

# Semeando o Cuidado



Livreto de regras

## Os saberes sobre Plantas Medicinais estão se perdendo!

Neste jogo, vocês interpretam um grupo de **Agentes de Saúde** e precisam dialogar com a população para resgatar e sistematizar saberes sobre plantas medicinais dentro do limite de rodadas. Devem buscar conhecer **demandas** de saúde do território, **indicações** de plantas para cada demanda e **receitas** de preparo e uso. Precisam, ainda, cultivar e coletar plantas para o preparo de remédios caseiros, enfrentando bloqueios ao diálogo e eventos desafiadores.

Será importante trabalhar em conjunto, aplicando suas habilidades distintas para se tornarem guardiões dos saberes populares, atender as necessidades da população com mais autonomia e integrarem ainda mais a comunidade nos processos de cuidado!

Por isso, este é um **jogo cooperativo!**

Jogadores

(ou duplas)

2 a 4

Tempo

de jogo

50 min

Idade

7+

## Componentes:

- 1 Mural da Unidade Básica de Saúde (UBS)  
(formado por duas peças)
- 1 Mesa da Unidade Básica de Saúde (UBS)  
(formada por duas peças)
- 13 fichas de terrenos do território
- 10 fichas de cultivo de plantas  
(com duas faces: 1 e 2)
- 4 peões dos Agentes de Saúde
- 6 marcadores de pontos de ação
- 62 cartas, sendo:
  - ⊗ 8 cartas de Plantas  
(com duas faces: A e B)
  - ⊗ 12 cartas de Demandas  
(10 Demandas e 2 Bloqueios)
  - ⊗ 10 cartas de Receitas  
(8 Receitas e 2 Bloqueios)
  - ⊗ 18 cartas de Indicações  
(16 Indicações e 2 Bloqueios)
  - ⊗ 4 cartas de Habilidades
  - ⊗ 9 cartas de Eventos
  - ⊗ 1 carta de lembrete de Ações

## Índice deste Manual:

Preparação do jogo . . . . .	2
Objetivo do jogo . . . . .	5
Início do jogo . . . . .	5
Pontos de Ação . . . . .	5
Como Jogar . . . . .	7
Habilidades Especiais . . . . .	11
Rodadas e Eventos . . . . .	12
Fim de jogo . . . . .	12
Adicionando plantas . . . . .	13
As plantas do jogo . . . . .	15
Referências bibliográficas . . . . .	32
Créditos . . . . .	36

## Preparação do jogo

Antes de jogar, organizem os componentes do jogo em uma mesa, conforme as 6 áreas descritas a seguir. Elas representam os espaços por onde os Agentes de Saúde vão se movimentar e facilitam a realização do jogo (imagem na pg.3):

### 1 Mural e Mesa da Unidade Básica de Saúde:

O **Mural** e a **Mesa** são formados por **duas peças** encaixadas e formam o interior da UBS, onde vocês irão se reunir para compartilhar saberes. O Mural fica acima da Mesa. As cartas são comparilhadas nos lados da Mesa (**1a**), conforme os tipos e cores das cartas. O centro da Mesa tem espaços para testar as combinações de cartas.

### 2 Território:

Os locais da sua comunidade que vocês irão visitar. Organizem as **fichas de terrenos** ao lado do Mural e da Mesa da UBS, na ordem da numeração (1 a 13) e segundo o modelo na pg.3 (vejam que elas se encaixam, formando um desenho contínuo a cada linha). Deixem as **fichas 3 e 11** com o lado do **terreno vazio** virado para cima. Coloquem os **peões dos Agentes de Saúde** no terreno da **UBS**, no centro do território. Deixem a **carta de lembrete de Ações (2a)** perto para todos poderem ver!

### 3 Plantas:

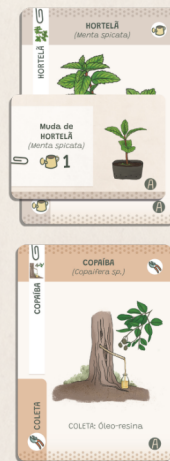
As **cartas de Plantas** e as **fichas de cultivo de plantas** têm uma letra (A ou B) na parte inferior direita. Escolham um dos grupos (A ou B) para usar na partida. Separem as **fichas de cultivo** do grupo escolhido (A ou B) e devolvam as fichas do outro grupo para a caixa do jogo. Deixem as **cartas de Plantas** com o lado escolhido para cima.

Vejam qual dos grupos de plantas (A ou B) interessa mais a vocês, por exemplo: plantas que já conheçam, que não conheçam e queiram conhecer, ou plantas que identificam na sua região.

Organizem as **cartas de Plantas** à direita do território, em cima. As **fichas de cultivo** têm dois lados: o lado 1 contém a **muda** e o lado 2 contém a **planta crescida**.

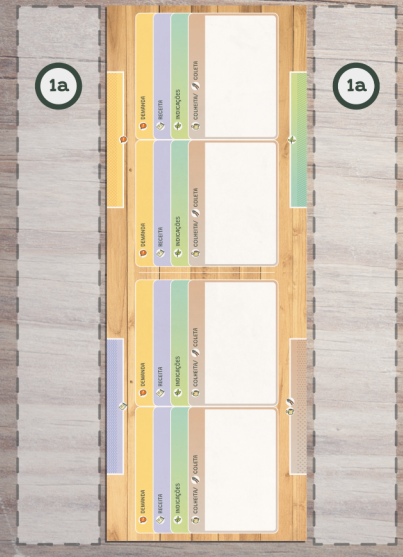
Coloquem as **fichas de cultivo** sobre as **cartas das Plantas** correspondentes, com o lado 1 (muda) virado para cima.

As **cartas de Plantas de coleta** ficam sem fichas, pois elas não serão cultivadas (imagem ao lado).



# Organização dos componentes

## 1 Mural e Mesa da UBS



## 2 Território



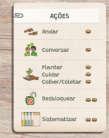
## 3 Plantas



## 4 Saberes



## 2a Ações



## 5 Habilidades





## 6 Eventos




#### 4 Saberes:

Os membros da sua comunidade têm muitos saberes (ver pg.6)! Os saberes obtidos no território são representados por três tipos de **cartas**:

 **Demandas** de saúde (o que as pessoas do território têm precisado)

 **Indicações** de plantas (as demandas que cada planta atende, usando certas receitas)

 **Receitas** de remédios caseiros (como preparar remédios com as plantas)

Cada baralho de cartas de saberes contém ainda 2 **Bloqueios** (pg.8).

As **cartas de Indicações** têm uma letra (A ou B) na parte inferior direita, correspondente a um grupo de plantas. Deixem apenas as 8 cartas do grupo que vocês escolheram (A ou B) e os 2 Bloqueios, guardando as cartas do outro grupo na caixa.

Embaralhem os 3 baralhos de cartas (**Demandas**, **Indicações** e **Receitas**) separadamente, incluindo seus Bloqueios. Posicionem os 3 montes ao lado direito do território, abaixo das plantas.

#### 5 Habilidades:

Cada Agente de Saúde tem habilidades específicas (pg.11) que auxiliam o grupo no jogo!

Disponham as 4 **cartas de Habilidades** viradas para cima, uma ao lado da outra, abaixo do território. Da esquerda para a direita, comecem com a carta do **Mestre das Plantas** e coloquem as outras em qualquer ordem. Coloquem os **marcadores de pontos de ação** (os discos marrons) acima da carta do Mestre das Plantas (ver 5a na pg.3).

#### 6 Eventos:

Os Eventos podem ajudar ou atrapalhar a busca por saberes (pg.12)! As 9 **cartas de Eventos** contam as rodadas do jogo e são divididas em duas fases, pois os desafios são progressivos. Elas ficam do lado direito das Habilidades.

Coloquem a carta de “**Última Rodada**” virada para cima. Embaralhem as cartas de **Eventos Fase 2** e coloquem-nas viradas para baixo, em cima da carta de Última Rodada. Depois, façam o mesmo com as cartas de **Eventos Fase 1**.



## Objetivo do jogo

O objetivo de vocês é **formar quatro conjuntos de saberes e sistematizá-los**, organizando as cartas no **Mural** da Unidade Básica de Saúde (UBS).

Cada conjunto é formado por 4 cartas (pg.6): uma de **Demanda**, uma de **Indicação**, uma de **Receita** e uma de **Planta** (colheita ou coleta).

Vocês devem cumprir o objetivo em até **9 rodadas**.

## Início do jogo

Vocês começam o jogo com os peões na Unidade Básica de Saúde (UBS), no centro do território.

Como todos da equipe trazem saberes de suas vidas, antes de começar o jogo, sorteiem e coloquem 3 cartas abertas na **Mesa da UBS**: uma **Demanda**, uma **Indicação** e uma **Receita**.

**Primeiro(a) jogador(a)**: a última pessoa que cuidou de uma planta começa o jogo e terá a habilidade de **Mestre das Plantas!**

Os demais jogadores assumem as outras habilidades (pg.11) conforme a ordem de jogo, no **sentido anti-horário**.

## Pontos de Ação

O trabalho dos Agentes de Saúde envolve ações muito diversas, ainda mais quando é para obter e sistematizar saberes sobre Plantas Medicinais!

Cada jogador(a) tem uma quantidade de **pontos de ação** que utiliza para realizar suas atividades. Cada ação pode “custar” um ou dois pontos, dependendo do esforço demandado.

Uma “equipe” ideal neste jogo tem 4 Agentes de Saúde. Porém, nem sempre as equipes operam de maneira ideal... Com menos jogadores, cada Agente de Saúde precisa assumir mais responsabilidades para compensar o desfalque da equipe.

Por isso, dependendo da quantidade de jogadores, cada Agente de Saúde recebe mais **pontos de ação por turno**:

- ⚙ 4 jogadores - cada um tem **3 pontos de ação**
- ⚙ 3 jogadores - cada um tem **4 pontos de ação**
- ⚙ 2 jogadores - cada um tem **6 pontos de ação**

Lembrem-se: como o jogo é **cooperativo**, as ações de cada um devem contribuir para o objetivo final do grupo!

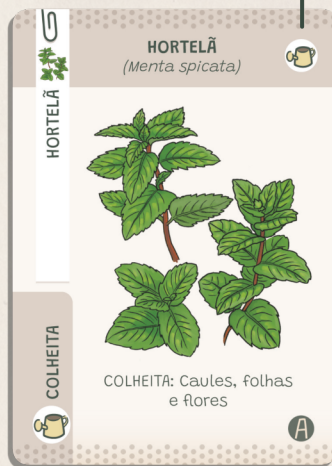
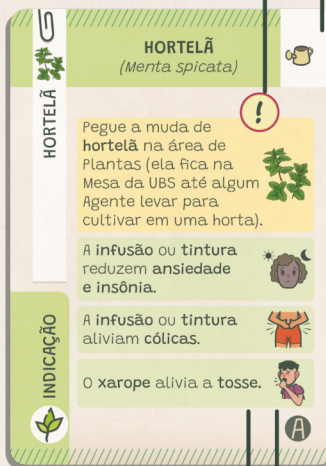
Cada **demanda** de saúde da comunidade é representada por um **ícone**, que conecta as cartas de demanda e **indicação**.

