

5

XAROPE DE GUACO

Vamos
preparar!



Vanessa de A. Royo, Amanda S. da Silva, Daniel de A. Rocha, Eurislene M. A. Damasceno, Gabrielly S. Pereira, Isabela C. L. de Queiroz, Kamila S. F. Souto, Leonardo D. A. Fernandes, Ludmila M. Delazeri, Maria F. B. Santana, Pedro H. F. Veloso, Silvana A. Santos, Tom E. C. Sarmento, Veronica de M. Sacramento. Vitória R. O. de Melo.

©EDITORA UNIMONTES - 2024

Universidade Estadual de Montes Claros

REITOR

Prof. Wagner de Paulo Santiago

VICE-REITOR

Prof. Dalton Caldeira Rocha

EDITORA GERAL

Maria Clara Maciel de Araújo Ribeiro

REVISÃO LINGUÍSTICA

Ângela Heloisa Benedito

CAPA

Vanessa de Andrade Royo

DIAGRAMAÇÃO

Luana Pereira Santos

Vanessa de Andrade Royo

CONSELHO EDITORIAL

Gustavo Henrique Cepolini

Ivana Ferrante Rebello

Leandro Luciano Silva Ravnjak

Luiz Henrique Carvalho Penido

Maria Clara Maciel de Araújo Ribeiro

Maria da Penha Brandim de Lima

Patrícia Takaki Neves

Tânia Marta Maia Fialho

Vanessa de Andrade Royo

EDITORA UNIMONTES

Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro

Montes Claros - Minas Gerais, Brasil

CEP: 39.401-089 - CAIXA POSTAL: 126

www.unimontes.br

editora@unimontes.br

Filiada à



Realização



Apoio



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Xarope de Guaco [livro eletrônico]. -- 1. ed. --
Montes Claros, MG : Editora Unimontes, 2024. --
(Eu uso plantas medicinais com segurança e
qualidade ; 5)
PDF

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-65-86467-87-1

1. Ervas - Uso terapêutico - Manuais, guias,
etc. 2. Fitoterapia 3. Medicina natural 4. Plantas
medicinais I. Série.

24-240496

CDD-615.535

Índices para catálogo sistemático:

1. Plantas medicinais : Medicina natural 615.535

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

APRESENTAÇÃO

Coleção: *Eu uso plantas medicinais com segurança e qualidade.*

A iniciativa *Eu uso plantas medicinais com segurança e qualidade* representa um projeto concebido pelas professoras Dra. Vanessa de Andrade Royo (Unimontes) e Me. Eurislene Moreira Antunes Damasceno (FarmaVerde). O projeto é executado em colaboração com estudantes do curso de Ciências Biológicas, especificamente na disciplina de Farmacobotânica, além de envolver participantes do Programa de Pós-graduação em Biotecnologia (PPGB) da Unimontes.

No âmbito desse projeto, são ministrados treinamentos à comunidade e, a partir das informações adquiridas durante esses eventos, surgiu a iniciativa de elaborar cartilhas informativas. As cartilhas são disponibilizadas de forma gratuita, tanto em formato impresso, durante eventos promovidos pela FarmaVerde, quanto de maneira digital.

Descubra mais sobre a FarmaVerde e acompanhe as incríveis aventuras de Flora enquanto ela descobre o poder das plantas medicinais!

Você já ouviu falar de
xarope de guaco?
Venha aprender a
preparar!



O xarope de guaco é um remédio natural amplamente utilizado no Brasil, especialmente para tratar problemas respiratórios, como tosse, bronquite e asma. No entanto, é sempre importante consultar um profissional de saúde antes de utilizar qualquer medicamento, mesmo os de origem natural.

INFORMAÇÕES GERAIS

O guaco, também conhecido como *Mikania laevigata*, é uma planta comum no Brasil, especialmente nas regiões do sul e sudeste. É comumente confundida com a *Mikania glomerata* por conta de semelhanças morfológicas e por serem trepadeiras, cujas folhas apresentam formato oval e são opostas dispostas em um caule cilíndrico. Para diferenciar as duas espécies basta analisar as folhas. As folhas de *Mikania glomerata* possuem comprimento e largura equivalentes, com dentes laterais bem evidentes diferentes das de *Mikania laevigata*, cujo comprimento da folha é maior que a largura e com dentes laterais não muito evidentes. As flores brancas da *Mikania laevigata* atraem abelhas, e as folhas da planta são utilizadas para fins medicinais, possuem propriedades que ajudam no tratamento de problemas respiratórios, como bronquite, asma, gripe, tosse e resfriado.



