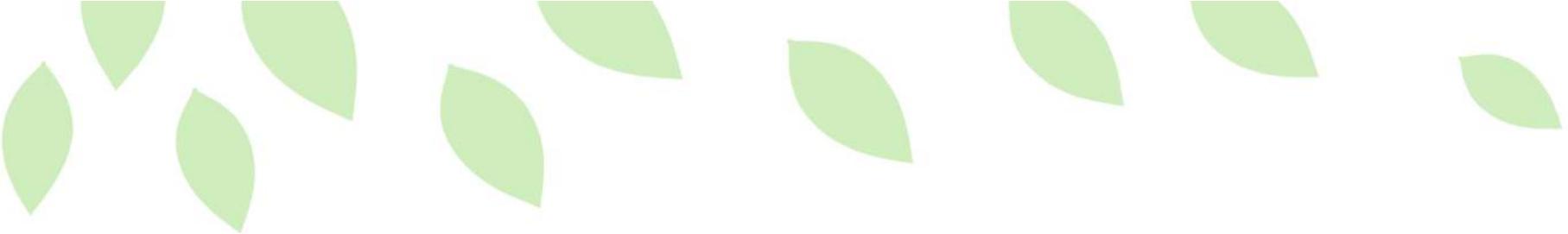


An illustration featuring a woman on the left and a child on the right, both holding and drinking from brown mugs. The woman has brown hair and a green headband, wearing a purple top. The child has brown hair and is wearing a green shirt with a white bow. They are surrounded by large green leaves and two white daisies with yellow centers. The background is white with scattered green leaves at the top and bottom.

# Plantas Medicinais

no Cuidado à Saúde da Criança



**Plantas Medicinais no Cuidado  
à Saúde da Criança**

**CINARA VIDAL PESSOA**

**Quixadá – Ceará**

**2017**



## Ficha Técnica

Este material foi elaborado com base na literatura especializada e referenciada ao final de sua apresentação. É produto da Dissertação do Curso de Mestrado Profissional em Saúde da Criança e do Adolescente (CMPSCA) da Universidade Estadual do Ceará (UECE).

Destina-se às mães de crianças.

### Reitor

Manoel Messias de Sousa

### Vice-reitor

Renato Moreira de Abrantes

### Pró-reitor de Pós-graduação e Pesquisa

Américo Valdanha Netto

### Pró-reitor de Graduação e Extensão

Marcos Augusto Ferreira Nobre

### Coordenação do Mestrado Profissional em Saúde da Criança e do Adolescente (UECE)

Ana Valeska Siebra e Silva

Edna Maria Camelo Chaves

### Elaboração

Cinara Vidal Pessoa

### Coordenação Editorial

Edna Maria Camelo Chaves

### Revisão Técnica

Manoel Miqueias Maia

Monique Isabelle de Sousa Nascimento

### Colaboradores:

Jeferson F. Amaral, Mardênia G. F. Vasconcelos, Leina M. O. Vasconcelos, Karla B. N. T. Barros, Júlio C. O. Peixe, Kellen M. Sá, Fabiana P. Soares, Irineu L. Albuquerque, Flávio N. Costa, Alyne M. R. Carvalho, Lara L. Oliveira, Igor C. Mendes, Carla P. A. Oliveira, Liene R. Lima, Huana C. C. Moraes, Samia J. C. F. Maniva, Regilane M. S. Prado, Izabel C. J. Bandeira, Sandna L. F. Santos, Jeanne C. P. Silva, Cecília C. C. Perdigão, Danielle A. P. Vasconcelos, Luana M. Pessoa, Lorena P. P. Souza, Daniel A. D. Siqueira, Sandra E. A. A. Facó, Leiliane M. C. Freitas, Gláucio B. Saldanha, Gláucia B. Saldanha, Vasco R. S. Correia.

### Projeto Gráfico, Diagramação e Ilustrações/Fotos

David Arruda Mourão

Márcia de Sousa Paula Barros



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação  
Bibliotecário responsável Vasco Robson Soares Correia CRB 3/1313

---

P567p

Pessoa, Cinara Vidal.

Plantas medicinais no cuidado à saúde da criança. Cinara Vidal  
Pessoa, Quixadá (CE): Unicatólica, 2017.

