



Telessaúde
UFSC



apresentam

FITOTERAPIA e AROMATERAPIA: POSSIBILIDADES NO TRATAMENTO COMPLEMENTAR DA ANOSMIA PÓS COVID-19

Farm. Ana Carla K. Prade
Coord. Farmácia Viva e Centro Municipal de Práticas
Integrativas I e II
Pref. São Bento do Sul – SC
Agosto, 2021.

COVID-19

NO BRASIL INICIO 2020, COVID-19 É CAUSADA PELO SARS-COV-2.

SINTOMAS INICIAIS:

- Distúrbios olfativos e gustativos;
- Tosse, febre, dor de garganta;
- Coriza, falta de ar;
- Distúrbios gastrintestinais: náusea, vômito, diarreia;
- Dores articulares e musculares;
- Fadiga, cefaleia.

SINTOMAS PÓS COVID-19

(*Long covid/Síndrome pós covid-19 MTC*)

OMS classifica como persistência ou aparecimento de sintomas que iniciaram durante ou após a infecção pelo coronavírus.

- Fadiga persistente; dores crônicas, sintomas respiratórios diversos, déficits cognitivos, anosmia, hiposmia, parosmia, disgeusia, ageusia, depressão, ansiedade, sintomas de estresse pós-traumático.
- Monitoramento das funções pulmonares e cardíacas.

Necessidade de racionalidades com olhar holístico.

Práticas Integrativas na recuperação pós Covid-19 São Bento do Sul, SC.

MEDICINA TRADICIONAL CHINESA: ACUPUNTURA * Priorizado*,
AURICULOTERAPIA, ACUPRESSURA, MOXABUSTÃO

REIKI

AROMATERAPIA

* FITOTERAPIA

FLORAIS

* MEDITAÇÃO

Possibilidades de Tratamento Complementar da Anosmia com Fitoterapia e Aromaterapia

Conceito de Anosmia:

- Anosmia e Hiposmia: Perda total e parcial do olfato, respectivamente.
 - Parosmia: Modificação total ou parcial do olfato.

Mecanismo proposto:

Estudos sugerem que o aparecimento da anosmia, hiposmia, parosmia é multifatorial. Pode ocorrer devido à dano viral direto aos receptores olfatórios e degeneração neuronal retrógrada das vias de condução centrais. As alterações no epitélio nasal, bulbo olfativo e mesmo as possíveis manifestações neuronais da infecção por coronavírus fazem com que o tratamento ainda não esteja elucidado.



ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Journal of the Neurological Sciences

journal homepage: www.elsevier.com/locate/jns

Clinical short communication

Smell dysfunction in COVID-19 patients: More than a yes-no question

Marco A. Lima^{a,b,*}, Marcus Tullius T. Silva^{a,c}, Raquel V. Oliveira^a, Cristiane N. Soares^{c,d},
Crissi L. Takano^a, Anna E. Azevedo^a, Raissa L. Moraes^a, Rafaela B. Rezende^a, Ingrid T. Chagas^a,
Otávio Espíndola^a, Ana Claudia Leite^a, Abelardo Araujo^{a,e}

^a Evandro Chagas National Institute of Infectious Diseases (INI), FIOCRUZ, Brazilian Ministry of Health, Brazil^b Neurology Section, Hospital Universitário Clementino Fraga Filho, The Federal University of Rio de Janeiro (UFRJ), Rio de Janeiro, Brazil^c Neurology Department, Complexo Hospitalar de Niterói, Brazil^d Hospital Federal dos Servidores do Estado, Rio de Janeiro, Brazil^e Institute of Neurology, UFRJ, Rio de Janeiro, Brazil

ARTICLE INFO

Keywords:

Olfaction disorders

COVID-19

Central nervous system viral diseases

ABSTRACT

Anosmia has been recognized as a prevalent and early symptom by many COVID-19 patients. However, most researchers have recorded smell dysfunction solely as present or absent and based on subjective evaluation by patients. We described the results of 57 consecutive COVID-19 patients seen at FIOCRUZ, Rio de Janeiro, Brazil, from April to May 2020. Data about the presence of smell loss, the onset of smell loss and other COVID-19 symptoms such as ageusia and nasal congestion or rhinorrhea were recorded. All patients at the initial consultation and 34 healthy controls underwent the Q-SIT, which is a quick disposable three-item smell identification test, by a trained physician. We compared three groups: healthy controls, COVID-19 patients with reported

Antiguidade...

