

Universidade Federal de Santa Catarina
Centro de ciências da Educação
Colégio de Aplicação

PLANTAS MEDICINAIS



PESQUISAS DOS ALUNOS DO 6º ANO B

2016



“POMAR E HORTA CHEIRO VERDE”

6º ANO B

ENSINO FUNDAMENTAL





UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
COLÉGIO DE APLICAÇÃO

PROJETO:
“**POMAR E HORTA CHEIRO VERDE**”

6º ANO B
ENSINO FUNDAMENTAL

ALUNOS

Alexandre Hilleshein Veber Sabino da Cunha
Ana Carla Zilli
Ana Jussara Moreira dos Santos Ferreira
Ana Luiza Nunes
Arthur Ceccato do Amaral
Bernardo Henrique Camargo Z. Nunes
Caroliny Alves Leal
Cauã Dias Busnello
Dimitri Moros Scheibe
Gabriel Feltrin de Azevedo
Geovanna Barbosa
Higor Gomes Ferreira
Iana Sol Ferreira da Cunha
Igor Ribeiro Martins
Isis Pereira Rodrigues
Julia Victoria de Matos
Lucas Ferreira Sarda da Conceição
Lucas Martins Machado de Souza
Luiza Sebrão
Mariahna Vieira Frassetto de Campos
Nicolas dos Santos Pinheiro
Ruan Martins Ferreira
Tais Webler da Silva

PROFESSORES

Alberto Vinicius Casimiro Onofre
Maria Elza de Oliveira Lima
Mariana Luz Pessoa de Barros

FLORIANÓPOLIS
OUTUBRO 2016

ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| ARTEMISIA | 2 |
| <i>Arthur Ceccato do Amaral e Higor Gomes Ferreira</i> | |
| BABOSA..... | 3 |
| <i>Julia Victoria de Matos e Mariahna Vieira Frassetto de Campos</i> | |
| CAMOMILA..... | 5 |
| <i>Lucas Ferreira Sarda da Conceição e Luiza Sebrão</i> | |
| ERVA BALEEIRA..... | 6 |
| <i>Bernardo Henrique Camargo Z. Nunes e Dimitri Moros Scheibe</i> | |
| ERVA SANTA..... | 7 |
| <i>Ana Luíza Nunes, Geovanna Barbosa e Ísis Pereira Rodrigues</i> | |
| ERVA DE SANTA MARIA | 9 |
| <i>Gabriel Feltrin de Azevedo e Ruan Martins Ferreira</i> | |
| GUACO | 10 |
| <i>Ana Jussara Moreira dos Santos Ferreira e Caroliny Alves Leal</i> | |
| GUINÉ..... | 12 |
| <i>Tais Webler da Silva</i> | |
| GUINÉ..... | 13 |
| <i>Alexandre Hilleshein Veber Sabino da Cunha</i> | |
| JAMBU | 15 |
| <i>Lucas Martins Machado de Souza e Nicolas dos Santos Pinheiro</i> | |
| LOSNA | 16 |
| <i>Igor Ribeiro Martins</i> | |
| MÃO DE DEUS..... | 17 |
| <i>Ana Carla Zilli e Iana Sol Ferreira da Cunha</i> | |
| PERIQUITO | 18 |
| <i>Cauã Dias Busnello</i> | |
| ÍNDICE AUTORES..... | 19 |

ARTEMISIA

Arthur Ceccato do Amaral e Higor Gomes Ferreira



Nome científico

Artemisia vulgaris L

Da mesma família do girassol e da camomila, a Artemisia é conhecida pelas suas propriedades medicinais desde a Idade Média. Alguns conhecem a Artemisia pelo seu tratamento para dores de cabeça e outros para artrite.

Propriedades

As principais propriedades terapêuticas e medicinais são: antianêmica, anti-inflamatória, antiepileptica, antimalárica, analgésico, cicatrizante, digestiva, de purgativa, estimulante, entre outras.

Suas propriedades digestivas a tornam indicada a auxiliar o tratamento de azia, gases, diarreia e indigestão. Os problemas respiratórios são, em geral, aliviados com o consumo da planta, especialmente a asma.

Benefícios

A Artemisia é popular entre as mulheres por ser uma excelente opção para aliviar dores ou tratar o aparelho genital, além de reduzir cólicas uterinas e abdominais. Ainda é eficaz ao combater os sintomas da tensão pré-menstrual, a temida TPM, e pode prevenir dores menstruais e o aparecimento do câncer de mama.

