

## **Documento 332**

# **Plantas medicinais utilizadas pelos agricultores ecológicos na região sul do Rio Grande do Sul**

---

*Teila Ceolin*

*Rosa Lía Barbieri*

*Rita Maria Heck*

*Clenio Nailto Pillon*

*Walter Fagundes Rodrigues*

*Gustavo Heiden*

Exemplares desta publicação podem ser adquiridos na:

Embrapa Clima Temperado  
BR 392 Km 78  
Caixa Postal 403, CEP 96010-971- Pelotas, RS  
Fone: (53) 3275-8199  
Fax: (53) 3275-8219 – 3275-8221  
Home Page: [www.cpact.embrapa.br](http://www.cpact.embrapa.br)  
e-mail: [sac@cpact.embrapa.br](mailto:sac@cpact.embrapa.br)

Comitê Local de Publicações

Presidente: *Ariano Martins de Magalhães Júnior*  
Secretária - Executiva: *Joseane Mary Lopes Garcia*  
Membros: *Márcia Vizzotto, Ana Paula Schneid Afonso, Giovani Theisen, Luis Antônio Suita de Castro, Flávio Luiz Carpena Carvalho, Christiane Rodrigues Congro, Regina das Graças Vasconcelos dos Santos.*  
Suplentes: *Isabel Helena Verneti Azambuja e Beatriz Marti Emygdio.*

Supervisão editorial: *Antônio Luiz Oliveira Heberlé*  
Revisão de texto: *Bárbara Chevallier Cosenza*  
Normalização bibliográfica: *Graciela Olivella Oliveira*  
Editoração eletrônica e arte da capa: *Fernando Jackson, Camila Peres (estagiária)*  
Fotos da capa: *Teila Ceolin, Caroline Vasconcellos Lopes e Rosa Líá Barbieri*

1ª edição

1ª impressão (2011): 200 exemplares

**Todos os direitos reservados**

**A reprodução não-autorizada desta publicação, no todo ou em parte, constitui violação dos direitos autorais (Lei no 9.610).**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Embrapa Clima Temperado.**

---

Plantas medicinais utilizadas pelos agricultores na região sul do Rio Grande do Sul / Teila Ceolin et. al. – Pelotas: Embrapa Clima Temperado, 2011.

70 p. (Embrapa Clima Temperado. Documentos, 1516-8840, 332)

1. Planta Medicinal. 2. Agroecologia. 3. Brasil – Rio Grande do Sul. I. Ceolin, Teila. II. Série.

---

CDD 633.88

© Embrapa 2011

# **Autores**

## **Teila Ceolin**

Enfermeira, M.Sc. em Enfermagem,  
Professora Assistente da Faculdade de  
Enfermagem da Universidade Federal de  
Pelotas, Pelotas, RS.  
teila.ceolin@ig.com.br

## **Rosa Lía Barbieri**

Bióloga, Dra. em Genética e Biologia  
Molecular, Pesquisadora da Embrapa Clima  
Temperado, Pelotas, RS.  
lia.barbieri@cpact.embrapa.br

## **Rita Maria Heck**

Enfermeira, Dra. em Enfermagem, Professora  
Adjunta da Faculdade de Enfermagem da  
Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.  
heckpillon@yahoo.com.br

**Clenio Nailto Pillon**

Engenheiro Agrônomo, Dr. em Física do Solo,  
Pesquisador da Embrapa Clima Temperado,  
Pelotas, RS.

clenio.pillon@cpact.embrapa.br

**Walter Fagundes Rodrigues**

Ecólogo, Mestrando da Faculdade de Agronomia  
da Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS.

walterfagundes@bol.com.br

**Gustavo Heiden**

Biólogo, Doutorando em Botânica na  
Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

gustavo.heiden@gmail.com

# Apresentação

Estamos vivendo uma sociedade em transformação, cada vez mais preocupada com os princípios básicos da sustentabilidade. Para a agricultura, o desenvolvimento de formatos tecnológicos de base ecológica permite construir um sistema de produção menos dependente de insumos sintéticos, com ampla valorização dos saberes locais e tácitos, constituindo-se um grande desafio científico, tecnológico e até metodológico para as instituições de Ciência e Tecnologia.

Os agricultores familiares que praticam e desenvolvem agricultura de base ecológica no sul do Rio Grande do Sul têm disponibilizado os seus conhecimentos, crenças e valores, incluindo aqueles relativos ao uso de plantas medicinais no cuidado à saúde humana. Para compreender esse contexto é importante conhecer como as pessoas vivem e os fatores relacionados à cultura, os quais influenciam as práticas de cuidado à saúde.

A partir da regulamentação de terapias complementares no Sistema Único de Saúde, a qual legitima a possibilidade do uso

de plantas medicinais e fitoterápicos na rede pública de saúde, o cultivo e processamento de algumas espécies de plantas medicinais tem despertado atenção de agricultores familiares como uma alternativa para a diversificação da sua matriz produtiva.

Esta publicação visa sistematizar o conhecimento popular relativo ao uso de plantas medicinais mais citadas por agricultores ecológicos vinculados a ARPASUL – Associação Regional dos Produtores Agroecologistas da Região Sul do Rio Grande do Sul, relacionando este saber aos relatos e avanços de conhecimento obtidos em pesquisas científicas, sem o intuito de realizar qualquer indicação para o tratamento de doenças.

*Clenio Nailto Pillon*  
Chefe-Geral  
Embrapa Clima Temperado

# Sumário

1. Introdução.....	9
2. Metodologia.....	13
3. Resultados e discussão.....	15
4. Considerações Finais.....	55
5. Glossário de Termos.....	57
6. Índice de Nomes Científicos.....	61
7. Referências.....	62
8. Leitura Recomendada.....	70

# Plantas Medicinais Utilizadas pelos Agricultores Ecológicos na Região Sul do Rio Grande do Sul

---

*Teila Ceolin*

*Rosa Líá Barbieri*

*Rita Maria Heck*

*Clenio Nailto Pillon*

*Walter Fagundes Rodrigues*

*Gustavo Heiden*

## 1. Introdução

A agroecologia<sup>1</sup> como ciência estabelece as bases para a construção de estilos de agriculturas sustentáveis e de estratégias de desenvolvimento rural sustentável. Nos últimos anos, a sociedade tem cobrado com mais ênfase o desenvolvimento de formatos tecnológicos e estilos de agricultura menos agressivos à natureza, capazes de proteger os recursos naturais e conservar o meio ambiente (CAPORAL; COSTABEBER, 2004).

Não se deve entender como agricultura baseada nos princípios da agroecologia aquela agricultura que, simplesmente, não utiliza agrotóxicos ou fertilizantes químicos sintéticos em seu processo produtivo. A simples substituição de agrotóxicos por

<sup>1</sup> Campo de conhecimentos de natureza multidisciplinar, cujos ensinamentos pretendem contribuir na construção de estilos de agricultura de base ecológica e na elaboração de estratégias de desenvolvimento rural, tendo-se como referência os ideais da sustentabilidade numa perspectiva multidimensional (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE AGROECOLOGIA, 2005).

adubos orgânicos mal manejados pode não ser solução, podendo inclusive causar outro tipo de contaminação (COSTABEBER; CAPORAL, 2003).

A agricultura de base ecológica propõe-se a superar o dilema entre a necessidade crescente de produção de alimentos e o imperativo contemporâneo da preservação ambiental, buscando ser o vaso comunicante entre um e outro (MEIRELLES, 2002). Esta agricultura é praticada na maioria das vezes pelo pequeno agricultor, utilizando mão de obra familiar.

A agricultura familiar cumpre um papel relevante em relação à produção de alimentos, ocupação de mão de obra, manutenção da biodiversidade agrícola e preservação da paisagem. É neste ponto que acontece a maior aproximação entre a agricultura familiar e a agricultura ecológica (MEIRELLES, 2002).

