

#### Abacateiro

Sinônimos: Persea gratissima Gaertn, Árvore de manteiga. - As folhas e as frutas são ricas em proteínas e vitaminas. É diurético, estomáquico, anti-sifilítico. Combate o artrismo e a gota, calmante de dores, elimina urina, cálculos biliares e, melhora os rins e a bexiga. Somente devem ser usadas as folhas secas do abacateiro, porque as verdes produzem palpitações cardíacas e prejudicam o coração. O caroço ralado e macerado em álcool serve para fricções contra o reumatismo e nevralgias, e, torrado, o pó, (uma colher de chá combate as diarréias, gases intestinais e os vermes. A massa do fruto ou suco do carroço são tônicas do couro cabeludo e melhora os cabelos.

#### Abacaxi

A fruta, a casca e mesmo as folhas são desobstruentes do fígado; favorecem a digestão, são depurativos do sangue e combatem a prisão de ventre. Além de refrigerante geral, os seus xaropes são benéficos nas doenças respiratórias, bronquites e dores de garganta. É desaconselhável durante a gravidez e nas doenças cutâneas.

#### Abóboras

Sinônimos: Cucurbita maschata Duch, Abobora rasteira, Abóbora cheirosa, Abóbora moranga, Jerimum. - As sementes ajudam a eliminar as lombrigas e a solitária. Esmagar dois copos de semente de abóbora fresca e sem casca, num pouco de leite. Tomar em jejum. Duas hora depois, tomar duas colheres de óleo de Rícino. Não ingerir nenhum outro alimento. Se no dia seguinte as tênia não tiverem sido expulsas repetir mais uma vez o tratamento. O suco das folhas e das flores curam inflamações do ouvido, dos rins, da bexiga, da próstata, do estômago, da erisipela e aplica-se em queimaduras. A abóbora e as flores, são bom alimento; da casca se faz um fortificante especial. Chá do cabinho e das folhas combate febres e favorece a urina.

#### Abóbora-d'anta

Sinônimos: Trianosperma trilobata, aboboreira-do-mato. Originária do Brasil, tem alto poder medicamentoso. É um dos mais poderosos depurativos do sangue, e indicada com resultados surpreendentes no reumatismo agudo ou crônico, na ciática e no ingurgitamento das glândulas internas. Usa-se o cozimento das cascas ou raízes para meio litro de água. Cozinhar bem, coar e tomar o chá.

#### Abutua

Sinônimos; Uva-do-rio-apa, butua, parreira brava, videira silvestre. - É uma trepadeira muito bonita que produz cachos de bagas pretas semelhantes à uva, mas que não devem se comidas. - Combate eficazmente a dispepsia por falta de suco digestivo. Empregada nas más digestões, tonteiras, diurético, tônico e anti-febril, contra dores, esclerose, nervosismo e de ótimo efeito nas menstruações difíceis, nas cólicas anteriores e posteriores ao parto, regras atrasadas, hidropisia, corrimento blenorágico. Usam-se a raiz e lascas do tronco em infusão (20 gramas para 1 litro de água).

#### Abutua-jarrinha

Sinônimos: Aristoloquia, capa-homem, jarrinha, cipó-mata-cobras, papo-de-peru, parecido com cipó mil-homens; as flores e as raízes gozam de propriedades curativas para o estômago, para atonia do útero, esclerose, falta de apetite, cólicas, nevralgias, tristeza, sono após as refeições, úlceras varicosas, hidropisia. Diz o erudito Dr. Mure que esta planta dá ótimos resultados nas pessoas muito sensíveis e nervosas com sobressaltos,

#### Acácia-Jurema

Sinônimos: jurema-preta, jerema. Os índios brasileiros fazem com ela uma bebida e dizem que, com ela, se encantam e se transportam ao Céu. As cascas desta planta são ricas em Estrifino, as quais são empregadas em casos de úlceras, cancrs, flegmão e erisipelas. O chá em infusão. 1 colher das de sopa das cascas para meio litro de água fervente. Uso int.

#### Acacioba

Sinônimos: Hydrocotyle umbelata, erva-do-capitão. É uma planta que dá no Brasil e na Argentina. Muito recomendada para doenças do fígado. Usando-se para tal, as folhas. Usa-se a infusão, como diurético, nas doenças do baço, desinterias, moléstias da pele e males causados pela sífilis. O uso dessa planta deve ser moderado pois em dose elevada provoca vômitos.

#### Acanthea virilis

Sinônimos: marapuama, pau-homem. Arbusto comum no norte do Brasil. Flores brancas, de perfume penetrante de jasmim-laranja. O cozimento das cascas é usado contra reumatismo, nevralgias, doenças do sistema nervoso e impotência masculina. Quando se verifica a queda das forças genitais, o uso deste vegetal dá resultados altamente satisfatórios, sendo considerado específico da neurastemia genital. O chá é feito em cozimento das hastes e raízes das plantas novas. Tomar 4 xícaras ao dia.

#### Açafrão

Sinônimo: açafrão-oriental. - Usam-se os estigmas em chá ou cozimento para combater gases intestinais, doenças dos rins, histeria, perturbações nervosas, asma, tosse, bronquite, coqueluche, melancolia. A raiz é diurética, digestiva e acelera a circulação. Em doses elevadas produz, embriaguez e delírio. É preciso cuidado! Usar doses fracas, 1 vez ao dia.

#### Açoita-cavalo

Sinônimos: Luhea grandiflora, Ivitinga, mutamba-preta, caa-abeti, papeá-guaçu. O cozimento das cascas usa-se para clísteres, desinteria e hemorragia, artrite, úlceras internas, limpar o sangue, leucorreia, reumatismo, tumores e inflamações internas. Usar As folhas e flores desta planta, misturadas com folhas de gervão, agrião e casca de angico, dão um ótimo xarope contra tosse. Todas as Luheas conhecidas por açoita-cavalo são adstringentes.

#### Acônito

Sinônimo: Aconitum napellus; Antinevrálgico, sobretudo na nevralgia facial. Indicado nas febres e no início do tratamento de todas as doenças inflamatórias e febris com calafrio seguido de calor seco e ardente. Usar a tintura-mãe homeopática na dose 2 gotas em 1 cálice de água de 2 em 2 hora. "Não dar Acônito nas febres em que há envenenamento do sangue.

#### Actea racemosa

Sinônimo: Cimifuga: Usada em nervosismo, perturbações cardíacas reflexas do útero e do ovário. A ação do coração parece cessar de repente, sufocação iminente, palpitação ao menor movimento. Dores nas mamas, especialmente do lado esquerdo. Nevralgia ciliar. Prefira usar Homeopatia. Usar tintura na 30ª dinamização, 10 gotas pela manhã em 1 cálice de água, e 10 gotas à noite.

Os bulbos são emolientes, para supuração de tumores; o óleo emprega-se nas nevralgias e dores de ouvido.

#### Agoniada

Sinônimos: Plumeria lancifolia Muell, Agonium, Arapuê, Apocinaceae -  
Indicações: menstruações irregulares, dolorosas, inflamação do útero e ovários. Nas febres intermitentes, clorose e adenite. Substituto da quinina. Parte usada; folhas secas (infusão: preparar o chá com duas xícaras(cafezinho) da planta picada em um litro de água. Tomar de 4 a 6 xícaras de chá ao dia. Cascas secas: Decocção (preparar o chá com duas xícaras (cafezinho) da planta picada em um litro de água. Tomar de quatro a seis xícaras de chá ao dia.

#### Agrião

Sinônimos: Nasturtium officinale, agrião d'água. Emprega-se o suco e o chá no raquitismo, afecções da pele e pulmões; tosse, catarro no peito, bronquite alérgica, limpa o sangue, os rins, o fígado de seus cálculos. Deve ser usado cru, pois cozido perde suas propriedades medicinais. As mulheres grávidas não devem comer agrião em grande quantidade, pois devido à sua ação sobre a matriz pode provocar o aborto. Com 250g de suco, 1 clara de ovo e 350g de açúcar, se faz um bom xarope para tosse e catarro pulmonar.

#### Agrião do Pará

Sinônimos: Spilanthes acmella murr, Agrião do Brasil, nhambu; tem as mesmas indicações do que dissemos acima. Mas é empregado também o extrato das flores frescas contra dor de dente. Com um palito, mergulha-se um pedacinho de algodão no suco e põe-se na cárie dentária. Muito usado pelos sertanejos brasileiros.

Agrimônia Estimulante, tônica dos nervos, melhora o apetite, ajuda na má digestão, combate impurezas da pele, cálculos renais e biliares, favorece o funcionamento do fígado e a cura de inflamações das amígdalas, da faringe, das anginas, da boca e da garganta.

#### Aguapé

Sinônimos: Lírio d'água, Orelha de burro. Usar as raízes como adstringentes para combater as desinterias, as flores para blenorragia e outros corrimentos do aparelho genital.

#### Aipo das hortas

Sinônimo: Celeri ou cerely. Os talos comem-se crus em salada e são apropriados nos males uterinos, na falta de regra; O chá das folhas é bom na extinção da voz, diurético, contra gases e é depurativo do sangue. Como alimento ou em forma de chá, é aconselhado aos que sofrem de artrite, de reumatismo ou de ácido úrico. Sua raiz é empregada contra cálculos do fígado e dos rins, como na icterícia. Regulariza as menstruações. Externamente, é recomendado nas inflamações dos seios das mulheres que recém deram à luz, devido ao estancamento do leite.

#### Alcachofra

Sinônimo: Cynara Scolimus: Excelente para o fígado, icterícia, escorbuto, febre reumatismo crônico e prisão de ventre; enérgico diurético eliminador de ácido úrico, aumenta a secreção biliar, a flor é boa salada, comece a parte final das folhas e o coração da alcachofra. Faz baixar a pressão

#### Alcaçuz

Sinônimo: Raiz-doce. Esta espécie é brasileira, descoberta pelo sábio botânico Von Martius, que disse certa vez: "As plantas brasileiras não curam; fazem milagres!". Tem as mesmas propriedades do alcaçuz europeu, cujo nome botânico é *Glicirrhiza Glabra*. Acredita-se que mascando habitualmente a raiz do alcaçuz, abandona-se com facilidade o vício de fumar. Usado ainda na prisão de ventre, nas inflamações das vias urinárias. As raízes em cozimento são valioso remédio contra tosse, falta de ar, bronquite e rouquidão.

#### Alecrim-de-jardim

Sinônimos: *Rosmarinus officialis*, Alecrim de jardim, Rosmarino. Emprega-se muito na debilidade cardíaca, é excitante, tônico do coração e do estômago combate gases, é antisséptico. Usa-se o chá na falta de apetite, histeria, nervosismo, digestões difíceis, tosses, bronquites. Males do fígado rins e intestinos. Provoca suor. Em banhos, alivia o reumatismo e cura feridas. A infusão deve ser feita com 6 a 10 g das folhas para meio litro de água fervente. Este chá também é bom para menstruação irregular, emoção de grande pesar e retenção de urina. Na aplicação externa para lavagens vaginais. O vinho de alecrim pode ser usado para combater o fastio. Para isso usar 60 g de folhas em infusão, coar, e nesta infusão misturar vinho branco doce. Tomar 1 cálice pequeno pela manhã em jejum e outro após as refeições. Não ferver o alecrim, pois suas propriedades se perdem.

#### Alface

Sinônimos: *Lactuca sativa*, Alface das hortas. - Calmante, contra insônia, palpitações do coração, ajuda ao estômago; nas vertigens, alface com malva combate a tosse e os catarros.

#### Alfafa

Sinônimo: Luzerna. - Bom reconstituente, antiescorbútico; o suco fresco é excelente contra raquitismo; contém muitas vitaminas; abre o apetite; calmante dos nervos; combate a cistite crônica e o reumatismo. Contra apendicite. Seu cozimento usado para banhos e fricções alivia e estimula os membros cansados e doloridos.

#### Alfavacas

Sinônimos: *Ocimum Basilicum*, *Ocimum gratissimum*, Basilicão, Manjericão, alfavaca-do-mato. Usa-se o cozimento das folhas em banhos, emplastos e bafos, no tratamento do reumatismo, inflamação dos testículos, paralisia, pernas inchadas, cálculos e cólicas renais. Internamente, o chá em infusão para areia dos rins, tosse convulsa e irregularidade menstrual, angina, ajuda o estômago, diurético, estimulante, sudorífico. 5 g de folhas para meio litro de água fervente.

#### Alfazema

Sinônimos: *Lavandula vera*, *Lavandula officialis*, alfazema do mato: Excitante e antiespasmódica. Na falta de regras, promove ou restabelece o fluxo menstrual. Usa-se o chá das folhas para expelir gases intestinais. Para asma, afecções do fígado e baço, nervosismo, dor de cabeça, neurose cardíaca, ventuosidade, tosses catarrais, feridas, abscessos, acne, reumatismo, gota. Sua essência combate piolhos e outros parasitas. A infusão das sementes serve para digestões difíceis.

#### Algodoeiro

queimaduras e cura feridas; inflamações uterinas, corrimentos vaginais, dores ovarianas. A casca da raiz e as sementes são diuréticas e empregam-se nas afecções dos rins e hemorragias após o parto, retenção da placenta. favorecem as menstruações difíceis; provocam contrações uterinas e não se recomendam a mulheres gestantes. Aumenta a secreção de leite nas glândulas mamárias.

#### Alho

Sinônimos: *Allium sativum*, alho-comum, alho-manso: os dentes do alho fervidos com leite em forma de chá, são usados para baixar a pressão arterial, desinflamar os brônquios, abortar a gripe. Febrífugo, contra diabete, alho com azeite alivia a dor de ouvido. Combate areia e pedras da bexiga. O Botânico Oriard diz que "externamente o alho socado cru, misturado com um pouco de manteiga fresca e aplicado sobre ferimentos causados por prego enferrujado, espinhos, lascas de madeira, vidros, matéria plástica etc., faz com que se desinflame". O chá do alho pode ser usado misturado com anis-estrelado e raiz de funcho para corrigir o mau hálito.

#### Almeirão

Sinônimo: Chicória: Evita perturbações estomacais; bom para o fígado e os rins; digestivo; brando laxativo; como salada, é saudável. Seu uso freqüente renova e fortalece a pessoa.

#### Aloés

Ir para Babosa.

#### Altéia

Sinônimos: *Althaea officinalis*, malvaíscio, malvarisco. As folhas e raízes são usadas como emolientes nas irritações da pele; O chá das folhas em infusão serve como loção e fomentação para acalmar dores e erupções cutâneas. O cozimento das raízes e flores é bom para curar tosse nas crianças e pessoas idosas.

#### Ameixeira do japão

Sinônimo: Nespereira, Ameixa-de-inverno. - Fruta amarela que dá no fim do inverno. Fruta laxativa; combate a prisão de ventre e diarreia nas crianças; das folhas se faz um bom xarope contra tosse; é adstringente e emoliente; ajuda a baixar a pressão; é depurativa; chá das flores e folhas combatem a gripe. Rica em vitaminas.

#### Ameixa-do-Japão

Sinônimos: Ameixa-amarela; *Prunus triflora*. - A ameixa-do-Japão é planta que tem sua origem na Ásia, tendo-se aclimatado no Brasil. Externamente ela tem uma casca vermelho-escura, na parte interna sua polpa é amarela, com uma única semente. Ainda hoje, no Japão, todas as famílias tradicionais fazem anualmente um ritual de salga e conservação dessa preciosa ameixa japonesa, que não é tocada senão após três anos. Aqui no Brasil e em outras partes do mundo, pode ser obtida em lojas macrobióticas, e tem infinidade de usos como comida e como medicamento. - É emoliente, depurativa de todos os órgãos internos, tem um grande poder desintoxicante. Nos casos de gripe muito forte os macrobióticos usam esta ameixa salgada picada em pedacinhos dentro de uma taça de banchá ou chá-verde natural folhas são antes torradas levemente numa panela esmaltada em fogo médio. Depois junte água fria e deixe ferver dez minutos. Tomar 2 vezes ao dia, após as refeições.

Existem mais de 150 espécies. É de uso mundial como laxativa, seja comendo umas 7 a 10 frutas, mesmo secas, ou fazendo chá delas. É indicada na prisão de ventre, contra hemorróidas, desobstruente do fígado e dos intestinos. Rica em fósforo, sendo daí boa para fortalecer o cérebro dos intelectuais e estudantes.

#### Amêndoas-Amargas

Sinônimo: *Amygdalus communis amara*: - - A árvore que produz as amêndoas-amargas tem as folhas alongadas, lanceoladas e dentadas nas bordas; flores que nascem isoladamente, e fruto oval, achatado e recoberto de lanugens. Muitas são as espécies desta planta, sendo em número de vinte as conhecidas, e, quanto às suas variedades, estas, segundo alguns autores, além de seiscentas. - A amêndoa-amarga é fruto gostoso e por isto muito apreciado, sendo também nutritivo. Dá em vários Estados do Brasil, mas é cultivado em mais alta escala no Rio Grande do Sul. Contém emulsina (que é uma espécie de fermento), óleo, goma e sacarina, sendo nela encontrada também uma substância denominada "Amigdalina", que, misturada com água e sob a influência da emulsina, sofre um desdobramento, produzindo glicose e ácido cianídrico. A presença deste veneno no fruto exige muita cautela na ingestão do mesmo, que pode acarretar envenenamento. - estas amêndoas são alimentícias, dotadas de poder emoliente e sedativas. Muito indicadas no tratamento das doenças do estômago, do aparelho urinário, das tosses e bronquites, cálculos e catarros vesicais, hemoptises e gonorréias.

#### Amêndoas-doces

Sinônimo: *Amygdalus communis dulcis*:. Essas amêndoas são achatadas, um tanto compridas e externamente de uma cor pardo-amarelada. Contém uma substância, cuja consistência é dura, sendo inodora, esbranquiçada e de sabor doce. A *Amygdalus communis dulcis* é encontrada com relativa abundância em muitos pontos do nosso país, principalmente nos Estados do Sul. - Emoliente. Usam-se as amêndoas-doces para debelar as febres e as inflamações em geral. Antigamente se preparava um bolo com estas amêndoas, o qual entrava no regime alimentar dos diabéticos, como sucedâneo do pão, de maneira vantajosa, assim prestando aos doentes real benefício.

#### Amendoim

Sinônimo: *Arachis hypogaea*. As sementes são estimulantes e reconstituintes. Torradas; com açúcar, limão e água, dão um rico refrigerante. É bom as crianças comerem um pouco por dia; contém vitamina A, indicada para fortalecer a vista, a pele e a mente.

#### Amor-de-Homem

Sinônimo: *Chaptalia tomentosa*. A semente cozida usa-se externamente para lavar úlceras e tumores linfáticos. As folhas aquecidas e colocadas nas têmporas curam dor de cabeça e produzem sono.

#### Amor-do-Campo

Sinônimos: *Desmodium axilare*, carrapicho, mundurana, barba-de-boi. Usa-se o cozimento das folhas no tratamento da leucorréia, ou corrimento, blenorragia, diarréia. Indicada para dores nos membros, disenterias, inflamação e rubor do pênis e gonorréia.

#### Amor-Perfeito

Sinônimos: *viola tricolor*, violeta-de-três-corres, Jacea, Erva-da-Trindade.

flores são usadas contra espinhas e manchas na pele, vontade freqüente de urinar, urina fétida e turva, palpitação do coração e dores de cabeça. A dose é de 10g de folhas para 1 litro de água fervente

#### Amora do mato

A infusão de suas folhas emprega-se em todas as classes de diarreias, azia, câibras de sangue, hemorróidas; em gargarejos, nas inflamações da garganta e da boca. A raiz é boa contra hidropisia e areias nos rins, contra a pressão alta e a diabete.

#### Amora preta

Sinônimos: Morus nigra, Amora-da-silva. É árvore de copa ampla, com folhas mais compridas do que ovais, revestidas de pêlos finos, e flores em cachos. Fruto ácido e comestíveis, sendo as folhas aproveitadas para alimentar o bicho-da-seda. - O lenho da amoreira é de qualidade apreciável, sendo usado na confecção de obras de marcenaria. - Adstringente. - Usa-se externamente, em gargarejos, para combater as aftas e inflamações das amígdalas. Emprega-se ainda em outras afecções da garganta.

#### Angélica-dos-jardins

Sinônimos; angélica-da-boêmia, angélica-sativa, erva-do-espírito-santo, raiz-de-longa-vida. É uma planta estimulante, depurativa, diurética, estomacal, emenagoga. Usa-se para: bronquites, câibras, dores de cabeça, cólicas, debilidade e dilatação do estômago, doenças dos rins, bexiga, fígado, gota, reumatismo, rouquidão, convulsões enfermidades da garganta. Embriaguez habitual; tomar a tintura, 10 gotas ao dia. Contra gases, falta de apetite, tônica do coração e fraqueza dos nervos. - O chá das raízes de angélica misturado com chá de losna, é muito bom para câibras no baixo-ventre e mucosidades pulmonares.

#### Angelicó

Chamado também de jarrinha ou cipó-mil-homens ou cassau. Convulsões epilépticas, nevralgias, provoca suor; bom na falta de apetite, digestões pesadas; combate a febre, provoca regras e desinflama os testículos. A semente é abortiva, não recomendada para as gestantes.

#### Angico

Sinônimos: Piptadenia macrocarpa Bemth, Acácia virgem, Angico vermelho, Acácia angico. - Emprega-se a goma dissolvida em água quente com mel ou açúcar, para tosses, bronquites, rouquidão, asma e afecções respiratórias. O chá ou xarope da casca combate ainda a diarreia, desinterias e anginas. É adstringente, depurativo, hemostático e útil nas leucorréias e gonorréias. O chá da resina emprega-se em casos de pele irritada e queimaduras de sol.

#### Anil-Anileira

Sinônimos: Indigofera anil, anileira-da-índia. Dela resulta o popular anil, que se usa para ajudar a clarear a roupa branca. A haste, as folhas e as raízes em infusão servem contra dores nas articulações, dores nos nervos do rosto, perturbação na circulação com torpor nos membros, inflamações agudas da pele, que se caracterizam pela erupção de vesículas, hemorragia nasal.

#### Anis

Sinônimos: Erva-doce, Pimpinella anisum, anis-verde. Chá de uma colher de sementes combate: cólica de crianças, diarreia crônica, provoca sono, evita

intelectuais. Aumenta a urina. O cozimento das sementes mantém a juventude do rosto se usado como loção todos os dias.

#### Aperta-Ruão

Sinônimos: Piper aduncum, papa-buraco, jaborandi-falso: - O aperta-ruão é adstringente. Os frutos são diuréticos e resolutivos. Em casos de mau hálito, mascam-se folhas cascas ou raízes de aperta-ruão para perfumar a boca.

#### Araçá

O fruto é rico em vitamina C. Aproveitam-se as cascas, as folhas e as raízes para combater diarréias, disenterias, doenças do coração, das vias urinárias e de hemorragias.

#### Araruta

Sinônimos: Agontiguepe, Marantha arundinácea. Erva viváz, com escamas; folhas pecioladas, alternadas, lanceoladas, com extremidade inferior em ponta aguda, um tanto peludas no lado inferior; flores de cor branca, pequenas, que se apresentam solitariamente ou então em panículas; e sementes de superfície enrugada, de um vermelho pálido. - É do rizoma que se extrai uma fécula branca, sem cheiro, de consistência delicada, tradicionalmente empregada em confeitaria para a confecção de biscoitos, bolos e doces. A araruta não é extraída somente da planta a que nos estamos referindo, sendo também obtida de outros vegetais, como por exemplo, a Marantha ramosissima, nas Índias; e no Chile da Alestremeria pallida. Entre nós, tira-se araruta também da mandioca e da batata-inglesa. Há algumas variedades, dentre as quais as seguintes: - Caixulta-de-São-Paulo, caixulta-comum, caixulta-especial, caixulta-gigante, Marantha indica e Marantha silvatica. A araruta contém uma substância de gosto acre que ataca a pele, irritando-a, e suas folhas constituem boa forragem. - A araruta é indicada na convalescença, seu mingau fortalece os fracos, crianças e idosos e nos outros casos de debilidade orgânica, agindo como fortificante pelo seu poder alimentício. Em pessoas com problemas intestinais, dispepsias. Aplica-se também em feridas purulentas; é contra veneno de cobras.

