

Meu corpo, Minhas Ervas

Claudia Regina Nunes Renault

Maria da Conceição Marques de Souza

Eu e as Ervas

➤ Será que faz parte da minha realidade



Algumas definições importantes

- **Água purificada** – Água que passou por algum tipo de tratamento
- **Banho de assento** – Imersão em água morna, em posição sentada
- **Bochecho** – É agitação de infuso na boca fazendo movimento de bochecha, pode ser mastigado. Não pode ser engolido
- **Compressa** - colocar, sobre o lugar lesionado, um pano ou gaze limpo e umedecido com um infuso ou decocto, frio ou aquecido, dependendo da indicação de uso.
- **Creme** - É a forma farmacêutica semissólida que consiste de uma emulsão, formada por uma fase lipofílica e uma fase hidrofílica.
- **Decocção** - É a preparação que consiste na ebulição da droga vegetal em água potável por tempo determinado. Método indicado para partes de drogas vegetais com consistência rígida, tais como cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas

Definições importantes

- **Extrato** - É a preparação de consistência líquida, sólida ou intermediária, obtida a partir de material animal ou vegetal. O extrato é preparado por percolação, maceração ou outro método adequado e validado, utilizando como solvente álcool etílico, água ou outro solvente adequado
- **Gargarejo** - É a agitação de infuso, decocto ou maceração na garganta pelo ar que se expelle da laringe, não devendo ser engolido o líquido ao final.
- **Inalação** - É a administração de produto pela inspiração (nasal ou oral) de vapores pelo trato respiratório.
- **Infusão** - É a preparação que consiste em verter água fervente sobre a droga vegetal e, em seguida, tampar ou abafar o recipiente por tempo determinado.

Definições Importantes

- **Maceração** - com água É a preparação que consiste no contato da droga vegetal com água, à temperatura ambiente, por tempo determinado para cada droga vegetal
- **Pomada** -- É a forma farmacêutica semissólida, para aplicação na pele ou em membranas mucosas, que consiste da solução ou dispersão de um ou mais princípios ativos em baixas proporções em uma base adequada usualmente não aquosa
- **Tintura** - É a preparação alcoólica ou hidroalcoólica resultante da extração de drogas vegetais ou animais ou da diluição dos respectivos extratos.

Bibliografia para pesquisa

- ▶ Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
- ▶ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência farmacêutica. Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 60 p. (Série B – Textos Básicos de Saúde). Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_fitoterapicos.pdf>.
- ▶
- ▶ A Fitoterapia no SUS e o Programa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos
- ▶ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência farmacêutica. A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisas de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 148 p. (Série B – Textos Básicos de Saúde). Disponível em:

<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/fitoterapia_no_sus.pdf>.
- ▶
- ▶ Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos
- ▶ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 78 p. Disponível em:

<http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/matriz_versao_publicada.pdf>.

Exemplo de Infusão – Capim Santo

- **SINONÍMIA** Andropogon cerifer Hack., Andropogon citratus DC. e Andropogon citriodorum hort. ex Desf.
- **NOMENCLATURA POPULAR** Capim-santo, capim-limão, capim-cidrô, capim-cidreira e cidreira.
- **FÓRMULA**
- **Componentes** Quantidade folhas secas 1 – 3 g água q.s.p. 150 mL
- **ORIENTAÇÕES PARA O PREPARO** Preparar por infusão considerando a proporção indicada na fórmula.
- **ADVERTÊNCIAS** Pode potencializar o efeito de medicamentos sedativos.
- **INDICAÇÕES** Antiespasmódico, ansiolítico e sedativo leve.
- **MODO DE USAR** Uso interno. Acima de 12 anos: tomar 150 mL do infuso, 5 minutos após o preparo, duas a três vezes ao dia.

Diluir pó em água - Guaraná

- SINONÍMIA *Paullinia sorbilis* Mart.
- NOMENCLATURA POPULAR Guaraná.
- FÓRMULA
- Componentes Quantidade sementes em pó 0,5 – 2 g
- ORIENTAÇÕES PARA O PREPARO Dispersar o pó em água.
- ADVERTÊNCIAS Não deve ser utilizado por pessoas com ansiedade, hipertireoidismo, hipertensão, arritmias, taquicardia paroxística e distúrbios gastrointestinais (gastrite e cólon irritável). Em altas doses pode causar insônia, nervosismo e ansiedade. Não usar em caso de tratamento com drogas que contenham bases xantínicas (café, noz-de-cola, mate) e anti-hipertensivos.
- INDICAÇÕES Estimulante.
- MODO DE USAR Uso interno. Acima de 12 anos: tomar 0,5 a 2 g do pó puro ou disperso em água, uma vez ao dia.

Tintura, Chá e banho - Colonia

- ▶ SINONÍMIA *Zerumbet speciosum* J.C. Wendl. e *Alpinia speciosa* (J.C. Wendl.) K. Schum.
- ▶ NOMENCLATURA POPULAR Colônia.
- ▶ FÓRMULA
- ▶ Componentes Quantidade folhas secas 20 g álcool 70 % p/p q.s.p. 100 mL
- ▶ ORIENTAÇÕES PARA O PREPARO Estabilizar o material vegetal submetendo à secagem em estufa a 40 °C por 48 horas (ROCHA et al., 2008) e extrair por percolação conforme descrito em Informações Gerais em Generalidades (4).
- ▶ EMBALAGEM E ARMAZENAMENTO Acondicionar em frasco de vidro âmbar bem fechado em local fresco, seco e ao abrigo da luz.
- ▶ ADVERTÊNCIAS Não usar em gestantes, lactantes, lactentes, crianças menores de dois anos, alcoolistas e diabéticos. No tratamento com o extrato hidroalcoólico foi observado o aumento de transaminases e HDL (MENDONÇA, 1991).
- ▶ INDICAÇÕES Diurético e anti-hipertensivo nos casos de hipertensão arterial leve (MENDONÇA et al., 1991; VARGAS & CARVALHO, 2010).
- ▶ MODO DE USAR Uso interno. Acima de 12 anos: tomar 10 mL da tintura diluídos em 75 mL de água, três vezes ao dia.
- ▶
- ▶ REFERÊNCIAS MENDONÇA, V. L. M., OLIVEIRA, C. L. A., CRAVEIRO, A. A. Pharmacological and toxicological evaluation of *Alpinia speciosa*. *Mem Inst. Oswald Cruz*, 86, 93-97, 1991. ROCHA, L., LUCIO, E. M. A., FRANÇA, H. S., SHARAPIN, N. *Mikania glomerata* Spreng: desenvolvimento de um produto fitoterápico. *Rev. Bras. Farmacogn.* 18(suppl), 744-747. 2008. VARGAS, J. H. A., CARVALHO, J. C. T. Clinic efficacy study of the crude hydroalcoholic extract of *Alpinia speciosa* (WENDL, J. C.) K. Schum on arterial hypertension. *International Journal of Pharmaceutical Science Review and Research*, 4, 27-33, 2010.

Tipos de Ervas – Limpeza energética

➤ Ervas descarregadoras ou de limpeza



➤ Ervas Energizastes



➤ Ervas Equilibrantes





➡ **Obrigada!**