A carta de **receita** explica uma forma de preparo e uso. Cada receita é representada por um **ícone**, que também está nas cartas de **demanda**.

O ícone no topo da carta de **indicação** aponta se a planta é de cultivo ou coleta.

O balão amarelo explica o que deve ser feito para obter aquela planta.

A carta de **Planta** inclui o ícone de cultivo ou coleta, conforme o tipo da planta.



A carta de **demanda** contém ícones de receitas. **Mas atenção! Eles são só pistas.** As receitas apropriadas para cada demanda vão depender da **planta** indicada.

Os balões verdes informam as **demandas** que cada planta atende e as **receitas** adequadas para cada caso.

Ao lado da indicação para cada **demanda** está o ícone correspondente a ela.



## Como Jogar

Vejam abaixo como funcionam os diferentes tipos de Ações que vocês vão realizar no jogo.

Andar pelo território  
(1 ponto de ação)



A movimentação dos Agentes de Saúde é sempre **ortogonal** (na vertical ou na horizontal).

Exceção: o **Mestre da Curiosidade** (pg.11) também pode andar na diagonal.

Os jogadores **não podem parar no mesmo terreno** que outro Agente de Saúde, fora da UBS.

Exceção: o **Mestre do Compartilhamento** (pg.11) pode parar junto de outros Agentes de Saúde fora da Unidade Básica de Saúde.

**Andar nos Atalhos:** O Agente de Saúde usa 1 ponto de ação para entrar no atalho, mas não precisa usar **nenhum ponto para sair**.

Conversar no território para  
obter saberes (1 ponto de ação)



Para obter as **cartas de saberes (Demandas, Indicações e Receitas)**, vocês precisam percorrer o território. Em alguns terrenos, existem pessoas que podem compartilhar saberes.

Os tipos de **cartas de saberes** que vocês podem obter em cada local são indicados pelos **ícones** presentes nas **fichas dos terrenos** (veja os ícones na pg.4, item 4 da Preparação do Jogo).

### Tipos e quantidades de saberes:

Em cada conversa, o Agente de Saúde obtém **1 saber** usando 1 ponto de ação. Cada jogador pode conversar **até 2 vezes** por turno num mesmo terreno, ou seja, usar 2 pontos de ação para conversar no mesmo lugar.

Onde há **2 tipos de saberes**, o Agente de Saúde **escolhe** qual deseja obter. Se conversar de novo nesse terreno nesse turno, o Agente de Saúde terá que pegar 1 saber **do outro tipo**.

Exceção: o **Mestre do Diálogo** obtém **2 saberes** por conversa, usando 1 ponto de ação. Onde houver 2 ícones, deve pegar **1 saber de cada**.

As cartas de saberes ficam nas mãos dos Agentes de Saúde até que se reúnam com outros jogadores na UBS e algum deles **“abra a conversa”** (pg.8). Fora da UBS, só podem dizer que tipos de saberes conseguiram e se estes contribuem para formar um conjunto.

Cada jogador pode ficar com no máximo **3 cartas na mão**.

Exceção: o **Mestre do Diálogo** e o **Mestre do Compartilhamento** podem ficar com **4 cartas** (pg.11).

A qualquer momento, vocês podem conferir as cartas que estão na Mesa da UBS e falar sobre elas, construindo estratégias em conjunto para alcançar seu objetivo.

Conversar na Unidade Básica de Saúde para compartilhar saberes (1 ponto de ação)

Para compartilhar os saberes obtidos, é necessário estar com **pelo menos mais um Agente de Saúde na Unidade Básica de Saúde**.

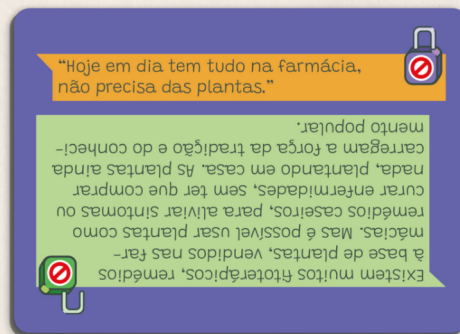
O Agente de Saúde da vez **“abre a conversa”** usando **1 ponto de ação** e todos que estiverem na Unidade Básica de Saúde **baixam as suas cartas abertas na Mesa da UBS**, para que o grupo possa conversar e verificar as combinações possíveis.

Nem sempre os moradores vão querer compartilhar saberes. Às vezes, podem apresentar ideias contrárias ao uso de plantas – o que chamamos de **Bloqueios** (veja a seguir).

Desbloquear o diálogo no terreno (2 pontos de ação)




Os bloqueios (ideias contrárias ao uso de plantas) têm **efeito imediato**: impedem o diálogo e a obtenção de saberes naquele terreno.



Ao encontrar uma **carta de bloqueio**, o Agente de Saúde deve **colocá-la imediatamente sobre o terreno onde está**. Só é possível conversar e obter saberes ali depois que o bloqueio for retirado.

Para desbloquear esse terreno é necessário um diálogo que pode ser difícil e demandar tempo e dedicação. Por isso, o Agente de Saúde usa **2 pontos de ação**, **lê em voz alta o argumento** da parte de baixo da carta e a **devolve** ao fundo do baralho de onde ela saiu.

 Plantar, Cuidar, Colher e Coletar  
(1 ponto de ação cada)



Vocês ainda terão que **obter as plantas** correspondentes para completar os conjuntos. As **plantas de cultivo** são obtidas de forma diferente das **plantas de coleta**.

**Atenção!** Antes de obter qualquer planta, a **carta de indicação** correspondente precisa estar compartilhada na Mesa da UBS!



Plantas de cultivo:

Para realizar qualquer ação de cultivo, é necessário que o Agente de Saúde esteja na horta em que irá trabalhar.

O cultivo é feito em 3 etapas:

- ✿ plantar – colocar a **ficha de cultivo** com o lado da **muda (1)** para cima, em um espaço disponível no terreno de uma horta.
- ✿ cuidar – virar a **ficha de cultivo** para o lado da **planta crescida (2)**.
- ✿ colher – pegar a **carta da Planta** (colheita) na área de plantas para sua mão. As fichas de cultivo das plantas colhidas permanecem na horta.

Os Agentes de Saúde usam **1 ponto de ação** para fazer cada etapa de cultivo de cada planta.

Exceção: O **Mestre das Plantas** (pg.11) pode plantar, cuidar ou colher até **2 plantas** de um mesmo terreno usando apenas **1 ponto de ação**.

Em seu turno, cada Agente de Saúde só pode fazer **1 ação referente a cada planta**, respeitando o tempo de desenvolvimento da mesma. Ou seja, um jogador não pode fazer 2 ações de cultivo seguidas em relação a uma mesma planta.

A próxima etapa de cultivo pode ser feita pelo mesmo Agente de Saúde em outra rodada, ou por outro Agente, que pode cooperar nesse cultivo na mesma rodada.

**Hortas comunitárias:** As plantas cultivadas nas hortas comunitárias **crecem mais rápido**, pois a comunidade ajuda. Depois de plantar uma ficha de cultivo com uma muda (1) em uma dessas hortas, **virem imediatamente a ficha para o lado da planta crescida (2)**, indicando que alguém da comunidade participou do cultivo.

**Importante!** Ao compartilharem uma **carta de indicação** de uma planta de cultivo, já peguem a **ficha de muda** correspondente na área de plantas

e deixem na Mesa da UBS. Isso ajuda a ver quais são as plantas que já podem cultivar.



Plantas de coleta:

Para coletar, um Agente de Saúde precisa **ir até um dos atalhos** e pegar a **carta da planta** na área de plantas, mantendo em sua mão até conversar na UBS.

**Atenção!** Antes de coletar qualquer planta, a **carta de indicação** correspondente precisa estar compartilhada na Mesa da UBS!

Os Agentes de Saúde usam **1 ponto de ação** para fazer a coleta de cada planta.

Exceção: O **Mestre das Plantas** (pg.11) pode coletar até **2 plantas** usando só **1 ponto de ação**.

Lembrete: para **sair do atalho** não precisa usar **nenhum ponto de ação**.



Sistematizar conjuntos no Mural  
(2 pontos de ação)



O objetivo final do grupo (pg.12) é **completar 4 conjuntos de saberes sistematizados no Mural da UBS, incluindo as plantas** colhidas ou coletadas, prontas para o preparo das receitas.

Para **sistematizar** um conjunto completo no Mural da UBS, o jogador precisa **estar na Unidade Básica de Saúde**, usar **2 pontos de ação**, **passar as cartas para o Mural** e **ler em voz alta** o conjunto formado, que não poderá mais ser modificado.

Ao sistematizar cada conjunto no Mural, o grupo poderá escolher um desse “poderes”:

- ⚙ **transformar um terreno vazio em horta comunitária:** virar uma carta de **terreno vazio** para criar uma **horta comunitária**, onde as plantas crescem mais rápido, com a ajuda da comunidade (ver quadro sobre Hortas Comunitárias na pg.9).
- ⚙ **ganhar 1 saber:** ver todas as cartas de 1 pilha de saberes, escolher 1 saber e levar direto para a UBS. Depois, reembaralhar a pilha.
- ⚙ **desbloquear um terreno:** tirar 1 bloqueio ou Evento “Notícias Falsas”. No caso do bloqueio, colocar a carta no fundo da pilha de onde ela saiu. No caso do Evento “Notícias Falsas”, colocar a carta sobre a pilha de Eventos que já foram abertos.

**Ao formar o último conjunto, o jogo termina!** (Ver Fim de Jogo na pg.12).

## Resumindo Ações disponíveis!

A carta de lembrete de Ações resume quantos pontos são necessários para realizar cada uma:

AÇÕES		
	Andar	
	Conversar	
	Plantar	
	Cuidar	
	Colher/Coletar	
	Desbloquear	
	Sistematizar	

## Habilidades Especiais

### Mestre das Plantas:

pode plantar, cuidar, colher ou coletar **2 plantas** em um mesmo terreno usando **1 ponto de ação**. Pode ter até **3 cartas** na mão.



### Mestre do Diálogo:

obtem **2 saberes** por conversa no território usando **1 ponto de ação**. Onde houver 2 ícones, deve pegar **1 saber de cada**. Pode ter até **4 cartas** na mão.



### Mestre do Compartilhamento:

pode pegar até **2 saberes com outro Agente de Saúde** em qualquer lugar do território **sem usar pontos de ação**. Por isso, pode **parar junto** de outro Agente de Saúde fora da UBS. Pode ter até **4 cartas** na mão.