Mikania glomerata

Mikania laevigata

PROPRIEDADES MEDICINAIS

O guaco, também conhecido como *Mikania laevigata*, é uma planta trepadeira comum no Brasil, especialmente nas regiões do sul e sudeste. As flores brancas atraem abelhas, e as folhas da planta são utilizadas para fins medicinais.



Guaco - *Mikania laevigata* (Asteraceae).

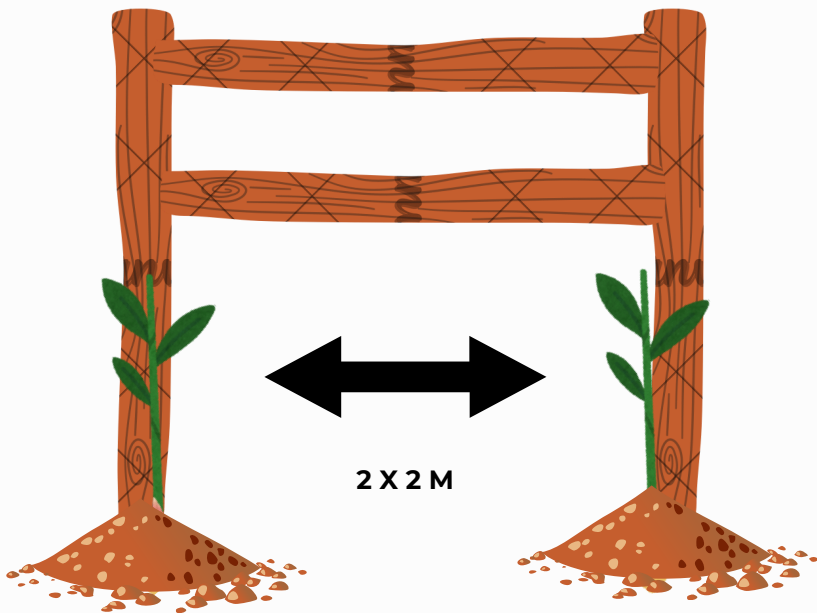
É usado na cultura popular há séculos devido às propriedades das folhas, que incluem ação tônica, depurativa, antipirética e broncodilatadora, além de estimulante do apetite e antigripal.

Essas ações podem ser atribuídas aos metabólitos encontrados como a cumarina e o ácido caurenico.

CULTIVO

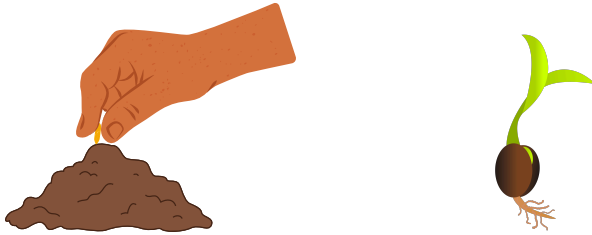
O espaçamento ideal entre as plantas é de 1 x 2 metros, utilizando espaldeira (suporte ou armação) para suporte dos ramos. O plantio deve ser preferencialmente realizado em solos arenosos, ricos em matéria orgânica. É recomendável a adubação com esterco de gado bem curtido, esterco de aves ou composto orgânico, quando necessário.

OBS: os estercos não devem ser contaminados pois podem matar as plantas.



PROPAGAÇÃO

Para propagar o guaco, você pode utilizar sementes ou mudas. As sementes devem ser semeadas em solo rico em nutrientes, mantendo a umidade até que germinem.



Outra opção é obter mudas a partir de estacas cortadas do caule. Para isso, escolha ramos saudáveis, com cerca de 10 a 15 cm de comprimento, e plante-os em um substrato leve e bem drenado. Mantenha as mudas em local sombreado e umedecido até que elas desenvolvam raízes. Após algumas semanas, quando as raízes estiverem firmes, as mudas podem ser transplantadas para o local definitivo.



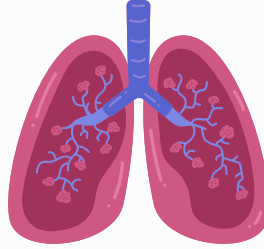


**NÃO SE
AUTOMEDIQUE**

FITOTERÁPICO

O guaco, uma planta amplamente utilizada na medicina popular há séculos, é reconhecido pelas propriedades medicinais que incluem:

- Ação broncodilatadora: relaxa a musculatura das vias aéreas, facilita a respiração.



- Efeito expectorante: estimula a produção de muco, auxilia na expulsão do catarro pela tosse.

- Ação antiasmática: ajuda a aliviar crises de asma.

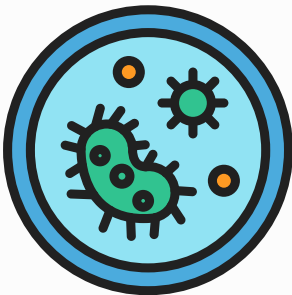


FITOTERÁPICO



- Propriedades analgésicas e anti-inflamatórias: alivia dores e inflamações, auxilia no tratamento de sintomas gripais.

