



CONSÓRCIO ACADÊMICO
BRASILEIRO DE
SAÚDE INTEGRATIVA

USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

TEMÁTICA: PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS

Atenção Primária à Saúde (APS) em Baixa, Média e Alta Complexidade

**Comitê Temático de Produtos Naturais do Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde
Integrativa - CABSIn**

RESPONSÁVEL PELA MONOGRAFIA: Bettina Monika Ruppelt

COLABORADORES: Carla Holandino, José Carlos Tavares, Leandro Machado Rocha

ABRIL
2020



Sumário

INTRODUÇÃO	4
PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS: VIAS DE ADMINISTRAÇÃO, FORMAS DE PREPARO E PRECAUÇÕES	7
SAÚDE MENTAL	8
ANSIOLÍTICO, SEDATIVO E HIPNÓTICO	8
<i>Melissa officinalis</i> L.....	8
ANSIOLÍTICO E SEDATIVO	9
<i>Citrus aurantium</i> L.	9
<i>Cymbopogon citratos</i> (DC.) Stapf.....	10
<i>Lippia alba</i> Mill.	11
<i>Matricaria chamomila</i> L.....	12
<i>Passiflora alata</i> Curtis.....	13
<i>Passiflora edulis</i> Sims	13
<i>Passiflora incarnata</i> L.	13
ANSIOLÍTICO	15
<i>Piper methysticum</i> G. Forst.....	15
SEDATIVO, HIPNÓTICO.....	17
<i>Valeriana officinalis</i> L.....	17
ANTIDEPRESSIVO	19
<i>Hypericum perforatum</i> L.....	19
RESPIRATÓRIO	21
EXPECTORANTE, GRIPE E RESFRIADO.....	21
<i>Allium sativum</i> L.	21
EXPECTORANTE.....	23
<i>Illicium verum</i> Hook F.....	23
<i>Justicia pectoralis</i> Jacq.	24
<i>Malva sylvestris</i> L.	25
<i>Mikania glomerata</i> Sprengel.....	26
<i>Mikania laevigata</i> Schultz Bip. Ex Baker	26
<i>Polygala senega</i> L.....	28
<i>Vernonia polyanthes</i> Less	29
<i>Zingiber officinalis</i> Roscoe	30
GRIPE E RESFRIADO.....	31
<i>Salix alba</i>	31
SISTEMA IMUNOLÓGICO.....	33



IMUNOESTIMULANTE	33
<i>Echinacea purpurea</i> (L.) Moench	33
<i>Echinacea angustifolia</i> DC.....	33



INTRODUÇÃO

Este protocolo de recomendações foi elaborado para sistematizar as informações sobre o uso racional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos para o enfrentamento do novo corona vírus SARS-CoV2 e da doença por ele causada (COVID-19) por parte do Comitê Temático de Produtos Naturais do Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde Integrativa - CABSIn. Este documento visa fornecer instrumentos de intervenção para os profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde, de Média e Alta Complexidade e para os gestores, quanto à saúde mental e emocional, sintomas respiratórios e estímulo ao sistema imunológico de indivíduos acometidos ou não pelo corona vírus.

As plantas medicinais e fitoterápicos listados neste material foram selecionados dos seguintes documentos oficiais brasileiros: Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira – Primeiro Suplemento e Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Os Formulários oficializam as formulações e padronizam as preparações em todo o território nacional. O Memento visa orientar a prescrição de plantas medicinais e fitoterápicos, uma vez que as monografias possuem evidências científicas capazes de nortear a conduta terapêutica do profissional prescritor.

Desta forma, neste protocolo incluímos plantas medicinais e seus fitoterápicos com eficácia e segurança para o tratamento de doenças respiratórias (gripes e resfriados); ativação do sistema imunológico e as que auxiliam na melhora da saúde mental, três eixos que exigem a ação profissional nesse momento de pandemia.

As formas farmacêuticas apresentadas poderão ser manipuladas conforme orientações colhidas dos Formulários de Fitoterapia ou adquiridos como medicamentos industrializados.