44 f. II. Color.

Cartilha.

ISBN 978-85-9513-065-4

1. Plantas medicinais. 2. Ervas - Uso terapêutico. 3. Remédio  
caseiro. 4. Saúde infantil - cuidados. I. Título.

CDD – 615.321



Esta obra está licenciada sob uma Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-SemDerivados 4.0 Não Adaptada. Para ver uma cópia desta licença, visite

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



## **Agradecimentos**

A Deus, ser supremo a quem devemos tudo,  
à minha mentora espiritual Sônia Regina Marques,  
à minha orientadora professora Dra. Edna Maria Camelo Chaves,  
à professora Dra. Mary Anne Medeiros Bandeira,  
à Universidade Estadual do Ceará (UECE),  
ao Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA),  
à Secretaria de Saúde de Quixeramobim-CE,  
a todos os que colaboraram direta ou indiretamente com a  
elaboração desta cartilha.

## **Dedicatória**

À minha família, em especial ao meu esposo Victor Hugo Pereira, aos meus pais Cirilo e Nazaret Pessoa, às minhas avós Terezinha Pessoa e Zuleica Pessoa, aos meus avôs José Pessoa (*in memoriam*) e Manoel Lopes (*in memoriam*), ao meu tio e compadre Domingos Fontes Júnior (*in memoriam*), às mães de crianças da Unidade Básica de Saúde do Bairro Conjunto Esperança do município de Quixeramobim - CE.

# Apresentação



Olá! Meu nome é Brígida, sou farmacêutica, espero através desta cartilha esclarecer algumas dúvidas e repassar informações sobre as plantas medicinais que utiliza, a preparação e o uso correto dos remédios caseiros, contribuindo dessa forma para a saúde de suas crianças.

Esta cartilha não é um manual de automedicação. Se a criança apresentar alguma doença, procure um médico.

# Sumário

 Definições.....	9
 Recomendações sobre o uso de plantas medicinais.....	10
 Cuidados higiênicos.....	13
 Medidas práticas para as preparações de remédios caseiros.....	15
 Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais.....	17
 Anotações.....	43
 Referências.....	44

O primeiro passo é entender que...



**1** **Planta Medicinal** é aquela usada na preparação de remédio.

**2** **Princípio ativo** é a substância presente na planta medicinal responsável pela cura ou alívio dos sintomas das doenças.

**3** **Fitoterapia** é o tratamento feito com plantas medicinais.

### **Cuidado!**

A planta medicinal apesar de ser natural, se não for usada na quantidade e forma adequada pode trazer alguns efeitos indesejáveis a saúde.

## Recomendações sobre o uso plantas medicinais

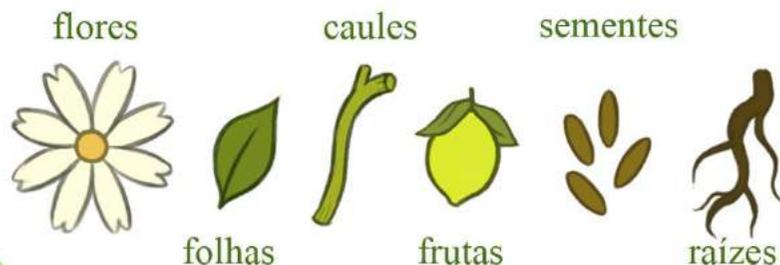


Para fazer o uso correto das plantas medicinais é necessário seguir algumas recomendações básicas:

- Usar apenas plantas medicinais do seu conhecimento e recomendadas por profissional especialista.
- Antes de utilizar uma planta medicinal verificar se estão mofadas, murchas, velhas ou se apresentam insetos.



- Procure saber qual a parte da planta será utilizada para fazer o remédio.



- As plantas medicinais podem ter o mesmo nome popular e diferentes indicações para uso.



**Hortelã-japonesa:**  
desentupir o nariz



**Hortelã-rasteira:**  
tratamento de  
ameba e giárdia

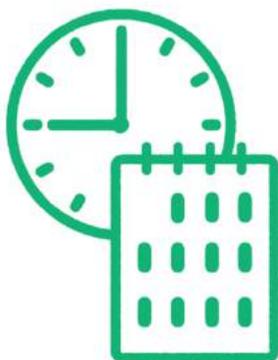
- Toda planta medicinal tem o nome popular (apelido) e o nome científico (nome verdadeiro), ex: babosa (apelido) e *Aloe vera*, nome verdadeiro da babosa.