Olfactory Loss Management in View of Avicenna: Focus on Neuroprotective Plants

Farnaz Sinaei ¹, Seyed Ahmad Emami ², Amirhossein Sahebkar ³, Behjat Javadi ⁴

Affiliations + expand

PMID: 28302020 DOI: [10.2174/1381612823666170316122949](https://doi.org/10.2174/1381612823666170316122949)

Abstract

Background: Loss of olfaction can cause noticeable reduction in general quality of life. Only a small portion of patients with olfactory loss respond to current medications. Thus, development of novel therapeutic strategies seems to be necessary. Looking into traditional medical knowledge can be of great value in addressing useful remedies. Traditional Persian Medicine (TPM) has been practiced in Persia for more than 2000 years. Avicenna is the most eminent Persian physician.

Objective: To survey Avicenna's views on etiology and management of olfactory loss and to search for relevant modern pharmacological data.

Methods: Avicenna's views on etiology and management (including suggested medicinal plants) of olfactory loss were obtained from "Canon of Medicine". In addition, a detailed search in ScienceDirect, PubMed, Scopus and Google Scholar databases was performed to elucidate relevant pharmacological actions and mechanisms of the plants and their major compounds with special focus on neuroprotective activity.

Allium cepa L., Aloe ssp,
Cinnamomum cassia,
Lavandua stoechas, mentha
longifolia L, Nigella sativa L.,
Piper nigrum L, Zingiber
officinale R. foram
consideradas as plantas mais
úteis para o tratamento da
perda olfativa por Avicenna.
Estudos comprovam
atividade neuroprotetora,
anti-inflamatória e
antioxidante das plantas
citadas por Avicenna.

FITOTERAPIA E AROMATERAPIA

Práticas Integrativas e Complementares inseridas em 2006 e 2018 respectivamente.

HARMONIZANDO CONCEITOS (MS)

Fitoterapia: É a terapêutica caracterizada pelo uso de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal.

Aromaterapia: A aromaterapia é prática terapêutica secular que consiste no uso intencional de concentrados voláteis extraídos de vegetais - os óleos essenciais (OE) - a fim de promover ou melhorar a saúde, o bem-estar e a higiene.

POSSIBILIDADES PARA TRATAMENTO ANOSMIA PÓS COVID

- 1. Treinamento olfativo;**
- 2. Uso tópico nasal;**
- 3. Inalações;**
- 4. Plantas Antimicrobianas e anti-inflamatórias – uso oral;**
- 5. Orientações sobre “bocejo educado”.**

1. Treinamento Olfativo:

OBJETIVO: O treinamento do olfato envolve a inalação duas vezes ao dia de três a quatro substâncias aromáticas (plantas aromáticas ou óleos essenciais) com objetivo de melhorar a plasticidade do nervo olfatório danificado e promover sua recuperação.

Protocolo ABSCENT/ABRAROMA:

O treinamento olfativo consiste em inalar 3 aromas conhecidos pelo paciente e anotar em um diário as impressões de reconhecimento e força do aroma. O reconhecimento é quando o paciente reconhece o aroma da planta que ele está vendo.

Tempo de tratamento sugerido: de 30 dias à 4 meses.

Produção do diário olfativo!

FONTE: <https://aromaterapia.org.br/anosmia-conheca-o-treinamento-olfativo-da-organizacao-abscent/>

TÉCNICA:

3 FRASCOS DE VIDRO.
3 PLANTAS ESCOLHIDAS.
1 CADERNO, 1 CANETA.
ANOTAR IMPRESSÕES DE
RECONHECIMENTO E FORÇA
DO AROMA.
PRÁTICA DE 30 DIAS A 4
MESES.
TROCAR AS PLANTAS A CADA
2 SEMANAS.