Como obter as informações neste protocolo?

1. Procure nos quadros os dados referentes à Saúde Mental (quadro 1), Sistema Respiratório (quadro 2) e Sistema Imunológico (quadro 3) a indicação desejada.
2. Identifique e selecione as plantas medicinais e/ou fitoterápicos que se enquadram na indicação desejada.
3. Nas fichas das Plantas Mediciniais e dos Fitoterápicos identifique as plantas medicinais, a forma farmacêutica e a posologia que melhor atende o caso, baseado nas informações farmacológicas e no perfil do usuário/paciente.



PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS: INDICAÇÕES DE USO

Quadro 1: Plantas Medicinais e Fitoterápicos utilizados na Saúde Mental

Planta Medicinal/Fitoterápico		Saúde Mental			
Nomenclatura científica	Nomenclatura popular	Ansiolítico	Sedativo	Hipnótico Insônia	Antidepressivo (leves a moderados)
<i>Melissa officinalis</i>	Melissa, erva-cidreira	x	x	x	
<i>Citrus aurantium</i>	Laranja-amarga	x	x		
<i>Cymbopogon citratus</i>	Capim-santo, capim-limão	x	x		
<i>Lippia alba</i>	Erva-cidreira-de-arbusto, lípia	x	x		
<i>Matricaria chamomila</i>	Camomila	x	x		
<i>Passiflora alata</i>	Maracujá, maracujá-doce	x	x		
<i>Passiflora edulis</i>	Maracujá, maracujá-azedo	x	x		
<i>Passiflora incarnata</i>	Maracujá	x	x		
<i>Piper methysticum</i> *	Kawa-kawa	x			
<i>Valeriana officinalis</i> *	Valeriana		x	x	
<i>Hypericum perforatum</i> *	Erva-de-são-jão, hipérico				x

*Fitoterápicos indicados somente sob prescrição médica



Quadro 2: Plantas Medicinais e Fitoterápicos para o Sistema Respiratório

Planta Medicinal/Fitoterápico		Sistema Respiratório	
Nomenclatura científica	Nomenclatura popular	Expectorante	Infecções das vias superiores
<i>Allium sativum</i>	Alho	x	x
<i>Illicium verum</i>	Anis-estrelado	x	
<i>Justicia pectoralis</i>	Chambá, trevo-cumarú	x	
<i>Malva sylvestris</i>	Malva	x	
<i>Mikania glomerata</i> <i>Mikania laevigata</i>	Guaco	x	
<i>Polygala senega</i>	Poligala	x	
<i>Vernonia polyanthes</i>	Assa-peixe	x	
<i>Zingiber officinale</i>	Gengibre	x	
<i>Salix alba</i>	Salgueiro		x

*Fitoterápico indicado somente sob prescrição médica

Quadro 3: Plantas Medicinais e Fitoterápicos utilizados no Sistema Imunológico

Planta Medicinal/Fitoterápico		Sistema Imunológico
Nomenclatura científica	Nomenclatura popular	Imunoestimulante
<i>Echinacea purpúrea</i> * <i>Echinacea angustifolia</i> *	Equinácea	x

*Fitoterápico indicado somente sob prescrição médica



PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS: VIAS DE ADMINISTRAÇÃO, FORMAS DE PREPARO E PRECAUÇÕES

VIAS DE ADMINISTRAÇÃO

As preparações à base de plantas medicinais e fitoterápicos contidas nesse protocolo são administradas por via oral.

FORMAS DE PREPARO DE INFUSOS E DECOCTOS:

Infuso

Para fazer o infuso, coloque em um recipiente limpo e higienizado a planta e verta água potável fervida em quantidade adequada sobre ela. Abafe pelo tempo determinado para cada planta medicinal.

Decocto

Para fazer o decocto, ferva a planta medicinal com quantidade adequada de água potável. O tempo de fervura depende de cada planta.