Receita: Chá de Artemisia

Ingredientes:

2 colheres da folha da planta

1 litro de água.

Modo de preparo:

Leve os ingredientes ao fogo, deixe ferver por 10 minutos, abafe e desligue.

Quando a temperatura estiver agradável, é só coar e adoçar.

Fonte

<https://beneficiosdasplantas.com.br/artemisia/>

Você sabia que...

O consumo da planta Artemisia é fortemente contra-indicado para mulheres em período de gestação ou lactação, pois possuem substâncias abortivas e componentes fortes que podem prejudicar o desenvolvimento do bebê?

A Artemisia também é conhecida pelos seguintes nomes: matricária, artemija, rainha das ervas, erva de São João, camomila do campo, losna, isopo-santo, losna brava, absinto, flor de São João, urtemige e erva de fogo?

BABOSA

Julia Victoria de Matos e Mariahna Vieira Frassetto de Campos

Nome científico

Aloe Vera



Propriedades

O uso desta planta é de longa tradição em várias partes do mundo, dado os seus muitos benefícios observados ao longo dos anos, inicialmente confirmados apenas pela experiência, mas hoje também por uma gama de pesquisas científicas.

Tanto o gel (para uso externo) que o sumo (para uso interno) são utilizados de suas folhas e a planta pode ser facilmente cultivada em casa. O gel é particularmente eficaz no tratamento tópico de queimaduras, escoriações, psoríase e outras doenças da pele, enquanto o suco é utilizado principalmente como imunomodulador, desintoxicante e para problemas gastrointestinais.

Benefícios

Fins medicinais: a babosa é uma planta utilizada para diversos fins medicinais há muitos anos. Muito utilizada para problemas relacionados com a pele (acne, psoríase, hanseníase, etc), encontram-se relatos do uso entre civilizações antigas como os egípcios, gregos e mesmo citações na Bíblia, deixando claro que era comum o uso desta planta na antiguidade.

23 Curiosidades sobre a Babosa

1. Ela é nativa da África.
2. Antigamente era usada como antídoto.
3. Foi transferida para a Europa, na antiguidade.
4. Era usada pelos gregos e romanos como cicatrizante.
5. O gel, que é bem refrescante, é usado desde os tempos antigos para curar queimaduras, feridas na pele, inflamações etc.
6. Se usar a folha inteira, tem um efeito purgativo.
7. Alguns países proíbem o uso interno da babosa, permitindo só o uso externo.
8. Partes usadas para fins medicinais: folhas e gel.
9. As folhas são grossas e pontudas, e possuem espinhos nas suas bordas. Pode aparacer manchas vermelhas nas plantas, mas é normal.
10. O gel tem efeito antibacteriano, mais precisamente anti-Staphylococcus aureus, a principal bactéria que acomete o organismo dos seres humanos.
11. A planta cresce cerca de 60 cm.
12. É uma planta que é sensível a períodos de geadas.
13. Não pode ser usada na gravidez.
14. Para plantar, ela gosta de solo arenoso, sem muito composto químico, e que tenha contato direto com o sol.
15. Ela deve ser regada no verão.
16. Ela se propaga através de folhas novas que nascem nas plantas adultas, ou seja, pode cortar uma folha nova da babosa e plantar que ela pega.

17. Se for plantar as sementes, o ideal é que elas sejam semeadas no início do verão.
18. Ela não gosta de lugar abafado, portanto se o tempo está frio, pode cultivar dentro de casa. Se estiver quente, deve deixar do lado de fora.
19. Na natureza, ela é achada em climas tropicais.
20. Pode ser colhida em qualquer época do ano.
21. Os principais componentes químicos encontrados na babosa são os glicosídeos, as cromonas, saponinas, antraquinonas, aloína, aloe-emodina, resinas etc.
22. Tem ação purgativa, cicatrizante, bactericida, fungicida, sedativa, vermífuga, tônica, estimula a produção de bile, etc.

Receita: Babosa para seus cabelos

1 – Esfoliante para o couro cabeludo

Ingredientes:

- 1 colher (sopa) de açúcar mascavo
- 2 colheres (sopa) de gel de babosa

Modo de preparo:

Misture bem os ingredientes em um recipiente.

Divida os cabelos em duas partes e aplique o creme em todo o couro cabeludo com movimentos circulares e suaves.

Coloque uma touca e deixe agir por 10 minutos.

Lave os fios como de costume e deixe secar naturalmente.