D	CAFÉ		CRAVO		CANELA	
	RECONHEÇO O CHEIRO	FORÇA DO CHEIRO	RECONHEÇO O CHEIRO	FORÇA DO CHEIRO	RECONHEÇO O CHEIRO	FORÇA DO CHEIRO
I	0 - 10	0 - 10	0 - 10	0 - 10	0 - 10	0 - 10
A		0 = NENHUMA 10 = MUITO FORTE		0 = NENHUMA 10 = MUITO FORTE		0 = NENHUMA 10 = MUITO FORTE
01						
02						
03						
04						
05						
07						
08						
09						
10						
11						
12						

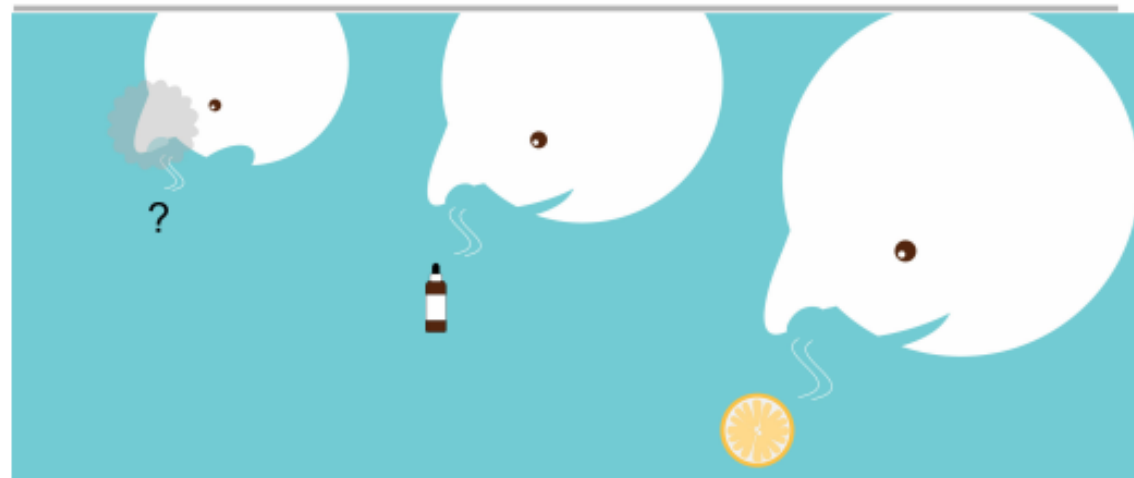
Fazer seu próprio kit é fácil

Apenas siga estes simples passos. Aqui está o que você precisa:

- Quatro frascos de 30 ml de vidro de cor âmbar com tampas (encontre-os na Amazon ou eBay)
- Papel aquarela (watercolor) e tesoura
- Óleos essenciais. Os quatro originais são rosa, limão, cravo e eucalipto, mas você pode escolher o óleo que quiser.
- Etiquetas adesivas

Instruções:

Corte quatro círculos de papel aquarela que caibam no fundo dos frascos. Coloque um disco em cada frasco. Adicione algumas gotas dos óleos essenciais a cada um dos frascos. Tampe os frascos. Mantenha os óleos essenciais na geladeira - eles ficarão mais frescos por mais tempo. Certifique-se de rotular os frascos e as tampas. Você deve ter cuidado para não misturar a tampa de limão com o frasco de rosa, por exemplo. As tampas retêm o odor do óleo essencial do frasco. Mantenha seus frascos de treinamento do olfato em algum lugar conveniente, para que você lembre-se de usá-los duas vezes por dia. Um bom lugar é ao lado da sua cama. Dessa forma, você se lembrará de usá-los logo ao acordar e antes de dormir. Seria ótimo se você pudesse manter alguns frascos em sua escrivaninha, no carro ou em qualquer outro lugar onde possa usá-los durante o dia.



O que fazer e o que não fazer:

Mantenha seus frascos de óleo essencial na geladeira. Isso os mantém frescos.

