**

Pode-se usar toda a parte da planta em problemas de biliar, fígado, para problemas digestivos e prisão-de-ventre. Útil para eliminar vermes. O chá do pé inteiro fervido, até o cheiro da planta, espanta insetos. Por isso é bom cultivar na horta.

### **226-GIRASSOL**

Além de produzir excelente óleo, as sementes torradas podem substituir o café, com vantagem, para pessoas nervosas. O chá das folhas é recomendado nas fraquezas do coração, estômago, pleurite, sangue na urina, hemorragia nasal e febres (malária). As folhas e sementes amassadas colocam-se sobre hematomas, úlceras e ferimentos.

### **227-GOIABEIRA, araçá-goiaba**

O chá dos brotos e de folhas novas usa-se para diarreias, principalmente de crianças e servem para gargarejos em afecções da boca e da garganta. Os frutos são bons para o estômago e intestino, tosses e bronquite. As folhas em cataplasma desinflamam varizes. Melhor é a goiaba vermelha.

#### **228 - GOIABEIRA-DA-SERRA, araçá-do-rio-grande-do-sul**

Tem algumas propriedades semelhantes à anterior. Usa-se a casca ou a folha para problemas de diarreia e infecção intestinal, para hemorragias e para lavar feridas.

#### **229-GRAVATA, gravatá-de-gancho**

Produz um cacho com frutos amarelos e ácidos, cujo suco pode ser consumido (pode arder a língua). Usa-se o fruto cozido e adicionado ao mel, para elaboração de xaropes para asma, bronquite, tosse e coqueluche. O povo usa na aguardente para dar-lhe um sabor especial. Uma colher de folhas picadas para uma xícara de chá é útil em bochechos ou gargarejos para garganta, aftas e ingerido auxilia no funcionamento I dos rins.

#### **230-GRAVIOLA, araticum-do-grande**

A polpa comestível serve para preparo de refrescos, doces e sorvetes. O chá das folhas é diurético, bom para emagrecer, para diabete, pressão alta e colesterol. O óleo I das sementes e folhas, misturado com pouco de banha é usado para friccionar em dores de reumatismo, artrite e nevralgia.

#### **231 -GROSELHEIRA-DA-ÍNDIA, pitanga-branca**

Frutas ácidas que servem para refrescos, geléias e compotas. As sementes são purgativas e a casca fervida é expectorante nos casos de bronquite.

#### **232-GROSELHEIRA-VERMELHA**

As folhas (40 a 50g por litro) em breve fervura são diuréticas e sudoríferas e auxiliam no tratamento do reumatismo crônico, gota, hidropisia e inflamação dos rins. A decocção da raiz elimina o excesso de albumina no sangue. O suco adoçado é usado para inflamações gastrintestinais, urinárias e febres.

#### **233-GUABIJUEIRO, guabiju**

O chá da casca ou das folhas é indicado para disenterias e para regularizar as funções intestinais. A fruta é muito saborosa e nutritiva, parecida com a jabuticaba, com a qual se assemelha também em suas propriedades medicinais.

#### **234-GUABIROBEIRA**

O chá da casca é usado para diarreias, disenterias, distúrbios intestinais e para eliminar catarro da bexiga e do útero, é anti-hemorrágico e o banho é benéfico nas hemorróidas com sangue. As folhas servem para gripe. As frutas, bem maduras, de j cor alaranjada, são comestíveis.

#### **235-GUABIROBEIRA-BRANCA**

Árvore de porte menor que a anterior, possui propriedades medicinais semelhantes. I Produz um fruto comestível de cor verde-azulado quando maduro.

#### **236-GUACO**

Com as folhas se prepara um chá muito bom para reumatismo, artrite e nevralgias. O guaco fervido com limão, noz- moscada e após adoçado com mel combate tosses, gripe, rouquidão, afonia, (perda de voz), problemas de garganta e respiratórios. Acredita-se que misturado com poejo e folha de figo é tônico na frieza e fraqueza sexual e que é eficiente o uso do guaco para diminuir os efeitos em picadas de cobra.

#### **237-GUAJUVIRA, guaiabi, apé-branco**

O cozimento das folhas se usa para lavar inflamações e feridas de origens diversas, mesmo crônicas. O mesmo chá externamente funciona como anti-séptico.

#### **238-GUANDU, ervilha-de-árvore, feijão-andu**

O chá das folhas tem ação adstringente e depurativa e serve para lavar feridas ou em bochechos para dor de dentes e gengivas frouxas e gargarejos para inflamações da garganta e angina. As pontas dos ramos para hemorragias e as flores para afecções das vias respiratórias. O chá da raiz é usado para o fígado. A semente é excelente alimento.

### **239 - GUARANÁ, guaranazeiro, naranazeiro**

Usa-se o pó do guaraná como tônico e refrescante do organismo. Combate a depressão, fraqueza física e mental, enxaqueca, disenterias crônicas, recupera as funções intestinais, normaliza o ritmo do coração, melhora a circulação e previne a arteriosclerose e propicia uma velhice com saúde.

### **240-GUANXUMA, guaxima, relógio, vassourinha, tupitixá**

O chá das folhas tem propriedades semelhantes à malva. Tem ação desinfetante e antiinflamatória. O chá da raiz combate colesterol, triglicéridios, afecções pulmonares, febres, apendicite, pressão alta e amarelão. As sementes trituradas combatem vermes.

### **241 -GUINÉ, erva-pipi, tipi, amansa-senhor, atipim**

Esta planta tem um princípio ativo analgésico. Usá-la só externamente, colocando 100 gramas de folhas ou raiz em <sup>X</sup>A litro de álcool e deixar curtir, por 3 dias. Com este líquido massagear os pontos onde há nevralgias, dores reumáticas, nos casos de artrite ou artrose, nas juntas, nos dedos, nos dedos, fazer compressas em dores no corpo ou de cabeça, molhar o dente dolorido com chumaço de algodão. Pode-se fazer chá da raiz ou folhas para gargarejos nos casos de laringite, dores de garganta e gengivites.

### **242 - HIBISCO, mimo-de-vênus**

Existem inumeráveis espécies de hibisco. A infusão principalmente das flores é usada para lavar os olhos em casos de irritação, vermelhidão ou conjuntivite alérgica. Serve também para debelar outras inflamações externas.

### **243-HORTELÃ, menta**

Uma pitada de folhas de hortelã para uma xícara é excelente para digestão, gases, cólicas, náuseas, como calmante dos nervos, insônia, para bÍlis, amarelão e como expectorante. O sumo das folhas, com algodão pode ser aplicado em nevralgias, dores de dente e de cabeça, picadas de insetos e tomado durante vários dias com mel funciona como vermífugo. Existem mais de vinte espécies de hortelã, todas tem estas atribuições.

### **244 - HORTELÃ- DE- CHEIRO, menta**

É a hortelã comum, que nasce em lugares úmidos, espontaneamente. Tem as mesmas tribuições da anterior.

### **245-HORTELÃ-PIMENTA, hortelã-da-cozinha, menta**

É uma das hortelãs preferidas, principalmente para distúrbios digestivos. Tem todas as qualidades das outras já mencionadas

### **246-HORTÊNSIA**

A raiz tem aplicação nas afecções da bexiga. As folhas com banha ou azeite usam-se sobre ferimentos.

### **247-INGAZEIRO**

A casca fervida é utilizada na cura de feridas velhas e como anti-séptico em geral. O mesmo decoto pode ser usado em clister para diarreias. É tônico e útil em corrimentos vaginais e gonorréias.

### **248- INHAME, inhame-da-costa**

Usa-se a batata cozida, como emplastro, em feridas, úlceras, câncer externo, doenças de pele e dores reumáticas. As batatas tem também propriedades antidiabéticas e depurativas do sangue. As batatas devem ser utilizadas como alimento pois são altamente nutritivas.

### **249 - IPÊ-AM ARELO, pau-d'arco-amarelo**

A entrecasca ou ramos finos em cozimento aplicam-se para lavagens em coceiras, pruridos, eczemas e feridas complicadas. Serve também para, em gargarejos, combater feridas na boca, gengivas, garganta e inflamações das mucosas. Pode-se tomar como depurativo do sangue, para combater úlceras, tumores e reumatismo.

### **250 - IPÊ- ROXO, pau-d'arco-roxo, ipê-preto**

O chá é excelente depurativo do sangue, elimina toxinas, aumenta os glóbulos vermelhos, combate úlceras gástricas, arteriosclerose e aumenta a imunidade do organismo. Usa-se também para lavagens de úlceras, pés inchados, como analgésico e para inflamações no útero e vagina. Usa-se a entrecasca, moída, ou um pedacinho

**259- JASMIM, jasmim-do-cabo, gardênia**

O xarope feito com as flores ajuda a expelir catarro e curar tosse e gripe. Com as I folhas lavam-se os olhos contra inflamações. O fruto do jasmim é purgante e I vermífugo.

**260 - JATOBÁ, jataí, jetaíba, pão-de-ló-de-mico**

A fervura da casca é excelente para inflamação da próstata, na dificuldade de urinar, problemas crônicos da bexiga, corrimentos (uretra ou vagina), para cólicas de gases I e vermes. A seiva serve para as mesmas finalidades e misturada com mel, tomando-se várias vezes ao dia, serve para fraqueza pulmonar, asma, bronquite, laringite e tonil o organismo.

**261 - JENIPEIRO, jenipapo**

Os frutos são bons para intestinos inflamados, estômago e hidropisia . O suco sementes provoca vômitos. A raiz é purgativa. O chá da casca é útil para ci úlceras, anemias, doenças venéreas, fraqueza do fígado e baço.

**262-JILÓ, jinjilo**

Muito apreciado como alimento, verde ou cozido, é nutritivo, bom para anemi diarreia, ativa as funções do estômago, fígado e bÍlis. Externamente usa-se para I dermatites e queimaduras.

**263- JUÁ, j uá-bravo**

O chá da raiz é diurético. Aumenta a urina, auxilia na cura de afecções da bexiga e ajuda para emagrecer. As frutinhas vermelhas são comestíveis, auxiliam em casos azia. Comendo em excesso dá disenteria.

**264- JURUBEBA, j upeba, j uripeba**

Pode-se aproveitar toda a planta para chá. Existem várias espécies, que tem propriedades semelhantes. O chá da raiz é tradicionalmente usado para problemas de bexiga, fraqueza do estômago, inflamações do baço e afecções do fígado: hepatite, amarelão . É diurético e tônico. Restaura o organismo após ressacas e doenças infecciosas. As folhas amassadas aplicam-se sobre úlceras e feridas.

**265-KIWI**

Fruta rica em vitamina C e sais minerais, cujo plantio e consumo está crescendo I muito, no RS. A massa da fruta é cicatrizante e o consumo habitual previne arteriosclerose, gota, reumatismo e artrite.

**266-LARANJA**

A laranja possui muitos princípios essenciais ao organismo. A flor de laranjeira em maceração tem função contra espasmos, nervosismo e insónia e com mel, aplicada no rosto, funciona como antiinflamatória e bactericida livrando a pele de impurezas. As folhas também são calmantes e combatem insónia, febres, gripes e resfriados. O bagaço e a parte branca cura a prisão-de-ventre. Comer laranja em jejum estimula as funções do fígado e da bÍlis. Previne doenças degenerativas por falta de vitamina C e ajuda a assimilação do cálcio.

**267-LICOPÓDIO, musgo-terrestre**

Usa-se 50g por litro da planta como diurético e nos distúrbios do fígado. Externamente o pó dos esporos junto com talco ou um pouco de amido de milho (maisena), usa-se para irritações da pele, feridas, escoriações, úlceras e toma-se para diarreias. O pó desta planta é inflamável.

**268-LIMEIRA**

É uma fruta riquíssima em propriedades terapêuticas. O chá da casca da lima e das folhas é antiespasmódico e calmante. A fruta provoca a digestão, eliminação de gases, é refrescante, rica em potássio, fósforo e sódio. Ótima para dietas de convalescentes, para restaurar forças. Consumida em jejum é excelente para fígado, vesícula e bÍlis.

**269-LIMÃO-BERGAMOTA**

É impossível em poucas linhas descrever os benefícios e aplicações terapêuticas do limão. Diz-se que cura mais de 150 doenças. Purifica o sangue, ajuda no metabolismo e atua de modo positivo em todos os órgãos do corpo. Entre outras, cura doenças do aparelho respiratório, circulatório, infecções do fígado, baço, pulmões, gases, hidropisia, corrige o teor de albumina, é tônico, anti-séptico, antiinflamatório, sudorífico, antiescorbútico,

emagrecedor e para doenças e embelezamento de pele; enfim protege o organismo todo, aumentando a resistência às doenças.

#### **270-LIMÃO ALEGRE**

Tem as mesmas atribuições do limão- bergamota, sendo comercialmente mais aceito e sendo mais perfumado, sua casca ralada é utilizada para dar sabores a doces, sorvetes etc.

#### **271 -LÍNGUA-DE-VACA, labaga**

Com o chá das folhas, raiz ou sementes, faz-se xarope para asma, tosse, bronquite, catarros presos; para doenças da pele, tumores e úlceras. As folhas verdes aquecidas, colocadas sobre locais doloridos (cabeça) alivia as dores. É grande depurativo do sangue e o chá da raiz cura amarelão, anemia, problemas de fígado e intestino. É diurética e ajuda para emagrecer.

#### **272-LINHAÇA, linho**

O linho ou linhaça produz o conhecido óleo de linhaça e fibras para tecidos finos ou mesmo grosseiros. Duas colheres de sementes deixadas durante a noite numa xícara de água, beber tudo pela manhã é um poderoso laxante e refrescante dos intestinos, indicado para quem sofre de prisão-de-ventre e hemorróidas. Pode-se também tomar com água ou outro líquido uma colher de sementes pela manhã e outra à noite. É bom antiinflamatório para os intestinos, bexiga e próstata. Externamente as sementes amassadas (farinha) usam-se em cataplasma quente para cólicas intestinais, inflamação dos brônquios, pulmões e tumores.

#### **273-LÍRIO-BRANCO**

As flores e bulbos macerados em azeite, em cataplasma, acalmam dores de cabeça, de ouvido, de olhos, de contusões e reumatismo. O cozimento do rizoma se recomenda para perturbações do estômago e como expectorante.

#### **274-LÍRIO-DO-BREJO, lágrima-de-moça, borboleta**

A decocção dos rizomas fornece um chá tônico, estimulante e bom para o reumatismo. Ralar o rizoma, deixar na água e recolher o que restou no fundo, pode ser usado, depois de seco, como polvilho para engrossar sopas e mingaus e misturado com amido, maisena, serve para fazer doces e bolos.

#### **275-LIXEIRA**

É uma árvore do cerrado com propriedades adstringentes. Folha tão áspera que substitui a lixa. A água do cozimento das cascas serve para lavar feridas e úlceras.

#### **276-LOSNA, absinto**

O chá das folhas (15g por litro), três xícaras por dia é o chá tradicional para perturbações digestivas, estimulando as funções do estômago, da bÍlis, do pâncreas e intestinos. Melhora a circulação do sangue, é tónica e afrodisíaca. As folhas, junto com alho e banha, esmagadas, em cataplasma colocado no abdómen ou no estômago aliviam dores. Não ultrapassar uma semana de tratamento. Não usar na gestação e lactação.

#### **277- LOURO, loureiro**

O louro é usado para tempero. O chá das folhas é estimulante, indicado para fraquezas orgânicas, fadiga, como anti-séptico, provoca digestão, evita gases e regulariza a menstruação. As sementes amassadas com banha ou azeite, em fricções usam-se para reumatismo, dores localizadas e torcicolos. As folhas espantam traças e insetos.

#### **278- MACELA, marcela**

Usa-se o chá para congestões alimentares, cólicas do estômago, fígado, rins, para controlar o colesterol, afinar o sangue, baixar a pressão, eliminar toxinas e como antiinflamatório. O banho é benéfico para a pele, para fortalecer e clarear os cabelos.

#### **279-MACIEIRA**

A fruta por ser de fácil digestão, nutritiva e rica em vitaminas e normalizadora das funções orgânicas, deve ser recomendada na convalescença e debilidades orgânicas O chá de maçã seca protege os intestinos, desintoxica e auxilia em doenças de rins, baço e fígado. Pode-se fazer o chá com a maçã, coar e beber a água a vontade. O bagaço misturado com leite ou mel serve como máscara facial para embelezar a pele.

#### **280-MADRESSILVA, madressilva-dos-jardins**

A água destilada das flores serve para conter o vômito, os espasmos, inflamações dos olhos, feridas na boca, angina, gripes e doenças respiratórias. Pode-se fazer infusão das flores como diurético e sudorífero.

#### **281-MAGNÓLIA**

A casca da árvore (magnólia de flor branca) em decocção é tónica e indicada para febres, paralisias e reumatismo.

#### **282-MALVA**

Os vários tipos de malva, raiz e folhas, servem para qualquer tipo de infecção, de inflamação: boca, garganta, laringe, faringe, olhos, ouvidos, estômago, úlceras, rins, bexiga, ovários, nervos, hemorróidas, para mau hálito, em picadas de insetos e como cicatrizantes.

#### **283-MAMICA-DE-CADELA, mama-de-porca**

O chá da casca é tónico e indicado para azia, má digestão, gases, cólicas e o sumo das folhas é colocado no dente e junto ao ouvido para tirar dores. Usa-se o chá também contra o veneno de cobra, para pneumonia e apendicite

#### **284-MAMOEIRO**

O fruto é rica fonte de vitaminas e minerais. Estimula a função digestiva do estômago, fígado e intestinos. É de fácil digestão. O chá das folhas atua beneficemente para males do coração. O leite do mamoeiro é muito usado, diluído em água, para úlceras e doenças estomacais e externamente para amaciar a pele, curar dermatoses, manchas e impingens. O mamão verde assado e consumido com mel alivia os acessos de asma, tosses e bronquites. A semente é vermífuga. A polpa do mamão papaia, com o látex é cicatrizante.

#### **285-MAMOEIRO-MACHO**

Embora não produza frutos de qualidade as atribuições medicinais são as mesmas do anterior. As flores do mamoeiro macho são usadas para diminuir a taxa de colesterol e nas afecções respiratórias.

#### **286-MANACÁ, primavera**

Pequena árvore ornamental, cujas flores são sucessivamente, roxas, róseas e por fim brancas. O chá da casca (1 Og por litro), ferver por 15 minutos e tomar 2 xícaras por dia, é diurético, purgativo, para sífilis e reumatismo. Provoca menstruação. Doses mais elevadas são perigosas.

#### **287-MANG ABEIRA, mangaba**

O fruto saboroso e digestivo serve para doces, sorvetes, sucos, compotas e para elaboração de vinagre. O leite do tronco é remédio para a tuberculose (3 colheres de sopa ao dia ). Externamente para erupções da pele e feridas rebeldes. O chá da casca é remédio para o baço, fígado e icterícia . As sementes são purgativas.

#### **288-MANGUEIRA**

O chá da casca se usa para cólicas, diarreias e hemorragias. Com a polpa da fruta ou com as folhas se faz xarope para tosses e bronquites. A casca e as folhas são também empregadas para diarreias prolongadas, doenças venéreas e corrimentos no útero ou vagina.

#### **289-MANJERONA**

As folhas trituradas com banha ou óleo, aplicadas em cataplasma na barriga das crianças, ajuda a expelir os gases e acalma as cólicas, aplicadas no nariz desprendem o catarro. O mesmo procedimento serve para dores reumáticas. O chá ou banhos quentes tonificam os músculos e os nervos. Como tempero, facilita a digestão, abre o apetite evita gases e cólicas.

#### **290- MANJERONINHA-DO-CAMPO**

Popularmente indicada para dor de cabeça e dor nos músculos e na hipersensibilidade da pele (banhos): quando dói a pele, treme ou repuxa, "ar no sangue", como diz o caboclo.

#### **291- MANTO-DE VIÚVA, zebrina**

O chá das folhas é considerado diurético. É útil no tratamento de alergias, herpes e doenças de pele em geral.

### **292- MARACUJÁ, flor-da-paixão**

Existem inúmeras espécies cuja característica principal é atuar como calmante, sem viciar ou prejudicar, nos casos de insônia, tosse, palpitações, convulsões, dor de cabeça e outros sintomas de origem nervosa. As sementes, que não devem ser mastigadas, quando cozidas combatem vermes. As folhas (20g por litro) em infusão, atuam também nos casos de diarreias, vermes, asma, coqueluche, crises de epilepsia e em banhos ou bochechos para inflamações em geral. O fruto é também bom para o estômago e diurético.

### **293- MARACUJÁ-AÇU**

Este maracujá possui bastante polpa de sabor agradável que consome-se junto com as sementes (sem mastigá-las). Atua sobre o sistema nervoso, sem inconvenientes. Tradicionalmente usado nos estados de nervos, como tranquilizante no parto demorado, no alcoolismo (delirium tremens), em convulsões de tétano, asma e outras manifestações de origem nervosa.

### **294-MARACUJA-DO-MATO**

Nasce espontâneo no mato e nas capoeiras. Tem funções semelhantes aos anteriores. **295 - MARACUJÁ-PEROBA**

Originário do norte do Brasil. Usar o líquido das folhas em cozimento para hemorróidas (clíster). Vern.292.

### **296-MARAVILHA, bonina, jalapa, boa-noite**

As flores ou o suco das folhas aplicados sobre a pele é indicado para herpes, sardas, manchas, espinhas, coceiras, erupções e feridas. Deixar por 20 minutos o suco fresco das folhas junto ao ouvido alivia a dor. O chá da raiz (10g por litro), 2 xícaras por dia, é purgante e depurativo, para herpes, hidropisia, infecção da uretra e sífilis. As sementes trituradas com suco de limão servem para tirar as sardas.

### **297 - MARGARIDA, margarida-dos-campos**

O chá das folhas e flores é utilizado em inflamações da uretra e bexiga (vias urinárias). Externamente aplica-se sobre feridas, tumores e úlceras.

### **298-MARGARIDINHA, mãe-de-família**

Usam-se as folhas e flores para gargarejos ou bochechos em casos de inflamação de garganta, laringe, faringe ou feridas nas mucosas, nas gengivas e na boca. As folhas em infusão (40g por litro), usa-se para tosse, catarros com sangue, inflamação dos intestinos, fígado e rins e como depurativo, antiinflamatório, diurético e sudorífero. Externamente aplica-se em contusões, tumores para maturação ou cicatrização.

### **299-MARIA-MOLE, flor-das-almas, catião, craveiro-do-campo**

A flor amarela usa-se como cicatrizante, para banhar feridas, tumores e ínguas. Popularmente se faz pomada com as flores para dores reumáticas e dor nas costas. A planta é tóxica. Não se usa internamente.