2 – Suco de babosa

Modo de preparo:

Com uma faca afiada, corte algumas folhas carnudas de babosa. É preciso cortar bem na base porém sem danificar as demais folhas que ficarão na planta.

Depois corte as laterais espinhosas da planta.

Lave cuidadosamente as folhas.

Retire a casca e pode desfazer-se dela, afinal não nos servirá para nada.

Fontes

<https://www.vegetall.com.br/babosa/curiosidades-sobre-a-babosa/>

<https://www.greenme.com.br/usos-beneficios/1881-tudo-sobre-a-babosa-beneficios-e-contraindicacoes>

<http://melhorcomsaude.com/prepare-o-suco-de-babosa-em-casa/>

<http://www.viverbemnaturalmente.com/2012/05/milagres-da-babosa.html>

<http://belezaesauade.com/receitas-babosa-pele-cabelos/>

Você sabia que...

A Babosa é nativa da África e que antigamente era usada como antídoto por vários povos?

A Babosa é muito usada em problemas na pele como acne, cravos, espinhas, psoríase, hanseníase, etc?

CAMOMILA

Lucas Ferreira Sarda da Conceição e Luiza Sebrão

Nome científico

Matricariarecutita



Propriedades

A camomila é rica em propriedades sedativas e calmantes.

Benefícios

O chá de camomila ajuda a diminuir a hiperatividade; a acalmar e a relaxar; a aliviar o estresse; no tratamento da ansiedade; no tratamento de problemas no estômago, a controlar a má digestão e a tratar as úlceras no estômago; a aliviar o enjôo; a aliviar cólicas menstruais; no tratamento de feridas e inflamações; a acalmar e remove as impurezas da pele.

Receita: Chá de camomila para acalmar e relaxar

Ingredientes:

2 colheres de chá de flores secas de Camomila

1 xícara de água

Modo de preparo:

Em 250 ml de água fervente adicionar as 2 colheres de chá.

Tapar, deixar repousar durante cerca de 10 minutos e coar antes de beber.

Este chá deve ser bebido 3 vezes por dia, e caso seja necessário pode ser adoçado com uma colher de chá de mel.

Além disso, para aumentar o efeito relaxante e sedativo deste chá pode ser adicionada uma colher de chá de erva-dos-gatos seca e de acordo com indicação do pediatra este chá pode ser usado por bebês e crianças para reduzir a febre, a ansiedade e o nervosismo.

Fontes

Benefícios do Chá de Camomila. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/beneficios-do-cha-de-camomila/>>
Acesso em: 05 out. de 2016

Camomila: Benefícios e propriedades medicinais. Disponível em:
<<http://www.plantasmedicinaisfitoterapia.com/camomila-matricaria-recutita.html>> Acesso em: 10 de out. de 2016

ERVA BALEEIRA

Bernardo Henrique Camargo Z. Nunes e Dimitri Moros Scheibe



Nome científico

Cordia verbenacea

A erva baleeira, com o nome científico de *Cordia verbenacea*, é uma planta de origem brasileira, encontrada primeiramente na Mata Atlântica. É um arbusto que pode atingir de 2 a 4 metros de altura, com folhas elípticas de até 20cm.

Propriedades

A erva baleeira contém uma substância química, conhecida como artemetina, que já foi observada por vários pesquisadores brasileiros. Estes constataram que, utilizada em pequenas quantidades, a artemetina apresenta uma ação anti-inflamatória significativa. Outros pesquisadores conseguiram observar um efeito analgésico em testes com ratos.

Receita: Chá de Erva Baleeira

Ingredientes:

3g de folhas secas de erva baleeira

150ml de água

Modo de preparo:

Ferva a água. Quando começar a borbulhar, desligue o fogo e junte a erva seca.

Mantenha tampado por 10 minutos.

Coe e reserve para usar ao longo do dia.

Se for necessário, dobre a receita.

Como usar:

Umedeça um pano limpo com o chá morno e coloque sobre a região afetada. Deixe a compressa esfriar sobre o local. Repita o procedimento 3 vezes por dia.

Fontes

http://www.rain-tree.com/cordia.htm#.V_1vymQrK01

<http://natural.enternauta.com.br/cha/cha-de-erva-baleeira/>

chabeneficios.com.br/erva-baleeira-beneficios-e-propriedades/

Você sabia que...

A erva-baleeira é usada por povos indígenas para tratar vários tipos de infecções, como artrite e reumatismo.

