

## Cartaz – Ervas Medicinais e Seus Princípios Ativos

Erva	Princípio Ativo	Efeito Principal
Camomila	Apigenina	Calmante
Hortelã	Mentol	Digestão, frescor
Alecrim	Ácido rosmarínico	Memória, circulação
Erva-doce	Anetol	Digestivo, cólicas
Boldo	Boldina	Fígado, bile
Gengibre	Gingerol	Anti-inflamatório, náuseas
Capim-limão	Citral	Calmante, relaxante
Alho	Alicina	Antibacteriano, coração
Eucalipto	Eucaliptol	Descongestionante
Guaraná	Cafeína	Energia, foco