### **300- MARMELEIRO, marmelo**

É bom o consumo do marmelo cozido para o estômago, fígado e pulmões. Combate diarreias e hemorróidas. Com a água das sementes fervidas, ou casca dos galhos, lavam-se queimaduras, feridas, luxações, hematomas, rachaduras dos seios e hemorróidas. As folhas em infusão são calmantes, baixam a febre, controlam os espasmos, são cicatrizantes e usadas em banhos, em corrimentos vaginais. É bom comer marmelada em caso de diarreias, fraqueza de estômago e intestinos.

### **301- MASTRUÇO, mestruz**

É tradicional seu uso, macerado no álcool, para pancadas, hematomas, reumatismo, dores no peito, como cicatrizante em fraturas; o chá contra fraquezas, intoxicações, bronquites, problemas de indigestão, urinários, de fígado e sinusite (aplicar a folha socada na testa ou pingar o suco misturado com óleo diretamente nas narinas). Quando nova é excelente salada.

### **302—MATA-CAMPO, chamarrita, assa-peixe**

O chá das folhas é indicado para tosse crônica, bronquite, gripes e hemorróidas e para expelir pedras dos rins. Em banhos usa-se para afecções da pele e doenças do útero. O chá

da raiz alivia pontadas, dores no corpo, cura amarelão e serve para estancar o sangue em ferimentos.

### **303-MELANCIA**

A melancia é fortemente diurética, eliminando rapidamente o ácido úrico e líquidos do corpo, sendo útil nas obstruções dos rins e males da bexiga. O consumo habitual previne o reumatismo, artrite, ajuda na acidez, no processo digestivo e para expelir gases. O suco das sementes é vermífugo.

### **304-MELÃO**

É bom o hábito de consumir melão no café da manhã. Tem muitas vitaminas e sais minerais, sendo aconselhável nas anemias e convalescenças, como reconstituente, para menopausa, como diurético e antiinflamatório, elimina toxinas e pedras dos rins provenientes de ácido úrico e renova o sangue.

### **305- MELÃO-DE-SÃO-CAETANO, erva-de-lavadeiras, fruto-de-cobra**

O chá das folhas combate cólicas, corrimentos, vermes, infecção da uretra e regulariza o fluxo menstrual. O chá da haste em infusão serve para gripes e febres intermitentes. A infusão dos frutos maduros bebe-se para hemorróidas. O rizoma é depurativo do sangue. A polpa e as sementes socadas com azeite aplicam-se em queimaduras, feridas, eczemas, micoses e doenças de pele em geral.

### **306- MELISSA, erva-cidreira-verdadeira**

Usa-se o chá de folhas e flores como calmante de dores e dos nervos, para insônia, palpitações, histerismo, depressão e baixar a pressão. Muito usado para afecções gástricas, para problemas de fígado, bÍlis e gases. Bom para o coração e circulação do sangue. É dado para as parturientes em dores de parto e para expelir a placenta. Em compressa ativa a circulação na pele e usa-se no seio para soltar o leite. Calmante da dor nas picadas de insetos.

### **307- MIL-EM-RAMA, anador, mil-folhas, pronto-alívio**

São inúmeras as propriedades desta planta, da qual, tradicionalmente, são usadas tanto a raiz como as partes aéreas (flores). É indicada para hemorragias externas e internas: uterinas, dos pulmões, de hemorróidas, feridas, úlceras, queimaduras e varizes. É analgésica, para cólicas, dores de estômago, de dente e câimbras. É antiinflamatória, para bexiga, incontinência urinária, rins, intestinos, para baixar febre e a pressão. Usar 15g por litro. Para uso externo dobrar a quantia da planta.

### **308-MILHO, pendão-de-milho, estigma-de-milho**

O cabelo de milho novo, fresco ou seco, em infusão, purifica o sangue, sendo poderoso diurético, desinflama e combate afecções da vesícula dos rins e da bexiga, elimina o I ácido úrico, dissolve areias e cálculos renais e diminui dores. Baixa a pressão. É tônico cardíaco. Secar ao sol e guardar dentro de um pote de vidro, bem tapado. O I pendão também é medicinal, quando novo .

### **309-MORANGA, abobrinha, mogango**

A moranga, as abobrinhas, os mogangos tem maior concentração energética que a abóbora. Sempre que possível devem ser consumidos com a casca. Para uso medicii ver "Abóbora".

### **310-MORANGUEIRO, moranguinho**

O chá da raiz e das folhas é depurativo, vermífugo e diurético, combate inflamações 1 dos rins e da bexiga e retenção da urina. Indicado também nos casos de az disenterias, artrite, gota e reumatismo, para inflamações da garganta e da boca, alergi; feridas e limpeza da pele. O fruto tem poder remineralizante, útil nas anemias, pa colesterol e ácido úrico.

### **311-MOSTARDA**

! Suas sementes são condimento e suas folhas novas podem ser consumidas cruas. É i para o estômago e intestinos. As sementes maceradas, (25g por litro) usam-se compressas, como valioso e conhecido remédio nos casos de pneumonias agudas, I reumatismo, ciática, nervos, gota, dores musculares e localizadas.

### **312-MURICIZEIRO, murici-do-campo**

' Existem diversas espécies. Os frutos tem alto poder nutritivo. A polpa pode ser consumida com farinha de mandioca e adoçada com açúcar mascavo. É um alimento muito rico e bom para o funcionamento dos intestinos. As folhas em infusão são usadas para diarreias. As raízes em decocção são cicatrizantes, anti-sépticas e servem para bochechos ou gargarejos em problemas de infecção da boca, laringite e faringite, em lavagens vaginais (corrimentos) e locais nas hemorróidas.

### **313-MURTA**

Arbusto com flores muito brancas. O chá das folhas, frutos e ramos novos (25g por litro), é considerado tônico para o organismo, para problemas gastrointestinais, tosse, bronquite e sinusite. Externamente (50g por litro) usa-se em banhos nas hemorróidas, leucorréias, hemorragias, psoríase, reumatismo e debilitação dos nervos.

### **314-MUSGO**

Sob o nome de musgo o povo conhece diversos tipos. Existem mais de quatro mil espécies. Alguns estão registrados neste livro com os nomes específicos. De modo geral se lhes atribuem qualidades tónicas e para desobstrução das vias respiratórias, mas não devem ser usados indiscriminadamente.

### **315-NABO**

O nabo pertence à família da couve. Tem muitas atribuições semelhantes. É revigorante, repõe sais minerais. Bom para tosse, bronquite, sinusite e outras inflamações. As folhas em infusão servem para lavagens e banho de assento nos casos de hemorróidas e doenças de útero e vagina. Este chá serve também para câncer de próstata. As raízes, liquidificadas, são diuréticas e tomado o suco pela manhã, além de saudável, ajuda para controlar a obesidade e colesterol.

### **316-NESPEREIRA**

O fruto da nespereira é colhido ao atingir o tamanho máximo, mas para consumi-lo deve-se envolvê-lo na palha até ficar macio. São fortemente adstringentes e também a decocção da casca, serve para combater diarreias e fortalecer a mucosa intestinal.

### **317-NOGUEIRA**

Muito cultivada pelos imigrantes italianos no Rio Grande do Sul, a noqueira tem ampla aplicação medicinal. Usam-se as folhas, a casca verde da noz e o fruto. O chá das folhas reforça os músculos e os ossos; é febrífugo, vermífugo, provoca menstruação, é depurativo, usado para diabete, pressão alta, é sedativo dos nervos, aconselhado para inflamações glandulares, na icterícia e cirrose .O chá da casca da noz verde combate vermes e usado no cabelo o escurece. O fruto consumido ao natural é benéfico para o estômago e intestino, para o crescimento e para o cérebro. É afrodisíaco. O decoto das folhas serve também para lavar inflamações diversas e doenças de pele.

### **318-NOGUEIRA-PECÃ**

A noqueira-pecã é de introdução recente. Não existe uma tradição de seu uso medicinal, mas está sendo usada como a outra anterior. Mais fácil de descascar, está sendo comercialmente bem aceita, contudo sua produtividade tem sido muito irregular.

### **319-OLIVEIRA**

O óleo de oliveira puro, de preferência cru, tomado antes de comer combate inflamações do estômago, rins, vesícula, gastroenterite, úlceras, fraqueza intestinal e prisão-de-ventre O mesmo óleo tomado em jejum por alguns dias (pode-se por algumas gotas de limão) expele pedras dos rins . O decoto da casca serve para banhar hemorróidas. O chá das folhas é indicado para diabete, arteriosclerose, gota e reumatismo e equilibrar a pressão.

### **320-ONZE-HORAS**

As folhas e flores são ricas em vitamina C. Podem ser consumidas como verduras ou incluída no "sopão" de legumes e verduras. É depurativa e protetora das mucosas.

### **321-ORÉGANO**

Usa-se toda planta e principalmente folhas e sumidades floridas (30g por litro), em decoção, para asma, catarrhos, bronquite e outros problemas respiratórios (adoçar com mel). Serve também para casos de digestão difícil. Auxilia nas menstruações, nos problemas de bÍlis, gases, como depurativo e para reumatismo. Externamente para abscessos, nevralgias, dor de dente e inflamações da boca.

### **322-PAINEIRA, paina-de-seda, barriguda**

Cozinha-se a casca para lavagens e compressas sobre hérnias e ínguas. O chá das flores com mel é remédio para asma. O algodão (paina) produzido em abundância substitui com vantagem as espumas sintéticas dos travesseiros.

### **323 - PARIETÁRIA, fura-paredes**

O sumo das folhas em cataplasma ou transformado em pomada é excelente para feridas, queimaduras, tumores, rachaduras anais e dos seios. O chá das folhas em infusão combate inflamações do fígado, pulmões, rins, bexiga e artrite aguda ou crónica.

### **324-PARIPARоба, caapeba, pariparoba-de-casa**

Esta planta é cultivada nos jardins e hortas. O chá das folhas tem ação sobre o estômago, o fígado o baço e o pâncreas, úlceras, reumatismo e hemorróidas. Tem ação antiinflamatória e cicatrizante. Alivia crises de bronquite e de asma. As folhas também podem ser colocadas sobre feridas e tumores e a raiz nos casos de dor de dente.

### **325-PARIPARоба-DO-MATO**

Esta pariparoba semelhante à anterior, cresce nos matos, nos lugares sombrios, em touceiras. É usada para as mesmas finalidades da anterior.

### **326 - PARIRI, craj iru.**

Arbusto que produz flores róseas ou violetas. Usam-se as folhas em decoção nos casos de anemia, leucemia e hemorragias uterinas. Externamente para impingens, feridas e banhos de assento em corrimentos vaginais. Podem-se usar as folhas no álcool: tomam-se de 10 a 15 gotas com água, 3 vezes ao dia.

### **327-PATA-DE-VACA, mororó, unha-de-vaca, insulina-vegetal**

Usam-se as folhas, flores (infusão) ou casca (decoção), 3 xícaras ao dia antes das refeições, para diabete, colesterol, como diurético, cicatrizante, para expelir cálculos renais e recuperar o pâncreas. A casca serve para diarreias e externamente para fungos e micróbios.

### **328-PAU-AMARGO**

Usa-se uma pequena lasca da madeira que é posta na água mesmo fria e em pouco tempo a água se torna amarga. Costuma-se tornear a madeira em forma de copo e depositar a água para fazer o chá para problemas de estômago, gases, indigestões, fígado e infecções intestinais. Usa-se o chá também para febres de malária e para diabete.

### **329 - PAU-FERRO, j ucá, j ucaína**

As sementes e a casca em decoção usam-se principalmente para diabete ; são indicadas também para asma, bronquite, coqueluche e externamente para feridas e hemorragias. Podem-se usar também as vagens.

### **330-PENTE-DE-MACACO**

É um cipo que produz uma esponjinha de casca dura, áspera, que estoura, ficando parte dependurada por um fio, que ao balançar espalha as sementes. O povo usa como depurativo do sangue e calmante com propriedades semelhantes a salsaparrilha. O chá da casca em lavagens é usado para reumatismo.

### **331-PEPINO**

O pepino é diurético e refrescante sendo benéfico para eliminar o ácido úrico, pedras da vesícula e rins, para o estômago, fígado, cólicas, inflamação da bexiga. Para não se tornar indigesto, deve-se consumi-lo ao natural, ou logo após ter sido preparado. O suco do pepino, batido no liquidificador e coado, serve também para menopausa, para

reumatismo, para suavizar e limpar a pele e para aplicar em coceiras, picadas de inseto, queimaduras e no combate à caspa.

### **332-PEQUIZEIRO, pequi, pequiá**

Existem várias espécies. O licor de pequi é muito bom para diversas enfermidades do estômago. Os pequis são muito nutritivos, sendo tónicos para o organismo. Utiliza-se para combater problemas das vias respiratórias e o chá da casca é usado para febres.

### **333-PEREIRA**

A pêra é um fruto refrescante, laxativo e altamente diurético. A pêra cozida ou crua ou o chá das folhas são indicados para males da bexiga, rins, cálculos renais, p circulação, reumatismo e gota, prisão-de-ventre e febres intestinais. RegularL pressão. Cozidas com açúcar, é ótimo alimento para idosos e convalescentes. O da casca e do tronco são úteis nas diarreias.

### **334 - PERIQUITO, calmador, anador**

De cor verde, amarela, vermelha com branco é uma folhagem usada em jardinagem povo chama de calmador ou anador e lhes atribuem a finalidade de ser calmante de dor, internamente para dor de cabeça, fígado e bexiga e externamente em assaduras nas crianças e inflamações da boca e gengivas, (bochechos).

### **335- PERPÉTUA, gonfrema**

Planta ornamental, com florzinha roxa ou creme. Usam-se as flores (1 Og por litro) em infusão para tosse, febre, bronquite e problemas respiratórios. E útil também nos estados nervosos. Existe a perpétua-braba, planta daninha com igual finalidade.

### **336-PESSEGUEIRO**

Usam-se flores e folhas tenras e frescas em infusão como laxante, para dor de cabeça, má digestão e vômitos na gravidez. O suco das folhas tenras em cataplasma aplica-se sobre úlceras, herpes e afecções da pele. O suco de pêssego tomar em jejum regulariza as funções intestinais, é diurético, nutritivo e estimulante.

### **337-PICÃO-BRANCO, botão-de-ouro**

Usa-se o chá da raiz e das folhas. Muito usado para problemas de fígado, icterícia (amarelão) distúrbios digestivos, disenterias, pedras na vesícula e nos rins, bexiga, bronquite e asma. É vulnerário, usado para curar feridas persistentes, inflamações das amígdalas e garganta, úlceras externas e internas. Excelente para controlar a diabete. As folhas podem ser consumidas como salada.

### **338-PICÃO-PRETO, carrapicho-de-agulha, cuambu**

O picão-preto, mais conhecido por se prender à roupa das pessoas, é utilizado para os mesmos fins do picão-branco, anterior.

### **339-PIMENTA-DO-REINO,pimenta-da-índia**

Usadas como tempero, colhidas de acordo com a maturação, são escuras ou claras. A escura é mais forte. As pimentas em geral são estimulantes, melhoram o apetite, a digestão (em tempero) e eliminam gases; provocam suor e ajudam baixar a febre. Tem ação vaso-constritora. Seu uso contudo deve ser moderado e evitado em casos agudos de hemorróidas e úlceras estomacais.

### **340-PIMENTA-MALAGUETA, malagueta**

A pimenta-malagueta é uma das mais fortes que se conhece. O uso moderado parece não ter contra-indicações. Em infusão ela estimula a circulação do sangue e atua favoravelmente nos casos de encefalite, meningite, ameaças de derrame e congestão cerebral.

### **341-PIMENTÃO**

Os frutos colhidos maduros podem ser secados ao sol e reduzidos a pó para guardá-los. Frescos podem ser colocados no álcool e deixar por dois dias, após pincelar em locais doloridos do corpo nos casos de reumatismo, artrite, torcicolos, dores lombares, de cabeça ou para produzir calor. Massagear o couro cabeludo com o suco evita a queda de cabelo.

### **342 - PINHA, ata, fruta-de-conde**

Usam-se as folhas em decocção, em banhos para reumatismo e artrite. A polpa é boa para estômago, laxativa e diurética.

### **343-PINHEIRO, araucária**

O pinhão assado ou cozido é alimento nutritivo e fortificante. Moído pode ser misturado à farinha de pão. Com a resina se faz xarope para bronquite e doenças pulmonares. O chá das folhas combate debilidade orgânica e escrofulose. O chá da casca deixada no álcool por uns dias cura cobreiros, reumatismo, varizes e distensões musculares. Os brotos bem tenros são comestíveis.

### **344-PINHEIRO-AMERICANO, pinus**

Embora recente sua introdução no Brasil, em seu país de origem o chá das folhas é utilizado em casos de pressão alta, obesidade e arteriosclerose. Diz-se que cura inúmeras doenças e não ter contra-indicação. Para emagrecer tomar um copo cinco vezes por semana.

### **345-PITANGUEIRA, pitanga**

O chá das folhas, em infusão, é tradicionalmente usado para as diarreias das crianças, cólicas, febres e para nervosismo, ansiedade e irritação infantil. Pode-se fazer xarope adicionando mel ou açúcar, para tosse, bronquite, gripes e resfriados. Usa-se também contra o reumatismo, gota e artrite e para baixar a pressão.

### **346- PITEIRA, pita, caroatá**

Não se usa o suco das folhas internamente. O suco espalhado sobre uma película é aplicado nas juntas doloridas e inflamadas (gota, artrite) por duas ou três horas para aliviar a dor, fazendo transudar um líquido seroso. O mesmo suco das folhas misturado com azeite é usado para limpar feridas com pus.

### **347- PIXIRIC A, tapixirica**

As folhas em infusão são usadas nas palpitações do coração e nas afecções da bexiga e vias urinárias. O mesmo infuso pode ser aplicado em problemas de pele.

### **348-PLÁTANO**

O plátano não tem muitas atribuições medicinais. Usa-se a casca da raiz para febre e as folhas em infusão para frieiras e feridas em geral. É uma árvore ornamental cujas folhas no outono assumem uma coloração dourada.

### **349 - POEJO, erva-de-são-Iourenço**

Usam-se folhas e flores em infusão. É o chá tradicional para cólicas, gases nos bebês. Bom para infecções das vias respiratórias, insônia, debilidade do sistema nervoso e fraqueza em geral. O xarope com poejo, avenca e samambaíha-roxa é fortificante, combate angina do peito e colesterol.

### **350-PULMONÁRIA, orelha-de-coelho, bálsamo**

Uma colher de folhas frescas picadas, para uma xícara em infusão adoçada com mel é remédio para asma, tosse e obstrução das vias respiratórias. Externamente tem função de curar feridas.

### **351 -QUARESMEIRA, tibouchina**

Arvoreta ornamental parecida com o manacá, que dá flores na quaresma. Não se faz uso interno da planta. As folhas e flores em decocção são usadas para lavar feridas e úlceras.

### **352-QUEBRA-PEDRA, erva-pombinha, arrebeta-pedra, angiquinho**

As folhas em infusão, três xícaras ao dia, servem para eliminar cálculos renais, para problemas de inflamação dos rins, bexiga, fígado, vesícula, ácido úrico, prostatite, amarelão (hepatite) e diabete. Podem ser usadas as folhas e flores.

### **353 - QUIABEIRO, quiabo, gombô**

As folhas são emolientes, boas para compressas. Alimento indicado para gestantes, rico em ferro. Bom para desinflamar intestinos, rins e bexiga. Calmante nos estados nervosos, nos acessos de tosse e asma.

### **354-QUITOCO, tabacarana**

Usam-se folhas, flores e raízes para problemas de estômago, gases, inflamações da vesícula e fígado, inapetência, inflamações do útero, reumatismo, artrite e febres. Bom remédio para asma, tosse e bronquite. Em cataplasma aplica-se em varizes, feridas e tumores. Tem ação cicatrizante. Em banhos tira dores do corpo.

### **355-RABANETE**

O rabanete estimula o apetite e as funções digestivas, a vesícula e o fígado. As folhas também devem ser aproveitadas como alimento, quando novas. É diurético, evita cálculos renais, doenças urinárias e artrite. É depurativo e levemente laxante. Com a polpa do rabanete amassada com açúcar se faz xarope para tosse e coqueluche. As sementes são vermífugas.

### **356 -RABO-DE-ARARA, língua-de-veado**

Esta samambaia cresce nos matos, nos depósitos de folhas entre as rochas e troncos de árvores e o chá das folhas é usado como expectorante, para tosses e bronquites, para lavar feridas, para higienizar e fortalecer o cabelo.

### **357-REPOLHO**

O consumo habitual do repolho especialmente cru, previne contra câncer, doenças degenerativas, derrame, hipertensão, prisão-de-ventre, fraqueza dos ossos e da visão. Deixar folhas na água durante algumas horas(ou ferver com leite) e beber aos poucos durante o dia, cura doenças do intestino, do estômago, gastrite, úlceras e combate o alcoolismo. Para tumores, erisipela, dor de garganta, de cabeça, hemorróidas, artrite e reumatismo, aplicar em cataplasma folhas de couve trituradas.

### **358-ROMÃZEIRA, romã, pão-graná**

O chá da casca da fruta é usado como diurético, depurativo e tônico; para hemorróidas, diarreias, cólicas e contra inflamações internas e externas, gengivite e garganta. O pó da casca é cicatrizante de uso local. O chá da raiz combate a solitária e parasitas intestinais.

### **359-ROSEIRA, rosa-vermelha**

O chá das pétalas é calmante, equilibra o sono, é adstringente, refrescante, digestivo e laxativo. Emprega-se também para inflamações e irritação dos olhos (compressas), da boca (aftas), da garganta, queimaduras, hemorróidas, abscessos e manchas da pele (misturar com vinagre). Toma-se também para fraqueza do estômago e inflamações da uretra e vagina.

### **360-ROSEIRA-SILVESTRE, rosa-canina**

É uma roseira espontânea que nasce à margem das estradas. Usam-se as pétalas secas em infusão, os frutos em decocção, (sem os pelos internos), as folhas e caules, externamente para vermelhidão da pele e dos olhos. Internamente como diurético, para rins, bexiga, vesícula, inflamações; para anemia, cansaço e depressão.

### **361 -ROSETA, cuspe-de-caipira**

Erva rasteira que cresce no meio da grama, indesejada pelas crianças, devido a seus pequenos espinhos que espetam nos pés e mãos. Toda touceirinha em infusão pode ser usada como diurética, para limpar a urina e eliminar gases intestinais. Serve para desinflamar feridas e lavar os olhos irritados.

### **362-RÚCULA**

A rúcula é de fácil cultivo e dá duas a três colheitas. É estimulante do organismo, é diurética e consumida em saladas, principalmente na primavera, funciona como depurativa do sangue. Mascar a folha e o talo funciona contra inflamações na boca e gengivas. A infusão, adoçada com açúcar ou mel, como xarope, é indicada para afecções pulmonares, tosse e bronquite.

