
"COLHER DE CHÁ"

Guia de Plantas Medicinais

Apoio

PROAF
Pró-Reitoria de Ações
Afirmativas



UNIVERSIDADE FEDERAL DO SUL DA BAHIA
PRÓ-REITORIA DE AÇÕES AFIRMATIVAS – PROAF

Proposta selecionada pelo Edital Proaf 10/2022 – UFSB:
Universidade Promotora de Saúde

Colher de Chá: Guia de Plantas Medicinais

Autores:

Brenda Rocha Valentim

Lisiane Marques Cândido Pales

Rafael Mulinari Andrade

Revisão:

Ítalo Miranda de Novais



APRESENTAÇÃO

Prezado leitor (a),

O documento apresentado é um Guia de Plantas Medicinais que foi desenvolvido com o objetivo de promover o conhecimento sobre as plantas medicinais da região, elucidando sobre as finalidades terapêuticas no consumo das plantas medicinais, além de estimular o consumo de chás como alternativa terapêutica, dando algumas orientações sobre o manuseio, o armazenamento e consumo das plantas sob a forma de chás e demais utilizações.

Os autores que desenvolveram o trabalho são Brenda Rocha Valentim, Lisiane Marques Cândido Pales e Rafael Mulinari Andrade, todos discentes da graduação do curso de Medicina, vinculado a Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB), campus Paulo Freire.

Esse guia foi elaborado pelos discentes com apoio financeiro e colaboração da Pró-Reitoria de Ações Afirmativas (PROAF) da UFSB através do Edital PROAF 10/2022 – UFSB: Universidade Promotora de Saúde.

Boas vivências!

Brenda Rocha Valentim, Lisiane Marques Cândido Pales e Rafael Mulinari Andrade

No Guia você vai saber mais sobre...

As principais plantas consumidas na região:

- *Melissa officinallis* (Erva Cidreira)
- *Cymbopogon citratus* (Capim Santo)
- *Solanum paniculatum* L. (Jurubeba)
- *Pimpinella anisum* L. (Erva-doce)
- *Phyllanthus niruri* (Quebra-pedra)



ERVA CIDREIRA (*Melissa Officinallis*)

A erva cidreira é abundante em compostos fenólicos e flavonóides com propriedades calmantes, sedativas, relaxantes, antiespasmódicas, analgésicas, anti-inflamatórias e antioxidantes.

Essa planta pode ser administrada na forma de chás, infusões, sucos, cápsulas, extrato natural e etc.



Erva Cidreira: Formas de Utilização

Chá:



Utiliza-se somente as suas folhas, tanto secas como frescas, pois é a parte da planta que contém todas as propriedades benéficas para a saúde.

Ingredientes:

- 1 colher (de sopa) de folhas de erva-cidreira;
- 1 xícara de água fervente.

Modo de preparo:

Adicionar as folhas de erva-cidreira na água fervente, tampar e deixar repousar por alguns minutos. A seguir, coar e beber de 3 a 4 xícaras deste chá por dia.

Erva Cidreira: Formas de Utilização

Suco:



O suco de erva cidreira pode ser preparado com as folhas frescas ou secas, esta é uma forma de consumo boa para obtenção dos benefícios da planta.

Ingredientes:

- 1 xícara de café de erva-cidreira picada;
- 200 mL de água;
- Suco de 1 limão;
- Gelo a gosto;
- Mel para adoçar (opcional).

Modo de preparo:

Bater todos os ingredientes no liquidificador, coar e adoçar com mel. Beber em seguida de 1 a 2 copos por dia.

ERVA CIDREIRA: EFEITOS COLATERAIS E CONTRAINDICAÇÕES

- Deve ser consumida por no máximo 04 meses, se esta planta medicinal for consumida em quantidade excessiva ou por tempo maior do que o recomendado, pode causar náuseas, vômitos, dor abdominal, tontura, diminuição da frequência cardíaca, sonolência, queda da pressão e respiração ofegante.
- Deve-se evitar consumir esta planta medicinal concomitantemente com a utilização de medicamentos para dormir, uma vez que seus efeitos sedativos somados podem causar sonolência excessiva.
- A erva cidreira também pode interferir no efeito de remédios tireoideanos, devendo ser feito apenas com orientação do médico, nesses casos.
- É recomendado que mulheres grávidas ou em amamentação consultem o obstetra antes de consumir a erva cidreira.

