
***Matricaria recutita* L.**

SINONÍMIA

Chamomilla recutita (L.) Rauschert e *Matricaria chamomilla* L.

NOMENCLATURA POPULAR

Camomila.

FÓRMULA PARA USO INTERNO

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
inflorescências secas	3 g
água q.s.p.	150 mL

FÓRMULA PARA USO EXTERNO

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
inflorescências secas	6 – 9 g
água q.s.p.	100 mL

ORIENTAÇÕES PARA O PREPARO

Preparar por infusão considerando a proporção indicada na fórmula.

ADVERTÊNCIAS

Podem surgir reações alérgicas ocasionais. Em caso de superdosagens, podem ocorrer náuseas, excitação nervosa e insônia. Evitar o uso em pessoas alérgicas ou com hipersensibilidade à camomila ou plantas da família Asteraceae.

INDICAÇÕES

Uso interno: antiespasmódico, ansiolítico e sedativo leve.

Uso externo: anti-inflamatório em afecções da cavidade oral.

MODO DE USAR

Uso interno.

Acima de 12 anos: tomar 150 mL do infuso, cinco a 10 minutos após o preparo, três a quatro vezes entre as refeições.

Uso externo.

Fazer bochechos e/ou gargarejos, cinco a 10 minutos após o preparo três vezes ao dia.