#### Araticum

Tônico, adstringente, contra sapinho da garganta; cozimento feito da goma ou das folhas recomenda-se muito contra cólicas, diarréias, fraqueza do estômago e dos intestinos; é de bom efeito no reumatismo, fazendo banhos. A semente e a casca reduzidas a pó e com azeite, atuam contra os piolhos, feridas cancerosas e sífilíticas; seu chá elimina vermes.

#### Arnica

Sinônimos: Solidago microglossa, Solidago vulneraria, Leonorus iberica, Erva lanceta, Quinino-dos-pobres. Nos traumatismos, golpes e ferimentos; machucaduras; aplicar e tomar; anemia; coqueluche; paralisia; hemorragias e vias urinárias; trombose, e, em caso de derrame, reabsorve o sangue. O povo chama a várias ervas com este nome, mas tem propriedades idênticas. A tintura homeopática na 30a dinamização é aconselhada contra reumatismo; o remédio mais geral a dar depois das operações cirúrgicas para prevenir complicações. A dar depois do parto, não havendo outra complicação. "Se dá arnica antes e depois da expulsão do feto quase infalivelmente prevenirá a febre puerperal"; afirma o médico-ginecologista, Dr. Dewey. - Em fricções o Gliceróleo homeopático de arnica faz desaparecer as dores musculares ou



#### Aroeira

Não é aquela que causa alergias. Indicada para banhos no reumatismo, dor ciática, diarréias e disenterias; é adstringente. A casca é de valor contra feridas, tumores e inflamações em geral, hemorragias internas, problemas respiratórios e cicatrizante. Os jesuítas preparavam com a resina o famoso bálsamo das missões.

#### Arrebenta-cavalo

Sinônimos: Solanum agrarium, melancia-da-praia. Emprega-se exteriormente toda a planta em infusão, para curar panos e manchas na pele, furúnculos, urticária. Usar doses fracas, pois na opinião do Dr. Barbosa Rodrigues toda a planta é venenosa, quer para o homem quer para os animais. Os cavalos, quando comem os frutos, morrem, e as vacas, se não morrem, transmitem pelo leite as propriedades tóxicas da planta. Usa-se apenas externamente em doses fracas.

#### Arroz

Sinônimo: Oriza sativa. - O arroz escuro, natural, integral, sem polimento, é o alimento perfeito. Tem sido há muitos séculos o alimento básico de vários povos orientais. Cada grão de arroz integral contém todos os naturais sais minerais, vitaminas, proteínas e compostos orgânicos que produzem as gorduras, necessárias para a nutrição do homem" Diz o Dr. George Ohsawa, o Papa da macrobiótica no Ocidente. Há cerca de uns oitenta e poucos anos, depois da invenção alemã das máquinas polidoras "Engelberg" que despojam cada grão de arroz de seu revestimento protetor e transparente externo, transformando-o assim no chamado arroz refinado e polido, foi que o arroz branco apareceu e entrou na moda, pulverizado de talco e revestido de parafina... - Despojado de suas cascas protetoras, o arroz branco, que não pode ser armazenado sem o uso de aditivos químicos, possui apenas hidratos de carbono perecíveis. - Mas o arroz integral - hoje tão difundido, continua com suas maravilhosas propriedades curativas. É emoliente, desinflamante do tubo digestivo. Cura os intestinos, especialmente o duodeno, livrando-o de vermes. Eis uma receita simples do antigo Oriente. Coma um punhado de arroz integral cru, pela manhã, mastigando-o cem vezes, pouco a pouco. Fazendo isto após alguns dias ficará admirado com os resultados. - A água de arroz desinflama o tubo digestivo e é boa, por isso, para as crianças. Arroz cozido usa-se para cataplasmas, abscessos, inflamações, eczemas.

#### Arruda

Sinônimos: Ruta montana, arruda-dos-jardins. Estimulante, anti-helmíntica, boa contra histeria, lombrigas, incontinência da urina, nevralgias dos olhos, paralisia, gases intestinais, regras suprimidas bruscamente, para lavar feridas. No uso externo a arruda cura unhas encravadas. - A infusão deve ser feita com 3 g de folhas frescas para 2 copos de água fervente. Quando se quer expelir vermes das crianças socam-se algumas folhas de arruda com mel silvestre natural, não glicosado, para aplicar em cataplasma sobre a barriga das crianças. O suco fresco da arruda, pingado nos ouvidos duas ou três gotas, cura a zoadá ou zumbido. Mata os piolhos, lavando a cabeça com um cozimento bem forte.

#### Artemísia

Sinônimos: Artemis vulgaris, Artemigem, Artemija. O chá das folhas em infusão cura doenças uterinas provenientes de resfriados, dissolvente de pedras da bexiga, retenção de urina, convulsões das parturientes; bom para o

neuralgia, reumatismo; em casos de dores reumáticas, fazem-se fricções com o suco desta erva, sobre as partes doloridas. Pode-se, para o mesmo fim, aplicar cataplasmas quentes feitos com o cozimento das folhas de artemísia. Use 1 colher de sopa para cada xícara de água e ferva em fogo brando por 10 minutos. O chá de artemísia, tomado durante oito dias antes do parto, aumenta a secreção das mucosas genitais e facilita o parto.

#### Aspargo

Diurético, sedativo; recomendado nas afecções do fígado, estômago e rins; acalma a palpitação do coração.

#### Assa-peixe

Sinônimos: Bohemeria caudata, Mata-pasto, Mata campo. - Contra a gripe pulmonar, tosses rebeldes, bronquites e hemorróides; e em banhos nas afecções do útero; alivia pontadas, dores no peito e nas costas, amarelão(raiz). O cozimento da raiz estanca o sangue pela boca e desfaz postemas internos.

#### Aveia

Sinônimos: Aveia-comum, Avena sativa. Fortificante especial para crianças e velhos e anemia em geral; normalizadora da pressão baixa. Útil nas doenças urinárias, gota, tosses e hemorróides. A palha é muito eficaz e usada para banhos e aplicações externas, agindo como desintoxicante geral.

#### Avenca

Sinônimos; Adiantum capillus veneris, Avenca-comum, Capilária. - Especial contra o catarro pulmonar, gripes, tosses e bronquites; diarréia e disenteria; combate a calvície; faz desaparecer pólipos e verrugas com macerado em álcool, passando 3 vezes ao dia. Acalma dores reumáticas e cura males do ovário e da bexiga.

#### Azedinha

Sinônimos: Erva-saracura, erva-de-sapo, erva-azeda. - rica em vitaminas, sobretudo C; bom constituinte contra escorbuto e disenteria; refrigerante; inflamações da garganta; sapinhos, que são uma espécie de aftas, ou vesículas brancas que costumam aparecer na boca dos bebês; catarro da bexiga. Ativa as funções do fígado; recomendada nas menstruações escassas; bom depurativo do sangue e impurezas da pele.

#### Babosa

Sinônimos: Erva-babosa, Aloes perfoliata, Aloes humilis, caraguatá. - As folhas são emolientes e resolutivas, a polpa passa por vulnerária e antioftálmica, o suco é aplicado sobre inflamações, queimaduras, eczemas, queda de cabelo, laxativa; contra prisão de ventre; resolutiva posta sobre tumores; um dos melhores remédios para o estômago e fígado; febres intestinais; depurativo do sangue; lavar e curar feridas; doenças da pele. Seu cozimento é ótimo remédio contra caspa, crespidão e calvície. Contra-indicada nos casos de cálculos renais e hemorróidas. - "A babosa é oriunda da África, e há dez séculos é conhecida na Europa, especialmente na Rússia. Era usada como remédio contra distúrbios gastrintestinais, tuberculose, doenças dos olhos, garganta e distúrbios do sistema nervoso. - A grande maioria das senhoras russas cozinham uma geleia de babosa com mel, e usam-na para evitar e curar a tuberculose.. receita de babosa à moda russa. - 4 partes de folhas de babosa picadas finas; - 1 parte de álcool

liqüidificador. Tomar 1 colher de sopa desta geleia, 40 minutos antes das refeições. Segundo o Dr. Eilatow, da Academia de Ciências da União Soviética, esta geleia de babosa melhora a digestão, cura úlceras gástricas e também pode ser usada externamente como creme de beleza para alisar e rejuvenescer a pele.

#### Badiana

Sinônimos: Anis-estrelado, Anis-da-sibéria, Funcho-da-china. O caule é alto, medindo de 7 a 13 metros de altura. As folhas são pontiagudas; flores amarelas e compridas e o fruto composto de cápsulas, presas entre si na parte inferior, tem a forma de uma estrela e de aroma muito suave. - É planta de grande valor medicinal, tendo largo emprego no tratamento de gases intestinais, perturbações do estômago, cólicas ventosas, dispepsia flatulenta, eructações, hipocondria. - Usam-se as folhas e os frutos estrelados em infusão. - No Japão e na China usam misturar anis-estrelado em partes iguais com Banchá ou chá-verde de três anos, para facilitar a digestão.

#### Bálsamo-do-jardim

Sinônimo: *Cotyledon orbiculata* L. - Cicatrizante, cortes ferimentos (folhas frescas aplicar o sumo); úlcera no estômago e intestino (folhas frescas, comer salada sem tempero).

#### Bálsamo-do-peru

Sinônimos: *Myroxilon peruiferum*, bálsamo-das-índias, bálsamo-de-são-salvador. - Planta originária do Peru, muito bem aclimatada no Brasil. Escorre das cascas um óleo resinoso, vermelho-vinho, grosso, de aroma muito agradável e gosto amargo, sendo solúvel em álcool. Usar em tintura, excitante e usado em vinhos, tônicos medicinais. Bom para os brônquios.

#### Bambu

Sinônimos: *Bambusa guada*, *Bambusa vulgaris*. Contra febres; depurativo; a água e a fuligem branca, nos entrenós, é contra veneno geral; antídoto universal; hemorragias afecções nervosas; hemorróidas; diarréias; perturbações do estômago. Os rebentos novos são comestíveis e suas sementes rico alimento.

#### Bananeira

A fruta é um ótimo alimento. As folhas se usam em aplicações externas e em banhos contra urticária, inchaços, inflamações dos testículos, febres locais curar feridas. A água do tronco, tomando um litro por dia, cura a icterícia; e ajuda a debelar a maioria das febres. A casca da banana tem serventia contra machucaduras, esfoladuras e a massa interna da casca dá uma ótima pomada para curar feridas e úlceras. Para debelar a azia, come-se um pedaço

gordura, fabrica-se um ótimo sabão.

#### Bananeira-de-São-Tomé

Sinônimos: Musa paradisíaca, missara, zombi, lombi. - As folhas são usadas em cozimento contra urticária, ingurgitamento dos testículos, inchaço crônica das pernas. Uso externo em banhos quentes. O fruto é usado assado e serve como alimento muito nutritivo.

#### Barba de bode

A infusão do pé todo é bom para os rins, catarro de bexiga, blenorragias, e seu xarope é contra bronquites crônicas. Externamente aplica-se em cataplasmas sobre o fígado. O pendão(espiga); com o seu cheiro afugenta a traça.

#### Barba-de-Pau

Sinônimos: Barba-de-Velho, Tillandsia recurvata. Usa-se contra hemorróides, varizes dores e inflamação do reto; úlceras varicosas. Amassa-se e o suco se mistura com azeite, gordura de coco, obtém-se uma pomada, ou faz-se um supositório contra hemorróides. Usar a planta em cozimento para banhos externos. Para uso interno aconselha-se a usar a tintura homeopática.

#### Barbatimão

Sinônimos: Stryplinodendron barbatimão, Acácia virginalis, Mimosa virginalis, Ubatimó, Paricarana, Pau-de-aperto. Usam-se as cascas em cozimento demorado, contra diarreias, hemorragias uterinas, corrimento vaginal, disenterias, hemoptises. Externamente para conjuntivite; preparar o chá com uma xícara (cafezinho) de casca para 1/2 litro de água. Lavar os olhos várias vezes ao dia.

#### Bardana

Sinônimos: Lappa officinales, Lappa major, erva dos tinhosos. - No Japão é muito usada não só como remédio como também agregada à comida, frita em lascas bem finas, como se fosse batata-palha. Seu nome em japonês é "gombô". A raiz cozida ou frita é muito usada pelos macrobióticos. Na Medicina Natural emprega-se a raiz da bardana contra abscessos; afecções da pele, catarro do estômago, cálculos nefríticos, cálculos biliares, cólicas hepáticas, doenças cardíacas, gastrite, gota, hidropisia, herpes, queda de cabelo, reumatismo, tumores, tinha. Tem sido usada no eczema, sobretudo das crianças, e nos deslocamentos uterinos, especialmente da matriz agravada pelo andar ou estar de pé. Dores nas mãos joelhos, dedos, artelhos. Usa-se comer a raiz cozida ou usar a tintura-mãe homeopática chamada Lappa major. É um grande remédio para aplicações externas, em compressas quentes sobre partes doloridas, por contusão, reumatismo, etc. - No eczema, crosta da cabeça e da face das crianças, acne, antraz o Dr. M.E.Douglas aconselha a

- folhas untadas com azeite ou só seu suco, aplica-se sobre feridas, reumatismo, inflamações em geral. - A raiz em cozimento com 1/3 de vinagre, ajuda o crescimento e evita a queda dos cabelos.

#### Batata-doce

Suculenta e nutritiva; folhas e batatas são emolientes; a massa crua ou cozida com mel tem aplicação sobre tumores, alivia a gota e o reumatismo; o cozimento das folhas é usado para gargarejos, nas inflamações de dente, da boca e da garganta e tomado faz bem aos rins. Em banhos desincha as pernas, cura frieiras, e lavando feridas recentes, evita o tétano.

#### Batata-inglesa

A infusão das folhas é diuréticas; contra afecções do fígado, rins e tosse comprida. Ralada, sua massa tem aplicação sobre abscessos, picadas de insetos, reumatismo local; com azeite, nas queimaduras; sobre o ventre para promover e restabelecer as regras. Seu suco natural, tomado, ajuda a curar úlceras do estômago e colocado sobre a vista dolorida a alivia. Serve para lavar a cabeça das crianças com cascão. Batatinha verde, pode dar cólicas intestinais, dor de cabeça e mal estar.

#### Batata-de-purga

Sinônimos: Convolvulos operculatus, Jalapa, flor-de-quatro-horas, ruibarbo-branco. - A raiz é purgativa, usando-se em forma de cozimento. É ainda depurativa do sangue, útil na leucorréia, fraqueza geral, irregularidades menstruais. Usa-se a dose de 5 a 6 gramas da raiz para 1 copo de água fria. Ferver e depois tomar. Como purgativo usam-se 20 a 22 g da raiz para a mesma quantia de água. Pode-se usar também a tintura vegetal. - Esta planta combate a enterite das crianças e, pelos seus princípios ativos, previne a meningite.

#### Baunilha

Serve bem nas afecções uterinas e nervosas; restabelece as regras; esterilidade; impotência; estimulante em geral. Usa-se o pó das sementes que são aromáticas. A planta pertence à família das orquídeas.

#### Begônia

Elimina o catarro da bexiga; disenterias; escorbuto; é refrigerante; tira manchas de tinta da roupa; desinflama a gengiva.

#### Beijo-de-moça

Sinônimo: beijo-de-frade, balsamina: Flor dos nossos jardins. Suas folhas são estomacais, recomendadas nas fraquezas em geral; restabelece esgotamentos.

sementes (uma colher de sopa por dose) é um dos melhores vermífugos, igual à erva-de-santa-maria.

#### Beladona

Sinônimos: Solanum maniacum, Atropa belladonna, Belle dame, Saia-branca, Boca-de-sino, Três saias, Estramônia. É planta venenosa; sedativa, analgésica; é usada em pequenas doses na epilepsia, palpitações nervosas do coração, tosse, asma (fuma-se a folha ou a flor) e hidropisia. Útil nas doenças agudas caracterizadas por olhos vermelhos e dilatados, alucinações, cabeça quente e pés frios. Sono agitado das crianças, inflamações, dores que se agravam ao deitar do lado oposto ao doloroso, que vêm e vão subitamente. Usa-se a maceração das folhas ou a tintura . Na homeopatia usa-se a beladona de 5a , 2 gotas em 1 colher de sopa de água de 3 em 3 horas, informa o grande médico homeopata Dr. Nilo Cairo.

#### Beldroega

Sinônimos: portulaca olerácea, erva-gorda. - Erva que se alastra no solo, que nasce espontaneamente pelos matos e quintais, preferindo os terrenos úmidos. - É um vegetal comestível e muito apreciado por muitas pessoas, sendo aproveitado principalmente como salada ou refogadinhos. - O cozimento desta planta é diurético, bom para os rins, excelente para o fígado, e aumenta a secreção das mães que estão amamentado. Seu suco cura a inflamação dos olhos, as sementes preparadas em vinho, são vermífugas. Bom alimento. Cataplasmas quentes são ótimos contra as pontadas nos pulmões. Entre os componentes do vegetal, nota-se grande percentagem de ácido salicílico.

#### Bergamota

Sinônimo: mexerica: Extrai-se a essência das flores; estimulante; da casca se faz um tônico contra gases; chá das folhas é digestivo e ajuda para as crianças dormirem; calmante dos nervos. 5 a 6 sementes esmagadas, postas em água e tomar, ajuda a baixar a pressão. Combate reumatismo, arteriosclerose, gota, tumores, ácido-úrico; o óleo da casca da fruta cura psoríase e doenças da pele.

#### Berinjela

Sinônimos: Solanum melongena, ambergine, brinjela. - Chá das folhas aumenta a secreção urinária, útil contra as areia da bexiga. Comendo seu fruto ou tomando chá das folhas, favorece o sono e reduz o colesterol. O melhor é fazer um cozimento e comer o fruto junto com o caldo. Para amadurecer abscessos faz-se cataplasma com as folhas. É uma planta procedente das Antilhas. Aclimatou-se bem no Brasil.

#### Bertalha

Sinônimos: Basella rubra, bezeltra-rubra: - As folhas cozidas são

culinária.

#### Beterraba

Extrai-se açúcar da raiz; folhas refrescam machucaduras e inflamações. Contra anemia. Neutralizadora dos ácidos e exerce ação laxativa. Benéfica para o baço, fígado, clorose, rins, tosse. As folhas também são ricas em vitaminas.

#### Boldo-do-Chile

Sinônimos: Peumus boldas, Boldo-indígena, Boldo glaucia: - É tônico. Combate afecções e cálculos do fígado, prisão de ventre, gases intestinais, digestão difícil, hepatite, dor de cabeça; ressaca alcoólica; proporciona um sono suave; bom contra febres; três xícaras de chá por dia, ou usar tintura. O boldo do Brasil é de idênticas propriedades, forte calmante.

#### Bolsa de Pastor

Sinônimos: Zeyberia montana, Capsella bursa pastoris: - É uma planta cultivada nos jardins, - O cozimento da casca e da raiz é indicado no combate às doenças da pele, eczemas, dartros, coceira, erupções, feridas, úlceras, tumores, cancro, sífilis; cura supurações do ouvido e corrige menstruações abundantes, valiosa na idade crítica das mulheres. Poderoso adstringente; para qualquer hemorragia e vômito; ajuda a levantar a pressão baixa. Também pode-se usar toda a planta. Usam-se 20 a 30 g de folhas ou raízes para um litro de água em infusão. - O suco fresco da planta, tomado em jejum, 30g em um copo de água, é bom para combater a blenorragia. Na falta da planta fresca pode-se usar a planta seca, na dose de 100g para 1 litro de água. Toma-se em jejum.

#### Borragem

Laxante; flores são sudoríficas; usadas nos resfriados, hidropisia, tosses; bom na varíola e catapora; afecções do coração e do fígado, elimina toxinas.

#### Bougainvília

Sinônimo: Três-marias. - De suas folhas mesmo secas, faz-se um excelente xarope ou chá contra tosse. Sua raiz é diurética, laxativa e seu cozimento é útil na icterícia, lavagem vaginal e leucorréia.

#### Brinco-de-princeza

O cozimento das flores dá um refrigerante; folhas e cascas são diuréticas.

Sinônimos: Bryonia alba, fogo-ardente, vinha-do-diabo, nabo-do-diabo. - Foi aproveitado outrora, e ainda o é na atualidade, como alimento, em forma de salada. Na homeopatia esta planta goza de grande apreço, sendo indicada contra muitas enfermidades. - na medicina homeopática é empregada contra, entre outros, os seguintes males: tosses, resfriados, gripes pneumonia complicada com bronquite, broncopneumonia, dispepsia com acidez, dores do estômago, congestão hepática, diabetes, pericardite, peritonite, meningite, dores lombares, glaucoma, sarampo, inflamação do seio, febre puerperal, diarréias, hemoptise, crupe, dores de cabeça e apendicite.

#### Bucha-dos-Paulistas

Chamado também de esfregão; o caule e as folhas servem para perturbações do fígado; prisão de ventre; suspensão das regras; clorose e anemia; o fruto novo é comestível, quando cozido. As sementes são vermífugas. Tomar o chá ou fazer um clister combate as amebas.

#### Buchinha

Sinônimos: Momórdica operculata, Purga-de-São-João, Buchinha-do-norte: - Planta purgativa usada na prisão de ventre; expectorante; nas afecções urinárias. Contra sinusite, fazendo inalações ao deitar.

#### Buriti

A madeira do caule dá uma fécula nutritiva; a polpa da fruta dá o doce de buriti e com a qual se fabrica o vinho de buriti. Das amêndoas dos caroços extrai-se um óleo, rico em vitamina A e contra os vermes intestinais.

#### Butiá

O fruto aumenta o leite das vacas; o óleo usa-se contra os vermes. Riquíssimo em vitamina C. Das folhas se fazem colchões que são mais saudáveis que os de espuma.

#### Buranhem

Sinônimos: Buranhé, guranhém, gerenliem, monésia, casca, doce, miica, pau-de-remo. - Usa-se as cascas ou folhas em decocção para amigdalite, diarréia, bronquite crônica. Para leucorréia, flores brancas, usa-se o chá para banhos de assento.

#### Buxu

Sinônimo: buxus sempervirens: - O chá das folhas é bom contra asma, sífilis e reumatismo. Indicado contra vermes do sangue; tomar seu chá em jejum, feito com tantas folhas quantos anos a pessoa tem, mais dez, não passando de 40 folhas, um dia da semana e três semanas seguidas. Durante o dia tomar à



males do fígado. Sua casca substitui a quina.

#### Cabaça

Sinônimo: porongo: a polpa verde é emoliente e purgativa; é abortiva; 6g por litro, decocto das sementes é contra nefrites e inchações nas pernas.

#### Cabelo-de-milho

Sinônimos: Estigma de milho, Zea mays, trigo-da-Índia: - Poderoso diurético para curar afecções da bexiga, dores e puxos durante a micção, cistite em que se urina a todo momento com fortes dores que se irradiam pelas cadeiras, areias e outros incômodos da bexiga, combatendo as causas da mucosidade e pus que se misturam na urina. Ajuda a baixar a pressão e desintoxicar o sangue.

#### Cabriúva

Estimulante do sistema nervoso; afrodisíaca; combate bronquites, asma; cistite; blenorragia. Da serragem fazem tintura para tomar e aplicar em feridas.

#### Cacau

Com a manteiga do cacau, curam-se os lábios, a pele e os seios rachados, hemorróides e tiram-se manchas do rosto; tônico; combate doenças do coração.