ERVA SANTA

Ana Luíza Nunes, Geovanna Barbosa e Ísis Pereira Rodrigues

Nome científico

Dysphania ambrosioides



A erva de santa é conhecida pelo nosso país por vários nomes, entre eles: mastruz, chá-do-méxico, ambrósia e erva formigueira. A planta da família das herbáceas é nativa do México e lá é utilizada como especiaria em sopas, cozidos, pizzas e pratos típicos. Para evitar o sabor muito intenso eles dão preferência a folhas mais jovens.

No Brasil o uso mais comum da erva de santa é em forma de infusão, apesar do consumo do chá ter diminuído na nossa população, devido ao medo dos efeitos colaterais da ingestão da planta que vão desde náuseas e dor de cabeça até convulsões e coma – isso quando ingerido em grandes quantidades.

A Erva Santa é pertencente a mesma família do espinafre. Para alguns, essa planta de cheiro forte e inconfundível é apenas uma planta invasora, mas para outros, essa espécie tem características medicinais importantes.

Propriedades

A Erva Santa é uma planta de caráter medicinal. É cicatrizante, anti-inflamatória e funciona como ativador de circulação, acelerando a regeneração muscular e reduzindo as manchas roxas (provocadas por confusões).

É utilizada para fins cicatrizantes, através da maceração das folhas junto com sal aplicada no local da ferida. Também, se adicionada ao leite, tem ações anti-helmínticas (combate aos vermes).

Benefícios

O consumo do chá da erva de santa é indicado nos tratamentos contra hemorróidas, tuberculose, vermes, angina, asma e úlceras no estômago. Por conter substâncias laxativas, o chá é recomendado também para pessoas que sofrem com prisão de ventre e gases.

Pessoas que praticam atividades físicas regularmente também devem inserir o chá na seu dia-a-dia, pois ele melhora a circulação e evita contusões e câimbras. A erva de santa contém propriedades que aceleram o processo de cicatrização e aliviam micoses. Usado de maneira externa, o chá ameniza a dor provocada por picada de insetos e combate parasitas como piolho e pulga.

Receita: Chá de Erva Santa

Ingredientes:

2 colheres de sopa da erva.

1 litro de água.

Modo de preparo:

Acrescente duas colheres das de sopa da planta em um litro de água.

Quando a água obter fervura, desligue.

Tampe e deixe a mistura abafada por mais ou menos 10 minutos.

Depois esse período, é só coar e tomar.

Beba de duas a três xícaras do chá de Erva Santa ao dia.

Tenha cuidado para a quantidade consumida, pois, em exagero, o chá de Erva Santa pode causar náuseas, dor de cabeça e convulsões.

Para o uso como vermífugo, é comum o preparo de uma infusão na proporção de 10 gramas da erva para cada litro de água, tomando-a em pequenos goles no decorrer do dia, e associando-a ao óleo de rícino, tomando uma colher depois do tratamento do chá de Erva Santa.

Para o tratamento da tuberculose, a recomendação é de 1 colher de sumo da erva em jejum.

Precauções:

É preciso cuidado com a dosagem ingerida, pois em altas doses é extremamente tóxica e pode até causar a morte, a planta também é considerada abortiva, não sendo indicada à gestantes, nem à crianças com menos de dois anos de idade. O uso interno deve ter orientação médica.

O ascaridol em doses elevadas pode causar cefaléia, taquicardia e parada cardíaca que pode até levar à morte. Os efeitos colaterais incluem vômito, irritação dos rins, náuseas, convulsões e até o coma. O óleo essencial dessa planta pode causar, desde náuseas até depressão do sistema nervoso, transtornos visuais e problemas cardíacos e respiratórios.

Fontes

<https://www.vegetall.com.br>

<http://www.plantasquecuram.com.br>

<https://www.greenme.com.br>

<http://www.vix.com/pt/bdm/medicina>

<https://hortaumlugarnatural.wordpress.com/2016/10/12/erva-santa/>

Você sabia que...

Podemos tomar ela com leite batida no liquidificador, muito bom para cura interna. Dizem que o sabor é agradável.

A planta Erva Santa é encontrada no sul do México, América Central e América do Sul. E já foi conhecida como “semente para vermes”, devido ao seu uso tradicional como um tratamento para parasitas intestinais.

ERVA DE SANTA MARIA

Gabriel Feltrin de Azevedo e Ruan Martins Ferreira

Nome científico

Chenopodium ambrosioides

Também conhecida como Mastruz, Chá-do-México, Ambrósia e Erva Formigueira.



Propriedades

O chá Erva de Santa Maria é usada principalmente para tratar hemorroidas, tuberculose, vermes, angina, asma e úlceras no estômago. Ela ajuda também as pessoas que tem o intestino trancado e aquelas que sofrem com muitos gases.

