



FARTERRA - @accsfar454



UFBA

Universidade Federal da Bahia



www.cff.org.br

Elaboração e revisão:

Profª Dra. Mara Zélia de Almeida

Prof. Dr. Eudes da Silva Velozo

Ágatha Cássia G. Porto

Itana Suzart Scher

Philippe Barreto

Mislene Silva

Victoria Dias

Revisão final

Josélia Cintya Quintão Pena Frade

Mariana Martins Gonzaga do Nascimento

Nilton Luz Netto Junior

Tarcísio José Palhano

SHIS QI 15 Lote L Lago Sul
CEP 71635-615 - Brasília-DF
Fone: (61) 3878-8700

 facebook.com/conselhofederaldefarmácia



Cuidados com o uso de plantas medicinais



Conselho Federal de Farmácia

DICAS IMPORTANTES

PLANTAS MEDICINAIS FAZEM BEM,
MAS É PRECISO USÁ-LAS COM CAUTELA

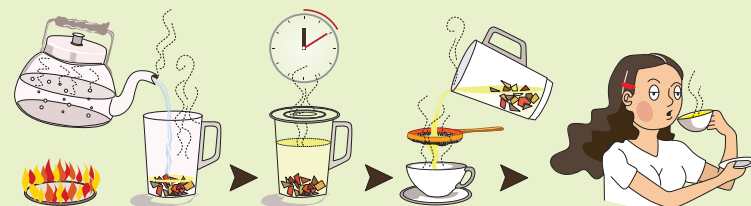
- Não cultive ou colete a planta em lugar poluído: próximo de esgoto, depósito de lixo, fossa, margem de estrada ou estacionamento de veículos.
- Somente use a planta que você conhece e sabe identificar.
- Verifique se a planta é para uso interno ou externo.
- Procure saber qual parte da planta é medicinal.
- Mesmo sendo natural, não faça uso da planta durante a gestação ou a amamentação.
- Nunca interrompa o uso de um medicamento para utilizar uma planta medicinal sem a orientação de um farmacêutico ou outro profissional da saúde.
- Evite o uso em excesso ou contínuo de plantas.

Atenção! Caso não consiga os resultados esperados com o uso da planta medicinal ou sinta algum efeito indesejado, suspenda o tratamento e procure orientação de um farmacêutico ou outro profissional da saúde.

FORMAS DE PREPARO DE CHÁS

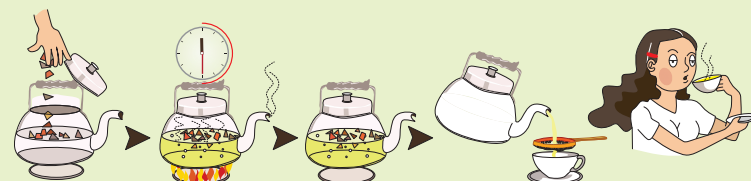
Os chás podem ser preparados por infusão ou decocção, também chamada de cozimento. A escolha da forma correta deve levar em consideração, principalmente, a parte da planta a ser utilizada, a qual deve ser cortada em pequenos pedaços. Aprenda as duas formas de preparo:

INFUSÃO: Coloque a parte da planta a ser utilizada em um recipiente apropriado. Despeje água fervente e tampe, mantendo o recipiente abafado, por 5 a 10 minutos. Coe e use logo após o preparo. Essa forma de chá é utilizada para folhas, flores, caules finos, inflorescências e frutos de plantas medicinais aromáticas.



Fonte: IEPA, 2005

DECOCÇÃO OU COZIMENTO: Coloque a parte da planta a ser utilizada em um recipiente apropriado. Junte água fria e leve ao fogo para ferver com o recipiente tampado. Assim que iniciar a fervura, conte 15 minutos. Apague o fogo e mantenha o recipiente abafado até esfriar. Coe e use logo após o preparo. Essa forma de chá é utilizada para partes duras de plantas medicinais, como cascas, raízes e sementes.



Fonte: IEPA, 2005

RECOMENDAÇÕES

- Lave bem a parte da planta a ser usada em água limpa e corrente.
- Não use a parte da planta que esteja murcha, velha, estragada ou que contenha insetos.
- A quantidade de planta a ser utilizada no preparo do chá dependerá se ela estiver fresca ou seca. A planta verde pesa mais que a seca.
- Utilize vasilhas de vidro, de porcelana, de inox ou esmaltadas para preparar o chá.
- Consuma o chá no mesmo dia do preparo.
- O chá pode ser usado internamente ou externamente, dependendo da indicação medicinal da planta utilizada.
- Não use qualquer medicamento junto com chá de planta medicinal.