CAPIM SANTO (Cymbopogon citratus)

O capim-santo ou capim-limão ou capim-cidreira, tem origem na Índia, atualmente é amplamente cultivado em países de clima tropical e subtropical como o Brasil.

O capim-santo é uma planta medicinal rica em citral, limoneno e geraniol, compostos bioativos com ação antioxidante, que combatem o excesso de radicais livres. Essa planta também possui mirceno, um composto bioativo com propriedade analgésica, ajudando a aliviar dores leves, como cólica, dor muscular e dor de cabeça.



CAPIM SANTO (Cymbopogon citratus)

- Seu principal consumo é na forma de chás, também é bastante aplicada nas indústrias farmacêutica, alimentícia e de cosméticos e na aromaterapia.
- Há aplicação também na forma de óleo essencial ou como óleos perfumados, shampoos, sabonetes e sabões, desodorizantes e loções, entre outros.
- O capim-santo pode ser usado para o preparo de chás e sucos, ou na forma de compressas. Além disso, o óleo essencial de capim santo também pode ser aplicado na pele para tratar feridas e micoses.



Capim Santo: Formas de Utilização



Chá:

- Colocar 1 colher de sopa de folhas frescas picadas numa xícara e cobrir com água fervente.
- Tampar, deixar descansar por 5 a 10 minutos, coar e beber em seguida. Tomar de 3 a 4 xícaras por dia;

Capim Santo: Formas de Utilização



Compressa:

Mergulhar um pedaço de gaze ou pano limpo no chá de capim-santo e aplicar sobre a ferida ou região dolorida. Deixar atuar por pelo menos 15 minutos;



Capim Santo: Formas de Utilização

Óleo Essencial:

Misturar 3 gotas do óleo essencial em 1 colher de sopa de óleo vegetal, como coco, jojoba ou azeite, e aplicar sobre a micose ou ferida.

Deve-se evitar a exposição ao sol por até 6 horas após a aplicação deste óleo, para evitar irritação na pele.

Capim Santo: Formas de Utilização

Brigadeiro:



1. Três xícaras de chá de folhas de capim-santo;
2. 200 ml de leite ($\frac{3}{4}$ xícara de chá) de castanha de caju;
3. Duas latas de leite condensado (pode ser vegano).

Bata as folhas de capim-santo e o leite em um liquidificador até obter um suco. Passe este suco pela peneira e transfira-o para uma panela, acrescentando as duas latas de leite condensado. Em seguida, mexa até atingir o ponto de um brigadeiro (desgrudando da panela).

Despeje a massa de brigadeiro em um prato untado com óleo de coco e espere esfriar. Depois de frio, com as mãos untadas, pegue pequenas porções, faça bolinhas e coloque em embalagens próprias para brigadeiros.

CAPIM SANTO: EFEITOS COLATERAIS E CONTRAINDIÇÕES

- Risco de causar queimaduras caso o local em que houve aplicação direta seja exposto ao sol (assim como a citronela, limão, laranja e outros cítricos);
- Em doses excessivas, pode causar sonolência e diarreia, baixar a pressão arterial e sensação de fraqueza e sedação, tontura, enjoo, boca seca, podendo causar desmaio.
- É contraindicado durante a gestação, já que pode provocar abortos devido ao relaxamento da musculatura uterina;

JURUBEBA (*Solanum paniculatum* L)

Essa planta possui propriedades medicinais anti-inflamatória, descongestionante, digestiva, diurética, laxante, contra febre, protetora do fígado e tônico vascular.

As raízes e frutos da jurubeba têm propriedades diuréticas e anti-inflamatórias;

A jurubeba pode ser usada em chás por infusão, tintura, suco das raízes e frutos, conserva ou em pó.



Jurubeba: Formas de Utilização

Chá:

O chá de jurubeba pode ser usado para problemas no fígado ou estômago, febre, artrite, bronquite ou tosse ou como diurético e tônico, por exemplo.