A agricultura familiar, enquanto sujeito do desenvolvimento, é ainda um processo em consolidação. O seu fortalecimento e valorização dependem de um conjunto de fatores econômicos, sociais, políticos e culturais que necessitam ser implementados de uma forma articulada por uma diversidade de atores e instrumentos (BRASIL, 2005).

A família rural é uma unidade de produção, geralmente com certo grau de diversificação de atividades, as quais incluem a produção de grãos, a produção animal, de frutas e hortaliças, com possibilidades múltiplas de agregação de valor através do artesanato, processamento de produtos de origem animal e vegetal em pequenas indústrias, por meio de comércio formal e

informal (NEGRÃO, 2008).

Os agricultores-alvo deste trabalho cultivam principalmente frutas e hortaliças, mas também produzem conservas, doces, bolachas, sucos, pães, cucas, entre outros, os quais são comercializados na feira ecológica. Os agricultores pesquisados estão vinculados à Associação Regional de Produtores Agroecológicos da Região Sul do Rio Grande do Sul (ARPASUL), fundada em 14 de setembro de 1995, com 26 famílias. O objetivo da ARPASUL é realizar a comercialização direta entre consumidores e produtores, sem intermediários nesse processo. A necessidade da formação da associação surgiu frente à crise na agricultura, dificultando a venda dos produtos produzidos pelos agricultores, os quais se uniram devido ao interesse comum em produzir e comercializar produtos de forma diferenciada e ecológica, trocando a produção convencional por um formato tecnológico sem uso de agrotóxicos. A maioria das famílias já havia experienciado situações de intoxicação por produtos químicos, utilizados principalmente no cultivo do fumo.

A assessoria técnica para a ARPASUL é realizada pela Pastoral da Terra, vinculada à Igreja Católica, e pelo Centro de Apoio ao Pequeno Agricultor (CAPA) da IECLB – Igreja Evangélica de Confissão Luterana no Brasil.

Após a realização de várias reuniões com órgãos públicos e discussões internas, a associação obteve um espaço para realização da Feira Ecológica de Pelotas. Iniciou-se então um trabalho de divulgação e conscientização dos consumidores em relação aos produtos de base ecológica. A feira ecológica iniciou

suas atividades no dia 18 de novembro de 1995, na Avenida Dom Joaquim, e continua ocorrendo atualmente, aos sábados pela manhã.

Devido ao aumento da produção e procura pelos consumidores, a feira passou a ser realizada também na Avenida Ferreira Viana, às terças-feiras, entre 1998 e 2000, sendo após transferida para a Avenida Bento Gonçalves. Em 1999, iniciou-se outro ponto de comercialização na Avenida Duque de Caxias e, no dia 05 de outubro de 2006, no largo Edmar Fetter (em frente ao Mercado Público), ocorrendo nas quintas-feiras à tarde. A feira é realizada semanalmente nesses quatro locais de comercialização, com a participação de 28 famílias, 16 destas desde a sua fundação. Em maio de 2009, passou a ser realizada também no município de Canguçu.

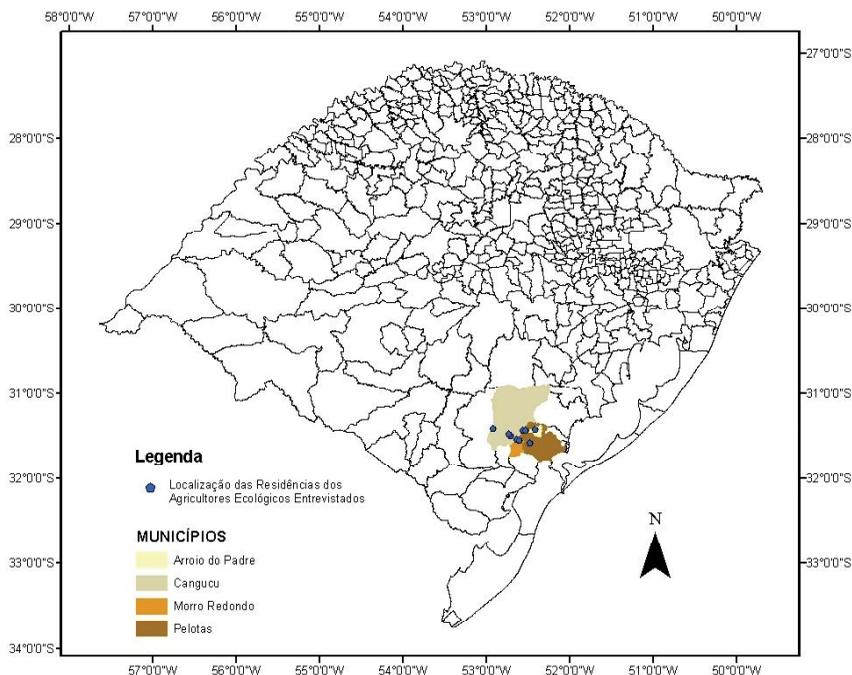
O objetivo desta publicação é sistematizar o conhecimento popular relativo ao uso de plantas medicinais<sup>2</sup> mais citadas pelos agricultores ecológicos, relacionando este saber aos relatos e avanços de conhecimento obtidos em pesquisas científicas, sem o intuito de realizar qualquer indicação para o tratamento de doenças.

---

2 Planta medicinal é considerada toda espécie vegetal, cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos (BRASIL, 2010).

## 2. Metodologia

Os sujeitos deste estudo constituíram-se de agricultores de base ecológica e suas gerações familiares, perfazendo um total de oito famílias, correspondendo a 19 sujeitos, sendo pelo menos duas gerações em cada família. A coleta de dados a respeito dos conhecimentos tradicionais associados ao uso de plantas medicinais pelas famílias ocorreu entre janeiro e maio de 2009. Os agricultores abordados residem nos municípios de Arroio do Padre, Canguçu, Morro Redondo, Pelotas e Turuçu (Figura 1).



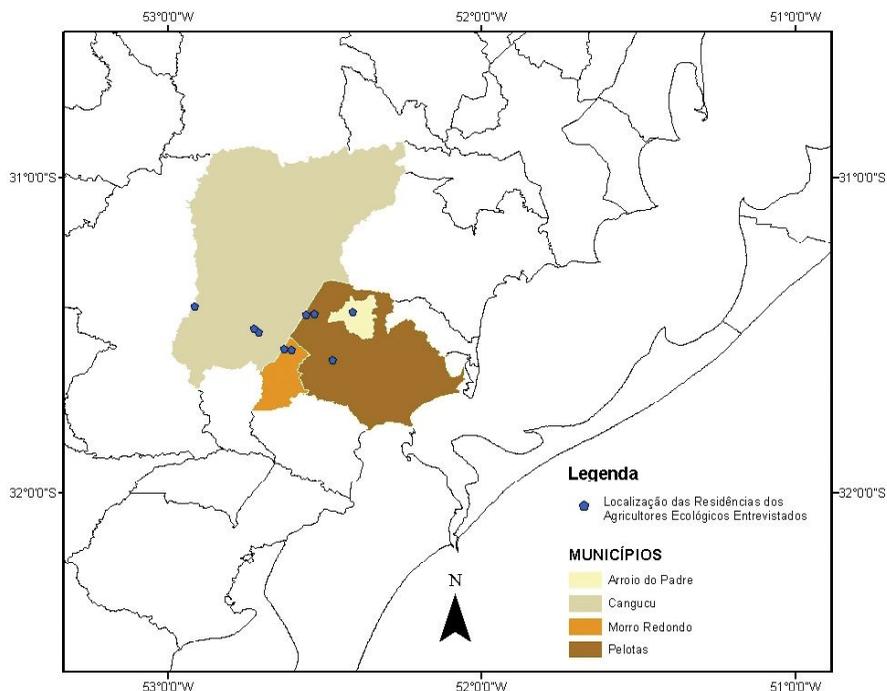


Figura 1 – Localização das residências dos agricultores entrevistados. Rio Grande do Sul, Brasil, 2009. Fonte: Laboratório de Planejamento Ambiental. Embrapa Clima Temperado. Pelotas, RS.

