



GUIA DE PLANTAS MEDICINAIS BRASILEIRAS APLICADA À MEDICINA TRADICIONAL CHINESA



Bianca Moraes Martins, Juliana Elizabete dos Santos Bub, Leonardo Schutz,
Mariana Terezinha Delfino e Roberta Adriana De La Verne da Cruz Jorge



UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

BIANCA MORAES MARTINS

JULIANA ELIZABETE DOS SANTOS BUB

LEONARDO SCHUTZ

MARIANA TEREZINHA DELFINO

ROBERTA ADRIANA D.L.V.C. JORGE



GUIA DE PLANTAS MEDICINAIS BRASILEIRAS APLICADAS À UTILIZAÇÃO
PELA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

Palhoça

2017

BIANCA MORAES MARTINS
JULIANA ELIZABETE DOS SANTOS BUB
LEONARDO SCHUTZ
MARIANA TEREZINHA DELFINO
ROBERTA ADRIANA D.L.V.C. JORGE



MANUAL DE PLANTAS MEDICINAIS BRASILEIRAS APLICADAS À
UTILIZAÇÃO PELA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA.

Palhoça (SC), 2017.

SUMÁRIO

RESUMO/ABSTRACT	6
1. INTRODUÇÃO	7
2. PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS NA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA	9
2.1 VALERIANA - <i>Valeriana officinalis L.</i>	9
2.2 Movimento	9
2.3 Sabor	9
2.4 Nome popular	9
2.5 Nome científico	9
2.6 Informações botânicas	9
2.7 Informações sistemáticas	10
2.8 Partes usadas	10
2.9 Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos	10
2.10 Constituintes químicos	10
2.11 Indicação	10
2.12 Modo de uso	10
2.13 Contraindicações	11
2.14 Interações medicamentosas	11
2.15 Aspectos simbólicos e sutis	11
3. FUCUS – <i>Fucus vesiculosus</i>	12
3.1 Movimento	12
3.2 Sabor	12
3.3 Nome popular	12
3.4 Nome científico	12
3.5 Informações botânicas	12
3.6 Informações sistemáticas	12
3.7 Partes usadas	13
3.8 Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos	13
3.9 Constituintes químicos	13
3.10 Indicação	13
3.11 Modo de uso	13
3.12 Contraindicações	14
3.13 Interações medicamentosas	14

3.14	Aspectos simbólicos e sutis	14
4.	BARDANA – <i>Arctium lappa L.</i>	15
4.1	Movimento.....	15
4.2	Sabor	15
4.3	Nome popular	15
4.4	Nome científico	15
4.5	Informações botânicas	15
4.6	Informações sistemáticas	16
4.7	Partes usadas	16
4.8	Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos	16
4.9	Constituintes químicos	16
4.10	Indicação	16
4.11	Modo de uso	17
4.12	Contraindicações	17
4.13	Interações medicamentosas	17
4.14	Aspectos simbólicos e sutis	17
5.	SEMENTE DE ABÓBORA – <i>Curcubita pepo L.</i>	18
5.1	Movimento	18
5.2	Sabor.....	18
5.3	Nome popular.....	18
5.4	Nome científico	18
5.5	Informações botânicas	18
5.6	Informações sistemáticas	19
5.7	Partes usadas	19
5.8	Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos	19
5.9	Constituintes químicos	19
5.10	Indicação	19
5.11	Modo de uso	19
5.12	Contraindicações	19
5.13	Interações medicamentosas	20
5.14	Aspectos simbólicos e sutis	20
6.	CRATAEGOS – <i>Crataegus oxyacantha L.</i>	21
6.1	Movimento	21
6.2	Sabor	21

6.3	Nome popular	21
6.4	Nome científico	21
6.5	Informações botânicas	21
6.6	Informações sistemáticas	22
6.7	Partes usadas	22
6.8	Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos	22
6.9	Constituintes químicos	22
6.10	Indicação	22
6.11	Modo de uso	22
6.12	Contraindicações	22
6.13	Interações medicamentosas	23
6.14	Aspectos simbólicos e sutis	22
7.	REFERÊNCIAS	24

RESUMO

A fitoterapia, enquanto parte da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), vem sendo utilizada, testada e desenvolvida há milhares de anos, uma vez que, surgiu muito antes da ciência/medicina moderna. As plantas medicinais são classificadas de acordo com os cinco elementos (Madeira, Terra, Fogo, Metal e Água) pertencentes a MTC, esses contêm em suas categorias divisões em natureza e sabores, podendo ser: frias, quentes, neutras, mornas e frescas, com sabores azedo, amargo, ácido, doce, picante e salgado. Neste guia foram selecionadas plantas que são comuns e de uso popular no Brasil, sendo que, em casos de enfermidades é necessário, muitas vezes, consultar um profissional qualificado para que seja feito o melhor procedimento e escolha da planta adequada.