#### Cacto

Sinônimo: Tuna: É conhecida cerca de 1500 espécies. - Preconizado remédio como estimulante cardíaco e medular; angina do peito; lesões valvulares; degenerescência dos músculos cardíacos; excede a ação da digitalis, usa-se chá dos talos ou flores; outros usam 20 gotas da tintura por dose. Melhora o sistema circulatório. Seu chá auxilia combater as moléstias digestivas. Na medicina popular, é empregado bastante em aplicações sobre tumores, feridas, infecções; poderoso resolutivo; cosmético natural para lavar os cabelos e melhorar a pele em geral.

#### Café

É estimulante cerebral, tônico do coração. Contra resfriados; folhas em banhos, contra reumatismo; favorece a digestão e acelera a circulação; indicado com sal em casos de embriaguez; tosses, asma e desmaios. É remédio de urgência em envenenamentos por plantas, por morfina, ópio ou beladona.

#### Cainca



expectoração do catarro. Nesta família há o cambuí-amarelo (*Myrtus alba*) cambuí-preto (*Myrciaria tenella*) e o cambuí-verdadeiro (*Myrtus rubra*). Os fruto as folhas e a casca, são usados para diarreias, disenterias; 50g de casca ou 25g de resina dão um ótimo xarope. Combate hemorragias da gengiva e fístulas da boca.

#### Camboatá

Acalma o coração; tônico; febrífugo; afecção do fígado. Ótimo efeito nos males da bexiga, estômago, tomando o chá das folhas depois das refeições. Bom em banhos contra inflamações, tumores e reumatismo.

#### Camélia

A casca é tônica. Existem centenas de variedades.

#### Camomila-da-Alemanha

Sinônimos: *Matricaria chamomilla*, Mançanilha, *Camomilla vulgaris*: - As flores são tônicas e estimulantes usadas em cólicas, indigestão, falta de apetite, flatulência, anti-séptico, nervosismo, dentição das crianças, dores insuportáveis, dispepsia. Usa-se em infusão.

#### Camomila-Romana

Sinônimo: *Anthemis nobilis*. - Planta tônica e estimulante. O chá das flores é recomendado contra dispepsia, insônias, gases, debilidade do estômago, falta de apetite, cólicas, histerismo, doenças do útero e do ovário; a infusão das hastes e folhas é boa contra vermes intestinais. De 10 a 15 g para 1 litro de água. Tomar 4 xícaras ao dia, sem açúcar.

#### Cana de açúcar

O açúcar mascavo é medicinal; contém muito ferro, cálcio e fósforo, que ajudam no crescimento do esqueleto; contra anemia fraqueza do coração e mantém a força muscular; reconstituente. A garapa, melado e rapadura constituem bom alimento. Três folhas fervidas em um litro de água ajuda a baixar a pressão e combate febres. A cana é boa contra tosse, cólicas renais, digestões difíceis, aftas e rachaduras nos seios. O bagaço da cana é um poderoso desinfetante.

#### Cana de macaco

Sinônimos: *Costus pisonis*, Periná, Paco-catinga, *Alpina spicata*: - é uma variedade da cana-do-brejo, mas suas flores são amarelas, a raiz tem odor de violeta. O povo do interior do Brasil freqüentemente extrai o suco deste vegetal e com ele, depois de juntar água e açúcar mascavo, prepara uma bebida refrigerante de agradável sabor, muito usada sobretudo no verão. - O

catarro vesical, cálculos renais, hidropisia, sífilis gonorréia.

#### Cana do brejo

Sinônimo: *Costus spiralis*: Esta planta tem hastes altas, carnudas, verde-claras, folhas em espiral, lisas, sem nervuras, flores cor-de-rosa-vivo ou roxas e o fruto em forma de uma cápsula contendo sementes alongadas. - Recomenda-se contra doenças dos rins, pedra da bexiga, flores branca, gonorréia; sudorífica; diurética; na sífilis; falta de regras; combate a arteriosclerose. - Usam-se as raízes em pó para em cataplasmas curar hérnias, inchaços e contusões.

#### Cana do reino

Tratamento externo de feridas e úlceras, sudorífica; efecções das vias urinárias.

#### Canafístula

Febrífuga; doenças inflamatórias; prisão de ventre; purgativa; eficaz nas afecções dos rins; o suco das folhas, com clara de ovo e sal é muito bom contra impigem.

#### Cancrosa

Sinônimo: *Cancerosa*: - Analgésica, diurética, cicatrizante (pó ou suco); para curar pólipos nasais; gastralgia; cozimento das folhas contra febres graves, moléstias do fígado e dos rins; lavar feridas e úlceras; anti-séptica; eficiente para combater o cancro.

#### Canela

Sinônimos: *Laurus cinnamomum*, *Cinnamomum zeylanicum*, Loureiro, Caneleira, Canela-do-ceilão. - Estimulante e tônica. É recomendada no combate às gripes, resfriados, tosses, bronquite, catarrhos, febres e vômitos. Boa para gente de fraca circulação; eleva a pressão sangüínea; regras adiantadas, e profusas, prolongadas e vermelhas. É um remédio das hemorragias, excelente hemostático; afecções do estômago; elimina germes que atacam o couro cabeludo.

#### Canela guaincá

A seiva da casca dá um emplasto para puxar espinhos ou estrepes; chá combate diarréias e disenterias.

casca e a raiz na azia, gases intestinais e enjôos.

#### Canforeira

Existe a erva e a árvore. É calmante; contra a tristeza; epilepsia; hemorragias uterinas, vermes; casca contra feridas e contusões. Seu chá ajuda a digestão. Sua maceração em álcool usa-se em fricções contra reumatismo e nevralgias.

#### Canjarana

O cozimento das cascas serve para combater dispepsias, febres, prisão de ventre, diarreia, hidropisia e afecções da pele. Em geral, seu uso é um bom reconstituente.

#### Cânhamo da Índia

Sinônimo: Cannabis indica: É planta herbácea, cuja haste é ereta, sulcada e oca, um pouco quadrangular, medindo até 5 a 6 metros de altura. As folhas apresentam-se alternada, opostas, denteadas de pecíolos alongados, com nervuras; flores em espigas terminais, quase sem pedúnculo, e fruto oval e arredondado. - Hipnótica, sedativa e entorpecente, esta planta tem variado emprego na medicina e os médicos recomendam o seu uso sem exagero, uma vez que o abuso chega a causar até delírio e alucinações. Indica-se contra as dores do estômago, histeria, epilepsia, cólicas uterinas, diarreia, disenteria, asma, catarro vesical, catarata, amaurose, blenorragia, impotência e afecções renais.

#### Caparrosa

Adstringente; indicada na diarreia e na disenteria. Útil nos tratamentos das vias urinárias; ótimo diurético. Eficaz nas dores das juntas, reumatismo e doenças do coração, melhorando a circulação do sangue.

#### Capim cidreira

Sinônimos: Pumila, Capim-cheiroso, capim-cidró, capim-limão, Capim-santo, Yacapé, Kulinga, cana-limão, capim-de-estrada, capim-marinho: - Planta muito apreciada pelo povo, a qual é usada para perfumar a roupa e ao mesmo tempo protegê-la contra traças. Tem apreciáveis propriedades medicinais, sendo usada para combater: fraqueza, doenças dos rins, perturbações urinárias, histerismo, nervosismo, gases intestinais, é diurética e calmante, digestivo, faz suar. É usada em perfumaria com o nome de Vetiver. Esta planta é muito comum na Índia, onde o povo tece esteiras de palha misturada com o vetiver para ficarem bem perfumadas.

proporciona um sono tranquilo, favorece as articulações. Para aumentar o leite das vacas; afugenta as cobras, carrapatos e moscas.

#### Capim pé de galinha

Sinônimo: Capim-de-burro: Rico em substâncias nutritivas; indicado nas anemias e fraquezas; contra a minguagem; reconstituente. Fortalece as gestantes com ameaça de aborto; por isso é antiabortivo; contra hemorragias, combate males intestinais como: diarreia, disenterias, menstruações muito abundantes. Antes da floração é bom contra catarros das vias respiratórias. Suas sementes são diuréticas.

#### Capim rabo de burro

Combate inflamações do fígado, da bexiga e da uretra. A infusão da raiz ajuda a eliminar melhor a urina; é diurético. Excita a secreção da bÍlis.

#### Capuchinha

Sinônimo: Chaga de Cristo: Contém vitamina C; purgativa; folha e flores dão uma boa salada; contra eczemas e males da pele; combate as caspas e melhora o cabelo. Tem indicação na psoríase, comendo-a em salada e aplicando seu suco. Melhora a circulação do sangue.

#### Caqui

O fruto se usa em cataplasmas, inflamações da gargantas e tumores. O fruto maduro como alimento, combate a anemia, a fraqueza orgânica, a clorose; é benéfico para os que sofrem do estômago, fígado, falta de apetite, câibras, catarro dos intestinos e da bexiga; para quem sofre de descalcificação e doenças respiratórias. As folhas também são ricas em vitamina C. Seu chá combate as toxinas; é um calmante contra insônia, vômitos e febres em geral.

#### Cará

Contra coqueluche, doenças das vias respiratórias, falta de memória, tosses, bronquites; contra coceiras, impigens, úlceras, feridas. Saudável misturar na massa de pão. É excelente alimento, reconstituente nos casos de esgotamento nervoso.

#### Carambola

Frutos e folhas são refrigerantes; contra febre; diurética; o fruto é contra eczema, afecções dos rins e da bexiga. O chá das folhas é indicado contra diabetes.

Sinônimos: *Dorstenia brasiliensis*, Tiú, caiapiá: - Para cólicas, desarranjos uterinos, afecções gástricas; doenças das vias respiratórias, nevralgias, cistite dos velhos e dos jovens blenorragicos. É estimulante. Usar as folhas em infusão, em forma de chá 2 a 3 vezes ao dia. A raiz combate diarreias, prisão de ventre, reumatismo, dores nos ossos e males respiratórios.

#### Caraguatá

Diurético, indicado nas doenças do aparelho urinário; asma e coqueluche (fazer xarope); na falta de apetite. Os frutos em cacho são reputados vermífugos, diuréticos e até abortivos. É deles que se faz o xarope.

#### Cardo santo

Sinônimos: *Cardo benedictus*, Cardo-bento, *Cnicus benedictus*, alcachofra-braba, figo-do-inferno, cardo-amarelo: - Sudorífico, tônico, febrífugo, estimulante do apetite, afecções gástricas; cólicas; desarranjos uterinos; febres; males do fígado; acalma asma; o sumo e o leite curam feridas, úlceras, furúnculos, abscessos; combate o veneno das aranhas; é remédio na hidropisia, gripes reumatismo e contusões.

#### Cardu marianus

Sinônimos: Cardo-mariano, Cardo-de-Santa-Maria: - As folhas em infusão são indicadas na congestão hepática, estado varicoso. Dor de cabeça biliosa. Dor no ombro direito, agravada pela pressão. Fígado doloroso. Prisão de ventre. Hemorróidas, com queimaduras e pruridos. Dor na base do pulmão direito. Manchas amarelas, hepáticas, em relação com o estado hepático. Remédio muito indicado nas congestões do fígado. Cirrose. Icterícia. Úlceras varicosas com perturbações hepáticas. Na homeopatia o Dr. Alberto Seabra aconselha o uso da tintura-mãe, 10 gotas, pela manhã em 1 cálice de água e 10 gotas à noite. Nos casos agudos, usar 2 gotas em 1 colher de sopa de água, de 2 em 2 horas.

#### Caroba

Indicado para doenças da pele, sífilis; folhas secas para feridas e úlceras; tomar, aplicar e lavar; diurética; dores reumáticas e cárie nos ossos. Um dos melhores depurativos do sangue. Combate as amebas intestinais. Da casca se faz pomada para curar feridas.

#### Carqueja amarga

Sinônimos: *Cacalia amara*, *Baccharis trimera*, Vassoura, Quina de condamine, Carque: Desobstruente do fígado; febrífuga; contra anemia, má digestão, obesidade, fraqueza intestinal e perda de sangue; 10g de carqueja, 10g de fedegoso, 4 folhas de laranja e 10 g de sal, fazer um chá e coar, é um remédio contra tosse. Útil na diabete. É estomacal e cura inflamações das vias urinárias, baço, bexiga e rins, chagas venéreas e leprosas.

#### Caruru de espiga

Afecções do fígado, retenção de urina, salada ou suco, diurético. É ótimo trato para os animais.

#### Caruru bravo

A planta é venenosa, menos a raiz, com o chá da raiz se combate qualquer febre, hidropisia, catarro da bexiga.

#### Casca D'anta

Sinônimos: Drymid winteri, Cataia, Para-tudo, Malambo.- O uso interno em forma de tintura ou em cozimento, é indicada para fraqueza dos órgãos digestivos, cólicas em geral, Gripes, dores do estômago, azia, vômitos, hemorragias uterinas, prisão de ventre, evacuação sangüínea, anemia, fraqueza geral; abre o apetite. Muito usada para curar vermes do sangue, fazendo chá das folhas ou o pó da casca. Cura sinusite e males da respiração. Bom tempero para o feijão e a carne. Os antigos curavam o garrotinho dos cavalos, colocando o pó da casca no sal. A anta doente cura-se com a sua casca. É usada empiricamente contra dores ciáticas. Usar a casca em cozimento demorado.

#### Cássia Médica

Sinônimos: Cassia occidentalis, Fedegoso-do-rio, folhas-do-pajé. - Para febres em geral, suor noturno dos tuberculosos, doenças do fígado, hidropisia, gonorréia. Usar a folha em infusão.

#### Castanheiro

Cultivado na Europa e no sul do Brasil. As folhas se usam, em forma de chá, contra catarro bronquial, tosse convulsiva, para facilitar a digestão; febres, hemorróidas, varizes, diarréias; combate o colesterol e ajuda a baixar a pressão alta. Do castanheiro-do-Pará usa-se o chá da casca contra moléstias do fígado. De ambos a castanha é muito alimentícia.

#### Castanha mineira

Sinônimo: Anisosperma passiflora. - Para dispepsias, hepatite crônica; regulariza os intestinos, excita a secreção biliar; para a cura da icterícia, cólicas hepáticas, peso e dor no estômago e é laxativa. Usa-se 1 colher de chá das sementes raspadas em meio copo de água fervente, para se tomar morno logo após as refeições e à noite.

#### Catuaba

Sinônimos: Pau-de-resposta, Juniperus brasiliensis. Usam-se as cascas em



sono agitado, memória fraca, estimulante, apariante, fortalece as pessoas esgotadas e fracas em geral.

#### Cavalinha

Sinônimos: Equisetum pyramidale Goldn, Cauda-de-cavalo, rabo-de-gato, milho-de-cobra, erva-canudo. - Graças ao seu poder diurético, produz ótimos resultados nas doenças dos rins e da bexiga, no reumatismo, tosses sanguinolentas, hemoptises. Juntam-se 5 g das folhas a meio litro de água e cozem-se durante 20 minutos. Nas doenças da bexiga, aconselha-se misturá-las com bagas de Zimbro em partes iguais. - Como medicamento externo, usa-se a cavalinha como decocto no tratamento de graves feridas purulentas. As plantas frescas são postas, dentro de uma atadura de gaze, sobre a ferida que pode ser lavada com chá das folhas. Para catarro na bexiga, cozinham-se durante meia hora. 5 g das folhas de cavalinha em 1 litro de água, por 20 minutos. Toma-se metade de manhã e o restante à noite. - Graças ao seu teor de ácido silícico, a cavalinha é ótima contra doenças pulmonares. Aumenta o apetite dos pacientes, faz cessar a febre e o suor noturno. "O uso em excesso provoca carência de vitamina B1(tiamina)".

#### Cebola

Sinônimos: Allium ascalonicum, cebolinha branca: - Indicada na asma, catarro nasal, cólicas flatulentas, dificuldade de urinar, dores nos pés e no ouvido, mau hálito, nevralgia facial, coriza, tosse; contra gases, resolutive na dificuldade de urinar; o bulbo em cozimento demorado; tomar o caldo e comer o bulbo. A cebola em maceração com mel de abelha puro, sem ser glicosado nem centrifugado, é muito útil na asma e bronquite. Combate trombose coronária, arteriosclerose: tomando o suco ou comendo a salada.

#### Cedro

Adstringente; tônico na fraqueza orgânica, diarréias, para banhar feridas; inflamações e gargarejos.

#### Celidônia

Sinônimos: Erva-das-verrugas, Iodina (devido ao leite amarelo). - Calmante do fígado, câimbras do estômago, crises asmáticas, reumatismo articular, principalmente dos membros inferiores, eczema rubro, prurido, sarampo, endocardite. Aconselha o Dr. Nilo Cairo, usar a tintura-mãe homeopática, 5 gotas em um cálice de água, de 3 em 3 horas. - Pode-se usar as folhas em cozimento e tomar como chá, sempre sem açúcar. Nenhum chá medicinal deve ser tomado com açúcar. - O suco das folhas e raízes serve para fazer desaparecer verrugas, calos, espinhas do rosto. Recomendada contra a pressão alta.

#### Cenoura

de cálculos. Tomar 1 litro de suco com água por dia, cura o amarelão.

#### Cerefólio

Usado como condimento; é digestivo e estimulante. O chá das sementes ou das folhas é bom remédio nas doenças nervosas, diabetes, males do estômago, enfermidades crônicas da pele, febres, asma, esgotamento e convalescência. O chá das sementes e das folhas diminui a secreção do leite das mães. Aplicado sobre os seios impede o fluxo do leite.

#### Cereus brasiliensis

Planta trepadora, o caule é triangular, suculento e guarnecido de espinhos, não possui folhas, que são substituídas por pêlos. As folhas são muito poucas e pequenas. É uma excelente forrageira. - Indicada nos seguintes casos: palpitação do coração, hipertrofia do coração, reumatismo do coração, hemorróidas, asma, pleurises, pneumonia e perturbações circulatórias.

#### Cerejeira

A cerejeira do Brasil dá uma fruta ácida. Elimina e neutraliza o ácido úrico; combate a gota, males do fígado e a arteriosclerose. Com a casca e as folhas, preparam-se remédios contra a gripe, angina do peito, cólicas, vômitos nervosos, desarranjos, dores reumáticas. As sementes empregam-se contra cálculos biliares e renais e combatem os vermes.

#### Cevada

Sinônimo: Hordeum vulgare: - É digestiva, depurativa diurética e reconstituente. Dos grãos se faz um cozimento para afecções urinárias; 370 g de cozimento de cevada, uma gema de ovo com açúcar e um pouco de água, dá ótimo cataplasma contra dores. As sementes torradas dão um saudável café; na sopa recomenda-se para as crianças e pessoas fracas.

#### Chá da Índia

É muito mais conhecido como chá preto, porém, o chá preto e o verde são o mesmo, o que diferencia um do outro é o seu processamento, o chá-preto é considerado em todo o Oriente como inferior ao chá-verde, isto porque suas folhas sofrem fermentação, após serem colhidas. O chá verde é obtido pelo rápido dessecamento das folhas novas, que assim conservam suas propriedades saborosas e medicinais. O chá preto é considerado de 2ª qualidade. Quando tomado em demasia pode ocasionar vômitos e espasmos de estômago. O chá-verde-de-jasmim, cujas folhas são prensadas e secadas junto com as folhas novas do chá-verde. Este era o chá usado pelos nobres e antigos imperadores da China e do Japão, é também o chá que preserva as qualidades medicinais, portanto o mais indicado. Sempre sem açúcar. A infusão do chá verde determina abundância de sucos gástricos, apressa a digestão estomacal. É um bom preventivo das doenças dos rins e da bexiga. Eliminador da gordura;

um antídoto do fumo.

#### Chá de bugre

Sinônimos: Guassatonga, Carvalhinho, Pau-de-lagarto, Erva-de-bugre. - Diurético; contra obesidade; fará emagrecer; combate o colesterol; inchações das pernas; ação tônica sobre o coração; estimulante da circulação; baixa a pressão; contra reumatismo; doenças da pele; feridas crônicas e sifilíticas; com a caroba combate a cárie dos ossos; comprovado remédio contra mordedura de cobra, aranha e abelhas (aplicar e tomar bastante durante o dia).

#### Chapéu de couro

Sinônimos: Echinodorus macrophyllum, Chá-mineiro. - Para reumatismo, artrite, afecções do fígado e da bexiga; ajuda a baixar a pressão alta; evita a arteriosclerose, nevralgias, embelezamento da pele, eliminando qualquer erupção, combate o excesso de ácido úrico, depura o sangue. Usar as folhas em infusão, 3 xícaras ao dia. O rizoma triturado usa-se aplicado sobre hérnia.

Chicória Conhecida por "radichi" pelos italianos. Ótima salada; afecções do estômago, fígado e rins; prisão de ventre, digestões difíceis. Com a raiz se faz café dos mais saudáveis. Depurativo do sangue.

#### Chifre de Veado

Trepadeira. Deve seu nome à forma dos frutos. Sua semente triturada e associada com farinha de linhaça, dá um bom cataplasma em casos de bronquite, tosse, pleurisia e congestões pulmonares, aplicadas quentes 3 vezes ao dia.

#### Chinchilho

Sinônimos: Cravoerana, rojão. É o cravo de defunto silvestre. Tem propriedades vermífugas; contra reumatismo; tosse e asma.

#### Chorão

Sinônimo: Salgueiro. - O cozimento das folhas e cascas serve para evitar a queda dos cabelos e contra a caspa. Tem propriedades febrífugas, sedativas, soníferas; grande calmante de dores; é o avô da aspirina; ajuda para aliviar reumatismo, dor de dente, e enfraquecer os desejos sexuais.

#### Chuchu

Sinônimo: Machucho. - O chá das folhas é diurético, ajuda a eliminar o ácido úrico, combate a pressão alta, age como calmante. A fruta muito aproveitada

#### Cinamomo

Sinônimos: Santa-Bárbara, Árvore-do-Paraíso. Chá das folhas é estomacal, apariante, estimulante, contra prisão de ventre, laxativo, contra hemorróidas e vermífugo(folhas e frutos); dose maior é abortivo. O cozimento da casca serve para lavar feridas, mesmo sifilíticas, e dar banhos nas crianças com doenças de pele em geral.

#### Cinco folhas

Sinônimos; Azougue dos pobres, Braço-da-preguiça, barba-de-São-Pedro, panacéia, Tarumã. - Esta planta é um poderoso depurativo do sangue. Na sífilis, blenorragia, reumatismo, dartro, doenças da pele, dores de cabeça, dor nos rins. Pelo seu poder diurético esta planta é usada por algumas pessoas como remédio emagrecedor.

#### Cinerária

Sinônimos: Cinerina, Cinerária-de-jardim. - É indicada nas irritações dos olhos. Usa-se as folhas frescas; sumo filtrado, colocar uma gota no olho 3 vezes ao dia; ou infusão: chá feito com 2 xícaras de cafezinho de folhas em um copo de água. Fazer compressa fria e gotejar no olho irritado.

#### Cipó açougue

Depurativo, doenças da pele, combate fístulas, úlceras, dores nos ossos e reumatismo.

#### Cipó cabeludo

Sinônimo; Mikania hirsutíssima, cipó - D&rsquo;agua. - Diurético de ação eficaz, faz cessar prontamente a nefrite, cistite, uretrite, pielites, ainda mesmo crônicas, ácido úrico, artrismo, cólicas menstruais, gota, afecções da pele, frieira, rachaduras, calos, coceiras. Há o cipó-cabeludo, que é parasita, com as mesmas propriedades medicinais. Chama-se este ainda de soldinha ou erva-silvina.

#### Cipó chumbo

Sinônimos: Cuscuta umbelata, Cuscuta americana, Cipó-dourado. - Vive como parasita em outras árvores. Usa-se o suco para gargarejos. Toda a planta em infusão contra bronquites, amígdalas inflamadas, rouquidão, angina; o chá é adstringente combate diarreias sanguinolentas, icterícia; reduzido a pó, aplica-se em feridas e úlceras como cicatrizante.

gases, sudorífico, debilidade em geral, digestão difícil, sífilis, tosse. -  
Tem o aroma do cravo-da-índia e é usado em produtos de perfumaria.