PRECAUÇÕES GERAIS NO USO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS

Hipersensibilidade

Não usar em pessoas com hipersensibilidade aos componentes da formulação.

Gestantes, lactantes e crianças abaixo de 12 anos

O uso de plantas medicinais e fitoterápicos em gestantes, lactantes e crianças abaixo de 12 anos só deve ocorrer por orientação médica.

Tinturas

Não usar em pessoas com hipersensibilidade aos componentes da fórmula,
Não usar em gestantes,
Não usar em lactantes,
Não usar em alcoolistas,
Não usar em diabéticos.

Xarope

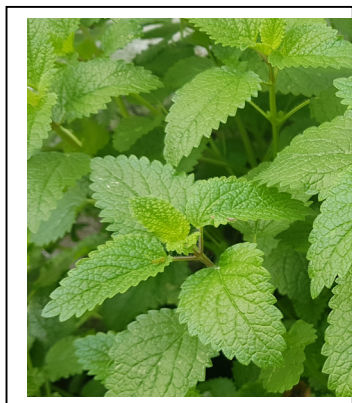
Para pacientes diabéticos prescreva os xaropes dietéticos (sem açúcar)



SAÚDE MENTAL

ANSIOLÍTICO, SEDATIVO E HIPNÓTICO

Melissa officinalis L.



NOMENCLATURA POPULAR: melissa e erva-cidreira

PARTE UTILIZADA: folhas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve
Contra indicações	Glaucoma Hiperplasia benigna de próstata Hipotireoidismo
Precauções de uso	Úlcera gastroduodenal Síndrome do intestino irritável Doença de Crohn Hepatopatia Epilepsia Parkinson
Efeitos adversos	Não descrito na literatura consultada
Interações medicamentosas	Hexobarbital Pentobarbital

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (1-4g/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, 10 a 15 min após o preparo, 2 a 3 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 2 a 6 mL, diluídos em 50 mL de água, 1 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1ª Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.



SAÚDE MENTAL

ANSIOLÍTICO E SEDATIVO

Citrus aurantium L.



NOMENCLATURA POPULAR: laranja-amarga
PARTE UTILIZADA: flores secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve
Contra indicação	Cardiopatas
Precauções de uso	Respeitar rigorosamente as doses recomendadas
Efeitos adversos	Não descrito na literatura consultada
Interações medicamentosas	Cafeína

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (1-2g de flores secas /150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 a 300mL do infuso após 5 min do preparo, início da noite

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440..



SAÚDE MENTAL ANSIOLÍTICO E SEDATIVO

Cymbopogon citratos (DC.) Stapf

NOMENCLATURA POPULAR: capim-limão, capim-santo, capim-cidró, capim-cidreira e cidreira.

PARTE UTILIZADA: folhas secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve
Contra indicação	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Medicamentos sedativos
Efeitos adversos	Não descrito na literatura consultada
Interações medicamentosas	Medicamentos sedativos

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (1-3g de folhas secas /150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL após 5 min após o preparo, 2 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.



SAÚDE MENTAL ANSIOLÍTICO E SEDATIVO

Lippia alba Mill.



NOMENCLATURA POPULAR: erva-cidreira de arbusto, lípia, chá-de-tabuleiro e erva-cidreira-brasileira

PARTE UTILIZADA: partes aéreas secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve Analgésico (tintura)
Contra indicação	Hipotensos Gastrite Úlcera gastroduodenal
Precauções de uso	Hipotensos
Efeitos adversos	Irritação gástrica Bradycardia Hipotensão
Interações medicamentosas	Medicamentos sedativos Paracetamol

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (1-3g de partes aéreas secas /150 mL de água fervente)	Crianças de três a sete anos	Tomar 35 mL, logo após o preparo, 3 a 4 vezes/dia
	Acima de sete a 12 anos	Tomar 75 mL, logo após o preparo, 3 a 4 vezes/dia
	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, logo após o preparo, 3 a 4 vezes/dia
	Acima de 70 anos	Tomar 75 mL, logo após o preparo, 3 a 4 vezes/dia
Tintura 10%	Acima de 12 anos	Tomar 3 a 6 mL, diluídos em 50 mL de água, 2 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1ª Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.