## Recomendações sobre o uso plantas medicinais

- Não usar plantas que estejam próximas a beira de lagoas, rios poluídos, esgotos e margens de estrada, pois podem estar contaminadas.
- Não fazer uso do chá com medicamentos de farmácia, pois são dois remédios.



- O tempo de tratamento varia de acordo com a doença e reação do organismo ao tratamento.



- Conhecer o modo correto de se preparar o remédio com plantas medicinais (chá abafado, cozimento...)



- Evitar o uso de chás em crianças que estejam em aleitamento materno até os 6 meses de idade.

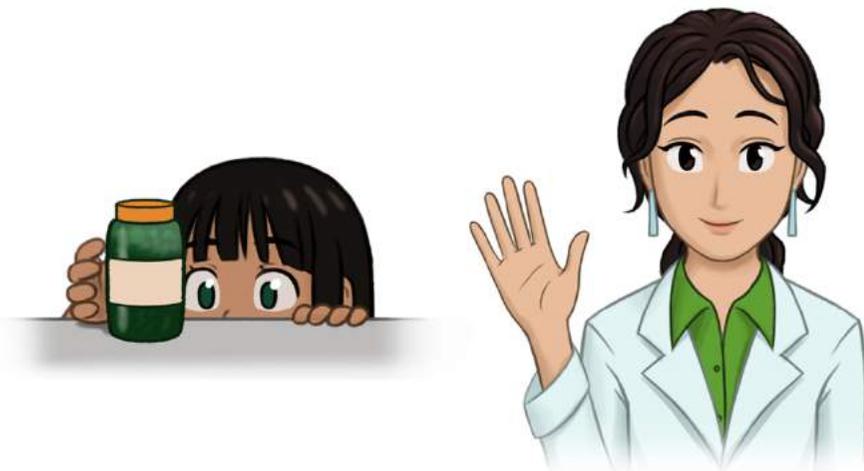


## Recomendações sobre o uso plantas medicinais

- Utilizar plantas frescas, colhidas a pouco tempo em preparações caseiras.



- A criança, por ser mais fácil de se intoxicar, só deve tomar remédios a base de plantas indicadas por profissionais de saúde capacitados (médicos, farmacêuticos, enfermeiros...).



- Não usar uma mesma planta por mais de 30 dias e evitar misturar várias plantas em uma mesma preparação caseira.
- Remédios caseiros são indicados em sintomas leves e comuns.

Em caso de efeitos indesejados pelo uso de plantas medicinais procurar o serviço de saúde mais próximo.

## Cuidados higiênicos



Antes de preparar qualquer remédio caseiro com plantas medicinais alguns cuidados higiênicos são importantes:



Lavar as mãos antes e após a preparação com água e sabão.



Lavar muito bem a parte da planta a ser utilizada em água limpa e corrente.



Prender os cabelos ou cobri-los com lenço ou touca.



Evitar falar próximo a preparação.



As unhas deverão estar cortadas e limpas.



Limpar o espaço onde será preparado o remédio.



Usar água filtrada ou fervida.



Usar utensílios limpos (panelas, colheres, frascos de maionese...).  
Evitar o uso de vasilha de alumínio, preferir de ágata, barro ou vidro.

# Medidas práticas para as preparações de remédios caseiros

As medidas práticas usadas nas preparações de remédios caseiros:



1 colher das de sopa



**15 mL**



1 colher das de sobremesa



**10 mL**



1 colher das de chá



**5 mL**



1 colher das de café



**2 mL**

## Medidas práticas para as preparações de remédios caseiros



**= 150 mL**

1 xícara de chá  
(grande)



**= 50 mL**

1 xícara de café  
(pequena)



**= 150 mL**

copo de vidro comum  
(tipo americano)

## Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais



Os remédios caseiros que vamos aprender a preparar são:

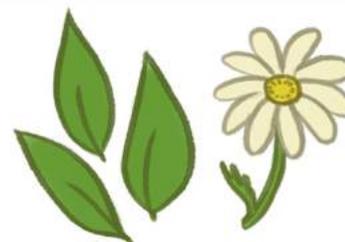
### Chá por infusão ou abafado

Colocar pedacinhos da planta dentro de uma xícara, em seguida despejar água fervente sobre as partes da planta, tampar, deixar em repouso por 5 a 10 minutos e coar.