#### Cipó D'alho

Combate os vermes, reumatismo, hemorróidas, afecções das vias urinárias.

#### Cipó escada

Sinônimo: Escada-de-macaco. - As folhas e as cascas empregam-se para lavar toda a sorte de feridas e úlceras e também contra as caspas da cabeça. Seu chá é diurético e benéfico para os rins e bexiga; para gargarejos, tosse, bronquite, sífilis e diabete.

#### Cipó imbé

Folhas pisadas ajudam a curar úlceras; cozimento do caule, raízes e folhas alivia o reumatismo com fricções ou se pode preparar em álcool. Aplica-se em inflamações dos testículos, ínguas, em cortes, pancadas ou quando se pisa em um prego ou estrepe.

#### Cipó mil homens

Sinônimos: Cassaú, Angelicó, Papo-de-peru. - Há umas duzentas espécies. É um remédio nas febres em geral. - Tônico, estimulante, estomacal, melhora o apetite, estimula os rins, o baço e o fígado, combate cólicas intestinais, constipação do ventre, diarreias, apendicite, ajuda provocar as regras, não é aconselhado durante a gravidez, é abortivo;; afugenta cobras e cura suas picadas, é antídoto; o suco da raiz combate vermes do sangue; usado nos estados nervosos, como, histeria, convulsões epilépticas, dor ciática, dor no coração, das cadeiras, nevralgias, reumatismo, depurativo; o pó serve para curar feridas.

Cipó murucutua Sinônimo: Muriquitua. - Externamente o suco desta planta é usado no interior do Brasil como depilatório natural. Seu uso contínuo faz desaparecer os pêlos supérfluos. É uma planta difícil de ser encontrada.

#### Cipó prata

Sinônimo: Banisteria argyrophylla. - Tem ramos lenhosos, finos e alongados e as folhas são ovais, espontadas e de um verde escuro. No verso a cor é prateada. - Poderoso diurético. Facilita e aumenta a secreção urinária e constitui um excelente eliminador de ácido úrico. Indicado nas doenças dos rins e da bexiga, na dificuldade de urinar e dores na região lombar e na bexiga.

Sinônimos: *Pyrostegia Venusta*, Mentrasto, *Artemísia* baiana, erva de fogo. - Suas folhas são aromáticas e amargas. Muito eficaz nos casos de menstruação suspensa, ou das adolescentes em que a menstruação não chega, nestes casos tomar um banho à noite, e um chá. No outro dia, ficar de resguardo de qualquer frio, seja alimento seja do tempo. Tônica, estomacal, febrífuga, útil contra resfriados, gripes cólicas uterinas, gases intestinais, catarro da bexiga; colocada sobre o ventre das parturientes, acelera o parto, anti-reumática e anti-diarréica. Regulador das menstruações (forte), cura manchas brancas; seu cozimento dá ótimos resultados para lavagens vaginais. Extrai-se um óleo da flor para embelezar a pele. Útil em fricções no reumatismo e contra a diarreia.

#### Cipó suma

Sinônimos: *Anchietea salutaris*, Piraguaia. - Um dos melhores depurativos nas moléstias da pele; manchas do rosto, dores volantes, efeito rápido nas eczemas úmidas e secas das crianças; úlceras, sífilis, herpes, reumatismo crônico. Usa-se a raiz em cozimento, 2 xícaras ao dia. Uma receita bem popular é torrar a casca, reduzir a pó e tomar 2 colheres de sopa, do mesmo, para limpar o sangue nas mudanças de estações, isto em lugar do sal amargo. Em Minas Gerais as mulheres fazem com o cozimento, o açúcar de suma, e usam como depurativo do sangue; adoçam o leite ou o café.

#### Cipó Timbó

A casca e raiz são usadas externamente no tratamento de moléstias do fígado, nervos, dores de cabeça (venenoso).

Cipreste Sinônimo: Cedrinho. - Fruta e folhas são usadas contra disenterias, como tônico nas fraquezas em geral; bom para os pulmões, em banhos para lavar feridas e úlceras; como fumaça, afugenta-se os mosquitos, fortalece a próstata de pessoas idosas, conserva a cor dos cabelos; as frutas combatem as varizes e são úteis na debilidade orgânica. Em casos difíceis, tome chá de cipreste ou tuia. -15 a 20 gotas de tintura da semente combatem a incontinência da urina.

#### Cirtopódium

Sinônimos: *Cyrtopodium brasiliensis*, Sumaré, Rabo-de-tatu, Bisturi-do-mato, lanceta-milagrosa. - Nasce e cresce espontaneamente sobre as árvores, mas também no solo. O caule chega a 1 metro de altura, e na parte superior da planta surgem folhas que muito se assemelham com as folhas ainda novas das palmeiras. São recurvas, lanceoladas e pontiagudas. Toda a planta, mas, principalmente a parte bulbosa, fornece uma goma, chamada goma dos sapateiros, porque esta goma já serviu muito a esses profissionais. Brácteas de um verde amarelado, com pétalas alongadas, ligeiramente ovais; de um amarelo pálido e geralmente salpicadas de vermelho. Poderoso supurativo; é de efeito surpreendente em todas as inflamações e tumores ainda não supurados; promove rapidamente sua abertura e expulsa o pus acumulado,

blefarites, conjuntivites, cancros venéreos, erisipela, dores de dente e de ouvido.

#### Coco

Sinônimo: Cocos Nucífera. - O suco oleoso espremido da amêndoa ainda nova constitui um leite muito nutritivo que substitui vantajosamente o leite da vaca; é vermífugo, combate a solitária, também a amêndoa fresca, possui as mesmas propriedades vermífugas. A água do coco verde cura a hidropisia; é refrigerante. A manteiga do coco é boa para os lábios rachados. As fibras que envolvem o coco dão ótimo chá contra os males dos rins e diarréias.

#### Cóculos

Sinônimos: Cocolus cineráceus, Abutua. - Planta diurética, contra febres, hidropisia, menstruação difícil, doenças do estômago, má digestão, cólicas ventosas gastralgias, hérnias inguinais e nervosismo. Usa-se a raiz em cozimento demorado. Tomar 1 xícara após as refeições.

Coentro Estimulante; fortifica o estômago; contra gases; o pó aplica-se em picadas de cobra, dores histéricas; febrífugo; apressa as regras, afugenta os vermes intestinais.

#### Coerana

Sinônimos: Coeranum laevigatum, Canema, Coerana-do-Chile. Usa-se em banhos contra reumatismo. É aconselhada para combater males da pele, é anti-séptica, em dificuldade de urinar, icterícia, hemorróides, é sedativa e estimulante do fígado; aconselha-se tomar um chá depois das refeições e ao deitar; útil para quem está com caxumba; para desmanchar pedra dos rins. Planta muito encontrada em Minas Gerais.

#### Coleo

Sinônimo: Coleus Blumel. - É uma erva de folhagem colorida, muito encontrada em nossos jardins. Há aproximadamente 120 espécies das mais variadas cores. É planta venenosa; anti-espasmódica, em dose fraca, útil nas dores de cabeça, provoca alucinações. Já houve vários casos de morte.

#### Colocynthis

Sinônimos: Citrollus colocynthis, Cucumis Colocynthis. - A polpa, em infusão, é usada contra: gosto amargo na boca, disenteria, prisão de ventre habitual, cólica ciática, nevralgia, irritabilidade, epilepsia.

seios e os testículos. Dose normal 3g por xícara. Há povos que o usam para aromatizar queijos.

Comigo ninguém pode

A seiva causa dor e erupção na pele, inchaços e reações alérgicas. O suco das folhas é tóxico; posta na boca causa queimaduras e erupções, inchaço tal, que se perde a voz e até a respiração, levando à morte. É planta perigosa para as crianças, ainda que alguns a usem em aplicações externas.

Confrei

Sinônimos: *Symphytum peregrinum*, *Symphytum uplandicum*, Consólida do Cáucaso, Consolda, Leite-vegetal-da-Rússia. - É aconselhável usar as folhas bem maduras, ou seja as mais velhas, segundo alguns estudiosas, as folhas novas possuem um alcalóide que é prejudicial, no uso interno, já as folhas maduras não mais possuem este alcalóide. - Erva rica em proteínas, ótimo fortificante, remineralizante, útil nas anemias, aumenta os glóbulos vermelhos. Ativa o crescimento das células, fortalece os tecidos da pele. Pode-se tomar seu suco, como chá, ou em saladas. Como remédio ainda tem aplicações externas para curar feridas, como cicatrizante de cortes, queimaduras, fratura de ossos, ainda aquelas feridas que não querem sarar (aplica-se a massa da raiz junto com as ataduras, ou as folhas socadas com um pouco de sal e álcool); internamente: úlceras e inflamações dos intestinos, ovários, rins e bexiga, hemorróides e hemorragias internas.

Congonha de Bugre

Sinônimo: *Villaresia congonha*. Poderoso efeito contra arteriosclerose, tonifica os vasos circulatórios do coração. Elimina cálculos renais, gorduras supérfluas, depósitos adiposos, edemas das pernas. Uso interno das folhas em infusão, ou tintura.

Copaíba Sinônimos: *Copaifera langsdorffii*, *Copaifera officinalis*, Pau d'óleo. - Indicações: Úlceras crônicas, Sinusite, coriza, tosse, bronquite crônica, picadas de insetos, anti-inflamatório, inflamação da garganta, dos rins, bexiga (cistite), auxiliar no tratamento das doenças venéreas, anti-séptico; enfermidades do peito; cicatrizante de feridas e úlceras. Usa-se o óleo ou resina. Internamente: adultos, 15 gotas três vezes ao dia em mel ou leite. Crianças: dar 1 gota para cada ano de idade, duas vezes ao dia. Externamente, passar duas vezes ao dia no local afetado.

Copo de leite

A raiz é cáustica e rica em amido. A planta é sudorífica, sua flor amassada tem aplicações sobre varizes e uns a usam como contra veneno.

Coqueiro

A polpa do fruto é fortificante, ótimo nos casos de anemia; vermífugo; o chá



#### Conduranga

Para dores do estômago, é digestiva; nas nevralgias, reumatismo e depurativa do sangue.

#### Cordão de frade

Estimulante, tônico, útil nas dificuldades de urinar; hemorragias, perturbações do estômago; asma; para lavar feridas. Da cachopa se faz um chá para tosse e males do sistema respiratório. Dando banho em crianças fracas fortalece-as.

#### Coronha

Sinônimos: Diocléa violácea, Coro-onha, Olho-de-boi. - poderoso tônico dos nervos, calmante; útil na epilepsia, evita derrame cerebral, remove os efeitos deixados pelos mesmos, como: paralisia parcial, boca torta etc. Abre-se a semente, tira-se a casca, rala-se a amêndoa, coloca-se água fervente sobre o pó, espera-se até que fique morna e toma-se; somente deve-se usar 1/4 da semente por dia.

#### Corticeira

Sinônimos: Mulungu, marrequeira. - O chá da casca é bom para o fígado, hepatite; calmante nos casos de insônia e todas as dores; abaixa a pressão; boa para quem sofre de prisão de ventre; contusões. O suco das folhas alivia a dor de dente. Combate asma, tosse e hemorróidas.

#### Corupιά

Sinônimo: Esporão-de-galo. - As folhas são alcalinizantes, combatem a azia. A casca do tronco é boa para pneumonia e pontadas.

#### Couve

Sinônimo: Brassica oleracea. - Alimento muito rico, tem ação antielmíntica, seu suco tomado em jejum, cura úlceras do estômago, doenças do ouvido, inclusive a surdez. Seus talos postos na cachaça e deixados pelo menos 10 dias em maceração junto com casca de laranja torradas, ajuda a corrigir o vício do alcoolismo.

#### Cravo de defunto

Usam-se as flores. Tem ação vermífuga(as flores deixadas em maceração no óleo, tomar o óleo), calmante, contra o reumatismo, tosse e asma.

#### Cravo da Índia

Sinônimo: *Caryophyllus aromaticus*. - Aromático, excitante; afrodisíaco natural, expulsa os gases, digestivo, promove e restabelece o fluxo menstrual.

#### Cravo dos jardins

Sinônimo; *Dianthus caryophyllus*. - O chá das flores é tônico, sudorífico, alivia a dor de cabeça, tontura e paralisia nas pernas. Há os que preconizam que o cravo vermelho é melhor.

#### Cravo do mato

Cresce como parasita em árvores. Combate a gonorréia é diurético. Usa-se a planta toda. Faz-se com ela também um xarope para curar icterícia.

#### Crisântemo

Sinônimo: Monsenhor. - Maravilhoso como tônico dos nervos, insônia, medo e tremores; cólicas falta de apetite; indigestões e perturbações do estômago; na sinusite aspirar o vapor; cura as vias urinárias e feridas.

#### Crista de galo

Das flores se faz um xarope para curar tosses, bronquite, coqueluche. Útil nas feridas e úlceras; afecções da pele, o suco da planta é cicatrizante, contra males do coração e diarreias.

#### Cura Tombo

Sinônimo: *Arnica-do-mato*. - Útil nos golpes, hematomas, contusões, machucaduras, reumatismo, nevralgias, febres e na dificuldade de urinar.

#### Curcuma

Sinônimos: *Hydratis canadensis*, *Hydratis americana*. - Indicada na dispepsia atônica, feridas da garganta, catarro crônico de todas as vias, rinite, estomatite, angina, sinusite aguda. Tônico nas anemias, debilidade, emagrecimento. Tem grande atuação nas inflamações uterinas, e na hemorragia nasal.

#### Dália

O suco das folhas e talos, alivia as queimaduras de lagartas, de fogo, e picadas de insetos; as flores aliviam febres, sarampo e varíola. As batatas contêm óleo amargo com propriedades diuréticas e sudoríficas.

Sinônimos: Turnera diffusa, Turnera opífera. - O chá das folhas, tomadas após as refeições, é um bom tônico geral e estimulante. É afrodisíaca, contra inapetência masculina, má digestão, dispepsia, incontinência noturna da urina, nos problemas renais. É um poderoso expectorante.

#### Dedaleira

Sinônimo: Digitalis purpúrea. - Tônica do coração; útil nas bronquites crônicas e tosse. A planta é venenosa. É melhor usar tintura-mãe homeopática. A digitalis extraída da planta tem ação vasoconstritora e efeito sobre os rins e o fígado.

#### Dente de leão

Taraxacum officinale, Amor-dos-homens. - Planta conhecida desde a antigüidade, para fortificante dos nervos, do cérebro e das vistas; rica em vitaminas e sais minerais; fortifica e depura o sangue; melhora o apetite, combate gases, prisão de ventre; o leite cura feridas; combate a diabete, câncer da bexiga, ótimo par o fígado e os rins. Das folhas novas se faz uma ótima salada, das outras suco com água e limão. Das raízes se faz um café dos mais saudáveis.

#### Dorme dorme

Sinônimos: Sensitiva, Não-me-toque, Mimosa pudica, Mimosa humillis. - O chá das folhas, em dose fraca, é usada como purgativo; depurativo; reumatismo; em banhos ou emplasto sobre o órgão doente, combate o ingurgitamento do fígado, hepatite, inchaço das pernas.

#### Douradinha do campo

Sinônimos: Policourea rígida, Critadeira. - O chá das folhas e flores secas é indicado nos seguintes casos: obesidade(auxiliar no tratamento), como diurético, rins e bexiga, gota(para eliminar ácido úrico), cistite, dificuldade de urinar, elimina pedras; cura as endemas e eczemas, benéfico nas afecções pulmonares, bronquites e tosses, para combater a sífilis e amolecer tumores. O chá muito forte provoca vômitos. Prepara-se o chá por infusão: 1 xícara (cafezinho) de folhas e flores secas picadas em 1/2 litro de água. Tomar 1 xícara de chá 6 vezes ao dia.

#### Embaúba

Sinônimos: Caixeta, Mamoeiro-do-mato, Banana-de-macaco. - Poderoso diurético; das folhas se faz xarope contra afecções respiratórias: tosse, coqueluche, asma, bronquite; É tônico do coração; exerce a função da digitalis; regulariza as batidas do coração. Combate câibras do sangue. O suco da raiz cura úlceras cancerosas e gonorréia. Não deve ser usada por longo tempo, porque prejudica as contrações do coração.

#### Endro

O chá quente, combate o soluço e ânsia de vômito. A infusão das sementes em bochechos e gargarejos, cura as inflamações da boca e da garganta. Seu chá tomado após as refeições, alivia dores intestinais, gases, e acidez do estômago. Aumenta o leite das mães. Semelhante ao funcho.

#### Erva ciática

Sinônimos: Erva-do-monge, Mata-boi. - É uma erva com folhas em forma de pé de leão; usa-se esta erva para puxar o veneno do reumatismo para fora. Esmaga-se e aplica-se, fora das juntas, durante 30 a 50 minutos; forma-se no local uma bolha de água amarela. Abre-se até secar ou atravessa-se uma linha, usando-se a agulha, a linha vai drenando a água que vai se ajuntando. É muito venenosa não se usa esta erva internamente.

#### Erva cidreira

Sinônimos: Melissa, Cidrilha, Melitéia. - Seu chá é indicado para baixar a pressão, insônia, nas digestões difíceis. Usa-se as folhas em infusão. Para quem toma chimarão, é ótimo picar a erva, verde ou seca, e colocar dentro da cuia.

#### Erva da minguá

Sinônimo: Hortelã do mato. Estomacal, diurético; faz bem ao fígado, bom para quem esteja com amarelão. Também pode-se colocar no chimarão.

#### Erva da vida

É uma das ervas mais eficaz contra a dor de barriga; especialmente nos casos das crianças. Indicada também contra as hemorróidas e reumatismo.

#### Erva de bicho

Sinônimos: Polygonum hidropiperóides, Pimenta D'água, Acataia, Pimenta do brejo. - Recomendada nas hemorragias gástricas, varizes, diurética, apariante, na falta de menstruação; para clisteres e em banhos contra hemorróidas, vermes e desenterias sangüinolentas; feridas sangrentas. Usa-se toda a planta. Também pode-se fazer cataplasma: preparar por infusão de três xícaras(cafezinho) para 1/2; litro de água. Fazer uma papa acrescentando farinha de mandioca. Aplicar na área machucada ou ferida duas vezes ao dia.

#### Erva de lagarto

Sinônimo: Poaia. - Emprega-se seu sumo para picadas de cobra, sífilis, reumatismo, coceira, feridas rebeldes. A infusão da raiz regulariza a pressão alta. Boa para a tosse.

#### Erva de passarinho

Erva parasita, habita sobre as árvores; cujo instrumento de propagação são os passarinhos, que têm pelos seus frutos, uma especial predileção; conhecida em todo o Brasil. Desta família existem quase mil espécies com as mesmas propriedades medicinais. As folhas e flores são muito úteis nos casos de: diabete, histeria, arteriosclerose, asma, pneumonia, afecções da pele, moléstias uterinas; ação tônica e sedativa sobre o coração, recomendada na idade crítica das mulheres, nos casos de câncer; para lavar feridas, frieiras. Abaixa a pressão do sangue. Iniciar com dose fraca.

#### Erva de Santa Maria

Sinônimos: *Chenopodium ambrosoides*, *Chenopodium anthelminticum*, Erva formigueira, Erva de bicha, Ambrosia, Mastruço, Mentruz, Mastruz. - Existe cerca de 40 espécies desta erva, todas com as mesmas propriedades medicinais. Poderoso vermífugo; usa-se 1 colher (sopa) de semente, feito chá, em meio a banana amassada; por dose, ou feito chá das folhas, em jejum, por três dias consecutivos, de manhã ou à noite, o suco desta erva, misturado com açúcar mascavo ou rapadura ralada também pode ser usado para o mesmo fim. É eficaz na angina do peito, palpitação do coração, má circulação, sono agitado, zumbido nos ouvidos; hemorróidas, varizes, dores de menstruação, facilitando-a; indigestão; duas colheres de suco cura manchas nos pulmões. Eficaz nos casos de contusões, pancadas, fraturas. Maceração: Em uma vasilha colocar uma xícara de (cafezinho) de vinagre, uma colher de chá de sal. Amassar a planta até obter uma pasta. Colocar a pasta sobre o local afetado e enfaixar. Suco: Uma xícara(cafezinho) de planta picada para um copo de leite. Tomar durante a recuperação. Este suco também pode ser usado como vermífugo. "Não utilizar em senhoras grávidas ou em amamentação. Não fazer chás fortes, intoxicam"

#### Erva doce

Sinônimos: *Foeniculum vulgare*, Funcho. - Tônico estomacal, estimula a digestão, contra vômitos, gases intestinais; calmante das cólicas dos recém nascidos, aumenta a secreção de leite das mães. Usa-se as sementes: por infusão, na forma de chá, e também pode-se colocar as sementes na cuia do chimarão. Nos casos de estômago fraco, quando as digestões são pesadas difíceis; pode-se misturar sementes de erva doce e flor de camomila, seja chá, por infusão, ou na cuia do chimarão.

#### Erva do fígado

Sinônimos: *Verbena sagrada*, Erva do sangue. - Planta brasileira, naturalmente cresce nos areiões próximo das praias, em terras secas, mas é encontrada em muitos jardins, em forma de lindos canteiros, a cor vermelha é a mais comum mas existe também a rosa. Combate os males do fígado.

#### Erva dos cachos da Índia

Sinônimo: *Phitholacca decandra*. Erva muito usada para combater a obesidade.

#### Erva lanceta

Sinônimos: Rabo de foguete, Flecha, Federal. - Erva muito usada nas fraquezas das articulações, febres tifóides, paralisia, tosse convulsiva, derrame de sangue interno, hemorragias, rachaduras nos seios; quedas contusões (os jogadores têm nela um bom remédio nas machucaduras; para tomar e aplicar. A raiz acalma dores, inclusive a dor de dente.

Erva Luísa Muito aromática, com gosto de cidra. Usa-se em forma de chá, como calmante; estomacal, contra indigestões; estados nervosos, epilepsia. É uma boa erva para aromatizar outros chás; também para fazer licores.

#### Erva macaé

Sinônimos: Leonorus cibiricus, Rubim, Santos-filho, levantina, Mamangava: Faz ceder qualquer irritação do estômago, intestino. Febres graves, acompanhadas de vômito; gripe intestinal; doenças da pele; hemorróidas; pressão alta; respiração penosa, tosse, asma; colesterol; notável contra as varizes. Em banhos contra corpo inchado, principalmente as pernas; dores nas costas.

#### Erva mate

Sinônimo: Ilex paraguayensis: O chimarão reanima as forças corporais, estimulante do cérebro, excelente fonte de energia, alivia a fadiga, ativa a circulação, tonifica os nervos e os músculos. Erva cozida é boa para lavar feridas, assaduras, desinfetante, sudorífica, beneficia o fígado. Contém cafeína, por isso vicia, tomando demais, ataca os nervos, produz insônia.

#### Erva moura

Sinônimo: Pé-de-galinha. Calmante, as folhas para curar feridas, infecções; contra terror noturno, agitação nervosa, é narcótica, emoliente, no reumatismo e problemas urinários.

#### Erva Santa

Seu chá é bom para gripes, tosses, reumatismo; fortificante do estômago; anti-cancerosa, também para lavar feridas e úlceras.

#### Erva santana

Sinônimo: Erva de mula. Na medicina popular, é muito empregada em banhos para desinchar as pernas, lavar e curar feridas, cortes e vistas inflamadas. Para as abelhas uma ótima fonte de mel.

#### Erva silvina

Sinônimos: Polypodium vacciniifolium, Cipó cabeludo, Erva Teresa, Sólida. - Parasita que cresce agarrado ao tronco das árvores. Muito boa nos males dos rins, da bexiga reumatismo, dor nas costas, possui propriedades hemostáticas e adstringentes; sua infusão é boa contra escarros de sangue, congestões sangüíneas, diarréias, hemorragias, lesões cardíacas, dilatação de veias grossas, varizes, urina sangüinolenta. Usa-se toda a planta em infusão.