Ingredientes:

- 2 colheres de sopa de folhas, frutos ou flores de jurubeba;
- 1 litro de água.
- Modo de preparo
- Ferver a água, adicionar a jurubeba e deixar ferver por 5 a 10 minutos. Desligar o fogo, tampar e deixar 10 minutos descansando. Coar e beber o chá. Pode-se tomar 3 xícaras de chá morno, sem açúcar por dia, por no máximo 1 semana.

Jurubeba: Formas de Utilização

Cataplasma



O cataplasma deve ser feito para uso externo apenas, e pode ser usado na pele para cicatrizar feridas, para acne, contusões ou para lavar feridas.

Ingredientes

- 1 colher de sopa de folhas cortadas em pedaços;
- 1 xícara de chá.

Modo de preparo

Colocar a água para ferver e adicionar a jurubeba. Deixar ferver por 10 minutos e coar. Esperar amornar, colocar o cataplasma em uma compressa limpa e seca, de preferência uma gaze estéril, por exemplo, e aplicar no local da lesão.

Jurubeba: Formas de Utilização

Suco



O suco de jurubeba deve ser preparado com o fruto e raízes da jurubeba e é indicado para infecção na bexiga ou trato urinário, anemia, tosse ou bronquite.

Ingredientes

- 1 colher de sopa de fruto de jurubeba;
- 1 colher de sopa de raiz de jurubeba;
- 1 litro de água.

Modo de preparo

Juntar todos os ingredientes no liquidificador e bater até ter uma mistura homogênea. Pode-se adoçar com mel que também é bom para melhorar a tosse ou a bronquite e para melhorar o gosto amargo. Tomar de 1 a 2 copos do suco de jurubeba por dia, por no máximo 1 semana

Jurubeba: Formas de Utilização

Conserva

Modo de preparo

Lavar e limpar os frutos frescos de jurubeba e deixar de molho em água por 24 horas. Após esse tempo, ferver os frutos da jurubeba com água e adicionar o sal. Trocar a água da jurubeba por 5 a 6 vezes para tirar o gosto amargo. Escorrer a água e esperar os frutos esfriarem. Em seguida, colocar os frutos em um pote de vidro limpo, lavado com água fervente limpo, e seco. Acrescentar o vinagre até encher o pote e adicionar o alho e os temperos. Deixar curtir por dois dias antes de consumir.



JURUBEBA: EFEITOS COLATERAIS E CONTRAINDICAÇÕES

- A jurubeba não deve ser consumida por mais de 1 semana ou em quantidade maior do que a recomendada, pois pode causar:
- Diarreia, gastrite, náuseas ou vômitos ou lesão no fígado como a diminuição da produção ou interrupção do fluxo de bile pela vesícula biliar que leva a uma coloração amarela da pele e dos olhos, urina escura e coceira por todo corpo
- Também não deve ser usada na gravidez, amamentação e por mais de 1 semana pois pode causar intoxicação e aparecimento dos efeitos colaterais.

ERVA DOCE (Pimpinella anisum L)

A erva doce é originária da Ásia sendo bastante conhecida há muito tempo em toda a Europa. Essa planta medicinal também é conhecida como anis-verde, anis e pimpinela-branca, a erva-doce também é usada para aliviar dor de cabeça devido às suas propriedades analgésicas e anti-inflamatórias.

As partes utilizadas desta planta são as sementes secas e as folhas frescas da planta. Já para os pratos quentes e chás, deve-se optar pelas sementes e acrescentar no começo da cocção para liberação do aroma.



ERVA DOCE (Pimpinella anisum L)

Devido ao seu sabor doce e aroma adocicado essa planta combina com bolos, como o de fubá, broas e pães. Também como ótima utilização para o tempero de carnes, linguiças, feijão branco e embutidos. Além disso, as folhas trazem frescor para saladas e licores.

Recomenda-se evitar no tempero de peixes e carnes brancas, pois seu sabor adocicado pode mascarar e ofuscar o sabor desse tipo de carne.



ERVA DOCE (Pimpinella anisum L)

Quanto aos benefícios nutricionais dessa planta medicinal, foi observado que o chá dessa planta alivia na má digestão, nos gases e desconfortos intestinais.

Foi observado em um estudo da Universidade de Michigan, nos Estados Unidos, que bebês que sofriam de cólicas abdominais receberam doses diárias de infusão da erva doce, e cerca de 65% apresentaram uma melhora dos sintomas, contra 24% dos que tomaram outros líquidos.