SAÚDE MENTAL ANSIOLÍTICO E SEDATIVO

Matricaria chamomila L.

Matricaria recutita L.

NOMENCLATURA POPULAR: camomila, matricaria, maçanilha

PARTE UTILIZADA: inflorescências

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve
Contra indicações	Pacientes com alergia ou hipersensibilidade a camomila Pacientes com hipersensibilidade a plantas de família Asteraceae Gestante
Precauções de uso	Não descrito na literatura consultada
Efeitos adversos	Reações alérgicas Dermatite de contato
Interações medicamentosas	Varfarinas Estatinas Contraceptivos orais

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

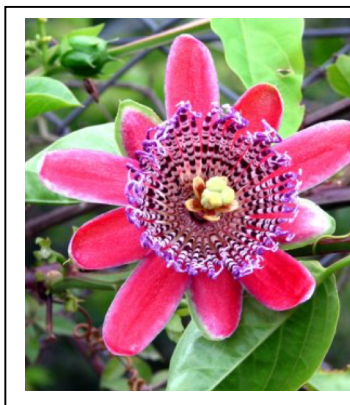
Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (1-3g de folhas secas /150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, 5 a 10 min após o preparo, 3 a 4 vezes/dia
Extrato fluido	Crianças maiores de três até 12 anos	Tomar 0,6 a 2 mL, dose única
Extrato fluido	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 4 mL, diluídos em 50 mL de água, 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440.



SAÚDE MENTAL ANSIOLÍTICO E SEDATIVO

Passiflora alata Curtis

Passiflora edulis Sims

Passiflora incarnata L.

NOMENCLATURA POPULAR: maracujá, maracujá-doce, maracujá-azedo

PARTE UTILIZADA: folhas secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve Insônia leve
Contra indicações	Tratamento com sedativos e depressores do sistema nervoso central Anti-histamínico Não usar cronicamente
Precauções de uso	Paciente não deverá dirigir veículos ou operar máquinas
Efeitos adversos	Sonolência Habilidade e atenção reduzida
Interações medicamentosas	Sedativos Depressores do sistema nervoso central Pentobarbital Hexobarbital Varfarina Inibidores da MAO (isocarboxazida, fenzina, tranilcipromina)



PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (3g de folhas secas /150 mL de água fervente)	Crianças de três a sete anos	Sob orientação médica
Infuso (3g de folhas secas /150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, 10 a 15 min após o preparo, 2 a 4 vezes/dia
Tintura 10% (<i>Passiflora alata</i>)	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 3 mL, diluídos em 50 mL de água, 3 vezes/dia
Tintura 10% (<i>Passiflora edulis</i>)	Acima de 12 anos	Tomar 0,5 a 2 mL, diluídos em 50 mL de água, 3 vezes/dia
Tintura 20% (<i>Passiflora edulis</i>)	Acima de 12 anos	Tomar 2,5 a 5 mL, diluídos em 75 mL de água, 3 vezes/dia (ansiolítico)
Tintura 20% (<i>Passiflora edulis</i>)	Acima de 12 anos	Tomar 5 mL, diluídos em 75 mL de água, 1 hora antes de deitar-se (insônia leve)
Tintura 10% (<i>Passiflora incarnata</i>)	Acima de 12 anos	Tomar 2 mL, diluídos em 50 mL de água, 3 vezes/dia
Extrato fluido (<i>Passiflora incarnata</i>)	Acima de 12 anos	Tomar 0,5 a 1,0 mL, diluídos em 50 mL de água, 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440.



