

**UNIVERSIDADE PARANAENSE**



**PLANTAS MEDICINAIS**

X

**SISTEMA IMUNOLÓGICO  
PARA DOENÇAS INFECCIOSAS**

Larissa Rafaela de Paula Ferreira  
Lucas Lima da Silva  
Laisa Marina Rosa Rey  
Isabela Carvalho dos Santos  
Profa. Dra. Lidiane Nunes Barbosa  
Profa. Dra. Daniela Dib Gonçalves



UMUARAMA - PARANÁ, 2022

# **Diretoria Executiva de Gestão da Comunicação e da Divulgação Institucional**

Dra. Claudia Elaine Garcia Custódio  
Departamento de Comunicação  
Profa. Ma. Terezinha Aguiar

**Coordenadoria de Pesquisa e Extensão**  
Profa. Dra. Evellyn Claudia wietzikoski Lovato

## **Organizadores**

Larissa Rafaela de Paula Ferreira  
Lucas Lima da Silva  
Laisa Marina Rosa Rey  
Isabela Carvalho dos Santos  
Profa. Dra. Lidiane Nunes Barbosa  
Profa. Dra. Daniela Dib Gonçalves

## **Comissão Científica**

Larissa Rafaela de Paula Ferreira  
Lucas Lima da Silva  
Laisa Marina Rosa Rey  
Isabela Carvalho dos Santos  
Profa. Dra. Lidiane Nunes Barbosa  
Profa. Dra. Daniela Dib Gonçalves

## **Projeto Gráfico e Diagramação**

Larissa Rafaela de Paula Ferreira

P713 Plantas medicinais x sistema imunológico para doenças infecciosas / Larissa Rafaela de Paula Ferreira (organizadora). – Umuarama : Universidade Paranaense – UNIPAR, 2022.  
E-book.

ISBN 978-65-84914-00-1

1. Plantas medicinais. 2. Doenças infecciosas. I. Ferreira, Larissa Rafaela de Paula. II. Universidade Paranaense – UNIPAR. III. Título.

(21 ed) CDD: 6515.321

## AS PLANTAS MEDICINAIS



Fonte: <https://www.brasilefato.com.br/2020/12/22/covid-19-programa-bem-viver-pauta-o-uso-de-plantas-medicinais-no-alivio-de-sintomas>

São consideradas plantas medicinais aquelas que possuem princípios ativos capazes de melhorar a qualidade de vida do indivíduo, curar ou auxiliar no tratamento de doenças.

Existem algumas espécies de plantas que quando consumidas auxiliam na prevenção ou atuam de forma adjuvante no tratamento de doenças infecciosas, devido suas ações voltadas ao sistema imunológico.

## SISTEMA IMUNOLÓGICO



O Sistema Imunológico, possui papel fundamental no corpo, sendo responsável por identificar microrganismos estranhos e combater-os por meio de reações, denominadas, resposta imune. Portanto o fortalecimento do sistema imune é essencial na prevenção de casos graves da doença.

## VOCÊ SABIA?

### O CONSUMO DE CHÁ AUMENTOU DURANTE A PANDEMIA

Existem algumas espécies de plantas que quando consumidas em forma de chá auxiliam no fortalecimento do sistema imune, outras atuam de forma adjuvante no tratamento da COVID-19 pois possuem ações que minimizam seus sintomas.



## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### UNHA-DE-GATO

Fonte: <https://www.revistaencontro.com.br/canal/atualidades/2018/08/unha-de-gato-pode-ajudar-a-tratar-os-efeitos-da-obesidade.html>

- Nome botânico: *Uncaria Tomentosa (Willd.) DC*
- Parte utilizada: cascas
- Indicação: Fortalecer o sistema imune, anti-inflamatório, antioxidante.
- Como fazer: Deve-se preparar por decocção 1 colher de sobremesa da casca para uma xícara de água. Tomar 1 xícara ao dia.
- Precauções: não deve ser consumido por Pacientes transplantados ou que farão cirurgia de transplante. Mulheres em tratamento para engravidar e pacientes em tratamento com anticoagulantes.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### ALHO

Fonte: <https://www.mundoboaforma.com.br/beneficios-do-cha-de-alho-para-que-serve-e-dicas/>

- Nome botânico: *Allium sativum* L.
- Parte utilizada: bulbo
- Indicação: Fortalecer o sistema imune, anti-inflamatório, alivia sintomas de gripes, resfriados e outras doenças pulmonares.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão 1 dente de alho em 1 xícara de água. Tomar até 2 xícaras ao dia.
- Precauções: não deve ser consumido por pessoas com problemas estomacais, hipertireoidismo, distúrbios da coagulação ou em tratamento com antitrombóticos. Contraindicado para grávidas.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### CÚRCUMA