#### Erva tostão

Sinônimos: Boerhavia hirsuta, Pega pinto, Mela pinto. - Esta é uma erva extraordinária para o fígado, principalmente hepatite e males da vesícula biliar, ingurgitamento do baço, impaludismo, cálculos biliares, retenção de urina; nervosismo.

#### Erva trombeta

Sinônimos: Ipoméia bona Nox, Convolvulus duartinus, Convolvulus pulcherrimus. - É uma trepadeira, cultivada nas hortas e jardins. Folhas grandes codiformes, distribuídas alternadamente. Flores roxas e alongadas, parecendo-se com uma trombeta. Costuma florescer no mês de junho. Planta narcótica. Suas flores são usadas nos estados dolorosos em geral; reumatismo, paralisia e em determinadas afecções da pele.

#### Espada de São Jorge

Sinônimos: Rabo de lagarto, Língua de sogra. - De suas folhas picadas e fervidas oferecem uma água para lavar os cabelos, provocam uma melhor circulação do sangue no couro cabeludo. Essa mesma água pode ser usada para banhar o corpo todo, beneficia a pele toda. A maceração em álcool é eficaz em fricções contra o reumatismo. Não se usa internamente.

#### Espelina

Sinônimo: Purga carijó. É uma erva trepadeira. Ótimo remédio contra asma, tosse, catarro pulmonar, bronquite, hemorróidas, diarréias. Muito boas nos casos de enjôo e vômitos durante a gravidez. Emprega-se ainda sobre as mordeduras de animais venenosos.

#### Espinafre

Erva muito rica; contém ferro, potássio, combate a anemia, é tônico e laxante. Bom calmante, ajuda nas menstruações difíceis. Não é recomendado nos casos de quem sofra de ácido úrico, gota e cálculos renais.

#### Espinheira Santa

Sinônimos: M...

cicatrizante. É eficientíssima nas gastrites, dores do estômago, úlceras gástricas, acidez do estômago, evita a fermentação, gases intestinais, laxativa. Aplicada sobre feridas combate a purulência. Combate a lepra ulcerosa, a leishmaniose, a tuberculose cutânea e a sífilis. A espinheira Santa não deve ser fervida, nem colocada em recipiente de alumínio. As folhas devem ser picadas e colocadas num recipiente de louça e despejado água quente em cima, tampando em seguida. As folhas picadas também podem ser colocadas na cuia do chimarão, para os que tem o hábito de tomá-lo.

#### Espinheiro de carneiro

Sinônimos: Carrapicho de Santa Helena, Abrojo. - Resolutivo, linfatítes agudas, sudorífico, depurativo do sangue, úlcera, cancro, anti-sifilítico. Suas raízes são boas contra afecções da bexiga, disenterias. Suas sementes são vermífugas, combatem febres, dor de dente, doenças da pele, asma tosse bronquites; tomadas em forma de chá ou no chimarão ajuda aos alcoólatras a corrigir o vício do álcool.

#### Espinho de Maricá

Externamente usa-se em banhos contra eczemas e impigens. Internamente seu chá combate a asma, congestão do fígado, cólicas intestinais e o carbúnculo.

#### Espirradeira

Sinônimo: Oleandra. Planta ornamental, que muito tem embelezado nossos jardins, tanto particulares como públicos; produz lindos cachos de flores, que vão do branco ao rosa forte quase vermelho. É planta venenosa, por isso é necessário cautela no uso. O pó das folhas secas produzem espirros, o que é muito bom para quem sofre de sinusite. As folhas fritadas em óleo ou azeite, ou seu suco servem para curar coceiras. Em cozimento fraco é tônico do coração e na escassez de urina.

#### Espora dos jardins

Suas sementes são tônicas, nas fraquezas; boa contra a diabete, bronquite, asma, dores no nervo ciático, desinfetante. Com suas sementes pode-se fazer pomadas contra piolhos ou lavar a cabeça com um cozimento bem forte.

#### Eucalipto

Sinônimos: Eucalyptus globulus Labill, Gomeiro azul, Árvore da febre. - O chá das folhas combatem: resfriados, febres, bronquite tosse, asma, males da bexiga, dor das cadeiras. O óleo que se extrai do eucalipto emprega-se em massagens contra dores reumáticas. Mascar suas folhas, alivia a dor e a inflamação da garganta. Eis uma receita de xarope de eucalipto: 15 limões galego ou tuiuti. 1 kg de açúcar mascavo. 1 punhado de eucalipto citrodora (medicinal). 5 litros de água. Descasque os limões e use apenas as cascas. Ponha as cascas numa panela, junte o açúcar e 2 litros de água fria. Faça uma calda meio grossa. Junte então as folhas do eucalipto, lavadas e picadas e o restante da água. Deixe em fogo brando cerca de 1 hora, mexendo de vez em quando com uma colher de pau, até formar um xarope grosso. Depois de



#### Fava de Santo Inácio

Sinônimo: *Fervillea trilobata*, *Ignatia*. - As sementes são tônicas e boas para os males do estômago. Usam-se-as em cozimento demorado. 3 xícaras ao dia.

#### Fava do campo

No tratamento de úlceras cancerosas; usam-se as sementes fervidas e aplicadas sobre as úlceras.

#### Fedegoso

Sinônimos: *Cássia occidentalis*, *Cássia falcata*, *Manjerioba*, *Pagamatioba*, *Mamangá*, *Mata-pasto*, *Folhas de pajé*. Arbusto brasileiro, largamente conhecido no país, sendo tradicionalmente apreciado pelo povo. O caule guarda posição ereta e apresenta abundância de ramos. As folhas são guarneçadas de folíolos de formato oval e pontiagudos, e as flores, de cor amarela, se dispõem em forma de espigas. O fruto é uma vagem longa que contém numerosas sementes (usadas como o café); a raiz é grossa e amarelada tendo um gosto bastante amargo. Existe uma grande variedade desta planta, todas com as mesmas propriedades medicinais. Usam-se as folhas do fedegoso em infusão para combater febre palustre, inflamação do fígado, anemia, doenças das vias urinárias hidropisia; é purgativo. - O suco das folhas verdes, aplicado, sobre eczema úmido, cura-o em três dias, mas é preciso que nestes dias a parte afetada não seja lavada; também é muito eficiente sobre erisipela. Tomando-se café da semente torrada, cura inflamação da próstata.

#### Feijão

Suas vagem em infusão são boas para combater a diabete, hidropisia, cálculos renais, elimina ácido úrico e aplica-se contra erisipela. Preparando-se uma farinha do feijão e amassando com bom vinagre, esta pasta é útil em aplicações contra reumatismo ciático; muito boa ainda em aplicações sobre manchas da pele, eczemas e embeleza a pele. O pó das sementes com veneno usa-se como raticida.

#### Fel da terra (erva muito parecida com gervão, não confundir).

Contém vitamina C, combate febre, faz suar, favorece o parto, usado ainda contra paralisias e cólicas.

aumenta o apetite, engorda, valioso na fraqueza em geral, melhora a pressão baixa, bom para os convalescentes, combate o envelhecimento da pele, rugas, levemente amargo, bom contra diabete: com as sementes se fazem unguentos; e, com um pouco de vinagre, cataplasmas, para curar abscessos, tumores, chagas, panarício. A farinha é boa contra diarreias e inflamações intestinais; seu chá é bom contra gripe e para fazer gargarejos.

#### Feto Macho

Amargo, adstringente; a raiz fresca ou o pó é vermífugo e combate a solitária, tomando-a em jejum; útil ainda para lavar feridas; não se aconselha para pessoas fracas.

#### Figo

Sinônimo: Ficus carica. - Bom alimento na fraqueza e desnutrição, especialmente para os nervos, para isso usa-se o fruto maduro, comer à vontade. O cozimento dos seus frutos servem ainda para fazer gargarejos, curar gengivas; na diabete; para eliminar cálculos dos rins e do fígado. O chá de suas folhas dão um ótimo xarope contra tosse, é calmante. Com o seu leite, tira-se verrugas e calos,(Aplicar sobre o local da seguinte forma: colocar um pedaço de esparadrapo furado no centro sobre a verruga de modo que somente esta fique exposta. Pingar sobre a verruga três gotas do leite. Cobrir a verruga com outro pedaço de esparadrapo sem furo. Trocar de 2 em 2 dias), tomando o leite é vermífugo. Tomar 5 a 6 gotas do leite, dissolvidas em água ou leite, para curar úlceras internas e externas.

#### Figueira do mato

Sinônimo: Gameleira. - Seus frutos são comestíveis. Seu leite posto no dente, alivia a dor de dente. O leite de todas as figueiras combate vermes intestinais (10 a 30 gotas por dose em jejum). Suas cascas e folhas, em cozimento, tem aplicação para lavar feridas. Bom remédio contra reumatismo, hidropisia.

#### Flamboyant

Sinônimo: Flor do paraíso. - Tem propriedades adstringentes, tônicas e anti-reumáticas. O chá de suas folhas facilita a menstruação e em dose elevada pode provocar aborto. As vagens contém ácido tânico.

#### Flor da noite

Sinônimos: Cactus grandiflorus, tuna. Esta planta combate os males do coração causados pelo abuso do café, álcool e fumo, nervosismo, febres, resfriados, dores de cabeça, insuficiência aortica, palpitação, congestão do fígado. Dores de cabeça congestiva, principalmente na menopausa.

Sinônimo: Erythrina coraldendron. - Árvore pequena com flores vermelho-coral, muito estreitas formando espigas cimosas. - O cozimento das cascas secas serve para combater hepatite crônica e obstrução do fígado.

#### Folha da fortuna

Sinônimos: Kalonchoe brasiliensis, Saião. - é um dos melhores remédios contra os males dos pulmões; seu suco tomado todo dia cura tuberculose, tosse, é fortificante dos pulmões. Cura feridas; úlceras, frieiras e calos. Colocando suas folhas na frente, tira a dor de cabeça. Ajuda a eliminar cálculos renais e alivia picadas de insetos.

#### Framboesa

Contém vitamina C; o chá de suas folhas em bochechos ajuda a firmar os dentes; febres, diarréias com sangue; é bom nas inflamações das ínguas. O chá da raiz é bom nos casos de hidropisia.

#### Fruta de lobo

O suco da casca da fruta, meio verde, aplica-se contra picada de cobra.

#### Fruta do conde

O chá das folhas é indicado para provocar suadouros, facilitar a digestão, combater gases, insônia, enxaqueca, dores de cabeça, curar feridas e úlceras. A fruta verde é adstringente, madura, é deliciosa e bom alimento. A casca serve de vermífugo e combate piolhos.

#### Fumeiro bravo

O chá das folhas ou da casca, combate a pressão alta, pontadas e tosse crônica. A casca verde da raiz, ralada, é uma ótima massa para aplicar sobre cortes para estagnar o sangue.

#### Fumo

As folhas umedecidas em água quente são usadas contra reumatismo; dores da gota aplica-se 20 a 25 g de cinza das folhas na parte dolorida.

#### Funcho

É semelhante à erva doce, anis; apariente, contra gases, digestivo, bom para crianças, a raiz é diurética, aumenta o leite das mães, bom para as afecções das vias urinárias.

na flebite, hemorragias, hemorróidas sangrentas. Usada com perseverança esta planta assegura a cura, mesmo nos casos em mais difíceis. Nas hemorragias uterinas em geral, na congestão ovariana, dores nos cordões espermáticos.

#### Hera terrestre

Há muitas espécies, entre elas está a trepadeira jibóia, comum em muitos lares. A infusão das folhas tem indicação contra os males dos pulmões, rins, bexiga e menstruações dolorosas. O sumo da planta, com um pouco de água, introduzindo no nariz, ajuda a debelar a sinusite, enxaqueca e catarro crônico: pode ser empregada em inalações.

#### Gameleira

Veja figueira do mato.

#### Genciana

É tônica, desperta para a alegria, aparente, combate anemias, é febrífuga, contra reumatismo crônico.

#### Gengibre

Sinônimos: Amomum zinziber, Zinziber officinale. - Tônico geral, estimulante do apetite; combate o mau hálito; cólicas pelo acúmulo de gases no estômago e nos intestinos. Seu chá é excelente para as vias respiratórias, tosses, bronquites, gripes, catarro crônico, é recomendado para cantores e pessoas que tenham que falar muito, clareia a voz, torna-a mais agradável. Também pode-se mascar um pedacinho da raiz, fresca ou seca, quando necessário. Externamente é usado em forma de cataplasma. Cataplasma: A raiz ralada, ou pó, misturado com farinha de mandioca ou fubá, faz-se uma pasta com água quente e aplica-se quente sobre o peito e nas costas, para enfermidades do peito, pleurisia, reumatismo, ciática, dores nevrálgicas. No mesmo cataplasma pode-se adicionar um pouco de pimenta e clara de ovo. Compressa quente para os casos de disenteria violenta. Esmagar 1/2 quilo da raiz, colocar num saquinho de algodão, fino. Ferver bem. Mergulhar uma toalha no chá e aplicar como compressa sobre o abdome.

#### Gerâneo

Erva muito útil contra coqueluche, hemorragia, diarreia, tuberculose, anemia, ulcerações da boca, afecções dos pulmões, diabetes. É também muito boa para combater a surdez: Pingar de 3 a 5 gotas do suco no ouvido, seguidamente até obter os resultados.

Gérbera Beleza delicada que cresce em nossos jardins. O chá de suas folhas é bom para o fígado.

Sinônimo: Sesamum orientale. - Suas sementes, assim como seu óleo, constituem uma rica fonte de cálcio, magnésio e vitaminas do complexo B. É laxativo, tônico nervoso, combate o reumatismo, artrismo. Seu óleo é um ótimo colírio para os olhos, usado com frequência corrige os males de miopia, hipermetropia, astigmatismo, infecções dos olhos. Receita de leite de gergelim: para 1 litro de leite, tome 100g de gergelim branco e descascado, dê uma leve torrada, ainda quente leve ao liquidificador, adicione um copo de água bem quente e bata bastante, adicione mais um copo de água quente e bata bem, adicione o restante da água e bata mais um pouco, está pronto o leite.

#### Gervão

Sinônimos: Erva santa, Gervão roxo, Gervão cheiroso, Verbena jamaicensis. Suas folhas são ovaladas e recortadas nas bordas, exalando um fraco aroma. As flores são de uma bela e viva cor azul. - O gervão tem sua ação principal sobre o fígado; desinfetante: debela cólicas e inflamações agudas ou crônicas. Também é indicado na prisão de ventre; diurético; tônico, estimulante. Seu suco com sal aplica-se sobre tumores e furúnculos.

#### Giesta

Sinônimo: Giesteira. - Possui ação benéfica sobre o coração. As flores e os brotos em infusão, aliviam a tosse, e esmagadas, aplicam-se sobre furúnculos ou abscessos. Recomendada ainda contra a icterícia, gota reumatismo, areia nos rins, diarreia. As sementes são purgativas.

#### Ginseng

Sinônimo: Panax ginseng. É uma planta que dá rejuvenescimento às células, aumenta a vitalidade e resistência do organismo. Fortalece as glândulas endócrinas controladoras dos processos fisiológicos, vários, incluindo a assimilação de minerais e vitaminas. Fortalece o coração, o sistema nervoso e as funções sexuais, sendo um poderoso afrodisíaco natural, rejuvenescendo as células, normalizando o sistema circulatório, especialmente em pessoas depois dos quarenta anos. O ginseng estimula a produção de hormônios, promovendo rejuvenescimento.

#### Girassol

Sinônimos: Helianthus lenticulares, Helianthus annuus. - As sementes torradas e usadas como pó de café. Esta bebida de girassol é útil nas enxaquecas, nevralgias, faz bem aos pulmões e fortalece os nervos. As folhas em infusão são recomendadas para combater hemorragia nasal, resfriados, pleurites, dores de estômago, coriza, gastralgia, dentição, oftalmia, panarício, retenção de urina, supressão das de origem malárica.

#### Gladíola

de folhas para uma xícara de chá.

#### Goiabeira

Sinônimos: Psidium guajava, Psidium pomiferum. - Seus frutos maduros são indicados na fraqueza e desnutrição, são bons ainda contra tosse e bronquite e outras doenças das vias respiratórias. As folhas e a casca empregam-se em cozimento para curar diarreias de adultos e de crianças, e até mesmo colite crônica. Lavar e picar 3 folhas adultas da goiaba vermelhas, colocar em 1 xícara de chá, cobrir com açúcar mascavo e machucar bem com uma colher até obter uma massa esverdeada; entornar sobre ela água fria até completar um copo e ingeri-lo de uma vez. A cura é segura e rapidíssima. Há casos em que uma só dose é suficiente para curar.

#### Grama

Como a maioria das gramíneas tem eficácia sobre os rins e bexiga, prostatite, urina dolorosa e difícil e afecções urinárias.

Grandiúva Sinônimo: Crindiúva. A infusão das folhas durante o dia aumenta o leite das mães. A infusão da casca dá bons resultados contra a pneumonia, pontadas infeccões em geral. É mais um remédio muito eficiente para os diabéticos.

#### Grápia

Sinônimo: Grapiapunha. - O chá da casca madeira ou mesmo a serragem, tem comprovada indicação na diabete. Grande depurativo do sangue, anti-sifilítica.

#### Gravatá

O fruto é digestivo, abre o apetite, bom contra os males do estômago, assado dá xarope contra tosse e asma. O chá das folhas é eficiente para os rins e também para a tosse e garganta. O suco é vermífugo e abortivo.

#### Graviola

É tida como a erva mais poderosa contra o câncer.

#### Guabiroba

As frutas são ricas em vitamina C. As folhas combatem a gripe. O cozimento da casca ou das folhas é eficiente, fazendo banhos contra hemorróidas. As cascas são adstringentes, contra diarreia, câibras, catarro da bexiga e do útero.

#### Guaco

Sinônimos: Mikania glomerata Spreng. Uaco, Erva das serpentes, Cipó sucuriçu. Prepara-se o chá com as folhas, o qual é remédio eficaz contra reumatismo, artrítismo, nevralgia, albuminúria, varizes. Da um ótimo xarope contra tosse. Xarope: preparar 1/2 litro de xarope e acrescentar quatro xícaras(cafezinho) do sumo. Tomar 1 colher de sopa de 4 a 6 vezes ao dia. Combate os perigosos efeitos das mordeduras de cobra.

#### Guandu

Sinônimos: Feijão andu, Feijão de árvore, Ervilha de sete anos. O chá de suas folhas, 25 a 30 folhas por litro, é indicado como depurativo do sangue, anti-alérgico, diurético, contra tosse, inflamação da garganta, dor de dente, úlceras, abaixa a pressão. As folhas passadas em azeite, esquentadas, postas sobre feridas alérgicas, cura-as. A raiz é benéfica na clorose e males do fígado. A planta toda sobretudo as sementes, são altamente nutritivas, ricas em proteínas, ferro e cálcio.

#### Guanxuma

Sinônimo: Guaxuma. Existem mais de 90 espécies. Planta emoliente, supurativa de tumores, lobinhos, estrepes. No primeiro dia de menstruação dolorida, aplica-se cataplasma sobre o ventre. O chá da raiz ou das folhas combate febres, dor de barriga, indigestões, apendicite, urina presa, disenterias, câibras de sangue, dor de dente, afecções pulmonares, catarro e tosse. A raiz é boa para os casos de amarelão, abaixa a pressão. A semente triturada feito chá, combate os vermes. Substitui a malva. Em picada de insetos: vespa, abelha, formiga, marimbondo etc. Pega-se umas folhas, dá-se uma leve mascadinha e aplica-se esse pequeno cataplasma sobre a picada, tira o veneno.

#### Guaraná do Amazonas

Sinônimos: Paullinia cupania, Paullinia sorbilis, naranaz. - Planta trepadeira, cujas sementes são chamadas guaraná, conhecida e usada pelos índios brasileiros muito antes de ser aproveitada pelos civilizados. Seu notável poder medicamentoso cura qualquer fermentação viciosa. É um desinfetante intestinal único no seu gênero. Sob o efeito do guaraná, principalmente se for tomado em jejum, 1 colherinha de café do pó para 1 cálice de água, desaparecem os gases, mal estar, dores de cabeça; ele rejuvenesce o intestino grosso, cura diarréias e hemorróidas, acalma os nervos, previne arteriosclerose. Não se deve abusar dele; excita o coração, contém muita cafeína; é também remédio para quem urina na cama.

#### Guassatonga

É o mesmo "Chá de bugre".

Sinônimos: Pipi, Petiveria alliacea, Erva de alho. Usam-se as raízes e as folhas, em cozimento, no reumatismo, paralisia, hidropisia, artrismo, dores de cabeça, falta de memória, estados nervosos. A raiz tira a dor de dente. Seu abuso afeta a vista, leva à cegueira. Comprovado veneno contra mordedura de cobra. Ajuda nas menstruações difíceis; é abortivo. Seu chá é ótimo para gargarejos, nos problemas de garganta, amígdalas.

#### Hortelã

Sinônimos: Menta, Hortelãzinho, Mentha crispa. A palavra hortelã é um nome vulgar pelo qual são conhecidas diversas espécies de menta. Existem 25 espécies; dentre elas a hortelã-pimenta é a mais preciosa. Caule alto, folhas ovais, grossas e serreadas nas pontas, flores vermelhas em espigas. Usam-se as folhas, mas de preferência as sumidades floridas. Todas as hortelãs são medicinais. São estimulantes, tônicas, digestivas, na prisão de ventre, contra os vermes, calmante, nas tosses rebeldes, cólicas intestinais, hepáticas, nefríticas. Eis um chá à moda Libanesa. Lavar as mãos, pega-se folhas limpas de hortelã miúda; esfregá-las entre as mãos até que soltem o sumo. Deita-se estas folhas numa vasilha, adiciona-se água fervida e deixa-se em maceração por 5 minutos. Tomar após as refeições, este é um hábito muito saudável do povo Libanês. Na lactação, aumenta a secreção de leite. Combate o vômito. Estimula o apetite.

#### Hortênsia

Suas raízes tem ação sobre as afecções da bexiga e da vesícula; suas folhas, nas machucaduras, (aplicam-se untadas com azeite).

#### Ibiscus

Sinônimo: Mimo de Vênus. - As flores usam-se contra inflamação dos olhos e da garganta; adstringente. Enfraquece a potência sexual.

#### Ingá

O cozimento da casca é reconstituente, contra diarréias, blenorragia, anti-séptico, bom para curar feridas crônicas e para clisteres. Com as frutas podem-se fazer doces, licores e refrigerantes.

#### Inhame

As batatas são de grande valor alimentício, incrementam a produção de hormônio, são de muito valor na idade do crescimento e também depois dos 40 anos. Têm propriedades anti-diabéticas e anti-reumáticas, é um valioso depurativo do sangue, combate as afecções da pele e as úlceras cancerosas.

#### Ipê roxo

Sinônimos: Tecoma impetiginosa, Pau D'arco, Ipê tabaco, Ipê amarelo. - Famoso depurativo do sangue. É adstringente. O cozimento da casca combate:



pedras vesicais, inchação dos pés, elimina toxinas, aumenta os glóbulos vermelhos e tem ação sobre as células que crescem desordenadamente, evita a formação de tumores, doenças do útero(recomenda-se lavagem), ovários; em banhos e chás contra coceiras, sarna, doenças da pele, impigens. As folhas são adstringentes e têm propriedades medicinais contra flacidez dos tecidos.

#### Ipoméia

Sinônimos: Campainha azul, corda de viola. - É purgativa; contra cólicas e males do intestino; ajuda no reumatismo. As folhas empregam-se para curar feridas e úlceras externas.

#### Íris

Lindas flores vermelhas, tipo caité. O chá das folhas e da raiz que é aromática, tem propriedades diuréticas, expectorante e vomitivas.

#### Iúca

Sinônimo: Círio de nossa senhora, Lírio da pureza. - Planta ornamental que tem as folhas parecidas com a da uvarana, mas que ostenta um lindo cacho de flores. Com suas flores se faz um ótimo remédio para a tosse e o catarro pulmonar.