Foram coletadas amostras de algumas plantas para a preparação de exsiccatas. As plantas coletadas e fotografadas foram identificadas taxonomicamente. Os nomes populares citados nesta publicação foram atribuídos pelos agricultores ecológicos às plantas utilizadas no seu cotidiano.

O projeto âncora deste estudo recebeu aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas, protocolo 072/2007.

### 3. Resultados e discussão

Os agricultores relataram o uso de 196 plantas medicinais, entre nativas do Rio Grande do Sul e exóticas. Nesta publicação estão apresentadas as plantas medicinais mais citadas pelos agricultores.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) refere-se às *plantas medicinais* como espécies vegetais a partir das quais produtos de interesse terapêutico podem ser obtidos e usados na espécie humana como medicamento (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004). Já os fitoterápicos são medicamentos obtidos, empregando-se exclusivamente matérias-primas ativas vegetais (BRASIL, 2004).

Atualmente, as plantas medicinais também estão sendo referidas como *plantas bioativas*, as quais são definidas como aquelas capazes de gerar compostos ou substâncias que interferem ou alteram o funcionamento orgânico de pessoas, animais ou outros vegetais. Além das plantas medicinais, também são enquadradas como bioativas as plantas aromáticas e condimentares, bem como as plantas tóxicas e aquelas utilizadas para a formulação de insumos para a agricultura de base ecológica e para a indústria (SCHIEDECK, 2006).

Nas entrevistas realizadas, foi verificada a infusão como a forma de preparo predominante. Quanto à localização, as plantas encontram-se no quintal, pomar, horta, jardim e no campo, sendo que a maioria destas está próxima às residências dos agricultores.

No Quadro 1 estão listadas as 31 plantas medicinais mais citadas pelos agricultores ecológicos associados à ARPASUL.

Quadro 1. Plantas medicinais mais citadas por agricultores ecológicos associados à ARPASUL. Pelotas-RS, 2010.

Nome popular	Nome científico	Família
alecrim	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Lamiaceae
babosa	<i>Aloe arborescens</i>	Xanthorrhoeaceae
babosa	<i>Aloe vera</i>	Xanthorrhoeaceae
babosa-da-folha-curta	<i>Aloe saponaria</i>	Xanthorrhoeaceae
bergamoteira	<i>Citrus reticulata</i>	Rutaceae
boldo	<i>Plectranthus barbatus</i>	Lamiaceae
boldo	<i>Plectranthus grandis</i>	Lamiaceae
boldo-do-chile	<i>Peumus boldus</i>	Monimiaceae
boldo-da-folha-miúda	<i>Plectranthus neochilus</i>	Lamiaceae
camomila, maçanilha	<i>Chamomilla recutita</i>	Asteraceae
camomila, maçanilha	<i>Chrysanthemum cinerariifolium</i>	Asteraceae
capim-cidrão, cidreira, cidrão, capim-cidreira, erva-cidreira	<i>Cymbopogon citratus</i>	Poaceae
carqueja, capoeira-branca ou carqueja-branca	<i>Baccharis trimera</i>	Asteraceae
carqueja, carqueja-preta	<i>Baccharis articulata</i>	Asteraceae
catinga-de-mulata, palma ou palminha	<i>Tanacetum vulgare</i>	Asteraceae
chuchu	<i>Sechium edule</i>	Cucurbitaceae
funcho	<i>Foeniculum vulgare</i>	Apiaceae
hortelã	<i>Mentha x piperita</i>	Lamiaceae
laranjeira	<i>Citrus sinensis</i>	Rutaceae
limeira	<i>Citrus limon</i>	Rutaceae
limoeiro	<i>Citrus limon e Citrus aurantifolia</i>	Rutaceae
louro	<i>Laurus nobilis</i>	Lauraceae
malva	<i>Malva parviflora</i>	Malvaceae
malva	<i>Malva sylvestris</i>	Malvaceae
malva-cheirosa	<i>Pelargonium odoratissimum</i>	Geraniaceae
marcela, macela	<i>Achyrocline satureioides</i>	Asteraceae
melhoral	<i>Salvia microphylla</i>	Lamiaceae
murta	<i>Blepharocalyx salicifolius</i>	Myrtaceae
pitangueira	<i>Eugenia uniflora</i>	Myrtaceae
pixirica	<i>Leandra australis</i>	Melastomataceae
romãzeiro	<i>Punica granatum</i>	Lythraceae

Em sequência está detalhada a indicação referida pelos agricultores, a indicação de acordo com estudos farmacológicos e o modo de uso de acordo com a literatura, para cada uma das 31 plantas medicinais mais citadas pelos agricultores ecológicos vinculados à ARPASUL.

**ALECRIM**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Rosmarinus officinalis*

Família

Lamiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizado para melhorar a circulação cerebral e a memória; no tratamento de problemas circulatórios; para evitar queda de cabelo e tratar caspa; para tratar sintomas do coração e para ativar a circulação.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** tem propriedades cicatrizantes, antimicrobiana e estimulante do couro cabeludo em aplicações locais. É também carminativo (MATOS, 2002).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** É usado na forma de chá e tintura preparados com as folhas. A tintura é preparada em álcool com 30% de água na proporção de 100 g de folhas secas para meio litro de álcool diluído com três partes de água. A tintura, misturada com água açucarada na proporção de 1:1, deve ser tomada em dose

de 5 a 10 ml, duas vezes ao dia. Tem sido recomendado para o tratamento de hemorroidas inflamadas, nas mesmas doses recomendadas acima, tomando-se por via oral durante dez dias. Para uso externo emprega-se a tintura ou óleo essencial diluído em álcool a 70° GL, em forma de compressas ou flicções, no tratamento de entorses e contusões (MATOS, 2002).

**BABOSA**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

Família

*Aloe arborescens*

Xanthorrhoeaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada no tratamento de queimaduras, feridas infectadas, hérnia no estômago, câncer, queda de cabelos, constipação, calvície e mamite nos animais. Se usada com mel é anticancerígena.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui entre seus constituintes químicos derivados antraquinônicos como a aloína barbaloína, socaloína, aloemodina, capalaína, diferentes derivados antracênicos, ácidos orgânicos, vitaminas A, C e B, aminoácidos, polissacarídeos e glicoproteínas (LARIONOVA; MENÉNDEZ; VALIENTE, 1990). O uso interno diário de preparados que contêm antraquinonas, um dos grupos químicos da *Aloe*, por períodos prolongados (mais de três meses), pode provocar dores abdominais, diarreia sanguinolenta, hemorragias gástricas e nefrite. Os sintomas de intoxicação

por consumo excessivo do látex são hipocalcemia (diminuição da concentração do íon potássio no sangue), hiperaldosteronismo (aumento da aldosterona pelas glândulas suprarrenais), bradicardia (diminuição na frequência cardíaca) e hipotermia (diminuição da temperatura corporal abaixo do normal). O sintoma mais importante nos quadros de intoxicação é a diarreia (CARRICONDE et al., 1995; MATOS, 2002). O sumo mucilaginoso (gel) de suas folhas possui atividade fortemente cicatrizante devido ao polissacarídeo presente e uma boa ação antimicrobiana sobre bactérias e fungos, resultante do complexo formado pelo aloferon e as antraquinonas (LORENZI; MATOS, 2008). *A. arborescens* possui atividade anticancerígena e a propriedade antineoplásica, as quais se devem a pelo menos três mecanismos diferentes, baseados nos efeitos imunestimulatório, antiproliferativo e antioxidante (LISSONI et al., 2009).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** Não é indicada a ingestão da folha da *Aloe* com a casca devido aos efeitos tóxicos provocados pelos seus componentes químicos. Assim, lambeduras, xaropes e outros remédios preparados com esta planta podem causar grave crise de nefrite aguda quando tomados em doses mais altas que as recomendadas, provocando, especialmente em crianças, intensa retenção de água, podendo ser fatal. O sumo mucilaginoso (gel) de suas folhas possui atividade fortemente cicatrizante. É indicada nos casos de queimadura e ferimentos superficiais da pele (LORENZI; MATOS, 2008).