SAÚDE MENTAL

ANSIOLÍTICO

Piper methysticum G. Forst



NOMENCLATURA POPULAR: kawa-kava

PARTE UTILIZADA: rizoma seco

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve
Contra indicação	Durante a gravidez Durante a lactação Pacientes com depressão endógena Pacientes com afecções hepáticas Pacientes que utilizam medicamentos que possam causar hepatotoxicidade (acetoaminofeno, inibidores da HMG-CoA redutase, isoniazida, metotrexato, entre outros)
Precauções de uso	Não deve ser utilizada por mais de 3 meses sem orientação médica
Efeitos adversos	Queixas gastrointestinais Reações alérgicas cutâneas Cefaleia Tonturas Anorexia Diarreia Distúrbios visuais
Interações medicamentosas	Álcool Barbitúricos Psicofármacos Prazolam Cimetidina Terazosina

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico, somente sob prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Cápsulas contendo 100 mg de extrato padronizado em cavalactonas a 30%	Acima de 12 anos	Tomar 1 cápsula, 3 vezes/dia
Comprimidos contendo 300 mg de extrato padronizado em cavalactonas a 30%	Acima de 12 anos	Tomar 1 comprimido, antes de deitar-se

REFERÊNCIAS



CONSÓRCIO ACADÊMICO
BRASILEIRO DE
SAÚDE INTEGRATIVA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

D'Hippolito, J. Á. C.; Rocha, L.M.; da Silva, R.F. Fitoterapia Magistral. Um guia prático para a manipulação de fitoterápicos. Publicações ANFARMAG, 2005.



SAÚDE MENTAL

SEDATIVO, HIPNÓTICO

Valeriana officinalis L.



NOMENCLATURA POPULAR: Valeriana
PARTE UTILIZADA: raiz

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Ansiolítico Sedativo leve Distúrbios do sono associados à ansiedade Insônia leve Auxiliar no alívio da tensão nervosa
Contra indicações	Transtornos agudos do sono Estresse mental agudo
Precauções de uso	Suspender o uso do fitoterápico duas semanas antes de cirurgias Paciente não deverá dirigir veículos ou operar máquinas
Efeitos adversos	Náusea Cólicas abdominais Sonolência Habilidade e atenção reduzida Alergias de contato
Interações medicamentosas	Anestésicos Barbitúricos Benzodiazepínicos Álcool

Obs.: Este fitoterápico apresenta início de ação gradual. Portanto, não é adequado para o tratamento de transtornos agudos do sono e de estresse mental. O efeito terapêutico ótimo só será obtido com o uso continuado durante duas a quatro semanas.

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico, somente sob prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia (ansiedade)
---	-------	-----------------------



Decocto (1-3g de folhas secas /150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, 5 a 10 min após o preparo, 1 a 3 vezes/dia
Cápsulas contendo de 200 a 400mg de extrato seco padronizado em 0,8 a 1% de ácido valerênico)	Acima de 12 anos	Tomar 1 cápsula antes de deitar-se (insônia leve)
Cápsulas contendo de 200mg de extrato seco padronizado em 0,8 a 1% de ácido valerênico)	Acima de 12 anos	Tomar 1 cápsula de 1 a 4 X ao dia (ansiolítico)
Alcoolatura	Acima de 12 anos	Tomar 2 a 5 mL, 1 a 3 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 3 mL, 1 a 3 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 1,5 mL, 3 vezes/dia (tensão nervosa)
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 3 mL, 30 min antes de deitar-se (insônia leve)

Obs.: Sedativo leve (1-3 vezes/dia)

Distúrbios do sono, insônia leve (dose única antes de dormir mais uma dose no início da noite caso seja necessário)

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440.

D'Hippolito, J. Á. C.; Rocha, L.M.; da Silva, R.F. Fitoterapia Magistral. Um guia prático para a manipulação de fitoterápicos. Publicações ANFARMAG, 2005.



SAÚDE MENTAL

ANTIDEPRESSIVO

Hypericum perforatum L.