ABSTRACT

The phytotherapy, part of the traditional chinese medicine, is also being used, tested and developed for thousand of years. It was born before science and modern medicine. The medicinal plants are classified for 5 elements (wood, earth, fire, metal and water) belonged to TCM, these elements have categories and divisions in nature and flavor, they can be cold, hot, neutral, warm and fresh, with sour flavor, bitter, acid, sweet, spicy and salty. In this guide were selected common and popular plants from Brazil, in some cases of diseases it is necessary consulting a qualified professional to have a better procediment and the most adequate plant for each case.

1. INTRODUÇÃO

Os registros que foram encontrados inscritos nos cascos de tartarugas e ossos, no século XIII a.C., apontam o uso de algumas plantas medicinais para tratamento de parasitoses e cáries dentárias (ZHU-FAN, 2000). Ou seja, é uma medicina milenar que resiste ao longo do tempo trazendo resultados; desde sempre.

Para entendimento desta medicina é necessário à compreensão de conceitos e princípios relativos ao estudo da relação de yin e yang, da teoria dos cinco elementos e do sistema de circulação da energia pelos meridianos do corpo humano. Além disso, há o estudo/visão do homem como parte integrante da natureza e conectado a lei universal das mutações; tendo para isso uma estrutura teórica sistemática e abrangente de natureza filosófica (BRELET-RUEFF, 1991).

Segundo Macioccia (1996), as teorias que explicam como o corpo humano mantém fisiologicamente sua vitalidade e saúde consideram os principais componentes do sistema da MTC que incluem o conceito de Qi (energia vital), sangue (o fluido do corpo), os Zang-Fu (órgãos internos) e os Jing-Luo (meridianos e sistemas colaterais através dos quais o Qi e o sangue circulam para manter o equilíbrio do corpo).

Para a Medicina Tradicional Chinesa a constituição original de um indivíduo é de extrema importância e está relacionada à teoria dos cinco elementos: Fogo, Terra, Metal, Água e Madeira (ECKERT, 2011; WEN, 2006). Os fatores que provocam o desequilíbrio, segundo os preceitos da Medicina Tradicional Chinesa, são classificados em três categorias: internos (estão relacionados às emoções: alegria, raiva, melancolia, preocupação, dor, medo e pavor), externos (que são fatores ambientais como vento, frio, calor do verão, umidade, a sequeidão e o fogo) e outros (nem internos e nem externos). Note-se que há um equilíbrio dinâmico entre os fatores, bem como uma combinação destes para aparecer a desarmonia e, conseqüentemente, a enfermidade (LAO, 2001).

Os tratamentos na Medicina Chinesa incluem acupuntura, moxabustão, dietoterapia e o uso de plantas medicinais, entre outras formas. Na Medicina Tradicional Chinesa, cada elemento apresenta um movimento promovido pelos sabores. O elemento Fogo possui sabor amargo, traz movimento de sangue (Xue), trabalhando o coração e trazendo atenção e lucidez. O elemento Terra, com sabor doce nutre os líquidos corpóreos (Jin Ye), acolhendo Baço-Pâncreas e Estômago. O elemento Metal, caracterizado pelo sabor picante, é responsável pela dispersão do Qi, relacionado com o Pulmão e Intestino Grosso. O elemento Água de sabor salgado, concentra o Jing (essência), possuindo relação com o Rim. O elemento Madeira possui sabor ácido e cuida da distribuição do sangue (Xue), ligado ao Fígado e Vesícula Biliar.

2. PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS NA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

2.1 VALERIANA - *Valeriana officinalis* L.

Na Medicina Tradicional Chinesa, a Valeriana está relacionada ao movimento madeira. Promove a circulação de Qi e acalma a mente. Para padrões de estagnação de Qi causando alterações de SHEN, o espírito. Usado para padrões de nervosismo, irritabilidade, insônia, gosto amargo na boca, mal-estar. Para estagnação de Qi e sangue nos canais causadas por trauma, usa-se a valeriana no local. Elimina vento e umidade dos canais. Para padrões de invasão de vento, com sintomas como dores articulares migratórias, aversão ao vento e pulso em corda. Locais de atuação Fígado, Coração e Baço.