**Resfriados, gripes e febres:**  
Tomar chá bem quente.

**Indicado quando se utiliza partes moles e macias da planta:** folhas, flores.



**Mal-estar no estômago, diarreia:**  
Devem ser tomados frios ou gelados.

Manter o chá de preferência na geladeira e não usá-lo no dia seguinte.



### **Chá do Olho da Goiabeira** (*Psidium guajava* L.)

---

**Parte utilizada:** gomos foliares (olhos) – folhas novas que crescem nas pontas dos galhos

---

**Indicações:** útil no tratamento de diarreias.

---

**Contraindicação:** em crianças menores de 4 anos e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:**

**Soro caseiro preparado com chá do olho da goiabeira:** ferver uma xícara de água em uma panela limpa. Após a fervura, apagar o fogo e colocar 3 a 4 olhos da goiabeira. Em seguida, abafar por 10 min e coar. Adicionar ao chá uma colher das de sopa rasa de açúcar e uma colher das de café (pitadinha) para a medida do sal, para evitar desidratação na criança.

---

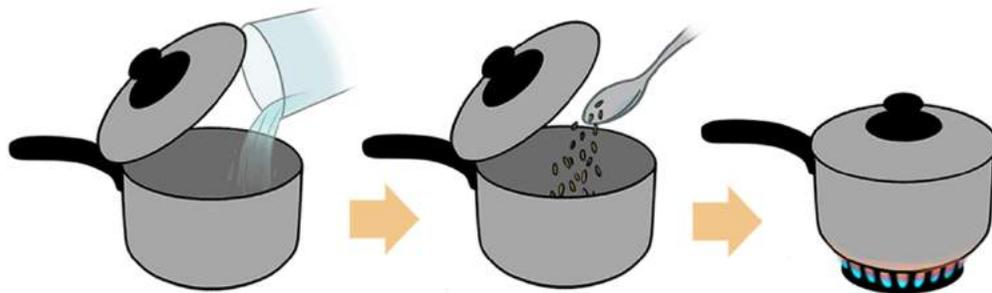
**Modo de usar:** O chá frio deve ser bebido as colheradas, de 10 em 10 min ou ainda menos até passar a diarreia. Em casos mais graves procurar o serviço de saúde mais próximo.

---

# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Chá por cozimento

Colocar a água fria na panela, em seguida adicionar a parte da planta medicinal a ser utilizada e levar ao fogo para ferver por 10 a 20 minutos, após o cozimento deixar em repouso por 10 a 15 minutos e coar em seguida.



**Indicado quando se utiliza partes duras da planta: raízes, cascas e sementes.**



# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Lambedor

Preparação caseira em que se utiliza açúcar e água, leva-se ao fogo até virar mel (não deixar caramelizar). Em seguida junta-se à planta.



1 frasco com açúcar



1/2 frasco de água fervida ou filtrada



Aquecer até virar mel



Colocar a planta e aquecer. Em seguida, coar e envasar.



- ✓ Pode ser preparado com mel de abelhas (a medida do chá é a mesma para a medida do mel), nesse caso a mistura não é levada ao fogo.
- ✓ A preparação é feita geralmente com plantas usadas para problemas respiratórios: tosse, gripe, dentre outros.
- ✓ Proibido o uso em crianças diabéticas, por conter açúcar.



- Caso o lambedor apresente, após alguns dias, grumos brancos (mofo) ou cheiro azedo - não use, jogue fora!
- Conservar de preferência na geladeira, em frasco limpo, escaldado com água quente e bem fechado.
- Prazo de validade: 07 dias.