### **363-SABUGUEIRO**

As múltiplas propriedades medicinais do sabugueiro são universalmente reconhecidas. O chá das flores secas e das folhas é tomado quente antes de deitar para provocar suor nas gripes, afecções dos pulmões, do peito, bronquites, sarampo, varíola e caxumba. Também é indicado nas intoxicações do fígado e problemas de rins, eliminando cálculos e toxinas. As flores frescas, amassadas, sobre um pano, aplicam-se em hemorróidas para aliviar as dores. O chá das folhas controla o ácido úrico, é eficiente no reumatismo, artrite, diabete e na obesidade.

### **364 - SALSALSA, salsa-da-horta**

Da salsa usa-se toda a planta. A decocção da raiz é um chá diurético, indicado para cálculos renais e biliares, limpar a urina, para reumatismo, gota, hidropisia, dores na próstata, para pressão alta, gases, males do fígado e icterícia. Pode-se também fazer o chá das sementes, que também ajuda para regular a menstruação e melhorar a circulação do sangue. Comer como salada, favorece a digestão, o apetite, combate anemia, nervosismo e auxilia a memória. O suco das folhas aplicado no rosto durante a noite limpa a pele de cravos,

espinhas, acnes e sardas; funciona como antídoto em picadas de abelhas, aranhas e insetos em geral; no nariz estanca o sangue, com azeite e sal na cárie, elimina a dor de dente. O suco pode ser aplicado em câimbras musculares e para tirar a vermelhidão dos olhos.

### **365-SALSA-DA-PRAIA, cipó-da-praia**

As folhas trituradas aplicadas sobre tumores apressam a maturação, aliviam inflamações e também são úteis nas dores de reumatismo.

### **366-SALVA-DO-RIO-GRANDE-DO-SUL, chá-de-tabuleiro, salva-da-gripe, cidreira-do-campo**

Uma colher de chá de folhas picadas por xícara é ótimo contra a gripe, resfriados, catarrhos, asma, insônia, afecções gástricas e gases intestinais. Fortalece os nervos, o cérebro e a memória. Chá de bom sabor. As folhas são usadas como tempero.

### **367 - SALVIA, sábia ou salva**

É uma planta muito popular usada, além de tempero, para muitos males do corpo e da mente. Usam-se as folhas e flores. Combate depressão, fraqueza, diabete, colesterol, males da menopausa, dificuldades de digestão, menstruação dolorosa, tosse e catarrhos; é estimulante, analgésica, antiinflamatória e tônica geral. Já antes de Cristo a sálvia era usada pelos romanos para clarear e limpar os dentes com as folhas, para tirar o mau hálito, para escurecer os cabelos, para os nervos (tirar o tremor das mãos) e para excesso de suor. Em gargarejo serve para aftas, gengivites, inflamação da garganta e laringite. Não se aconselha o uso na lactação e gestação.

### **368- SAMAMB AIA-ROXA**

A samambaia comum é usada em decoção para banhos em dores de reumatismo. Não se usando como chá. A samabaíinha roxa é usada em forma de chá, junto com chapéu-de-couro e sassafrás para dores no peito, artrite e reumatismo. Costumava-se no interior esfregar o carvão do caule, cobrindo com pano quente, nas pernas das crianças que custavam caminhar.

### **369-SANTOLINA**

Planta parecida com a alfazema, exceto nas flores. O chá das sumidades floridas é usado para combater parasitas intestinais, como diurético e para cólicas. Provoca a menstruação. A planta toda em banhos é cicatrizante, eliminando bactérias e fungos (tinha da pele). Os ramos nos guarda-roupas espantam insetos.

### **370 - S APOTIZEIRO, sapoti**

A polpa é delicioso alimento. O chá da casca é adstringente, serve para baixar febre e lavar feridas. Bebe-se a água misturada às sementes amassadas para combater pedras dos rins e vesícula. As sementes em doses elevadas são tóxicas.

### **371-SARANDI**

É uma planta útil pois evita a erosão nas beiras dos rios. Usa-se o cozimento das folhas ou da casca para dores em geral e para espasmos.

### **372 - SASSAFRÁS, canela-sassafrás**

Faz-se o chá da raiz para reumatismo, artrite e dores em geral, como depurativo, sudorífero, em intoxicações por metais, problemas digestivos, mau hálito e no tratamento de erupções sifilíticas e doenças de pele.

### **373- SEMPRE-VIVA, flor-de-palha**

Flor de cores diversas. O povo prefere fazer o chá com as flores de cor roxa para fortalecer o coração juntando também a palha de milho de cor roxa. O chá toma-se para reumatismo, diarreias, dor de cabeça e hemorróidas e passa-se em queimaduras, fendas, dores reumáticas, inflamações dos olhos, erisipela e picadas de aranha caranguejeira.

### **374-SENE, sena**

O chá de três folíolos em infusão funciona como purgante, para dores de cabeça e eliminar impurezas do sangue. O chá é contra-indicado na lactação e gravidez, e quando há inflamações dos intestinos, da bexiga e nas hemorróidas.

### **375- SERRALHA, serralha-brava**

Usa-se a planta toda. Pode-se secar ao sol e guardar. Uma colherinha da planta picada em infusão é um chá que fortalece o estômago, o fígado e todo o aparelho digestivo. O

chá é também depurativo, diurético, indicado para males dos rins e bexiga. Fortalece as vistas e os nervos. Pode-se aplicar em úlceras e erupções da pele. O leite da planta para terçol. As folhas tenras são alimento, boa dieta para desobstruir o fígado e curar a hepatite.

### **376- SETE-C APOTES, sete-casacas, capoteira**

A fruta é rica em vitamina C. Previne gripes e resfriados. O chá é expectorante, indicado para câimbras de sangue e disenteria, para crianças com "urina solta" e para epilepsia. Também baixa a pressão.

### **377- SETE-S ANGRIAS, erva-de-sangue**

Três a quatro colheres de sopa de qualquer parte da planta, por litro de água, três xícaras por dia, é indicado para palpitação do coração, falta de ar, tosse cardíaca, circulação do sangue, pressão alta, arteriosclerose, insônia, nervosismo e em casos de derrame. O chá em doses mais fortes é aplicado com algodão em psoríase e outras dermatoses. Combate também febres intermitentes e doenças venéreas e ajuda emagrecer.

### **378 - SOJA**

A soja tem elevado teor de proteína. Dela se tira o óleo, de fácil digestão mas cujo uso repetido em altas temperaturas pode se tornar cancerígeno; extrai-se a farinha, o farelo, o leite (queijo, margarina) e lecitina, um componente que atua para baixar a pressão e o colesterol. As sementes deixadas por uma noite na água, após breve fervura, podem ser consumidas como complemento nutricional favorecendo o funcionamento do estômago, fígado e intestinos, podendo-se adicionar mel, um pouco de sal e baunilha.

### **379-SUCUPIRA, sapupira, sucupira-açu**

Ótimo depurativo do sangue. Usam-se as sementes, as batatas junto à raiz ou a casca da raiz, em decocção. Combate doenças venéreas, inflamações, reumatismo, febres, diabete, hemorragias, fraqueza do organismo, do estômago e falta de apetite. Principalmente as batatas na raiz são excelentes para as mais variadas doenças da pele, inclusive manchas.

### **380-TAIUIÁ,tajujá**

Usa-se a raiz, 10 gramas por litro, ferver por quinze minutos, três xícaras por dia: é um chá consagrado pelo uso popular para inúmeras doenças. Sendo excelente depurativo do sangue, desintoxica o organismo, curando feridas sifilíticas, úlceras, erisipelas, furúnculos, herpes e manchas do rosto. Atua nas dores nevralgias e reumáticas, de artrite e ciática, no sistema digestivo, prisão de ventre, na biliar, na debilidade orgânica e na falta de menstruação. As folhas em cataplasma para ulcerações da pele.

### **381-TAMARINDEIRO, tamarinheiro, tamarino, jabaí**

Usa-se a polpa da vagem em decocção como refrescante, laxante, para combater diarreias, cólicas biliares, gástricas, inflamações em geral e nas hemorróidas. As folhas são vermífugas. Com a polpa fazem-se também doces e refrescos.

### **382-TANCHAGEM, transagem, tansagem**

Usam-se folhas, sementes e raiz. Tem ação antiinflamatória, cicatrizante, diurética, tônica e depurativa. Indicada para limpeza das vias respiratórias (fumantes), gripes, como expectorante, para diarreias, inflamação dos rins e estômago. Em gargarejos funciona como antibiótica, bactericida e antiinflamatória para garganta, ouvidos, em casos de gengivite, piorreia, laringite, amigdalite; em banhos de assento para próstata, hemorróidas e lavagem de feridas, tumores, doenças de pele, infecções nas partes genitais, dores no bico dos seios e inflamação dos olhos.

### **383-TAQUARA**

Popularmente a água contida na taquara comum (dos taquarais) é usada para asma e coqueluche e como contra-veneno em intoxicações e envenenamentos em geral, paralisias, nervos e impotência sexual; junto com raiz de urtigão é excelente remédio para próstata. Suas atribuições são semelhantes às do bambu.

### **384-TAQUARA-DO-REINO, cana-do-reino**

O chá dos rizomas é diurético, provoca suor, limpa o sangue e as vias urinárias. Externamente é usado para lavar feridas e úlceras.

### **385-TARUMÃ, tarumã-preto**

A casca e as folhas em decocção são usadas como excelente depurativo do sangue em casos de sífilis, feridas, dermatos e outras doenças de pele. Baixa a pressão, "afina" o sangue, auxilia em caso de derrame, enfartes e na menopausa, previne doenças e desintoxica o organismo. O chá da raiz fortalece o organismo e combate inflamações da bexiga, útero e próstata.

### **386-TIMBÓ**

O carvão de timbó (chá) costumava-se usar para apendicite e banhar as pernas e juntas das crianças para fortalecê-las na fase de começar a caminhar. As folhas de timbó são abortivas.

### **387-TIRIRICA**

O chá da raiz é usado para combater gonorréias e doenças venéreas, para afecções urinárias, como diurético e sudorífero, para diabetes e como tônico, estimulante e afrodisíaco.

### **388-TOMATEIRO**

O tomate é rica fonte de vitaminas A,B e C, principalmente o tomate-cereja (miúdo), que geralmente tem menos agrotóxico e mais fácil de cultivar. Quando verde tem toxinas prejudiciais à saúde. O tomate é levemente laxante, diurético e digestivo. É bom consumir em jejum tomates batidos com pouco de azeite e sal (sem vinagre) nos casos de fraqueza orgânica e convalescença. As folhas do tomate em maceração no álcool aplicam-se em picadas de insetos, fungos e parasitas.

### **389-TOMATE-DE-ÁRVORE, tomate-japonês**

É uma pequena árvore que produz frutos semelhantes ao tomate, igualmente rico em vitamina C, é consumido bem maduro e aproveitado para fazer massa de tomate, nutritiva e gostosa. Não há tradição de seu uso como medicinal.

### **390-TORANJA, pomelo, grapefruit**

O suco da polpa, um tanto ácido para ser consumido ao natural, é excelente para suco, recomendado para quem sofre de problemas do aparelho urinário, estômago, falta de apetite e para pessoas fracas e convalescentes. Com a grossa casca se prepara saboroso doce cristalizado.

### **391-TRAPOERABA, ondinha-do-mar**

É altamente diurética. Usada na dificuldade de urinar, urina com sangue, nas afecções da bexiga e vias urinárias em geral. Benéfica para o baço, no reumatismo, angina, hidropisia e "barriga d'água". Em banhos ou cataplasma aplica-se em dores reumáticas, herpes, coceiras, frieiras, cobreiros, hemorróidas, picadas de insetos, manchas da pele e inflamações dos olhos.

### **392- TRÊS-M ÁRIAS, buganvília, primavera**

Das flores frescas ou secas desta pequena árvore se faz xarope expectorante e para tosses em geral. O chá da raiz serve também para lavagem nas infecções da vagina e nos casos de amarelão.

### **393-TRIGO**

O povo deve acostumar-se a consumir a farinha integral, o germe, os brotos e até o farelo do trigo. O pão integral é mais nutritivo e combate a anemia. Bebe-se a vontade a água do farelo de trigo e fervido, misturado com mel, nos casos de convalescença, debilidade infantil, para limpar o sangue e embelezar a pele. O germe de trigo é estimulante e combate a fraqueza orgânica e a depressão. Lavar as sementes, deixar um dia na água, enxaguar e conservá-las por 4 ou 5 dias em uma bandeja, umedecidas, se consegue produzir os brotos de trigo, para serem consumidos como salada.

### **394 - TUIA, árvore-da-vida**

É uma planta muito usada. Sua característica é combater qualquer crescimento anormal de células no corpo, por exemplo: excrescências esponjosas, verrugas, pólipos intestinais, calos, erupções da pele, seborréia, psoríase, inflamações de mucosas, gengivas, nevralgias na face, rugas, hérnias, hemorróidas, inflamação da próstata e câncer (prevenir). Dose: uma

colher de folhas picadas em decocção por 20 minutos. Duas xícaras por dia longe das refeições. Não se toma na gestação.

#### **395-TUNA, cacto, figo-da-índia**

O chá dos talos ou flores é considerado regenerador do coração, melhora o sistema circulatório e digestivo. Indicado nos casos de aumento da próstata. Aplica-se também sobre tumores, feridas, úlceras, queimaduras e para lavar os cabelos e melhorar a pele. O fruto é comestível.

#### **396-UMBUZEIRO, umbu**

É uma árvore muito comum nos pampas. O povo usa o suco das folhas amassadas com banha ou azeite para dores reumáticas ou de artrite. Na campanha mistura-se a cinza do umbu com sal e dá-se para o gado para evitar bernes e carrapatos. O chá das folhas provoca disenteria e vômitos violentos. Não se deve usar.

#### **397- UNHA-DE-GATO, cipó-unha-de-gato, erva-de-são-domingos**

O chá das folhas ou da casca é indicado para febres intermitentes, para sífilis, rins, dor nas costas, inflamação dos intestinos e da vagina e como diurético.

#### **398-URTIGA, urtiga-da-miúda**

Usam-se folhas, partes floridas e raiz em infusão. As folhas tenras podem ser consumidas junto com saladas. Funciona como digestivo sendo boa dieta para anêmicos e diabéticos. O chá é indicado para hemorragias, catarro com sangue, reumatismo, gota e para aumentar a lactação. É diurético e benéfico contra doenças da pele e em massagens contra a queda do cabelo. A urtiga em contato com a pele ativa a circulação do sangue (nos reumatismos e artrite) e no campo costumam bater com os ramos de urtiga no ubre da vaca para soltar o leite.

tosses em geral. O chá da raiz serve também para lavagem nas infecções da vagina e nos casos de amarelão.

#### **399 - URTIGÃO, cansação**

As folhas em decocção atuam na pressão alta e colesterol. A raiz para pedras nos rins e corrimento vaginal ("flores brancas"). A água contida no caule é boa para bronquites, reumatismo e manchas da pele. Tem propriedades da urtiga anterior.

#### **400 -URUCU, colorau**

É um condimento para tingir, dar cor aos alimentos, à cera e aos queijos. Usar 15 sementes por litro em infusão em casos de inflamação do coração, como expectorante, laxante, para o estômago e queimaduras. O extrato corante é usado contra o veneno da mandioca braba e o chá das folhas para enjoos da gravidez

#### **401 - U VA-DO-JAPÃO, tripa-de-galinha, cajueiro-japonês**

Seus cachos de frutos (penca de "dedinhos") caem inteiros no chão e podem ser aproveitados, quando começam a murchar, fase em que estão ainda mais doces, para fazer um xarope para eliminar cálculos renais e da bÍlis. Dos frutos fermentados também se faz vinagre.

#### **402-UVALHEIRA, uvalha, uvaia**

A fruta é comestível, rica em vitamina C e dela pode-se fazer suco. É útil em casos de gripe, febre tifóide e como refrigerante. A casca é adstringente e indicada nos casos de diarreia ou disenteria.

#### **403-VACUNZEIRO, vacum, chal-chal, olho-de-pomba**

Sua frutinha, quando vermelha, é comestível. O chá das folhas e dos frutos são adstringentes. Usa-se para problemas digestivos, disenterias e externamente para lavar feridas.

#### **404-VASSOURINHA, alecrim-do-campo**

Planta muito comum, usada para varrer o terreiro e o forno a lenha. O chá das folhas é tônico, auxilia a digestão, combate febres, tosse, dores de ouvido e muito recomendada nos distúrbios gástricos.

#### **405-VASSOURINHA-DOCE, tupixaba**

O chá das folhas é usado para expelir catarros, para bronquite, febres, problemas de pulmão e para regular o ciclo e o fluxo menstrual. A raiz é depurativa do sangue. As folhas amassadas (o suco) é bom para dor de dente, de ouvido e para passar nas afecções da pele.

#### **406-VERBASCO, barbasco**

Usam-se flores e folhas em infusão ou rápida fervura. Adoçar com um pouco de mel, filtrar bem e beber 3 xícaras por dia em casos de dor de garganta (primeiro fazer gargarejo), catarros de bronquite, asma, pulmão e febre. Folhas cozidas no leite, para aplicação em hemorróidas, queimaduras, abscessos e frieiras. O chá também é sedativo, depurativo e diurético.

#### **407 - VIDEIRA, uva, parreira**

A uva é uma rica fonte de vitaminas, sais minerais, proteínas e carboidratos. É de fácil digestão e assimilação. É depurativa, diurética, combate disfunção dos intestinos, diarreias, pressão alta e anemia. As folhas e gavinhas secas e trituradas fervidas por dez minutos, servem para limpar o sangue, para gota e artrose, diarreia e hemorragias internas.

#### **408-VIMEIRO, vime**

O chá da casca ou folhas tem função sedativa, para espasmos e congestão do estômago. Auxilia na insônia.

#### **409-VIOLETA-DE-JARDIM, violeta-azul**

Usa-se a planta inteira. O chá das flores é indicado para sarampo, artrite, bronquite, tosse, garganta, catarro preso e provocar suor. Folhas de violeta em maceração aplicam-se sobre cânceros, feridas e certos tipos de tumores. As raízes secas, reduzidas a pó, em decocção, servem como laxante suave. Folhas cozidas com azeite servem de cataplasma em dores da gota e nas articulações.

#### **410- VIKI, dolar-de-prata**

É uma espécie de eucalipto, com folhas de cor cinza, arredondadas, com forte cheiro do vick (produto industrializado). O chá das folhas, adoçado com mel, desprende o catarro, desinflama os brônquios e alvéolos. Bom para fazer nebulizações.

#### **411-ZEDOÁRIA, gajitsu, gaju**

Os rizomas limpos, fatiados, secados ao sol, são guardados em frascos escuros. Uma colher de rizoma picado por xícara, antes das refeições, é remédio estimulante, combate as más digestões, azia, gases e úlceras do duodeno e estômago. Em bochechos e gargarejos é usado para feridas na boca e gengivas, para garganta e cordas vocais. Ativa a circulação do sangue, as funções do fígado, biliar e dos pulmões; desintoxica o organismo e é considerado pelo povo como remédio para o câncer.

#### **412 -ZÍNIA, capitão, canela-de-velha**

O chá das flores após as refeições auxilia o processo digestivo, diminuindo a produção de gases, indisposição, cólicas dos intestinos e também em casos de cólicas menstruais. As folhas podem ser aproveitadas mesmo após secadas devidamente.

## TÍTULO V

### XAROPES

Xarope é uma concentração de plantas preparadas num líquido mais grosso a base de açúcar ou mel. O mel não se ferve. Após coar o xarope, ainda quente, adicionar o mel e mexer. As doses indicadas são para adultos. De acordo com a idade reduzir a dose e não as vezes diárias. Após tomar não ingerir, em seguida água ou outro líquido.

**XAROPE PARA BRONQUITE:** tirar o sumo do agrião, triturando-o e misturar com mel. Adulto, tomar uma colherinha 3 vezes ao dia.

**XAROPE PARABRONQUITE E RENITE ALÉRGICA:** 1 punhado de casca de angico desfiada, 1 punhado de agrião, 1 punhado de flor ou cascas secas de sabugueiro, 4 fatias de abacaxi com casca, 4 fatias de laranja com casca, 1 galhinho de hortelã, 1 limão galego picado com casca e 5 folhas de guaco. Colocar tudo numa vasilha com 2 litros de água e 200g de açúcar mascavo e ferver até reduzir a 1 litro. Coar adicionar um quilo de mel e mexer. Dose 4 colheres de sopa por dia.

**XAROPE CALMANTE PARA CRIANÇAS:** ferver até formar um xarope, 1 litro de água com 300g de açúcar, 1 punhado de manjerona, 1 punhado de poejo, 2 folhas de tanchagem, 1 punhado de funcho e 5 folhas de violeta de jardim. Coar e adicionar 3 colheres de mel. Dose infantil: 1 colher de chá 3 vezes ao dia.

**XAROPE PARA GRIPES E INFECÇÕES** (pode ser tomado preventivamente): 2 colheres de tintura de própolis (ver Título VII - maceração para doenças infecciosas), 2 xícaras de mel, completar um litro com água fervida. Mexer bem. Tomar uma colher por dia.

**XAROPE EXPECTORANTE:** ferver até ficar em forma de xarope, uma garrafa de cerveja preta, 25 folhas de eucalipto, Vi kg. de açúcar, coar e adicionar 300g de mel. Dose: 1 colher de sopa 3 a 4 vezes por dia.

**XAROPE PARA RESFRIADOS E GRIPE ALÉRGICA:** colocar em 2 litros de água, com 600g de açúcar, 10 folhas de calêndula, 1 punhado de funcho, 1 punhado de poejo ou manjerona, 8 folhas de tanchagem. Ferver até ficar no ponto de xarope. Dose: 3 colheres de sopa por dia.

**XAROPE PARA GRIPES EM GERAL:** colocar em 2 litros de água, 8 folhas de cambará-de-jardim, 10 folhas de violeta, 8 folhas de guaco, 1 punhado de agrião e um limão cortado em pedacinhos com casca. Ferver até reduzir pela metade. Tirar do fogo, coar, adicionar 2 colheres de cachaça ou álcool de cereais e Vi xícara de mel. Dose: 3 colheres de sopa por dia.

**XAROPE PARA GRIPES, TOSSE E AFECÇÕES RESPIRATÓRIAS:** 3 copos de suco de laranja, 2 folhas de ameixa-de-inverno, 3 galhinhos de agrião, 3 folhas de todas estas plantas: mil-em-rama, sálvia, melissa e laranjeira (desta pode-se incluir algumas flores, se tiver). Ferver por 15 minutos. Coar adicionar um copo e meio de açúcar mascavo (ou cristal) e ferver por mais 10 minutos. Adicionar duas colheres de mel. Dose: 3 colheres ao dia.

