fev
16

Tabela de Recontrução Nutricional

Daniel on fevereiro 16th, 2009

Estudo desenvolvido para o Trabalho de Conclusão de Curso de Fisioterapia, em São José do Rio Preto. Tomei a liberdade de publicar no http://useplanta.com.br. Aqui você encontrará a indicação orgão do corpo e quais são as vegetais relacionadas a eles.

ÓRGÃOS	VITAMINA	MINERAIS	ERVAS MEDICINAIS
BAÇO	Complexo B. C	Cobre,Ferro,Cloro,Flúor, Magnésio, Potássio e Sódio, Manganês	Alfafa, Broto de trigo, Cereais integrais, Folhas verdes, Melado, Raiz de Dente-de-leão, Cascara sagrada e Grãos.
BEXIGA	A,D	Manganês e Potássio	Agrião, Alface, Alimentos amarelos, amêndoas, Beterraba, Cabelo de milho, Açafrão, Amoras, Confrey, Mil folhas, Morango, Raiz de Lótus e Uva Ursina.
BOCA/TRAQUÉIA	A, B, C, D	Iodo	Acerola, Algas marinhas, Alho, Cebola, Confrey, Feno grego, Alcaçuz, Framboesa.
CÉREBRO	Complexo B, B12, C, D, E, G	Cálcio, Bromo,Cobre, Flúor, Iodo, Ferro, Magnésio, Fósforo, Silício, Enxofre e Manganês.	Cravo vermelho, Flor de laranjeira, Ginseng, Alecrim, Arruda, Salvia, Erva-de-São João, Nozes, Ervilhas verdes, Gengibre, Lecitina,

			queijos, Valeriana.
CIRCULAÇÃO / VASOS SANGUÍNEOS	A, B, B1, C, D, G. NIACINA	Magnésio, Fósforo, silício, Flúor, Iodo, Ferro, Manganês, Enxofre.	Urtiga espinhosa, Pimenta caiena, Germens, Arroz integral, Brotos, Figos, Geléia real pura, Laranja, Leite de cabra, Manga, Pólen de flores, Trigo.
CÓLON	A, C, D, F.	Sódio, Potássio, Magnésio e Ferro.	Semente de linhaça, Semente de Alfafa, Clorofila, Alfafa, Brotos, Folhas verdes, Maçãs, Pólen de flores, Raiz de confrey, Salsão, Soro.
COLUNA VERTEBRAL	A, B, C, D.	Cálcio, Sódio e silício.	Cevada, Dente-de-Leão, Coco, Confrey, Folhas verdes, Trigo.
CORAÇÃO	A, B, B1, C, D, E.	Cálcio, Ferro, Magnésio, Manganês, Nitrogênio, Fósforo, Potássio e silício.	Pimenta Caiena, Alho, Azeitona, Banana vermelha, Beterraba, Ervilha, Gérmen de trigo, Levedo de cerveja, Melado, Noz moscada, Óleo de dendê, Óleo de oliva, Vinagre de maçã.
DENTES/ GENGIVA	A, B2, C, D	Cálcio, Sódio, silício, Flúor, Fósforo, Enxofre.	Gengibre, Mirra, Bolsa de pastor, Folhas de nogueira.
ESTÔMAGO	A, B, B2, C, D, G, Ácido fólico, niacina.	Cloro, Ferro, Magnésio, Potássio, Sódio, Enxofre.	Menta, Gengibre, Papaia, Framboesa, Alfafa, Angélica, Confrey, Feno grego, Hortelã, Espinheira Santa.
FÍGADO	A, B12, C, E, niacina.	Ferro, Potássio, Cloro, Cobre, Iodo, Magnésio, Sódio.	Semente de Alfafa, Alcachofra, Violeta azul, Boldo, Cáscara sagrada, Dente-de-leão, Calêndula, Urtiga, Acerola, Alho, alimentos amargos, Alimentos vermelhos, Ameixa, Casca de batata, Casca de alho, Cebola, Clorofila líquida, Mal-me-quer, Melado, Verbasco, Pêssego, Repolho, Vinagre de maçã.
GLANDULA MAMÁRIA	A, B1.	Cloro, Sódio e Potássio.	Semente de aníz, Erva doce, Amoras, Caldos verdes, Dente-de-leão, Folhas verdes, Jabuticaba, Levedo de cerveja, Verbasco, Raiz de bardana, Soro,