**BABOSA**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Aloe vera*

Família

Xanthorrhoeaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada no tratamento de queimaduras, feridas infectadas, hérnia no estômago, câncer, queda de cabelos, constipação, calvície e mamite nos animais. Se usada com mel é anticancerígena.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** além de auxiliar na cicatrização, através da ação anti-inflamatória com o uso tópico em feridas (YAGI et al., 2002), tem propriedades antioxidantes, analgésicas, atividade antiviral, antimicrobiana, antissecretora de ácido gástrico. Além disso, protege a integridade da pele evitando dermatites de contato (WEST; ZHU, 2003; YASUF; AGUNU; DIANA, 2004; RIVERO MARTÍNEZ et al., 2002; SAADA; USSAMA ZS; MAHDU, 2003; HU, XU, HU, 2003). Ainda possui ação imunoestimulante e antifúngica, resultando em uma melhora dos sintomas decorrentes de fungos como, por exemplo, *Candida albicans* (STUART et al., 1997).quando tomados

em doses mais altas que as recomendadas, provocando, especialmente em crianças, intensa retenção de água, podendo ser fatal. O sumo mucilaginoso (gel) de suas folhas possui atividade fortemente cicatrizante. É indicada nos casos de queimadura e ferimentos superficiais da pele (LORENZI; MATOS, 2008).

**BABOSA-DA-FOLHA-CURTA**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

Família

*Aloe saponaria*

Xanthorrhoeaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** tratamento de feridas e problemas no estômago. Combate o câncer.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** investigação realizada evidenciou seus benefícios quando aplicada nas células tumorais, inibindo a ativação de células cancerígenas e melhorando das células sadias (SAMPEDRO et al., 2004).

**BERGAMOTEIRA**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Citrus reticulata*

Família

*Rutaceae*

**Indicação referida pelos agricultores:** usada no tratamento da gripe, dor de cabeça, resfriado; dor de barriga e como calmante.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:**

hesperidina é um importante flavonoide encontrado nos citros, e possui significativo efeito analgésico e anti-inflamatório (GALATI, 1994). Seu óleo essencial possui atividade larvicida contra *Aedes aegypti* (SUTTHANONT et al., 2010). Possui quantidade de fibra alimentar significativa na casca, assim como ação para a prevenção de doenças cardiovasculares e outras associadas com a oxidação lipídica (RINCON et al., 2005).

**BOLDO**

Foto: Teila Ceolin



Nome científico

*Plectranthus barbatus*

Família

Lamiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizado para no tratamento da dor de estômago e cólica menstrual. É tóxico.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** a atividade hipossecretora faz diminuir o volume e a acidez da secreção gástrica sendo, por isso é indicado para o tratamento da gastrite, dispepsia, azia, mal-estar gástrico (estômago “embrulhado”), ressaca e, em pequenas doses, como amargo estimulante da digestão (MATOS, 2002).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** o chá é preparado frio, com as folhas adultas, usando-se 4 a 6 g das folhas frescas, ou 1 a 3 g de folhas secas, em uma xícara de água (MATOS, 2002).

**BOLDO**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Plectranthus grandis*

Família

Lamiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizado no tratamento da dor de estômago.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui efeito gastroprotetor, reduzindo as lesões gástricas (RODRIGUES et al., 2010).

**BOLDO-DO-CHILE**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Peumus boldus*

Família

Monimiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para tratar dor de estômago.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** estomáquico e colerético, útil no tratamento de distúrbios gástricos e hepáticos, inclusive na colelitíase (pedra na vesícula). Tem ainda ação antiespasmódica e estimulante das secreções gástricas. Seu uso em altas doses ou prolongado durante meses pode ocasionar fenômenos tóxicos com perturbações visuais e auditivas (MATOS, 2002).

Este boldo é uma planta do Chile, não sendo possível seu cultivo no Brasil devido às exigências da planta quanto ao fotoperíodo, mas suas folhas secas são comercializadas no Brasil.

**BOLDO-DA-FOLHA-MIÚDA**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Plectranthus neochilus*

Família

Lamiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento da dor de estômago.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** até o momento não há estudos farmacológicos publicados que comprovem sua eficácia e segurança.

**CAMOMILA (maçanilha)**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

Família

*Chamomilla recutita*

Asteraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento da dor de estômago e cólica de bebê, problemas no fígado e no estômago e para lavar os olhos. Utilizada como calmante. Moças não podem tomar, pois prejudica o útero. Tem efeito abortivo.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui propriedade ansiolítica, sedativa e imunoestimulante, sendo também utilizada para promover a cicatrização da pele e como antivirótico no tratamento da herpes (LORENZI; MATOS, 2008), possuindo ainda ação anti-inflamatória e carminativa (SIMÕES et al., 2007). Útil no tratamento da tosse, bronquite, inflamações da pele, da boca, da faringe e do trato gastrointestinal. Excelente auxiliar na digestão, usado nos casos de cólicas e flatulências em todas as idades (MATOS, 2002).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** Compressas feitas com o chá morno, aplicadas sobre o ventre, podem ser usadas para aliviar as cólicas em bebês. Podem ainda ser aplicadas no rosto, como anti-inflamatório da pele, nos casos de acne e queimaduras do sol. Para o preparo da infusão utiliza-se 4 a 6 g de flores secas (MATOS, 2002).

**CAMOMILA (maçanilha)**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Chrysanthemum cinerariifolium*

Família

Asteraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento da dor de estômago e cólica de bebê, problemas no fígado e no estômago e para lavar os olhos. Utilizada como calmante. Moças não podem tomar, pois prejudica o útero. Tem efeito abortivo.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** até o momento não há estudos farmacológicos publicados que comprovem sua eficácia e segurança.

**CAPIM-CIDRÃO (cidreira, cidrão, capim-cidreira, erva-cidreira)**

Foto: Teila Ceolin



Nome científico

Família

*Cymbopogon citratus*

Poaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** Utilizado devido ao efeito calmante, para baixar a pressão arterial sistêmica (PAS) e como relaxante para dormir. Misturar ao chimarrão devido ao sabor.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** um estudo realizado em ratos mostrou que a decoção das folhas têm efeito hipotensor, diurético e anti-inflamatório (CARBAJAL et al., 1989). Tem efeito sedativo leve e espasmolítico. Pode ser usado no alívio de cólicas uterinas e intestinais, bem como no tratamento do nervosismo e estados de intranquilidade (MATOS, 2002). Pode ser abortivo em doses elevadas (ALMASSY JÚNIOR, et al., 2005).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** Toma-se o chá (infusão) recém-preparado com 5 a 6 g de folhas, de preferência frescas, ou então 1 a 3 g de folhas secas (MATOS, 2002).

**CARQUEJA (capoeira branca ou carqueja-branca)**

Foto: Gustavo Heiden



Foto: Walter Fagundes Rodrigues



Nome científico

*Baccharis trimera*

Família

Asteraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** Usada no tratamento de dor de estômago, diarreia, problemas digestivos, diabetes e colesterol. Auxilia no emagrecimento e na eliminação de gases.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui atividade hipoglicêmica, analgésica, antiulcerativa, anti-inflamatória (OLIVEIRA et al., 2005) e dispéptica (distúrbios da digestão) (BRASIL, 2010).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** realiza-se infusão com as partes aéreas 2,5 g (2,5 colheres de chá) em 150 mL. Utilizar uma xícara de chá duas a três vezes ao dia (BRASIL, 2010).

Não utilizar em grávidas, pois pode promover contrações uterinas. Evitar o uso concomitante com medicamentos para hipertensão e diabetes. O uso pode causar hipotensão (queda da pressão) (BRASIL, 2010).