Benefícios

Um dos usos mais populares dessa erva em nosso país é como vermífugo, sendo a planta comum à diversas fórmulas de vermífugos, pois contém em sua composição o ascarídeo. Para esse fim, costumam fazer uma infusão na proporção de 10 gramas da planta para cada litro de água, tomando-a aos goles, durante o dia e associando-a ao óleo de rícino, tomando uma colher do óleo após o tratamento com o chá.

Receita

Essa planta pode ser usada principalmente como chá, mas também como alimento e bebida, como por exemplo: sopa de feijão preto com epazote e mastruz batida com leite.

Você sabia que...

Essa planta tem origem do México é uma erva aromática. Apesar de todos os seus benefícios você deve tomar muito CUIDADO na hora de usar, pois o consumo dessa planta é perigoso e só deve ser feito com acompanhamento médico. Não deve ser consumida por gestantes e crianças menores de dois anos. Os efeitos colaterais de mal uso são : dor de cabeça, aborto, problemas do coração, problemas respiratórios, entre outros.

GUACO

Ana Jussara Moreira dos Santos Ferreira e Caroliny Alves Leal

Nome científico

Mikania glamerata



Propriedades

Guaco ou Erva de Bruxa é um tipo de planta medicinal utilizado contra gripe, rouquidão, infecção na garganta, tosse, bronquite.

A planta é também conhecida como erva-de-serpentes, cipó-catinga ou erva-de-cobra.

O guaco sempre foi muito conhecido pelos índios brasileiros, que usavam a planta para combater o veneno das serpentes.

Benefícios

O Guaco é também muito conhecido no Brasil em função de suas propriedades medicinais.

Outro grande benefício do Guaco é o auxílio que fornece para quem deseja perder peso, já que suas propriedades sudoríferas aumentam a eliminação de líquidos do corpo, eliminando toxinas, bactérias e o líquido extra responsável por provocar inchaço.

As folhas aliviam os sintomas de reumatismo e varizes.

Basta esfregá-las nos locais doloridos.

Simple bochechos com guaco ajudam a evitar a cárie e a placa dental bacteriana.

Em algumas regiões, o macerado de guaco é aplicado sobre picadas de cobras e outros animais peçonhentos.

Os índios usam a planta com essa finalidade.

Receita

1 – Chá de Guaco

Ingredientes:

- 8 folhas de guaco
- 1 colher de sopa de mel
- 500 ml de água fervente.

Modo de preparo:

Para preparar este chá, basta adicionar as folhas de guaco à água fervente, tampar e deixar repousar durante aproximadamente 15 minutos.

Passado esse tempo, deve coar o chá e adicionar a colher de mel.

É recomendado beber 3 a 4 colheres deste chá por dia, até que sejam observadas.

2 – Xarope contra tosse

Ingredientes:

- 250 gramas de açúcar mascavo

- 1 litro de água
- 1 xícara (chá) de folhas frescas de guaco.

Modo de preparo:

Derreta o açúcar e acrescente a água e as folhas de guaco. Ferva até formar uma calda.

3 – *Chá para respirar bem*

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de água fervente
- 1 colher (sopa) de folhas de guaco picadas

Modo de preparo:

Coloque as folhas na água fervente. Abafe por 10 minutos e, em seguida, coe. Tome o chá duas vezes por dia.

Você sabia que...

Por que o chá e o xarope de guaco garantem respiração tranquila?

Os brônquios, canais que levam o ar aos pulmões, se dilatam.

O movimento dos cílios que revestem os canais respiratórios é acelerado. Isso ajuda o corpo a jogar o catarro para fora.

A tosse seca fica controlada.

A secreção que se acumula nos pulmões é dissolvida e eliminada.

GUINÉ

Tais Webler da Silva

Nome científico

Petivria Alicéa Lo



Propriedades

Analgésica, anti-inflamatório, agente antibacteriano e antiviral.

Benefícios

Indicado para dor da vista, cabeça, garganta, falta de memória, reumatismo, dor de dente.

Receita: Chá de Guiné

Ingredientes:

2 colheres de folhas

1 litro de água.

Modo de preparo:

Misture as folhas com a água e deixe ferver por 10 minutos, depois de fervido, coe e beba por duas vezes ao dia.

Você sabia que...

Que a Erva Guiné é uma planta tóxica que não deve ser ingerida regularmente por mais de duas semanas?