NOMENCLATURA POPULAR: Erva-de-são-jão
PARTE UTILIZADA: planta inteira florida

FARMACOLOGIA

Medicamento da categoria de risco C

Indicações terapêuticas	Auxiliar nos sintomas de fadiga mental temporária Depressão leve Depressão moderada
Contra indicações	Depressão grave Crianças abaixo de seis anos IMAO, até duas semanas após o término do tratamento
Precauções de uso	Evitar exposição a raios UV Início do efeito em até quatro semanas de tratamento
Efeitos adversos	Irritação gastrointestinal (pode ser minimizado ao administrá-lo após as refeições) Fadiga Agitação Fotosensibilização Inibição da secreção de prolactina
Interações medicamentosas	Ciclosporina Anticoagulantes cumarínicos, anticoncepcionais orais Teofilina Digoxina Indivanir Inibidores de protease e transcriptase reversa Tetraciclina Clorpromazina Antidepressivos



PRESCRIÇÃO

Fitoterápico, somente sob prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Cápsula contendo 300 mg de extrato seco padronizado em 0,3% de hipericina	Acima de 12 anos	Tomar 1 cápsula, 3 vezes/dia
Comprimido contendo 300 mg de extrato seco padronizado em 0,3% de hipericina	Acima de 12 anos	Tomar 1 comprimido, 3 vezes/dia
Tintura 10%	Acima de 12 anos	Tomar 2 a 4 mL, 3 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 5 mL, 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440...

D'Hippolito, J. Á. C.; Rocha, L.M.; da Silva, R.F. Fitoterapia Magistral. Um guia prático para a manipulação de fitoterápicos. Publicações ANFARMAG, 2005.



RESPIRATÓRIO

EXPECTORANTE, GRIPE E RESFRIADO

Allium sativum L.



NOMENCLATURA POPULAR: Alho

PARTE UTILIZADA: Bulbos

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Sintomas da gripe Sintomas do resfriado Sintomas associados a infecções das vias aéreas superiores com presença de secreção Bronquite crônica Asma Expectorante
Contra indicações	Casos de hemorragia Gastrite Úlceras duodenais Hipotensão arterial Hipoglicemia
Precauções de uso	Pré-operatório (suspender o uso 10 dias antes) Pós-operatório
Efeitos adversos	Desconforto gastrointestinal
Interações medicamentosas	Anticoagulantes Anti-hipertensivos Atorvastatina Clorzoxazona Dextrometorfano



PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Cápsula contendo 2 a 5 mg de óleo volátil	Acima de 12 anos	Tomar uma cápsula/dia
Alcoolatura	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 2 mL diluído em 75 mL de água, 2 a 3 vezes/dia
Extrato fluido	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 2 mL diluído em 75 mL de água, 2 a 3 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 50 a 100 gotas (2,5 a 5 mL) diluído em 75 mL de água, 2 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440.



RESPIRATÓRIO

EXPECTORANTE

Illicium verum Hook F.



NOMENCLATURA POPULAR: Anis-estrelado

PARTE UTILIZADA: Frutos secos

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Expectorante
Contra indicações	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Não descrito na literatura consultada
Efeitos adversos	Hipersensibilidade cutânea Hipersensibilidade respiratória Hipersensibilidade gastrointestinal
Interações medicamentosas	Não descrito na literatura consultada

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (3 g/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, 10 min após o preparo, 3 a 4 vezes/dia

REFERÊNCIA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.



RESPIRATÓRIO EXPECTORANTE

Justicia pectoralis Jacq.



NOMENCLATURA POPULAR: Chambá, trevo-cumaru

PARTE UTILIZADA: Parte aérea seca

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Expectorante
Contra indicações	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Pacientes com distúrbios de coagulação Anticoagulantes Analgésicos
Efeitos adversos	Não descrito na literatura consultada
Interações medicamentosas	Não descrito na literatura consultada

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (5g partes aéreas secas/150 mL de água fervente)	Crianças de 3 a 7 anos	Tomar 35 mL, logo após o preparo, 2 a 3 vezes/dia
Infuso (5g partes aéreas secas/150 mL de água fervente)	Acima de 7 a 12 anos	Tomar 75 mL, logo após o preparo, 2 a 3 vezes/dia
Infuso (5g partes aéreas secas/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, logo após o preparo, 2 a 3 vezes/dia
Infuso (5g partes aéreas secas/150 mL de água fervente)	Acima de 70 anos	Tomar 75 mL, logo após o preparo, 2 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.