#### Jaborandi

Sinônimos: Piper pilocarpus, Othonia anisum. - O chá das suas folhas é sudorífico, diurético, alivia as bronquites agudas laringite papeira exoftálmica, caxumba inflamação dos órgãos genitais. Suas cascas, usadas em infusão, dão um bom tônico capilar, lavar a cabeça.

#### Jabuticaba

Planta altamente adstringente, por isso, é eficiente em gargarejos, para sanar as amígdalas inflamadas; diarréias, disenterias, varizes, e em banhos para curar erisipela.

#### Jambolão

Sinônimo: Biguaçu. A raiz e as sementes constituem um remédio eficaz contra diabete, tosse, catarro pulmonar e prisão de ventre.

#### Japecanga

Sinônimo: Smilax japicanga. - Sua raiz em cozimento é útil para combater a sífilis, gota, reumatismo e moléstias da pele.

purgativo, vermífugo; tem efeito igual a digitalis sobre o coração. O chá das folhas é diurético, contra pressão alta, hidropisia, inflamação do fígado e do baço.

#### Jasmim

Sinônimo: *Jasminum officinalis*. Existe uma variedade desta planta, todas com as mesmas propriedades medicinais. Externamente, suas flores em infusão são boas contra inflamação dos olhos, conjuntivite. Internamente são boas como antiespasmódico, diurético, estimulante, combate a falta de ar. Porém o jasmim amarelo, é muito usado contra prostrações musculares, hipersensibilidade, febres, gripes e catarro no nariz e no peito. Das flores pode-se fazer ainda um ótimo xarope.

#### Jequitibá

Suas cascas são adstringentes, boa nas diarreias; externamente, em gargarejos, inflamação das amígdalas; em lavagens vaginais, para as doenças do útero e ovários.

#### João da costa

Sinônimos: *Davilla tetracera*, Cura tombo, Raiz das mulheres. Esta planta é recomendado que se use em forma de tintura, para curar inflamações, uterinas, ovarianas, após parto, aborto.

#### Joio

Sua farinha dá gosto amargo ao pão e é venenosa. Mas tem utilidades medicinais para uso externo, na forma de cataplasma e banhos, contra inchaços, reumatismo e erupções cutâneas.

#### Juá

Suas frutas assadas, amolecem tumores; 6 a 8 são calmantes e eficientes contra a azia. O chá da raiz é diurético, ajuda a emagrecer, combate febres, males do fígado, afecções da bexiga.

#### Jurubeba

Sinônimos: *Solanum paniculatum*, Jupipeba. - Existem várias espécies. Usam-se folhas e raiz em cozimento. Estimulante da secreção biliar, contra hepatite, icterícia, cólicas hepáticas, dispepsia, tumores do útero e do abdômen, poderoso tônico desobstruente do fígado e seu ingurgitamento, febre intermitente e estomáquica. A tintura dos frutos é um poderoso remédio contra catarro da bexiga e a clorose; tônico desobstruente do fígado.

#### Lágrimas de Nossa Senhora

Sinônimos: Coix lacrima, Contas do rosário. A farinha dos grãos é de notável valor nutritivo; aplica-se também, em cataplasmas contra reumatismo. O chá,

em banhos quentes contra reumatismo.

#### Laranjeira

Sinônimos: Citrus sinensis, Citrus acracicum, Pomo de ouro. - É fruta muito saborosa rica em sais minerais e contém as vitaminas: A,B,C,D,O. Seu suco é o remédio de cada dia; tomado puro em jejum, sem açúcar, dissolve cálculos dos rins, da vesícula, ajuda nas dores intestinais, cólicas, dores hepáticas, úlceras do duodeno e dos intestinos. Porém, quando misturado seu suco com outros vegetais, causa graves fermentações. É muito boa ainda contra escorbuto e anemias; depurativa do sangue; estimulante dos órgãos digestivos; contra dores, gripes, febres, reumatismo, sistema nervoso; a casca em forma de chá melhora o apetite e tem virtudes calmante. As folhas em forma de chá provocam suor, tiram a febre, constituem um calmante. As sementes em forma de chá combatem a diabete. O bagaço de duas laranjas por dia, constituem um ótimo remédio para os que sofrem de prisão de ventre. As flores e a casca do tronco são estimulantes e tônicas, sudoríficas e antiespasmódicas, empregadas nas indigestões e nas moléstias nervosas, espasmos histéricos, palpitação do coração.

#### Laranjeira do mato

Sinônimos: Mudia brasiliensis, Laranjeirinha brava. - Suas folhas em infusão combatem manchas na pele, dores de estômago, gases intestinais, é digestiva, contra tonturas e vômitos; cólicas menstruais, disenteria, irritabilidade, gosto amargo na boca. Esta planta não deve ser dada às mulheres que estão amamentando, pois os princípios ativos passam para o leite e podem prejudicar os bebês.

#### Laurus Benjoim

Sinônimo: Asa dulcis. - Árvore encontrada nos sertões brasileiros. Dando-se um corte em seu tronco, ele solta um suco resinoso muito perfumado e balsâmico, usado para preparar emulsões para combater as doenças da pele. Usa-se contra tosses, bronquites, asma e para combater debilidades do aparelho digestivo.

#### Lentilha

Esta leguminosa é um dos melhores alimentos, rica em fósforo e ferro, constitui um alimento próprio para os anêmicos, fortalece o sangue e o sistema nervoso. O chá das lentilhas é eficiente contra distúrbios intestinais, diarreias e prisão de ventre. De sua farinha se faz um cataplasma para se aplicar sobre a região das glândulas inflamadas como a caxumba.

#### Ligustro

Sinônimo: Alfeneiro. - Árvore ornamental bem comum nas avenidas e em nossos jardins. Suas flores são usadas como remédio para pele seca. As frutas são

#### Lima

Sinônimo: Lima da Pérsia. - As frutas são refrigerantes, ricas em potássio, fósforo, sódio, muito mais que o limão e a laranja. Indicada nas dietas dos doentes e convalescentes. Calmante, diurética, contra febre; o chá da casca e da folha aumenta a pressão, combate gases e dores no coração.

#### Limão

Sinônimos: Citrus limona, Citrus médica: - Uma verdadeira maravilha que a natureza nos oferece. Com seu poder medicinal pode curar a maioria das doenças. Seu suco destrói os micróbios do tifo e da tuberculose, contidos na carnes que ingerimos. Apesar de azedo, o limão alcaliniza o sangue e destrói os ácidos nocivos do estômago. Emprega-se seu suco tomado em jejum, puro, contra o escorbuto, arteriosclerose, hemorragias, afecções do fígado e do baço, disenterias, hidropisia, reumatismo, gota, gripe, tosses, males da garganta; grande depurativo do sangue, desintoxicante, cicatrizante, antisséptico. Recomenda-se 1 a 2 limões por dia. Trará em geral grande vantagem para os que sofrem de doenças crônicas. A semente é laxativa, combate vermes, mau funcionamento dos intestinos: Tomar uma colher de semente moída ( 15 a 20 g) com água, ou preparado em vinho. Em casos de rouquidão ou falta de voz, tomar uma limonada bem quente, sempre sem açúcar, à noite ao deitar.

#### Língua de vaca

Sinônimos: Chaptalia nutans, Labaça, Fumo do mato. - Tônica, desobstruente, útil na obesidade. Seu cozimento é usado para lavar feridas, úlceras, tumor linfático e compressas sobre chagas. As folhas aquecidas e colocadas nas têmporas curam a dor de cabeça e produzem sono. O chá das flores, folhas e raiz é um ótimo expectorante contra tosse, gripe, doenças da pele, asma.

#### Linho

Sinônimo: Linhaça. Em medicina caseira utilizam-se as sementes em forma de cataplasma sobre abscessos, nos resfriados do peito e dores em geral. O chá das sementes usa-se contra diabete, inflamação do estômago, bexiga, colite, hemorróidas, garganta, intestinos, as sementes do linho têm uma ação especial sobre os intestinos: sana-os, tonifica-os e devolve a elasticidade aos intestinos e com ela os movimentos peristálticos que promovem a evacuação. Uma colher de sementes em jejum de manhã faz muito bem, cura prisão de ventre. As sementes de linho podem ser cozidas e adicionadas ao pão, teremos um pão medicinal.

#### Lírio branco

Sua raiz é estomacal e espectorante, combate as doenças do fígado e a prisão de ventre. As flores maceradas em azeite acalmam dores: de cabeça, de

#### Losna

Sinônimos: Absinto, Erva santa, Erva dos vermes. - A infusão de suas folhas e flores é empregada para curar problemas do fígado, falta de apetite, má digestão, nas menstruações difíceis; eficaz vermífugo contra a tênia ou solitária, lombrigas, amebas. É desaconselhável seu uso contínuo(intoxica), destrui os glóbulos vermelhos. Não deve ser consumido por senhoras grávidas.

#### Lótus

Sinônimos: Hasu, Nelumbo nucífera: - A raiz dessa formosa e sagrada flor é usada para curar enfermidades do pulmão: asma, tosses rebeldes, bronquites. Aqui no Brasil essa raiz, é encontrada nas lojas de produtos naturais, macrobióticos, cortada em rodela, rala-se uma rodela da raiz, junta-se uma xícara de água fervente, deixa-se repousar por uns 10 minutos. Tomar o chá puro, sem açúcar, 2 vezes ao dia, longe das refeições.

#### Louro

Muito usado na cozinha, as folhas e os frutos. Confere aos alimentos melhor gosto e perfume. Favorece a digestão, melhora o apetite e combate os gases intestinais. Das bagas extrai-se um óleo com o qual se preparam pomadas e linimentos para fricções contra o reumatismo e aplicar em contusões e hemorróidas. A maceração das folhas e dos frutos usa-se para banhos, dando efeito calmante e favorece depois o sono. Seu cozimento serve também para banhar e combater o suor dos pés, evitando-se o mau cheiro.

#### Lúpulo

Sinônimos: Humulus lupulos, Salsaparrilha nacional, Luparo. - É uma planta medicinal narcótica, tônica, diurética. Recomendada nas desordem nervosas, anemias, tônico cardíaco, afecções linfáticas, moléstias da pele, anti-séptica, vermífuga; na debilidade sexual. Eis uma receita contra insônia: misturar em partes iguais, folhas de lúpulo, salvia e camomila, em infusão, tomar ao deitar, adoçado com mel.

#### Macela

Sinônimos: Achyrocline satureioides, Marcela, Macela do campo. O chá de suas flores é indicado nos casos de: má digestão, males do estômago, problemas do fígado, calmante, desintérias e diarreias. É a camomila brasileira.

#### Macieira

Sinônimos: Purus malus, Maçã de apolo. - O chá das folhas nutre o baço e o sistema nervoso, produz um sono tranqüilo, é um desinfetante para a boca. O fruto cozido tonifica os convalescentes. Duas xícaras de chá de maçã

gastrite, catarro intestinal, disenteria, intoxicação. Para uma cura com maçãs, o doente deverá comer um quilo e meio de maçãs durante o dia, raladas em ralador de plástico ou de vidro, com casca. Somente isto, só é permitido tomar água uma hora antes, e uma hora depois das refeições de maçã. Deve comê-las bem devagar. Durante 2 dias, após irá voltando devagar à alimentação normal, conservando umas porções de maçã. Não deve tomar mais nenhum remédio. As maçãs atuam como uma esponja, sugando os líquidos e matérias tóxicas eliminando-as rapidamente.

#### Madressilva dos jardins

Sinônimo: *Lonicera caprifolium*. - Suas folhas em cozimento são usadas para gargarejos contra as anginas. As flores em forma de xarope, aliviam o coração e são boas para as vias respiratórias.

#### Mãe boa

Sinônimos: *Cissus alata*, *Vitis sulcicaulis*. - As folhas em cozimento são empregadas para combater o reumatismo, os corrimentos uterinos, e outras doenças do aparelho genital feminino e masculino. É de uso externo, em banhos quentes, depois abrigar-se bem, principalmente o ventre, enrolando-se em um pano de lã ou equivalente. É bom fazer os banhos à noite antes de deitar

#### Magnólia

Sinônimo: *Magnólia glauca*. - O cozimento das cascas ou tintura é fortificante, combate reumatismo acompanhado de lesões cardíacas. Entorpecimento e dores errantes pelo corpo. Opressão sobre o peito, falta de ar. Angina do peito. Endocardite. Sensação como se o coração fosse parar de bater. Dor ao redor do coração com coceira nos pés. Febres e paralisias. Os frutos empregam-se contra dores e afecções intestinais.

#### Malva

Sinônimos: Malva de botica, Malva silvestre: Existem muitas variedades e todas são medicinais. A infusão das folhas é calmante dos nervos e dores em geral. Tem virtudes emolientes, para cataplasmas, inflamações do estômago, da vista, dor de dente, da boca, das gengivas, garganta, intestinos, bexiga, rins, pele irritada, queimadura do sol, mau hálito, aftas, nas inflamações da vagina, banhos nas inchações das pernas, desinfetante posto sobre feridas e úlceras, faz emagrecer sem prejudicar o coração. Combate inflamações dos ouvidos e das pálpebras.

#### Malvão

Sinônimo: Bago de veado: - cura feridas crônicas, hemorróidas; em banhos é contra o reumatismo; tomando cura os males da bexiga, inflamações internas, evita o câncer; crianças fracas ficam fortalecidas com banhos e chás.

#### Mamão

Sinônimo: Ricinus cumunis. Fruto delicioso, rico em vitaminas, dá ótima sobremesa, suco. Seu leite, rico em papaina, serve para substituir a pepsina. O chá de suas folhas ajudam a digestão, serve para lavar feridas, eczemas, abaixa a pressão. Suas sementes e seu leite, são vermífugas, combatem as verrugas. Usam-se por dose 24 sementes trituradas, para crianças a dose é a metade. As flores do mamão macho em infusão, ou em forma de xarope, são ótimas contra tosse e bronquite.

#### Mamica de cadela

Grande tônico, a casca combate a dor de dente e de ouvido; é eficaz contra gases, azia e picadas de cobra.

#### Mamona

Sinônimos: Ricinus Communis, Palma Cristo, Carrapateiro. - É das sementes da mamona que se extrai o óleo de ricino. É purgativa, (Para tal usa-se o óleo, 2 colheres de sopa uma vez ao dia), é vermífuga; é muito bom o decocto das folhas ou dos cachos em banhos para hemorróidas e assaduras, também pode-se extrair o sumo das folhas e fazer compressas no local, embebido em algodão, aplicar até 4 vezes ao dia. As folhas aquecidas também se aplicam em tumores. As sementes não devem ser consumidas, intoxicam, 6 a 7 sementes bastam para matar uma criança.

#### Manacá

Sinônimo: Primavera. - A flor do manacá muda de coloração, a princípio roxa, depois rosa e por último branca. Anti-sifilítica, diurética, purgativa, é boa contra o reumatismo e para provocar o fluxo menstrual.

#### Mandioca

Sinônimos: Aipim, Macaxeira. É um bom alimento, dá força, ainda usa-se a farinha contra disenterias e diarréias. O chá dos brotos favorece o sono, é calmante, alivia hemorróidas. Em forma de cataplasma aplica-se em abscessos e inflamações.

#### Mangue Vermelho

Sinônimos: Rhizophora mangue, Guaparaíba. O cozimento das cascas, em doses fracas, é indicado para combater disenterias, corrimento uterino, acne, hemorragias uterinas e nasal.

#### Mangueira

Sinônimo: Mangífera indica. A casca é contra cólicas em geral, hemorragias; diarréias crônicas, leucorréia, gonorréia; as folhas e a polpa, em forma de xarope, contra a tosse, asma, bronquite; a resina é depurativa.

### Manjerição

Sinônimos: Caçalia óptica, Manjerição das moças. - O chá das folhas é bom para debilidade geral. Contra gases intestinais e do estômago, excitante, digestivo. O cozimento das raízes serve para estagnar o sangue.

### Manjerona

Indicada nas fraquezas musculares e dos nervos, combate resfriados, cólicas intestinais, males do estômago, insônia, incontinência dos instintos sexuais, reumatismo: o excesso prejudica o sistema nervoso das crianças e provoca sono artificial.

### Maracujá

Sinônimos: Pasiflora, Maracujá-açu, Maracujá suspiro, Maracujá silvestre. As folhas em infusão são sedativas, calmante para dores em geral, contra gripes, diurética, desinfetante; perturbações da menopausa, asma neurastenia e nervosismo dos celibatários. Não deprime o sistema nervoso. Atuando com rapidez e segurança. O suco dá um agradável frescor.

### Marapuama

Sinônimos: Muirapuama, Acanthea virilis, Pau-homem. - O cozimento das cascas é indicado contra reumatismo, nevralgias, fraqueza do estômago e dos intestinos; cólica menstrual. Sua principal indicação é nas doenças do sistema nervoso, tônico dos nervos e dos músculos. Combate eficazmente a impotência sexual masculina.

### Maravilha

Sinônimos: Bonina, Boa-noite. O suco da flor pingado no ouvido ou posto com algodão, alivia a dor. O polvilho das sementes com um pouco de suco de limão, ajuda a tirar as sardas e espinhas do rosto. A raiz é recomendada na sífilis, leucorréia, hidropisia, disenterias, cólicas abdominais.

### Margarida

Sinônimo: Mãe-de-família: - Folhas e flores dão um bom fortificante dos nervos, esgotamento pelo trabalho, gravidez, fortalece o útero. É um bom calmante contra febres, gripes, maus efeitos do organismo. Toda a planta se usa interna e externamente, em cataplasmas ou chás nos traumatismos, golpes, quedas, sangue parado, congestões venosas, varizes, dores, vertigens, bom para a idade crítica, câncer no seio; aplica-se sobre tumores, feridas e úlceras. A flor é um bom alimento frito com ovos. Tem as mesmas indicações da arnica.

### Maria mole

Sinônimos: Gatião, Flor-de-limão, B...



nervos; é boa para cataplasmas ou compressas contra reumatismo, íngua, dor nas costas ( é bom fazer suar a erva num pano e depois aplicar), o suco é bom contra dor de ouvido, curar feridas, cortes, ( fritar em gordura de coco), dá para fazer uma pomada contra coceiras e infecções.

#### Marmeleiro

Sinônimo: Marmelo. - Com a polpa e as sementes faz-se um xarope para tosse e asma; o chá das folhas é útil na diarreia, febres, nevralgias faciais, dor de dente, aplicações em partes inchadas, disenteria amebiana, estômago fraco e de digestão lenta. Cataplasmas das frutas, cascas ou folhas contra machucaduras, golpes, hemorróidas.

#### Marroio

Sinônimo: Erva das mulheres. Possui propriedades tônicas, fortalece o organismo, melhora o apetite, combate febres, cura feridas , chagas e úlcera; útil nas menstruações difíceis. Seu chá, com mel, é benéfico nas tosses, bronquites e asma. Em banhos quentes é eficaz contra a gota.

#### Mastruço

Sinônimos: Mentruz, *Lipidium bonarense*. - Como alimento é boa salada, como remédio é boa para doenças do peito, bronquite, sinusite(aplicar na frente), moléstias dos rins e do estômago; é diurético, contra raquitismo. Como emplasto nos casos de queda machucaduras. Seu suco é um eficiente vermífuga e desintoxicante. Usa-se toda a planta em infusão para combater escorbuto.

#### Mata pasto

Sinônimo: Carrapicho rateiro. Seu suco com limão combate as doenças da pele. Depurativo do sangue, purgativo, sudorífico. As sementes são vermífugas.

#### Melancia

Sinônimos: *Cucurbita citrullus*, *Citrullus vulgaris*. É refrigerante diurética, combate os gases, boa para os males do peito. Reduz a pressão alta. Suas sementes socadas, com leite, ou infusão, são vermífugas e boas para os males da bexiga.

#### Melão

Fruta recomendada para os que sofrem de icterícia, cálculos renais e biliares, para as mulheres que sofrem de infecção nos ovários e no útero; elimina pólipos(verrugas internas), coágulos de sangue nas veias e tem indicação nas menstruações difíceis e na idade da menopausa. O suco do melão é calmante, combate febres, regenera o sangue e liberta o organismo de muitas toxinas. As sementes mastigadas combatem os vermes e mesmo em doses

#### Melão de São Caetano

Sinônimos: Momordia charantia, Erva lavadeira, fruta de cobra. - O suco do fruto, misturado em partes iguais com óleo de rícino, combate vermes intestinais, é purgativo, combate as hemorróidas. As sementes socadas e misturadas com vaselina dão um unguento supurativo. Os frutos em cozimento são usados em banhos quentes para curar dartros, eczemas, corrimento uterino, cólicas, dores reumáticas e menstruação difícil. O chá das folhas é preventivo da gripe, contra febres e cólicas dos vermes.

#### Mil Folhas

Sinônimos: Achillea millefolium, Mil-em-rama, Milefólia, Pronto-alívio, Erva-de-carreteiro. - Um grande remédio para todas as hemorragias: do útero dos pulmões, vômitos com sangue, hemorróidas, diarréias com sangue, regras abundantes, mucosidade nos intestinos, catarro sanguinolento dos tísicos. Doenças do coração; depois de cirurgias na bexiga. Maus efeitos do esforço de levantar peso. Excessos musculares. Preventivo do aborto e das hemorragias após parto. Varizes dolorosas durante a gravidez. As flores e folhas secas pulverizadas aplicam-se sobre feridas velhas e insensíveis. Alivia a dor de dente e do estômago.

#### Milhã

Sinônimo: Capim milhã. - Suas sementes são alimentícias e são usadas contra disenterias e febre. O cozimento da raiz é recomendado nos males das vias urinárias. O bafo dela serve para acalmar a dor de dente e reumatismo.

#### Milho

Sinônimos: Zea mays, Catete, Hymencea coubaril, Trigo da índia. O cozimento dos grãos adoçados com mel são bons para curar catarro. Os cabelos das espigas(estigmas) são usados em infusão, para curar areia dos rins, cistites, pielites e outras doenças dos rins e da bexiga.

#### Monésia

Sinônimos: Crysophyllum glycyphulgrus, Casca doce, Buranhém. - O cozimento das cascas cura o catarro crônico, as flores brancas e hemorragia pulmonar. Externamente usa-se em banhos quentes contra erisipela e úlceras.

#### Morango

Sinônimo: Moranguinho. Fruta rica em vitaminas: A, B, K. O chá das folhas combate azia e colesterol. As raízes e folhas são ótimo remédio contra inflamação dos rins, da bexiga e retenção de urina, disenterias, azia, areias, gota e reumatismo.

#### Mostarda

Sua salada é indicada para os que sofrem de câncer nos intestinos. É contra dor de cabeça, digestiva, contra reumatismo, com vinagre, aplica-se sobre mordeduras de cobras. É popular o sinapismo feito com a semente contra pneumonia, paralisias, congestões pulmonares, nos pés e outros membros.

#### Mulungu

Sinônimos; Erythrina mulungu, Muxoxo, Flor de coral. - As cascas em cozimento são hipnóticas, sedativas, contra insônia e nervosismo, asma e bronquite, nas inflamações do fígado e do baço. Ver também a palavra Corticeira.

#### Nabo

Sinônimos: Brassica napus, nabo de azeite, nabo comprido japonês (daikon). - Fortificante, O nabo cozido é peitoral e reconstituente dos tuberculosos, contra frieiras. É eficaz na tosse, bronquite, sinusite e, em cataplasmas cura inflamações. O nabo comprido japonês é mais "Yang" positivo e usado pelos macrobióticos comido cru, ralado, misturado com um pouquinho de molho de soja "Shoyu", como desintoxicante. O chá das folhas do nabo comprido japonês, chamado "Habu" em banhos externos, serve para desinflamar os órgãos genitais. 30 a 60 g do nabo comprido cru, ralado, com uma colherinhas de café de Gersal(Semente de gergelim torrada com sal marinho moído), constitui um remédio natural para combater a miopia. O tratamento deve ser feito por no mínimo um mês.