Sabe-se que a erva-doce pode ser encontrada na forma de sementes secas, essa parte da planta será usada para o preparo de chás e receitas culinárias, como bolos, biscoitos e saladas, já as tintura e o óleo essencial, será utilizado em massagens e difusores.



Erva Doce: Formas de Utilização

Chá



O chá de erva-doce serve para melhorar a dor de cabeça e aliviar os sintomas de gripe e resfriado, como tosse, coriza e catarro.

Ingredientes:

- 1 colher de café de sementes de erva-doce seca;
- 1 xícara de água.

Modo de uso:

Esmagar ou picar as sementes de erva-doce. Ferver a água e apagar o fogo. Transferir a água para uma xícara e acrescentar as sementes de erva-doce. Tampar a xícara e deixar repousar por 10 minutos. Coar e beber até 3 xícaras por dia.

Erva Doce: Formas de Utilização

Oléo Essencial



A erva-doce tem ampla utilização na aromaterapia, através do uso de óleos essenciais desta planta medicinal, contribuindo para redução de cólicas abdominais, aliviando sintomas da menopausa, como o fogacho; Há a utilização desse óleo como calmante e relaxante muscular, por meio de massagens auxiliadas pelo óleo.

Recomenda-se a mistura de 02 gotas do óleo essencial de erva-doce juntamente a 01 colher de sopa de óleo vegetal (por exemplo, amêndoas ou coco).

Sabe-se que essa planta medicinal possui efeitos no alívio de tosse e coriza se utilizado da seguinte forma: 03 gotas de óleo essencial de erva-doce em um recipiente de água fervente e inalar o ar evaporado.

ERVA DOCE: EFEITOS COLATERAIS E CONTRAINDICAÇÕES

- Se consumida em excesso, a erva-doce pode causar sintomas, como náuseas, sonolência, vômitos, reações alérgicas respiratórias ou na pele e, em casos mais extremos, pode causar paralisia muscular, convulsões e levar ao coma.
- O óleo essencial de erva-doce pode estimular o surgimento de crises epiléticas em pessoas que já sofrem previamente com a epilepsia. Diante disso, recomenda-se usar esse óleo somente com orientação de um médico, ou fitoterapeuta.
- A erva-doce não é indicada para pessoas com alergia ao anis ou ao composto anetol, para mulheres grávidas ou que amamentam e para crianças menores de 12 anos.
- Deve-se evitar o consumo dessa por mulheres com câncer de mama, uma vez que pode alterar a produção de hormônios femininos, como o estrogênio, influenciando o tratamento do câncer.
- Esta planta também deve ser evitada por pessoas que fazem suplementação com ferro, pois a erva-doce pode atrapalhar a absorção deste mineral.

QUEBRA-PEDRA (*Phyllanthus niruri*)



Esta planta medicinal é originária das Américas, pode ser conhecida popularmente como erva-pombinha, erva-de-bombinha, arrebenta-pedra e erva-de-quebrante.

Segundo estudos essa planta possui propriedades eficazes no tratamento da urolitíase e na proteção hepática, por possuir propriedades diuréticas, assim como antioxidantes, antiviral, antibacteriana, antiespasmódica e hipoglicemiante.

Essa planta possui algumas substâncias como ligninas, vitamina C, terpenos, triterpenos, taninos e flavonoides, que são considerados potentes antioxidantes naturais, este efeito também pode retardar o dano celular.

