

					na culinária. Popularmente é usada para combater parasitas (tênia ou solitária) e como repelente de insetos
51	VASSOURINHA	<i>Scoparia dulcis</i> L.	Planta toda, mais comumente a raiz.		Problemas de pele, como coceira ou alergia; problemas gastrointestinais, como cólicas, má digestão e hemorroida; assim como problemas respiratórios. Além disso, pode ser utilizada em dores de ouvido, diabetes, inchaço e varizes.
52	VERBENA	<i>Aloysia citriodora</i> Palau	Folhas, raízes e flores.		Ansiedade, estresse, insônia, inquietação, acne, asma, bronquite, artrite, distúrbios digestivos, falta de apetite, úlcera, taquicardia, reumatismo, conjuntivite, faringite e estomatite.

				de glicose no sangue e aumenta a capacidade pulmonar.
46	POEJO NACIONAL OU BRASILEIRO	<i>Cunila microcephala</i> Benth.	Ramos com folhas	O poejinho possui cheiro aromático e sabor ligeiramente amargo. As folhas e flores são usadas na forma de chá como estimulante, antiespasmódico e no tratamento de tosses crônicas e infecção respiratória.
47	QUEBRA-PEDRA	<i>Phyllanthus tenellus</i> Roxb	Toda a planta	Tratamento de pedra nos rins, cólica renal, excesso de ácido úrico, disenteria, inchaços, falta de apetite, diabetes, azia, icterícia e prisão de ventre.
48	SÁLVIA	<i>Salvia officinalis</i> L.	Folhas e flores	Aftas, bronquite, gengivite, diarreia. Popularmente é usada para controlar diabetes e sintomas da menopausa, tremores e vertigens. Também é eficaz no tratamento da sinusite, quando usado na forma de inalações.

				relaxante eficaz, hidrata o corpo e ajuda a eliminar as toxinas contribuindo para o emagrecimento, devido à sua ação termogênica.
28	HORTELÃ	<i>Mentha</i> sp.	Folhas, caules e inflorescência.	Azia, má digestão, flatulência, náuseas e dor de dente.
29	INSULINA VEGETAL	<i>Cissus verticillata</i> (L.) Nicolson & C. E. Jarvis	Folhas	Diabetes, reumatismo, abscesso, má circulação e inflamação.
30	LOURO	<i>Laurus nobilis</i> L.	Folhas	Digestivo, gases, cólicas menstruais, infecções nos ouvidos, infecção na pele, dor de cabeça e reumatismo. O uso mais comum é na culinária, como condimento para pratos salgados.
31	MACELA	<i>Achyrocline satureioides</i> (Lam.) DC.	Flores e folhas	Azia, clarear cabelos, cólicas intestinais, contrações musculares brusca : contusões, desordens menstruais, disfunções gástricas, dor de cabeça, estimulante da circulação capilar, febre, feridas e úlceras.

3 / 135



24	ERVA DOCE	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	Frutos (grãos de erva-doce)	Estimulante das funções digestivas, dor de cabeça e lactação. Resfriado, tosse e bronquite, febres e inflamação de garganta.
25	ESTRAGÃO	<i>Artemisia dracunculus</i> L.	Folhas	Inapetência, digestão lenta ou difícil, flatulência, fermentação, cólica menstrual e parasitas intestinais. Diurético, gripes, dismenorreia, dor de dente e casos de insônia.
26	FOLHA-DA-FORTUNA	<i>Bryophyllum pinnatum</i> (Lam.) Oken	Folhas	Infecções respiratórias, tosse, febre, hematomas, cortes, arranhões, queimaduras.
	GENGIBRE	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Rizoma (raiz)	Doenças respiratórias e problemas de garganta. Eficaz contra enjoos em viagem e no tratamento da náusea.

19	CHAMBA	<i>Justicia pectoralis</i> var. <i>stenophylla</i> Leon	Toda parte aérea da planta	Alta, dermatite, secreções pulmonares, ferida e em casos de insônia.
20	CIDREIRA-DE-ÁRVORE	<i>Lipia alba</i> (Mill.) N.E. Br. Ex Britton & P. Wilson	Folhas e flores	Afecções da pele e das mucosas, cólica, flatulência, indigestão, náusea, dores musculares, laringite, resfriado, insônia.
21	CITRONELLA	<i>Cymbopogon nardus</i> (L.) Rendle	Folhas	Repelente para insetos e na aromaterapia. <u>Não confundir citronela com capim-limão.</u> As folhas de citronela são caídas nas pontas e possuem cheiro semelhante a produtos de limpeza. Enquanto que as folhas do capim-limão são eretas e tem aroma de limão
22	CONFREI	<i>Symphytum officinale</i> L.	Folhas, rizomas e raízes	Cicatrizantes nas contusões, ferimentos, combate pé de atleta e escaras por permanência no leito e feridas abertas por picadas de abelhas.
23	ENDRO	<i>Anethum graveolens</i> L.	Folhas, flores, sementes	Enjoos, estimulação da lactação, cólica intestinal em bebês, flatulências, dor de dente, azia, insônia, inflamação dos

				úlceras, inflamação dos olhos
11	BOLDO DE JARDIM	<i>Plectranthus barbatus</i> Andrews	Folhas	Problemas digestivos
12	CAMAPÚ	<i>Physalis angulata</i> L.	Folhas, frutos maduros e raízes	Diurético, anti-inflamatório e doenças de pele. Utilizada também em inflamações da garganta e do trato gastrointestinal
13	CÂNFORA	<i>Artemisia alba</i> Turra	Ramos, folhas e raízes	Dor muscular, contusões, feridas e picadas de inseto.
14	CAPIM LIMÃO	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf	Folhas	Digestivo, dor de cabeça, depressão, agitação, insônia, infecções da pele, além de tratar inchaços, dores musculares, pé-de-atleta, tosse, asma, febre, diarreia.
15	CAPUCHINHA	<i>Tropaeolum majus</i> L.	Folhas e flores	Balsâmico, antimicrobiano, problemas capilares e dérmicos.
	PARQUEJA	<i>Baccharis</i> sp.	Hastes aéreas	Auxilia nos regimes de emagrecimento e no tratamento de má digestão. É

				constipação. Para uso externo, possui um efeito adstringente em feridas, ajudando na cicatrização.
8	BABOSA	<i>Aloe arborescens</i> Mill.	Folhas e seiva das folhas	Acne, queda de cabelo, anemia, dor de cabeça, dor muscular, para hidratar a pele, prisão de ventre e problemas digestivos. Também, indicada no tratamento local de ferimento e queimaduras da pele.
9	BÁLSAMO	<i>Sedum dendroideum</i> Moc. & Sessé ex DC.	Folhas	Contusões, torções, machucaduras, úlceras, inflamações gastrintestinais e de pele e em casos de cefaleias.
10	BELDROEGA	<i>Portulaca oleraceae</i> L.	Planta inteira	Enterite aguda, mastite, hemorroidas, cistite, cólicas renais, queimaduras,