RESPIRATÓRIO EXPECTORANTE

Malva sylvestris L.



NOMENCLATURA POPULAR: Malva

PARTE UTILIZADA: Folhas e flores secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Expectorante
Contra indicações	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Não descrito na literatura consultada
Efeitos adversos	Reações alérgicas
Interações medicamentosas	Não descrito na literatura consultada

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (2 g/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, logo após o preparo, 4 vezes/dia

REFERÊNCIA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.



RESPIRATÓRIO EXPECTORANTE

Mikania glomerata Sprengel

Mikania laevigata Schultz Bip. Ex Baker



NOMENCLATURA POPULAR: Guaco

PARTE UTILIZADA: Folhas secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Expectorante Afecções respiratórias com tosse produtiva
Contra indicações	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Não descrito na literatura consultada
Efeitos adversos	Vômito e diarreia
Interações medicamentosas	Anti-inflamatórios não esteroidais

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (3 g/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, logo após o preparo, 2 vezes/dia
Tintura 10%	Acima de 12 anos	Tomar 1,0 a 3,0 mL, diluído em 50 mL de água, 3 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 2 a 7 mL, diluído em 75 mL de água, 3 vezes/dia
Xarope	Crianças de três a sete anos	Tomar 2,5 mL, 2 vezes/dia
Xarope	Acima de 7 a 12 anos	Tomar 2,5 mL, 3 vezes/dia
Xarope	Acima de 12 anos	Tomar 5 mL, 2 vezes/dia
Xarope dietético (sem açúcar)	Crianças de três a sete anos	Tomar 2,5 mL, 2 vezes/dia
Xarope dietético (sem açúcar)	Acima de 7 a 12 anos	Tomar 2,5 mL, 3 vezes/dia
Xarope dietético (sem açúcar)	Acima de 12 anos	Tomar 5 mL, 2 vezes/dia



REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário Nacional da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2012, 2ª Edição. Revisão 02 p.224.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1ª Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.



RESPIRATÓRIO EXPECTORANTE

Polygala senega L.



NOMENCLATURA POPULAR: Poligala
PARTE UTILIZADA: Raízes secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Expectorante
Contra indicações	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Não descrito na literatura consultada
Efeitos adversos	Vômito Diarreia
Interações medicamentosas	Não descrito na literatura consultada

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica / Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (4,5 g/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, logo após o preparo, 2 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.



RESPIRATÓRIO EXPECTORANTE

Vernonia polyanthes Less



NOMENCLATURA POPULAR: Assa-peixe

PARTE UTILIZADA: Folhas secas

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Expectorante
Contra indicações	Não descrito na literatura consultada
Precauções de uso	Não descrito na literatura consultada
Efeitos adversos	Não descrito na literatura consultada
Interações medicamentosas	Não descrito na literatura consultada

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (3g/150mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, logo após o preparo, 3 vezes/dia

REFERÊNCIA

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.



RESPIRATÓRIO EXPECTORANTE

Zingiber officinalis Roscoe



NOMENCLATURA POPULAR: Gengibre

PARTE UTILIZADA: Rizoma

FARMACOLOGIA:

Indicações terapêuticas	Expectorante
Contra indicações	Litíase biliar /cálculos biliares Irritação gástrica Hipertensão arterial Não usar em crianças
Precauções de uso	Pré-operatório (suspender o uso 10 dias antes) Pós-operatório
Efeitos adversos	Dermatite de contato
Interações medicamentosas	Anticoagulantes

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Infuso (0,5 - 1 g/150 mL de água fervente)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL, 5 min após o preparo, 2 a 4 vezes/dia
Tintura 20%	Acima de 12 anos	Tomar 50 gotas (2,5 mL), diluído em 75 mL de água, 1 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.