- Ação antipirética: ajuda a reduzir a febre.



- Ação antimicrobiana: pode ser observado pela ação dos óleos essenciais de *Mikania laevigata* na atividade contra candidíase.

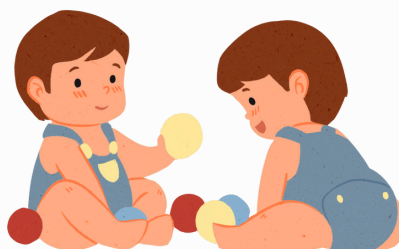
CONTRAINDICAÇÕES E PRECAUÇÕES DE USO

Contraindicado para:

Gestantes.



Lactantes.



Crianças menores de 1 ano.

Pessoas com distúrbios de coagulação, problemas hepáticos ou alergia à planta.

Além disso, o uso deve ser suspenso antes de qualquer cirurgia, devido ao risco de interferir na coagulação sanguínea. Efeitos adversos, como náuseas, vômitos e diarreia, podem ocorrer em caso de dosagem inadequada ou uso prolongado. Para garantir a segurança, é essencial consultar um profissional de saúde antes de utilizá-lo, especialmente em caso de uso concomitante de medicamentos contínuos.

RECEITA DO XAROPE

Ingredientes:

- 1 kg de açúcar;
- 550 ml de água mineral (ou filtrada);
- um prato cheio de folhas de Guaco;
- hipoclorito de sódio;
- panela grande;
- colher;
- termômetro;
- copo dosador (medidor).

OBS: As fotos de preparo são referentes a uma porção 10x maior que as medidas listadas acima.

Modo de Preparo:

Antes de tudo é importante esterilizar os materiais que serão utilizados, como panelas e colheres, com álcool 70%.



Esterilização dos materiais.



Adicione o açúcar, a água e mexa bem, antes de ligar o fogo.



Após ligar o fogo é necessário mexer com a colher sem parar. É importante que a temperatura não ultrapasse 80°C. Caso isso ocorra, desligue o fogo e continue mexendo até a temperatura abaixar.

Quando o líquido se tornar homogêneo e a espuma presente na superfície sumir é o ponto necessário para se adicionar as folhas de guaco.

OBS: A colheita fresca do guaco está diretamente ligada à preservação dos compostos bioativos, como a cumarina, pois logo após a colheita, esses compostos estão na concentração máxima. Se as folhas do guaco forem expostas ao ar por muito tempo após a colheita, ocorre o processo de oxidação, que leva à degradação de compostos ativos.



As folhas precisam estar frescas e lavadas em água corrente. Após a lavagem mergulhe as folhas em uma bacia com 1L de água e uma colher de hipoclorito de sódio. Repita o processo 2 vezes.

Em seguida, retire as folhas da bacia e as adicione a panela contendo a água e o açúcar já dissolvido.

Não se esqueça de verificar se o fogo está desligado!

Deixe as folhas por cerca de 15 a 20 minutos na panela com a tampa fechada.



Em seguida, retire as folhas da bacia e as adicione à panela contendo a água e o açúcar já dissolvido. Não se esqueça de verificar se o fogo está desligado!

Passado esse tempo, retire todas as folhas e despeje o líquido em um recipiente grande.

Em seguida, adicione o xarope em frascos âmbar.

Etiquete o frasco

Nome e a data de fabricação.

Validade de 6 meses.

Armazene longe da luz.



Viu só, dá pra fazer em casa! Mas se tiver dúvida, só perguntar pra gente!



REFERÊNCIAS

ARTIMONTE VAZ, A. P. *Série Plantas Medicinais, Condimentares e Aromáticas*. Embrapa, 2006. Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/CPAP/56557/1/FOL89.pdf>. Acesso em: 21 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. *Informações sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: Mikania glomerata* Spreng., Asteraceae – Guaco. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BUDEL, J. M. *et al.* Contribuição ao estudo farmacognóstico de *Mikania laevigata* Sch. Bip. ex Baker (guaco), visando o controle de qualidade da matéria-prima. *Revista Brasileira de Farmacognosia [online]*, v. 19, n. 2b, 2009.

CZELUSNIAK, K. E. *et al.* Farmacobotânica, fitoquímica e farmacologia do Guaco: revisão considerando *Mikania glomerata* Sprengel e *Mikania laevigata* Schulyz Bip. ex Baker. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais [online]*, v. 14, n. 2, 2012.

As fotos são dos próprios autores e as imagens são do editor Canva.

