
COMO CONSULTAR NOSSA APOSTILA?!

- **ORIXÁS REGENTES:** Orixá que a erva carrega a energia.
- **POSSO PASSAR O BANHO PELA CABEÇA?** Pergunta campeã da nossa casa!!! Aqui sempre deixaremos claro se o banho de erva pode ser passado pela cabeça ou deverá ser feito apenas no pescoço para baixo. Caso seja uma erva que não seja indicado tomar banho, deixaremos nesse tópico também.
- **FUNÇÕES ENERGÉTICAS:** as funções energética da erva são os benefícios que ela irá trazer para o campo energético de cada um, através dos banhos ou apenas pelo ato de ter a planta por perto em casa ou no ambiente de trabalho. Como o equilíbrio do campo energético é de grande importância, ajudando neste ponto, também poderá trazer benefícios para o campo mental.
- **FUNÇÕES FITOTERÁPICAS:** as funções fitoterápicas da erva são os benefícios que ela irá trazer para o corpo físico através dos seus compostos e princípios ativos, seja internamente através de chás, sucos, tinturas, etc ou externamente através de compressas com chás, banhos de assento, extratos para pomadas, etc.
- **CONTRA-INDICAÇÕES:** Estas contra-indicações são ligadas as funções fitoterápicas da planta, quando e quais os casos que não são indicados o seu consumo por conta dos seus princípios ativos.
- **INTERAÇÕES:** Também são ligadas as funções fitoterápicas, indicando quais interações que seus princípios ativos podem gerar com outros compostos ou medicamentos.

+ **INFORMAÇÕES:** informações complementares e curiosidades.