### Mestre da Curiosidade:

pode andar também na **diagonal** usando **1 ponto de ação**, pois sua curiosidade o faz explorar mais rapidamente o território. Pode ter até **3 cartas** na mão.



# Rodadas e Eventos

Uma rodada termina quando todos os jogadores terminam seus turnos. Ao final de cada rodada, acontece um **Evento**.

As rodadas seguem a sequência abaixo:

- no início da rodada, os **marcadores de pontos de ação** (pg.5) devem estar posicionados acima da **carta de Habilidade** do primeiro Agente de Saúde (**Mestre das Plantas**);
- cada vez que usa um ponto de ação, o jogador **passa um marcador** para a carta de Habilidade do próximo Agente de Saúde;
- quando o último jogador termina seu turno, passando todos os seus marcadores de pontos de ação para cima das cartas de **Eventos**, a rodada termina;



- virem a carta** do topo da pilha, abrindo um **Evento**, e realizem **imediatamente** seus efeitos, sejam positivos ou negativos;
- recoloquem os marcadores** sobre a carta de Habilidade do Mestre das Plantas e comecem a próxima rodada.

**Turno** - a vez de cada jogadora ou jogador.

**Rodada** - termina quando todos os jogadores realizam seus turnos.

# Fim de jogo

O jogo termina **ao final da 9ª rodada**, ou quando **os 4 conjuntos forem sistematizados no Mural**.

Se o grupo conseguir finalizar os 4 conjuntos dentro das 9 rodadas: parabéns! Leiam a mensagem no Mural.

Se não conseguirem concluir os 4 conjuntos dentro das 9 rodadas: vocês não chegaram a cumprir o objetivo final. Leiam a mensagem na carta de Evento “Última Rodada”.

Variação: se conseguirem sistematizar mais de 4 conjuntos dentro das 9 rodadas, podem des-

bloquear mais um bloqueio ou Evento “Notícias Falsas”, pois a força de seu trabalho contribuiu para espalhar os saberes sobre as plantas!

## Adicionando plantas

Que tal incluir neste jogo plantas de seu território e que trazem os saberes locais? Se desejarem, sigam os passos a seguir para deixar o jogo com a cara da sua região:

### Como escolher as plantas?

O jogo traz 10 demandas de saúde, 8 receitas e 2 grupos de 8 plantas que atendem às demandas utilizando essas receitas.

Para que o jogo continue funcionando e trazendo diversão, selecione as plantas de forma que:

- ☼ existam **8 plantas** em jogo;
- ☼ cada planta atenda a **2 ou 3 demandas** existentes no jogo;
- ☼ cada indicação de planta para uma demanda use **2 ou 3 receitas** existentes no jogo;
- ☼ cada demanda seja atendida por pelo menos **2 plantas**;
- ☼ cada receita seja usada por pelo menos **2 plantas**;

- ☼ no grupo de 8 plantas haja **3 plantas de coleta e 5 de cultivo**.

### Que cartas devo produzir?

Para cada planta, você vai precisar produzir:

- ☼ 1 carta de indicação;
- ☼ 1 carta de Planta (coleta ou colheita);
- ☼ 2 fichas de cultivo (muda e planta crescida) para as plantas de cultivo.

Nas **cartas de indicação**, coloque:

- ☼ nome popular e nome botânico;
- ☼ se a planta é de cultivo ou coleta (o que for mais usual);
- ☼ 2 a 3 demandas para cada planta;
- ☼ 2 a 3 receitas para cada demanda.

### Como produzir as cartas?

Você pode desenhar e escrever em pedaços de papel de tamanho 6,3 x 8,8cm, observando a estrutura das outras cartas, ou baixar o pdf com os modelos de cartas vazias para imprimir no site:

[www.epsjv.fiocruz.br/semearocuidado](http://www.epsjv.fiocruz.br/semearocuidado)

Se quiser compartilhar conosco sua experiência com o jogo ou com a criação de cartas, mande e-mail para [semearo.epsjv@fiocruz.br](mailto:semearo.epsjv@fiocruz.br)





## As plantas do jogo

Este jogo traz plantas de uso popular em diversas regiões do Brasil. Nas próximas páginas, apresentamos mais informações sobre as plantas que vocês conheceram jogando. Esperamos que o jogo e essas informações inspirem vocês a buscar cada vez mais saberes!



## Arnica brasileira

*Solidago chilensis* Meyen  
(Asteraceae)



“espiga de flores pequenas cor de ouro”. Neste sentido, Barbosa Rodrigues<sup>1</sup> faz destaque para a classificação botânica indígena, destacando o refinamento e a sofisticação desses saberes. Ao comparar a denominação dada pelo botânico francês Joseph Pitton de Tournefort, *Virga aurea* (vara de ouro) e o nome indígena (mbuyboty yubá mi), questiona se não é quase o mesmo dado pelo nativo. Assim, diz que a característica da planta que impressionou o botânico europeu foi a mesma no nativo. Barbosa Rodrigues buscou chamar a atenção, na época, da comunidade científica para os saberes e as práticas indígenas<sup>3</sup>.

A arnica brasileira é também citada na obra de Pio Corrêa<sup>4</sup>, considerada medicinal por sua propriedade amar-

### Histórico

A denominação do gênero *Solidago* foi dada por Carl von Linnaeus (1707–1778) em 1753, que significa “solidando vulnera”, isto é, o que cicatriza feridas<sup>1</sup>. A espécie foi descrita por Franz Julius Ferdinand Meyen em 1834, após expedição científica à América do Sul, o epíteto “chilensis” refere-se a Chile, onde a planta foi coletada<sup>2</sup>.


O nome indígena é “mbuyboty yubá mi” e significa

ga, empregada com vantagem nas moléstias do estômago, substitui a arnica européia (*Arnica montana* L.), produzindo efeitos iguais (antisséptica, analgésica e cicatrizante)<sup>4</sup>. Segundo Miguel<sup>5</sup>, o nome “arnica” tornou-se popular no Brasil após a chegada dos imigrantes europeus, principalmente os italianos, no final do século XIX, os quais deram esse nome para as plantas que encontraram aqui e que tinham aromas e usos semelhantes ao da *Arnica montana* L. Assim, “arnica” é utilizado para várias espécies pela similaridade do uso medicinal, como ocorre entre a *Solidago chilensis* e a *Arnica montana*. Embora as duas pertençam à mesma família botânica (Asteraceae) e tenham indicações similares, a última é nativa das regiões montanhosas da Europa e seu cultivo não é apropriado no Brasil<sup>6</sup>.

### Nomes populares

A *Solidago chilensis* é uma das “arnicas” conhecidas aqui por arnica-brasileira, arnica-do-campo, arnica-silvestre, erva-lanceta, erva-de-lagarto, espiga-de-ouro, rabo-de-rojão, sapé-macho ou macela-miúda.

### Usos populares e indicações

Toda a parte aérea da planta é usada em preparações medicinais como chás, tinturas, cataplasmas, pomadas, óleos e loções. É bastante popular e amplamente utilizada a aplicação externa em ferimentos, escoriações, traumatismos e contusões, contudo, sua utilização na forma de chá e tintura também tem propriedades analgésica, anti-inflamatória, cicatrizante e estomáquica. 

## Assa-peixe

*Vernonanthura polyanthes*  
(Sprengel) Vega & Dematteis  
[Sinonímia: *Vernonia polyanthes*  
(Spreng.) Less. (Asteraceae)]



por Johann Christian Daniel von Schreber (1739-1810) em 1791.

A espécie foi descrita, em 1831, por Christian Friedrich Lessing (1809-1862). “*Vernonanthura*” é formada pelas palavras gregas “anthos” e “oura” que significam flor e cauda, respectivamente, em alusão às caudas basais presentes nas anteras<sup>8 9</sup>. Nomenclatura dada por Harold Ernest Robinson em 1992<sup>10</sup>. “*Polyanthes*” faz alusão às muitas flores produzidas pela planta<sup>11</sup>, que são atraentes para abelhas melíferas e ao mel produzido a partir delas, ao qual são atribuídas propriedades medicinais<sup>12</sup>.

### Histórico

As plantas passam por revisões periódicas que podem acarretar mudanças no nome botânico.

Em 2010, em revisão realizada pelos botânicos Álvaro José Vega e Massimiliano Dematteis, a *Vernonia polyanthes* sofreu avaliação taxonômica que a reclassificou no gênero *Vernonanthura*<sup>7</sup> cujo nome foi atribuído em homenagem ao botânico inglês William Vernon (1680-1711)

### Nomes populares

O assa-peixe é uma planta muito conhecida e corriqueiramente usada no Brasil. Por ser nativa sua utilização é antiga e tradicional. Também conhecida como assa-peixe-branco, cambará-guaçu, cambará-açu, cambará-branco, mata-pasto, estanca-sangue, chamarrita e tramanhém.

### Usos populares e indicações

Essa planta, que nasce espontaneamente nas pastagens e beira de estradas, é muito útil à apicultores que buscam em suas floradas a base para a produção de mel de qualidade e medicinal.

Todas as partes da planta podem ser utilizadas em preparações caseiras com propriedades diuréticas, balsâmicas e antirreumáticas. Na forma de chá ou tintura é excelente expectorante, combate as tosse noturnas e auxilia no tratamento da bronquite e estados gripais.

Diante da popularidade da planta, o uso medicinal foi reconhecido com a publicação da RDC 10/2010, sendo recomendada para bronquite, tosse persistente e dores musculares<sup>13</sup> e do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>14</sup> como expectorante. 🌿

## Cana-do-brejo

*Costus spicatus* (Jacq.) Sw.  
[Sinonímia: *Alpinia spicata* Jacq.]  
(Costaceae)]



### Histórico

O gênero foi estabelecido por Carl von Linnaeus (1707–1778) em 1753. A espécie foi descrita por Olof (Peter) Swartz (1760–1818) em 1788. A denominação “costus” deriva do “costum” e se refere a uma planta aromática usada como tempero e “spicatus” faz alusão à forma de espiga, ou que se assemelha à uma espiga, da inflorescência<sup>9 15</sup>.

Planta introduzida e cultivada no Brasil desde a colonização. O uso medicinal foi relatado pelos naturalistas, e um dos registros refere-se à obra de Oliveira<sup>73</sup> que reuniu espécies descritas por von Martius\*, na qual informa que o suco mucilaginoso e refrescante da planta é usado para combater febres, dores nefríticas e gonorreia. Outros relatos históricos foram realizados por Pinto<sup>17</sup> e Peckolt e Peckolt<sup>18</sup>. Estes últimos autores informam que o rizoma é diurético, diaforético, tônico e emenagogo quando usado nas formas de chá por infusão ou de tintura.