2.2 Movimento: Fogo – Coração e Intestino delgado.

2.3 Sabor: Amargo, picante e amornante.

2.4 Nome popular: Valeriana, erva-de-são-Jorge, erva-de-gato, valeriana-selvagem.

2.5 Nome científico: *Valeriana officinalis* L.

2.6 Informações botânicas: A valeriana é uma planta perene de porte pequeno porte, nativa da Europa e do norte da Ásia, ela é caracterizada por ser bastante resistente ao clima, podendo atingir entre 1 a 1,5 metros de altura. Suas flores são pequenas e numerosas, com uma coloração rosa ou arroxeadas e ainda exalam um aroma forte adocicado.



Semeiner Baldrian
Valeriana officinalis L.

2.7 Informações sistemáticas:

Reino: Plantae

Divisão: Magnoliophyta

Ordem: Dipsacales

Família: Caprifoleaceae

Gênero: *Valeriana*

Espécie: *officinalis*

2.8 Partes usadas: Raiz e rizoma.

2.9 Cultivo/solo/Aspectos edafoclimáticos: Distribuída extensamente nas regiões temperadas da América do Norte, Europa e Ásia. É uma erva de lugares úmidos, crescendo ao longo das margens dos rios. É cultivada a mais de 300 anos para uso medicinal e importada para o Brasil para a fabricação de medicamentos.

2.10 Constituintes químicos: Ácido acético, ácido fórmico, ácido valérico, ácido valerênico, valerênica, valerênol, bornilacetato, bornil butirato, bornil isovalerianato, didrovaltratos (didrovaltrato, homodidrovaltrato, deoxidodidrovaltrato), isovaltratos, valerosidatum, valerianol, beta bisoboleno, ledol, terpinolene, â-sitosterol, taninos e resinas.

2.11 Indicações: Usada como calmante em casos de nervosismo, epilepsia e neurastenia. Possui ação sedativa, anticonvulsivante, anti-hipertensivo, antiestresse, antiespasmódico. Indicada para insônia e problemas da menopausa. Carminativa e antiespasmódica para plenitude do abdômen, gases e cólicas. Sedativa e analgésica para cefaleias tensionais e enxaquecas. Como analgésica e antirreumática para dores articulares e contusões.

2.12 Modo de usar:

- Infusão ou decocção – 5 a 15g de raiz fresca (ou 5g de raiz seca) por litro de água, tomar 50ml a 200ml por dia.
- Vinho: Macerar por 8 dias 25g de raiz em 1 litro de vinho branco, coar e tomar 1 cálice 3 vezes ao dia nos casos de depressão.

- Pó das raízes 0,3 a 1g 3 vezes ao dia.

2.13 Contraindicações: Casos de insônia por deficiência de YIN com ascensão do YANG. Contraindicado para gestantes.

2.14 Interações medicamentosas: Álcool e depressores do Sistema Nervoso Central: efeitos aditivos potenciais. Evitar o uso associado ao dissulfiram caso o produto contenha álcool.

2.15 Aspectos simbólicos e sutis: A valeriana é usada como planta medicinal pelo menos desde o tempo dos antigos gregos e romanos. Hipócrates descreveu as suas propriedades e mais tarde Galeno receitou-a como remédio para a insônia. Na Suécia medieval, era por vezes colocada nas roupas de casamento do noivo para afastar a inveja dos duendes. Apesar de seu odor desagradável, a valeriana era considerada como um perfume no século XVI na Europa.

3. FUCUS – *Fucus vesiculosus*

3.1 Movimento: Água - Bexiga e Rim

3.2 Sabor: Salgado

3.3 Nome popular: Fucus, alface do mar, cavalo marinho, cavalinho do mar, alga vesiculosa.

3.4 Nome científico: *Fucus vesiculosus*.

3.5 Informações botânicas: A *Fucus* é uma alga marinha pertencente à família das Fucáceas, a qual apresenta um talo coriáceo, delgado e ramificado, sendo que sua cor varia de verde ao verde-amarelado, já suas medidas oscilam de 1 a 1,5 cm de largura e podem chegar até 1 m de comprimento, onde partem frondes lenhosas, bífidas nas extremidades que se fixam nas rochas, com um nervo central grosso e bordas lisas, já os órgãos reprodutores da mesma são encontrados no ápice das frondes.