Motivo: ela pode provocar alteração no sistemas nervoso, insônia, apatia e alucinações.

GUINÉ

Alexandre Hilleshein Veber Sabino da Cunha

Nome científico

Petiveria tetrandra



Propriedades

Folhas alternas, patentes, curtamente pecioladas, oblongo-lanceoladas, acuminadas, integérrimas, mais ou menos ondeadas, de base cuneiforme estriada num peciolo canaliculado de cerca de 5 milímetros de comprimento, levemente membranáceas, com a nervura mediana proeminente na face inferior e as nervuras secundárias arqueadas, glabras em ambas as páginas, exceto na face superior das nervuras de cor verde escura na página superior e mais clara na inferior. Medem de 5 a 10 centímetros de comprimento por dois a seis centímetros de largura.

Duas estípulas, subuladas, pequeníssimas, caducas, frequentemente obsoletas.

Inflorescência terminal ou axilar em racemos que, devido à extrema certeza dos pedúnculos florais, simulam espigas delgadas, eretas, algumas vezes sub-ramosas na base, de dez a quinze centímetros de comprimento, afilas.

Raiz fusiforme, irregularmente ramificada de comprimento variável;

Habitat: Planta nativa das Américas, encontrada no sudeste dos Estados Unidos, a partir da Flórida, contornando o Golfo, na América Central incluindo o Caribe, e nas regiões tropicais da América do Sul.

No Brasil, encontra-se desde o Piauí até o Rio Grande do Sul. Existem também plantações introduzidas no Benim e na Nigéria, na costa ocidental da África.

Benefícios

Partes usadas: Raiz e folhas

Princípios ativos: Óleo essencial, Pitiverina, resina inerte, ácido resinoso, glicose.

Usada como estimulante na paralisia, sudorífera e alexífera. Em altas doses, é abortiva e, segundo alguns, provoca loucura quando de seu uso contínuo. Seu envenenamento é lento e, no período agudo, determina superexcitação, insônia e quase alucinação. Depois de poucos dias, sintomas opostos: indiferença, chegando a imbecilidade, fraqueza cerebral, pequenas convulsões depois tetaniformes, mudismo por paralisia da laringe e morte ao fim de um ano, dependendo da dose. Deve ser usada em doses regulares e não sucessivas no caso de paralisia. Era muito usada pelos negros como arma de vingança contra seus patrões, por isso o nome de "Amansa-senhor".

Contra picadas de insetos, colocam-se as folhas ou galhos imersos em álcool, até que seu sumo seja dissolvido. Aplica-se no local das picadas, imediatamente ao acontecerem. Para picadas de aranhas, é recomendado compresso.

Utilizada no tratamento de sarna. Colocam-se as raízes em molho no álcool, deixar por alguns dias até que as substâncias sejam liberadas no álcool. Aplicar o álcool sobre a área afetada. Pode ser usada em animais e humanos.

Receita: Chá de Guiné

Ingredientes:

2 colheres de sopa de folhas da erva guiné

1 litro de água.

Modo de preparo:

Coloque as 2 colheres de sopa de erva para um litro de água.

Quando a água alcançar fervura, desligue.

Tampe e deixe a solução abafada por cerca de 10 minutos. Em seguida, é só coar e beber.

Como beber:

Tomar de 2 a 3 xícaras ao dia.

Para reumatismo, banho externo.

Fontes

<https://pt.wikipedia.org/>

Irmandade Umbandista Luz de Aruanda.

Você sabia que...

É usada em rituais religiosos como a Umbanda e o Candomblé. A guiné é uma erva com largo uso dentro da Umbanda, é utilizada em sacudimentos residenciais pessoais e comerciais, em banhos, em vasos como proteção e também é muito utilizada pelos caboclos e pretos velhos em suas rezas e curas.

A guiné também é receitada, em casos onde haja muita necessidade de descarga energética, em banhos, que devem sempre ser tomados do pescoço para baixo, exceto quando a entidade de confiança ou um Zelador confiável receitam diferentes.

Esta erva também é muito empregada em defumações, com as mesmas propriedades do banho. A guiné é uma erva consagrada nos cultos afro-brasileiros ao Orixá Oxóssi e a Obaluayê e a origem da planta é africana. O banho de guiné tem a propriedade de transmutar energias negativas em positivas.

JAMBU

Lucas Martins Machado de Souza e Nicolas dos Santos Pinheiro

Nome científico

Acmella oleracea



Propriedades

Jambú, é uma erva típica da região norte do Brasil más precisamente no Pará, sendo originada da América do Sul. É comum também em Madagáscar e todo o sudoeste asiático em particular nas ilhas Mascarenhas. Também é conhecida como Agrião-do-Pará.