### Nomes populares

A cana-do-brejo, também chamada de cana-de-macaco, cana-mansa, cana-do-mato, cana-branca, paco-

caatinga, pobre-velha, canafista, canarana, caatinga, heparena, periná, ubacaiá, jacuaganga ou pacova.

### Usos populares e indicações

Autores contemporâneos ressaltam a importância etnomedicinal da *Costus spicatus* e registram seus usos na Amazônia e Mata Atlântica. Di Stasi e Hiruma-Lima<sup>19</sup> relatam que a infusão da folha é útil contra hipertensão e como diurético, enquanto a decoção é usada contra diarreias graves e a infusão dos colmos é usada internamente contra hepatite e dores de barriga.

É indicada como antisséptico das vias urinárias, diurético e contra vômitos na forma de chá ou tintura das folhas e caules. Já o suco das hastes frescas diluído em água, combate gonorréia, sífilis, nefrite, picada de insetos, problemas de bexiga e diabetes. 

\* Carl Friedrich Phillip von Martius foi um dos primeiros naturalistas a viajar pelo Brasil, que juntamente com zoólogo Johann Baptist von Spix, viajaram a partir do Rio de Janeiro, em 1817, em direção a São Paulo, seguiram por Minas Gerais, Goiás até a Bahia e depois seguiram para o norte, rumo ao Amazonas, passado pela região de Santarém no Pará.



## Carqueja

*Baccharis crispa* Spreng.  
[Sinonímia: *Baccharis trimera*  
(Less.) DC.] (Asteraceae)



### Histórico

O gênero *Baccharis* foi descrito por Carl von Linnæus (1707-1778), em 1753. Há dúvidas quanto a etimologia da palavra *Baccharis*. Uma delas pode ser do latim “baccar”, “bacchar” ou “baccaris” ou do grego “bakkaris”, que significa planta de raiz aromática, pois espécies deste gênero possuem alto valor para a indústria de perfumes<sup>20</sup>. Outra possibilidade é a referência a Baco, o deus romano do vinho e da fertilidade<sup>21</sup>.

O epíteto “crispa” diz respeito aos ramos trialados (alas onduladas) das partes aéreas da planta, denominada pelo botânico Kurt Polycarp Joachim Sprengel (1766-1833), em 1826<sup>22</sup>.


O uso medicinal da espécie foi descrito por naturalistas na época do Brasil colônia. Saint-Hilaire<sup>23</sup> a observou na beira das estradas, após a retirada da mata, e comparou seu amargor como similar à outras espécies europeias utilizadas no tratamento de febres. Este uso foi também relatado por Martius e Spix<sup>24</sup>. Corrêa<sup>25</sup> a classificou como tônica, eupéptica e febrífuga. Foi empregada na fabricação da cerveja, como sucedânea do lúpulo.

### Nomes populares

Ela também é conhecida como carqueja-do-mato, carqueja-amarga, cacáia-amarga, quina-de-condamine, tiririca-de-babado e bacanta.

### Usos populares e indicações

O uso de substâncias amargas para “despertar o apetite” e como digestivo era muito comum. Por isso, foi reconhecida pela 1ª edição da Farmacopeia Brasileira<sup>26</sup>. Este uso se manteve até hoje, a ponto do chá de carqueja ser reconhecido e recomendado como antidiarréico na 1ª e 2ª edições do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (FFFB)<sup>14 27</sup> como auxiliar no alívio de sintomas dispépticos.

As partes aéreas da planta podem ser usadas na preparação de chá ou tintura que, além dos benéficos efeitos estomacais, também são empregados para problemas hepáticos, cálculos biliares, enfermidades do baço, como vermífugo e para reduzir o açúcar no sangue. 



## Chambá, cumaruzinho

*Justicia pectoralis* Jacq.  
(Acanthaceae)




### Histórico

A *Justicia pectoralis* foi descrita pelo botânico Nicolaus Joseph von Jacquin (1727-1817), em 1760. O gênero estabelecido por Carl von Linnaeus (1707-1778) em 1753, o qual o nomeou em homenagem a James Justice (1698-1763), horticultor e botânico escocês<sup>28</sup>. O epíteto “pectoralis” refere-se a “peito” em alusão ao amplo uso em distúrbios do aparelho respiratório<sup>9</sup>.

### Nomes populares

No Brasil, a *J. pectoralis* é também conhecida como chambá, chachambá, anador, cumaruzinho, trevo-dopará e trevo-cumaru.

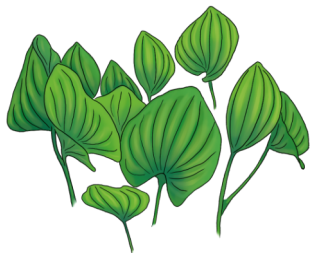
### Usos populares e indicações

Suas folhas e flores, usadas na forma de chá ou tintura, são utilizadas para o tratamento de doenças do trato respiratório como asma, bronquite, tosse, como expectorante e também contra reumatismo, cefaléia e febre. Outra particularidade é o uso em rapé por pajés da tribo brasileira Waikás, cuja folhas desta planta são misturadas à resina de *Virola theiodora* (Spruce ex Benth.) Warb<sup>31 32</sup>. Como consequência do amplo uso, foi incluída na 1ª e 2ª edições do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>14 27</sup> como expectorante. 

A planta é nativa das Américas Central e Sul. Embora o uso seja bastante difundido no Brasil, não encontramos registros da época dos naturalistas. Uma das referências mais antigas que se tem conhecimento foi realizada por Gonzalo Fernández de Oviedo (1478-1557), um dos primeiros cronistas das Américas. Em sua famosa obra *‘Historia general y natural de las Indias* (História Geral e Natural das Índias), ele descreve uma planta chamada Curía pelo povo Taino (atual República Dominicana) que certamente corresponde à *Justicia pectoralis*, pois a descreveu com muito detalhes<sup>29</sup>. Na medicina popular daquela época era usada como afrodisíaco e cicatrizante<sup>30</sup>.

## Chapéu-de-couro

*Echinodorus grandiflorus*  
(Cham. & Schltr.) Micheli e  
*Echinodorus macrophyllus*  
(Kunth) Micheli (Alismataceae)



### Histórico

A primeira descrição de uma espécie, que atualmente pertence ao gênero *Echinodorus*, foi feita por Carl von Linnaeus (1707–1778) em 1753. O gênero foi definido pelo botânico suíço Marc Micheli (1844–1902) em 1881<sup>33</sup> que adotou o nome dado pelos botânicos Engelmann e Richard. Esses botânicos atribuíram o nome “*echino*” (porco espinho) e “*dorus*” (recipiente) em alusão aos frutos espinhosos<sup>34</sup>. Os

epítetos “*grandiflorus*” e “*macrophyllus*” significam “com flores grandes” e “com folhas grandes”, respectivamente<sup>26</sup>. São plantas aquáticas há bastante tempo usadas na medicina popular.

### Nomes populares

Outros nomes populares no Brasil são chá-de-pobre, chá-de-campanha, erva-do-brejo, erva-do-pântano e congonha-do-brejo.


### Usos populares e indicações

Theodoro Peckolt, farmacêutico alemão que veio ao Brasil, em 1846, para estudar a flora brasileira<sup>35</sup>, relatou que o cozimento das folhas é usado, em razão das pro-

priedades adstringentes, em banhos contra as úlceras rebeldes e em gargarejos nas inflamações da garganta.

O rizoma é útil contra picada de animais peçonhentos, sob a forma de cozimento concentrado, que é usado na dose de um cálice, de hora em hora, e externamente é aplicado em compressas sobre as feridas produzidas pelo animal<sup>18</sup>.

Corrêa<sup>4</sup> descreve a popularidade em Minas Gerais, onde são conhecidas como “chá mineiro”. Suas folhas são também utilizadas na fabricação do refrigerante Mineirinho®, uma bebida popular em Niterói-RJ<sup>37</sup>. De acordo com Pio Correa, trata-se de plantas depurativas, tônicas e diuréticas, úteis contra artrite, reumatismo, sífilis, aterosclerose, moléstias da pele e do fígado. O rizoma, reduzido a massa, torna-se um cataplasma útil contra as hérnias<sup>4</sup>.

Em decorrência da grande popularidade, foi incluída na 1ª edição da Farmacopeia Brasileira<sup>26</sup>, que continuou até os dias atuais. Por isso, a 1ª edição do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>27</sup> recomenda o uso do chá como diurético leve e anti-inflamatório. 

## Copaíba

*Copaifera* sp. (Fabaceae)



### Histórico

O gênero *Copaifera* foi estabelecido por Carl von Linnaeus (1707–1778) em 1792 e deriva do nome popular copaíba, do tupi “cupa-yba”, que significa “árvore do depósito ou de guarda”, em referência à quantidade de óleo-resina armazenada dentro do caule da árvore. As copaibas são árvores nativas da região tropical da América Latina e da África Ocidental. Na América Latina são encontradas espécies na região que se estende do México ao norte da Argentina<sup>38</sup>.

O óleo da copaíba já era utilizado pelos indígenas quando os portugueses chegaram no Brasil e seu uso surgiu da observação do comportamento de animais que se esfregavam em seus troncos quando feridos<sup>39 40</sup>. Em fins de 1560, o padre jesuíta José de Anchieta, em carta ao padre geral, comenta o potente poder cicatrizante do óleo de copaíba, o qual foi introduzido no comércio europeu pelos portugueses a ponto de fazer parte da Farmacopeia Britânica de 1677<sup>41</sup>. Theodoro Peckolt, a convite do barão russo Georg von Langsdorff, foi um dos primeiros cientistas a investigar de modo sistemático


as propriedades medicinais da flora brasileira, a considerava uma das dez árvores, genuinamente brasileiras, mais úteis na medicina. De acordo com Corrêa<sup>4</sup> e Le Co-inte<sup>42</sup>, a *Copaifera reticulata* Ducke é a mais importante da Amazônia sob o ponto de vista comercial em decorrência de ser a espécie que mais produz óleo-resina.

### Nomes populares

Conhecida popularmente por pau-d'óleo, bálsamo, bálsamo-de-copaíba, copaíba-da-várzea, copaíba-vermelha, copaiqueira-de-minas, copaíba, cupiúva, oleiro, panchimouti, pau-de-aceite, cabimo, copaiarana, copal, maram, marmari, podoi ou bálsamo-dos-jesuítas.

### Usos populares e indicações

O óleo da copaíba tem sido usado na medicina tradicional dos índios brasileiros desde antes da colonização e é indicado para proteção contra picada de insetos, nas doenças de pele, como cicatrizante e antisséptico em ferimentos, no tratamento da psoríase e no combate a dores reumáticas e articulares.