**CARQUEJA (carqueja-preta)**

Foto: Gustavo Heiden



Nome científico

*Baccharis articulata*

Família

Asteraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento da dor de estômago e para eliminação de gases.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui atividade anticolesterolêmica, anti-hepatotóxica, antioxidante, anti-inflamatória, antifúngica e antibiótica (SILVA JÚNIOR., 2006).

**CATINGA-DE-MULATA (palma ou palminha)**

Fotos: Teia Ceolin



Nome científico

*Tanacetum vulgare*

Família

Asteraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** usada para tratar sintomas de desconforto estomacal e do aparelho digestivo e para cicatrização de feridas.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** os extratos das partes aéreas apresentam atividade antioxidante, auxiliando na cicatrização de feridas, no tratamento da artrite reumática e outras condições inflamatórias (JUAN-BADATURUGE et al., 2009).

**CHUCHU**

Fotos Teila Ceolin



Nome científico

*Sechium edule*

Família

Cucurbitaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para baixar a pressão arterial sistêmica (PAS) e no tratamento da infecção de garganta (mas tem que ser usado no início dos sintomas).

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui propriedade hipotensora, mas ainda não foi determinada a natureza do princípio ativo responsável por esse efeito (BOORHEM et al., 1999), entretanto suspeita-se que seja pelo seu elevado teor de potássio (LORENZI; MATOS, 2008).

**FUNCHO**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Foeniculum vulgare*

Família

Apiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** usado para tratar gases e cólicas em bebês, para dor de estômago e aliviar o desconforto da barriga inchada.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** em um estudo realizado com 93 crianças amamentadas que apresentavam cólicas, relatou-se que, após uma semana de tratamento com extratos à base de *Chamomilla recutita* (camomila), *Foeniculum vulgare* (funcho) e *Melissa officinalis* (melissa), houve redução significativa nas cólicas, avaliada pela redução no tempo de choro (SAVINO et al., 2005). Possui efeito carminativo, antiespasmódico e expectorante (SIMÕES et al., 2007), galactagogo, reduz das cólicas menstruais (LORENZI; MATOS, 2008).

## HORTELÃ

Fotos: Teia Ceolin



Nome científico

*Mentha x piperita*

Família

Lamiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada para o tratamento de dores de cabeça.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** aumenta a secreção gástrica e estimula a vesícula. Tem ação local antialérgica e antimicrobiana para fungos e alguns vírus (MATOS, 2002).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** As folhas podem ser usadas frescas ou secas, na forma de chá, tintura ou como inalante. Prepara-se o chá (infusão) com 4 a 6 g de folhas frescas em 150 ml de água. A tintura com 20 g das folhas secas ou 60 g das folhas frescas (alcoolutura) em 100 ml de álcool. Como descongestionante nasal deve ser inalado. Para eliminação de gases do aparelho digestivo ou como sedativo do estômago contra náuseas e vômitos, toma-se duas a três xícaras do chá ao dia, preferencialmente gelado. Para uso local em coceiras, irritação da pele e dores de cabeça, fazer compressa e/ou massagens leves com o chá ou a tintura nos locais afetados. Não deixar cair nos olhos (MATOS, 2002).

## LARANJEIRA

Foto: Teila Ceolin



Foto: Rosa Lía Barbieri



Nome científico	Família
<i>Citrus sinensis</i>	Rutaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento de resfriado, gripe, feridas, tosse presa, dor de barriga, labirintite, dor de cabeça, ara melhorar a circulação do cérebro, para reumatismo; compõe o elixir para frieira; possui efeito calmante e auxilia no bom funcionamento do intestino.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** atua na redução de edema de pele (GARCÍA MESA et al., 2008). Possui atividades biológicas, incluindo propriedades anti-inflamatórias, anticarcinogênica e antiaterogênicas (LI; LO; HO, 2006).

**LIMEIRA ou LIMA-DE-UMBIGO**

Foto: Rosa Lía Barbieri



Nome científico

*Citrus limon*

Família

Rutaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada para tratar problemas renais, baixar a febre e para gripe. Aumenta produção de leite durante a amamentação. Se a gestante consumir a fruta, as crianças ficam mais inteligentes. Utilizada para tratar febre (hipertermia) em bebês.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** o extrato da casca de lima apresenta atividade antifúngica sobre as leveduras *Candida albicans*, *C. tropicalis*, *C. stellatoidea* e *C. Krusei* (ARAÚJO et al., 2005).

## LIMOEIRO

Fotos: Rosa Líia Barbieri



Nome científico

*Citrus limon* e *Citrus aurantifolia*

Família

Rutaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento da tosse seca, anemia, gripe, resfriado. Melhora a circulação, “afina” o sangue e evita derrame. Tomar o suco da fruta.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** o suco da fruta é rico em vitamina C. Por isso é importante fornecer vitamina C de forma abundante nos casos de doenças infecciosas, uma vez que sua utilização pelo organismo aumenta com a febre (FINTELMANN; WEISS, 2010). Os efeitos benéficos dos frutos na dieta podem ser atribuídos, não só a vitamina C, minerais, fibras alimentares, óleos essenciais, ácidos orgânicos e carotenoides, mas também à atividade antioxidante de seus flavonoides. A vitamina C, por meio de suas propriedades antioxidantes, também pode ajudar a prevenir o câncer (GONZALEZ-MOLINA et al., 2010).

O extrato da casca apresenta atividade antifúngica sobre as leveduras *Candida albicans*, *C. tropicalis*, *C. stellatoidea* e *C. Krusei* (ARAÚJO et al., 2005).

## LOURO

Foto: Teija Ceolin



Foto: Teija Ceolin



Foto: Rosa Lía Barbieri



Nome científico

*Laurus nobilis*

Família

Lauraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para tratar dor no estômago e má digestão. Colocar no chimarrão ou usar como tempero.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** suas sementes possuem atividade antiulcerativa (AFIFI et al., 1997). Possui ação antioxidante, devido à presença de flavonoides, catequinas e outros compostos fenólicos (MORAIS et al., 2009).

**MALVA**

Foto: Teila Ceolin



Nome científico

*Malva parviflora*

Família

Malvaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada para o tratamento de infecção, dor de garganta, gengivite, feridas e como antibiótico. Moças não podem tomar, pois prejudica o útero e é abortiva. É tóxica quando as folhas têm manchas amarelas.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** na análise de folhas e raízes foi evidenciada atividade antimicrobiana (inibindo o crescimento de bactérias gram-positivas) e anti-inflamatória (SHALE; STIRK; STADEN, 2005). Indicada para tratamento de infecções respiratórias, principalmente bronquite (CÁCERES, 1996).

**MALVA**

Foto: Walter Fagundes Rodrigues



Foto: Teila Ceolin



Nome científico

*Malva sylvestris*

Família

Malvaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada para o tratamento de infecção, dor de garganta, gengivite, tratamento de feridas e como antibiótico. Moças não podem tomar, pois prejudica o útero e é abortiva.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui atividade antibacteriana, anti-inflamatória, efeito cicatrizante em feridas e potenciais nutracêuticos (propriedade antioxidante nas folhas) (PIRBALOUTI et al., 2010). Essa planta é ativa contra *Escherichia coli*, *Pseudomonas aeruginosa* e *Bacillus subtilis* (BARROS, CARVALHO, FERREIRA, 2010).

**MALVA-CHEIROSA**

Fotos: Caroline Vasconcellos Lopes



Nome científico

*Pelargonium odoratissimum*

Família

Geraniaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** para o tratamento de inflamação vaginal, dor e para lavar feridas.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** até o momento não há estudos farmacológicos publicados que comprovem sua eficácia e segurança.

**MARCELA (macela)**

Foto: Teila Ceolin



Nome científico

*Achyrocline satureioides*

Família

Asteraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** auxilia na digestão. Usada no tratamento da dor de estômago, dor de cabeça, cólica intestinal e dor de garganta.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui efeito analgésico, anti-inflamatório, relaxante muscular externo e interno (músculos gastrointestinais) (SIMÕES et al., 2007). Utilizada para tratar má digestão, cólicas intestinais e como sedativo leve (BRASIL, 2010).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** preparar infusão com 1,5 g (1/2 colher de sopa) de flores em 150 mL de água. Utilizar uma xícara de chá quatro vezes ao dia (BRASIL, 2010).