			Vinagre de maçã.
GLÂNDULA SUPRA-RENAL	C, E, F, Ácido pantotênico.	Cálcio, Sódio, Flúor, Iodo, Ferro, Magnésio, Manganês, Silício, Enxofre, Estanho e Zinco.	Sanguinária, Gota kola, Salsa.
MEDULA	Complexo B, C.	Fósforo, Silício e Enxofre.	Farelo de arroz, Lecitina, Levedo, Nozes, Arruda, Sálvia e Soro.
MÚSCULO	A, B1, B6, C, D, E, G.	Nitrogênio, Potássio, Cloro, Ferro e Sódio.	Centeio, Banana, Casca de batata, Cevada, Maçã, Vinagre de maçã.
NARIZ / SEIO DA FACE	A, C, D.	Cálcio, Cloro e silício.	Alcaçuz, Eucalipto, Menta, confrey, Feno grego, Folhas verdes, Hortelã, sálvia.
NERVOS	A, Complexo B, B1, B2, B6, C, D, G, niacina.	Fósforo, Cálcio, Enxofre, Iodo, Magnésio e Manganês.	Palha de aveia, Valeriana, Toranja, Lavanda, flor de laranjeira ou limoeiro, Flor-de-paixão, Menta, Alfazema, Erva-cidreira, Aveia, Gérmen, Hortelã pimenta, Lecitina.
OLHOS	A, B, B2, C, D.	Cálcio, Silício, Sódio, Flúor, Manganês e Enxofre.	Palha de aveia, Raiz de dente-de-leão, Framboesa, Pétalas de rosa, Algas marinhas, Amoras, Camomila, Cenoura, folhas verdes, Nozes.
OSSOS E ARTICULAÇÕES	A, B1, C, D, ácido fólico.	Cálcio, Fósforo, Flúor, Potássio, Silício, Sódio e Enxofre.	Raiz de dente-de-leão, Acerola, Cálcio, Cevada, Couve, leguminosas verdes, Leite de cabra, Levedo de cerveja, Milho, Nozes, Soro e Vagem.
OUVIDO	A, B, C, D.	Potássio, Cálcio e Fósforo.	Alho, Acerola, Banana, Capim santo, Couve, Goiaba, Levedo de cerveja, Vinagre de maçã, Flor de malva e Cipó.
OVÁRIOS E TESTÍCULOS	A, B, B12, C, E, F.	Cálcio, Zinco, Flúor, Iodo, Ferro, Fósforo e Silício.	Bagaço de sabugueiro, Framboesa, Abóbora, Amêndoas, Caldo de casca de ovo para muco no ovário, coco, cogumelo, gergelim, Gérmen, Girassol, Lecitina, Leite de cabra, Nozes e Soja.
			Dente-de-leão, Alfafa, Feijão, Eucalipto, Abacaxi, Água de coco,