Benefícios

Planta cultivada no norte do Brasil onde é utilizada como tempero pronto da culinária amazônica principalmente para preparar o famoso molho-de-tucupi.

As folhas e inflorescência são empregadas na medicina caseira na região norte do Brasil para tratamento de males na boca e garganta além de tuberculose e litíase pulmonar.

As folhas e flores quando mastigadas dão uma sensação de formigamento nos lábios e na língua devido sua ação anestésica local sendo por isso usada para dor de dente como anestésico e como estimulante do apetite.

O chá das folhas e inflorescência é empregada também, contra anemia, escorbuto dispepsia e como estimulante da atividade estomáquica..

Receita

Pode-se preparar o Jambú da mesma maneira que se prepara a couve refogada. Cortando-a fininha e refogando-a no azeite com alho e sal a gosto de bacon cortado em cubinhos.

Fonte

<https://pt.wikipedia.org/wiki/Jambu>

Você sabia que...

Jambú é muito utilizado nas culinárias amazonense, rondoniense, acriana e paraense, podendo ser encontrado em iguarias como o tacacá, o pato no tucupi e até mesmo na pizza combinando com mussarela.

LOSNA

Igor Ribeiro Martins

Nome científico

Artemisia absinthium



Propriedades

A *Artemisia absinthium* é uma erva medicinal que, segundo registros, deve ser usada há milhares de anos. Muito conhecida por suas propriedades medicinais, a losna também é usada na fabricação da bebida alcoólica absinto. Na Grécia antiga, era usada em homenagem à deusa Ártemis, que era a deusa da fecundidade e da caça, daí derivou seu nome científico.

Benefícios

Já reconhecida há mais de 2000 anos pela medicina tradicional chinesa como um poderoso remédio contra a febre e, mais recentemente, contra a malária, *Artemisia annua* (conhecida também como Losnaou Absinto), é uma planta aromática com qualidades medicinais inequívocas.

Estudos recentes que usaram a planta para combater as células cancerígenas foram muito surpreendentes. Assim, numa série de estudos, a artemisinina, uma substância extraída do losna e utilizada em fitoterapia chinesa há séculos, reduz as células do cancro do pulmão de até 28%. Em combinação com ferro, esta planta incrível mata 98% das células cancerígenas em apenas 16 horas. Ainda melhor; ela ataca seletivamente células “más” sem afetar o tecido saudável.

Receita: **Chá de Losna**

Ingredientes:

1 colher de sopa de folhas losna.

½ litro de água.

Modo de preparo:

Ferve-se meio litro de água e desliga-se o fogo, acrescentando-se 1 colher de sopa do chá e deixando-se abafado por 10 minutos.

Fontes

<http://filosofiaimortal.blogspot.com.br/2014/09/losna-erva-que-mata-98-das-celulas.html>

<http://www.remedio-caseiro.com/conheca-as-propriedades-e-aprenda-a-preparar-o-cha-de-losna/>

<http://chabeneficios.com.br/receita-e-propriedades-do-cha-de-losna/>

<https://pt.wikipedia.org/wiki/Absinto>

Você sabia que...

Uma de suas principais características é o sabor amargo que muitos acreditam tenha sido responsável por um provérbio de Salomão: “A infidelidade, ainda que possa ser excitante e doce no seu início, costuma ter um fim amargo como a losna.”

Tanto as flores quanto as folhas da losna devem ser guardadas secas. A dica é colocar as flores e folhas em local ventilado e longe do sol. Após estarem secas pode ser conservada em caixa de madeira.

MÃO DE DEUS

Ana Carla Zilli e Iana Sol Ferreira da Cunha



Nome científico

Tithonia diversifolia

A planta herbácea pertence à família botânica *Asteraceae*.

No Brasil, também é conhecida por margaridão-amarelo, minigirassol, girassol-mexicano, boldo-japonês, titônia e flor do Amazonas, mas certamente recebe muitos outros nomes mundo afora.

Propriedades

Arbusto perene, vigoroso, ereto e ramificado.

Pode atingir até 3 metros de altura.

Suas folhas podem ser inteiras ou com vários recortes.

Possui grandes flores amarelas e vistosas.

Ela se propaga através da brotação de ramos, sementes e estacas.