**MELHORAL**

Fotos: Teila Ceolin



Nome científico

*Salvia microphylla*

Família

Lamiaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizado para tratar dores e cefaleia.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** possui atividade antimicrobiana (AYDOGMUS; YESILYURT; TOPCU, 2006).

## MURTA

Foto: Walter Fagundes Rodrigues



Foto: Walter Fagundes Rodrigues

Foto: Teila Ceolin



Nome científico

*Blepharocalyx salicifolius*

Família

Myrtaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** utilizada para baixar e regular a pressão arterial sistêmica (PAS), no tratamento de problemas cardíacos e para emagrecer. Colocar no chimarrão.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** A infusão das folhas mostra significativa atividade antibacteriana contra bactérias gram-positivas e gram-negativas, sendo que infusões de folhas secas mostraram maior atividade contra a *Escherichia coli* (LIMBERGER et al., 2001).

## PITANGUEIRA

Foto: Rosa Líia Barbieri



Nome científico

*Eugenia uniflora*

Família

Myrtaceae

**Indicação referida pelos agricultores:** usada no tratamento da diarreia, dores, dor de barriga.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** efeito hipotérmico (AMORIM, et al. 2009). Utilizada para o tratamento de diarreia não infecciosa (BRASIL, 2010).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** preparar infusão com 3 g (uma colher de sopa) de folhas em 150 mL. Tomar 30 mL após a evacuação no máximo dez vezes ao dia (BRASIL, 2010).

## PIXIRICA

Foto: Teila Ceolin



Foto: Walter Fagundes Rodrigues



Foto: Walter Fagundes Rodrigues



Nome científico

*Leandra australis*

Família

Melastomataceae

**Indicação referida pelos agricultores:** auxilia no funcionamento dos rins, usada como emagrecedor. Utilizada no tratamento do diabetes, colesterol, problemas urinários e renais.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** até o momento não há estudos farmacológicos publicados que comprovem a eficácia e segurança da planta citada.

**ROMÃZEIRO**

Foto: Rosa Lía Barbieri



Foto: Teila Ceolin



Nome científico

*Punica granatum*

Família

Lythraceae

**Indicação referida pelos agricultores:** usado no tratamento de diarreia, cólicas e dor de barriga.

**Indicação de acordo com estudos farmacológicos:** a casca do caule e da raiz é vermífuga para tênia do homem (solitária) e dos animais, especialmente gatos. Elimina o caramujo transmissor da esquistossomose nos reservatórios de água contaminada. A casca do fruto tem atividade adstringente, antimicrobiana, frente ao *Staphylococcus* e antiviral para o vírus do herpes genital. Emprega-se para dores de garganta, rouquidão, inflamação da boca e no tratamento local nas crises de herpes (MATOS, 2002).

**Modo de uso de acordo com a literatura:** casca do caule e da raiz – como vermífugo para solitária emprega-se o cozimento preparado com 40 a 60 g das cascas do caule ou das raízes em um copo de água, que deve ser dividido em três porções que são bebidas no mesmo dia. No dia seguinte

deve ser tomado um laxante para expulsar os vermes mortos (MATOS, 2002).

Casca do fruto – pode ser usada em pequenos pedaços que são chupados lentamente ou, na forma de gargarejo ou bochecho feitos com o cozimento preparado com 10 g em um copo d'água. O mesmo cozimento pode ser usado para tratamento local da herpes genital, na forma de lavagens, compressas ou de creme (MATOS, 2002).

## 4. Considerações Finais

O levantamento das plantas medicinais realizado nesta pesquisa permitiu resgatar o conhecimento popular em relação à diversidade de espécies utilizadas no cuidado à saúde pelas famílias de agricultores ecológicos, conhecendo seus hábitos culturais em relação ao uso.

A construção do conhecimento relacionado às plantas medicinais pelas famílias de agricultores é predominantemente oral, realizada através do convívio diário entre seus membros, propiciando a transmissão de informações, crenças e valores, compartilhada também com os demais membros da comunidade na qual estão inseridos.

O uso das plantas medicinais faz parte das práticas de cuidado à saúde, tanto das famílias dos agricultores pesquisados, quanto da comunidade na qual estão inseridos. A transmissão deste saber, através das gerações familiares, faz com que ocorra a propagação, evitando a perda desta informação entre os membros da família, e o grupo social, pela rede de conhecimento. Esta prática significa para as famílias a realização da promoção da saúde e a manutenção da qualidade de vida, por meio de cuidados à saúde, que tragam o mínimo de agressão ao organismo do indivíduo.

Ao utilizar uma planta medicinal, é necessário saber identificá-la, conhecer sua composição química, contraindicações, dosagem adequada, via correta de administração e o horário em que a planta foi colhida, os quais podem interferir no princípio ativo e

consequentemente no efeito esperado.

Devido à diversidade cultural e da flora existentes em nosso país, é importante salientar a necessidade de estudos sobre as práticas de cuidados populares, enfatizando o conhecimento sobre as plantas medicinais, assim como de ampliação de pesquisas relacionadas aos efeitos farmacológicos e fitoquímicos das plantas utilizadas pela população.

Adicionalmente, o cultivo de plantas bioativas, incluindo espécies com potencial uso medicinal, condimentar e aromático pode constituir uma nova alternativa para a diversificação da matriz produtiva da agricultura familiar do Sul do Brasil, o que certamente demandará esforço das instituições de Ciência e Tecnologia para a geração de conhecimentos e tecnologias para os sistemas de produção e para o processamento dessas matérias-primas.

## 5. Glossário de Termos

**Adstringente:** produto que contrai, estreita, reduz, produz constrição, união, ligação; que contrai os tecidos e vasos sanguíneos, diminuindo a secreção das mucosas; contrai ou recobre os tecidos orgânicos, diminuindo as secreções ou formando camada protetora; contraem os tecidos, combatendo diversas moléstias inflamatórias da boca, garganta, intestinos, órgãos genitais; provoca contração das mucosas, dos vasos e dos tecidos.

**Alcoolatura:** são preparações líquidas obtidas deixando-se a planta fresca ou seca em contato com misturas variáveis de água e álcool, à temperatura ambiente. As alcoolaturas podem ser utilizadas dissolvendo-se determinado número de gotas em água para a ingestão, geralmente antes das refeições. É comum utilizá-las também, externamente, para fricções e compressas.

**Ansiolítico:** efeito sedativo, diminuição da ansiedade.

**Antiaterogênico:** que inibe a agregação plaquetária.

**Anticarcinogênico:** que auxilia na prevenção do câncer.

**Anticolesterolêmico:** que reduz o colesterol do sangue.

**Antifúngico:** utilizada para o tratamento e prevenção de fungos.

**Anti-hepatotóxico:** impede a ação tóxica de determinadas substâncias sobre o fígado.

**Anti-inflamatório:** que combate a inflamação.

**Antimicrobiano:** que combate microrganismos que causam doenças (bactérias, fungos e vírus).

**Antioxidante:** conjunto heterogêneo de substâncias formadas por vitaminas, minerais, pigmentos naturais e outros compostos vegetais e, ainda, enzimas, que bloqueiam o efeito danoso dos radicais livres. Impede a oxidação de outras substâncias químicas que são produzidas nas reações metabólicas ou por fatores exógenos como as radiações ionizantes. Alguns antioxidantes são produzidos por nosso próprio corpo e outros – como as vitaminas C, E e o betacaroteno – são ingeridos.

**Carminativo:** que provoca a eliminação de gases do aparelho digestivo.

**Colerético:** que estimula a secreção da bile pelas células hepáticas.

**Compressa:** pedaço de pano ou de gaze embebido em uma infusão ou decocção concentrada e aplicada sobre o local desejado.