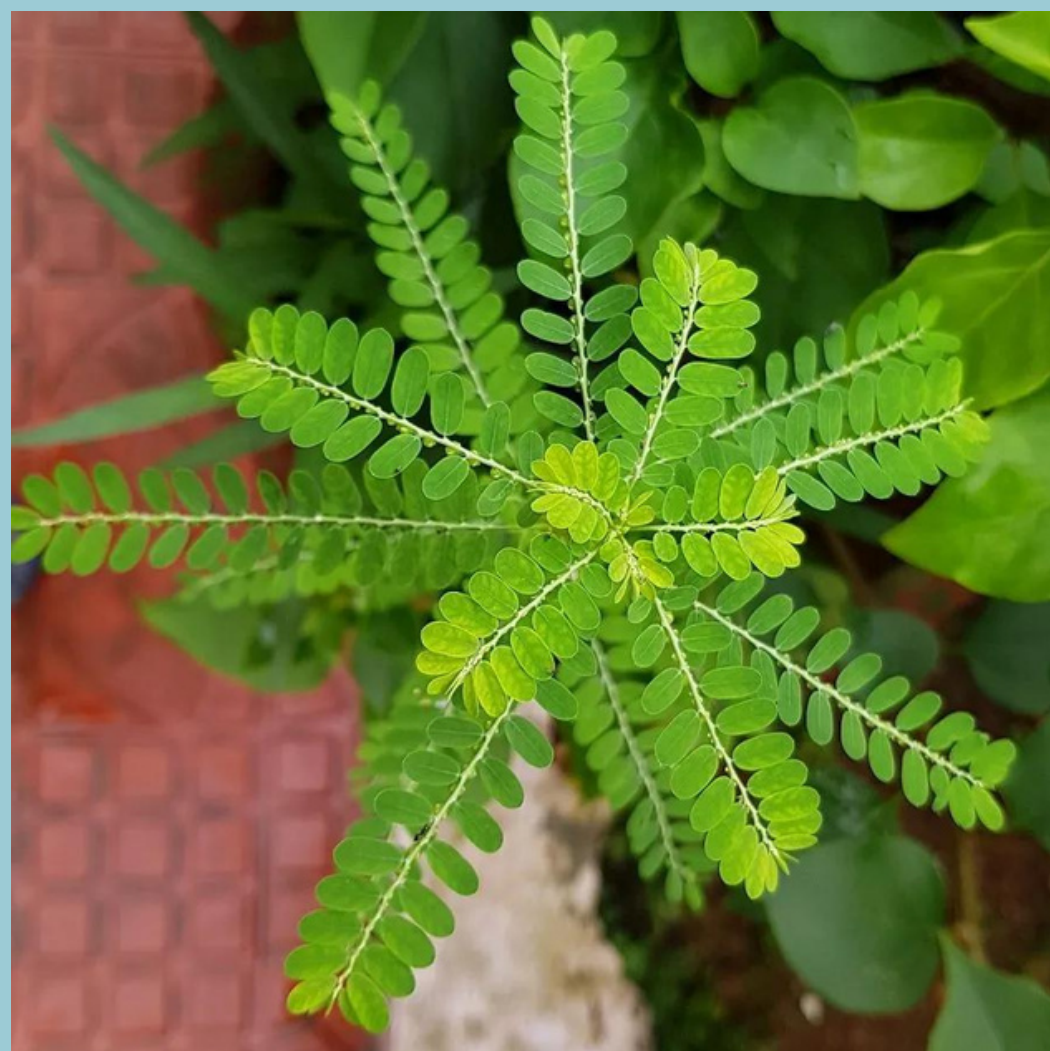
QUEBRA-PEDRA (*Phyllanthus niruri*)

Os estudos sugerem que o consumo dessa planta pode prevenir a formação de cálculos, inibindo o seu crescimento e facilitando a sua eliminação através da urina; Assim como a quebra-pedra possui outros efeitos:

- Ajuda a diminuir a retenção de líquido;
- Aliviar os sintomas da azia;
- Melhorar a prisão de ventre;
- Proteger o fígado de intoxicações;
- Ajuda a controlar a pressão arterial por facilitar a eliminação de sódio.



Quebra - Pedra: Formas de Utilização



As partes utilizadas da planta são: Toda a planta, folhas, frutos, sementes e raízes.

Inicialmente a quebra-pedra tem sabor amargo, posteriormente tornando-se mais suave.

As formas de uso, são:

- **Infusão:** 20 a 30g por litro. Tomar 1 a 2 xícaras por dia;
- **Decocção:** 10 a 20g por litro. Tomar 2 a 3 xícaras por dia;
- **Extrato seco:** 350 mg até 3 vezes ao dia;
- **Pó:** 0,5 a 2g por dia;

Tintura: 10 a 20 ml, porcionado em 2 ou 3 doses diárias, diluídas em água.

Quebra - Pedra: Formas de Utilização

Chá

Ingredientes:

- 20 g de quebra-pedra
- 1 litro de água

Modo de preparo:

Ferver a água e adicionar a planta medicinal e deixar repousar por 5 a 10 minutos, coar e tomar a bebida morna, de preferência sem utilizar açúcar.