PÂNCREAS	Complexo B, B1, B12.	Sódio, Cloro, cobre, Ferro, Magnésio, Potássio, Silício e Zinco.	Caldos vegetais, Figo da Índia, Frutos ciprestes, Jambolão, Manga, Salsão, Soro, Suco de folhas verdes, Vagem.
PELE	A, B, B1, B2, C, G, niacina, Paba, (papaína).	Silício, Cobre, Ferro, Manganês, Potássio, Sódio e Enxofre.	Palha de aveia, Alfafa, folhas de louro, Bardana, Flor de sabugueiro,Salsaparrilha, Amêndoas, Aveia, cereais integrais, Farelo, Gérmen, Mamão, Pólen, Serralha, Talos, Mil-folhas.
PINEAL E PITUITÁRIA	Complexo B, E.	Bromo, Iodo, Manganês, Fósforo, Silício, Enxofre.	Agárico, Algas, Cereais integrais, Coco, Levedo de cerveja, Nozes, Verônica.
PULMÕES E BRONQUÍOLOS	A, B, C, D.	Cálcio, Cobre, Ferro, Flúor, Oxigênio, Silício.	Alcaçuz, Angélica, Brotos, Caldos vegetais, Confrey, Eucalipto, Feno grego, Folhas verdes, Leite de cabra, Pulmonária, Verbasco, Sálvia, Temperos aromáticos e tomilho.
RINS	A, B12, C, E.	Potássio, Sódio, Cloro, Ferro, Manganês e Magnésio.	Alfafa, Uva, Sanguinária, Palha de aveia, Capim navalha, Capim escorbuto, Confrey, folhas verdes, Manga, Melancia, Salsa, Salsinha, Soro do leite de cabra, Suco de beterraba, Vinagre de maçã.
SISTEMA LINFÁTICO	Complexo B, E.	Potássio, Cloro e Sódio.	Raiz de dente-de-leão, Cáscara sagrada, Chá de violeta azul, Amoras, Caldos verdes, Folhas verdes, Jabuticaba, Levedo de cerveja, Raiz de bardana, Soro, Vinagre de maçã e grãos.
SUPRA RENAL	C, E, F, Ácido pantotênico.	Cálcio, Enxofre, Estanho, Ferro, Flúor, Iodo, Magnésio, Manganês, Silício, Sódio e Zinco.	Acerola, alcaçuz, Sanguinária, Gérmen de trigo, Ginseng, Girassol, Goiaba, Junípero, Alcaçuz, Nozes e Salsinha.
TIMO	B	Cálcio, Flúor, Ferro e Silício.	Raiz de dente-de-leão, Caldos vegetais, Cereja, Folhas verdes, Levedo de cerveja, Melado e nozes.

TIREÓIDE	A, B6, B12, C, D, E.	Iodo, Cloro, Magnésio, Potássio e Sódio.	Alga vermelha nova escócia, Rabanete rústico.
UNHAS	A D.	Cálcio, Silício, Fósforo, Potássio, Sódio, Enxofre.	Palha de aveia, Coco, Farelo, Gérmen, Nozes.
ÚTERO	Complexo B, B12, C, E, F.	Cálcio, Silício, Zinco.	Dente-de-leão, Cáscara sagrada, Chicória, Calêndula, Alecrim, Boldo, Alga nori, Alimentos amargos, Aspargos, Cebola, Chucrute, Confrey, Mal-me-quer, Repolho.

Agradecimentos ao Dr. Leonardo Barbosa Vila, fisioterapeuta, especialista em Acupuntura e Terapias Manuais. Atualmente atende na região de São José do Rio Preto - SP. Seu email é leonardo@useplanta.com.br e pelo telefone +55 (17) 9611-7184.



Tags: Nutrientes, orgão, tabela

Nutrientes 2 Comments, read on »
fev
13

Fitoterápticos para o Humor e a Menopausa

Daniel on fevereiro 13th, 2009

A utilização da Fitoterapia proporciona novas opções de tratamento para problemas como envelhecimento o precoce.

Um chazinho verde aqui, um dente de alho ali. Um pouco de linhaça, outro tanto de ginseng. Plantas medicinais baratas e fáceis de encontrar podem evitar doenças e o envelhecimento, além de terem várias outras propriedades terapêuticas. A nutricionista, farmacêutica e bioquímica Lucyanna Kalluf falou sobre a Fitoterapia Funcional no dia 13 de setembro, durante o 4º Congresso Internacional de Nutrição Clínica Funcional, na Fecomércio, em São Paulo.

- O dano oxidativo às células humanas se acumula com a idade, contribuindo ara doenças degenerativas associadas ao envelhecimento, como câncer, Mal de Alzheimer, doenças cardiovasculares e deficiências orgânicas do sistema nervoso que comprometem a memória, cognição e estado psicológico. O melhor modo para neutralizar o dano oxidativo é a ingestão de uma dieta rica em fitoquímicos com propriedades antioxidantes. Eles são amplamente achados na natureza, especialmente nos produtos vegetais (fitoterápicos) – observa Lucyanna.

Segundo a especialista, a Fitoterapia Funcional estuda o mecanismo de ação dos fitoterápicos e a aplicação das plantas medicinais em suas diferentes formas de apresentação na prática clinica: “É uma nova linha da Fitoterapia, que enfoca as plantas em sinergismo com os alimentos, otimizando essa associação na modulação na modulação bioquímica do organismo”.