FONTE: GOOGLE IMAGES

3.6 Informações sistemáticas:

Reino: Plantae

Divisão: Chromophytae

Ordem: Fucales

Família: *Fucaceae*

Gênero: *Fucus*

Espécie: *vesiculosus*

3.7 Partes usadas: Toda a alga.

3.8 Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos: Cresce extensamente e de maneira silvestre em águas pouco profundas do nordeste da costa atlântica, principalmente no Canal da Mancha, Mar Báltico, Mar do Norte, Grã-Bretanha, nas costas da Península Ibérica e nas costas dos Estados Unidos. Em algumas zonas do Oceano Atlântico cobrem grandes superfícies, sendo áreas conhecidas como mar dos sargazos.

3.9 Constituintes químicos: Polissacarídeos mucilaginosos: ácido algínico, fucoidina, laminarina. Possui polifenóis, oligoelementos e sais minerais: iodo (em forma de sais e unido em proteínas e lipídeos), potássio, bromo, cloro, magnésio, fósforo, cálcio, ferro, silício. Nota-se presença de princípios amargos, vitaminas e provitaminas A e D e lipídios.

3.10 Indicação: É indicada no tratamento de hipotireoidismo e em disfunções da tireoide devido à grande concentração de iodo, regulariza a produção do hormônio tireotrofina, acelera o metabolismo da glicose e de ácidos graxos, auxilia no combate da obesidade, adiposidades localizadas, bulimia, úlceras gastroduodenais, hiperlipidêmicas, mal-estar, diarreias. Em uso tópico: feridas, epistaxes, ulcerações dérmicas, hemorragias odontológicas.

Fucus é considerada uma alga remineralizante, devido sua abundância de sais minerais. O iodo presente na alga proporciona ação estimulante da tireoide, favorecendo processos catabólicos, sendo muito utilizada para processos de emagrecimento. Os sais de potássio promovem ligeira ação diurética e sensação de satisfação gástrica e a algina atua como protetora das mucosas digestivas. É um suave laxante.

3.11 Modo de uso:

➤ **Uso interno:**

- Decocção: 10-20 g/l, ferver durante 5 minutos, 2 a 4 vezes ao dia.
- Extrato Fluido (1:1): 20 a 40 gotas, 1 a 3 vezes ao dia, antes das refeições.
- Tintura (1:5): 50 a 100 gotas, 1 a 3 vezes ao dia.
- Xarope: (10% de extrato fluido): 1 colher de sopa, 1 a 5 vezes ao dia.
- Extrato Seco (5:1): 0,3 a 1g por dia.
- Pó: 0,5 a 2 gramas, 1 a 3 vezes ao dia, em cápsulas.

➤ **Uso externo:**

- Decocção, aplicada sob a forma de compressas.
- Cataplasmas de algas frescas.
- Banhos.
- Pomadas.
- Pó, alginato de cálcio: aplicado sobre feridas como cicatrizante.

3.12 Contraindicações: Contraindicada a prescrição de tinturas e extratos fluídos para crianças menores de dois anos e para pessoas submetidas à desabituacão alcoólica, também em casos de hipertireoidismo e acne. Quando se utiliza de forma descontrolada - geralmente como automedicação para a perda de peso - pode produzir um quadro de intoxicação (iodismo), devido a uma hiperatividade tireóidea, resultando em um quadro de ansiedade, insônia, taquicardia e palpitações. Podendo ainda provocar hipersensibilidade representadas por irritação das mucosas, coriza, conjutivites, erupções acnéicas na pele, inflamação das glândulas parótidas e diarreias. Em quadros severos podem aparecer estados de irritabilidade nervosa e quadros depressivos. De modo geral, geralmente os sintomas desaparecem em 1 ou 2 dias após cessar o uso da alga.

3.13 Interações medicamentosas: Não utilizar em pessoas que façam tratamento com hormônios tireóideos e com agentes antitireóideos.