QUEBRA-PEDRA: EFEITOS COLATERAIS E CONTRAINDIÇÕES

- Esta planta é contraindicada para crianças menores de 6 anos e gestantes ou lactantes, uma vez que suas propriedades atravessam a barreira placentária e chegam até o feto podendo ter efeito abortivo, além de também modificar a savorização natural do leite materno.
- Ainda há a recomendação de não utilização desse chá por mais de 2 semanas seguidas, pois essa planta aumenta a eliminação de minerais importantes pela urina.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- AKBARZADEH, Marzieh; et al. Effect of Melissa officinalis Capsule on the Intensity of Premenstrual Syndrome Symptoms in High School Girl Students. Nurs Midwifery Stud. 4. 2; e27001, 2015
- CASES, Julien; et al. Pilot trial of Melissa officinalis L. leaf extract in the treatment of volunteers suffering from mild-to-moderate anxiety disorders and sleep disturbances. Mediterranean Journal of Nutrition and Metabolism. 4. 211-218, 2011.
- COSTA Eronita. Nutrição & Fitoterapia. 2º. Brasil: Vozes Ltda, 2011. 137-138.
- MIRAJ, Sepide; RAFIEIAN-KOPAEI, Mahmoud; KIANI, Sara. Melissa officinalis L: A Review Study With an Antioxidant Prospective. J Evid Based Complementary Altern Med. 22. 3; 385-394, 2017.
- MCINTYRE Anne. Guia completo de Fitoterapia. 1º. Brasil: Pensamento, 2010. 144.
- SCAGLIONE, Francesco; ZANGARA, Andrea. Valeriana Officinalis and Melissa Officinalis Extracts Normalize Brain Levels of GABA and Glutamate Altered by Chronic Stress. Journal of Sleep Disorders and Management. 3. 1; 1-7, 2017
- SCHOLEY, Andrew; et al. Anti-Stress Effects of Lemon Balm-Containing Foods. Nutrients. 6. 11; 4805-4821, 2019.
- SHAKERI, Abolfazl; SAHEBKAR, Amirhossein; JAVADI, Behjat. Melissa officinalis L. – A review of its traditional uses, phytochemistry and pharmacology. Journal of Ethnopharmacology. 188. 204-228, 2016
- O'KENNEDY, David; LITTLE, Wendy; SCHOLEY, Andrew B. Attenuation of laboratory-induced stress in humans after acute administration of Melissa officinalis (Lemon Balm). Psychosom Med. 66. 4; 607-613, 2004

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA - ANVISA. Formulário de fitoterápicos: farmacopéia brasileira 2ª edição. 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/2021-fffb2-final-c-cap2.pdf>>. Acesso em 10 ago 2022.

CONSELHO REGIONAL DE FARMÁCIA DO ESTADO DE SÃO PAULO. PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS. 2019. Disponível em: <<http://www.crfsp.org.br/images/cartilhas/PlantasMedicinais.pdf>>. Acesso em 10 ago 2022.

DOMINGUES, A, Sabrina; PAIVA, Luiz Francisley. Atividade antifúngica de *Cymbopogon citratus* (DC) Stapf frente à leveduras do gênero *Candida* sp.. *Fitos*. Vol.15. 1.ed; 22-31, 2021.

EMBRAPA. Caracterização Odorífera dos Componentes do Óleo Essencial de Capim-Santo (*Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf., Poaceae) por Cromatografia Gasosa (CG) - Ofatometria. 2011. Disponível em: <<https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/900884/1/BPD11001.pdf>>. Acesso em 10 ago 2022.