**Lambedor de Cumaru**  
(*Amburana cearensis* A.C Smith.)

---

**Parte utilizada:** entrecasca do caule.

---

**Indicações:** problemas respiratórios: tratamento de gripe, asma e bronquite.

---

**Contraindicação:** crianças que apresentarem problemas de sangramento, que sejam diabéticas e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** colocar em uma panela a medida de 1 frasco de maionese com o açúcar e meio frasco com água fervida ou filtrada, aquecer até formar um mel. Depois colocar meia xícara das médias de entrecasca de cumaru bem picado e aquecer durante 3 min. Se preferir pode colocar em seguida 12 folhas de malvarisco e 12 folhas de hortelã japonesa e aquecer por mais 3 min agitando bem. Deixar esfriar, coar e guardar em vidro escaldado.

---

**Modo de usar:**

Crianças: 2 a 6 anos: 1 colher das de café 3 vezes ao dia.

Crianças: 7 a 12 anos: 1 colher das de sobremesa 3 vezes ao dia.

---



**Lambedor de Malvarisco**  
(*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.)

---

**Parte utilizada:** folhas.

---

**Indicações:** tratamento da rouquidão, tosse e inflamações da boca e garganta.

---

**Contraindicação:** crianças menores de 2 anos de idade e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** juntar na panela 30 a 40 folhas frescas aquecidas diretamente com copo cheio de açúcar arrumadas em camadas. Levar ao fogo sem colocar água, mas com cuidado para não queimar. Coar e em seguida, guardar em frasco de vidro bem limpo e escaldado com água quente.

---

**Modo de usar:**

Crianças 2 a 6 anos: 1 colher das de café 3 vezes ao dia.

Criança de 7 a 12 anos: 1 colher das de sobremesa 3 vezes ao dia .



Depois de coar o lambedor acima, pode deixar a mistura ferver até dar o ponto de bala que podem ser chupadas



### **Lambedor de Abacaxi** (*Ananas sativus*)

---

**Parte utilizada:** fruto.

---

**Indicações:** problemas respiratórios: bronquite e tosse com catarro.

---

**Contraindicação:** crianças menores de 2 anos de idade e alérgicas a fruta.

---

**Modo de preparar:** preparar sem levar ao fogo: 02 colheres das de sopa do fruto amassado com 01 xícara das de chá com água, 1 colher de mel e se preferir adicionar 10 gotas de própolis. Misturar tudo em uma vasilha e em seguida coar. Guardar em um frasco limpo .

---

**Modo de usar:** 01 colher das de chá do lambedor 3 vezes ao dia.

---

# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Suco

É obtido espremendo-se o fruto ou triturando-o com água em um liquidificador.



- ✓ Pode ser adoçado com açúcar ou adoçante, à gosto.
- ✓ Deve ser preparado no momento do uso.



### **Suco de Acerola** (*Malpighia glabra* L.)

**Parte utilizada:** fruto

**Indicações:** problemas respiratórios: gripes, resfriados; carência de vitamina C, protege contra infecções.

**Contraindicação:** não apresenta.

**Modo de preparar:** 10 frutos de acerola maduras e 1 copo de água. Misturar no liquidificador os frutos com a água, em seguida coar e adicionar açúcar à gosto.