A Fitoterapia Funcional oferece caminhos alternativos às terapias tradicionais, enfocando a natureza como objeto de escolha para o tratamento. “Ela respeita a individualidade bioquímica, sinais e sintomas, e o horizonte clínico de casa paciente. E modula os hormônios que, quando estão em

desequilíbrio, trazem o envelhecimento precoce", conta a nutricionista.

Além de retardarem o envelhecimento, os fitoterápicos podem ter uma função importante numa hora difícil para a mulher: a chegada da menopausa. "Existem fitoterápicos com ações específicas conhecidos como fitohormônios (seguem exemplos abaixo). Alguns são registrados como medicamentos, e outros como suplementos fitoterápicos", comenta Lucyanna.

PARA EVITAR O ENVELHECIMENTO PRECOCE

Alho – Previne o em envelhecimento cerebral e a demência por conta dos fitoquímicos co propriedades antioxidantes, que desempenham o papel de paralisar as reações de radiais livres em cadeia, Isso pode ajudar a reduzir ou prevenir a incidência ou ou progressão de demências e da doença cerebrovascular. O envelhecimento também altera as células endoteliais e a regulação do tônus vascular, sendo um fato e de risco para o desequilíbrio vascular e na alteração dos lipídeos (gorduras) no sangue. Problemas cardiovasculares são significativa e eficazmente diminuídos pelo alho.

Ginseng – As ações do panax ginseng incluem manutenção da energia natura, melhora das habilidades mentais e físicas, e uma sensação geral de bem-estar. Uma pesquisa sobre o Ginseng mostra que 54% dos usuários utilizam o produto para promover saúde geral e bem-estar, 43% para aumentar a força e o desempenho, e 18% para melhorar o humor. O ginseng é considerado o fitoterápico anti-estresse e melhora muito a fadiga crônica, além de estimular um melhor equilíbrio entre a produção da insulina e captação da glicose sanguínea, diminuindo os valores de açúcar no sangue.

Ginkgo Biloba – Melhora a vascularização cerebral. Muitos estudos mostraram que a ginkgo biloba possui propriedades antioxidantes/varredores de radicais livres e neuroprotetoras e utilidade na insuficiência cerebrovascular e no desempenho cerebral prejudicado. Um cérebro prejudicado traz como conseqüências doenças degenerativas, como Mal de Alzheimer.

Chá Verde - Estudos sugerem que o chá verde possui potenciais antiinflamatório e anticarcinogênico que podem ser usados contra várias desordens da pele. O componente responsável pela maioria dos efeitos preventivos do chá verde é a chamado EGCG. Tratamento com EGCG em dermatologia resulta em prevenção da imunossupressão induzida por UVB (raios ultra-violetas) e efeito antioxidante. O efeito do tratamento com chá verde é observado nas respostas antiinflamatórias e preventivas do envelhecimento precoce como também do câncer de pele.

Cúrcuma Longa – Compostos polifenólicos que surgem naturalmente na planta-tempero cúrcuma longa se salientaram por causa da atividade anti-inflamatória e antioxidante, eles atuam contra radicais livres indutores de auto-oxidação de ácidos graxos e envelhecimento precoce dos vasos sanguíneos que antecedem as doenças cardiovasculares.

FITOHORMÔNIOS CONTRA OS EFEITOS DA MENOPAUSA

Cemicifuga Racemosa – Promove diminuição intensa dos fogachos, da ansiedade, da depressão, da cefaléia, de vertigens e de distúrbios do sono.

Angélica Sinensis – Atividade predominantemente prostagênica. Também diminui consideravelmente os fogachos.

Yam Mexicano – Estimula os receptores hormonais, mimetiza os efeitos decorrentes da queda do hormônio estrogênio.

Linhaça - Alto teor de lignanas, tem ação direta sobre o equilíbrio dos receptores hormonais; diminui a agregação plaquetária, que é mais comum após a menopausa, pelo desequilíbrio do colesterol (aumentado) frente aos hormônios sexuais femininos; diminui a probabilidade de desenvolver tumores na mama.

Red Clover – Diminui o risco de desenvolver câncer de mama, e estimula melhor equilíbrio hormonal.