**XAROPE DE ONZE ERVAS PARA TOSSE, BRONQUITE E RESFRIADOS:** 3 folhas de ameixa-de-inverno, cascas de 3 laranjas, 3 raminhos de pitanga, 5 folhas de amora, 3 folhas de tanchagem, 10 folhas de sálvia, 3 galhinhos de funcho, 5 folhas de moranguinho, 3 galhinhos de mil-em-rama, um punhado de flor ou casca de sabugueiro e três raminhos de hortelã. Ferver tudo em 2 litros de água, separando as cascas de laranja que devem ser caramelizadas com Vi kg. de açúcar. Misturar tudo, ferver por mais 3 minutos, coar, adicionar !4 kg. de mel e mexer. Guardar na geladeira. Dose: 4 colheres por dia.

**XAROPE PARATOSSE, BRONQUITE, ANGINA, PIGARRO E ROUQUIDÃO:** desfiar 2 punhados de casca de angico-vermelho (mais ou menos 60g), juntar um pouco de casca de araçá, de laranja, cravo e canela a gosto. Ferver em 1 litro de água. Coar, acrescentar !4 kg. de mel. Dose: 4 colheres por dia.

**XAROPE PARA GARGANTA, BRÔNQUIOS, PULMÕES E GRIPES EM GERAL:** colocar em uma vasilha 6 folhas de ameixa-de-inverno, com cinco colheres de açúcar. Queimar com algumas brasas incandescentes, colocando ao mesmo tempo cravo e canela. A seguir

despejar uma xícara e meia de leite (ou água), tapando rapidamente. Nesta receita podem-se usar outros tipos de folhas indicadas para gripe, por exemplo, sálvia, guaco, eucalipto, laranjeira e outras. Dose para um dia.

**XAROPE PARA ASMA:** 1 cabeça de alho-poró, 3 cabeças de cebola branca e 54 copo de água. Bater no liquidificador, ferver durante 15 minutos, coar, acrescentar  $V_2$  kg. de mel e mexer até ficar uniforme. Colocar em uma garrafa e enterrar por 9 dias. Tomar uma colher em jejum. Prolongar o tratamento por 3 meses.

**XAROPE TÓNICO CONTRA GRIPES** (preventivo e curativo): 1 xícara de leite, 5 dentes de alho, 5 folhas de sálvia. Ferver tudo e tomar quente 2 xícaras por dia. Pode-se também ferver no leite um pé de alho-poró (folhas e bulbo), adoçar com mel e tomar quente antes de deitar.

## **TÍTULO VI VINHOS MEDICINAIS**

O vinho usado com plantas medicinais, em maceração, deve ser puro, de boa procedência, seco (sem açúcar) podendo ser tinto ou branco conforme a finalidade. Em geral o tinto tem funções adstringentes, tónicas, reconstituintes e o branco funções diuréticas, digestivas. Os vinhos devem ser conservados em frascos bem fechados de preferência de cor escura. A dose normalmente é um cálice de licor.

**VINHO ESTIMULANTE, QUENTÃO:** usado no sul como bebida, para se aquecer nas noites frias, nas festas de São João: ferver o vinho tinto e quando estiver fervendo acender fósforo e queimar o vapor (o álcool), acrescentar casca de laranja, cravo e canela conforme o gosto. Servir bem quente.

**VINHO PARA FRAQUEZA GERAL, PARA O CORAÇÃO, CÉREBRO, STRESS E FORTALECER A VISÃO:** colocar um punhado de alecrim e outro tanto de sálvia em um litro de vinho tinto, adicionar <sup>x</sup>A xícara de mel e deixar em maceração por 8 dias ou ferver em banho-maria por 20 minutos. Tomar um pequeno cálice antes das refeições.

**VINHO RECONSTITUINTE PARA ANEMIAE CONVALESCENÇA DE DOENÇAS INFECCIOSAS:** em 1 litro de vinho tinto juntar 2 xícaras de açúcar, 1 limão, 1 noz-moscada, 12 cravos e 3 raízes de picão-preto (cuambu). Ferver por 20 minutos, retirar do fogo e adicionar 5 colheres de mel e mexer. Tomar 5 ou 6 colheres ao dia antes das refeições.

**VINHO DIGESTIVO, ESTIMULANTE E REGENERADOR:** em 1 litro de vinho tinto ou branco colocar um bom punhado de sálvia (20 a 30g) e deixar macerando por 8 dias. Beber um copinho depois do almoço e do jantar.

**VINHO DIGESTIVO, DIURÉTICO E AUXILIAR NO COMBATE DE FEBRES E INFECCÕES:** picar bem um punhado de raiz de jurubeba e deixar em maceração por dez dias em 1 litro de vinho branco. Pode-se adicionar um pedacinho de casca de laranja, cravo e canela. Tomar um copinho após as refeições.

**VINHO RECONSTITUINTE GERAL PARA ANEMIA, STRESS, E DAR RESISTÊNCIA CONTRA AS DOENÇAS INFECCIOSAS:** em 1 litro de vinho tinto colocar um punhado de flor de coqueiro, um punhado de pregos velhos (bem lavados), 5 raízes de picão-preto e 5 de guanxuma, um punhado de funcho, 2 xícaras de açúcar mascavo (ou cristal), cravo e canela a gosto. Ferver tudo por 20 minutos. Dose: 4 a 5 colheres por dia antes das refeições.

**VINHO ESTIMULANTE, DIGESTIVO, DEPURATIVO E DESINTOXICANTE DO FÍGADO E VESÍCULA:** em 1 litro de vinho branco colocar 2 punhados de folhas e flores de losna e deixar macerando por 10 dias. Beber um copinho após as refeições.

**VINHO DEPURATIVO, DIURÉTICO, PARAFÍGADO, VESÍCULAE DIABETE:** cortar a raiz da bardaria em rodeinhas e colocar um punhado em 1 litro de vinho branco. Deixar macerar por 10 dias e tomar 1 copinho após as refeições.

**VINHO PARADIGESTÃO, CÓLICAS, TONTURAS, DISTÚRBIOS MENSURUAIS E DOENÇAS DE ORIGEM NERVOSA:** colocar em 1 litro de vinho branco 1 punhado de folhas secas de melissa. Deixar macerando por 8 dias. Dose: 1 copinho após as refeições.

**VINHO TÓNICO, ESTOMÁQUICO, DIURÉTICO, PARA BÍLIS, FÍGADO, COLESTEROL, ARTERIOSCLEROSE, RINS E DIABETE:** colocar 2 punhados de folhas picadas

de alcachofra em um litro de vinho. Deixar curtir por 10 dias. Beber um copinho após as refeições.

**VINHO PARA O SISTEMA NERVOSO, INSÔNIA, STRESS, MENOPAUSA, HIPERTENSÃO, NEURALGIAS E PROBLEMAS DIGESTIVOS:** em 1 litro de vinho branco colocar 2 colheres de flores de camomila. Deixar em repouso por 10 dias. Tomar um copinho entre as refeições.

**VINHO TÔNICO, ESTIMULANTE, DIURÉTICO, PARA ESGOTAMENTO FÍSICO E MENTAL:** em 2 litros de vinho tinto juntar 20 pés de tiririca com a raiz (tubérculos), 1 beterraba grande, um punhado de pregos velhos (bem lavados), 1 punhado de funcho, 1 punhado de flor de coqueiro, 3 raízes de guanxuma, 3 raízes de picão-preto, 3 xícaras de açúcar mascavo (ou cristal), cravo, canela e noz-moscada a gosto. Deixar 8 dias em repouso. Tomar 3 colheres antes das refeições.

## *TÍTULO VII*

### **TINTURAS** *(MACERAÇÕES)*

Como vimos no Título II, "maceração" é a extração dos princípios ativos da planta, deixando-a determinado tempo em algum líquido na temperatura ambiente, agitando duas vezes por dia. A "tintura" se processa com a planta depositada no álcool (de cereais) com determinada graduação em geral a 75%. Pode-se também deixar a planta no vinho, na cachaça ou na graspa (produto destilado do bagaço da uva). Se a maceração for feita com água, tipo tisana ou garrafada, em vez álcool, toma-se normalmente como chá e não em gotas. As tinturas armazenam-se em frascos escuros e na geladeira.

Para **DORES LOCALIZADAS** (reumatismo, neuralgias, artrite, dor de cabeça e dente): colocar 100 g de raiz de guiné (tipi) no álcool. Após curtir, friccionar as partes doloridas, fazer compressas em dor de cabeça, aspirar nos casos de sinusite e aplicar com algodão na dor de dente.

Para **REUMATISMO, ARTRITE, CIÁTICA, ASMA E DOENÇAS RESPIRATÓRIAS:** colher a casca do angico-vermelho, lavar, desfiar e encher um pote de 1 litro. Completar com álcool, cachaça ou graspa. Deixar em repouso 10 dias. O adulto (que não tiver problemas de pressão alta), pode tomar 15 gotas, com pouco d'água, 3 vezes ao dia antes das refeições. Pode a mistura ser usada para fazer fricções em torcicolos e dores localizadas. Pode-se da mesma maneira utilizar em lugar do angico outras plantas: o taiuiá, cipó-mil-homens, cipó-suma, casca de guajuvira, de açoita-cavalo, araçá, sucupira e outras plantas, cujas finalidades estão descritas neste livro.

Para **DOENÇAS INFECCIOSAS: ANTIBIÓTICO DE PRÓPOLIS:** colocar em 1 litro com álcool, cachaça ou graspa 1 xícara de própolis. Após 15 dias pode-se tomar 10 gotas com pouco d'água, 1 vez ao dia, para prevenir doenças infecciosas ou 15 gotas 3 vezes ao dia, como curativo de infecções diversas.

Para **INFECCÕES DIVERSAS INTERNAS:** colocar 3 pés de guanxuma, 3 de picão-preto e 3 de tanchagem num volume de 1 litro, com álcool, graspa ou cachaça. Deixar em repouso por 24 horas. Tomar 15 gotas 3 vezes ao dia.

Para **ARTRITE:** colocar em 1 litro de álcool, cachaça ou graspa um punhado de capim pelo-de-porco e a mesma quantia de barba-de-bode. Deixar 15 dias em repouso. Tomar 10 gotas, 3 vezes ao dia antes das refeições.

Para auxiliar no combate ao **FUMO E ÁLCOOL:** colocar dois punhados de chinchilho em um litro de álcool ou cachaça. Acrescentar 5 folhas de tanchagem e adicionar água mineral com gás e após 3 dias destilar. Se não possuir destilador, guardar a mistura na geladeira. Tomar 5 gotas 8 vezes ao dia ou sempre que sentir vontade de beber ou fumar. Outra receita: colocar talos de couve no litro da bebida, deixar curtir e tomar 1 colher de sopa 2 vezes ao dia.

Para **PURIFICAR O SANGUE:** colocar partes iguais de folhas de noqueira, chá-de-bugre, japecanga, pariparoba, dente-de-leão, em 1 litro de cachaça, álcool ou graspa e deixar por 24 horas. Tomar 10 gotas 3 vezes ao dia.

Para DIABETE, CÁLCULOS RENAIIS, COLESTEROL E COMO DIURÉTICO: triturar um punhado de casca dos ramos, folhas e flor da pata-de-vaca, colocar no álcool, graspera ou cachaça por 2 ou 3 dias e tomar 10 gotas 2 vezes ao dia. Podem-se usar também as partes da planta em maceração em água, decocção ou infusão.

Para FÍGADO E SISTEMA DIGESTIVO: usar partes iguais de folhas de alcachofra, de jurubeba, fel-da-terra, gervão, catinga-de-mulata e boldo-graúdo. Triturar as ervas e colocar no álcool ou cachaça e deixar curtindo de um dia para o outro. Tomar de 10 a 15 gotas 3 ou 4 vezes ao dia.

Para MENOPAUSA, MÁ CIRCULAÇÃO E REUMATISMO: colocar no álcool, cachaça ou graspera partes iguais de folhas de louro, de videira e de morangueiro. Enterrar por 2 ou 3 dias. Tomar 5 gotas 6 vezes ao dia.

Para RINS, CÁLCULOS RENAIIS E DIURESE: colocar no álcool, graspera ou cachaça, 1 raiz de picão-preto, 8 folhas de louro, um punhado de estigma-de-milho, um punhado de capim-pelo-de-porco, um punhado de mil-em-rama, 5 folhas de pata-de-vaca, 3 folhas de abacateiro, um punhado de quebra-pedra. Triturar as ervas, deixando curtir por 24 horas. Tomar 40 gotas diárias, em várias vezes durante o dia.

Para o SISTEMA NERVOSO (CALMANTE): colocar em 1 litro de álcool, cachaça ou graspera, 2 folhas de maracujá, 1 punhado de folhas de araquá, 1 raminho de hortelã, 1 punhado de folhas de laranjeira, 3 folhas de alface, 1 punhado de capim-cidró e um raminho de alecrim. Tomar 10 gotas, 3 vezes ao dia, sendo a última antes de dormir.

Para ESTÔMAGO: colocar em 1 litro de álcool, cachaça ou graspera partes iguais de crista-de-galo, macela, alecrim, poejo, hortelã, losna, alcachofra, gervão e jurubeba. Após curtidas, tomar de 10 a 15 gotas quando necessário.

Para DEPRESSÃO, STRESS: colocar em 1 litro de álcool ou cachaça, um punhado de alcânfora (canforeira), deixar curtir por dois dias e tomar 30 gotas distribuídas durante o dia. Pode-se passar esta mistura em câimbras, dores musculares e de varizes.

*Observação:* Podem-se preparar as receitas acima em menos quantidade de líquido reduzindo-se proporcionalmente a quantia das plantas.

mistura na geladeira. Tomar 5 gotas 8 vezes ao dia ou sempre que sentir vontade de beber ou fumar. Outra receita: colocar talos de couve no litro da bebida, deixar curtir e tomar 1 colher de sopa 2 vezes ao dia.

Para PURIFICAR O SANGUE: colocar partes iguais de folhas de noqueira, chá-de-bugre, japecanga, pariparoba, dente-de-leão, em 1 litro de cachaça, álcool ou graspera e deixar por 24 horas. Tomar 10 gotas 3 vezes ao dia.

Para DIABETE, CÁLCULOS RENAIIS, COLESTEROL E COMO DIURÉTICO: triturar um punhado de casca dos ramos, folhas e flor da pata-de-vaca, colocar no álcool, graspera ou cachaça por 2 ou 3 dias e tomar 10 gotas 2 vezes ao dia. Podem-se usar também as partes da planta em maceração em água, decocção ou infusão.

Para FÍGADO E SISTEMA DIGESTIVO: usar partes iguais de folhas de alcachofra, de jurubeba, fel-da-terra, gervão, catinga-de-mulata e boldo-graúdo. Triturar as ervas e colocar no álcool ou cachaça e deixar curtindo de um dia para o outro. Tomar de 10 a 15 gotas 3 ou 4 vezes ao dia.

Para MENOPAUSA, MÁ CIRCULAÇÃO E REUMATISMO: colocar no álcool, cachaça ou graspera partes iguais de folhas de louro, de videira e de morangueiro. Enterrar por 2 ou 3 dias. Tomar 5 gotas 6 vezes ao dia.

Para RINS, CÁLCULOS RENAIIS E DIURESE: colocar no álcool, graspera ou cachaça, 1 raiz de picão-preto, 8 folhas de louro, um punhado de estigma-de-milho, um punhado de capim-pelo-de-porco, um punhado de mil-em-rama, 5 folhas de pata-de-vaca, 3 folhas de abacateiro, um punhado de quebra-pedra. Triturar as ervas, deixando curtir por 24 horas. Tomar 40 gotas diárias, em várias vezes durante o dia.

Para o SISTEMA NERVOSO (CALMANTE): colocar em 1 litro de álcool, cachaça ou graspera, 2 folhas de maracujá, 1 punhado de folhas de araquá, 1 raminho de hortelã, 1 punhado de folhas de laranjeira, 3 folhas de alface, 1 punhado de capim-cidró e um raminho de alecrim. Tomar 10 gotas, 3 vezes ao dia, sendo a última antes de dormir.

Para ESTÔMAGO: colocar em 1 litro de álcool, cachaça ou graspa partes iguais de crista-de-galo, macela, alecrim, poejo, hortelã, losna, alcachofra, gervão e jurubeba. Após curtidas, tomar de 10 a 15 gotas quando necessário.

Para DEPRESSÃO, STRESS: colocar em 1 litro de álcool ou cachaça, um punhado de alcânfora (canforeira), deixar curtir por dois dias e tomar 30 gotas distribuídas durante o dia. Pode-se passar esta mistura em câimbras, dores musculares e de varizes.

*Observação:* Podem-se preparar as receitas acima em menos quantidade de líquido reduzindo-se proporcionalmente a quantia das plantas.

## **TÍTULO VIII**

### **POMADAS**

Pomada é um preparado com plantas medicinais e um ingrediente gorduroso, que pode ser óleo, banha de porco (pura), vaselina ou lanolina, juntado-se cera de abelha para deixá-la cremosa e eventualmente breu para dar maior consistência. Antes de aplicar a pomada, sempre lavar com sabão e desinfetar as feridas. Aplica-se uma fina camada 2 ou 3 vezes ao dia e cobre-se com um paninho esterilizado.

**POMADA ANTIINFLAMATÓRIA, PARA FERIDAS, ÚLCERAS, INCLUSIVE VARICOSAS:** 3 folhas de confrei, 5 folhas de tanchagem, 3 colheres de banha e 1 colher de cera. Triturar as folhas, fritar na banha, coar e colocar a cera, batendo até ficar no ponto.

**POMADA "MILAGROSA", CICATRIZANTE PARA FERIDAS PERSISTENTES E CANCEROSAS:** uma xícara de banha de porco, 50g de breu, 50g de cera, 6 folhas de tanchagem, 10 folhas de mil-em-rama, um punhado de erva-lanceta, 6 folhas de malva e um punhado de flores de sabugueiro (se não tiver pode ser de cascas) e 6 folhas de malva. Fritar as ervas na banha, coar, colocar a cera e o breu e voltar ao fogo, até derreter. Bater até esfriar e ficar no ponto.

**POMADAPARA COÇA-COÇAE OUTRAS AFECÇÕES DAPELE:** fritar um punhado de maria-mole em duas colheres de banha, coar, por um pouco de cera e levar ao fogo para derreter. Após bater, até esfriar e deixar no ponto.

**POMADAPARA QUEIMADURAS, ALERGIAS, CALOS, VERRUGAS, CÂNCER EXTERNO E OUTRAS AFECÇÕES DA PELE:** pegar folhas e flores de calêndula e fritar na banha. Coar, acrescentar um pouco de cera, derreter e bater esfriando até ficar cremosa.

**POMADA PARA MASSAGEM EM CONTUSÕES, REUMATISMO, DORES E NEVRALGIAS:** pegar um punhado de alcânfora (cânfora-de-jardim), fritar na banha, coar, juntar cera, derreter e bater enquanto esfria até ficar no ponto.

**POMADA PARA MICOSE, RACHADURA NOS PÉS, UNHEIRO E FERIDAS VELHAS:** fritar bem com 2 colheres de banha 1 punhado de folhas de sabugueiro, 1 punhado de bálsamo, 1 folha grande de confrei. Após coar, derreter em separado 1 colher de sopa de breu e 3 de cera de abelha. Juntar tudo e bater até ficar no ponto.

**POMADA DE PRÓPOLIS PARAPROBLEMAS DE PELE E CICATRIZAR FERIDAS:** desmanchar em fogo lento 1/4 colher de cera, uma colher de própolis, 1/2 copo de azeite de oliva e 4 colheres de folhas picadas de malva. Coar e bater até deixar no ponto

## **TÍTULO IX RECEITAS DIVERSAS**

Todas as plantas mencionadas nas receitas a seguir, se encontram fotografadas no livro pelos nomes citados e descritas em suas atribuições.

**ACIDEZ DO ESTÔMAGO:** extrair o suco da batatinha (ralar, amassar e coar) até conseguir uma xícara. Tomar em seguida. Repetir 3 vezes ao dia.

**ÁCIDO ÚRICO:** colocar 3 punhados de entrecasca, folhas ou flor de sabugueiro em 1 litro de água. Ferver por 10 minutos. Tomar 1 xícara 3 ou 4 vezes ao dia. Serve também para artrite, reumatismo e cálculos renais.

**AMIGDALITE:** ferver um punhado de erva-de-santa-maria. Despejar tudo num pano e envolver o pescoço. Pode-se aplicar também em contusões e fraturas.

**APENDICITE:** fazer um chá com as cascas externas da cebola. Tomar 1 xícara 3 vezes ao dia.

**APETITE:** para melhorar o apetite comer ou mascar folhas de salsa meia hora antes das refeições.

**ARTERIOSCLEROSE:** tomar frequentemente um suco de laranja misturado com suco de limão, pela manhã em jejum.

**ARTRITE OU ARTROSE:** pegar um punhado de folhas frescas de batatinha, amassar, fazer uma papinha e aplicar diretamente nas articulações.

**ASMA:** raspar a parte interna das folhas da babosa, misturar com mel e tomar uma colher de sopa 3 vezes ao dia, durante algum tempo. Auxilia também o processo digestivo. Essa mistura pode ser colocada em queimaduras.

**ASMA DE NATUREZA ALÉRGICA:** tomar em jejum um copo de água com farinha de mandioca. É bom também para hemorróidas.

**AZIA:** para aliviar a sensação azia, colocar uma pitada de café sobre a língua e deixar diluir.

**BERNES:** pegar um toco de fumo em corda, molhar na banha ou azeite e colocar no local.

Pode-se também por um pedacinho de toucinho ou bacon. **BICHO-DE-PÉ:** ferver folhas de pessegueiro e deixar os pés de molho.

**BICO-DE-PAPAGAIO (Coluna):** colocar em 1 litro de álcool 2 punhados de raiz, ou folhas em maior quantidade, de guiné (atipim). Quando o líquido assumir coloração marron-esverdeada ou verde passar no local dolorido 3 vezes ao dia. É bom para qualquer dor localizada.

**CÁLCULOS OU AREIAS NOS RINS:** para combater, tomar após as refeições um copo de chá de salsa durante algum tempo.

**CALOS:** por em cima do calo um pedacinho de casca de banana verde, prendendo com esparadrapo. Segurar por alguns dias até o calo sair inteiro.

**CASPA, (seborréia):** picar 4 figos no liquidificador, colocar em um copo de vinagre branco (ou vinho), adicionar 1 colher de sopa de sal. Coar e enxaguar os cabelos 1 vez por dia.

**CAXUMBA (recolhida).** Receita popular: passar no local suco de limão misturado com cinza de madeira.

**CIÁTICA:** cortar rodela de batatinha e colocar entre o pé e a palmilha do sapato. Esfregar papinha, inclusive das folhas amassadas no local dolorido. Fazer compressas com folhas de eucalipto ou aroeira, 3 vezes ao dia e procurar repousar.