**Modo de usar:** tomar diariamente: 1 copo de suco recentemente preparado.

**Para carência de vitamina C:** crianças menores de 03 anos: consumir 01 fruta fresca.



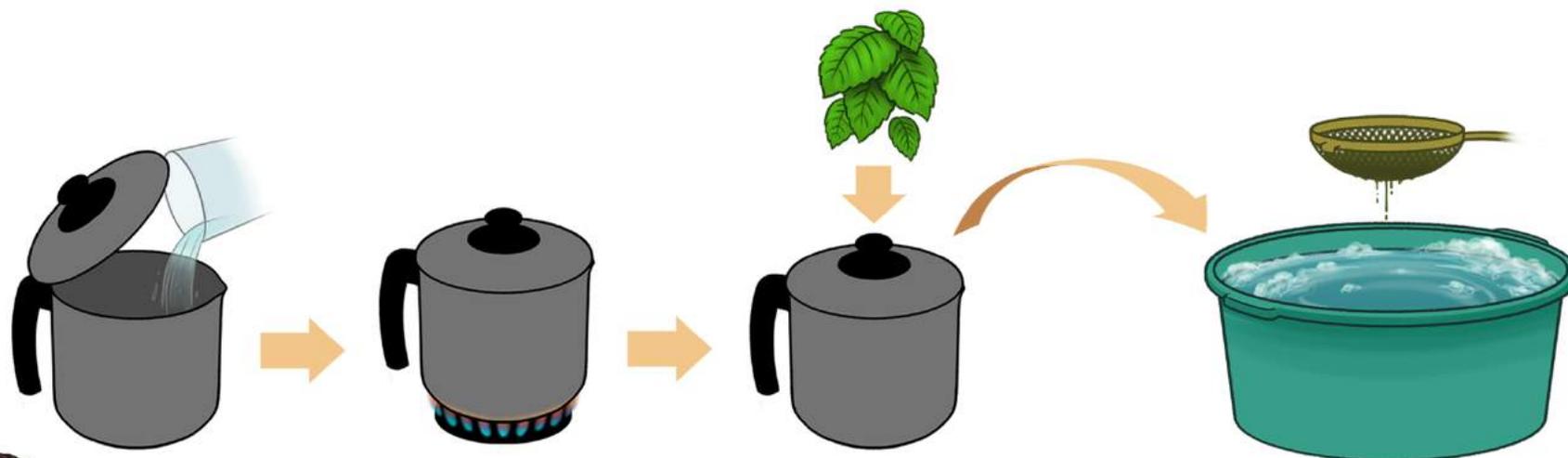
Os sucos de caju, laranja e limão também são ricos em vitamina C e podem ser misturados ao suco de acerola.

# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Banho

É obtido utilizando partes da planta frescas ou secas, onde é feito o chá bem concentrado.

- Ferver a água. Após a fervura, apagar o fogo e colocar a parte da planta. Em seguida abafar, esfriar, coar em uma bacia e completar com água morna para fazer o banho.



- ✓ Usar plantas medicinais que apresentem cheiro agradável (aromáticas)
- ✓ Fazer o banho antes de deitar e não exaguar.



### **Banho de Alfavaca-cravo** (*Ocimum gratissimum* L.)

---

**Parte utilizada:** folhas (coletar no começo da manhã, antes das 9 h; ou no final da tarde, depois das 16 h).

---

**Indicações:** problemas respiratórios: gripe, tosse e bronquite.

---

**Contraindicação:** crianças menores de 2 anos e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** ferver 1 litro de água em uma panela limpa. Após a fervura, apagar o fogo e colocar 20 folhas de alfavaca-cravo cortadas. Abafar, deixar esfriar, coar o chá em uma bacia e completar com água morna.

---

**Modo de usar:** fazer um banho demorado antes de deitar e não exaguar.

---



O mesmo preparo pode ser feito usando as folhas de eucalipto medicinal, considere a mesma quantidade da água e das folhas.

# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Sumo

É obtido amassando a planta fresca em um pilão ou pano. Em seguida é só coar o líquido.



✓ Caso a planta tiver pouca água, deixar de molho em pequena quantidade de água por uma hora, depois socar novamente e coar.



**Sumo da Courama**  
(*Bryophyllum pinnatum* (Lam.) Oken. )

---

**Parte utilizada:** folhas.

---

**Indicações:** feridas e queimaduras.

---

**Contraindicação:** crianças alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** esmagar as folhas da courama em um pequeno pilão. Espremer em um pano ou peneira para formar o sumo.

---

**Modo de usar:** molhar um pedaço de algodão no sumo e aplicar no local afetado 3 vezes ao dia. Repetir o tratamento pelo tempo necessário à cura.

---

# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Inalação

Consiste em colocar água fervente sobre porções de plantas medicinais que apresentam um cheiro agradável dentro de uma vasilha e inalar o vapor. Pode ser usado de 3 maneiras:



1. Pequeno funil de papel (cartolina)



2. Cobrindo os ombros e cabeça para aspirar melhor os vapores.



Aspira-se o vapor pelo nariz e depois pela boca por 15 minutos. A inalação deve ser feita de preferência à noite antes de deitar

## Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais



3. Pode deixar a preparação próximo ao local que a criança dorme para que ela aspire o vapor.



- ✓ A vasilha contendo o chá deve ser colocada cuidadosamente depois que a criança conseguir dormir.
- ✓ Observar o sono da criança e caso notá-la inquieta, não adicionar mais planta quando seus vapores perderem o cheiro.
- ✓ Muito cuidado com esta preparação em consequência dos riscos de queimaduras!