Fonte: Jornal Congonhas Hoje Sala Vip

Agradecimentos a Taís, a Garota Energia



Tags: câncer, envelhecimento, juventude, memória, Menopausa

Notícias 1 Comment, join up »
jan
29

Alcaçuz

Daniel on janeiro 29th, 2009

> O Alcaçuz é um arbusto que é encontrado com campos altos e pedregosos, possui folhas compostas lanceoladas, suas flores são pequenas, e sua raiz é adocicada.

Nome Popular: Alcaçuz, cipó-ema, pau doce, raiz doce, urucaque, urucu-hue, urucakee, vassoura de relógio.

Principais Substâncias: Glizicirrizina,

Nome Cientifico: Periandra dulcis

Caracteristicas: Doce, sua principal distinção. Apreciado para mascar por aqueles que querem abandonar o cigarro.

Observação: Altas doses por longos períodos de tempos causa hipertensão arterial, em poucas doses não há problemas.

Utilidades: Adoçante, laxativa, diurética, expectorante, calmante. inflamações do ventre, inflamações urinarias, catarros, afecções das vias respiratórias, congestão do fígado, dificuldade respiratória, prisão de ventre, age contra espasmos, asma, ulceras, tartaro nos dentes, desintoxicante de alguns venenos.

Forma de Uso: Chás, Xaropes, Mascado, Tempero em pó.

Fotos:



Alcaçuz, ou pau doce

4 0

Tags: adoçante, cigarro, expectorante, pulmão, tartaro

Alcaçuz No comments yet, be the first »
dez
16

Quebra-Pedra

Daniel on dezembro 16th, 2008

Nome Popular: Quebra-Pedra,

Principais Substâncias: Alcalóides

Nome Cientifico: *Phyllanthus acutifolius*

Outros nomes: *Phyllanthus niruri,*

Caracteristicas: Erva rasteira, de folhas pequenas verdes-azuladas, muito popular em todo Brasil. Cresce em solos duros. Seu nome se deve ao fato de ser usada nos casos de pedras nos rins. Possui ação analgésica e relaxante muscular.

Observação: abortiva e purgativa em dosagens acima das normais.

Utilidades: Excelente diurético e elimina cálculos renais. Ácido úrico, anúria, ascite, artrite, beriberi, colecistite, derrame (AVC), diabete, urétra.

Forma de Uso: Planta inteira com raiz.

Fotos:







Tags: ácido úrico, bexiga, rins

Quebra-Pedra 1 Comment, join up »
dez
15

Pêra

Daniel on dezembro 15th, 2008

Nome Popular: Pêra, Pear

Principais Substâncias: Ácido Clogênico, vitamina A, vitamina b1, vitamina b2, vitamina b3, vitamina C, sais minerais (Sódio, Potássio, Cálcio, Fósforo, Enxofre, Magnésio, Silício, Ferro), fibras.

Nome Cientifico: *Pyrus communis*

Caracteristicas: Fortemente usado para tratar pressão alta e inflamação dos rins e da bexiga.

Utilidades: O ácido clogênico, contido na pera, é considerado um antioxidante de primeira linha auxiliando e protegendo a formação das células. Diurético, Depurativo do Sangue, Estimulante da Lactação. Angina do peito, apendicite, Falta de Apetite, Colesterol, cólica renal, coração, Enurese infantil, gastrite, Circulação Sanguinea.

Forma de Uso: sobremesa, doces, géleias, sorvetes e acompanhamentos.

Fotos:





Tags: antioxidante, bexiga, cólica, depurativo do sangue, diurético, pressão alta, rins, vitamina B

Pêra No comments yet, be the first »
dez
12

Aipo

Daniel on dezembro 12th, 2008

Nome Popular: Aipo, Aipo-Rabáno, Falsa-Salsa, Salsa-do-Monte, Salsa-dos-Pântanos,

Principais Substâncias: psoralenos, aliina, alicina, derivados do tiofeno, sulfurados voláteis, vitaminas (A, B1, B2, B5, C, E), magnésio, ferro, cloreto de sódio.

Nome Cientifico: *Apium graveolens*

Caracteristicas: Planta de cheiro forte e sabor amargo, com flores brancas ou branco-esverdadeas. Deve-se tomar o cuidado de usar no máximo cinco gramas para cada copo de água, somente uma vez

por dia.