Internamente, diluído em água, como diurético, expectorante, para combater infecções urinárias e, misturado a mel e limão, combate infecções da garganta. Foi incluída na 1ª edição da Farmacopeia Brasileira<sup>26</sup> e no Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>44</sup>, como anti-inflamatório, antisséptico e cicatrizante. 





## Erva-cidreira

*Lippia alba* (Mill.) N.E.Br. ex Britton & P. Wilson (Verbenaceae)



### Histórico

O gênero *Lippia* é uma homenagem ao naturalista e botânico italiano Augustin Lippi (1678-1704) feita por Carl von Linnaeus (1707-1778) em 1753, a partir de exemplar coletado em Veracruz, México<sup>43</sup>. O epíteto “alba” significa “branco”, “alvo” em alusão às flores pálidas, atribuída pelo botânico Nicholas Edward Brown (1849-1934) em 1925<sup>10 44</sup>. O Brasil se destaca como centro de diversidade do gênero por

conter 87 espécies, com alta porcentagem de endemismo, ou seja, espécies que ocorrem apenas em território brasileiro<sup>45 46</sup>. A planta é nativa e cultivada em todo o território nacional.


### Nomes populares

É popularmente conhecida por falsa melissa, cidrila, cidreira-brava, cidreira-carmelitana e erva-cidreira-de-arbusto.

### Usos populares e indicações

A erva-cidreira é utilizada há muito tempo na medicina popular. Pio Correa relatou que as folhas da planta são fortemente aromáticas e reputadas antiespasmódicas,

estomáquicas e emenagogas<sup>4</sup>. Usada na forma de chá ou tintura, no alívio de cólicas uterinas e intestinais, bem como em casos de insônia e estados de ansiedade, tratamento da gastrite e em crises de asma, de forma complementar.

Na década de 1980, a erva-cidreira fez parte do elenco de espécies do Programa de Pesquisas de Plantas Medicinais (PPPM) da extinta Central de Medicamentos<sup>47</sup>. Como consequência do amplo uso popular e da revisão dos marcos regulatórios promovidos pela Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), a espécie foi incluída na 1ª e 2ª edições do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>14 27</sup> como auxiliar no alívio da ansiedade leve, antiespasmódico e antidiapéptico. 

## Erva-doce

*Foeniculum vulgare* Mill.



### Histórico

A planta foi descrita pelo botânico inglês Philip Miller (1691-1771) em 1768. A denominação do gênero como “foeniculum” deriva do diminutivo em latim “fenum, faenum”, que se refere ao nome popular em latim do funcho (feniculum, faeniculum). O epíteto “vulgare”, em tradução livre, significa “comum, vulgar”<sup>11 10</sup>. Miller foi um dos botânicos mais conhecidos da Inglaterra e responsável por demonstrar a importância dos insetos como polinizadores<sup>49</sup>.

A planta foi introduzida pelos colonizadores portugueses. Tomchinsky e Ming<sup>50</sup> encontraram registros referentes ao uso da erva-doce no Brasil em obras de autores dos séculos 16 e 17. Foi citada por Gabriel Soares Sousa, Ambrósio Fernandes Brandão e Fernão Cardim. Após análise destas obras, os autores concluíram que a planta foi introduzida no início do período colonial, em 1565. Observa-se também que foi uma das plantas utilizadas na preparação da Triaga Brasileira. O termo triaga (ou triága, teriága, teriága, triaca e tríaca) diz respeito a receitas à base de plantas, animais e outras substâncias, como minerais, sais, óleos etc., utilizadas


pela humanidade há milênios. Aqui no Brasil, os Jesuítas foram os responsáveis por elaborar várias triagas, dentre elas, a mais famosa e que, misturava plantas nativas e exóticas, foi a Triaga Brasileira<sup>51</sup>.

### Nomes populares

A erva-doce ou funcho também é conhecida como erva-doce-brasileira, erva-doce-de-cabeça, falsa-erva-doce, falso-anis, fiolho, fiolho-de-florena, fiolho-doce, funcho-bastardo, funcho-doce, funcho-comum, funcho-vulgar, funcho-italiano ou pinocchio.

### Usos populares e indicações

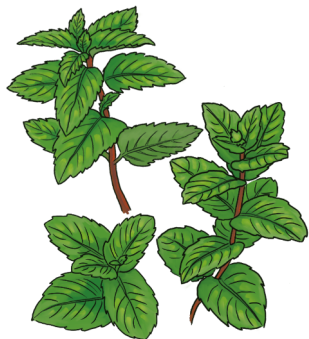
Além de ser empregada na culinária como aromática e hortaliça, a erva-doce também é utilizada na medicina caseira. O chá das folhas ou sementes estimula as funções digestivas, elimina gases, combate cólicas abdominais e menstruais, diarreias crônicas, anorexia, dismenorreia e estimula a lactação.

Diante do histórico de uso medicinal, foi incluída na 1ª edição da Farmacopeia Brasileira<sup>26</sup> e, posteriormente, foi uma das plantas selecionadas para estudo pelo Programa de Pesquisa em Plantas Medicinais da Central de Medicamentos<sup>47</sup>. O uso do chá e tintura foi recomendado pelo SUS através da 1ª edição do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira e em seu suplemento<sup>14 27</sup> como antiflatulento, antidispéptico e antiespasmódico. 



## Hortelã

*Mentha spicata* L. (Lamiaceae)



Deméter, pisoteou e matou *Minthe* que deu origem à planta que leva seu nome. Outra versão é que *Minthe* era a ninfa amada por Plutão que a transformou nesta planta aromática para protegê-la dos ciúmes de sua mulher<sup>52</sup>.

As plantas deste gênero foram introduzidas no Brasil e são conhecidas, em geral, como “mentas” ou “hortelãs”. Os primeiros registros que se tem conhecimento foram realizados por Vicente do Salvador em 1564, jesuíta nascido em Salvador e considerado o primeiro cronista e historiador brasileiro e Gabriel Soares Sousa em 1565, autor de “Tratado descritivo do Brasil” e “Notícia do Brasil”, consideradas as obras mais completas do período

### Histórico


O gênero *Mentha* foi descrito por Carl von Linnaeus (1707-1778) em 1753. O epíteto “*spicata*” está relacionado ao formato em espiga da inflorescência<sup>51</sup>. Há diferentes versões para o nome do gênero. Uma delas atribui que *Minthe* era uma ninfa do rio Cócito e esposa de Aidoneus. Quando Aidoneus a traiu com Perséfone, *Minthe* ficou enciumada e afirmou ser mais bela que Perséfone. A mãe de Perséfone,

colonial<sup>50</sup>. Nesse aspecto, os jesuítas colaboraram com a introdução de plantas medicinais exóticas no Brasil ao trazerem espécies europeias e de outros continentes, bem como difundirem seus usos<sup>53</sup>. Atualmente, são plantas importantes economicamente para a indústria de cosméticos e alimentos<sup>54</sup>. Entretanto, ao serem dispersadas da Europa, Ásia e América do Norte para outros países, as mentas sofreram hibridações naturais, gerando outras variedades e espécies, o que produz dificuldades na identificação taxonômica até para especialistas<sup>55</sup>.

### Nomes populares

A hortelã, cultivada no Brasil inteiro, é conhecida como hortelã-rasteira, hortelã-de-panela, hortelã-da-horta, hortelã-cheirosa, hortelã-de-folha-miúda e hortelã-de-tempero.

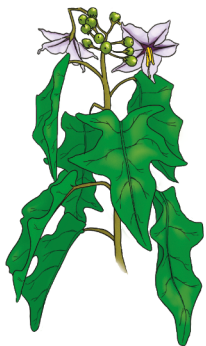
### Usos populares e indicações

É muito utilizada como condimento na culinária, mas também, para fins medicinais. Em pó, chás ou tinturas, ou mesmo as folhas frescas usadas em preparações culinárias, é digestiva, evita gases e vômitos, trata a fadiga, doenças hepáticas, asma e bronquite crônica, melhora cólicas e enxaquecas, além de ser excelente vermífugo. 



## Jurubeba

*Solanum paniculatum* L.  
(Solanaceae)



### Histórico

A planta foi descrita por Carl von Linnæus (1707–1778) em 1762. Ele a denominou de “*Solanum*” em alusão ao aspecto das folhas com pêlos que lembram “uma lã, um acolchoado”, e “*paniculatum*”, que deriva do adjetivo latino “*paniculado*”, em razão das inflorescências, em panículas<sup>1</sup>.

O nome popular deriva de denominações indígenas em tupi guarani (*lurepeba*,

*luripeba*, *Jurubeba*) que faz alusão aos “espinhos chatos” presentes em toda a planta, inclusive nas folhas. As observações acerca do uso da jurubeba foram descritas na obra de Piso e Marcgrave, considerado o primeiro livro médico que trata do Brasil, publicado em 1648. As informações constantes na obra de Piso e Marcgrave foram sistematizadas por Bento José Pickel, o qual descreve que as folhas da variedade sem espinhos foliares servem para lavar as úlceras.

A raiz é amarga e tem princípios aromático, diurético e colágeno, desobstruente da próstata e também antisifilítico, antihidrópico. A planta é usada na impigem e como desobstruente e antídoto<sup>56</sup>. Outros naturalistas a descreveram, como Martius e Spix<sup>24</sup>. Corrêa<sup>4</sup> cita que fo-


lhas, frutos e raízes são úteis no tratamento da icterícia, da hepatite crônica, sífilis e febres intermitentes. Indicações semelhantes foram relatadas por Le Coite<sup>42</sup> que indica a infusão da raiz contra a hepatite e o suco dos frutos como remédio no tratamento da icterícia, de inflamações do baço, catarro da bexiga e clorose (frutos colocados no vinho). Externamente empregam-se as folhas contra as úlceras.

### Nomes populares

Também conhecida como jubeba, jupeba, juribeba, juripeba, juuna, juvena, juveva, gerobeba ou joá-manso.

### Usos populares e indicações

Seus frutos também se prestam como condimentos, consumidos na forma de picles e como aditivo de aguardente. Contudo, o principal e mais tradicional uso desta planta é contra anemia, problemas hepáticos e digestivos. Toda a planta, raízes, folhas e frutos pode ser utilizada no preparo de chás, cocções e tinturas para uso medicinal da jurubeba.

Foi incluída na 1ª edição da Farmacopeia Brasileira<sup>26</sup>, cuja raízes são indicadas no tratamento da anemia e dos distúrbios hepáticos e digestivos. 



## Pitanga

*Eugenia uniflora* L. (Myrtaceae)



### Histórico

O nome do gênero *Eugenia* foi dado em homenagem ao Príncipe Eugénio Francisco de Saboia (Prince Eugene of Savoy - 1663-1736) e descrita por Carl von Linnæus (1707–1778) em 1753. O epíteto *uniflora* faz alusão à inflorescência que se apresenta como uma flor única<sup>57 58</sup>.