Fonte: <https://drvinciusandrade.com.br/10-beneficios-da-curcuma-na-sua-saude/>

- Nome botânico: *Curcuma Longa* L.
- Parte utilizada: rizomas
- Indicação: Fortalecer o sistema imune, anti-inflamatório, antioxidante.
- Como fazer: Deve-se preparar por decocção 1 colher de sobremesa do rizoma para uma xícara de água. Tomar 1 xícara 2 vezes ao dia.
- Precauções: não dever ser consumido por pessoas com cálculos biliares e pacientes em tratamento com coagulantes.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### ERVA-MATE

Fonte: <https://mateinbox.com.br/blog/erva-mate/>

- Nome botânico: *Ilex Paraguariensis* A. St.-Hil.
- Parte utilizada: folhas e ramos
- Indicação: Fortalecer o sistema imune, anti-inflamatório, antioxidante.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão de 2 colheres de chá das folhas secas para uma xícara de água. Tomar 1 xícara 3 vezes ao dia.
- Precauções: Deve ser utilizada com cautela por pessoas com pressão alta, gastrite, durante a gravidez e amamentação.



## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### CHÁ VERDE

Fonte: <https://hospitalsantatereza.com.br/beneficios-do-cha-verde-para-a-saude/>

- Nome botânico: *Camellia Sinensis* L.
- Parte utilizada: folhas.
- Indicação: imunoestimulante, antioxidante, combate cansaço e estresse.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão de 1 colher de chá das folhas secas para 1 xícara de água. Tomar 1 xícara 2 vezes ao dia.
- Precauções: Pode causar constipação intestinal se consumido com frequência e não é indicado o consumo em período noturno devido a possibilidade de insônia.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### AROEIRA

Fonte: <https://www.tuasaude.com/aroeira/>

- Nome botânico: *Schinus terebinthifolia* Raddi
- Parte utilizada: casca e folhas.
- Indicação: imunoestimulante e anti-inflamatório.
- Como fazer: Deve-se preparar por decocção de 100 g da casca em 1 litro de água. Tomar 30 ml, 2 vezes/dia.
- Precauções: Consumir cautelosamente, evitando ultrapassar a quantidade diária indicada devido risco de intoxicação.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### GENGIBRE

Fonte: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2018/12/08/gengibre-ajuda-a-emagrecer-conheca-os-beneficios-do-alimento.htm>

- Nome botânico: *Zingiber officinale* Roscoe
- Parte utilizada: Rizoma .
- Indicação: Gripes, resfriados, tosse, bronquites, Irritação e inflamação da garganta, rouquidão.
- Como fazer: Deve-se preparar por decocção 1 colher de chá do rizome em 1 xícara de chá de água. Tomar 1 xícara 3 vezes ao dia.
- Precauções: contraindicado para pacientes hipertensos e gestantes devem consumir com cautela.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### GUACO

Fonte: <https://www.brasildefato.com.br/2018/05/16/guaco-planta-possui-excelente-efeito-expectorante-e-broncodilatador>

- Nome botânico: *Mikania Glomerata* Spreng
- Parte utilizada: folhas
- Indicação: Febres, gripes, resfriados e tosses.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão com 4 a 6 folhas para 1 xícara de água fervente.
- Tomar 1 xícara 2 a 3 vezes ao dia.
- Precauções: não é indicado para pessoas com hepatopatias crônicas, hipertensos graves e gravidez.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### EUCALIPTO

Fonte: <https://www.tuasaude.com/eucalipto/>

- Nome botânico: *Eucalyptus globulus* Labill
- Parte utilizada: folhas
- Indicação: Febres, gripes, resfriados, tosses, cefaleia.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão 2 colheres de sobremesa por xícara de água. Tomar 1 xícara 2 vezes ao dia.
- Precauções: não é indicado para menores de 12 anos e gestantes.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### HORTELÃ

Fonte: <https://ncultura.pt/cha-de-hortela-saiba-para-que-serve-e-como-fazer/>

- Nome botânico: *A Mentha x Piperita* L.
- Parte utilizada: folhas
- Indicação: gripes, resfriados, tosses, dor de garganta.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão 2 colheres de sobremesa de folhas secas em 1 xícara de água. Tomar 1 xícara 2 vezes ao dia.
- Precauções: algumas pessoas podem apresentar problemas estomacais com uso frequente.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



### MALVA

Fonte: <https://www.mundoboaforma.com.br/12-beneficios-da-malva-para-que-serve-e-propriedades/>

- Nome botânico: *Malva sylvestris* L.
- Parte utilizada: folhas
- Indicação: Gripes e Tosse.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão de 1 colher de sopa de folhas picadas em 1 xícara de chá de água. Tomar 1 xícara 3 vezes ao dia.
- Precauções: Não consumir grandes quantidades em um dia.