Utilidades: As folhas e raizes cozidas servem de tempero. As sementes agem também e são indicadas como diurético, estimulante digestivo e nas menstruações dolorosas. Possui ação antioxidante, carminativa, refrescante, tônica e atividade antiinflamatória. Proteção contra a xeroftalmia. Afta, Catarro, Contusão, Diarréia, Disentiria, Estomatite, Gastrite, Hepatite, Hidropsia, Inchaço, Pleurisia, Sarna, Septicemia.

Forma de Uso: Temperos, Chás, Banhos, Cremes.

Fotos:







Tags: diarréia, diurético, estômago, menstruação

Aipo 1 Comment, join up »
dez
10

Alecrim

Daniel on dezembro 10th, 2008

Nome Popular: Alecrim, Alecrim de Cheiro, Alecrim Rosamarino, Alecrim de JArdim, erva da graça, Romero, Rosemary,

Principais Substâncias: Oléos essênciais, ácido rosmarínico, rosmaricina

Nome Cientifico: *Rosmarinus officinalis*

Caracteristicas: Pequeno arbusto, atinge um metro de altura, folhas duras verdes acima e claras embaixo. Muito aromática possui pequemas

Utilidades: Combate asma, bronquite, depressão, fraqueza física e intelectual, artrite, bursite. Melhora o fluxo energético, desbloqueia, desentoxica. Usado para produzir suor e descer a menstruação. Cicatrizante, Abcessos, Alergia, Menstruação (Amenorréia, Dores), Beriberi, Bócio, Cálculos, Derrame, Escrofulose, Figado, Hemiplegia, Hepatite, Impotência, Intestino, Nervos, Psoriase, Reumatismo, Sarna, Tifo, Tosse, Tuberculose, Tumor.

Forma de Uso: chás, essências, temperos, banhos e óleos.

Fotos:







Tags: artrite, coração, energético, impotência, menstruação, nervos, sarna

Alecrim No comments yet, be the first »
dez
9

Aguaí

Daniel on dezembro 9th, 2008

Nome Popular: Aguaí, Chapéu-de-napoleão, noz-de-cobra, acaimirim, cerbera, auaí-guaçu

Principais Substâncias: Glicosídeos cardíacos,

Nome Cientifico: *Thevetia peruviana*

Sinonímia: *Cascabela peruviana, Cascabela thevetia, Cerbera peruviana, Cerbera thevetia, Thevetia linearis, Thevetia neriifolia, Thevetia neriifolia, Thevetia thevetia*

Caracteristicas: Planta arbustiva, de textura lenhosa, e folhagem e floração ornamental e perfumada, porém muito tóxica. As folhas têm formato linear lanceolado brilhantes. As variedades de flores são brancas ou róseas, amarelas e alaranjadas. Sua seiva é tóxica deve-se tomar cuidado com crianças.

Utilidades: Equilibrio, repelente, ação emética e purgativa, usa-se a semente combate a dor de cabeça amarrando-a na fronte.

Forma de Uso: Folhas e Sementes

Fotos:



Sementes de Aguaí





Tags: dor de cabeça, equilíbrio, purgante, repelente

Aguaí No comments yet, be the first »
dez
8

Boldo de Jardim

Daniel on dezembro 8th, 2008

Nome Popular: Boldo, Boldo de Jardim, Boldo-Falso, Boldo-Brasileiro, Boldo Peludo, Planta dos Pinguço

Principais Substâncias: óleo essencial: guaieno, fenchona; barbatusol

Nome Cientifico: *Plectranthus barbatus*

Caracteristicas: Folhas aveludadas e flores azuladas-violaceas. Planta altamente tóxica, não deve ser usada em periodos prolongados, muito menos em grandes quantidades, recomenda que use num intervalo de 30 dias, pois pode causar irritação gastrica. As flores atraem insetos polinazadores.

Utilidades: Analgésico, digestivo, controla a azia.