#### Nogueira

Sinônimo: Nogueira-Pecã. - As nozes são ótimo alimento para os nervos, cérebro e para o crescimento. O chá das folhas limpa fortalece o sangue, bom para emagrecer, nas diabetes, sífilis, útil ainda para irrigação vaginal. Raiz é sudorífica, em banhos cura o reumatismo. A casca torrada e macerada em vinho é boa contra areias, pedra da bexiga e anemia.

#### Noz Moscada

É digestiva, estimulante, contra gases. Dá um bom unguento contra reumatismo, e em fricções em caso de dores e de gota.

#### Noz Vômica

Sinônimos: Solanum arboreum indicum maximum, Strychnos nux vomica. É estimulante dos nervos, antigripal, boa contra hipersensibilidade, hemorróidas cegas e coçando muito, boca amarga, gastrite crônica, dispepsia. Hernia umbilical das crianças.

#### Oficial de sala

Sinônimos: Paina de sapo, Capitão de sala. - Erva venenosa, é purgativa. Seu leite aplica-se sobre verrugas e serve para matar o berne. O chá de suas

próstata.

#### Olina

Sinônimos: Erva urinária, Mastruço. Semelhante ao mentruz. É diurética por excelência, eficiente desintoxicante, seja com alimentos, bebidas, ou mesmo macerado em álcool. Combate o excesso de colesterol e normaliza a pressão alta.

#### Oliveira

É reconstituente, abre o apetite, boa para os males do peito. O chá ou tintura das folhas, ajuda a baixar a pressão alta; contra diarreia; dilata as veias e desinflama a boca e a garganta. O azeite é muito usado em remédios e para fricções. Contra cálculos usam-se, em jejum, 100g de azeite com limão, vários dias seguidos.

#### Onze horas

A infusão de toda planta(três raminhos por litro) favorece a eliminação do ácido úrico; dá bons efeitos contra a hidropisia, cólicas hepáticas e inflamações internas dos rins, bexiga e ovários. De suas flores, das várias cores, preparam-se cosméticos.

#### Orégano

Sinônimos: Origanum vulgare, Oregão, Mangerona selvagem. Utilizada como tempero, ela estimula o apetite e facilita a digestão. Uma pomada feita com suas folhas machucadas e gordura vegetal, aplicada sobre o nariz, combate o catarro nasal das crianças. É bom também para massagear o ventre, no caso de cólicas e gases intestinais. Seu chá é sudorífico. Cataplasma de suas folhas acalma as dores reumáticas.

#### Paineira

Sinônimo: Algodão do mato. - Suas flores são um excelente remédio contra a asma. O chá da casca, regula a pressão alta, é depurativo do sangue, e ajuda a eliminar o ácido úrico. A resina e a casca em cozimento usa-se como compressa sobre hérnias e ínguas.

#### Papoula

Suas sementes comidas com pão conciliam o sono, é calmante, contra a tosse, asma, alivia as dores mesmo do câncer; as cabeças do fruto são narcóticas; do leite se extrai o ópio.

#### Parietária

Sinônimos: Parietária officinalis, Quebra pedra, Fura parede. A infusão das folhas frescas ou secas usa-se para doenças das vias urinárias, febres inflamatórias, cistite, nefrite, catarro da bexiga, dores nos rins e dor nas cadeiras. É diurética, emoliente, dissolvente de cálculos e areias; com o pó, curam-se feridas. Usa-se na proporção de 10 g da planta para 1 litro de água fervente. Tomar 4 xícaras ao dia. Para os que tem o hábito de tomar chimarão, pode-se picar a erva e colocar na cuia junto com a erva mate.

#### Pariparoba

Sinônimos: Piper umbelatum, capeva, jaguarandi. - Folhas e raízes fazem

toma-se com açúcar mascavo e vinho tinto, em pequenas doses contra opilação e icterícia, inflamação crônica do fígado.

#### Parreira brava

Sudorífica, diurética; externamente usa-se como resolutiva nas inflamações dos testículos; contra asma e febre.

#### Parreirinha do mato

O seu chá é eficaz nos estados nervosos da menopausa, faz baixar e normalizar a pressão, diurética, contra o amarelão e doenças da pele; crianças fracas e com doenças de pele, fazer banhos; também para os problemas de prurido e para lavar feridas.

#### Pata de vaca

Sinônimos: Bauhinia fortificata, Bauhinia aculeata, Bauhinia brasiliensis, Unha de boi. - Folhas e flores são diuréticas, boa para os males do estômago, rins, depurativa, prisão de ventre. Para a diabete é recomendado fazer uma tintura das folhas, flores, frutos, madeira e casca da bauhinia branca, colhida na época de sua floração. Da planta seca, toma-se 100 g para 1 litro de álcool, se for verde 200g. Picar a planta deixar macerar no álcool em lugar escuro e fresco. Depois toma-se 30 gotas em 1/2 copo de água, pela manhã, em jejum. A raiz é venenosa.

#### Para tudo

Sinônimo: Pau para tudo. Esta planta possui as mesmas propriedades do pau amargo, embora seja uma árvore diferente.

#### Pasto de anta

Existem duas plantas diferentes macho e fêmea, ambas com as mesmas propriedades medicinais. O chá de suas folhas constitui um bom remédio contra má digestão, dor de barriga e cólicas intestinais, concilia o sono para as crianças, tomado à noite. Os índios costumam banhar as crianças recém-nascidas, em seu cozimento, como preventivo contra gripe e outras doenças. Como compressas aplica-se ainda nas dores reumáticas e lombares.

#### Pau amargo

Sinônimo: Tenente José. - Desta planta basta por uma lasca da casca, lenho ou mesmo um galhinho de folhas da árvore, na água fria e em pouco tempo pode-se tomar. Combate a fraqueza do estômago, indigestões, febres intestinais, gases, diarreias; em casos de convalescença. Tem eficácia comprovada na febre amarela, malária e aos que sofrem de diabetes. O cozimento das cascas combatem os piolhos, lavando a cabeça.

#### Pau cravo

Sinônimos: Cicypellium carphyllatum, Pau de forquilha, Cravo do Maranhão: - Planta excitante, afrodisíaca e aromática. Usam-se as cascas em cozimento.

#### Pedra ume caá

Sinônimos: Myrcia sphaerocarpa, insulina vegetal. - Aproveita-se toda a planta em cozimento, infusão ou tintura para combater a diabete. O uso contínuo deste vegetal, em curto espaço de tempo faz desaparecer o açúcar da urina, por isto é chamado de "insulina vegetal"

#### Pepino

Sinônimos: Cucurbitaria, O feto é feto, o fruto é fruto, o semente é semente

doenças da garganta, rouquidão, angina, dores de estômago, tira o mau hálito, intestino, cólicas, bexiga e hemorróidas. O fruto reduzido a papa, serve como máscara de beleza para tirar manchas do rosto, fazendo desaparecer as rugas. Um copo de suco de pepino é eficaz na idade crítica. Untando a cabeça com suco de pepino, fresco, combate as caspas. O suco das folhas aplica-se contra picadas de insetos, sobre cobreiros e dores de queimaduras.

#### Pente de macaco

Depurativo do sangue, calmante. Há quem o use no lugar da salsaparrilha.

#### Pêra (Pereira)

É boa para os doente, os convalescentes, os que sofrem de pressão alta. O chá das folhas é bom para os males dos rins e bexiga; é diurética, combate as pedras dos rins e acalma as dores. Purifica o sangue. Contra a prisão de ventre, febres intestinais.

#### Peroba

Tônica, na debilidade dos nervos, febrífuga, depurativa, ótima na erisipela tomando o seu chá.

#### Perpétua

Linda flor rosa, empregada nos males respiratórios e febres; combate a tosse. É muito boa para os que sofrem de estados nervosos do coração.

#### Pervinca

Sinônimos: Vinca, Congossa. É flor de jardim. Assemelha-se à flor de manacá, umas florescem brancas outras roxas. Considerada planta venenosa, mas pode ser usada gradativamente, iniciando com dose fraca e aumentando; contra hemorragias na boca, banhos de assento, corrimento vaginal e em gargarejos. A pervinca contém um alcalóide utilizado como vaso dilatador em casos de enfarte, angina do peito e pressão alta. Indicado ainda contra leucemia porque reduz os glóbulos brancos e é eficiente nas doenças malignas dos gânglios. No combate ao câncer pode-se associar ao ipê-roxo.

#### Pessegueiro

Flores e folhas verdes são laxativas, laxante infantil, aliviam a dor de vista, contra vômitos durante a gravidez, prisão de ventre, hemorragias do útero e da bexiga. A fruta é alimento para os diabéticos. O chá das folhas com leite, combate os vermes. As folhas secas, curam feridas e úlceras cancerosas. As folhas amareladas são venenosas.

#### Picão

Sinônimos: Bidens pilosus, Carapinho de agulha, Guambu, Pego-pegno, Amor-de-mulher. - Excelente diurético, bom contra o reumatismo, afecções da bexiga, dos rins, pedra da vesícula e dos rins, dor de barriga, má digestão, desobstruente do fígado, febres, ingurgitamento das glândulas mamárias, toda a planta é recomendada contra icterícia(amarelão), bronquite asma; o suco das folhas é usado para curar feridas e em gargarejos, contra afecções das amígdalas, também em banhos. Ótimo remédio contra a diabete. - Cura também os animais. Quando eu era garota, meu pai tinha um cavalo que sofria de retenção urinária. De quando em quando costumava passar mal porque não conseguia urinar, parecia que o sofrimento do animal era muito grande. Quando isto acontecia ele me mandava colher picão para o cavalo. Quando o

demorava mais que uma hora e o resultado já vinha. Começava a urinar que parecia não ter fim. Assim ficou curado.

#### Picão da praia

Sinônimos: *Plumbago littoralis*, Salsa da praia. - A infusão das folhas é diurética, boa para combater dores reumáticas, febres intermitentes, palpitações, vertigens, cólicas do estômago e intestinos, flatulência, icterícia. A infusão deve ser feita com 5 gramas da planta verde ou seca para 200cc de água fervente.

#### Pimenta do Reino

Estimulante forte, tônica, sudorífica; boa nas afecções do estômago e febres, em gargarejos junto com limão é contra a inflamação das amígdalas.

#### Pimenta malagueta

Sinônimos: *Capsicum brasilianum*, *Capsicum fructencis*, coral dos jardins. Útil como condimento, excita o aparelho digestivo obrigando o fígado a trabalhar. Suas folhas amassadas e colocadas sobre queimaduras, cura-as.

#### Pimentão

Contém bastante vitamina C e ferro. Atua favoravelmente contra as hemorróidas, prisão de ventre; contra os maus efeitos do álcool. O chá de suas folhas serve para limpar os intestinos.

#### Pinheiro

Sinônimo: *Araucária*. É uma árvore própria do Brasil. Sua semente é um ótimo alimento; os brotos de suas folhas dão um bom xarope, fortificante e estimulante; o cozimento de suas folhas atuam contra a anemia, doenças das glândulas linfáticas e fraqueza; a resina é usada contra o catarro do peito e da bexiga; é depurativa e faz suar.

#### Pita

Sinônimos: *Agave*, *Piteira*, Erva do tétano. - Esta planta é um dos remédios mais poderosos renovadores do organismo; fortalece e limpa o sangue, levanta a pressão baixa; as gestantes têm nela um chá anti-abortivo; cura a fraqueza. Usada na cura de pernas inchadas duras e com manchas azuladas, sacudidela nos testículos e nos cordões espermáticos. Folhas em cozimento, tomando 3 a 4 xícaras ao dia. As flores em infusão são excelentes para a sífilis e a lepra. As folhas em cozimento, usam-se para lavar os cabelos e dar-lhes mais brilho, bom efeito contra a caspa; em fricções, combate o reumatismo. É antídoto do veneno da mandioca.

#### Pitangueira

Sinônimos: *Myrthus brasiliana*, *Eugênia uniflora*. - Os frutos são saborosos e adstringentes. Suas folhas em infusão fazem abaixar a pressão; anti-febril, anti-reumática, contra diarreia, das crianças, bronquites, azia, cólicas, doenças do estômago, dos nervos, bom calmante para crianças nervosas; normaliza as menstruações abundantes.

#### Pixirica

Seus frutos são negros peludos e comestíveis. Suas folhas são úteis para regular as palpitações do coração. É útil nas afecções urinárias e genitais. Externamente combate as moléstias da pele.

raízes combate febres e tem propriedades adstringentes.

#### Poaia do campo

Sinônimo: Poaia branca. - Provoca o vômito, suas raízes são expectorantes, em doses fracas; atua contra pressão alta e gota.

#### Poejo

Sinônimos: *Mentha pulegium*, Erva de São Lourenço. A infusão de suas folhas é tônica, excitante, tem aplicação nas bronquites, males do estômago, dores de barriga das crianças recém nascidas, dores histéricas, contra gases, na falta de menstruação. Uma gemada de ovo com chá de poejo é ótimo expectorante nas gripes e bronquites.

#### Porangaba

Sinônimo: *Cordia salicifolia*. - O chá das sua folhas, têm ação tônica sobre o coração e circulação, sendo de grande vantagem em pessoas fracas e obesas. Produz bem estar geral, atividade cerebral e tem efeitos úteis contra o cansaço. É uma planta que contém um pouco de cafeína e matérias extrativas amargas, sendo excelente para combater depósitos adiposos e gordurosos no organismo.

#### Prímula

Tônica do coração, calmante, alivia dores da gota, a planta socada aplica-se nas inchações.

#### Pulmonária

Seu chá é empregado principalmente nos males do pulmão; eficiente expectorante quando preparado com mel. Os chiados e ronqueiras ao respirar, facilmente desaparecem. Recomenda-se para os que trabalham muito com calor, para não ficarem doentes do pulmão.

#### Pulsatila

Sinônimos: *Pulsatilla pratensis*, Anêmona dos prados. As folhas e flores em infusão são usadas para curar dores ovarianas, ovarite, regras tardias, irregulares ou escassas, reumatismo errante, agudo ou crônico, sarampo, febre gástrica, dores de ouvido intensas, indigestões, dispepsias crônicas; mau gosto e secura na boca. Conjuntivite, terçol. Estreitamento da uretra. Abscessos fistulosos. Usando alguns meses antes do parto, facilita o trabalho. Uso interno das folhas e flores em infusão, apenas 1 xícara de chá por dia, ou tintura homeopática.

#### Quaresmeira

Sinônimo: Orelha de onça. - É uma planta ornamental, gosta muito dos terrenos úmidos e tem as flores roxas. As folhas e flores em infusão, são boas contra diarreia, disenterias e, em gargarejos, para lavar feridas e úlceras.

#### Quássia

O cozimento de suas folhas ou cascas, rapidamente tornam o chá amargoso e pronto para tomar. É útil nas dispepsias, debilidade do estômago, gases intestinais, diarreias, doenças venéreas; combate os cálculos do fígado e dos rins. Em forma de tintura, 20 gotas em 1 cálice de água, três vezes ao dia.



boa nos casos de hipertensão arterial, elimina areia dos rins e da bexiga, cálculos do fígado, na cistite; alivia as dores de cadeira e das juntas e a hidropisia. Combate dor de barriga, azia, diabete e prostatite.

#### Quiabo

Sinônimos: Hibiscus esculentus, Quigombô, Nafe. - Os frutos, como alimento, produzem efeito refrescante dos intestinos e favorecem o seu funcionamento. Cozidos simplesmente, os quiabos resolvem o enfartamento das glândulas linfáticas do pescoço, e têm a mesma ação nos tumores inflamatórios. A infusão das folhas, flores e mesmo frutos emprega-se nos casos de bronquite, pneumonia e aplica-se as folhas cozidas, que servem como valioso cataplasma. Das sementes faz-se um chá benéfico, calmante contra estados nervosos, tremores, e, alivia a asma

Quina - Poderoso reconstituente. É contra diabete. Febrífuga, tônica, boa nas afecções do estômago e nas fraquezas orgânicas.

Quitoco - Suas folhas, flores e raízes, em forma de cozimento, são empregadas nas digestões difíceis, inapetência, gases intestinais, inflamações do útero, dos rins e da bexiga; no reumatismo, tosse resfriados e bronquite. As folhas aplicam-se ainda, em forma de cataplasma, nos abscessos, varizes e inflamações purulentas, ou se fazem banhos.

#### Rabanete

Usa-se nas obstruções do fígado, má digestão, tosse e bronquites; expectorante; as sementes são vermífugas, usa-se 1 colher de sopa por dose.

#### Rábano

Sinônimos: Raphanus sativus, Rabão. - a raiz em cozimento é usada como diurético, expectorante, desobstruente do fígado, empregada ainda no escorbuto. O suco das folhas verdes emprega-se para friccionar o couro cabeludo, favorecendo o crescimento dos cabelos; misturado com óleo de amêndoas-doces ou óleo de gergelim, e pingado todos os dias nos ouvidos, costuma curar a surdez, embora o tratamento seja muito demorado para que os resultados apareçam. O suco também dá bons resultados contra as enfermidades do estômago, fígado, rins, tosse, afonia, dissolvente de cálculos, antiescorbútico, descongestiona gânglios linfáticos, gases intestinais e no reumatismo.

#### Rabo de arara

Sinônimo: Samambaia. - Esta samambaia cresce feito parasita sobre troncos velhos de árvores. Seu cozimento é benéfico para o couro cabeludo e os cabelos. Em infusão é benéfica contra tosse, reumatismo, facilita a menstruação.

#### Rabo de bugio

Sinônimo: Farinha seca. - é uma planta poderosa para combater as doenças da pele, as dermatoses e contra a sarna; muito usada como anti-sifilítico. Espalhando seus ramos no galpão, afugenta pulgas, piolhos e bicho de pé. O cozimento forte da casca, mata piolhos, lavando a cabeça.

#### Rainha da noite

Sinônimo: Cacto da flor grande. Esta planta tem ação sobre o coração, insuficiência aórtica, palpitações, congestão do fígado. Peso no alto da

uma xícara de chá quando se sente algum sintoma.

#### Romã

Sinônimos: Punica granatum, Romãzeira. - Os frutos são doces e comestíveis. As cascas dão matéria corante aproveitada na tintura de tecidos e contém grande quantidade de tanino, pelo que, servem para curtir couro. Toda a planta é adstringente. As cascas da fruta, a romã, tem virtudes de cortar as inflamações internas e externas como: garganta e amígdalas inflamadas, diarreias, disenterias, cólicas de intestino; é vermífuga, expulsa inclusive a solitária. Para este fim, toma-se a casca em cozimento, na proporção de 60g de casca para 1 litro de água, ferver até reduzir à metade. Toma-se esta quantia em três vezes, com intervalo de meia hora, segue-se com um purgante. Para as crianças deve-se levar em conta a idade. Isto expulsa solitária e outros vermes. Para os males da garganta, usa-se a decocção da casca, na proporção de uma xícara de cafezinho da casca picada, em meio litro de água. Acrescentar 1 colher de(chá) de sal para 1 copo de chá e fazer gargarejos.

#### Rosa branca

Sinônimo: Rosa alba. A infusão das pétalas, secas, desta rosa, agem como anti-inflamatório e adstringente; indicadas também nas dores de cabeça, diarreia infantil, para lavar as mucosas da boca, em compressas mornas sobre queimaduras. Usa-se um punhado de pétalas secas para 1/2 litro de água fria. Ferver e deixar repousar por 15 minutos.

#### Rosa vermelha

Sinônimos: Rosa centifolia, Rosa gálica. - Numerosas são as qualidades das rosas, todas elas são medicinais. Usam-se as folhas e flores em infusão para combater: prisão de ventre, digestões difíceis, refrescantes, laxativas, nas diarreias, inflamação da pele, dos olhos e da boca, garganta, amígdalas, corrimentos uterinos. Útil como compressa sobre os olhos inflamados, cansados e avermelhados. O suco das folhas e das flores aplica-se sobre tumores, queimaduras e hemorróidas. O suco com vinagre, posto sobre manchas na pele, as faz desaparecer; alivia picadas de abelhas.

#### Roseta

A infusão de toda a erva é diurética e combate gases intestinais. Útil ainda para curar inflamações das vistas, e de feridas.

#### Rúcula

Tanto em salada como em forma de chá é ótimo remédio contra diabete. Possui propriedades estimulantes, depurativas, diuréticas; recomenda-se consumir na primavera como depurativo do sangue.

#### Ruibarbo

É tônico, aumenta o apetite. Os talos de suas folhas, cozidos e batidos no liqüidificador, dão um suco muito bom. Sua raiz é purgativa, usa-se quando há necessidade de limpar os intestinos. É contra indicado às grávidas, aos que sofrem de hemorróidas e de cálculos renais. As folhas são venenosas. Existe também o ruibarbo do campo, de cuja cebola se faz xarope contra icterícia e amarelão.

#### Sabugueiro

Sinônimos: Sambucus australis, Sambucus nigra. Da raiz em cozimento se obtém um bom purgante. As folhas frescas machucadas são colocadas sobre

varíola, caxumba. se prepara uma infusão das flores secas que se toma ainda morna. 2 xícaras ao deitas, e algumas vezes durante o dia. Eficiente ainda para eliminar ácido úrico, cálculos renais, depurativo do sangue, toxinas em geral, gota reumatismo, pressão alta, curar diabete, flebite e lavar feridas. As flores do sabugueiro contém ainda hormônios e são úteis na menopausa.

#### Saião

Sinônimos: Kalonchoe brasiliensis, Folha da fortuna. - é um dos melhores remédios contra os males dos pulmões; seu suco tomado todo dia cura tuberculose, tosse, é fortificante dos pulmões. Esquentando-se a folha, obtém-se um suco que é bom para curar: úlceras comuns, erisipela, tumores cancerosos, dores de ouvido, aftas, dor no pescoço, quando ocasionada pela inchação das glândulas linfáticas, frieiras e calos. Colocando suas folhas na frente, tira a dor de cabeça. Ajuda a eliminar cálculos renais e alivia picadas de insetos.

#### Salsa da horta

Sinônimos: Aipum hortensis, Petroselinum sativum, salsa de cheiro. - Riquíssima em vitaminas e sais minerais, por isso, recomendada aos fracos, nervosos e anêmicos; abre o apetite; boa para a memória, favorece a digestão. O chá das folhas e raízes, combate as febres da primavera e outono, o amarelão, a retenção de urina, gonorréia, corrimento uterino, espasmo da bexiga, dispepsia, obesidade, provoca suor, boa contra gases intestinais, inchaços do fígado, estimula as contrações uterinas. O suco tomado com leite quente acalma a asma, levanta o espírito após a embriaguez. Externamente se usa como cataplasmas ou compressas para curar úlcera, mesmo cancerosas, chagas rebeldes, machucaduras, pancadas, contusões. Uma bolinha posta no nariz faz estancar a hemorragia nasal. Também se aplicam as folhas amassadas cruas externamente nos corte e picadas de insetos; também para o mesmo fim as sementes maceradas em álcool.

#### Salsaparrilha

Sinônimos: Smilax officinalis, Smilax médica, Salsa americana, Salsaparilla, Japecanga. - Há várias espécies. Extraordinária depurativa do sangue. A principal ação desta planta é nas areias renais. Urina escassa, grossa, com depósito sangüinolento. Cólica renal; combate a sífilis, gota reumatismo. Ajuda a digestão, aumenta o apetite. Bico do peito pequeno, retraído; não deixando a criança mamar; cancro nos seios. Um dos melhores medicamentos naturais contra a dor de cabeça, inchação dolorosa dos cordões espermáticos. Cólica e dores nas costas ao mesmo tempo; dores nos ossos e muitas doenças da pele. Marasmo infantil, pele enrugada. Erupção úmida na face e no lábio superior; crosta láctea, erupção na testa antes das regras. Aumenta a força e o volume dos músculos, sempre que se toma em pequenas doses. Tomar demais provoca enjôos, salivação e diminui o pulso.