### Chá de Eucalipto Medicinal (Inalação) (*Eucalyptus tereticornis* Smith.)

---

**Parte utilizada:** folhas.

---

**Indicações:** usado no tratamento caseiro de resfriado, gripe, bronquite e da sinusite.

---

**Contraindicação:** crianças menores de 2 anos e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** ferver 1 litro de água em uma panela limpa. Após a fervura, apagar o fogo e colocar 20 folhas de eucalipto medicinal lavadas e cortadas em uma vasilha e inalar o vapor pelo nariz.

---

**Modo de usar:** pode ser usado de 3 maneiras descritas anteriormente. Porém a maneira mais indicada para criança é deixar a preparação próxima ao local que a mesma dorme para que ela aspire o vapor.

---



O mesmo preparo pode ser feito usando as folhas de alfavaca-cravo, considere a mesma quantidade da água e das folhas.

Se preferir pode ser usado o óleo para massagem no peito da criança com eucalipto medicinal.



- **Modo de preparar:** colocar 4 colheres das de sopa das folhas de eucalipto medicinal cortadas e uma xícara das de chá de óleo de girassol em uma vasilha.

Levar ao banho-maria por meia hora. Tirar do fogo. Deixar esfriar e filtrar. Guardar em vidro limpo e em um local escuro e seco.

- **Modo de usar:** massagear o peito em movimentos circulares. Repetir o tratamento pelo tempo necessário à cura. Não aplicar o óleo no rosto da criança.



Não confundir o eucalipto medicinal com o eucalipto limão:

**Eucalipto medicinal:**  
tem um cheiro de  
remédio para gripe  
(transpulmin®,  
vapo-rub®) é  
difícil de se  
encontrar no  
Nordeste.



**Eucalipto limão:**  
mais encontrado e  
usado de forma errada,  
apresenta um cheiro  
de limão e desinfetante  
de banheiro, causando  
no nariz irritação.



## Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

### Compressa

Consiste em molhar um pano ou pedaço de algodão no chá. Em seguida, aplicar na região da pele afetada. Pode ser usada quente ou fria de acordo com o problema de saúde apresentado.



✓ Usado quente para tumores, morno nas inflamações e frio para pele arranhada e irritada.



### **Compressa de Camomila** (*Matricaria chamomilla* L.)

**Fonte:** <https://herbstime.com>

**Parte utilizada:** flores.

**Indicações:** útil no alívio de cólicas - calmante suave e anti-inflamatório.

**Contraindicação:** crianças alérgicas a planta.

**Modo de preparar:** ferver uma xícara de água em uma panela limpa. Após a fervura, apagar o fogo e colocar um punhado de flores secas da camomila. Abafar por 10 min, coar e ainda morno molhar um pano limpo com o chá e colocar na barriga.

**Modo de usar:** as compressas podem ser repetidas a vontade. Deve ter cuidado com queimaduras.



Além da compressa de camomila, pode ser feito para o alívio de cólicas, o chá abafado na medida de uma colher das de chá de flores secas de camomila para uma xícara das de chá de água fervente. Criança acima de 2 anos de idade tomar 1 a 2 xícaras ao dia.

# Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

## Emplastro

Consiste em amassar a planta fresca em um pilão até que se transforme em pasta. Colocar diretamente na área afetada.



✓ Usado quente para tumores, morno nas inflamações e frio para pele arranhada e irritada.



### **Emplastro de Mastruz** (*Chenopodium ambrosioides* L.)

---

**Parte utilizada:** folhas.

---

**Indicações:** ferimentos e inflamações na pele.

---

**Contraindicação:** crianças menores de 2 anos e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** esmagar as folhas de mastruz em um pilão com um pouco de água fervente. Deixar formar uma pasta. Espalhar a pasta sobre o local dolorido, podendo cobrir com um pano.

---

**Modo de usar:** fazer o tratamento 3 vezes ao dia. Repetir o tratamento pelo tempo necessário à recuperação.

---



Pode ser feito o emplastro para amolecimento de tumor com a folha de courama machucada e levemente aquecida, misturada ou não com óleo vegetal, diariamente sobre o local dolorido.