Forma de Uso: Folhas

Fotos:







Tags: digestivo

Boldo de Jardim No comments yet, be the first »
dez
7

Boldo Goiano

Daniel on dezembro 7th, 2008

Nome Popular: Boldo, Boldo Goiano, Boldo Baiano, Boldo-da-Bahia, Aluman, Alcachofra

Principais Substâncias: Saponina, carboidratos (sacarose, frutose, ácido clorogênico), flavonóides,

glucosídeos esteroidais, óleos essenciais, sesquiterpeno, taninos.

Nome Cientifico: *Vernonia condensata*

Caracteristicas: Este é o boldo medicinal do Brasil, suas folhas são bem mais compridas que o boldo falso, ou o boldo de jardim. Planta toxicante quando usada em altas quantidades.

Utilidades: Os florais servem para vencer momentos difíceis de tomada de decisão. As folhas são usadas como analgésico, antianemico, antibacteriana, colagogos, depurativa, desintoxicante hepática, diurética, digestivo, tônico hepático.

Forma de Uso: Folhas e Flores.

Fotos:



3 0

Boldo Goiano No comments yet, be the first »

« Previous entries Next entries »

Translate this site to:

By N2H

Tags

ácido úrico útero alergia artrite azia bexiga câncer cãibra cérebro cólica calculos calmante colesterol Conjuntivite coração corrimento depurativo do sangue derrame diabete diarréia diurético escarlatina estômago fígado febre gases gastrite gota intestino memória Menopausa menstruação nervos obesidade Olhos ossos ovário pele prisão de ventre pulmão rins sangue tônico vitamina A vitamina B



Angels Nutriclin

- Saiba como funciona o NutriDia Brasil/SBNPE e inscreva a sua instituição!!!

Laboratório 2

Erveiro

Tudo sobre plantas

Anúncios Google

Meylan Temperos
Condimentos, chás medicinais, Especiarias, ervas, pimentas
www.meylantemperos.co

Vitaminas & Minerais
Compre Vitaminas no CorpoPerfeito. Líder Absoluto Online há 7 Anos.
www.CorpoPerfeito.com.

W3C XHTML 1.0

Archives

- março 2009 (8)
- fevereiro 2009 (4)
- janeiro 2009 (1)
- dezembro 2008 (11)
- novembro 2008 (19)
- outubro 2008 (23)
- setembro 2008 (15)

Search...

Pesquisar

Dica

Procure o que você deseja na caixa de pesquisa ou veja nas tags mais sobre o assunto.

Itens

- Notícias
- Nutrientes
  - Manganês
  - Vitamina A
  - Vitamina B
    - Vitamina B1
    - Vitamina B2
    - Vitamina B3
    - Vitamina B5
    - Vitamina B6
    - Vitamina B9
- Planta
  - Abacate
  - Abacaxi

    - Agrião
    - Aguaí
    - Aipo
    - Alcaçuz
    - Alecrim
    - Alface
    - Alfavaca
    - Amêndoa
    - Amendoim
    - Azeitona
    - Bardana
    - Berinjela
    - Beterraba
    - Boldo
        - Boldo Chileno
        - Boldo de Jardim
        - Boldo Goiano
    - Caju
    - Camomila
    - Caqui
    - Carqueja
    - Cavalinha
    - Cenoura
    - Chapéu-de-couro
    - Chicória
    - Cidreira
        - Capim-Cidreira
        - Erva-Cidreira
    - Couve
    - Couve-Flor
    - Dama-da-Noite
    - Espinafre
    - Fava
        - Fava-do-brejo
    - Figo
    - Goiaba
    - Jaca
    - Jambolão
    - Jurubeba
    - Laranja
    - Limão
    - Maçã
    - Mamão
    - Manga
    - Maracujá
    - Melância
    - Melão
    - Morango
    - Pepino
    - Pêra
    - Quebra-Pedra
    - Romã
    - Sabugueiro
    - Soja
    - Tangerina
    - Tomate
    - Verbena
- Receitas
- Ziriguiduns

- Ácido Úrico
- Menopausa
- Olhos
    - Conjuntivite
    - Inflamacao
    - Xeroftalmia



Leia também

- Verbena

Login

- Registrar-se
- Login
- Posts RSS
- RSS dos comentários
- WordPress.org

RSS

Copyright © 2009 **Plantas, Frutas e Ervas Naturais** All rights reserved. Amazing Grace theme by Vladimir Prelovac. ⇳

PageNavi Plugin