**COBREIRO:** colocar clara de ovo batida com alho-macho e deixar secar. Usa-se também a tintura de guiné.

**CÓLICAS DE MENSTRUACÃO:** tomar chá de salsa ou de folhas de moranguinho. Estes chás servem também par diarreias.

**CONVULSÕES OU ASFIXIA CAUSADAPOR VERMES:** esmague alho com vinagre e esfregue no nariz, peito, pulsos e na garganta do paciente.

**CORPO ESTRANHO NO NARIZ:** fazer a pessoa expirar utilizando algum pó de folha seca, por exemplo de hortelã.

**CORTES OU FERIMENTOS COM SANGUE:** para estancar o sangue aplicar clara de ovo, gelo ou açúcar mascavo (ou branco).

**DIABETE:** tomar 3 xícaras de pata-de-vaca com carqueja de manhã em jejum e antes das refeições.

**DIARREIA:** tomar chá de pitanga, tanchagem, comer maça e banana (um pouco verde), fazer um chá com folhas novas de goiaba (60g por litro).

**DORES DE ESTÔMAGO:** tomar chá de camomila com limão ou chá de funcho ou de melissa com leite.

**EMBRIAGUES:** para curar a embriagues, dar uma xícara de café bem forte com sal e para a ressaca chá de boldo.

**ENGASGO COM ESPINHO DE PEIXE:** engolir um ovo (sem bater); comer um pedacinho de miolo de pão misturado na farinha (de trigo).

**ENGASGO DE CRIANÇA:** segurar a criança no colo de cabeça para baixo (ou no encosto do sofá) e dar palmadas nas costas para que tussa expelindo o objeto.

**ERISPELA:** lavar com chá de sabugueiro, pitangueira e aroeira. Usar o líquido para compressas locais.

**FRIEIRAS:** esmagar o talo e folhas da couve e passar o sumo nas frieiras, pela manhã e antes de dormir.

**GASTRITE:** Tomar chá de canela (tempero) quando sentir dor. Tomar suco de couve em jejum.

**HÁLITO(ruim):** mascar folhas e sementes aromáticas ou fazer bochechos com infusão das mesmas. Mascar folhas de salvia ou salsa (para tirar cheiro de cebola ou alho).

**HEMORRAGIA** (por extração de dente): fazer bochechos com chá de confrei, cavaiinha, barbatimão e bolsa-de-pastor (servem também para outras hemorragias).

**HEMORRÓIDAS** (externas): lavar o local com chá de erva-moura, erva-de-bicho, fazer compressas de cavalinha no local. Fazer supositório com a parte interna da folha da babosa.

**IMPINGEM** (ou espinhas): passar a primeira saliva do dia no local, ao acordar, durante 5 dias.

**INFLAMAÇÕES DE DENTE** (nervo, raiz): fazer bochechos com chá de folhas de batata-doce, de malva ou com tintura de guiné.

**ÍNGUAS:** socar folhas de bardana, língua-de-vaca, copo-de-leite, aquecer e colocar sobre a íngua.

**MEMÓRIA:** tomar chás estimulantes contra stress, anemia, esgotamento, por ex. chá de tiririca com tubérculos, chá de salva-do-rio-grande-do-sul com mel, seiva de jatobá, melissa, alecrim, suco de assai e guaraná.

**MERTIOLATE NATURAL PARA USAR EM FERIMENTOS:** colocar no álcool misturado com água, casca e vagens de pau-ferro (jucá) e deixar curtir por dois dias.

**NERVOSISMO:** tomar porções iguais de folhas de hortelã, de melissa, de amoreira e mais 2 porções de casca de maçã (bem lavadas). Fazer o chá e beber em vez de água.

**OBESIDADE,** (para emagrecer): usar estévia em vez de açúcar, tomar chá de alcachofra, chapéu-de-couro, 3 a 4 colheres de vinagre de maçã por dia, chá de erva-de-bugre e pinheiro-americano.

**OSTEOPOROSE:** para prevenir, ferver durante 20 minutos cascas de ovo bem lavadas. Secar ao sol e moer no pilão ou no liquidificador. Deixar por um dia no limão e após consumir uma colherinha junto com a comida.

**OUVIDO:** para tirar insetos do ouvido, colocar uma luz junto ao ouvido para atrair o inseto. Forçar a saída do ar dos pulmões, trancando o nariz e a boca.

**PELE:** para embelezar a pele lavar com o chá de chapéu-de-couro e beber 3 a 4 xícaras por dia.

**PICADA DE ARANHA E INSETOS:** coloque alho amassado ou esfregue o suco de salsa sobre a picada.

**QUEIMADURAS:** envolva a parte atingida com o sumo da babosa e cubra com pano limpo. Tira a dor e evita a formação de bolhas.

**RACHADURAS NO BICO DOS SEIOS:** fazer calda de açúcar queimado com hortelã. Aplicar no local 3 vezes ao dia.

**RACHADURA DOS PÉS:** esfregar nas rachaduras as folhas quentes de melão-de-são-caetano para fazer penetrar o suco ou couve aquecida com pouco de azeite ou banha.

**REUMATISMO:** ferver um punhado de cascas picadas de corticeira (mulungu) em 1 litro de água e banhar as partes doloridas; misturar com a água do banho quente para aliviar cansaço e dores musculares.

**SANGUE DO NARIZ:** introduzir pelas narinas chá frio de bolsa-de-pastor, de cavalinha ou pingar algumas gotas de limão.

**SAPINHO,** espécie de afta na boca dos bebês: limpar com algodão embebido em suco fresco de limão, de tanchagem ou cavalinha adoçado com mel, várias vezes por dia.

**SEIOS EMPEDRADOS OU INFLAMADOS:** fazer compressas quentes com fedegoso ou picão-preto ou de gengibre com farinha de mandioca.

**SORO CASEIRO:** aos primeiros sintomas de diarreia e vômito dê à criança o soro: 1 litro de água fervida, com 1 colher de chá de sal e 8 colheres de chá de açúcar.

**SUOR NOS PÉS E AXILAS:** lavar com chá forte de folhas de noqueira ou passar suco de limão com cinza de madeira algumas vezes por dia.

**TÉTANO:** para evitar o tétano manter em dia a carteirinha de vacinação. É a maneira mais fácil e correra.

**TORCICOLO:** passar tintura de casca de angico ou de guiné.

**TRAVESSEIRO MEDICINAL:** para asma, bronquite, sinusite alérgica ou crónica, para normalizar o sono, aliviar tensões, para afecções da vias respiratórias em geral, usam-se quantias iguais das seguintes plantas secadas à sombra: eucalipto, viki, macela, poejo, manjerona, hortelã, melissa, capim-cidró, alecrim, camomila, folhas de lima, de laranja e de guiné. Pode-se substituir por outras por ex. sálvia, alfavaca, vassourinha-doce, chá-de-bugre, louro e poejo. Fazer o travesseiro de 20 x 30 cm. Colocá-lo entre a fronha e o travesseiro de uso. Mexer as folhas periodicamente. Com seis meses ou menos trocar.

**ÚLCERAS INTERNAS (gastrite):** fazer uma tintura com folhas de chá-de-bugre e tomar 10 gotas antes das refeições principais. Tomar chá de espinheira-santa antes das refeições.

**UNHEIRO, panarício:** fazer decocção de 50g de cavalinha para um litro de água e fazer compressas. Amassar folhas novas de laranjeira, untar com óleo quente e enrolar o dedo. Esmagar a cebola e colocar o sumo no unheiro.

**URINA SOLTA (incontinência):** fazer chá das bagas (frutos) do cipreste ou tomar meia xícara de chá de guamirim 3 vezes ao dia ou chá da raiz de guanxuma.

**VARIZES:** ralar (ou liquidificar) o caroço de abacate, podendo-se adicionar um punhado de folhas, deixar em repouso, no escuro, por 2 dias em meio litro de álcool e fazer massagens circulares no local. Serve também para nevralgias e reumatismo.

**VERMES (como fazer os comprimidos):** pegar partes iguais das seguintes plantas: erva-de-santa-maria, erva-de-bicho, losna, couve, hortelã, sementes de abóbora e um pedaço de folha de alcachofra. Modo de fazer: passar tudo no liquidificador com meio copo de água, coar, acrescentar 1 colher de amido (maisena) e uma de farinha de trigo. Amassar até deixar no ponto. Pode-se usar um retrós para modelar os comprimidos.

## ***TÍTULO X ÍNDICE DE DOENÇAS***

Neste título você encontrará o nome de doenças e alguns órgãos mais passíveis de afecções e os números que correspondem às plantas indicadas para o caso, conforme foi mencionado no Título IV que fala das atribuições. O significado de algumas palavras você poderá encontrar no Título XII "Vocabulário".

**ÁCIDO ÚRICO:** 48-63-65-133-137-138-141-145-165-208-308-310-331-352-363.

**AFONIA (problemas de voz):** 43-221-236-349-411.

**AFTAS:** 6-33-50-61 -85-90-93-173-222-229-367.

**ALCOOLISMO:**46-55-70-71-143-198-293-357.

**ALERGIA:** 86-118-291-310.

**AMARELÃO:** 5-17-55-63-107-121-128-136-149-163-240-243-244-245-264-271-302-392.

**AMIGDALITE:** 33-149-186-337-338-382.

**ANEMIA:** 84-93-96-105-109-129-142-165-188-200-204-208-261-262-271-277-304-310-326-343-349-360-364-393-398-407. **ANGINA:**149-199-211-238-280-349-391.

**ANSIEDADE:** 18-21-101-131-158-345. **ÂNUS:** 161-173-192-215-323.

**APENDICITE:** 42-133-240-283-386.

**ARTERIOSCLEROSE:** 14-2542-95-137-141-239-250-265-319-344-377.

**ARTRITE:**20-3643-51-79-86-101-122-133-134-136-140-141-168-183-185-204-223-224-230-236-241-256-265-303-310-323-341-342-345-346-354-355-357-363-368-372-380-396-398409.

**ARTROSE:** 134-241-407. **ASMA:** 10-14-16-21-23-24-29-3649-80-88-111-112-116-143-165-166-167-171-173-181-199-203-229-252-260-271-284-292-293-294-295-321-322-324-325-329-337-338-350-353-354-366-383406.

**AZIA:** 37-55-70-89-97-120-175-198-263-283-303-310-411.

**BAÇO:** 23-119-261-264-269-270-279-287-324-325-391.

**BEXIGA, (cálculos):** 42-58-66-303.

(outros males): 3-8-14-19-27-50-62-64-79-95-96-100-107-108-114-116-122-126-132-139-141-142-148-154-177-179-180-194-297-203-246-260-263-264-272-282-307-308-310-323-331-333-334-337-338-347-352-353-360-375-385-391.  
BÍLIS (cálculos): 58-364-401.(outros males): 4-14-17-22-52-71-86-91-92-106-107-135-141-177-209-225-243-244-245-262-266-268-276-306-321-380-381-411.  
BOCA: 6-31-32-33-60-69-90-132-182-215-227-249-253-280-282-298-310-312-321-334-359-362-411.  
BRONQUITE: 2-11-16-22-23-24-29-35-364-52-58-73-80-87-90-100-111-112-136-154-171-173-179-181-186-203-209-211-213-221-227-229-231-260-271-272-284-288-301-302-313-315-321-324-325-329-335-337-338-343-345-354-356-362-363-399-404-406-409-410.  
CABEÇA(dor): 17-46-61-71-133-159-169-170-178-241-243-244-245-254-271-273-290-292-293-294-295-334-336-340-341-357-373-374.  
CABELOS (embelezar, fortalecer): 9-11-16-23-52-58-82-91-92-109-144-154-156-185-196-278-317-341-356-367-394-395-398;calvície: 49-52-58-144.  
CÂIMBRA (de sangue): 8-51-149-376;  
(muscular): 307-364. CALOS: 86-211-212-258-394.  
CÂNCER: (sempreprocurartratamentomédico): 3-8-40-52-67-74-83-86-111-122-168-188-204-213-248-250-357-394-411. CASPA: 9-11-16-49-52-144-154-331.  
CATARATAS: 213  
CATARRO DO PULMÃO: 2448-58-72-79-125-134-143-211-221-259-271-321-349-366-367-405-409-410;  
(com sangue): 19-149-185-194-252-298-398.  
CAXUMBA: 58-363.  
CELULITE: 132.  
CÉREBRO: 67-83-177-191-201-317-340-366.  
CIÁTICA: 43-130-153-168-184-203-208-210-221-224-239-311-380.  
CIRROSE: 117-317.  
CLOROSE: 10-16-200  
COLESTEROL: 4-14-66-135-140-193-230-240-278-285-310-315-327-349-367-378-399.  
CÓLICAS: 17-23-37-40-47-51-84-91-137-153-172-182-187-190-199-219-221-243-244-245-272-278-283-288-289-305-307-331-345-349-358-369-411.  
COLUNA: 341-397.  
CONJUNTIVITE: 147.  
CONVALESCENÇA: 28-59-85-134-139-164-195-264-268-304-333-388-390-393.  
CONVULSÕES: 292-293-294-295.  
COQUELUCHE: 173-181-222-229-292-293-294-295-329-355-383.  
CORAÇÃO: 15-16-59-80-82-83-84-95-115-117-133-139-140-181-204-226-239-284-306-308-373-377-385-395-400.  
CORRIMENTO: (leucorréia): 36-57-123-247-255-260-288-300-305-312-326-399.  
DENTE(dor): 130-212-214-238-241-243-244-245-283-307-321-324-325-364-405;  
(limpar): 367.  
DEPRESSÃO: 15-153-190-204-239-306-360-367-393.  
DERRAME: 168-340-357-377-385.  
DESIDRATAÇÃO, (ver "Soro caseiro" no Título "Receitas Diversas")..  
DIABETE: 14-25-31-32-85-110-114-152-154-195-201-203-204-206-208-222-230-248-254-255-317-319-327-328-329-337-338-352-363-367-379-387-398.  
DIARREIA: 1-5-6-24-33-38-39-40-55-62-84-90-97-99-103-123-124-127-136-139-143-153-157-163-173-187-189-194-219-222-227-228-234-235-247-252-255-257-262-267-288-292-293-294-295-300-312-316-327-333-345-358-373-381-382-402-407.  
DISENTERIA: 1-8-12-24-37-45-62-72-101-134-137-156-185-233-234-235-239-254-310-337-338-345-376-402-403.  
DOENÇAS VENÉREAS: 9-79-118-120-122-148-261-288-377-379-387.  
DORES(em geral): 10-69-122-123-137-144-153-192-193-203-241-277-299-301-302-306-311-341-354-371-372-380-397.  
ENXAQUECA: 23-140-239.  
EPILEPSIA: 190-292-293-294-295.

ERISPELA: 3-12-1945-113-130-151-185-188-207-208-252-357-373-376-380.  
ESCAMAÇÃODAPELE(eczemas):2345-58-109-1 13-155-185-188-213-249-305.  
ESCORBUTO: 7-13-20-109-177-188-209-269-270.  
ESPASMOS: 86-91-135-219-266-269-280-300-371408.  
ESPINHAS (acnes): 34-220-296-364.  
ESTÔMAGO: 4-10-14-21-22-27-51-52-54-63-70-93-100-109-112-119-122-138-139-  
142-165-168-172-175-182-187-193-198-221-224-226-227-255-261-262-264-273-276-  
278-282-284-300-306-307-311-313-317-319-324-325-328-331-332-342-354-357-359-  
375-378-379-382-390400404408.  
FARINGITE:149-282-298-312-382.  
FEBRE: 1-25-33-3447-50-54-55-73-88-89-99-101-110-122-134-144-159-176-185-203-  
207-226-232-240-256-266-281-300-305-307-317-332-335-339-345-348-354-370-377-  
379-385-397402404405406.  
FERIDAS: 6-8-38-39404247-57-58-60-72-79-82-86-95-111-116-118-119-122-128-134-  
149-150-151-154-155-156-161-166-167-172-183-185-188-189-193-202-207-212-213-  
228-237-238-246-247-248-249-250-251-253-258-264-267-275-287-296-297-299-300-  
302-305-307-323-324-325-326-329-337-338-346-348-350-351-354-356-361-370-373-  
382-384-395403409.  
FLACIDEZ: 52.  
FLEBITE: 41.  
FÍGADO: 2-9-14-22-23-26-27-28-35-50-52-56-58-64-70-71-79-86-89-100-107-117-  
119-120-121-122-124-126-128-135-137-141-142-168-175-177-178-198-199-200-204-  
224-225-238-261-262-264-266-267-268-269-270-278-279-284-287-298-300-301-306-  
323-324-325-328-331-334-337-338-352-354-355-363-364-375-378411.  
FRAQUEZA: 10-11-129-156-277-301-360-367-379-380-388-390-393.  
FRIEIRAS: 5-60-85-148-348-391406.  
GARGANTA: 2-6-8-31-32-33-50-60-65-69-84-85-97-112-125-182-199-211-215-227-  
229-236-238-241-249-252-253-282-298-310-227-338-357-358-367-  
382406409411.  
GASES: 14-13-17-21-23-374647-101-115-136-160-178-182-187-190-198-221-243-  
244-245-255-260-269-270-277-283-289-303-306-321-328-339-349-354-361-364-  
366411412.  
GASTRITE: 22-58-105-153-189-198-213-250-317-357-366-381.  
GENGIVAS: 33-60-127-214-238-241-249-298-334-358-362-367-382-394411.  
GONORRÉIA: 36-57-95-222-247-260-313-387.  
GOTA: 13-45-51-110-136-148-168-232-256-265-310-311-319-333-345-346-364-  
398407409.  
GRIPE: 22-25-29-87-88-133-137-143-187-203-211-221-234-236-256-259-266-280-  
302-305-345-363-366-376-382402.  
HÁLITO: 97-169-170-219-282-367-372  
HEMATOMAS:2141-53-176-189-205-226-300-301.  
HEMORRAGIAS:38-3946-54-72-105-123-127-130-132-156-165-185-189-193-222-  
226-228-234-238-255-288-302-307-329-373-379-398407.  
HEMORRÓIDAS: 12-19-28-52-54-56-79-123-145-148-157-185-196-215-234-252-  
272-282-295-300-302-305-307-312-313-315-319-324-325-357-358-359-363-373-381-  
382-391-394406.  
HÉRNIA: 57-96-156-322-394.  
HERPES: 34-291-296-336-380-391 "  
HEPATITE: 117-166-224-264-352-375.  
HIDROPISIA: 112-126-207-232-261-269-270-296-364-391.  
HISTERIA: 16-91-92-306.  
ICTERÍCIA: 4-9-35-52-117-130-177-204-287-317-337-338-364.  
IMPOTÊNCIA: 131.  
INAPETÊNCIA: 16-153-158-172-202-339-354-355-364-379-390.  
INDIGESTÃO: (ver Título XI "Digestivos").  
INFECÇÕES: 7-38-3946-55-86-264-328-382.  
INFLAMAÇÃO: 12-2143-55-60-61-69-89-96-101-113-125-140-147-161-162-178-183-  
186-187-192-196-207-209-211-213-214-237-240-242-249-250-266-269-272-278-282-  
292-293-294-295-298-304-307-310-317-324-358-360-365-367-379-381-382.  
ÍNGUAS: 151-214-299-322.

INSETOS: 6-15-17-264647-55-86-120-130-140-176-216-217-225-243-244-245-277-282-306-331-364-369-373-388-391.

INSÔNIA: 8-12-17-18-21-23-65-91-131-144-166-172-243-244-245-266-292-293-294-295-306-349-359-366-377408.

INTESTINO: 3-8-10-22-28-38-394548-51-54-66-70-91-92-103-108-109-110-112-116-125-139-148-156-157-158-188-193-202-206-227-228-233-234-235-239-257-261-272-276-279-284-298-300-307-311-313-316-317-319-328-333-336-353-357-378-397407.

INTOXICAÇÃO: 27-58-110-119-123-142-219-250-278-279-301-372-380-383-385411.

LARINGITE: 149-186-241-260-280-298-312-367-382.

LEUCEMIA: 79-204-326.

MACHUCADURAS: (traumatismo, luxações, golpes, pancadas): 6-15-41-42-53-96-151-161-174-183-186-189-205-267-273-298-301.

MALÁRIA: 153.

MANCHAS NA PELE: 45-68-155-174-208-284-296-359-364-379-380-391-399.

MEMÓRIA: 21-364-366 MENINGITE: 340.

MENOPAUSA: 10-72-86-187-304-331-367-385.

MENSTRUACÃO: 10-22-24464749-59-72-96-105-130-143-148-153-160-187-200-202-207-277-286-305-317-321-364-369-380405;  
(cólicas): 63-91-367412.

MICOSES: 68-118-207-249-305.

MÚSCULOS (dor): 15-36-41-101-166-183-290-311;(fortalecer): 42-82-93-289-317;  
(distensões): 41-42-343.

NARIZ: 72-132-194-226-289-364.

NÁUSEAS (enjoo): 17-22-37-97-243-244-245-400. NERVOS: 7-15-16-17-18-21-59-65-80-86-91-92-95-97-131-144-146-165-166-167-171-177-190-201-216-223-226-243-244-245-266-282-289-292-293-294-295-306-311-313-317-335-345-349-353-364-366-367-375-377-380-383.

NEURALGIA: 17-91-153-183-203-208-221-230-236-241-243-244-245-321-380-394.

OBESIDADE: 26-66-140-152-195-197-201-230-263-269-270-271-315-344-363-377.

OLHOS: 91-130-136-177-182-213-242-259-273-280-282-357-359-360-361-364-373-375-382-391.(terço): 375. OSSOS (dor): 118-256.(fortalecer): 7-93-136-317-357.

OSTEOPOROSE: 7-132-140.

OUVIDOS (dor): 25-31 -32-46-213-222-223-273-282-283-296-382-404405.

OVÁRIOS (inflamações): 10-140-282.

PALPITAÇÃO: 37-292-293-294-295-306-347-377.

PÂNCREAS: 276-324-325-327.

PARALISIA: 169-170-281-383.

PARTO: 153-293-306.(placenta): 24-306.

PELE (problemas): 4-10-14-34-40-52-58-69-72-73-85-91-92-99-127-135-142-173-174-178-185-188-191 -192-196-198-199-213-220-248-253-256-262-267-269-270-271-278-284-287-290-291-296-302-305-306-310-317-326-327-331-336-347-360-364-369-372-375-377-379-380-382-385-391-394-395-398405.  
(embelezar): 1-11-16-18-23-27-48-136-141-150-177-219-256-266-279-393-395.

PÊNIS: 122.

PICADA DE COBRA: 26-46-140-216-236-283.

PIOLHO: (lêndeas): 23-47-127-217.