## Preparações de remédios caseiros com plantas medicinais

### Pó

Consiste em secar uma porção de folhas em um lugar quente, ventilado e sombreado, até que elas fiquem quebradiças. Depois de secas, triturar no pilão ou com as mãos. Em seguida passar em uma peneira ou pano fino até obter o pó.



**Cascas e raízes:**  
moer, ralar e passar  
em uma peneira  
para obter o pó.

- Deve ser guardado em vidro limpo, seco e bem tampado. Colocar o nome da planta e a data que foi triturada. Conservar até 3 meses, desde que o pó esteja seco.



- **Dependendo da planta:**

✓ **Uso oral:** pode ser misturado com leite ou mel.

✓ **Uso externo:** Usa-se o pó puro para cobrir com uma camada fina o ferimento.



**Pó de Hortelã-rasteira**  
(*Mentha x villosa* Huds.)

---

**Parte utilizada:** folhas.

---

**Indicações:** tratamento de ameba e giárdia.

---

**Contraindicação:** crianças menores de 5 anos e alérgicas a planta.

---

**Modo de preparar:** colocar as folhas secas de hortelã-rasteira dentro de um pilão e amassar as folhas. Em seguida passar em uma peneira ou pano fino até obter o pó.

---

**Modo de usar:** crianças de 5 a 13 anos: usa-se o pó na medida de meia colherinha das de café 3 vezes ao dia durante 5 dias, o pó pode ser misturado com o mel de abelha, no momento do uso ou com frutas amassadas. O tratamento deve ser repetido após 10 dias.

---



As folhas frescas também podem ser comidas ou batidas no liquidificador com sucos de frutas, em porções de 6 a 10 folhas, junto com as refeições por 5 dias.



As folhas frescas de mastruz são usadas para o tratamento de verme, contra lombrigas.

- **Modo de preparar:** colocar as folhas frescas lavadas de mastruz em um pilão e machucar até formar uma pasta.
- **Modo de usar:** a pasta das folhas de mastruz pode ser misturada ao mel e tomada 3 dias seguidos, como recomendadas abaixo:
  - ✓ **Crianças com 10 Kg a 20 Kg:** uma colher das de sobremesa.
  - ✓ **Crianças com 20 Kg a 40 Kg:** uma colher das de sopa.
- O tratamento deve ser repetido após 10 dias e não exclui visita ao médico.

*Fim*





BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução n.º 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 (DF): ANVISA, 2011. Disponível em: [www.anvisa.org.br](http://www.anvisa.org.br). Acesso em: 25 de agosto de 2017.

LIMA, Angela. **Índice Terapêutico Fitoterápico: ervas medicinais**. 1. ed. Petrópolis (RJ): EPUB, 2008.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa (SP): Instituto Plantarum, 2008.

MATOS, F. J. A.; BANDEIRA, M. A. M. **Manual de orientação farmacêutica sobre preparação de remédios caseiros com plantas medicinais**. Fortaleza (CE): Projeto Farmácias Vivas, 2010. 40 p.

MATOS, F. J. A. **Farmácias vivas**. 3. ed. Fortaleza: EUFC, 1998. 219 p.

\_\_\_\_\_. **Farmácias vivas: sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades**. 4. ed. rev. e ampl. Fortaleza: UFC, 2002. 267 p.

\_\_\_\_\_. **Plantas medicinais: guia de seleção e emprego de plantas usadas em fitoterapia no Brasil**. 3. ed. Fortaleza: Ed. UFC, 2007. 263 p.

MATOS, F. J. A.; VIANA, G. S. B.; BANDEIRA, M. A. M. **Guia fitoterápico**. 2. ed. rev. Fortaleza: Os Autores, 2001. 154 p.

SOARES, C. A. **Aprenda tudo sobre chá medicinal**. Fortaleza: Premium, 2012.

\_\_\_\_\_. **As plantas medicinais como alternativa terapêutica**. Petrópolis (RJ): Vozes, 2007.



**unicatólica**

Centro Universitário Católica de Quixadá



UNIVERSIDADE  
ESTADUAL DO CEARÁ



Simplíssimo