Mencionada por Guilherme Piso (1611-1678) como útil no preparo de sobremesas e medicinal para dissipar

flatos e eliminar náuseas<sup>59</sup>. Paul Le Cointe (1870-1956) relata que as folhas são adstringentes, aromáticas, balsâmicas e antirreumáticas: a infusão dá bons resultados contra as febres terçãs da infância (malária) e diarreias infantis<sup>42</sup>. Vários naturalistas citam a pitanga, em particular a presença dela em áreas de restingas. De acordo com Auguste P. Saint-Hilaire (1779-1853): “a pitangueira é uma planta que caracteriza os terrenos arenosos e vizinhos do mar<sup>23</sup>”.


A palavra “pitanga” é proveniente do tupi-guarani e significa vermelho (ybá, “fruto” + pytang, “avermelhado”), cor característica do fruto. É uma planta nativa da Mata Atlântica que se disseminou por todo o Brasil em decorrência da sua adaptabilidade às mais distintas condi-

ções de clima e solo. Hoje é cultivada em vários países das Américas do Sul e Central, Caribe, EUA e África, etc<sup>60</sup>.

### Nomes populares

A pitangueira também é conhecida como pitanga-branca, pitanga-rosa, pitanga-vermelha, pitanga-roxa, pitangatuba, ibipitanga, ubipitanga, ginja ou jinja.

### Usos populares e indicações

Suas folhas e frutos são empregados na medicina caseira, na forma de chá ou tintura, contra febre, tosse, ansiedade, hipertensão arterial, diarreia e também no tratamento de bronquite e reumatismo. Foi incluída na 6ª Edição da Farmacopeia Brasileira<sup>61</sup>, além de compor a Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS – RENISUS<sup>62</sup>. 



## Quebra-pedra

*Phyllanthus niruri* L.  
(Phyllanthaceae)



### Histórico

A planta foi descrita por Carl von Linnæus (1707–1778) em 1753. A denominação “*phyllanthus*” significa “flor na folha”, uma característica morfológica marcante deste grupo de plantas. Possivelmente, *niruri* refere-se ao nome vernacular em inglês para a planta<sup>63 10</sup>. Vale ressaltar que o nome popular quebra-pedra também se refere a outras espécies vegetais que crescem, especialmente durante o pe-

ríodo da estação chuvosa, em qualquer tipo de solo em todo o país, sendo comum sua ocorrência nas fendas das calçadas, terrenos baldios, quintais e jardins.


Um dos primeiros registros a respeito do uso da planta foi feito pelo botânico alemão Carl Friedrich Phillip von Martius (1794–1868) no século 21, na região amazônica<sup>64</sup>. O uso tradicional pelos ameríndios brasileiros também é relatado pelas etnias Kaingang, Guaranis, Xokleng, Mbyá-guaranis, conhecida pelos nomes vānh kakáe pó-ryg<sup>65</sup>. A quebra-pedra é utilizada também no catimbó e nos banhos purificatórios dos filhos dos orixás Ossaim e Oxumaré<sup>66 67</sup>.

### Nomes populares

A quebra-pedra é conhecida também como erva-pombinha, fura-parede, arrebenta-pedra, quebra-panela, saudade-da-mulher, saúde-da-mulher, conami e saxífraga.

### Usos populares e indicações

Muito popular no Brasil para tratar pedra nos rins e fazer urinar mais. Além de tratar as afecções renais, também é usada nos casos de icterícia, febre palustre e auxilia a excreção de ácido úrico.

Toda a planta pode ser utilizada para a preparação de chá, tintura ou pó. Este último, usado em especial no tratamento da Hepatite B. Em 2011, o Ministério da Saúde reconheceu o uso da planta e a incluiu na 1ª edição do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>14</sup>. Em 2018, recomendou o uso da tintura no suplemento deste formulário<sup>48</sup>. 



## Saião


*Kalanchoe crenata* (Andrews) Haw.  
(Sinonímia: *Kalanchoe brasiliensis*  
Larrañaga) (Crassulaceae)



### Histórico

O gênero *Kalanchoe* foi estabelecido pelo botânico francês Michel Adanson (1727-1806) em 1763. A *Kalanchoe crenata* foi descrita por Adrian Hardy Haworth (1767-1833) em 1812<sup>2</sup>. A denominação atribuída por Adanson ao gênero refere-se à planta chinesa "Kalan Chauhuy" e "crenata" faz alusão ao formato da folha que apresenta "pequenos dentes arredondados, crenada"<sup>68</sup>.

culos, frieiras, queimaduras, picada de insetos, úlceras crônicas, tosse e dor de cabeça.

Nas religiões de matriz africana, a planta é conhecida com a denominação jejê-nagô, de àbámodá, que significa em yorubá "o que você deseja, você faz", e é usada nos *amacis* (sucos de ervas obtidos manualmente) e banhos para acalmar, refrescar e dar firmeza<sup>69</sup>. Apesar do amplo uso popular, não foi incluída em nenhuma normativa do SUS relacionada ao uso de plantas medicinais e da fitoterapia. 

### Nomes populares

Também conhecida como erva-da-costa ou folha-da-costa por ser bastante comum na zona litorânea, em particular entre Bahia e São Paulo<sup>4</sup>. No restante do Brasil pode ser chamada de folha-da-fortuna, roda-da-fortuna, fortuna, folha grossa, folha-de-pirarucu, pirarucu, courama, coirama ou diabinho.

### Usos populares e indicações

Tem propriedades anti-inflamatória, expectorante e cicatrizante, motivo pelo qual as folhas frescas são empregadas, na forma de sumo, xarope ou tintura, para combater cortes, feridas, edemas, hematomas, furún-

## Tanchagem

*Plantago major* L.  
(Plantaginaceae)



### Histórico

A planta foi descrita por Carl von Linnæus (1707–1778) em 1753, cuja denominação foi dada em referência à palavra latina “planta” que significa a sola dos pés, em alusão aos indianos que a chamavam de “pegada do homem branco” em decorrência da planta ser encontrada “em todos os lugares em que os europeus estiveram”<sup>70</sup>.


O epíteto “major” refere-se às folhas grandes da espécie em relação às outras<sup>11</sup>. As espécies do gênero *Plantago* são cosmopolitas e a *Plantago major* tem distribuição ampla no Brasil, sendo encontrada em todos os biomas (Amazônia, Caatinga, Cerrado, Mata Atlântica e Pampa). A planta é considerada uma invasora de culturas e muito utilizada na medicina popular, especialmente como anti-inflamatório, cicatrizante, febrífugo e expectorante. A *Plantago major* foi introduzida no Brasil pelos colonizadores europeus e é usada desde a Idade Média na Europa<sup>71</sup>.

### Nomes populares

A tanchagem também é denominada de tansagem, transagem, tranchagem, tanchagem-maior, plantagem e sete-nervos.

### Usos populares e indicações

Tem sua utilização mais conhecida e popular na medicina caseira, e costuma ser empregada, na forma de chá, tintura ou cataplasma, para a cicatrização de feridas, gastrite e úlceras gástricas, inflamações na boca, faringe e ouvido, infecções urinárias e bronquite crônica.

Diante do amplo uso pelos brasileiros, foi incluída para estudos no Programa de Pesquisa em Plantas Medicinais da extinta Central de Medicamentos<sup>72</sup>. Em 2010, foi acrescentada à lista de drogas vegetais notificadas da RDC 10/2010, sendo indicada para inflamações da boca e faringe. Em seguida, foi incluída na 1ª edição do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (FFFB)<sup>14</sup> e em seu suplemento<sup>48</sup>, recomendada como anti-inflamatório e antisséptico da cavidade oral. 





## Unha-de-gato

*Uncaria guianensis* (Aubl.)  
J.F. Gmel. e *Uncaria tomentosa*  
(Willd.) DC. (Rubiaceae)



### Histórico

A *Uncaria guianensis* foi descrita pelo botânico Johann F. Gmelin (1748-1804) e a *Uncaria tomentosa* por Augustin P. Candolle (1778-1841), em 1791 e 1830, respectivamente<sup>10</sup>. A denominação do gênero deriva do latim “*uncus*” atribuída por Johann C. D. von Schreber (1739-1810) e significa “garra” ou “gancho” em alusão ao par de espinhos curvos localizados na base das folhas.

Os epítetos “*tomentosa*” e “*guianensis*” dizem respeito aos ramos ricos em pelos e à ocorrência da planta (Guiana), respectivamente. Ambas são características da Amazônia. Segundo Richard Spruce (1817-1893), a *U. guianensis* é bastante abundante no Golfo de Guayaquil – Equador, onde havia a lenda que pessoas eram colhidas por seus ganchos e mantidas pendentes no ar, enquanto a jangada prosseguia rio abaixo sem tripulantes<sup>73</sup>.

São plantas de uso milenar. A *U. tomentosa* é usada no Peru há mais de 2.000 anos. O povo peruano Ashaninka atribui à planta a capacidade de promover a harmonia ao doente, pois “estaria habitada por um bom espírito”. Os indígenas Caapores (ou Ka’apor) do Maranhão também a utilizam<sup>74</sup>. Especula-se que a popularidade da


planta seja resultado da divulgação de tratamentos feitos por europeus. Um deles foi o alemão Arthur Brell, foi trabalhar como professor em Chanchamayo no Peru, em 1930. Ao observar o uso medicinal da planta pelos nativos, passou a tratar pessoas com câncer e outras doenças<sup>75</sup>. Em 1950, o senhor Luis Oscar Schuler obteve sucesso no tratamento de câncer com a *U. tomentosa*. Este fato despertou o interesse do jornalista e etnólogo Klaus Keplinger que estimulou estudos fitoquímicos, farmacológicos e clínicos por grupos de pesquisadores da Áustria, Alemanha, Itália e Peru. Tais estudos foram a base para desenvolver o fitoterápico Krallendorn<sup>®</sup>.

### Nomes populares

A unha-de-gato também é popularmente chamada de unha-de-cigana, garra-de-gavião e carrapato amarelo.

### Usos populares e indicações

É indicada para as doenças que afetam o sistema imunológico, como AIDS e câncer, e também empregada em casos de artrite, reumatismo, úlceras gástricas, afecções do trato urinário, purificador dos rins e cura de ferimentos profundos, por sua propriedade anti-inflamatória.

Quanto ao uso oficial no Brasil, a *U. tomentosa* foi incluída na Lista de Produtos Tradicionais Fitoterápicos de Registro Simplificado da RDC 26/2014<sup>78</sup>, no Memento de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>79</sup> e no primeiro suplemento do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira<sup>48</sup>. 