**Decocção:** ação de ferver plantas num líquido a fim de extrair os princípios ativos. O mesmo que cozimento. É usada para folhas duras, cascas, sementes e raízes. Coloca-se a planta na água fria e ferve-se entre 5 e 15 minutos, dependendo da consistência de cada planta. Após o cozimento deixa-se em repouso de 10 a 15 minutos.

**Dispéptico:** que alivia distúrbios da digestão.

**Galactagogo:** que favorece a secreção do leite.

**Hemostático:** que é capaz de interromper uma hemorragia.

**Hipoglicêmico:** que provoca a diminuição da glicose (açúcar) no sangue.

**Hipotensão:** queda da pressão arterial sistêmica.

**Hipotensor:** que causa diminuição da pressão arterial sistêmica.

**Hipotérmico:** que auxilia na diminuição da febre.

**Imunoestimulante:** que aumenta a resistência do corpo contra infecções.

**Infusão:** chá preparado com folhas macias e flores. Neste processo adiciona-se água fervente sobre as partes da planta, em um recipiente, o qual permanece tampado em repouso por 10 a 15 minutos. Para plantas amargas a infusão é feita com água fria.

**Maceração:** colocação de uma planta amassada ou picada, em água fria durante 10 a 24 horas, dependendo da parte utilizada. Folhas, sementes e partes tenras ficam de 10 a 12 horas. Talos, cascas e raízes duras, de 22 a 24 horas. Após o tempo determinado, coa-se.

**Óleo aromático:** obtido a partir da colocação de uma planta no óleo (de oliva, de amêndoas, de semente de uva ou mineral) em frasco de vidro e deixar em fazer banho-maria por 30 minutos ou colocar ao sol por sete dias. Depois coar, guardar em vidros e etiquetar.

**Sedativo:** que possui efeito calmante.

**Tintura:** preparação por maceração ou perlocação (a droga vegetal é moída e colocada em um recipiente cônico ou cilíndrico – perlocador – de vidro ou de metal) com álcool de cereais. Em geral deixam-se as partes vegetais frescas ou secas, grosseiramente trituradas, mergulhadas em álcool durante oito a dez dias. Após, a mistura é coada e guardada em recipiente protegido da luz e do ar. É o mesmo que elixir.

## 6. Índice de Nomes Científicos

<i>Achyrocline satureioides</i>	48
<i>Aloe arborescens</i>	21
<i>Aloe saponaria</i>	25
<i>Aloe vera</i>	23
<i>Baccharis articulata</i>	36
<i>Baccharis trimera</i>	35
<i>Blepharocalyx salicifolius</i>	50
<i>Chamomilla recutita</i>	31
<i>Chrysanthemum cinerariifolium</i>	33
<i>Citrus limon</i>	42
<i>Citrus reticulata</i>	26
<i>Citrus sinensis</i>	41
<i>Citrus aurantifolia</i>	43
<i>Cymbopogon citratus</i>	34
<i>Eugenia uniflora</i>	51
<i>Foeniculum vulgare</i>	39
<i>Laurus nobilis</i>	44
<i>Leandra australis</i>	52
<i>Malva parviflora</i>	45
<i>Malva sylvestris</i>	46
<i>Mentha x piperita</i>	40
<i>Pelargonium odoratissimum</i>	47
<i>Peumus boldus</i>	29
<i>Plectranthus barbatus</i>	27
<i>Plectranthus grandis</i>	28
<i>Plectranthus neochilus</i>	30
<i>Punica granatum</i>	53
<i>Rosmarinus officinalis</i>	19
<i>Salvia microphylla</i>	49
<i>Sechium edule</i>	38
<i>Tanacetum vulgare</i>	37

## 7. Referências

AFIFI, F. U. et al. Evaluation of the gastroprotective effect of *Laurus nobilis* seeds on ethanol induced gastric ulcer in rats. **Journal of Ethnopharmacology**, Lausanne, v. 58, n. 1, p. 9-14, 1997.

ALMASSY JÚNIOR, A. A., et al. **Folhas de chá: plantas medicinais na terapêutica humana**. Viçosa: UFV, 2005. 233p.

AMORIM, A. C. L. et al. Antinociceptive and hypothermic evaluation of the leaf essential oil and isolated terpenoids from *Eugenia uniflora* L. (Brazilian Pitanga). **Phytomedicine: international journal of phytotherapie and phytopharmacology**, Jena, v.16, p.923-928, 2009.

ARAÚJO, C. R. F. et al. Efeito antifúngico in vitro do *Citrus limon* linn. sobre *Candidas*. **Revista Brasileira de Odontologia**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 3/4, p. 227-229, 2005.

AYDOGMUŞ, Z.; YESILYURT, V.; TOPCU, G. Constituents of *Salvia microphylla*. **Journal of Asian Natural Products Research**, v. 20, n.8, p. 775- 781, 2006.

BARROS, L.; CARVALHO, A. M.; FERREIRA, I. C. Leaves, flowers, immature fruits and leafy flowered stems of *Malva sylvestris*: a comparative study of the nutraceutical potential and composition. **Food and Chemical Toxicology**, Oxford, v. 48, n. 6, p. 1466-72, 2010.

BOORHEM, R.L. et al. **Segredos e virtudes das plantas**

**medicinais.** Rio de Janeiro: Reader 's Digest Brasil, 1999.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Resolução RDC nº 48, de 16 de março de 2004. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 18 mar. 2004. Disponível em: <<http://e-legis.anvisa.gov.br/leisref/public/showAct.php?id=10230>>. Acesso em: 26 nov. 2008.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Resolução - RDC nº 10, de 9 de março de 2010. Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Poder Executivo, Brasília, DF, 10 mar. 2010. Seção 1, p. 52-59. Disponível em: <<http://www.in.gov.br/imprensa/visualiza/index.jsp?data=10/03/2010&jornal=1&pagina=52&totalArquivos=96>>. Acesso em: 01 nov. 2010.

BRASIL. Ministério da Agricultura. **Agricultura familiar e mercado.** [Brasília: Secretaria de Agricultura Familiar], 2005. Disponível em: <<http://www.mda.gov.br/saf/index.php?sccid=353>>. Acesso em: 09 jan. 2009.

CÁCERES, A. **Plantas de uso medicinal em Guatemala.** Guatemala: Ed. Universitária, Universidad de San Carlos, 1996. 402p.

CAPORAL, F. R.; COSTABEBER, J. A. Agroecologia: conceitos e princípios para a construção de estilos de agriculturas sustentáveis **Planeta orgânico**, 2004. Disponível em: <<http://>

[www.planetaorganico.com.br/trabCaporalCostabeber.htm](http://www.planetaorganico.com.br/trabCaporalCostabeber.htm) > .  
Acesso em: 26 jan. 2009.

CARBAJAL, D. et al. Pharmacological study of *Cymbopogon citratus* leaves. **Journal of Ethnopharmacology**, Lausanne, v. 25, n.1, p. 103-07, 1989.

CARRICONDE, C. et al. **Plantas medicinais & plantas alimentícias**. Olinda: Centro Nordeste de Medicina Popular, 1995.

COSTABEBER, J. A.; CAPORAL, F. R. Possibilidades e alternativas do desenvolvimento rural sustentável. In: VELA, H. A. G. (Org.). **Agricultura familiar e desenvolvimento rural sustentável no Mercosul**. Santa Maria: Editora da UFSM/Pallotti, 2003. p.157-194.

FINTELMANN, V. F.; WEISS, R. F. **Manual de fitoterapia**. 11. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010. 526p.

GALATI, E. M. Biological effects of hesperidin, a citrus flavonoid (note I): antiinflammatory and analgesic activity. **Farmaco**, v.40, n.11, p.709-12, 1994.

GARCÍA MESA, M., et al. Acción antiedemagénica de los extractos de corteza del fruto de *Citrus sinensis* L. y *Citrus aurantiun* L. en modelo de hiperpermeabilidad vascular en ratas. **Revista Cubana de Plantas Medicinales**, v. 13, n.4, 2008.