## PLANTAS ADJUVANTES NO TRATAMENTO DA COVID-19



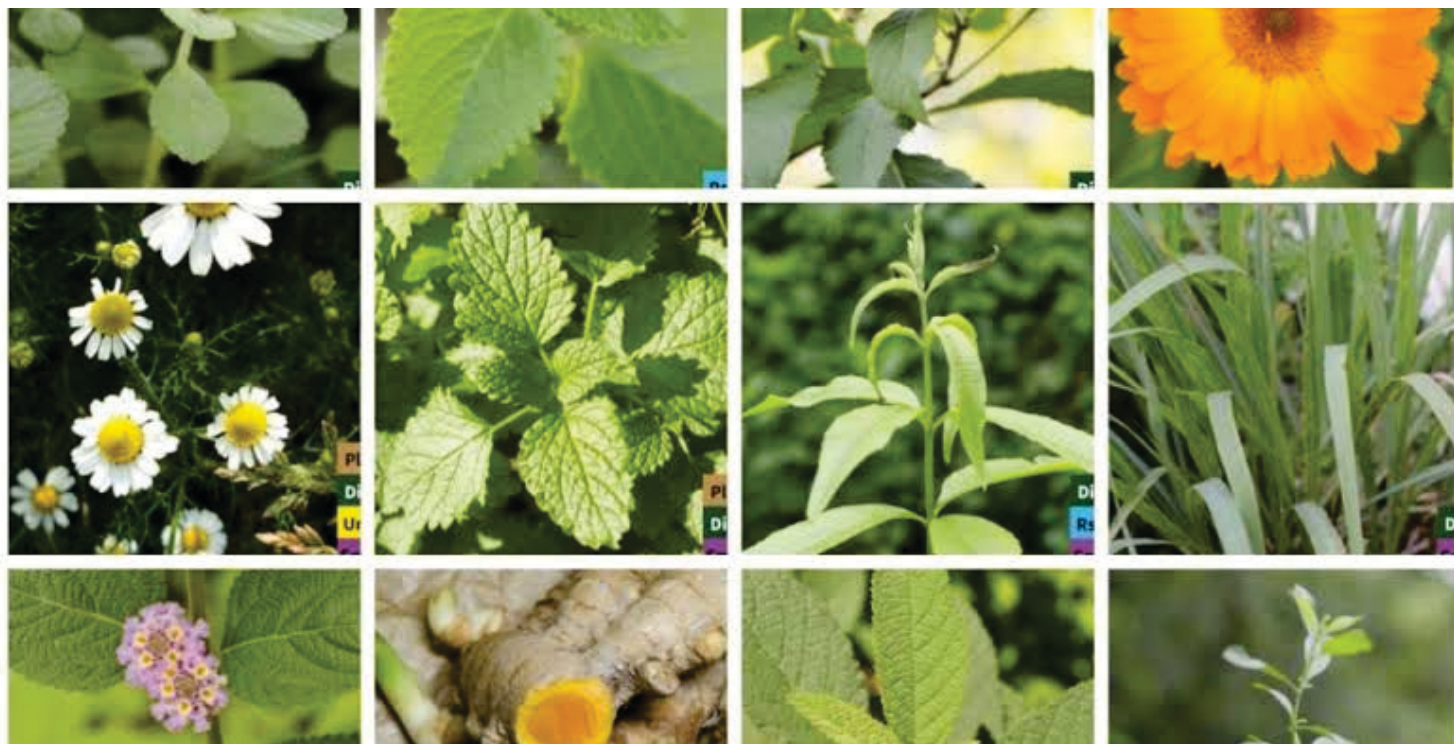
### POEJO

Fonte: <https://blog.pajaris.com.br/cha-de-poejo/>

- Nome botânico: *Mentha Pulegium* L.
- Parte utilizada: folhas
- Indicação: Gripes e resfriados, Tosse e rouquidão.
- Como fazer: Deve-se preparar por infusão de 1 colher de sopa de folhas picadas em 1 xícara de chá de água. Tomar 1 xícara 2 a 3 vezes/dia
- Precauções: Consumir cautelosamente, evitando ultrapassar a quantidade diária indicada devido risco de intoxicação.



PLANTAS MEDICINAIS  
X  
SISTEMA IMUNOLÓGICO  
PARA DOENÇAS INFECCIOSAS



Fonte: <https://ndmais.com.br/saude/com-39-itens-catalogados-florianopolis-ganha-guia-de-plantas-medicinais/amp/>

Plantas com potencial medicinal devem ser consumidas com cautela, consulte um profissional de saúde especializado.

PLANTAS MEDICINAIS  
X  
SISTEMA IMUNOLÓGICO  
PARA DOENÇAS INFECCIOSAS



[unipar.br](http://unipar.br)