#### Salva

Sinônimos: Salvia officinalis, Salva dos jardins, Sábvia. - Há vários tipos de salvas, e uma das variedades chamada (Lippia citrata), é muito boa contra insônias, histerismo, para fortificar o sistema nervoso e o cérebro. Mas todas elas são medicinais. Com as folhas se faz chá e toma-se quente; quem tem o hábito de tomar chimarão pode picar as folhas e adicionar à cuia, para curar gripes resfriados, todo tipo de febre, problemas digestivos, gases intestinais, dor nos membros; estimulante dos nervos, aumenta a capacidade

pressão arterial, tem ação sobre o pâncreas em caso de diabete. Esfregando as folhas nos dentes branqueia-os e fortalece as gengivas. Banha-se crianças retardatárias ou se lhes esfrega suco de salvia no espinhaço. Com seu suco fabricam-se pomadas e unguentos para sanar úlceras, feridas, varizes e toda classe de paralisia.

#### Samambaia

Todas elas são medicinais, as folhas e as raízes; são diuréticas e sudoríficas. De bom efeito contra tosse, bronquites e afecções das vias respiratórias, em forma de chá ou xarope. Emprega-se ainda para curar feridas bravas, reumatismo e regular a pressão alta; para tal é mais usada a samambaia de talo roxo.

#### Sassafrás

Sinônimos: Sassafrás officinalis, Nectandra cymbarum, Canela de sassafrás. - Contra dores, estimulante, digestões difíceis; ajuda a estagnar o sangue; moléstias da pele; supressão da transpiração; intoxicação metálica; as cascas em cozimento são indicadas como depurativo e no combate à ciática, reumatismo e artrismo.

#### Sapoti

Sinônimo: Acharas sapota. - Árvore oriunda da Índia. O fruto é doce, de polpa mole, delicada e amarela. É uma planta adstringente. Faz-se o cozimento das cascas e se usa para combater as febres. As sementes em infusão são boas para combater os males da bexiga.

#### Sempreviva

Sinônimos: Gelsemium, Jasmim amarelo, Flor de Diana. - A flor em cozimento, é adstringente; é empregada nas doenças do coração, erisipela, feridas, queimaduras, nas inflamações dos olhos, reumatismo, diarréias e hemorróidas. As folhas ou seu suco usam-se em casos de gripe, tosse bronquite, sinusite, dores de cabeça e contra picadas de aranha. As folhas socadas com um pouco de vinagre, e aplicadas várias vezes sobre calos e verrugas, os faz desaparecer. Tira também manchas do rosto.

#### Sene do campo

Sinônimos: Casia cathartica, Sene. - possui propriedades purgativas, laxativas e antifebril. Usa-se folhas e raízes. Junta-se a este chá um pouquinho de canela em pau, erva-doce, folha de sabugueiro ou de laranjeira, para não produzir cólicas. Faz-se a infusão de 15 g da planta par 2 copos de água fervente. Uma colher de suco, das folhas, tomadas três vezes ao dia, ajuda a eliminar manchas brancas do corpo. É planta abortiva. Seu uso forte não é recomendado durante a gravidez.

#### Sensitiva

Sinônimo: Não-me-toques. - Suas folhas são purgativas; úteis em gargarejo e contra angina. Aliviam a dor de dente, boas em cataplasmas para abscessos.

#### Serralha

Sinônimos: Sochus oleraceus, Serralha brava, Chicória brava. - Há várias espécies, todas medicinais. Suas folhas em cozimento fortifica os nervos; contra os males do fígado, debilidade do coração e do fígado, gases dores de cabeça, erupções na pele, fortifica o estômago e as vistas e é de bom efeito contra úlceras em geral. Desobstruente e depurativa do sangue. O leite pode

feridas. Dá uma ótima salada.

#### Sete capote

É uma fruta riquíssima em vitamina C, superando o limão; expectorante, contra disenteria e epilepsia; câibras de sangue e reumatismo, ajuda a baixar a pressão. Combate doenças venéreas e inflamação dos intestinos.

#### Sete sangrias

Sinônimo: Cuphea ingrata. Existe várias espécies. Não confundir com a árvore sete sangrias. Muito bom remédio para aliviar e fortificar o coração, sana as palpitações do coração, sudorífica, diurética, faz baixar pouco a pouco a pressão alta, combate o colesterol, ajuda a emagrecer. Limpa o estômago e o intestino e os rins. Combate febres, moléstias venéreas, sífilis; eficiente contra diarreia e reumatismo.

#### Soja

Sinônimos: Glicina soja, Soya. - Riquíssimo alimento, seja como óleo, leite, queijo, farinha; existem muitas receitas culinárias e de rações para animais. Recomendada para os fracos, diabéticos, doenças da pele e arteriosclerose.

#### Stévia

Sinônimos: Stévia rebaudiana. - Planta que os índios brasileiros já usavam como adoçante. Suas folhas e hastes(secas) em infusão, são indicadas como: adoçante hipocalórico, auxiliar no tratamento da obesidade e diabete.

#### Sucupira

Sinônimos: Sebipira, Sicupira, Sapupira. - É um vegetal precioso; usa-se as sementes e a batata como depurativa, contra eczemas, manchas na pele, urticária, feridas úlcera, hemorragias, reumatismo, amigdalite, afecções bucais e da garganta, doenças do estômago, fraqueza orgânica e nas hidropisias, retenção de urina. Boa contra a diabete e age sobre os vasos linfáticos; é poderosa contra a cistite, para tal toma-se umas 6 sementes, deixa-se de molho em um pouco de cachaça, umas duas horas, depois passa-se em um ralador de metal, de leve, só para retirar parte de sua película. Voltar as sementes para a cachaça ou rum, o que for de sua preferência quando a bebida já tiver tomado cor, já pode-se beber, em doses bem pequenas, muitas vezes um golinho basta para curar uma cistite. Por decocção: UsarTrês sementes para meio litro de água. Fazer gargarejos, tomar, ou lavar.

#### Suçuaia

Sinônimos: Elephantopus martii, Erva grossa, Erva de colégio, Fumo bravo. - É um febrífugo, indicado contra tosse, cálculos dos rins; muito bom nos casos da idade crítica das mulheres, tomando seu chá uns dias antes e depois, age como calmante. Combate ainda a sífilis, reumatismo, elefantíase. O suco fresco desta planta tem propriedades para combater pedra nos rins.

#### Sumaré

Resolutivo e antiflogístico de tumores; raspa-se a goma que nele contém e aplica-se; alivia dores e cura inflamações.

#### Taioba

Sinônimos: Arum esculentum, Orelha de veado. - Alimento rico e saboroso,

bacilos, bichos das bicheiras dos animais, destrui carnes podres e promove a cicatrização. Para isto deve-se ralar ou socar as raízes e colocar sobre o local afetado. Uso externo. Também em cozimento a raiz pode exterminar os bichos das feridas.

#### Taiuiá

Sinônimo: Cayaponia tayuyá, Trianosperma facifólia, Tayuyá. Caiapó, Cabeça de nego, Purga de gentio. - Existem umas cinco espécies, todas medicinais. É um remédio usado contra muitas doenças porque limpa o sangue, desintoxica o organismo. Em geral se usa a raiz, mas pode-se aproveitar também as folhas e os ramos. É amargo, digestivo, laxativo na prisão de ventre, combate as dermatoses (doenças da pele), urticária, alergias, nevralgia (dores nos nervos), úlceras, sífilis, reumatismo agudo, reumatismo crônico, dores nas juntas, paralisia, erisipela, obstrução do fígado, do baço, falta de menstruação. Seus frutos são purgativos. Infusão: um pedaço de raiz ( três dedos), preparar à noite e tomar no dia seguinte, 1 xícara de chá de manhã em jejum, antes do almoço e do jantar. Usar vasilhas de esmalte ou de vidro.

#### Tajuba

Árvore cuja casca é um dos melhores depurativos do sangue; combate a sífilis. É um normalizador geral do sangue.

#### Tamarindo

Sinônimos: Tamarindus officinalis, Tamarineiro da Índia. - seu fruto se aproveita na preparação de doces e refrescos, dá um ótimo refrigerante. Como remédio emprega-se nas diarréias, hemorróidas, prisão de ventre. O cozimento de suas folhas dá bom resultado nas diabetes. As flores em infusão são indicadas nas doenças do fígado.

#### Tanchagem

Sinônimos: Plantago major, Plantago Pylum, Tansagem, Cinco-nervos. - Existem várias espécies desta planta, sendo todas elas com as mesmas propriedades medicinais. É adstringente, combate gripes, úlceras da garganta, da língua, piorréia alveolar, febres intermitentes, inflamação dos ouvidos, olhos, da garganta, amígdalas, faringe, conjuntivite, gengivas, do estômago, dos intestinos, dos rins, bexiga, das hemorróidas. Externamente se usa o suco das folhas ou o cozimento para curar feridas, doenças da pele, crosta na cabeça, injeção vaginal, nevralgia nas mamas, câncer no seios, úlceras, câncer interno, muito boa em cataplasmas com farinha. Atua beneficemente na incontinência urinária. Suas sementes, na quantia de uma colher de sopa, é um remédio especial contra diarréias, cólica infantil, febres intestinais, gripes, apendicite crônica, inflamação dos seios e da bexiga. As raízes são tônicas, desintoxicante nos casos dos fumantes, da nicotina, é remédio para ajudar vencer o vício; combate ainda tosse asma e tuberculose. Pode-se ainda fazer pomadas e unguentos.

#### Tarumã

Sinônimo: Cinco folhas. - É um dos melhores depurativos do sangue, atua como diurético, nos casos de sangue agitado, sangue grosso, pressão alta, boa para crianças que babam; a raiz é tônica, febrífuga, contra inflamação da bexiga, do útero e diversas doenças da pele. As frutas são comestíveis e para as mesmas doenças. As mulheres, na idade crítica têm nele boa solução.

#### Tília

Sinônimos: Tilia latifolia, Tilia cordata, Sassaflora, Sassaflora, Sassaflora.

#### Timbó

São conhecidas 50 espécies. A casca da raiz, em forma de cataplasma, é usada nas moléstias do fígado, afecções nervosas, cólicas internas; é calmante também em dores de cabeça. Os índios se servem dela para tontear os peixes envenenar animais de sangue frio. Os viticultores a empregam contra pragas da videira.

#### Tinguaciba

Sinônimos: *Zanthocilum tinguaciba*, Laranjeirinha do mato. - Suas raízes e cascas em cozimento são empregadas nas dispepsias, dores de estômago, enterite, cólicas intestinais e febres intermitentes.

#### Tinhorão

Sinônimo: Taiá. Planta ornamental de grande beleza, com folhas de variadas cores. Suas raízes, frescas, transformadas em massa, aplica-se sobre calos, panarícios e verrugas, providenciando o seu desaparecimento.

Tiririca: Sua folhas em infusão são benéficas nos casos de azia, reumatismo, sífilis, gonorréia, moléstias venéreas, é diurética. Sua raízes dão um bom fortificante; combatem a diabete.

#### Tomateiro

Sinônimos: *Solannum lycopersicum*, Pomo-do-amor, tomate-groselha. - O fruto é empregado externamente como resolutivo nos panarícios e furúnculos. Seu suco combate a angina. Como salada,( sem a casca que contém muito ácido oxálico) atuam sobre o baço, os rins, sistema nervoso, reumatismo. Com casca, nas gripes tosses. Sua folhas em infusão combatem cálculos renais, hemorróidas, atuam também sobre os rins e o baço. Seu fruto batido no liquidificador, com casca, e meio copo de água para cada tomate. Coar. O caldo obtido é muito eficaz para fazer gargarejos, nos casos de laringite e afecções da garganta, o ácido oxálico contido em suas cascas, age fazendo uma suave curetagem, retirando o muco e a dor.

#### Toranja

Sinônimo: Pomelo. - Rica em vitamina C. Tomar seu suco de manhã em jejum, é um desintoxicante em geral, sobretudo do fígado; ótimo refresco. O chá da polpa é um bom remédio para as vias urinárias.

#### Trapoeraba

Sinônimos: *Tradescantia*, Trapoeirava, Ondinha-do-mar, Erva-mijona. Existem mais de 40 espécies, todas com as mesmas propriedades medicinais. Usa-se o cozimento das folhas para combater hidropisia, retenção de urina e todos os males da bexiga e vias urinárias; dores reumáticas, doenças do fígado, bronquite asmática, inflamação do escroto(cataplasma), inflamações da pele, impigens, coceiras dartros, manchas do rosto, alivia ferroadas e picadas de insetos, hemorróidas, perdas de sangue, é recomendada na idade crítica, doenças dos pés, frieiras. Externamente o cozimento das folhas, em banhos quentes antes de deitar, para aliviar as artrites. O suco das folhas frescas, aplicadas topicamente acalma a comichão(prurido dos dartros).

#### Tremoço

Sinônimo: Lupinó. Sua farinha ou folhas amassadas emprega-se em cataplasma

usando-se 30g por litro de água ou 5g por xícara. O pó da semente é usado como remédio para normalizar a diabetes.

#### Trevo cheiroso

Sinônimos: *Melilotus officinalis*, Trifólio, *Melilotus citrina*, Coroa-de-rei. - A infusão de suas folhas são usadas nos casos de doenças gástricas, nervosas, falta de regra, anúria, reumatismo, depurativo do sangue, favorece a digestão. Externamente seu chá é usado para curar olhos inflamados, mesmo a conjuntivite. O suco das flores frescas, usado duas gotas, três vezes ao dia, nos olhos, combate a catarata. Seu chá adoçado com mel, dissolve as mucosidades em casos de ronqueira, catarros, resfriados, doenças da garganta e do peito.

#### Trigo

Sinônimo: *Triticum aestivum*. - O pão integral é um reconstituente geral, contra anemia, pressão baixa, infertilidade, prisão de ventre, gases. O farelo do trigo regula o funcionamento do intestino (misturar duas a três xícaras, de cafézinho, do farelo no almoço e no jantar), fervido e espremido, na quantidade de 2 copos por dia, é um especial fortificante e, esta água, usada em banhos, amacia a pele e a protege contra afecções.

#### Tuia

Sinônimos: *Thuja occidentalis*, Árvore do paraíso, Árvore da vida. Imita o cipreste. É indicada na inquietude e agitação. É um grande remédio para combater excrescências esponjosas, pólipos uterinos e intestinais, papilomas da laringe, rinite crônica, verrugas, leucemia, fendas e fístulas, especialmente na região anogenital, flatulência e distensão abdominal; como para gargarejos, inflamação das gengivas, erupções da pele, nevralgia da face, reumatismo, males do peito. Eliminando crescimentos anormais do corpo torna-se a tuia um preventivo contra o câncer, como o chá da calêndula e da avenca. Maus efeitos deixados pela vacina, moléstias crônicas, prostatite, vagina super sensível, asma e tosse.

#### Tuna

Sinônimo: Cacto. É conhecida cerca de 1500 espécies. - Preconizado remédio como estimulante cardíaco e medular; angina do peito; lesões valvulares; degenerescência dos músculos cardíacos; excede a ação da digitalis, usa-se chá dos talos ou flores; outros usam 20 gotas da tintura por dose. Melhora o sistema circulatório. Seu chá é bom para combater as moléstias digestivas. Na medicina popular, é empregado bastante em aplicações sobre tumores, feridas, infecções; poderoso resolutivo; cosmético natural para lavar os cabelos e melhorar a pele em geral.

#### Tussilago

Suas folhas frescas são usadas em aplicações sobre úlceras inflamadas e erisipela. São boas contra asma, catarro crônico do peito; alivia a respiração difícil, pode ser associado à tanchagem. Crianças fracas que sofrem pela falta de vitamina C faz muito bem dar um chá 3 vezes ao dia e também dar banhos no cozimento desta planta.

#### Umbu

Sinônimo: Umbuzeiro. - Árvore tradicional dos pampas. A raiz, casca, folhas e frutas são usada para purgantes e vômitos fortes. Combate o reumatismo crônico, iniciando com chá de meia folha e, aos poucos ir aumentando a dose. O suco das folhas em 20 por cento de azeite, é bom para friccionar nas



umbu, misturado com sal que se dá ao gado, ajuda a derrubar bernes e carrapatos. O cozimento das cascas serve para lavar as vistas.

#### Unha de gato

Sinônimos: Cipó de gato, Erva de São Domingos. - Seu chá é contra doenças venéreas, sífilis, depurativo; exerce ação especial sobre nevralgias reumáticas, dor das costas, areias e males dos rins. Ainda é eficaz para dar banhos em crianças que não podem caminhar e ajuda os que fazem xixi na cama. Cura inflamações intestinais e vaginais.

#### Urtiga e Urtigão

Ambas tem as mesmas propriedades medicinais. Usam-se o chá, o suco, a tintura, para combater hemorróidas, hemorragias, reumatismo, depurativo do sangue, sífilis tosse, mucosidade do peito, dos intestinos, anemia, diabete, asma, coqueluche e males dos rins. Externamente contra queda de cabelo, doenças da pele, frieiras(lavar), em fricções contra paralisia e reumatismo. O chá do urtigão aumenta o leite das mães, também é indicado contra o colesterol pressão alta. O suco é hemostático.

#### Urucum

Sinônimos: Bixa orellana, Urucu, Açafroa, Colorau. - A infusão das sementes, 6 gramas para meio litro de água, é boa para combater doenças do peito, hemorragias, dispepsias, doenças do estômago, tosses e bronquites, males do coração, prisão de ventre. É contra o veneno da mandioca brava, antídoto do ácido cianídrico. Os índios o usam para se pintar e com isso se defender contra picadas de mosquito. A polpa destas sementes, reduzida a pó, emprega-se para tingir tecidos de lã, seda e algodão.

#### Uva

As virtudes nutritivas e tônicas do suco de uva, fazem dele um alimento que é um reconstituente inigualável. A fruta é tônica do sistema nervoso, depurativa, diurética e laxante. As folhas são adstringentes com bons efeitos nas desinterias crônicas e hemorragias passivas. O chá das folhas ajuda amenizar os problemas da idade crítica. As sementes trituradas são boas contra a desintéria e vômitos de sangue. O pó das folhas secas serve para estancar hemorragias.

#### Uva do mato

Sinônimos: Arctostaphylos Uva-ursi, Medronheiro, Uva-ursina. - As folhas são adstringentes e sua infusão é boa para combater a cistite crônica, com dor, puxos, muco e sangue na urina, especialmente determinada por cálculos; facilita a expulsão dos cálculos. Pielite; ardência após urinar, inércia uterina, hemorragia uterina; irritação da bexiga. Urina com pus, sangue e pedaços de mucosidade. Gonorreia crônica, bronquite crônica. Elimina o açúcar do sangue, seu chá é muito bom para os diabéticos.

#### Uvalha

Seu fruto é azedo mas muito rico em vitamina C, útil em casos de gripe e como refrigerante, sobretudo para os doentes; combate a hidropisia. Suas cascas têm propriedades desinflamatórias contra a diarreia e desintéria.

#### Uva japonesa

Sinônimos: Tripa de galinha, Dedinho. - É indicada contra afecções intestinais e para os que sofrem de asma. De suas frutas se faz um xarope

#### Uvarana

Sinônimos: Guaraneira, Guaraná. - Seu valor medicinal favorece sobretudo os rins, é diurética; ajuda a limpar o sangue. De seus frutos se faz um xarope contra a icterícia.

#### Valeriana

Sinônimos: Valeriana sambucifolia, Valeriana officinalis, Valeriana silvestris major, Phuparvum. - Desta planta emprega-se mais a raiz dessecada como antiespasmódico e sedativa, contra pequenos acidentes de histeria e nervosismo, urina solta dos diabéticos, em casos de esgotamento nervoso, especialmente na menopausa; insônia nervosa, epilepsia, dores intestinais e como compressas sobre machucaduras, contusões, chagas e feridas. Até os animais a procuram quando alguma coisa não vai bem no organismo.

#### Vassoura

Com uma colher de sopa das sementes socadas prepara-se um chá para as crianças ou maiores que fazem xixi na cama, tomar à noite.

#### Vassourinha

O cozimento das folhas é usado contra tosse, febres, dores de ouvido. Indicada ainda contra reumatismo, hemorróidas e embaraços gástricos.

#### Velame

Sinônimos: Croton campestris, Velame do campo, Curraleira, Capincigui. - Usa-se o cozimento das folhas e caule para combater obstruções do fígado, doenças da pele (urticária, alergias, erisipela), anti-reumático, contra a gota, menstruação difícil, catarro da bexiga, úlceras do útero, afecções venéreas, sífilis, tumores e cáries nos ossos; a raiz é purgativa, desobstruente do fígado. O polvilho das raízes usa-se como secante de feridas e úlceras.

#### Verbasco

Sinônimos: Calças de velho, Branqueja. - combate a gripe e as febres. Excelente expectorante, contra tosse, bronquite, respiração penosa, asma. Utilizado como sedativo, contra hemorróidas, males dos intestinos, do estômago, do fígado, clisteres, em banhos contra reumatismo. O pó das folhas é usado como cicatrizante.

#### Verbena

Sinônimo: Erva do fígado. - Útil contra os males do fígado e do estômago.

#### Verônica

Suas flores são excitante do estômago; toda a planta é útil nos casos de tosse, bronquite, contra areias dos rins e da vesícula, boa também nas menstruações abundantes.

#### Viburno

Planta semelhante ao sabugueiro; são usadas as cascas das raízes em infusão ou tintura para evitar o aborto, regular as menstruações e curar certos casos de histerismo.

#### Vime

Bom em casos de congestão. Suas cascas e folhas usam-se para animais empanturrados. A casca é calmante em geral.

tosses, bronquite, sarampo, inflamação da mucosa nasal, torpor na ponta do nariz, corrimento do muco da conjuntiva, olhos vermelhos e lacrimejantes, dores de garganta, artrismo, é sudorífica. Usa-se a infusão de toda a planta florida na quantia de 15g para 1 litro de água fervente, adoçada com mel. O chá de suas flores cura câncer e úlceras internas.

#### Xaxim

Utiliza-se o miolo dele como remédio eficiente para os rins e o amarelão. Expectorante. Com as folhas faz-se um xarope contra tosse.

#### Zanga tempo

Sinônimos: Anthurium acaule, Antúrio. - Planta ornamental bulbosa, é nos bulbos que se concentra o maior poder medicinal, mas também nas folhas. Pode-se usar o suco das folhas ou dos bulbos ou ambos e pode-se ainda preparar uma loção para o couro cabeludo. Combate caspas, queda de cabelo, parasitas, seborréia, evita a calvície precoce, tornando os cabelos sedosos.

#### Zimbro

Sinônimos: Juniperus communis, Juníperus vulgaris, Cade, Fruto de genebra. - Os óleos contidos nas bagas de zimbro têm poder bactericida e exercem influência favorável em todas as perturbações do fígado e da bÍlis. Pela sua ação bactericida, limpam e curam os tecidos dos pulmões e dos brônquios. Produzem efeitos favoráveis na hidropisia, no edema, na gota, nas articulações inchadas, no reumatismo articular. As bagas de Zimbro são contra indicada apenas no catarro comum da traquéia, pois neste não convém diminuir a secreção das mucosas, e na inflamação dos rins, com presença de albumina na urina. Utilizam-se as bagas de zimbro da seguinte maneira: 1o dia mastiga-se uma baga de zimbro, 2 o dia duas... até chegar nas 15 bagas. A seguir vai-se reduzindo até 1 baga. Repete-se este tratamento até 5 vezes.

#### Zínia

Sinônimos: Escopeta, Zabumba, Flor de São Jacó. Existe uma grande variedade destas flores e todas elas medicinais. Tanto as flores como as folhas empregam-se em forma de chá para aliviar o peso no estômago; ajuda nas digestões lentas, amargor que vem do estômago, gases intestinais, cólicas menstruais, cólicas intestinais que fazem gemer as crianças. Toma-se uma xícara de chá quente após as refeições.