## Referências Bibliográficas

1. RODRIGUES, João Barbosa. A Botânica, nomenclatura indígena e seringueiras. **Memória apresentada ao 3º. Congresso Científico Latinoamericano**. Rio de Janeiro: Imprensa Oficial; p. 39-40.1905.
2. KISSMAN, Kurt Gottfried; GROTH, Doris. **Plantas Infestantes e Nocivas**. São Paulo: Basf; 1999
3. SILVA, Ana Paula da. Saberes tradicionais tupi: estar junto, aprender, nhembojera. **Cadernos CEDES**, v. 39, n. 109, 2019: p. 379-396.
4. CORREIA, Manoel Pio. **Dicionário das plantas úteis do Brasil e das exóticas cultivadas. Vol 2**. Rio de Janeiro: Ministério da Agricultura, IBDF; 1984.
5. MIGUEL, Sylvania. A arnica desvendada. **Jornal da USP**. 22: 2007; p. 22-26.
6. LORENZI, Harri; MATOS, Francisco José de Abreu. **Plantas Medicinais no Brasil: Nativas e Exóticas**. 2a ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum; 2008.
7. VEGA, Álvaro Jose; DEMATTEIS, Massimiliano. The transfer of Vernonia perangusta to the genus Vernonanthur (Vernonieae, Asteraceae) and the correct name for Vernonanthur phosphorica. **Phytotaxa**, v. 8, n. 1, p. 46-50, 2010.
8. ROBINSON, Harold Ernest. Generic and Subtribal Classification of American Vernonieae. **Smithsonian Contributions to Botany**, 1999.
9. QUATTROCHI, Umberto. **CRC world dictionary of medicinal and poisonous plants: common names, scientific names, eponyms, synonyms, and etymology** (5 Volume Set). CRC press, 2012.
10. TROPICOS. Missouri Botanical Garden. Disponível em <http://www.tropicos.org>. Acesso em 22 Mar. 2021.
11. GLEDHILL, David. **The names of plants**. 4th ed. Cambridge University Press; 2008.
12. SOUZA, Paulo Victor Ramos de et al. Vernonia polyanthes (Spreng.) Less.: uma visão geral da sua utilização como planta medicinal, composição química e atividades farmacológicas. **Revista Fitos**. V.11 n.1, p.105-115, 2017.
13. BRASIL. **Resolução da Diretoria Colegiada – RDC nº 10, de 9 de março de 2010** – Dispõe sobre a notificação de drogas vegetais junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e dá outras providências. Brasília: Diário Oficial da União, 2010.
14. BRASIL. **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira**, 1ª edição, 2011. Disponível em <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/8080json-file-1>. Acesso em 12 mar. 2021.
15. UNIVERSIDADE DE COIMBRA. **Herbário da Universidade de Coimbra**. 2021. Disponível em Universidade de Coimbra – Herbário da Universidade de Coimbra – Glossário Botânico (uc.pt). Acesso em 22 mar 2021.
16. OLIVEIRA, Henrique. Velloso. **Systema de Materia Medica Vegetal Brasileira Contendo o Catalogo e Classificação de todas as plantas brasileira conhecidas**. Rio de Janeiro: Eduardo & Henrique Laemmert, 1854.
17. PINTO, Joaquim de Almeida. **Dicionario de Botanica Brasileira ou Compendio dos Vegetaes do Brasil, tanto Indigenas quanto Acclimados**. Rio de Janeiro: Typographia Perseverança, 1873.
18. PECKOLT, Theodor.; PECKOLT, Gustav. **Historia das Plantas Medicinais e Uteis do Brazil**. Rio de Janeiro: Typographia Laemmert 1888.
19. DI STASI, Luiz Claudio; HIRUMA-LIMA, Clélia Akiko. **Plantas medicinais na Amazônia e na Mata Atlântica**. Editora Unesp, 2002.
20. VERDI, Luiz Gonzaga, BRIGHENTE Inês Maria Costa, PIZZOLATTI Moacir Geraldo. **Gênero Baccharis (Asteraceae): aspectos químicos, econômicos e biológicos**. Quim Nova. 2005; 28(1). p.85-94.
21. PLANT CURIOSITIES — A SNAPSHOT. **Torreypine**. 2021. Disponível em <http://www.torreypine.org/wp-content/uploads/pr/library/TPDS-plant-names-snapshot.pdf> Acesso em 14 mar 21.
22. BARROSO, Graziela Maciel. Compositae - subtribo Baccharidinae Hoffmann (estudo das espécies ocorrentes no Brasil). **Rodriguesia**. Rio de Janeiro, 1976.
23. SAINT-HILAIRE, Auguste de. **Viagem pelas Províncias do Rio de Janeiro e Minas Gerais**. Belo Horizonte: Itatiaia; São Paulo: EDUSP; 1975. p.42.

24. SPIX, Johann Baptist Von; MARTIUS, Von. **Viagem pelo Brasil (1817-1820). Vol 1.** Belo Horizonte: Itatiaia; São Paulo: EDUSP; 1981. p. 83.
25. CORREA, Manoel Pio. **Flora do Brazil. Algumas plantas uteis, suas aplicações e distribuição geographica.** Rio de Janeiro: Typographia da Estatística, 1909. p. 84.
26. BRASIL. **Pharmacopeia Brasileira.** Decreto nº 17.509 de 4 de novembro de 1926. Departamento Nacional de Saúde Publica. Rio de Janeiro: Brasil 1926.
27. BRASIL. **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, 2ª edição.** 2021. Disponível em <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/2021-fffb2-final-c-capaz2.pdf>. Acesso em 22 mar. 2021.
28. MINAY, Priscilla IM. James Justice (1698-1763): Eighteenth-Century Scots Horticulturist and Botanist: II. **Garden History**, 1974. p. 51-74.
29. ROERSCH, Charles. *Justicia pectoralis* Jacq. In: **Medicinal and Aromatic Plants of South America.** Springer, Dordrecht, 2018. p. 251-264.
30. ROERSCH, Charles. Medicinal plants in the Dominican Republic and their possible role in public health care. In: **XXIX International Horticultural Congress on Horticulture: Sustaining Lives, Livelihoods and Landscapes (IHC2014): V World 1125.** 2014. p. 249-254.
31. SMET, PETER AGM. A multidisciplinary overview of intoxicating snuff rituals in the western hemisphere. **Journal of Ethnopharmacology**, mar 1985; 13(1):3-49. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3887041/> Acesso em 12 mar. 2021.
32. SCHULTES, Richard Evans. De plantis toxicariis e mundo novo tropicale commentationes XXXVI. *Justicia* (Acanthaceae) as a source of an hallucinogenic snuff. **Economic Botany**, 1990; 44(1). p. 61-70
33. LEHTONEN, Samuli. **Natural History of Echinodorus (Alismataceae).** Turun Yliopisto, 2007.
34. MUÑOZ-SCHICK, Mélica; MOREIRA-MUÑOZ, Andrés; MOREIRA ESPINOZA, SERGIO. Origen del nombre de los géneros de plantas vasculares nativas de Chile y su representatividad en Chile y el mundo. **Gayana. Botánica**, v. 69, n. 2, 2012. p. 309-359.
35. POTT, Vali Joana; POTT, Arnildo. **Plantas Aquáticas do Pantanal.** EM-BRAPA/Comunicação para Transferência de Tecnologia. Brasília, 2000.
36. SANTOS, Nadja Paraense dos; PINTO, Angelo; ALENCASTRO, Ricardo Bicca de. Theodoro Peckolt: Naturalista e farmacêutico do Brasil imperial. **Química Nova**, v. 21, n. 5, 1998. p. 666-670.
37. FERREIRA, Maria Izabela; GONÇALVES, Gabriela Granghelli; MING, Lin Chau. *Echinodorus macrophyllus* (Kunth) Micheli. In: **Medicinal and Aromatic Plants of South America.** Springer, Dordrecht, 2018. p. 211-217.
38. JUNIOR, Valdir Veiga; PINTO, Angelo. O gênero *Copaifera* L. **Quim. Nova**, v. 25, n. 2, 2002, p. 273-286.
39. PIERI, Fábio Alessandro; MUSSI, Maria Carolina; MOREIRA, Maria Aparecida. Óleo de Copaíba (*Copaifera* sp.): Histórico, Extração, Aplicações Industriais e Propriedades Medicinais. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, 2009;11: p. 465-472.
40. JUNIOR, Valdir Veiga; PINTO, Angelo. **O Olhar dos Primeiros Cronistas da História do Brasil sobre a Copaíba.** UFRJ, 2014. Disponível em [https://i-flora.iq.ufrj.br/hist\\_interessantes/copaiba.pdf](https://i-flora.iq.ufrj.br/hist_interessantes/copaiba.pdf) Acesso em 14 mar 2021.
41. FLÜCKIGER, Friedrich August; HANBURY, Daniel. **Pharmacographia: A history of the principal drugs of vegetable origin, met with in Great Britain and British India.** Macmillan, 1874.
42. LE COINTE, Paul. **Amazônia Brasileira III. Árvores e plantas úteis, indígenas e aclimatadas.** 2ª Edição. São Paulo, Rio de Janeiro, Recife, Bahia, Pará, Porto Alegre: Companhia Editora Nacional; 1947.
43. MUNIR, Ahmad Abid. A taxonomic revision of the genus *Lippia* [Houst. ex] Linn. (Verbenaceae) in Australia. **Journal of the Adelaide Botanic Garden**, 1993. p. 129-145.
44. UNIRIO. *Lippia alba* (MILL.) N.E.Br. ex Britton & P.Wilson. **Herbário Prof. Jorge Pedro Pereira Carauta.** Disponível em <http://www.unirio.br/ccbs/ibio/herbariohuni/lippia-alba-mill-n-e-br-ex-britton-p-wilson>. Acesso em 12 mar. 2021
45. SALIMENA, Fátima Regina Gonçalves; MÚLGURA, Maria Ema. Notas taxonômicas em Verbenaceae do Brasil. **Rodriguésia**, v. 66, n. 1, 2015.

p. 191-197.

46. SALIMENA, Fátima Regina Gonçalves; CARDOSO, Pedro Henrique. Lipia in **Flora do Brasil 2020** (em construção). Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://floradobrasil.jbrj.gov.br/reflora/floradobrasil/FB15170>>. Acesso em: 12 mar. 2021.

47. BRASIL. **A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisas de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos**. Ministério da Saúde: Brasília, 2006. Disponível em [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/fitoterapia\\_no\\_sus.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/fitoterapia_no_sus.pdf). Acesso em 22 mar. 2021.

48. BRASIL. **Primeiro Suplemento do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira**, 1ª edição, 2011. Disponível em [http://www.abrafidef.org.br/arqSite/2018\\_Suplemento\\_FFFB.pdf](http://www.abrafidef.org.br/arqSite/2018_Suplemento_FFFB.pdf). Acesso em 12 mar. 2021.