GONZALEZ-MOLINA, E. et al. Natural bioactive compounds of *Citrus limon* for food and health. **Journal of Pharmaceutical and Biomedical Analysis**, Amsterdam, v. 51, n. 2, p. 327-45, 2010.

HU, Y.; XU, J.; HU, Q. Evaluation of antioxidant potential of *Aloe vera* (*Aloe barbadensis* Miller) extracts. **Journal of Agricultural and Food Chemistry**, Easton, v. 51, n. 26, p. 7788-91, 2003.

JUAN-BADATURUGE, M. et al. Antioxidant principles of *Tanacetum vulgare* L. aerial parts. **Natural Product Communications**, v.4, n.11, p.1561-1564, 2009.

LARIONOVA, M.; MENÉNDEZ, R.; VALIENTE, O. **Estudio fitoquímico comparativo de los extractos de *Aloe barbadensis* Mill y *Aloe arborescens* Mill**. La Habana: FAR, 1990.

LI, S.; LO, C. Y.; HO, C. T. Hydroxylated polymethoxyflavones and methylated flavonoids in sweet orange (*Citrus sinensis*) peel. **Journal of Agricultural and Food Chemistry**, Easton, v. 54, p. 4176–4185, 2006.

LIMBERGER, R.P., et al. Atividades biológicas e composição do óleo essencial de folhas de *Blepharocalyx salicifolius*. **Pharmaceutical Biology**, Lisse, v. 39, p. 308-11, 2001.

LISSONI, P. et al. A randomized study of chemotherapy versus biochemotherapy with chemotherapy plus *Aloe arborescens* in patients with metastatic cancer. **In Vivo**, v. 23, n.1, p.171-5, 2009.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil - nativas e exóticas**. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum, 2008.

MATOS, F. J. A. **Farmácias vivas: sistema de utilização de plantas medicinais – projeto para pequenas comunidades**. 4.

ed. Fortaleza: Editora UFC, 2002.

MEIRELLES, L. **Agricultura ecológica e agricultura familiar**. [s. l.: s. n.], 2002. Disponível em: <[http://www.centroecologico.org.br/artigo\\_detalhe.php?id\\_artigo=10](http://www.centroecologico.org.br/artigo_detalhe.php?id_artigo=10)>. Acesso em: 02 fev. 2009.

MORAIS, S. M.. et al. Ação antioxidante de chás e condimentos de grande consumo no Brasil. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, São Paulo, n. 19, p. 315-320, 2009.

NEGRÃO, José. **Modelo do comportamento econômico da família rural africana**. [s. l.: s. n.], 2008. Disponível em: <[http://www.iid.org.mz/modelo\\_do\\_comportamento\\_economico\\_da\\_familia\\_rural\\_africana.pdf](http://www.iid.org.mz/modelo_do_comportamento_economico_da_familia_rural_africana.pdf)>. Acesso em: 26 jan. 2008.

OLIVEIRA, A.C. et al. Effect of the extracts and fractions of *Baccharis trimera* and *Syzygium cumini* on glycaemia of diabetic and non-diabetic mice. **Journal of Ethnopharmacology**, Lausanne, v. 102, n. 3, p. 465-69, 2005.

PIRBALOUTI, A. G. et al. Wound healing activity of *Malva sylvestris* and *Punica granatum* in alloxan-induced diabetic rats. **Acta poloniae pharmaceutica**, Warsaw, v. 67, n. 5, p. 511-6, 2010.

RINCON, A. M. et al. Composicion química y compuestos bioactivos de las harinas de cascaras de naranja (*Citrus sinensis*), mandarina (*Citrus reticulata*) y toronja (*Citrus paradisi*) cultivadas en Venezuela. **ALAN**, v.55, n.3, p.305-310, 2005.

RIVERO MARTÍNEZ, R. et al. Obtención y caracterización

preliminar de un extracto de *Aloe vera* L. con actividad antiviral. **Revista Cubana de Plantas Medicinales**, v. 7, n. 1, p. 32-8, 2002.

RODRIGUES, P. A. et al. **Gastroprotective effect of barbatusin and 3-beta-hydroxy-3-deoxibarbatusin, quinonoid diterpenes isolated from *Plectranthus grandis*, in ethanol-induced gastric lesions in mice.** **Journal of Ethnopharmacology**, Lausanne, v. 127, n. 3, p. 725-730, fev. 2010.

SAADA, H. N.; USSAMA, Z. S.; MAHDU, A. M. Effectiveness of *Aloe vera* on the antioxidant status of different tissues in irradiated rats. **Pharmazie**, v. 58, n. 12, p. 929-31, 2003.

SAMPEDRO, M. C. et al. Mannan from *Aloe saponaria* inhibits tumoral cell activation and proliferation. **International Journal of Immunopharmacology**, Oxford, v. 4, n. 3, p. 411-8, 2004.

SAVINO, F. et al. A randomized double-blind placebo-controlled trial of a standardized extract of *Matricariae recutita*, *Foeniculum vulgare* and *Melissa officinalis* (ColiMil) in the treatment of breastfed colicky infants. **Phytotherapy Research**, London, v. 19, n. 4, p. 335-40, 2005.

SCHIEDECK, G. Plantas bioativas. **Jornal da Ciência**, n. 3000, 20 abr. 2006. Disponível em: <<http://www.jornaldaciencia.org.br/Detailhe.jsp?id=36931>>. Acesso em: 11 jan. 2009.

SHALE, T. L.; STIRK, W. A.; STADEN, J. Van. Variation in antibacterial and anti-inflammatory activity of different growth forms of *Malva parviflora* and evidence for synergism of the anti-inflammatory compounds. **Journal of Ethnopharmacology**,

Lausanne, v.96, p.325-330, 2005.

SILVA JÚNIOR, A. A. **Essentia herba** – plantas bioativas. Florianópolis: Epagri, 2006, 533p. 2 v.

SIMÕES, C. M. O. et al. **Farmacognosia** – da planta ao medicamento. 6. ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS; Florianópolis: Editora da UFSC, 2007.

STUART, R. W. et al. Upregulation of phagocytosis and candidicidal activity of macrophages exposed to the immunostimulant, acemannan. **International Journal of Immunopharmacology**, Oxford, v. 19, n. 2, p. 75-82, 1997.

SUTTHANONT, N. et al. Chemical composition and larvicidal activity of edible plant-derived essential oils against the pyrethroid-susceptible and -resistant strains of *Aedes aegypti* (Diptera: Culicidae). **Journal of Vector Ecology**, Santa Ana, Calif., US, v. 35, n. 1, p.106-15, 2010.

WEST, D. P.; ZHU, Y. F. Evaluation of *Aloe Vera* gel gloves in treatment of dry skin associated with occupational exposure. **American Journal of Infection Control**, Saint Louis, Mo., US, v. 31, n. 1, p. 40-2, 2003.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO guidelines on safety monitoring of herbal medicines in pharmacovigilance systems**. Geneva: World Health Organization, 2004.

YAGI, A. et al. Antioxidant, free radical scavenging and anti-inflammatory effects of aloesin derivatives in *Aloe vera*. **Planta medica**, Stuttgart, v. 68, n. 11, p. 957-60. 2002.

YASUF, S.; AGUNU, A.; DIANA, M. The effect of *Aloe vera* – *A. Berger* (Liliaceae) on gastric acid secretion and acute gastric mucosa injury in rats. **Journal of Ethnopharmacology**, Lausanne, v. 93, n. 1, p. 33-7, 2004.

## **8. Leitura Recomendada**

**CEOLIN, T. Conhecimento sobre plantas medicinais entre agricultores de base ecológica da região Sul do Rio Grande do Sul. 2009. 109 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2009.**

## **Agradecimento**

Os autores agradecem ao CNPq pelo auxílio financeiro para a execução do trabalho.