FERNANDES CN; DE SOUZA HF et al. Investigation of the Mechanisms Underlying the Gastroprotective Effect of *Cymbopogon Citratus* Essential Oil. *Journal of Young Pharmacists*. 4. 1; 28-32, 2012

NAMBIAR Vanisha; MATELA Hema. Potential Functions of Lemon Grass (*Cymbopogon citratus*) in Health and Disease. *International Journal of Pharmaceutical & Biological Archives* . 3. 5; 1035-1043, 2012

PEREIRA, S, Paloma; PAULA, L, R, L, Lívia. Ações terapêuticas do capim-santo: uma revisão de literatura. *Revista Saúde em Foco*. 2018. 10.ed; 259-263, 2018

SHAH Gagan; SHRI Richa et al. Scientific basis for the therapeutic use of *Cymbopogon citratus*, Stapf (Lemon grass). *Journal of Advanced Pharmaceutical Technology & Research*. 2. 1; 3-8, 2011

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- BAHR, Tyler A. et al.. The Effects of Various Essential Oils on Epilepsy and Acute Seizure: A Systematic Review. Evidence-based Complementary and Alternative Medicine. Vol.2019. 2019
- DÍAZ, Alexander Bárbaro Valerino . Estudo químico e biológico do extrato etanol 70 % das folhas de *Solanum paniculatum* L. (Solanaceae). Tese de doutorado em Química, 2018. UNESP - Universidade Estadual Paulista.
- GULÇIN, İlhami er al. Screening of antioxidant and antimicrobial activities of anise (*Pimpinella anisum* L.) seed extracts. Food Chemistry. Vol.83. 3.ed; 371-382, 2003
- MACÊDO-COSTA; Maria Regina; et al. *Solanum paniculatum* Linn: A potential antimicrobial agent against oral microorganisms. African Journal of Microbiology Research. 11. 48; 1688-1692, 2017
- PREEDY, R, Victor et al. Nuts and Seeds in Health and Disease Prevention: Chapter 20 - Aniseeds (*Pimpinella anisum* L.) in Health and Disease. United States of America: Elsevier, 2011. 175-181.
- SOUZA, Gabriela R.; et al. Chemical profile, liver protective effects and analgesic properties of a *Solanum paniculatum* leaf extract. Biomedicine & Pharmacotherapy. 110. 129-138, 2019
- TENÓRIO, John Aldson Bezerra. Caracterização química, toxicológica e atividades farmacológicas do extrato das raízes de *Solanum paniculatum* L. Tese de doutorado em Desenvolvimento e Inovação Tecnológica em Medicamentos, 2015. Universidade Federal Rural de Pernambuco.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- AL ZARZOUR Raghdaa et al. Phyllanthus Niruri Standardized Extract Alleviates the Progression of Non-Alcoholic Fatty Liver Disease and Decreases Atherosclerotic Risk in Sprague–Dawley Rats. *Nutrients*. 9. 7; 2017
- BOIM Mirian; HEILBERG Ita; SCHOR Nestor. Phyllanthus niruri as a promising alternative treatment for nephrolithiasis. *International Braz J Urol*. 36. 6; 657-664, 2010
- DE AQUINO Eronita. *Nutrição & Fitoterapia: Tratamento alternativo através das plantas*. 2º. Brasil: Vozes, 2011. 214-215
- EPILEPSY SOCIETY. Complementary therapies. Disponível em: <<https://epilepsysociety.org.uk/living-epilepsy/wellbeing/complementary-therapies>>. Acesso em 10 ago 2022
- LEE Nathanael et al. The pharmacological potential of Phyllanthus niruri. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*. 68. 8; 953-969, 2016
- MOFLEH, Ibrahim A Al et al. Aqueous suspension of anise “Pimpinella anisum” protects rats against chemically induced gastric ulcers. *World J Gastroenterol*. Vol.13, n.7. 1112–1118, 2007
- MOSAVAT, Seyed H. et al. Efficacy of Anise (Pimpinella anisum L.) oil for migraine headache: A pilot T randomized placebo-controlled clinical trial. *J Ethnopharmacol*. 2019 May 23;236:. . Vol.23, n.236. 155-160, 2019
- PUCCI Nidia et al. Effect of phyllanthus niruri on metabolic parameters of patients with kidney stone: a perspective for disease prevention. *International Brazilian Journal of Urology*. 44. 4; 758-764, 2018
- SAU HAR Lee. Antimetastatic Effects of Phyllanthus on Human Lung (A549) and Breast (MCF-7) Cancer Cell Lines. 6. 6; *Plos one*, 2011
- SHOJAI, Asie; FARD, Mehri A. Review of Pharmacological Properties and Chemical Constituents of Pimpinella anisum. *ISRN Pharm*. Vol.2012. 510795, 2012

Apoio

PROAF
Pró-Reitoria de Ações
Afirmativas