PNEUMONIA (ver também "Pulmões"): 175-179-218-226-283-311. PÓLIPOS: 58-86-394. PRESSÃO - Para baixar: 14-25-65-115-135-145-166-168-181-193-230-240-278-306-307-308-317-344-345-357-364-376-377-378-385-399-407. Para erguer: 9-117. Para estabilizar: 146-319-333.

PRISÃO-DE-VENTRE: 52-99-197-225-254-266-272-319-333-357-380. PRÓSTATA: 3-79-119-132-133-136-140-156-183-207-260-272-315-352-364-382-383-385-394-395.

PSORÍASE: 23-34-68-109-161-313-377-394. PULMÕES: 11-14-25-42-64-73-80-85-143-175-187-203-222-240-252-260-269-270-272-300-307-323-343-362-363-405406-411.

QUEIMADURA: 6-52-64-161-213-223-262-300-305-307-323-331-359-373-395400-406;  
(assaduras): 176-334.

RACHADURAS DA PELE: 8-132-148-161-189-215-323.

RAQUITISMO: 20-155.  
RESFRIADOS: 29-88-211-221-256-266-345-366-376  
RESSACA: 46-264.  
REUMATISMO: 1-7-9-13-15-16-20-21-23-36-40424345-51-52-58-60-65-73-83-89-  
101-103-104-108-118-120-130-133-136-137-141-144-146-150-151-153-162-165-166-  
167-168-171-176-183-184-185-187-193-196-203-204-208-210-221-223-224-230-232-  
236-241-248-249-256-265-273-274-277-281-286-289-299-301-303-310-311-313-  
319-321-324-325-330-331-333-341-342-343-345-354-357-363-364-365-368-372-  
373-379-380-390-391-396-398-399.  
RETO: 56-132.  
RINITE:203  
RINS (cálculos e areias): 1-34-21-25-27-31-32-33-3542-64-73-95-96-100-104-106-  
112-114-116-118-122-132-133-141-142-145-148-154-163-177-179-194-198-211-  
213-229-232-278-279-282-298-302-303-304-308-310-319-327-331-333-337-352-  
353-355-360-363-364-370-375-382-397-399401.(Outros males): 1-9-14-1942-108-  
308-319-323-333-352-363.  
RUGAS: 52-394.  
SANGUE (circulação): 25-82-97-140-153-156-181-191-196-204-210-239-269-276-  
278-306-333-340-364-377-395-398411;  
(depurativos): 3-66-118-127-133-138-141-155-232-248-250-269-270-304-305-308-  
374-379-384-393407  
SARAMPO: 176-207-363409  
SARNA:23-127-144-155  
SEIOS: 12-21-160-161-215-300-306-323-382.  
SÍFILIS: 19-95-116-118-144-154-155-179-256-286-372-380-385-397.  
SINUSITE: 23-36-76-120-172-203-301-313-315.  
SOLUÇÃO: 37-182.  
SUDORESE, (suor excessivo): 367  
STRESS: 21-23-67-128-153-187-204-306.  
TABAGISMO: 55-143-382.  
TESTÍCULOS:21-55-79-134-151-160.  
TÉTANO: (para evitar): 42-122-243.  
TIREÓIDE: 14  
TONTURAS (vertigem): 10-23-169-170.  
TORCICOLO: 15-36-183-277-341.  
TOSSE: 11-16-23-2549-73-87-112-125-129-136-143-154-166-167-171-173-179-181-  
209-211-213-218-222-227-229-236-254-259-272-284-288-292-293-294-295-298-302-  
313-315-335-345-350-353-354-355-356-362-367-392404409.  
TREMOR NAS MÃOS: (ver também "Nervos", "Alcoolismo") 367.  
TRIGLICERÍDIOS:240.  
TUBERCULOSE: 35-132-287.  
TUMORES: 12-19-25-26-45-52-59-60-61 -66-89-149-159-178-211-213-214-249-271 -  
272-297-298-299-321-323-324-354-357-359-365-380-382-395-406409. ÚLCERAS  
(internas): 3-8-51-61-86-132-136-140-168-198-203-250-261-271-284-297-307-  
319-324-336-337-338-357-411;(externas): 38-39404247-119-150-151-156-161-166-  
167-173-178-179-192-226-248-249-250-251-253-264-267-275-282-337-351-375-380-  
384-395.  
URETRA: 62-79-95-96-107-296-297-305-359.  
URINA (solta, incontínência): 46-132-307-376;(presa): 13-66-124-165-260-263-310-  
391.  
ÚTERO: (doenças): 10-47-57-171-250-302-307-315-354-  
385;(hemorragias): 24-55-57-72-117-234-326. VAGINA: 150-250-  
315-359-392-397.  
VARIÓLA: (erradicada): 176-185-363.  
VARIZES: 38-39-42-52-119-156-161-162-189-193-194-227-343-354. VERMES  
(parasitas emgeral): 3-17-77-78-107-127-130-133-143-157-168-185-186-200-  
207-210-212-220-225-240-243-244-245-259-260-284-292-293-294-295-303-305-310-  
317-355-358-369-381;  
Solitária: 3-157-210-358. VERRUGAS: 86-116-135-211-212-220-  
258-394. VESÍCULA: 35-71-117-135-177-209-268-308-319-352-354-  
355-360.  
(pedras na vesícula): 35-138-177-311-337-338-370.

VIASRESPIRATÓRIAS:2-5-21-22-36-76-87-88-90-103-III-129-149-165-171-172-181-186-203-236-269-270-280-285-314-321-332-335-349-350-382.

VIAS URINÁRIAS: 1-13-24-2549-67-102-104-107-110-112-119-160-172-177-180-185-188-194-209-216-219-224-226-232-238-297-301-347-355-361-364-384-387-390-391.

VITILIGO(ver"Pele"):68.

VÔMITOS: 17-37-72-84-157-182-194-219-261-280-336.

### *TITULO XI*

#### **PLANTAS COM FUNÇÕES RESTAURADORAS E ESTIMULANTES.**

O significado de certas palavras abaixo você poderá encontrar no título seguinte (Vocabulário).

ADSTRINGENTES: 57-96-110-134-138-154-194-238-252-275-316-317-318-339-359-370-402403.

AFRODISÍACAS: 1-30-85-131-223-236-276-383-387.

ANTIBIÓTICAS NATURAIS: 25-26-256-382.

ANTÍDOTOS: 54-364-373-383-400.

ANTIOXEDANTE: 250-266-304-357-367.

ANTI-SÉPTICOS: 23- 25-2646-86-203-237-240-247-266-269-270-277-282-312-327-369-382-388.

APERIENTES: 20-115-127-364.

CALMANTES: 12-18-23-27-374647-55-89-101-142-144-145-166-187-216-241-250-268-292-293-294-295-300-306-307-330-359406408.

CICATRIZANTES: 5-23-3445-64-82-86-132-147-212-264-282-284-298-299-300-301-312-324-325-354-358-369-382.

DEPURATIVAS: 2-3-9-11-16-27-30-31-34-36-50-58-85-109-127-140-142-153-155-177-209-215-224-238-249-250-256-271-287-296-298-310-317-320-321-330-355-358-362-372-375-380-385405406407.

DIGESTIVAS:2-6-II-16-17-20-22-25-26-27-29404648-67-70-89-91-92-99-101-110-117-119-121-127-130-137-138-142-143-152-157-158-160-172-190-191-197-198-201-202-206-209-219-224-225-232-243-244-245-258-268-269-270-276-277-279-283-284-289-300-301-303-321-328-337-338-339-355-359-364-367-372-375-380-382-388-395-398-403404407411412.

DIURÉTICAS: 1-2-14-19-20-21-26-27-30-31-34-354248-58-64-65-74-81-95-100-101-103-104-107-108-110-112-114-117-123-124-126-130-138-140-141-142-145-148-154-157-163-176-180-181-188-206-207-208-209-213-215-216-219-224-230-232-263-264-267-271-280-286-291-292-293-294-295-298-303-304-308-310-315-327-330-333-336-342-355-358-360-361-362-364-369-375-382-384-387-388-391-397-398406407.

EMOLIENTES: 5-73-91-95-110-113-124-128-147-214-353.

ESTIMULANTES: 11-21-23-30-83-85-99-117-119-128-153-165-191-201-202-204-219-223-257-273-277-317-318-336-339-362-367-387-393411.

EXPECTORANTES:2-17-37-80-133-159-231-243-244-245-254-273-356-376-382-392400.

GALACTAGOGAS: 21-24-37-64-117-126-139-160-306-398.

NUTRITIVAS: 26-27-28-30^8-67-81-85-126-128-129-195-211-215-223-233-239-248-257-262-268-279-284-287-304-312-317-318-320-332-333-336-343-375-378-381-388-389-393402407. PURGATIVAS:: 26-66-110-116-135-141-159-178-191-207-215-223-231-251-254-258-259-261-272-286-287-296-333-336-342-355-359-374-381-388400-409. REMINERALIZANTES: 14-67-93-110-129-132-142-164-177-195-197-265-266-268-279-284-304-310-315-353-407. SONÍFERAS: (ver no Título X "Insónia") SUDORÍFERAS: 16-21-34-59-66-101-102-160-169-170-176-232-243-244-245-269-270-280-298-339-372-384-387-409. TÓNICAS: 1-11-14-20-27-28-30-31-4047-67-80-81-89-93-96-105-119-127-131-132-138-139-153-164-168-172-187-190-191 -198-204-224-239-247-260-264-268-269-270-273-277-281-313-315-332-343-358-367-382-385-387404.

Neste título você poderá encontrar o sentido de certas palavras usadas no livro, que apresentam alguma dificuldade no significado.

ABSCESSO: cavidade compus.  
ADSTRINGENTE: que restringe, aperta as bordas de uma ferida, contrai os tecidos.  
AFONIA: perda parcial ou total da voz.  
AFRODISÍACO: que estimula as funções sexuais.  
AFTAS: pequenas feridas geralmente na boca.  
ANALGÉSICO: calmante, que tira a dor.  
ANEMIA: deficiência de hemoglobina no sangue.  
ANGINA: dor aguda no peito ou na altura da garganta.  
ANSIEDADE: estado de angústia sem motivo aparente.  
ANTIBIÓTICO: que destrói a vida de agentes infecciosos.  
ANTÍDOTO: que combate venenos ou toxinas.  
ANTI-SÉPTICO: que mata micróbios, desinfeta.  
ARTERIOSCLEROSE: envelhecimento das artérias, com perda da elasticidade.  
ARTRITE: inflamação dolorosa nas juntas.  
ARTROSE: alteração degenerativa das juntas.  
BLENORRAGIA: infecção com perda de muco contagioso pela uretra ou vagina (gonorréia).  
CIRROSE: inflamação crônica degenerativa, com proliferação de células. CLOROSE: palidez característica da jovem nos distúrbios menstruais. COLESTEROL: elemento componente da gordura animal, presente nas células do corpo.  
CONVALESCENÇA: período entre a doença e a recuperação total. DEPRESSÃO: desânimo ou abatimento psico-físico. DEPURATIVO: que purifica o sangue e o organismo. DERMATOSSES: doenças da pele em geral. DIABETE: aumento excessivo de açúcar no sangue. DIETA, (dietético): que se refere a regras estabelecidas de alimentação. DIURÉTICO: que facilita a diurese, a eliminação da urina. ECZEMAS: vesículas ou crostas na pele.  
EMOLIENTE: que descongestiona, previne e cura inflamações ou tumores. ESPASMO: contração involuntária e repentina de algum músculo. ENCEFALITE: nome genérico para doenças que atacam o encéfalo (com dor de cabeça). ERISPELA: doença infecciosa que deixa a pele vermelha e inchada, com febre e dores.

## *TÍTULO XII VOCABULÁRIO*

Neste título você poderá encontrar o sentido de certas palavras usadas no livro, que apresentam alguma dificuldade no significado.

ABSCESSO: cavidade compus.  
ADSTRINGENTE: que restringe, aperta as bordas de uma ferida, contrai os tecidos.  
AFONIA: perda parcial ou total da voz.  
AFRODISÍACO: que estimula as funções sexuais.

AFTAS: pequenas feridas geralmente na boca.  
ANALGÉSICO: calmante, que tira a dor.  
ANEMIA: deficiência de hemoglobina no sangue.  
ANGINA: dor aguda no peito ou na altura da garganta.  
ANSIEDADE: estado de angústia sem motivo aparente.  
ANTIBIÓTICO: que destrói a vida de agentes infecciosos.  
ANTÍDOTO: que combate venenos ou toxinas.  
ANTI-SÉPTICO: que mata micróbios, desinfeta.  
ARTERIOSCLEROSE: envelhecimento das artérias, com perda da elasticidade.  
ARTRITE: inflamação dolorosa nas juntas.  
ARTROSE: alteração degenerativa das juntas.  
BLENORRAGIA: infecção com perda de muco contagioso pela uretra ou vagina (gonorréia).  
CIRROSE: inflamação crônica degenerativa, com proliferação de células. CLOROSE: palidez característica da jovem nos distúrbios menstruais. COLESTEROL: elemento componente da gordura animal, presente nas células do corpo.  
CONVALESCENÇA: período entre a doença e a recuperação total. DEPRESSÃO: desânimo ou abatimento psico-físico. DEPURATIVO: que purifica o sangue e o organismo. DERMATOSSES: doenças da pele em geral. DIABETE: aumento excessivo de açúcar no sangue. DIETA, (dietético): que se refere a regras estabelecidas de alimentação. DIURÉTICO: que facilita a diurese, a eliminação da urina. ECZEMAS: vesículas ou crostas na pele.  
EMOLIENTE: que descongestiona, previne e cura inflamações ou tumores. ESPASMO: contração involuntária e repentina de algum músculo. ENCEFALITE: nome genérico para doenças que atacam o encéfalo (com dor de cabeça). ERISPELA: doença infecciosa que deixa a pele vermelha e inchada, com febre e dores.  
ESCORBUTO: doença causada pela falta de vitamina C, facilitando hemorragias.  
EXPECTORANTE: que provoca a saída de secreções das vias respiratórias.  
FEBRÍFUGO: que combate a febre.  
FLATULÊNCIA: acúmulo de gases no tubo digestivo.  
FLEBITE: inflamação de veias.  
GALACTAGOGO: que libera o leite materno.  
GASTRITE: inflamação do estômago.  
GOTA: forma de artrite provocada pelo ácido úrico no sangue que causa fortes dores articulares.  
HEMATOMA: vazamento interno de sangue que forma mancha ou tumor.  
HEMORRÓIDAS: varizes nas veias do ânus ou do reto.  
HEPÁTICO: que se refere ao fígado.  
HIDRATAR: por ou repor a água no organismo ou nas plantas. HIDROPISIA: acúmulo de líquido seroso em cavidades do corpo. HISTERIA: doença mental que dificulta o controle sobre as emoções e ações. ICTERÍCIA: amarelão causado por derramamento de biliar. IMPINGEM: doenças de pele que causam erupções.  
INAPETÊNCIA: falta de apetite, anorexia.  
INTERMITENTE: que vai e volta, por exemplo uma febre não contínua. LAXANTE: purgante mais suave para facilitar a evacuação de fezes LEUCORRÉIA: corrimento vaginal, flores-brancas. LUXAÇÃO: deslocamento dos componentes de uma articulação.  
METABOLISMO: o processo de aproveitamento dos alimentos pelo organismo.  
MICOSE: doença de pele causada por fungo.  
MUCOSA: membrana fina que cobre órgãos internos e produz secreção (muco).  
NEURALGIA: dor intensa, sem aparência externa, que se estende por algum nervo.  
OBESIDADE: gordura do organismo levando o peso acima do normal.. OSTEOPOROSE: enfraquecimento dos ossos devido à rarefação (porosidade). PÓLIPOS: pequeno crescimento anormal de células (tipo verrugas). PROSTATITE: inflamação da próstata (glândula masculina que envolve a uretra.) PSORÍASE: doença crônica de pele, com manchas que escamam. PURGATIVO: que limpa, purifica. Substância que força a evacuação das fezes. RAQUITISMO: definhamento, fraqueza. SEDATIVO: calmante. SÍFILIS: doença venérea contagiosa. SONÍFERO: que provoca o sono. SUDORÍFERO: que provoca suor. STRESS: estado de esgotamento físico e mental. TÉRMICO: que tem calor (febre). TÔNICO: que fortalece, revigora o organismo.

TOXINAS: substância produzida por bactérias que prejudica o organismo. URETRA: canal que conduz a urina da bexiga para fora. VENEREAS: doenças sexuais. VITILIGO: doença caracterizada pela pigmentação anormal da pele, surgindo manchas mais claras e também escuras.

Beldroega-grande -188	Caneleira - 97
Beldroega-pequena - 64	Canforeira -15
Benção-de-deus -188	Caninha-de-horta - 94
Bergamota - 65	Canj arana - 99
Boa-noite - 296	Cansação - 399
Boldo-baiano - 71	Canxim -146
Boldo-brasileiro - 70	Capiçoba - 79
Bonina - 296	Capiçoba -185
Borboleta - 274	Capim-cidreira -101
Botão-de-ouro - 337	Capim-colchão -104
Bredo - 124	Capim-da-cidade -105
Bredo-roxo -125	Capim-de-trilho - 101
Bucha - 200	Capim-limão -101
Bucha-dos-paulistas - 200	Capim-melado - 103
Buganvília - 392	Capim-peba - 107
Buglossa-42	Capim-tinga - 104
Bugreiro - 44	Capitão - 412
Buriti - 77	Capororoca - 127
Butiá - 78	Capoteira - 376
Caapeba - 324	Caqui-de-chocolate -110
Caaponga - 64	Caqui-liga -110
Caatinga - 95	Caraguatá-de-jardim - 52
Cabaceira -159	Caramboleiro -114
Cabaceira -174	Cardo-mariano -117
Cabelo-de-vênus - 49	Caroatá - 3 46
Caboatã-vermelho - 89	Carrapichão -122
Cabreúva - 80	Carrapicho-de-agulha - 338
Cacau - 81	Caruru-de-porco - 126
Caçau - 153	Caruru-rasteiro - 124
Cacto - 395	Carvalhinho -140
Cafezeiro-do-mato - 140	Casca-da-virgindade - 57
Cajarana-84	Cataia-185
Caju - 85	Catião - 299
Cajueiro-japonês - 401	Catinga-de-barão -183
Calmador - 334	Catinga-de-bode -187
Cambará-miúdo - 88	Catingueiro -103
Camerunga -114	Cerejeira-do-rio-grande-do-sul -137
Camomila-comum - 91	Chal-chal - 403
Campainha - 251	Chá-da-campanha -141
Cana-branca - 95	Chá-de-tabuleiro - 366
Cana-do-reino - 384	Chamarrita - 302
Cana-roxa - 9	Chá-mineiro -141
Cancerosa -198	Chagas -109
Cancrosa -198	Cidreira-do-campo - 366
Cânego-143	Cipó-caatinga-148
Canela-de-velha - 412	Cipó-cabeludo -194
Canela-do-ceilão—97	Cipó-da-praia - 365
Canela-fedorenta - 98	Cipó-dourado - 149
Canela-imbuia - 98	Cipó-escada - 154
Canela-sassafrás - 372	Cipó-pé-de-lagarto - 150
Cipó-puca - 152	Fava - 206
Cipó-unha-de-gato - 397	Faveira-de-chorão - 205
Coita - 8	Fedegoso-verdadeiro - 207
Colônia-115	Federal-189
Colorau - 400	Feij ão-andu - 23 8
Consolida -161	Feto-macho-verdadeiro - 210
Contas-de-rosário - 108	Figatil - 71
Coqueiro-naiá -164	Figo - 211
Corona - 213	Figo-da-índia - 3 95
Corda-de-viola - 251	Figueira-branca - 220
Cordão-de-são-francisco -165	Figueira-brava - 212
Corticeira-da-serra -166	Fio-de-ouro - 149
Couvetinga - 218	Flor-da-paixão - 292
Crajiru - 326	Flor-das-almas - 299
Crássula - 53	Flor-de-estudante - 171
Craveiro -170	Flor-de-palha - 373
Craveiro-do-campo - 299	Flor-de-são-joão -150

Cravo-de-jardim -170  
 Cuambu - 338  
 Cuieira -159  
 Cuitê - 159  
 Cumaru - 59  
 Curcuma - 4  
 Cuspe-de-caipira - 3 61  
 Dolar-de-prata - 410  
 Erva-andorinha-135  
 Erva-cheirosa - 190  
 Erva-cidreira-verdadeira-306  
 Erva-das-lavadeiras - 305  
 Erva-de-bicha-186  
 Erva-de-raposa - 193  
 Erva-de-rato - 180  
 Erva-de-sangue - 377  
 Erva-de-são-domingos - 397  
 Erva-de-são-lourenço - 349  
 Erva-de-teiú - 140  
 Erva-do-brejo - 141  
 Erva-doce - 37  
 Erva-doce -219  
 Erva-macaé -193  
 Erva-pombinha-352  
 Erva-pipi - 241  
 Erva-teresa- 194  
 Ervilha-de-árvore - 238  
 Escada-de-macaco - 154  
 Esfregão - 200  
 Espanta-pulga - 143  
 Espinho-de- cerca - 199  
 Espinho-de-deus - 198  
 Estigma-de-milho - 308  
 Estrondo - **143**  
 Falso-boldo - 70  
 Ipê-preto - 250  
 Jabaí - 381  
 Jabuticaba - 252  
 Jaca - 257  
 Jaçapé - 101  
 Jalapa - 296  
 Jambo - 254  
 Jambo-rosa - 254  
 Jamelão - 255  
 Jarrinha -153  
 Jasmim-do-cabo - 259  
 Jataí — 260  
 Jenipapo - 261  
 Jerimum - 3  
 Jerivá-163  
 Jetaíba - 260  
 Jetica-60  
 Jinjilo - 262  
 Juá-bravo - 263  
 Jucá-329  
 Jucáina - 329  
 Jupeba -264  
 Juripeba 264  
 Juvia - 128  
 Labaça-271  
 Lágrima-de-moça - 274  
 Lágrimas-de-nossa-senhora -108  
 Lantana - 88  
 Lavanda - 23  
 Lentilha-d'água -19  
 Levante-17  
 Língua-de-sogra -196  
 Língua-de-tucano -113  
 Língua-de-vaca-miúda - 42  
 Língua-de-veado - 356  
 Linho - 272  
 Lixa-vegetal -132  
 Loureiro - 277  
 Folha-da-costa - 213  
 Folha-doce - 201  
 Folha-grossa - 213  
 Formigueira -186  
 Framboesa - 215  
 Fruta-de-conde - 342  
 Fruta-de-guará - 218  
 Fruta-de-sabiá - 43  
 Fruto-de-cobra - 305  
 Fumo - 217  
 Fura-paredes -323  
 Gajitsu - 411  
 Gaju - 411  
 Gardênia - 259  
 Gengibre-branco - 221  
 Gerbão - 225  
 Ginjeira-da-jamaica - 7  
 Gombô - 353  
 Gonfremea 335  
 Grama-da-cidade -102  
 Grapefruit - 390  
 Gravaíá-de-gancho - 229  
 Gritadeira - 180  
 Guabiju-223  
 Guaçatonga - 140  
 Guaco-trepador - 148  
 Guaiabi - 237  
 Guamirim - 313  
 Guaranazeiro - 239  
 Guaxima - 240  
 Hortelã-da-cozinha - 245  
 Infalivina -147  
 Inhame-da-costa - 248  
 Insulina-vegetal - 327  
 Iodina - 135  
 Manjerição - 21  
 Manjerioba - 207  
 Maravilhas - 86  
 Marcela - 278  
 Margarida-dos-campos - 297  
 Margarida-dourada - 86  
 Maria-gomes -188  
 Maria-preta - 192  
 Maria-sem-vergonha - 63  
 Marmelo - 300  
 Mastruço - 186  
 Mastruço-do-peru - 109  
 Mastruço-do-sul - 209  
 Menta - 243 - 244 - 245  
 Menstruz - 209  
 Mentraço - 187  
 Mestruz - 301  
 Mexerica - 65  
 Miã - 104  
 Mil-folhas - 307  
 Mimo-de-vênus - 242  
 Mogango - 309  
 Monsenhor - 172  
 Moranguinho - 310  
 Mororó - 327  
 Mulungu - 166  
 Mulungu-do-litoral -167  
 Munhata - 60  
 Mururé - 19  
 Murici-do-campo - 312  
 Muriti - 77  
 Murta-do-campo - 90  
 Musgo-terrestre - 267  
 Naranazeiro - 239  
 Necroton - 71  
 Noz-moscada - 115  
 Olho-de-pomba - 403  
 Olinária - 209