Benefícios

Quanto aos seus benefícios, podemos citar vários, começando pela ajuda no tratamento de distúrbios gástricos e hepáticos. Ela também é anti-inflamatória, ameniza os dois tipos de diabetes (e atua na prevenção da mesma), trata dores de cabeça, atenua diarreias, acaba com a febre, atua no tratamento da malária e da ascaridíase.

Talvez, seu maior benefício seja o poder de amenizar a síndrome da abstinência que atinge ex-usuários de drogas psicotrópicas (Álcool e fumo, por exemplo). Ela é muito utilizada através de seu chá, nesses casos. Os pacientes deste tratamento dizem que, enquanto utilizaram a planta, seus organismos sentiam-se enjoados só de pensar em utilizar álcool ou fumo. Muitos conseguiram superar o vício após o uso da Mão de Deus.

Receita: Chá de Mão de Deus

Ingredientes:

2 colheres de sopa das folhas da planta trituradas

1 litro de água.

Modo de preparo:

Coloque as folhas trituradas e a água para cozinhar por 4 a 5 minutos, a partir do momento em que a mistura levantar fervura.

Depois que retirar do fogo, tampe e deixe repousando por 10 minutos.

Coe e beba de 2 a 3 xícaras ao dia, na temperatura que preferir.

Você sabia que...

A Mão de Deus é uma planta com caule não lenhoso ou semi-lenhoso de porte variado, podendo adquirir a altura e os efeitos de um arbusto.

Pode ser plantada em locais de sombra ou não. Pode ser perene e anual.

PERIQUITO

Cauã Dias Busnello

Nome científico

Alternanthera ficoidea



Propriedades

Não é muito utilizada com essa finalidade e também não existe muita popularidade, mas a planta periquito, assim como a maioria das plantas originárias do nosso país, tem sua funcionalidade na medicina.

A planta periquito é muito eficiente quando utilizada em algum tratamento.

Benefícios

A planta periquito é utilizada como medicamento, mas apenas se usa as folhas.

Existem algumas formas diferentes de serem utilizadas, sendo o mais tradicional sob a forma de chá ou fazendo uma pasta e colocando sobre o local da dor.

Para fazer é importante saber a procedência de todas as folhas, pois a planta periquito é facilmente atingida por pragas ou doenças.

Receita

A planta periquito não é utilizada em nenhuma receita, apenas para medicamento.

Fontes

<http://flores.culturamix.com/flores/naturais/planta-periquito-ou-alternanthera-ficoide>

<http://www.floresefolhagens.com.br/periquito-alternanthera-ficoidea/>

<http://www.jardineiro.net/plantas/periquito-alternanthera-ficoidea.html>

Você sabia que...

Os paisagistas utilizam esta planta para atender muitas empresas que desejam um jardim personalizado. Além de letreiros, podem compor logotipos e outros desenhos, ou apenas como bordadura e forração.

ÍNDICE AUTORES

| | |
|--|----|
| Alexandre Hilleshein Veber Sabino da Cunha – Guiné..... | 13 |
| Ana Carla Zilli – Mão de Deus..... | 17 |
| Ana Jussara Moreira dos Santos Ferreira – Guaco..... | 10 |
| Ana Luíza Nunes – Erva Santa | 7 |
| Arthur Ceccato do Amaral – Artemisia..... | 2 |
| Bernardo Henrique Camargo Z. Nunes – Erva Baleeira | 6 |
| Caroliny Alves Leal – Guaco..... | 10 |
| Cauã Dias Busnello – Periquito..... | 18 |
| Dimitri Moros Scheibe – Erva Baleeira | 6 |
| Gabriel Feltrin de Azevedo – Erva de Santa Maria..... | 9 |
| Geovanna Barbosa – Erva Santa..... | 7 |
| Higor Gomes Ferreira – Artemisia | 2 |
| Iana Sol Ferreira da Cunha – Mão de Deus | 17 |
| Igor Ribeiro Martins – Losna | 16 |
| Ísis Pereira Rodrigues – Erva Santa | 7 |
| Julia Victoria de Matos – Babosa..... | 3 |
| Lucas Ferreira Sarda da Conceição – Camomila..... | 5 |
| Lucas Martins Machado de Souza – Jambú..... | 15 |
| Luiza Sebrão – Camomila..... | 5 |
| Mariahna Vieira Frassetto de Campos – Babosa..... | 3 |
| Nicolas dos Santos Pinheiro – Jambú | 15 |
| Ruan Martins Ferreira – Erva de Santa Maria | 9 |
| Tais Webler da Silva – Guiné | 13 |