

REFERÊNCIAS:

A COSTA L, MENENDEZ, FUENTES V, RODRIGUES C, Hechevarria I, Carbalho C. *Instrutivo Técnico del Cultivo de Plectranthus, amboinicus* (Lour.) Spreng (orégano francés). Revista Cubana de Plantas Medicinales. 1998;3(1):51-53

CHEN CY, PENG WH, CHEN YW, LU TCH, CHI, CHS, Huang TH, CHIU YJ. *Analgesic and antiinflammatory activities of the aqueous extract from Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. *both in vitro and in vivo*. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine. 2012:01-11

FARMÁCIA DA TERRA: *plantas medicinais e alimentícias*. 2. ed. rev. ampl. Amapá: Instituto de Pesquisas Científicas e Tecnológicas do Estado do Amapá, 2005.

GONZALEZ PV, CASTILLO MAR. *Plectranthus amboinicus*. (Lour.) Spreng. Revista Cubana de Plantas Medicinales. 1999; 3 (3): 110-15.

GUIA FITOTERÁPICO. Fortaleza: Prefeitura Municipal de Fortaleza, 2001.

INFANTE MO, DOMINGUEZ CC, CASTILLO RM, PAVON VB, CAPÓ JT. *Toxicologia subcrônica del extrato acuoso de Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. Revista Cubana de Plantas Medicinales. 2008; 13 (1): 1-9.

LORENZI, H.; MATOS, FJ. *Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas*. 2 ed. rev. ampl. Nova Odessa: Instituto Plantaram, 2008.

LUZ NETTO NJ. *Memento terapêutico fitoterápico do hospital das forças armadas*. Brasília: EGGCF, 1998.

MATOS, FJ. *Plantas, medicinais: guia de seleção e emprego de plantas usadas em fitoterapia no nordeste do Brasil*. 3. ed. Fortaleza: UFC, 2007.

MATOS, FJ. *Farmácias vivas: sistema de utilização de plantas medicinais projetado para pequenas comunidades*. 4. ed. rev. ampl. Fortaleza: UFC, 2002.

MATOS, FJ. VIANA, GSB BANDEIRA, MAM. *Guia fitoterápico*. Fortaleza: Os autores, 2001.

MATOS, FJ. *O formulário fitoterápico do professor Dias da Rocha*. 2, ed. Fortaleza: UFC, 1997.

MELO DINIZ et al. *Memento fitoterápico. As plantas como alternativa terapêutica: aspectos populares e científicos*. João Pessoa: Ed. UFPB, 1998.

SILVA, MG, MELO DINIZ, MFF, OLIVEIRA, RAG. *Fitoterápicos: guia do profissional de saúde*. João Pessoa: Ed. Secretaria de Estado da Saúde da Paraíba, 2002.

SOUZA IA, OLIVEIRA RA, DA SILVA AC, LIMA CM, OLIVEIRA DC, G RANGE IRO AR DA DA SILVA JG, GURGEL AP. *In vivo study of the anti-inflammatory and antitumor activities of leaves from Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. (Lamiaceae). J Ethnopharmacol. 2009; 125 Spreng. (Lamiaceae). J Ethnopharmacol. 2009; 125 (2): 361-3.

SUDHAMANI T, DHANAMANI M, RAVIKUMAR VR. *In-vitro anti-inflammatory activity of aqueous extract of leaves of Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. Ancient Science. 2009; 28 (4); 7-9.



NÚCLEO DE FARMÁCIA VIVA

Riacho Fundo I

Brasília - DF

Fone: (61) 3399-4162

E-mail: farmaciaviva.df@gmail.com



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE
DIRETORIA DE ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA
GERÊNCIA DE AÇÕES E SUPORTE À ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA
NÚCLEO DE FARMÁCIA VIVA

MALVARIÇO

“PLANTA MEDICINAL AUXILIAR NO
TRATAMENTO DA AMIGDALITE E FARINGITE”



“PLANTA MEDICINAL É MEDICAMENTO
SOMENTE QUANDO USADA CORRETAMENTE”

Nomes populares:

hortelã da folha gorda, hortelã da folha grossa, hortelã grande, hortelã graúda, hotelã de folha graúda, hortelã da bahia, hotelã do maranhão hortelã pimenta, malva do reino, malva de cheiro, malvarisco, malvão.