Luzerna - 20  
 Macaxeira - 12  
 Madressilva-dos-jardins - 280  
 Mãe-de-família - 298  
 Maiteno - 198  
 Malagueta - 340  
 Malva-do-campo - 216  
 Malva-santa - 70  
 Mama-de-porca - 283  
 Mamoeiro-do-mato - 258  
 Mandioca - 12  
 Mandubi - 30  
 Mangaba - 287  
 Mangarataia-221  
 Pau-d'arco-roxo - 250  
 Pau-de-bugre - 44  
 Pau-de-óleo-verdadeiro - 80  
 Pau-de-resposta - 131  
 Pau-de-santo - 99  
 Pau-para-tudo - 127  
 Pau-santo - 216  
 Pendão-de-milho - 308  
 Pequi - 332  
 Pequiá - 332  
 Pfáfia-204  
 Picão-gigante -143  
 Pimenta-d'água-185  
 Pimenta-da-índia- 339  
 Pimenta-de-galinha -192  
 Pinus-344  
 Piriguara -155  
 Pita-9  
 Pita - 346  
 Pitanga - 345  
 Pitanga-branca - 231  
 Pomelo - 390  
 Porongo -174  
 Primavera - 286  
 Primavera - 392  
 Pronto-alívio - 307  
 Quaresma - 40  
 Quiabo - 353  
 Quina-de-condamine -119  
 Rabo-de-cavalo -132  
 Relógio - 240  
 Rinchão - 225  
 Romã-358  
 Rosa-canina - 3 60  
 Rosa-vermelha - 359  
 Rubim-193  
 Sábua-367  
 Saião-213  
 Salgueiro -144  
 Salsa-da-horta - 3 64  
 Salsão -13  
 Salsaparrilha - 256  
 Salva-367  
 Salva-da-gripe - 366  
 Salva-limão -190  
 Sapé-macho -189  
 Sapoti - 370  
 Sapupira - 379  
 Sena - 374  
 Sensitiva -178  
 Serralha-brava - 375  
 Sete-casacas-376  
 Ondinha-do-mar - 3 91  
 Orelha-de-coelho - 350  
 Paina-de-seda - 322  
 Palmito-juçara - 5  
 Pão-de-ló-de-mico - 260  
 Pão-graná - 358  
 Papo-de-peru - 153  
 Papoula-de-espinho - 116  
 Paratudo - 204  
 Paricarana - 57  
 Pariparoba-de-casa - 324  
 Parreira - 407  
 Pau-bálsamo - 80  
 Pau-d'arco-amarelo -249  
 Sete-dores - 70  
 Soldinha -194  
 Solidago -189  
 Sombra-de-touro -198  
 Stévia - 201  
 Sucupira-açu - 379  
 Suinã -166  
 Suspiro - 173  
 Tabacarana - 354  
 Tabaco-das-montanhas - 41  
 Tagetes-171  
 Tajuá - 380  
 Tamarinheiro-381  
 Tamarino - 381  
 Tanaceto - 130  
 Tanásia-130  
 Tangerina - 65  
 Tansagem-382  
 Tapixaba - 405  
 Tapixirica - 347  
 Tarumã-preto - 385  
 Tatuaba - 131  
 Tibouchina - 3 51  
 Tipi - 241  
 Tomate-japonês - 389  
 Torém - 181  
 Transagem - 3 82  
 Trevo-azedo - 50  
 Tripa-de-galinha - 401  
 Tucá - 128  
 Tupitixá - 240  
 Umbaúba - 181  
 Umbu - 396  
 Unha-de-vaca - 3 27  
 Urtiga-da-miúda - 398  
 Uva-40  
 Uvaia-402  
 Uvalha-402  
 Vacum - 403  
 Vassoura - 119  
 Vassourinha - 240  
 Vela-da-pureza - 9  
 Verbena-224  
 Vergonhosa -178  
 Vime - 408  
 Vinca - 68  
 Viola-tricolor - 34  
 Violeta-azul - 409  
 Visgueiro - 205  
 Voadeira - 79  
 Zebrina - 291

## ÍNDICE II NOMES CIENTÍFICOS

As plantas e ervas, além dos nomes populares, que variam segundo os idiomas e regiões, possuem denominação científica, em Latim. Esta nomenclatura científica faz com que a planta possa ser identificada em qualquer parte do mundo. Após a identificação da planta segue com abreviatura convencional o nome do botânico que a classificou e a família a que pertence a planta.

Os nomes estão em ordem alfabética com o mesmo número em todo o livro.

N.	NOME	FAMÍLIA
1.	Abacateiro - <i>Persea gratissima</i> , Gaertn.	Lauráceas
2.	Abacaxi - <i>Ananás sativus</i> , Schult.	Bromeliáceas
3.	Abóbora - <i>Cucurbita pepo</i> , L.	Cucurbitáceas
4.	Acafrão-da-índia - <i>Curcuma longa</i> , L.	Zingiberáceas
5.	Açaizeiro - <i>Euterpe oleracea</i> , Mart.	Palmáceas
6.	Acanto - <i>Acanthus mollis</i> , L.	Acantáceas
7.	Acerola - <i>Malpighia glabra</i> , L.	Malpigeáceas
8.	Açoita-cavalo - <i>Luhea divaricata</i> , Mart.	Tiliáceas
9.	Agave-Agave americana, L.	Amarilidáceas
10.	Agoniada - <i>Plumeria lancifoliata</i> , Muell.	Apocináceas
11.	Agrião - <i>Nasturtium officinale</i> , R. Br.	Crucíferas
12.	Aipim - <i>Manihot utilissima</i> , Poli.	Euforbiáceas
13.	Aipo - <i>Apium graveolens</i> , L.	Umbelíferas
14.	Alcachofra - <i>Cynara scolymus</i> , L.	Compostas
15.	Alcânfora - <i>Artemisia alba</i> , Turra	Compostas
16.	Alecrim - <i>Rosmarinus officinalis</i> , L.	Labiadas
17.	Alevante - <i>Mentha citrata</i> , L.	Labiadas
18.	Alface - <i>Lactuca sativa</i> , L.	Compostas
19.	Alface-d'água - <i>Pistia stratiotes</i> , L.	Aráceas
20.	Alfafa - <i>Medicago sativa</i> , L.	Legum.-papilon.
21.	Alfavaca - <i>Occimum</i> , sp.	Labiadas
22.	Alfavaca-cheiro-de-anis - <i>Occimum selloi</i> , Benth.	Labiadas
23.	Alfazema - <i>Lavandula</i> , sp.	Labiadas
24.	Algodoeiro - <i>Gossypium herbaceum</i> , L.	Malváceas
25.	Alho - <i>Allium sativum</i> , L.	Liliáceas
26.	Alho-poró - <i>Allium porrum</i> , L.	Liliáceas
27.	Almeirão - <i>Chicorium intybus</i> , L.	Chicoriáceas
28.	Ameixa- <i>Prunus domestica</i> , L.	Rosáceas
29.	Ameixa-do-japão- <i>Eriobotryajaponica</i> , Lindl.	Rosáceas
30.	Amendoim - <i>Arachis hypogaea</i> , L.	Leguminosas
31.	Amora-branca - <i>Rubus organensis</i> , Gaertn.	Rosáceas
32.	Amora-preta - <i>Rubus fruticosus</i> , L.	Rosáceas
33.	Amoreira - <i>Morus nigra</i> , L.	Moráceas
34.	Amor-perfeito - <i>Viola tricolor</i> , L.	Violáceas
35.	Ananás - <i>Bromelia ananás</i> , L.	Bromeliáceas
36.	Angico-vermelho - <i>Piptadenia rígida</i> , Benth.	Leguminosas
37.	Anis - <i>Pimpinella anisum</i> , L.	Umbelíferas
38.	Araçá-do-campo - <i>Psidium australe</i> , Camb.	Mirtáceas
39.	Araçazeiro - <i>Psidium cattleianum</i> , Sabine	Mirtáceas
40.	Araticum - <i>Rollinia silvatica</i> , Mart.	Anonáceas
41.	Arnica - <i>Arnica montana</i> , L.	Compostas
42.	Arnica-do-mato - <i>Chaptalia nutans</i> , (L) Polack.	Compostas
43.	Aroeira - <i>Schinus terebinthifolius</i> , Raddi	Anacardiáceas
44.	Aroeira-brava - <i>Lithraea brasiliensis</i> , March.	Anacardiáceas
45.	Arroz - <i>Oryza sativa</i> , L.	Gramíneas
46.	Arruda - <i>Ruta graveolens</i> , L.	Rutáceas
47.	Artemísia - <i>Chrysanthemum parthenium</i> , Bernh.	Compostas
48.	Aveia - <i>Avena sativa</i> , L.	Gramíneas
49.	Avenca - <i>Adiantum capillus veneris</i> , L.	Polipodiáceas
50.	Azedinha - <i>Oxalis latifolia</i> , H.B.K.	Oxalidáceas
51.	Azevinho - <i>Ilex aquifolium</i> , L.	Aquifoliáceas
52.	Babosa - <i>Aloe arborecens</i> , Mill.	Liliáceas
53.	Bálsamo-brasileiro - <i>Crassula argentea</i> , L.	Crassuláceas
54.	Bambu - <i>Bambusa mitis</i> , Poir.	Gramíneas
55.	Bananeira - <i>Musa paradisiaca</i> , L.	Musáceas

56. Barba-de-pau - <i>Tillandsia usneoides</i> , L.	Bromeliáceas
57. Barbatimão - <i>Stryphnodendrum barbatimão</i> , Mart.	Legum.-mimoseáceas
58. Bardana - <i>Arctium lappa</i> , L.	Compostas
59. Baru - <i>Dipteria pteropus</i> , Mart.	Leguminosas
60. Batata-doce - <i>Ipomoea batatas</i> (L.) Poir.	Convolvuláceas
61. Batata-inglesa - <i>Solanum tuberosum</i> , L.	Solanáceas
62. Begônia-Begoniacoccinea, Hook	Begoniáceas
63. Beijo-de-frade - <i>Impatiens walleriana</i> , Hook	Balsamináceas
64. Beldroega - <i>Portulaca oleracea</i> , L.	Portulacáceas
65. Bergamoteira - <i>Citrus nobilis</i> , L.	Rutáceas
66. Berinjela - <i>Solanum melongena</i> , L.	Solanáceas
67. Beterraba - <i>Beta vulgaris</i> , L.	Quenopodiáceas
68. Boa-noite - <i>Vinca rosea</i> , L.	Apocináceas
69. Boca-de-leão- <i>Anthirinum majus</i> , L.	Escrofulariáceas
70. Boldo - <i>Coleus barbatus</i> , Benth.	Lamiáceas
71. Boldo-graúdo - <i>Vernonia condensata</i> , Baker	Asteráceas
72. Bolsa-de-pastor - <i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Moench.	Crucíferas
73. Borragem - <i>Borrago officinalis</i> , L.	Borragináceas
74. Brinco-de-princesa - <i>Fuchsia regia</i> , Munz.	Onagráceas
75. Brócolis - <i>Brassica oleracea</i> (var. <i>italica</i> ), L.	Crucíferas
76. Buchinha-do-norte - <i>Luffa operculata</i> (L.) Cogn.	Cucurbitáceas
77. Burity - <i>Mauritia vinifera</i> , Mart.	Palmáceas
78. Butiazeiro - <i>Butia eriopatha</i> , Mart.	Palmáceas
79. Buva- <i>Erigeron bonariensis</i> , L.	Compostas
80. Cabriúva - <i>Myrocarpus frondosus</i> , Fr Ali.	Legum.-papilion.
81. Cacaueiro - <i>Theobroma cacao</i> , L.	Esterculiáceas
82. Cacto - <i>Cactus</i> sp.	Cactáceas
83. Cafeeiro - <i>Coffea arábica</i> , L.	Rubiáceas
84. Caja-manga- <i>Spondias dulcis</i> , Fort.	Anacardiáceas
85. Cajueiro - <i>Anacardium occidentale</i> , L.	Anacardiáceas
86. Calêndula- <i>Calendula officinalis</i> , L.	Compostas
87. Cambará - <i>Gochnatia polymorpha</i> (Less) Cabr.	Compostas
88. Cambará-de-jardim - <i>Lantana camará</i> , L.	Verbenáceas
89. Camboatá - <i>Cupania vernalis</i> , Camb.	Sapindáceas
90. Cambuí - <i>Myrciaria tenella</i> (DC) Berg.	Mirtáceas
91. Camomila - <i>Matricaria chamomilla</i> , L.	Compostas
92. Camomila-romana- <i>Anthemis nobilis</i> , L.	Compostas
93. Cana-de-açúcar - <i>Saccharum officinarum</i> , L.	Gramíneas
94. Cana-de-cacho	Gramíneas
95. Cana-de-macaco - <i>Costus spiralis</i> , Rose.	Zingiberáceas
96. Cana-do-brejo - <i>Costus spicatus</i> , Swartz.	Zingiberáceas
97. Canela - <i>Cinnamomum zeylanicum</i> , Nees.	Lauráceas
98. Canela-preta - <i>Nectandra magapotamica</i> , Mez.	Lauráceas
99. Canjerana - <i>Cabralea canjerana</i> , (Well) Mart.	Meliáceas
100. Capim-barba-de-bode - <i>Aristida longiseta</i> , Steud.	Gramíneas
101. Capim-cidró - <i>Cymbopogon citratus</i> (DC) Staph.	Gramíneas
102. Capim-forquilha - <i>Paspalum conjugatum</i> , Berg.	Gramíneas
103. Capim-gordura - <i>Panicum melinis</i> , Trin.	Gramíneas
104. Capim-milhã - <i>Digitaria ciliaris</i> (Retz) Koel.	Gramíneas
105. Capim-pé-de-galinha - <i>Eleusine indica</i> , L.	Gramíneas
106. Capim-pelo-de-porco - <i>Piptochaetium montevidensis</i> , (Spreng) Parodi	Gramíneas
107. Capim-rabo-de-burro - <i>Andropogon bicornis</i> , L.	Gramíneas
108. Capim-rosário- <i>Coix lacryma-jobi</i> , L.	Gramíneas
109. Capuchinha - <i>Tropaeolum majus</i> , L.	Tropeoláceas
110. Caquizeiro - <i>Diospyros kaki</i> , L.	Ebenáceas
111. Cará - <i>Dioscorea pètreea</i> , A. Penna	Dioscoreáceas
112. Caraguatá - <i>Bromelia anthiacanta</i> , Mart.	Bromeliáceas
113. Caraguatá - <i>Eryngium panniculatum</i> , Cav. e Dom.	Umbelíferas
114. Carambola - <i>Averrhoa carambola</i> , L.	Oxalidáceas
115. Cardamomo - <i>Alpinia speciosa</i> , Schum.	Zingiberáceas
116. Cardo-amarelo - <i>Argemone mexicana</i> , L.	Papaveráceas
117. Cardo-de-santa-maria - <i>Silybum marianum</i> , Gaertn.	Compostas
118. Caroba - <i>Jacarandá puberula</i> , Cham.	Bignoniáceas
119. Carqueja-amargosa - <i>Baccharis trimera</i> , (Less) DC.	Compostas
120. Carqueja-doce - <i>Baccharis articulata</i> , L.	Compostas
121. Carqueja-miúda - <i>Baccharis microptera</i> , Baker	Compostas
122. Carrapicho-de-carneiro - <i>Xanthium strumarium</i> , L.	Compostas
123. Carrapicho-rasteiro - <i>Acanthospermum australe</i> , (Loefl.) O.Kuntze	Compostas

124. Caruru - <i>Amaranthus deflexus</i> , L.	Amarantáceas
125. Caruru-roxo - <i>Amaranthus hybridus</i> , L.	Amarantáceas
126. Caruru-verde - <i>Amaranthus viridis</i> , L.	Amarantáceas
127. Casca-de-anta - <i>Drimys winteri</i> , Forst	Winteráceas
128. Castanha-do-pará - <i>Bertholletia excelsa</i> , H.B.K.	Lecitidáceas
129. Castanheiro - <i>Castanea sativa</i> , Miller	Fagáceas
130. Catinga-de-mulata - <i>Tanacetum vulgare</i> , L.	Compostas
131. Catuaba - <i>Erythroxylon catuaba</i> , Mart.	Eritroxiláceas
132. Cavalinha - <i>Equisetum</i> sp.	Equisetáceas
133. Cebola - <i>Alium cepa</i> , L.	Liliáceas
134. Cedro - <i>Cedrella fissilis</i> , Vell.	Meliáceas
135. Celidônia - <i>Chelidoniummajus</i> , L.	Papaveráceas
136. Cenoura - <i>Daucus carota</i> , L.	Umbelíferas
137. Cerejeira - <i>Eugenia involucrata</i> , DC.	Mirtáceas
138. Cerejeira-da-europa - <i>Prunusavium</i> , L.	Rosáceas
139. Cevada - <i>Hordeum vulgare</i> , L.	Gramíneas
140. Chá-de-bugre - <i>Casearia sylvestris</i> , Swartz.	Flacourtiáceas
141. Chapéu-de-couro - <i>Echinodorus grandiflorus</i> , Mitch.	Alismatáceas
142. Chicória - <i>Chicorium intybus</i> , L.	Compostas
143. Chinchillho - <i>Tagetes minuta</i> , L.	Compostas
144. Chorão - <i>Salix babylonica</i> , L.	Salicáceas
145. Chuchu - <i>Secchium edule</i> , Sw.	Cucurbitáceas
146. Cincho - <i>Sorocea bonplandii</i> (Baillon) Burger	Moráceas
147. Cineraria - <i>Senecio cineraria</i> , DC.	Compostas
148. Cipó-cabeludo - <i>Mikania cordifolia</i> (L.F.) Willd.	Compostas
149. Cipó-chumbo - <i>Cuscuta racemosa</i> , Mart.	Convolvuláceas
150. Cipó-de-são-joão - <i>Pyrostegia venusta</i> , Miers.	Bigoniáceas
151. Cipó-imbé - <i>Philodendron selloum</i> , Koch.	Aráceas
152. Cipó-insulina - <i>Cissus sicyoides</i> , L.	Vitáceas
153. Cipó-mil-homens - <i>Aristolochia triangularis</i> , Cham.	Aristolochiáceas
154. Cipó-pata-de-vaca - <i>Bauhinia splendens</i> , H.B.K.	Legum. cesalpináceas
155. Cipó-suma - <i>Anchietea salutaris</i> , St. Hil.	Violáceas
156. Cipreste - <i>Cupressus sempervirens</i> , L.	Coníferas
157. Coco-da-bahia - <i>Cocos nucifera</i> , L.	Palmáceas
158. Coentro - <i>Coriandrum sativum</i> , L.	Umbelíferas
159. Coité - <i>Crescentia cujete</i> , L.	Bigoniáceas
160. Cominho - <i>Cominum cyminum</i> , L.	Umbelíferas
161. Confrei - <i>Symphytum officinale</i> , L.	Borragináceas
162. Copo-de-leite - <i>Zantedeschia aetiopica</i> , Spreng.	Aráceas
163. Coqueiro - <i>Arecastrum somanzoffianum</i> , (Cham) Beccari	Palmáceas
164. Coqueiro-babaçu - <i>Orbignya speciosa</i> , Barb.-Rodrigues	Palmáceas
165. Cordão-de-frade - <i>Leonotis nepetaefolia</i> , R.Br.	Labiadas
166. Corticeira - <i>Erythrina falcata</i> , Benth.	Legum. papilionáceas
167. Corticeira-de-jardim - <i>Erythrina speciosa</i> , Andrews	Legum. papilionáceas
168. Couve - <i>Brassica oleracea</i> , L.	Crucíferas
169. Cravina - <i>Dianthus chinensis</i> , L.	Cariofiláceas
170. Cravo - <i>Dianthus caryophyllus</i> , L.	Cariofiláceas
171. Cravo-de-defunto - <i>Tagetes erecta</i> , L.	Compostas
172. Crisântemo - <i>Pyrethrum parthenium</i> , Smith	Compostas
173. Crista-de-galo - <i>Celosia cristata</i> , L.	Amarantáceas
174. Cuieira - <i>Cucurbita lagenaria</i> , Mart.	Cucurbitáceas
175. Curupιά - <i>Ceitis glyciparca</i> , M.	Ulmáceas
176. Dália - <i>Dahliavariabilis</i> , L.	Compostas
177. Dente-de-leão - <i>Taraxacum officinale</i> , Web.	Compostas
178. Dorme-dorme - <i>Mimosa pudica</i> , L.	Leguminosas
179. Douradinha - <i>Waltheria douradinha</i> , St. Hil.	Esterculiáceas
180. Douradinha-do-campo - <i>Palicourea rigida</i>	Rubiáceas
181. Embaúba - <i>Cecropiaglaziovi</i> , Sneathlage	Cecropiáceas
182. Endro - <i>Anethum graveolens</i> , L.	Umbelíferas
183. Erva-baleeira - <i>Cordia verbenácea</i> , D.C.	Borragináceas
184. Erva-ciática - <i>Ranunculus sceleratus</i>	Ranunculáceas
185. Erva-de-bicho - <i>Polygonum hydropiper</i> , L.	Poligonáceas
186. Erva-de-santa-maria - <i>Chenopodium ambrosioides</i> , L.	Quenopodiáceas
187. Erva-de-são-joão - <i>Ageratumconyzoides</i> , L.	Compostas
188. Erva-gorda - <i>Talinum patens</i> (Jack.) Willd.	Portulacáceas
189. Erva-lanceta - <i>Solidago microglossa</i> , D.C.	Compostas
190. Erva-luísa - <i>Lippia citriodora</i> , H.B.K.	Verbenáceas
191. Erva-mate - <i>Ilex paraguayensis</i> , St. Hil.	Aquifoliáceas