3.14 Aspectos simbólicos e sutis: Nada consta nas literaturas pesquisadas.

4. Bardana- *Arctium lappa* L.

Sua ação na Medicina Tradicional Chinesa está fortemente ligada ao elemento metal, onde ela é utilizada em casos de vazio do Qi do Rim e do Baço, para estagnação do Qi do Útero, elimina calor tóxico do Pulmão e do Estômago e para expulsar invasão de vento-calor externo com formação de eczemas. Já sua classificação na MTC é como planta para induzir transpiração, para calor excessivo dentro do corpo, reduzir a umidade do corpo, suprimir tosse e catarro, utilizada em casos de úlceras e tumores. A erva pertence a fórmula chinesa Zhu Ye Liu Bang Tang, que é administrada no tratamento de falta de circulação do Qi do Pulmão, irritabilidade, catarro, inquietude, rash, desintoxicação e limpeza de calor interno.

4.1 Movimento: Metal.

4.2 Sabor: Picante, amargo e refrescante (fruto). Doce, amarga e fria (raízes).

4.3 Nome popular: Bardana, erva dos tinhosos, gobô, orelha de gigante, pergamassa, pergamasso.

4.4 Nome científico: *Arctium lappa* L.

4.5 Informações botânicas: A Bardana é uma herbácea, que se adapta bem a solos argilosos e ricos em matéria orgânica, podendo ser bianual ou perene, pertencente à família das Compostas, a qual pode chegar até 2 metros de altura, o seu tronco tem aproximadamente 5 cm de diâmetro, caracterizado por conter folhas grandes, pecioladas, ovoides e com bordas onduladas, as quais chegam a medir até 5° cm. A sua raiz varia de 25 até 75 cm, sendo elas carnosas, adocicadas e levemente amargas, apresentando uma coloração clara, mas que em contato com o ar oxidam facilmente. A planta apresenta inflorescências, capítulos globulares, com flores pequenas e de cor rósea a arroxeadas que aparecem do final do verão até meados do outono e infrutescências espinhosas, do tipo aquênio, que podem aderir a pele de animais e roupas.



FONTE: GOOGLE IMAGES

4.6 Informações sistêmicas:

Reino: Plantae

Filo: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordem: Asterales

Família: Asteraceae

Gênero: *Arctium*.

Espécie: *lappa*

4.7 Partes usadas: Frutos e raízes.

4.8 Cultivo/solo/aspectos edafoclimáticos: prefere solo argiloso, fofo, rico em húmus e adubado, se adapta principalmente em climas mediterrâneos, subtropical, temperado e tropical. Seu cultivo pode ser feito por sementes em caixotes retangulares de mais ou menos 50 centímetros de altura, pois facilita a retirada da raiz. Em algumas literaturas ainda, indica-se a coleta da raiz já no primeiro ano de cultivo e das folhas antes da floração. Sendo ela cultivada para fins alimentícios e medicinais no Brasil e em outros países.

4.9 Constituintes químicos: Ácidos orgânicos, fitosteróis, polifenóis (ácido cafeico, clorogênico, isoclorogênico, arctiína), taninos, mucilagens, resinas, vitamina A e B1, ácidos graxos (ácido oleico, ácido linoleico, ácido palmítico, ácido esteárico), esteroides, tanino, resina, potássio, cálcio, magnésio, sais mineirais (sais de potássio, como nitrato de potássio, enxofre), óleo essencial (arctiol, arctinol, arctinal, arctinona), inulina (30% a 40% da massa total da raiz, guaianolídeo, lapiina, trachelosideo, lactona sesquiterpênica (arctiopicrina ou germacranolido).

4.10 Indicação: no Brasil, a raiz é utilizada como tônico, emoliente, diurético, sudorífico, depurativo do sangue para úlceras crônicas da pele e impetigo, em

casos de sífilis, gota, cálculos urinários, cólicas biliares, diarreias infecciosas e queda de cabelo. Seus frutos possuem atividade sudorífica e antitérmica, para febres e doenças exantemáticas, sudorífica e antibacteriana, para amigdalites e faringites agudas, antibacteriana e resolutive, para abscessos e furúnculos e laxativa para constipação intestinal. Já suas raízes, atuam como antitérmica e depurativa, para doenças febris com rash cutâneo, tônica, para fraqueza e anemia, antibacteriana e adstringente, para diarreias agudas, depurativa e resolutive, no tratamento de sífilis, diurética e uricosúria, para gota e diurética e litagoga, para cálculo renal. Sendo ainda, hipogliceminante, antidispéptica, antifúngica, anti-hipertensiva, antitumoral, diurética, anti-inflamatória e auxilia no tratamento de psoríase.

4.11 Modo de uso:

Em crianças acima de 12 anos, tomar 150ml do decocto logo após o preparo, duas a três vezes ao dia.