Nome científico: *Plectranthus amboinicus* (Lour.)

Parte medicinal: folha fresca.

Como cultivar o malvariço em vaso?

O **malvariço** pode chegar até a 1 metro de altura. Por este motivo, escolha um vaso e tamanho médio a grande e com boa profundidade. Coloque uma pequena camada de pedras no fundo em quantidade suficiente para cobri-lo. Prepare a terra juntando 1 parte de terra fina ou adubada e 1 parte de esterco de gado ou de galinha bem curtido. Deposite a terra no vaso. Retire cuidadosamente da embalagem a muda fornecida pela **Farmácia Viva** e enterre no vaso. Mantenha em local sombreado e que receba sol pelo menos uma parte do dia. Regue no máximo 2 vezes por semana. Depois de alguns meses, o **malvariço** passa a apresentar folhas menores, amareladas e pouco numerosas. Quando acontecer, retire toda a planta do vaso, prepare nova terra adubada e selecione alguns galhos, retirando as folhas da metade para baixo. Enterre em espaço de cerca de 10cm e mantenha a terra bem úmida até o brotamento.

Observação importante!

Não se esqueça que está cultivando uma planta para uso medicinal, portanto, mantenha o vaso longe de locais poluídos, como esgotos, fossas, depósitos de lixo e estacionamentos de veículos.

Para que serve o malvariço?

O **malvariço** é uma planta medicinal auxiliar no tratamento de dores de garganta, como por exemplo, amigdalite e faringite.

Como usar o malvariço?

Deverá ser usada a folha fresca, colhida na parte da manhã, antes das 10 horas, ou no final da tarde a partir das 16 horas, podendo ser preparada na forma de chá por infusão, para uso como gargarejo, bem como nas formas de pastilha ou bala.



NÚCLEO DE FARMÁCIA VIVA

Riacho Fundo I

Brasília - DF

Fone: (61) 3399-4162

E-mail: farmaciaviva.df@gmail.com

Aprenda a preparar o chá por infusão do malvariço:

Colha 20 folhas frescas de tamanho médio, lave em água corrente e pique em pequenos pedaços. Deposite em um recipiente de vidro, inox ou porcelana e junte meio litro (500mL) de água fervente. Tampe ou abafe por 15 minutos. Filtre com o auxílio de uma peneira ou filtro de papel para um recipiente com tampa.

Aprenda a usar o malvariço na forma de pastilha:

Colha 6 folhas frescas de tamanho médio, lave em água corrente, enxugue e guarde em um recipiente com tampa. Escolha uma folha, coloque sobre ela um pouco de mel de abelhas, dobre com cuidado e ponha na boca. Vá chupando lentamente, até acabar o sabor doce. Devem ser usadas as 6 folhas ao longo do dia, por no máximo 5 dias.

Aprenda a preparar balas de malvariço:

Colha folhas frescas de malvariço, lave em água corrente. Corte em pedaços pequenos e triture no liquidificador até obter seu sumo. Coe através de peneira. Junte três copos americanos do sumo e meio kilo de rapadura picada ou açúcar mascavo ou cristal em panela de inox. Misture lentamente em fogo baixo em panela de inox. Misture lentamente em fogo baixo até dissolver completamente. Coloque pequenas porções em uma xícara de água fria até o ponto de bala. Desligue o fogo, jogue sobre uma bancada untada com margarina. Faça pequenas bolinhas sobre folhas cortadas de papel celofane. Guarde em recipiente bem fechado, por até 1 mês. Pode-se chupar 6 balas ao longo do dia, por no máximo 5 dias.

Que cuidados tenho que ter ao usar o malvariço?

Não usar em quantidade ou período maior que o indicado. Caso não haja melhora ou verifique alguma reação indesejável, pare a utilização e procure um serviço de saúde. Não deve ser usado por mulheres grávidas ou que estejam amamentando, bem como por crianças. O uso nas formas de pastilha ou bala deve ser evitado por diabéticos.

Como usar o chá por infusão do malvariço ?

O chá deverá ser usado a temperatura ambiente, na forma de gargarejo, na medida de um copo americano, cerca de 150 mL, 3 vezes ao dia. Usar por no máximo 5 dias seguidos.