SISTEMA RESPIRATÓRIO

GRIPE E RESFRIADO

Salix alba



NOMENCLATURA POPULAR: Salgueiro

PARTE UTILIZADA: Casca do caule seco

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Anti-inflamatório Antitérmico
Contra indicações	Distúrbios gastrintestinais Pessoas com sensibilidade ao ácido acetilsalicílico Histórico de angioedema, bronco espasmo, ou urticária crônica em resposta a salicilatos ou outros anti-inflamatórios não esteroidais Pessoas com asma relacionada a salicilatos Úlcera péptica ativa Deficiências de glicose-6-fosfatase desidrogenase Severa disfunção hepática ou renal Problemas de coagulação
Precauções de uso	Tratamento não deve exceder quatro semanas
Efeitos adversos	Risco síndrome de Reye Reações alérgicas Sintomas gastrintestinais
Interações medicamentosas	Anticoagulantes Antiácidos Corticoides Anti-inflamatórios não esteroidais



PRESCRIÇÃO

Fitoterápico isento de prescrição médica

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Decocto (3g/150 mL de água, ferver por 5 min)	Acima de 12 anos	Tomar 150 mL do decocto, logo após o preparo, 2 a 3 vezes/dia
Cápsula (390 mg de extrato aquoso seco)	Acima de 18 anos	Tomar 1-2 cápsulas, 1 a 2 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2011, p. 126.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.



SISTEMA IMUNOLÓGICO

IMUNOESTIMULANTE

Echinacea purpurea (L.) Moench

Echinacea angustifolia DC



NOMENCLATURA POPULAR: Equinácea

PARTE UTILIZADA: Raiz

FARMACOLOGIA

Indicações terapêuticas	Imunoestimulante Sintomas do resfriado comum
Contra indicações	Doenças sistêmicas progressivas Tuberculose Infecção por HIV/AIDS Afecções que alterem as células brancas Colagenoses Esclerose múltipla Doenças autoimunes
Precauções de uso	Trombocitopenia imunomediada Síndrome de Evans Síndrome de Sjögren com disfunção tubular renal)
Efeitos adversos	Leucopenia (uso maior que 8 semanas)
Interações medicamentosas	Ciclosporina Corticoides Esteroides anabólicos Amiodarona Metotrexato Cetoconazol



PRESCRIÇÃO

Fitoterápico, somente sob prescrição médica

Não usar por mais de 8 semanas sucessivas

Forma farmacêutica/ Forma de preparo	Idade	Posologia
Cápsula contendo sumo liofilizado de <i>Echinacea purpurea</i>	Acima de 12 anos	Tomar 1 cápsula, 2 a 3 vezes/dia
Cápsula contendo 250 mg de extrato seco de <i>Echinacea purpúrea</i> (equivalente a 10 a 30 mg de ácido chicórico por dia)	Acima de 12 anos	Tomar 1 cápsula, 1 a 3 vezes/dia
Comprimido contendo 30 mg de extrato seco de <i>Echinacea purpúrea</i> (equivalente a 200mg de droga vegetal)	Acima de 12 anos	Tomar 6 a 9 comprimidos/dia
Tintura 20% de <i>Echinacea angustifolia</i>	Acima de 12 anos	Tomar 1 a 2 mL diluídos em 50 mL de água, 2 a 3 vezes/dia
Tintura 20% de <i>Echinacea purpurea</i>	Acima de 12 anos	Tomar 3 mL diluídos em 50 mL de água, 2 a 3 vezes/dia

REFERÊNCIAS

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016. - 1a Edição, p. 117.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2018, 1a Edição: Vol. Primeiro Suplemento: p. 160.

Williamson, E.; Driver, S.; Baxter, K. Interações de Stockley: Plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. Porto Alegre: Artmed, 2012, p. 440.