- Fruto: de 3 a 10g, em decocção ou infusão, de 500 a 1.500mg em pó.
- Raiz: de 10 a 20g ao dia, em decocção ou infusão, de 1.500 a 3.000mg de pó ao dia. De 5 a 20ml de tintura ao dia.

4.12 Contraindicações: é contraindicado o uso em crianças abaixo de 5 anos (existem algumas literaturas que indicam o uso diluído para essa faixa etária), gestantes e lactantes, em pessoas com diarreia crônica, principalmente se ela for por deficiência do Qi do baço, já que a erva é fria, refrescante e descende o Qi túrbido, agravando assim a diarreia, em pessoas com abscessos já drenados ou feridas abertas, uma vez que a erva é picante, direciona o Qi para o exterior do corpo, causando assim o aumento da drenagem de feridas abertas. Não é indicado também em pessoas com doenças exantemáticas com rash, principalmente aqueles totalmente exteriorizados, pois a planta é utilizada precocemente para apressar a exteriorização do calor e caso usada tardiamente, prolonga o tempo da doença. Além disso, seu uso externo pode provocar irritação cutânea e ocular com o uso local e em casos de altas dosagens, pode causar convulsões, hiperpnéia, piloereção, cianose e levar a parada respiratória, devido a presença de arctiina). É aconselhável evitar seu uso em casos de frio no estômago e quando houver excesso de sudorificação.

4.13 Interações medicamentosas: pode entrar em conflito com medicamentos hipoglicemiantes.

4.14 Aspectos simbólicos e sutis: Nada consta na literatura pesquisada.

5. SEMENTE DE ABÓBORA – *Curcubita pepo* L.

Na Medicina Tradicional Chinesa, a semente de abóbora tem como o movimento a terra e locais de ação o fígado, intestino grosso e o baço. Ela tem como função expelir os parasitas das vísceras, tendo efeito para *Ascaris lumbricoides*, *Taenia sp.* e *Schistosoma haematobium*. Ela faz o Qi circular e alivia a dor quando se tem dor abdominal devido a estagnação do Qi do fígado ou estagnação do Qi nas vísceras, apresentando sintomas como digestão difícil, boca amarga, constipação, plenitude abdominal e constipação. A semente de abóbora também age na regulação do baço e fígado, sendo útil no pós-parto quando apresenta estagnação do Qi e fluidos no pós-parto, tendo sintomas como lactação deficiente, mamas dolorosas, edemas nos pés, mãos e abdome, constipação.

5.1 Movimento: Terra.

5.2 Sabor: Doce e neutra.

5.3 Nomes populares: Abóbora, aboboreira, cabaceira, girimum, jeremum, moganga, zapalito-de-tronco, zapalo.

5.4 Nome científico: *Curcubita pepo* L.

5.5 Informações botânicas: A *Curcubita pepo* tem como característica ser anual, vigorosa e herbácea rasteira. Ela é nativa da América Central, pode chegar a 10 m de comprimento e tem ramos em tanto carnosos. Suas folhas têm comprimento de 25 a 35 cm de diâmetro e são peltadas e revestidas por pelos ásperos. Possui pecíolos ocos que pode ter comprimento de até 50 cm. As flores têm cor amarelo alaranjada, sendo elas grandes, unissexuais e solitárias. Seus frutos são tortos e compridos, tendo uma das extremidades mais desenvolvida.



FONTE: GOOGLE IMAGES

5.6 Informações sistemática:

Reino: Plantae

Filo: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordem: Curcubitale

Família Curcubitaceae

Gênero: *Cucurbita*

Espécie: *pepo*

5.7 Partes usadas: Toda a planta.

5.8 Cultivo/Solo/Aspectos edafoclimáticos: A abóbora possui boa adaptabilidade em relação ao seu cultivo em regiões com clima quente e semiárido, sendo a temperatura uns dos fatores mais importantes. A temperatura para a germinação deve ser de 10° a 35° C, sendo o ideal de 25° a 30° C, temperaturas abaixo de 10° C paralisam o crescimento. As abelhas são as principais agentes polinizadoras e necessitam de temperaturas elevadas para permanecerem em atividade, sendo a faixa ideal de 28° a 30° C. No início do cultivo quando a planta está em fase de crescimento não é necessária muita umidade. O solo deve estar úmido o suficiente devido ao plantio, e as sementes devem ser colocadas na água no dia anterior para que ocorra aumento da porcentagem de germinação. O aumento de consumo de água ocorre quando da emissão de hastes secundárias. A umidade atmosférica também é importante, pois umidade elevada favorece desenvolvimento de doenças nas folhas e frutos. O solo deve ser de preferência com textura média, tendo de 30 a 35% de argila, que seja facilmente drenável e que tenha retenção suficiente de água e nutrientes. O pH do solo deve ser na faixa de 5,5 a 6,5.