49. NEVES, Luiz Augusto Salles das et al. **Os longínquos antecessores de Mendel III**. Genética na Escola | Vol. 8 | Nº 2 | 2013 Disponível em [https://www.academia.edu/5474434/OS\\_LONG%C3%8DNUOS\\_ANTECESSORES\\_DE\\_MENDEL\\_III](https://www.academia.edu/5474434/OS_LONG%C3%8DNUOS_ANTECESSORES_DE_MENDEL_III) Acesso em 14 mar 21.

50. TOMCHINSKY, Bernardo; MING, Lin Chau. As plantas comestíveis no Brasil dos séculos XVI e XVII segundo relatos de época. **Rodriguésia**, v. 70, 2019.

51. SANTOS, Fernando Santiago. Indígenas, jesuítas e a farmacopeia verde das terras brasileiras: os segredos da Triaga Brasileira. **Prometeica**, n. 8, p. 1, 2013.

52. SILVA, Henrique. A Descriptive Overview of the Medical Uses Given to Mentha Aromatic Herbs throughout History. **Biology**, v. 9, n. 12, 2020.

53. MADALENO, Isabel Maria. Contributo dos jesuítas para o estudo da flora brasileira, no Séc. XVI–Anchieta e Cardim. **Revista Interdisciplinar em Cultura e Sociedade**, 2017. p. 31-46.

54. SALEHI, Bahare et al. Plants of genus Mentha: From farm to food factory. **Plants**, v. 7, n. 3, 2018. p. 70.

55. BRILHO, Roberto Corte. **Hortelã pimenta**. Instituto Agrônomo de Campinas, Campinas, 1963.

56. PICKEL, Bento José. **Flora do Nordeste do Brasil segundo Piso e Marc-**

**grave: no século XVII**. EDUFRPE, 2008.

57. MACCAUGHEY, Vaughan. The Genus Eugenia in the Hawaiian Islands. **Torreya**, 16., 1916. p. 260-267

58. JARVIS, Charles. Pier Antonio Micheli (1679–1737) and Carl Linnaeus (1707–1778). **Webbia**, 71, 2016

59. PISO, Guilherme. **História Natural do Brasil Ilustrada**. Tradução Prof. Alexandre Correia. Rio de Janeiro: Companhia Editora Nacional; 1948.

60. BEZERRA, João Emmanoel Fernandes; DE LIRA JUNIOR, José Severino; DA SILVA JUNIOR, João Francisco. Eugenia uniflora: pitanga. **Embrapa Tabuleiros Costeiros-Capítulo em livro científico (ALICE)**, 2018.

61. BRASIL. **Farmacopeia Brasileira**. 6ª edição Brasília: Anvisa, 2019. Disponível em <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/farmacopeia-brasileira>. Acesso em 22 mar 2021.

62. BRASIL. **Plantas Medicinais de Interesse ao SUS - RENISUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Disponível em <http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/junho/06/renisus.pdf>. Acesso em 22 mar 2021.

63. SILVA, Marcos José; SALES, Margareth Ferreira; O gênero Phyllanthus L. (Phyllanthaceae-Euphorbiaceae Juss.) no bioma Caatinga do estado de Pernambuco-Brasil. **Rodriguésia**, 2004; 55: p. 101-126.

64. BREITBACH, Ulirike; NIEHUES, Michael; LOPES, Norberto; FARIA, Jair; BRANDÃO, Maria. Amazonian Brazilian medicinal plants described by C.F.P von Martius in the 19th century. **Journal of Ethnopharmacology**, 2013;147: p.180-189.

65. MARQUESINI, Nacir Rodrigues. **Plantas usadas como medicinais pelos índios do Paraná e Santa Catarina, Sul do Brasil: guarani, Kai-gang, Xokleng, Ava-guarani, Krao e Cayua**. Tese (Doutorado). Curitiba: Universidade Federal do Paraná. 1995.

66. CAMARGO, Maria Thereza. **Plantas medicinais e de rituais afro-brasileiros: Estudo Etnofarmacobotânico**. São Paulo: Ícone; 1998.

67. BARROS, José Flávio Pessoa; NAPOLEÃO, Eduardo. **Ewé Ôrisá: Uso litúrgico e terapêutico dos vegetais nas casas de candomblé Jêje-Nagô**. 2a ed. Rio de Janeiro: Bertrand; 2003.

68. HERRANDO-MORAIA, Sonia; VITALES, Daniel; NUALART Neus, et al. Global distribution patterns and niche modelling of the invasive *Kalanchoe × houghtonii* (Crassulaceae). **Scientific Reports**. 2020;10: p. 1-18.
69. ALMEIDA, Maria Zélia. **Plantas Medicinais**. 3a edição. Salvador EDUFBA; 2011
70. SAMUELSEN, Anne Berit. **The traditional uses, chemical constituents and biological activities of *Plantago major* L. A review**. Journal of Ethnopharmacology. 2000; 7: p.11-21.
71. HEFLER, Sonia Marisa; RODRIGUES, William Antônio; CERVI, Armando Carlos. O gênero *Plantago* L. (Plantaginaceae) na região Sul do Brasil. **Revista Brasileira de Biociências**, v. 9, n. 3, 2011.
72. BRASIL. **A fitoterapia no SUS e o Programa de Pesquisa de Plantas Medicinais da Central de Medicamentos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/fitoterapia\\_no\\_sus.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/fitoterapia_no_sus.pdf). Acesso em 22 mar. 2021.
73. SPRUCE, Richard. **Notas de um botânico na Amazônia (1849-1855)**. Belo Horizonte: Itatiaia; 2006. p.56.
74. KEPLINGER, Klaus; LAUS, Gerhard; WURM, Martin; DIERICH, Manfred; TEPPNER, Herwig. *Uncaria tomentosa* (Willd.) DC — ethnomedicinal use and new pharmacological, toxicological and botanical results. **Journal of Ethnopharmacology**. 1998; 64: p.23-34.
75. JONG, Will de; MELNYK, Mary; LOZANO, Luis Alfaro; ROSALES, Marina, GARCÍA Myriam. Uña de gato: fate and future of a peruvian forest resource. **Cifor**, 1999.
76. JONES, Kenneth. **Cats Claw: Healing Vine of Peru**. Sylvan Press, 1995.
77. ALEXIADES, Miguel. Cat's claw (*U. guianensis* and *U. tomentosa*). In: SHANLEY Patricia; PIERCE, Alan; LAIRD, Sarah; GUILLEN, Abraham. (editores). **Tapping the Green Market: Certification and Management of Non-Timber Forest Products**. London: Earthscan, 2002: p. 93-109.
78. BRASIL. **RDC Nº 26 de 13 de maio de 2014**. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos. Brasília: Diário Oficial União 14 maio de 2014, 2014.
79. BRASIL. **Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira**. Brasília: Anvisa, 2016. Disponível em [Memento Fitoterapico.pdf — Português \(Brasil\) \(www.gov.br\)](#). Acesso em 22 mar 2021.

## Outros materiais consultados

CRUZ, G. L. **Dicionário das Plantas Úteis do Brasil**. Rio de Janeiro, RJ: Civilização Brasileira, 1982.

FLANDRIN, Jean-Louis; MONTARANI, Massimo; tradução de Luciano Vieira Machado e Guilherme J. F. Teixeira. **História da Alimentação**. São Paulo, SP: Estação Liberdade, 1998.

LORENZI, Harri; Matos, Francisco José de Abreu. **Plantas Medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum, 2008.

LORENZI, Harri. **Árvores Brasileiras: manual de identificação e cultivo de plantas arbóreas nativas do Brasil**. São Paulo, SP: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2016.

LORENZI, Harri; BACHER, Luis Benedito; TORRES, Mário Antonio Virmond. **Árvores e Arvoretas Exóticas no Brasil, vol. 2**. Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2018.

MATOS, Francisco José de Abreu. **Farmácias vivas**. Fortaleza, Ce: UFC Edições, 1994.

ORTIZ, Elisabeth Lambert. **The Encyclopedia of Herbs: spices & flavourings**. London: A Dorling Kindersley Book, 1992.

SAAD, Gláucia de Azevedo. (et al). **Fitoterapia Contemporânea: tradição e ciência na prática clínica**. Rio de Janeiro, RJ: Elsevier, 2009.

SOARES, Carlos Alves. **Remédios Naturais: guia para uso de plantas, chás e frutas**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008.

STOBART, Tom; tradução de Carolina Alfaro e Áurea Akemi Arata. **Ervas, Temperos e Condimentos de A a Z**. Rio de Janeiro, RJ: Jorge Zahar Editora, 2009.

VON HERTWIG, Igor Francisco. **Plantas Aromáticas e Medicinais: plantio, colheita, secagem, comercialização**. São Paulo, SP: Ícone, 1991.

## **Créditos**

Este jogo foi elaborado dentro do projeto **Educação Popular: Semeando o cuidado e fortalecendo o direito à saúde**, desenvolvido pela Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio. O projeto inclui também o curso Educação Popular e Plantas Medicinais na Atenção Básica à Saúde, orientado pelo livro didático disponível no link: [www.epsjv.fiocruz.br/publicacao/livro/educacao-popular-e-plantas-medicinais-na-atencao-basica-a-saude](http://www.epsjv.fiocruz.br/publicacao/livro/educacao-popular-e-plantas-medicinais-na-atencao-basica-a-saude)

### **Coordenação de design e desenvolvimento**

Cynthia Macedo Dias

### **Design e desenvolvimento do jogo e manual**

Camila Furlanetti Borges; Cynthia Macedo Dias; Daiana Crús Chagas; Grasielle Nespoli; João Vinícius dos Santos Dias; Simone Ribeiro.

### **Colaboradores**

#### **(consultoria em plantas medicinais)**

Andrea Márcia de Oliveira Gomes; Leila Mattos; Maria Behrens; Paulo Henrique de Oliveira Leda.

### **Identidade visual, design gráfico e ilustração**

Andreza Farias

### **Diagramação do Manual**

Cynthia Dias

### **Agradecimentos**

Aos organizadores e participantes da Oficina do Playtest e das Ligatinas (Liga Brasileira de Mulheres Tabuleiristas), aos pesquisadores do grupo Jogos e Saúde (Fiocruz), aos componentes do grupo Ludus Magisterium e às Agentes Comunitárias de Saúde participantes dos testes, pelas valiosas observações e contribuições. A João Léste pela parceria e valiosas contribuições no desenvolvimento deste Manual.

### **Coordenação projeto “Educação Popular: Semeando o cuidado e fortalecendo o direito à saúde”**

Grasielle Nespoli e Camila Furlanetti Borges

### **Contato**

[semeando.epsjv@fiocruz.br](mailto:semeando.epsjv@fiocruz.br)

### **Outras informações e downloads**

[www.epsjv.fiocruz.br/semeandoocuidado](http://www.epsjv.fiocruz.br/semeandoocuidado)

**EPSJV/Fiocruz**

**2021**



# Semeando o Cuidado



Distribuição gratuita.  
Venda proibida.