192. Erva-moura - <i>Solanum nigrum</i> , L.	Solanáceas
193. Erva-santos-filhos - <i>Leonurus sibiricus</i> , L.	Labiadas
194. Erva-silvina - <i>Polypodium vacciniifolium</i> , Langsd e Fischer	Polipodiáceas
195. Ervilha - <i>Pisum sativum</i> , L.	Leguminosas
196. Espada-de-são-jorge - <i>Sansevieria zeylanica</i> , Hort.	Liliáceas
197. Espinafre - <i>Spinacea oleracea</i> , L.	Quenopodiáceas
198. Espinheira-santa - <i>Maytenus ilicifolia</i> , Mart.	Celastráceas
199. Espinheiro-de-maricá - <i>Mimosa sepriaria</i> , Benth.	Leguminosas
200. Esponjeira-Luffa <i>cylindrica</i> , L.	Cucurbitáceas
201. Estévia - <i>Stevia rebaudiana</i> , Hemsley.	Compostas
202. Estragão- <i>Artemisia dracunculus</i> , L.	Compostas
203. Eucalipto - <i>Eucalyptus</i> sp.	Mirtáceas
204. Fáfia - <i>Pfaffia paniculata</i> , Mart e Kuntze	Amarantáceas
205. Fava-de-bolota - <i>Parkia pëndula</i> (Wild) Benth.	Leguminosas
206. Faveira - <i>Vicia faba</i> , L.	Leguminosas
207. Fedegoso - <i>Cássia occidentalis</i> , L.	Leguminosas
208. Feijão - <i>Phaseolus vulgaris</i> , L.	Leguminosas
209. Fel-da-terra - <i>Lepidium bonariensis</i> , L.	Crucíferas
210. Feto-macho - <i>Dryopteris filix-mas</i> , Schott	Polipodiáceas
211. Figueira - <i>Ficus carica</i> , L.	Moráceas
212. Figueira-do-mato - <i>Ficus monckii</i> , Hassler	Moráceas
213. Folha-da-fortuna - <i>Kalanchoe brasiliensis</i> , St. Hil.	Crassuláceas
214. Folha-santa - <i>Kielmeyera speciosa</i> , St. Hil.	Gutíferas
215. Framboeseiro - <i>Rubus fruticosus</i> , L.	Rosáceas
216. Fruta-de-lobo - <i>Solanum lycocarpum</i> , St. Hil.	Solanáceas
217. Fumeiro - <i>Nicotiana tabaco</i> , L.	Solanáceas
218. Fumo-bravo - <i>Solanum erianthum</i> , D.Don.	Solanácea
219. Funcho - <i>Foeniculum vulgare</i> , Gaertn.	Umbelíferas
220. Gameleira - <i>Ficus doliaria</i> , Mart.	Moráceas
221. Gengibre - <i>Zingiber officinale</i> , Roscoe.	Zingiberáceas
222. Gerânio - <i>Geranium maculatum</i> , L.	Geraniáceas
223. Gergelim - <i>Sesamum indicum</i> , DC.	Pedaliáceas
224. Gervão - <i>Verbena officinalis</i> , L.	Verbenáceas
225. Gervão-de-casa - <i>Stachytarpheta cayennensis</i> , (L.C.Rich)Vahl.	Verbenáceas
226. Girassol - <i>Helianthus annuus</i> , L.	Compostas
227. Goiabeira- <i>Psidium guajava</i> , L.	Mirtáceas
228. Goiabeira-da-serra - <i>Feijoa sellowiana</i> , Berg.	Mirtáceas
229. Gravata - <i>Bromelia karatas</i> , L.	Bromeliáceas
230. Graviola - <i>Annona muricata</i> , L.	Anonáceas
231. Groselheira-da-índia - <i>Phyllanthus acidus</i> , Skeels	Euforbiáceas
232. Groselheira-vermelha - <i>Ribes rubrum</i> , L.	Saxifragáceas
233. Guabijueiro - <i>Eugenia pungens</i> , Berg.	Mirtáceas
234. Guabiroleira- <i>Campomanesia xanthocarpa</i> , Berg.	Mirtáceas
235. Guabiroleira-branca - <i>Campomanesia neriiflora</i> , (Berg) Nied.	Mirtáceas
236. Guaco - <i>Mikania laevigata</i> , Schultz Bip.	Compostas
237. Guajuvira- <i>Patagonula americana</i> , L.	Borragináceas
238. Guandu - <i>Cajanus flavus</i> , DC.	Legum.-papilon.
239. Guaraná - <i>Paullinia cupana</i> , H.B.K.	Sapindáceas
240. Guanxuma - <i>Sida rhombifolia</i> , L.	Malváceas
241. Guiné - <i>Petiveria alliacea</i> , L.	Fitolacáceas
242. Hibisco - <i>Hibiscus rosa-sinensis</i> , L.	Malváceas
243. Hortelã - <i>Mentha</i> sp.	Labiadas
244. Hortelã-de-cheiro - <i>Mentha x villosa</i> , Huds.	Labiadas
245. Hortelã-pimenta - <i>Mentha piperita</i> , L.	Labiadas
246. Hortênsia - <i>Hidrangea hortênsia</i> , Siebold	Saxifragáceas
247. Ingazeiro - <i>Ingá uruguensis</i> , Hooker e Arnott	Legum.-mimoseáceas
248. Inhame - <i>Colocasia antiquorum</i> , Schott.	Aráceas
249. Ipê-amarelo - <i>Tabebuia alba</i> , Sandwith	Bignoneáceas
250. Ipê-roxo - <i>Tabebuia avellanedae</i> , Lorenz x Griseb.	Bignoneáceas
251. Ipoméia - <i>Ipomoea cairica</i> (L) Sweet.	Convolvuláceas
252. Jabuticabeira - <i>Myrciaria trunciflora</i> , Berg.	Mirtáceas
253. Jacarandá - <i>Jacarandá brasiliana</i> (Lam) Pers.	Bignoneáceas
254. Jambiro - <i>Jambosa malaccensis</i> , DC.	Mirtáceas
255. Jambolão - <i>Syzygium jambolanum</i> , DC.	Mirtáceas
256. Japicanga- <i>Smilax brasiliensis</i> , Spreng.	Liliáceas
257. Jaqueira - <i>Artocarpus integrifolia</i> , Forst.	Moráceas
258. Jaracatiá - <i>Carica dodecaphylla</i> , Well.	Caricáceas
259. Jasmim - <i>Gardenia jasminoides</i> , Ellis	Rubiáceas

260. Jatobá - <i>Hymenaea courbaril</i> , L.	Leguminosas
261. Jenipapeiro - <i>Genipa americana</i> , L.	Rubiáceas
262. Jiló- <i>Solanum jiló</i> , Radi.	Solanáceas
263. Juá - <i>Solanum ciliatum</i> , Lam.	Solanáceas
264. Jurubeba - <i>Solanum paniculatum</i> , L.	Solanácea
265. Kiwi- <i>Actinidiachinensis</i> , Planchon	Actinidáceas
266. Laranja - <i>Citrus aurantium</i> , L.	Rutáceas
267. Licopódio - <i>Lycopodium clavatum</i> , L.	Licopodiáceas
268. Limeira - <i>Citrus limetta</i> , Risso	Rutáceas
269. Limão-bergamota - <i>Citrus limonia</i> , Osb.	Rutáceas
270. Limão-galego - <i>Citrus medica</i> , Risso	Aurantiáceas
271. Língua-de-vaca - <i>Rumex obtusifolius</i> , L.	Poligonáceas
272. Linhaça - <i>Linum usitatissimum</i> , L.	Lináceas
273. Lírio-branco - <i>Lilium candidum</i> , L.	Liliáceas
274. Lírio-do-brejo- <i>Hedychium coronarium</i> , Koenig	Zingiberáceas
275. Lixeira - <i>Curatella americana</i> , L.	Dileniáceas
276. Losna - <i>Artemisia absinthium</i> , L.	Compostas
277. Louro - <i>Laurus nobilis</i> , L.	Lauráceas
278. Macela - <i>Achyrocline satureoides</i> , DC.	Compostas
279. Macieira - <i>Pirus malus</i> , L.	Rosáceas
280. Madressilva - <i>Lonicera japonica</i> , Thunb.	Caprifoliáceas
281. Magnólia - <i>Magnolia grandiflora</i> , L.	Magnoliáceas
282. Malva - <i>Malva sylvestris</i> , L.	Malváceas
283. Mamica-de-cadela - <i>Fagara rhoifolia</i> (Lam) Engl.	Rutáceas
284. Mamoeiro - <i>Carica papaya</i> , Lin.	Caricáceas
285. Mamoeiro-macho - <i>Carica papaya</i> , Lin.	Caricáceas
286. Manacá - <i>Brunfelsia grandiflora</i> , D.Don.	Solanáceas
287. Mangabeira - <i>Hancornia speciosa</i> , Gomes	Apocináceas
288. Mangueira - <i>Mangifera indica</i> , L.	Anacardiáceas
289. Manjerona - <i>Origanum majorana</i> , L.	Labiadas
290. Manjeroninha-do-campo - <i>Glechom spathulata</i> .	Labiadas
291. Manto-de-viúva - <i>Tradescantia purpurea</i> , Boom.	Comelináceas
292. Maracujá - <i>Passiflora alata</i> , Ait.	Passifloráceas
293. Maracujá-açu - <i>Passiflora quadrangularis</i> , L.	Passifloráceas
294. Maracujá-do-mato - <i>Passiflora cincinnata</i> , Mast.	Passifloráceas
295. Maracujá-peroba- <i>Passiflora picroderma</i> .	Passifloráceas
296. Maravilha- <i>Mirabilis jalapa</i> , L.	Nictagináceas
297. Margarida - <i>Chrysanthemum Leucanthemum</i> , L.	Compostas
298. Margaridinha - <i>Bellis perennis</i> , L.	Compostas
299. Maria-mole - <i>Senecio brasiliensis</i> , Less.	Compostas
300. Marmeleiro - <i>Cydonia vulgaris</i> , Pers.	Rosáceas
301. Mastruço - <i>Coronopus didymus</i> (L)Smith	Crucíferas
302. Mata-campo - <i>Vernonia polyanthes</i> , Less.	Compostas
303. Melancia - <i>Citrullus vulgaris</i> , Schrad	Cucurbitáceas
304. Melão - <i>Cucumis melo</i> , L.	Cucurbitáceas
305. Melão-de-são-caetano - <i>Momordica charantia</i> , L.	Cucurbitáceas
306. Melissa - <i>Melissa officinalis</i> , L.	Labiadas
307. Mil-em-rama- <i>Achillea millefolium</i> , L.	Compostas
308. Milho - <i>Zea mays</i> , L.	Gramíneas
309. Moranga - <i>Cucurbita máxima</i> , Ducke	Cucurbitáceas
310. Morangueiro - <i>Fragaria vesca</i> , L.	Rosáceas
311. Mostarda - <i>Sinapis nigra</i> , L.	Crucíferas
312. Muricizeiro - <i>Byrsonima sericea</i> , DC.	Malpigiáceas
313. Murta - <i>Myrtus communis</i> , L.	Mirtáceas
314. Musgo - <i>Museus</i> sp.	Briófitas
315. Nabo - <i>Brassica napus</i> , L.	Crucíferas
316. Nespereira - <i>Nespilus germânica</i> , L.	Rosáceas
317. Nogueira- <i>Juglans regia</i> , L.	Juglandáceas
318. Nogueira-pecã - <i>Carya illinoensis</i> (Wangh) K.Koch	Juglandáceas
319. Oliveira - <i>Olea europaea</i> , L.	Oleáceas
320. Onze-horas - <i>Portulaca grandiflora</i> , Hook	Portulacáceas
321. Orégano - <i>Origanum vulgare</i> , L.	Labiadas
322. Paineira - <i>Chorisia speciosa</i> , St Hil.	Bombacáceas
323. Parietária - <i>Parietaria officinalis</i> , L.	Urticáceas
324. Pariparoba - <i>Piper dilatatum</i> , L.C.Rich.	Piperáceas
325. Pariparoba-do-mato - <i>Piper gaudchaudiana</i> , Kunth.	Piperáceas
326. Pariri - <i>Arrabidaea chica</i> , Verlot.	Bignoniáceas
327. Pata-de-vaca - <i>Bauhinia forticata</i> , Link.	Legum.-cesalpin.

328. Pau-amargo - <i>Picrasma paio amaro</i> , Speg.	Simarubáceas
329. Pau-ferro - <i>Caesalpinia férrea</i> , Mart.	Legum.-cesalpin.
330. Pente-de-macaco - <i>Pithecoctenium echinatum</i> , Schum.	Bignoniáceas
331. Pepino - <i>Cucumis sativus</i> , L.	Cucurbitáceas
332. Pequiheiro - <i>Caryocar brasiliense</i> , Camb.	Cariocariáceas
333. Pereira - <i>Pirus communis</i> , L.	Rosáceas
334. Periquito - <i>Alternanthera amabilis</i> , Hort.	Amarantáceas
335. Perpétua - <i>Gomphrena celosioides</i> , Mart.	Amarantáceas
336. Pessegueiro - <i>Prumus pérsica</i> , L.	Rosáceas
337. Picão-branco - <i>Galinsoga parviflora</i> , Cav.	Compostas
338. Picão-preto - <i>Bidens pilosa</i> , L.	Compostas
339. Pimenta-do-reino - <i>Piper nigrum</i> , L.	Piperáceas
340. Pimenta-malagueta - <i>Capsicum frutescens</i> , Willd.	Solanáceas
341. Pimentão - <i>Capsicum annum</i> , L.	Solanáceas
342. Pinha - <i>Annona squamosa</i> , L.	Anonáceas
343. Pinheiro - <i>Araucária angustifolia</i> (Bert) Kuntze	Araucariáceas
344. Pinheiro-americano - <i>Pinus Elliottii</i> , Engelm.	Pináceas
345. Pitangueira - <i>Eugenia uniflora</i> , L.	Mirtáceas
346. Piteira - <i>Fourcroya gigantea</i> , Vent.	Amarilidáceas
347. Pixirica - <i>Melastoma akermani</i> , Mure	Melastomatáceas
348. Plátano - <i>Platanus orientalis</i> , L.	Platanáceas
349. Poejo - <i>Mentha pulegium</i> , L.	Labiadas
350. Pulmonária - <i>Stachys byzantina</i> , C.Koch	Labiadas
351. Quaresmeira - <i>Tibouchina sellowiana</i> , Cogn.	Melastomatáceas
352. Quebra-pedra - <i>Phyllanthus niruri</i> , L.	Euforbiáceas
353. Quiabeiro - <i>Hibiscus esculentus</i> , L.	Malváceas
354. Quitoco - <i>Pluchea quitoc</i> , DC.	Compostas
355. Rabanete - <i>Raphanus sativus</i> , L.	Crucíferas
356. Rabo-de-arara - <i>Phyllitis scolopendrium</i> , (L) Newm.	Polipodiáceas
357. Repolho - <i>Brassica oleracea</i> (var. <i>capitata</i> ), L.	Crucíferas
358. Romãzeira - <i>Púnica granatum</i> , L.	Punicáceas
359. Roseira-Rosagallica, L.	Rosáceas
360. Roseira-silvestre - <i>Rosa canina</i> , L.	Rosáceas
361. Roseta - <i>Soliva pterosperma</i> (Juss) Less.	Compostas
362. Rúcula - <i>Eruca sativa</i> , Mill.	Crucíferas
363. Sabugueiro - <i>Sambucus australis</i> , Cham et Schlecht	Caprifoliáceas
364. Salsa - <i>Petroselinum sativum</i> , Hoffm.	Umbelíferas
365. Salsa-da-praia - <i>Ipomoea pes-caprae</i> , Forks.	Convolvuláceas
366. Salva-do-rio-grande-do-sul - <i>Lippia alba</i> , (Mill.) N.E.Br.	Labiadas
367. Sálvia-Salvia officinalis, L.	Labiadas
368. Samambaia - <i>Pteridium aquilinum</i> (L) Kuhn	Pteridáceas
369. Santolina - <i>Santolina chamaecyparissus</i> , L.	Compostas
370. Sapotizeiro - <i>Achras sapota</i> , L.	Sapotáceas
371. Sarandi - <i>Pouteria salicifolia</i> , Radlk.	Sapotáceas
372. Sassafrás - <i>Ocotea preciosa</i> (Nees) Mez.	Lauráceas
373. Sempre-viva - <i>Helichrysum bracteatum</i> , Andr.	Compostas
374. Sene - <i>Cássia acutifolia</i> , Delile	Legum. cesalpináce
375. Serralha - <i>Sonchus oleraceus</i> , L.	Compostas
376. Sete-capotes - <i>Britoa guazumaefolia</i> (Comb.) Legrand.	Mirtáceas
377. Sete-sangrias - <i>Cuphea balsamona</i> , Cham. e Schlecht	Litráceas
378. Soja - <i>Glycine hispida</i> , Max.	Legum. papilonáce
379. Sucupira - <i>Bowdichia nitida</i> , Spreng.	Leguminosas
380. Taiuíá - <i>Cayaponia tayuya</i> , Cogn.	Cucurbitáceas
381. Tamarindeiro - <i>Tamarindus indica</i> , L.	Leguminosas
382. Tanchagem - <i>Plantago major</i> , L.	Plantagináceas
383. Taquara - <i>Bambusa arundinacea</i> , Willd.	Gramíneas
384. Taquara-do-reino - <i>Arundo donax</i> , L.	Gramíneas
385. Tarumã - <i>Vitex megapotamica</i> , (Spreng) Mold.	Verbenáceas
386. Timbó - <i>Ateleiaglazioviana</i> , Baillon	Fabáceas
387. Tiririca - <i>Cyperus rotundus</i> , L.	Ciperáceas
388. Tomateiro - <i>Lycopersicum esculentum</i> , L.	Solanáceas
389. Tomate-de-árvore - <i>Cyphomandra betacea</i> , Sendt	Solanáceas
390. Toranja - <i>Citrus decumana</i> , L.	Rutáceas
391. Trapoeraba - <i>Tradescantia zebrina</i> , Hort. Ex Bosse	Comelináceas
392. Três-marias - <i>Bougainvillea glabra</i> , Choizy	Nictagináceas
393. Trigo - <i>Triticum vulgare</i> , L.	Gramíneas
394. Tuia - <i>Thuya occidentalis</i> , L.	Cupressáceas

395. Tuna - <i>Cactus tuna</i> , L.	Cactáceas
396. Umbuzeiro - <i>Phytolacca dioica</i> , L.	Fitolacáceas
397. Unha-de-gato - <i>Bignonia unguis-cati</i> , L.	Bignoniáceas
398. Urtiga - <i>Urtica urens</i> , L.	Urticáceas
399. Urtigão - <i>Urera baccifera</i> , L.	Urticáceas
400. Urucu - <i>Bixa orellana</i> , L.	Bixáceas
401. Uva-do-japão - <i>Ho vénia dulcis</i> , Thumb.	Ramnáceas
402. Uvalheira - <i>Eugenia pyriformis</i> , Camb.	Mirtáceas
403. Vacunzeiro - <i>Allophyllus edulis</i> (St.Hil.) Radlk.	Sapindáceas
404. Vassourinha - <i>Baccharis dracunculifolia</i> , DC.	Compostas
405. Vassourinha-doce - <i>Scoparia dulcis</i> , L.	Escrofulariáceas
406. Verbasco - <i>Verbascum thapsus</i> , L.	Escrofulariáceas
407. Videira - <i>Vitis vinifera</i> , L.	Vitáceas
408. Vimeiro - <i>Salix viminalis</i> , L.	Salicáceas
409. Violeta-de-jardim- <i>Viola odorata</i> ,L.	Violáceas
410. Viki - <i>Eucalyptus cinerea</i> , Labill.	Mirtáceas
<b>411.</b> Zedoária - <i>Curcuma zedoaria</i> , Roxb.	Zingiberáceas
<b>412.</b> Zínia- <i>Zinniaelegans</i> .	Compostas

De maneira simples, resumida e didática, motivados pela vivência junto ao povo, nas prefeituras, nas pastorais diversas, no meio rural e entidades interessadas no uso da medicina natural, os autores organizaram, em 1997, a primeira edição deste livro, para servir de subsídio às comunidades.

Bem acolhido, sucederam-se rapidamente novas edições.

Nas 208 páginas desta edição o leitor encontrará:

- Regras básicas para manuseio das plantas e preparação dos chás
- Fotografias coloridas das 412 plantas mencionadas, para facilitar a identificação
- Atribuições medicinais das plantas referidas
- Receitas diversas de vinhos medicinais, pomadas e xaropes
- Índice de doenças e plantas indicadas
- Chás preventivos, curativos, estimulantes e regeneradores
- Índices de nomes populares, sinônimos e denominação científica

É um livro de extrema utilidade, para consulta frequente, que estimulará o leitor a se familiarizar com as plantas medicinais, a zelar pela sua preservação, cultivando-as, utilizando-as e se beneficiando gratuitamente desta medicina tradicional.



Este livro foi distribuído cortesia de:



Para ter acesso próprio a leituras e ebooks ilimitados GRÁTIS hoje, visite:

<http://portugues.Free-eBooks.net>

*Compartilhe este livro com todos e cada um dos seus amigos automaticamente, selecionando uma das opções abaixo:*



Para mostrar o seu apreço ao autor e ajudar os outros a ter experiências de leitura agradável e encontrar informações valiosas, nós apreciaríamos se você

["postar um comentário para este livro aqui"](#) .



### **Informações sobre direitos autorais**

Free-eBooks.net respeita a propriedade intelectual de outros. Quando os proprietários dos direitos de um livro enviam seu trabalho para Free-eBooks.net, estão nos dando permissão para distribuir esse material. Salvo disposição em contrário deste livro, essa permissão não é passada para outras pessoas. Portanto, redistribuir este livro sem a permissão do detentor dos direitos pode constituir uma violação das leis de direitos autorais. Se você acredita que seu trabalho foi usado de uma forma que constitui uma violação dos direitos de autor, por favor, siga as nossas Recomendações e Procedimentos de reclamações de Violação de Direitos Autorais como visto em nossos Termos de Serviço aqui:

<http://portugues.free-ebooks.net/tos.html>