5.9 Constituintes químicos: Açúcares (oligossacarídeos e polissacarídeos), aleurona, caroteno, curcubitina, lipídios, pepto-resina, riboflavina, tiamina, tanino, saponinas e flavonoides, vitaminas A e C.

5.10 Indicação: Vermífugo nos casos de ascaridíase e teníase. Ação antitumoral na hipertrofia prostática. Antibacteriano.

5.11 Modo de uso: Utilizar de 15 a 60g por dia, utilizando a decocção.

5.12 Contraindicações: Deve ser usada com cuidado em pessoas com deficiências do Qi do Baço. Não deve ser utilizado em caso de gravidez, lactação e diarreia crônica.

5.13 Interações medicamentosas: Deve ser feito monitoramento se o uso for associado a diuréticos.

5.14 Aspectos simbólicos e sutis: A semente de abóbora é vista como símbolo de inteligência em algumas sociedades africanas. No extremo Oriente é que se encontra uma quantidade riquíssima de símbolos, sendo associada devido a suas sementes, como símbolo de abundância e fecundidade. Ela é associada como símbolo de regeneração, por isso é considerada pelos taoistas como símbolo e alimento da imortalidade, sendo consumida no equinócio da primavera, que é uma época de renovação, onde ocorre o início da preeminência de yang.

6. **Crataegus**- *Crataegus oxyacantha* L.

Dentro da Medicina Tradicional Chinesa essa planta é caracterizada como sendo predominantemente elemento madeira, onde ela é caracterizada por promover a digestão, regular o Xue e reduzir a ansiedade. Tonificando ainda o Yin do Coração, Intestino Delgado e o Qi do Baço, promovendo assim a circulação do sangue congelado e o equilíbrio do Pericárdio. Seus frutos, folhas e flores vêm sendo utilizados para tratar doenças cardíacas há séculos, onde no séc. XIX, o Dr. Green, médico irlandês, ficou famoso por seu remédio secreto para doenças cardíacas, sendo que, logo após sua morte foi descoberto que o dito remédio era constituído de uma tintura feita de bagos de *Crataegus*.

6.1 Movimento: Madeira

6.2 Sabor: doce, ácido e levemente amornante.

6.3 Nome popular: crataego, escalheiro, pilriteiro, espinheiro-branco.

6.4 Nome científico: *Crataegus oxyacantha* L.

6.5 Informações botânicas: *Crataegus* é uma árvore pequena, pertencente à família das Rosáceas, onde sua altura varia de 2 a 7 metros, com ramos espinhosos e folhas pequenas entre 1 e 3,5 cm, suas flores tem aproximadamente 1 cm e são brancas com 5 pétalas e 5 sépalas, que apresentam um aroma intenso e geralmente aparecem no verão, já seus frutos contém até três sementes em seu interior. Ela nasce e se desenvolve principalmente em bosques caducifólios, com pouca densidade e uma altitude de até 1.600 m.



FONTE: GOOGLE IMAGES

6.6 Informações sistêmicas:

Reino: Plantae

Filo: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordem: Asterales

Família: Rosaceae

Gênero: *Crataegus*

Espécie: *oxiacantha*

6.7 Partes usadas: Fruto, flores, folhas e casca.

6.8 Cultivo/ solo/ aspectos edafoclimáticos: prefere os solos secos e argilosos

6.9 Constituintes químicos: Ácido cratególico, ácido cítrico, ácido tartárico, flavona, açúcares, amigdalina, quercetina, ácido ursólico, lipase, vitamina C, purina, saponina, vitexina, flavina.

