

GUIA DE PLANTAS MEDICINAIS

**PARA AUXILIAR
NOS DESCONFORTOS
GASTRINTESTINAIS – DESTINADO
A PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

Secretaria
de Saúde



PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Achyrocline satureioides (macela, marcela, marcela do campo)</i>						
Flores secas em infusão	1,5 g (meia colher de sopa) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 4 vezes por dia	Oral	Adulto	Má digestão e cólicas intestinais	Não relatadas
<i>Anacardium occidentale (cajueiro)</i>						
Entrecasca seca em decocção	4,5 g (uma colher e meia de sopa) em 150mL de água sob fervura (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 a 4 vezes por dia	Oral	Adulto	Diarreia não infecciosa	Não deve ser usado por período superior ao recomendado. Deverá ser usado com cautela na gravidez. Não usar com anticoagulantes, corticosteroides e anti-inflamatórios.
<i>Arctium lappa (bardana)</i>						
Raiz seca em decocção	2,5 g (duas colheres e meia de chá) em 150mL de água sob fervura (1 xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia. Diurético	Não relatadas
<i>Baccharis trimera (carqueja, carqueja amarga)</i>						
Partes aéreas secas em infusão	2,5 g (duas colheres e meia de chá) em 150mL de água fervente (1 xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia	Não usar em grávidas, pois pode provocar contrações uterinas. Evitar o uso concomitante com medicamentos para hipertensão e diabetes.
<i>Casearia sylvestris (guaçatonga, erva de bugre, erva de lagarto)</i>						
Folhas secas em infusão	2 a 4 g (Uma a duas colheres de sobremesa) em 150mL de água fervente	1 xícara de chá 2 a 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia, gastrite e halitose.	Não usar na gravidez ou na lactação

PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Cinnamomum verum</i> (canela, canela do ceilão)						
Casca seca em decocção	0,5 g a 2 g (uma a quatro colheres de café) em 150mL de água sob fervura (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 6 vezes por dia	Oral	Adulto	Falta de apetite, perturbações digestivas com cólicas leves, flatulência e sensação de plenitude gástrica.	Não usar na gravidez. Podem ocorrer reações alérgicas de pele e mucosas.
<i>Curcuma longa</i> (cúrcuma, açafrão, açafrão da terra)						
Rizoma seco em decocção	5 g (5 colheres de chá) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1,5 g (três colheres de café) em 150mL de água sob fervura (1 xícara de chá)	Oral	Adulto	Dispepsia e antiinflamatório.	Não deve ser utilizada por pessoas com obstrução dos dutos biliares e em caso de úlcera gastroduodenal. Em caso de cálculos biliares, utilizar somente sob avaliação médica. Não usar com anticoagulantes.
<i>Cynara scolymus</i> (alcachofra)						
Folhas secas em infusão	2 g (1 colher de sobremesa) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia	Não deve ser utilizada por pessoas com doença da vesícula biliar. Não usar doses acima da recomendada pois pode causar diarreia. Pode interagir com medicamentos anti-hipertensivo, causando queda da pressão.
<i>Eugenia uniflora</i> (pitangueira)						
Folhas secas em infusão	3 g (uma colher de sopa) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 cálice (30mL) após evacuação no máximo 10 vezes por dia	Oral	Adulto	Diarreia não infecciosa	Não relatadas

PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Matricaria recutita (camomila)</i>						
Flores secas em infusão	3 g (uma colher de sopa) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 a 4 vezes por dia	Oral	Adulto	Cólicas intestinais	Podem ocorrer reações alérgicas ocasionais. Em caso de superdose podem ocorrer náuseas, excitação nervosa e insônia
	0,5 – 1 g (uma a duas colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 4 vezes por dia		Bebês – 6 meses a 2 anos		
	1 – 1,5 g (duas e três colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 4 vezes por dia		Crianças – 2 a 6 anos		
	1,5 – 3 g (Três a seis colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 4 vezes por dia		Crianças – 6 a 12 anos		

PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Maytenus ilicifolia (espinheira-santa)</i>						
Folhas secas em infusão	1 a 2g (duas colheres de chá) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 a 4 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia, azia e gastrite. Coadjuvante no tratamento episódico de prevenção de úlcera quando em uso de anti-inflamatórios não esteroidais	Não deve ser usado por crianças menores de seis anos. Grávidas até o terceiro mês de gestação e lactantes não devem utilizar, pois promove a redução do leite. Pode provocar secura, gosto estranho na boca e náuseas
<i>Mentha piperita (hortelã, hortelã pimenta)</i>						
Folhas e sumidades floridas secas em infusão	1,5g (três colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 4 vezes por dia	Oral	Adulto	Cólicas, flatulência, problemas hepáticos	Não deve ser utilizada em casos de obstrução biliares, danos hepáticos graves e durante a lactação. Na presença de cálculos biliares consultar profissional de saúde antes de usar
<i>Peumus boldus (boldo-do-chile)</i>						
Folhas secas em infusão	1 a 2g (Uma a duas colheres de chá) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia. Colagogo e colerético	Não deve ser utilizado por pessoas com obstrução das vias biliares, doenças severas no fígado e na gravidez. Usar cuidadosamente em pessoas com doença hepática aguda ou severa, colecistite séptica, espasmos do intestino e íleo e câncer hepático. Não exceder a dose recomendada
<i>Pimpinella anisum (erva-doce)</i>						
Frutos secos em decocção	1,5g (três colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia, cólicas gastrintestinais	A droga vegetal deve ser amassada imediatamente antes de colocar para fazer a decocção.

PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Plectranthus barbatus</i> (boldo-nacional, hortelã-homem, falso-boldo, boldo africano)						
Folhas secas em infusão	1 a 3g (Uma a três colheres de chá) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia	<p>Não deve ser usado por gestantes, lactantes, crianças, pessoas com hipertensão, hepatites e obstrução das vias biliares.</p> <p>Pessoas que fazem uso de medicamentos para o sistema nervoso central devem evitar o uso.</p> <p>Doses acima da recomendada e usadas por um período de tempo maior que o recomendado pode causar irritação gástrica.</p> <p>Não usar com metronidazol ou dissulfiram.</p>
<i>Psidium guajava</i> (goiabeira)						
Folhas jovens secas em infusão	2g (Duas colheres de sobremesa) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 cálice (30mL) após a evacuação em no máximo 10 vezes por dia	Oral	Adulto	Diarreias não infecciosas	Não usar continuamente
<i>Rhamnus purshiana</i> (cáscara sagrada)						
Casca seca em decocção	0,5g (Uma colher de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	0,5 a 1 xícara de chá antes de dormir	Oral	Adulto	Obstipação intestinal eventual	<p>Não deve ser utilizada por pessoas com obstrução intestinal, refluxo, inflamação intestinal aguda (doença de Crohn), colite, apendicite ou dor abdominal de origem desconhecida, pacientes com histórico de pólipos intestinais.</p> <p>Não usar durante lactação, gravidez e em menores de 12 anos.</p> <p>Pode ocorrer desconforto no trato gastrointestinal, principalmente em pacientes com cólon irritável, além de mudança de coloração de urina.</p> <p>Não fazer uso crônico (mais de uma semana). O uso contínuo pode ocasionar diarreia, perda de eletrólitos e dependência na motilidade intestinal.</p>

PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Salvia officinalis</i> (sálvia)						
Folhas secas em infusão	3,5g (Sete colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia	<p>Não usar na gravidez e na lactação, insuficiência renal e tumores mamários dependentes de estrogênio.</p> <p>Pode elevar a pressão em pacientes hipertensos.</p> <p>Em altas doses, pode ser neurotóxica e hepatotóxica.</p>
<i>Taraxacum officinale</i> (dente-de-leão)						
Planta inteira seca em decocção	3 a 4g (Três a quatro colheres de chá) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 3 vezes por dia	Oral	Adulto	Dispepsia e estimulante do apetite.	<p>Não deve ser utilizada por pessoas portadoras de obstrução dos ductos biliares e trato intestinal.</p> <p>Na ocorrência de cálculos biliares consultar profissional de saúde antes do uso.</p> <p>O uso pode provocar hiperacidez gástrica e hipotensão.</p> <p>Não utilizar em menores de dois anos.</p>
<i>Vernonia condensata</i> (boldo bahiano)						
Folhas secas em infusão	3g (Uma colher de sopa) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá antes das principais refeições (3 vezes por dia)	Oral	Adulto	Dispepsia	Não relatadas

PARTES USADAS	FORMAS DE USO	POSOLOGIA E MODO DE USAR	VIA	USO	ALEGAÇÕES	CONTRAINDICAÇÕES
<i>Zingiber officinale (gengibre)</i>						
Rizomas secos em decocção	0,5 a 1g (Uma a duas colheres de café) em 150mL de água fervente (xícara de chá)	1 xícara de chá 2 a 4 vezes por dia	Oral	Adulto	Enjoo, náusea e vômito da gravidez, de movimento e pós-operatório. Dispepsias em geral	<p>Em casos de cálculos biliares usar apenas com acompanhamento de profissional de saúde.</p> <p>Evitar o uso em pacientes que estejam usando anticoagulantes, com desordens de coagulação, ou com cálculos biliares, irritação drástica e hipertensão, especialmente em doses altas.</p> <p>Evitar o uso em menores de seis anos.</p>

NÚCLEO DE FARMÁCIA VIVA | E-mail: farmaciaviva.df@gmail.com | Telefone: 61- 99552-0094

Fontes consultadas: CARVALHO, A. C. B; SILVEIRA, D. Drogas vegetais: uma antiga nova forma de utilização de plantas medicinais. In: Brasília Médica. V.48, n.2, p.219-237, 2010.

EMA, European Medicines Agency. European Union herbal monograph on *Matricaria recutita* (L.), flos. London: Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC), 2015. Disponível em https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-matricaria-recutital-flos_en.pdf. Acesso em 15/07/2020.

Secretaria
de Saúde

