

Boticário natural

Alecrim (Rosmarinus officinalis) – O alecrim é ótimo para a pele, por ser adstringente. Também é fortificante para os cabelos, além de evitar a calvície. Por seu poder antisséptico, é indicado para aliviar aftas e gengivites



Boldo-do-chile (Peumus boldus) – Usado para combater distúrbios biliares, estomacais e hepáticos. Tem efeito tranquilizante

Calêndula (Calendula officinalis L.) –

Tem propriedades antissépticas e cicatrizantes. É usada para tratar cólicas menstruais



Camomila comum (Matricaria chamomilla) – O chá das flores é indicado contra febre, insônia, cólicas, gases e indigestão

Capim-Cidreira (Cymbopogon citratus) – Infusão e tintura de folhas e flores combatem a ansiedade e a má digestão.

Espinheira-santa (Maytenus ilicifolia mart. ex reiss) – Também conhecida como cancorosa-de-sete-espinhos, tem folhas com propriedades antissépticas, analgésicas, cicatrizantes e diuréticas. Pode ser abortiva



Eucalipto (Eucalyptus globulus) – A inalação de seu chá ou óleo alivia efeitos de asma, bronquite, faringite, gripe, resfriado e tosse

Funcho (Foeniculum vulgare Mill.) – O chá das sementes reduziria gases intestinais



Guaco (Mikania glomerata Spreng.) –

Usado contra gripe, rouquidão, infecção na garganta, tosse, bronquite

Macela (Achyrocline satureoides) – É usada no combate de cólicas e problemas estomacais. Acredita-se que as flores tenham poder calmante

Malva (Malva sylvestris I.) – Tem propriedades calmantes, emolientes e até laxativas. É usada na forma de gargarejos para inflamações, como aftas, gengivites e dores de garganta. O chá é utilizado em casos de prisão de ventre. Compressas com as folhas aliviam queimaduras de sol



Hortelã (Monarda punctata) – Usada em infusão e saladas, tem ação estimulante, analgésica e diurética. Indicada para combater cólicas menstruais, vômitos e gases

Laranjeira (Citrus aurantium) – O óleo e a infusão de flores são usadas em casos de estomatite, insônia e febre. As flores, colocadas no travesseiro, têm efeito calmante

Poejo (Mentha pulegium) – Usado em casos de gripe, insônia, reumatismo, má digestão, enjoo, bronquite e asma



Quebra-pedra (Phyllanthus niruri) – Em chás ou cápsulas combate infecções urinárias, cálculos renais e biliares, corrimientos e dores lombares

Sálvia (Salvia officinalis) – Os chás são indicados para casos de esgotamento nervoso, má digestão, cálculos renais e hepáticos

Trançagem (Plantago lanceolata) – Gargarejos de trançagem são indicados para inflamações na boca, gengiva e garganta. Os chás limpariam as vias respiratórias e diminuiriam a vontade de fumar