6.10 Indicação: É indicado em casos de distúrbios digestivos, como diarreia e má digestão, pois ele aumenta a secreção enzimas digestivas, possuindo ainda efeito antibacteriano, vasodilatador, hipotensivo, ajudando a baixar o nível de colesterol, adstringente, vasodilatador, antitumoral, antiinflamatório, antioxidante, antiespasmódico, depurativo, hepatoprotetor, entre outros. Utilizado ainda em casos de angina peitoral, problemas cardíacos, aumentando

o fluxo sanguíneo cardíaco, possuindo ainda efeito anti-hipertensivo, diarreias crônicas, insônia, arritmias cardíacas, atuando sobre os músculos cardíacos, dismenorreia, garganta inflamada, anemia, artrose, estresse, fragilidade capilar, acne, Mal de Alzheimer, seborreia, dermatose, inchaço e gengivite.

6.11 Modo de uso: 6 a 15g, em decocção.

- Preparações: usar cru, para estagnação de sangue e alimentos. Tostado ou calcinado parcialmente para diarreia.

6.12 Contraindicações: usar com cautela em casos de deficiência do Qi do baço, pois, apesar dela reforçar o Qi do baço, a sua principal ação é romper a estagnação, podendo assim drenar o Qi e levar o agravamento dos sintomas de deficiência do baço (recomenda-se, neste caso, a utilização de doses baixas e a tostagem parcial da mesma). É necessário ainda, evitar seu uso em casos de deficiência de estômago e bexiga. Também é necessário um maior cuidado em casos de queimação ou pirose, uma vez que a mesma é amornante e aquece o estômago, podendo levar a uma queimação epigástrica, nesta situação, pode ser utilizada associada a ervas refrescantes. É contraindicado o uso em menores de 12 anos.

6.13 Interações medicamentosas: Evitar o uso associado com antiarrítmicos da classe III, sendo monitorado também em pessoas que utilizam medicamentos antiplaquetários, visto ainda que, houve interação com cardiotônicos, depressores do Sistema Nervoso Central, digoxina, terapias cardíacas (hipo ou hipertensivas) e benzodiazepinas, ainda em casos de medicamentos digitálicos e alguns medicamentos cardíacos houve uma potencialização de seus efeitos.

6.14 Aspectos simbólicos e sutis: Nada consta na literatura pesquisada.

7. REFERÊNCIAS

BRELET-RUEFF, Claudine. **As medicinas tradicionais sagradas**. Portugal: Edições 70, 1991, 294p.

CARIBÉ, José; CAMPOS, José Maria. **PLANTAS QUE AJUDAM O HOMEM**: Guia prática para a Época Atual. São Paulo, Pensamento, 1991. 321 p.

ECKERT, Achim. **O tao da cura: a teoria dos cinco elementos aplicada ao Qi Gong, Tai Chi, Acupuntura e Feng Shui**. São Paulo: Ground, 2011. 142p.

IBRAMEC. **Ervas isoladas**. Disponível em:

<http://www.ibramec.com.br/v1/index.php?option=com_content&view=article&id=79:ervas-isoladas&catid=79&Itemid=528>. Acesso em: 20 de abril de 2017.

LAO, Lixing. **Medicina Tradicional Chinesa**. In: JONAS, Wayne; LEVIN, Jeffrey S. Tratado de Medicina Complementar e Alternativa. São Paulo: Manole, 2001. cap. 12, p. 221 – 238.

MACIOCCIA, G. **Os fundamentos da medicina chinesa**. São Paulo: Roca, 1996. 659p.

PLANTAS QUE CURAM. Crataegus. Disponível em:

<http://www.plantasquecuram.com.br/ervas/crataegus.html#.WRXi_-Xys2w>. Acesso em: 20 de abril de 2017.

PURIFARMA. **Fucus**. Disponível em:< <http://www.purifarma.com.br/wp-content/uploads/2016/05/Fucus.pdf>>. Acesso em: 11 de mai. de 17.

SILVEIRA, Rodrigo. **Crataego**. Disponível em:

<<http://www.ervanarium.com.br/planta/23/crataego>>. Acesso em: 9 de maio

WEN, Tom Sintan. **Acupuntura clássica chinesa**. São Paulo: Cultrix, 2006. 248p.

ZHU-FAN, XIE. **O melhor da Medicina Tradicional Chinesa**. São Paulo: Roca, 2000 131p.

TESKE, M.; TRENTINI, A. M. **Herbarium: compêndio de fitoterapia**. Curitiba: Herbarium, 1997.

ALONSO, J. **Tratado de fitomedicina: bases clínicas y farmacológicas**. Buenos Aires: ISIS, 1998.

LORENZI, Harri; MATOS, Francisco José de Abreu. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Plantarum, 2008.