Não cheire direto dos frascos dos óleos essenciais, que são caros e têm uma vida útil limitada - a luz do sol é seu inimigo. O pequeno orifício no frasco de óleo essencial não oferece uma experiência de olfato muito intensa. É por isso que os frascos do kit são sempre preferíveis para iniciantes. Além disso, você corre o risco de tocar o óleo essencial direto no nariz e isso pode ser irritante para a pele.

Faça o treinamento do olfato em um momento tranquilo do dia, sem distrações. Tente se concentrar na sua experiência e não julgue o que está



Algumas perguntas frequentes:

P. De quanto óleo eu preciso no frasco?

A. Você só precisa o suficiente para saturar o disco de papel. Mais do que isso é apenas desperdício de óleo.

Q. Não sinto cheiro de nada! Eu fiz errado?

A. Provavelmente, não. Se você seguiu as instruções, seus frascos devem estar bem cheirosos. O disco saturado, mantido no frasco fechado com tampa, cria um cheiro muito forte. Se você não está sentindo o cheiro agora, dê tempo ao tempo.

P. Posso colocar o nariz todo dentro do frasco?

R. Isso não é recomendado. Mantenha a ponta do nariz fora do frasco.



P. E se eu quiser reutilizar o frasco, mas com óleos diferentes?

R. Você pode fazer isso, mas precisa limpar bem os frascos com água quente e sabão. Deixe-os secar bem. A tampa terá o cheiro do óleo anterior (não é bom, mas você pode improvisar e remover a parte interna da tampa, que é feita

de papel revestido de plástico branco). Em seguida, corte discos de papel aquarela e faça os novos frascos.

P. Posso usar discos de algodão dentro dos frascos?

A. Discos de algodão não são recomendados. Eles são um ótimo local para desenvolver bactérias. O papel para aquarela é absorvente, mas não contém



Kits de treinamento do olfato

Como fazer o seu próprio

Vantagem do uso da Aromaterapia no treinamento olfativo:

Conforme a escolha do óleo essencial é possível somar as características anti-inflamatórias, antialérgicas e cicatrizantes para otimizar o processo de recuperação tissular.

Além disto, no caso de um aromaterapeuta habilitado, pode-se utilizar os efeitos aromacológicos para auxiliar o paciente nos âmbitos emocionais, energéticos e vibracionais.

Verificar as contraindicações de cada óleo essencial escolhido.

Plantas	Componentes Ativos	Farmacologia	Sugestão de uso:
Alecrim qt Canfora/cineol <i>Rosmarinus officinalis</i>	Cânfora, 1,8-cineol, pineno, cafeno, borneol	Mucolítico, analgésico. CI: Hipertensos, epilepsia, crianças, gestantes, lactantes.	Em um pedaço de papel, adicionar 3 gotas do óleo, colocar em um vidro pequeno, tampar.
Limão siciliano <i>Citrus x Lemon</i>	Limoneno, terpineno, bisaboleno, geraniale, bergapteno	Antisséptico, redução da permeabilidade capilar. CI: Fototóxico	
Hortelã pimenta <i>Mentha piperita</i>	Mentol, mentona, pineno, limoneno, 1,8 cineol	Analgésico, anestésico, mucolítico. CI: Crianças abaixo de 6 anos, epilepsia	Fazer a inalação por 30 segundos, 1 a 2x ao dia Preencher o diário olfativo quanto à capacidade de identificar o aroma, força do aroma e sentimentos associados.
Lavanda francesa <i>Lavandula angustifolia</i>	Linalol, terpinen-4-ol, alfa-terpineol, acetato de linalila, acetato do lavandulila	Sedativo, antiespasmódico, cicatrizante, anti-inflamatório.	
Gerânio <i>Pelargonio graveolens</i>	1,8-cineol, fenchona, cânfora	Mucolítico, analgésico, antiespasmódico, cicatrizante	

FOLHAS DE Alecrim qt Canfora à esquerda e qt Cineol à direita.

Fonte: Silva Junior, A.A.; Michalak, E. O Éden de Eva. Florianópolis: Epagri, 2014. 227p.



2. Solução/Spray nasal:

OBJETIVO: Aplicar soluções salinas com plantas medicinais anti-inflamatórias e antialérgicas visando a hidratação e recuperação da competência ciliar e das células do epitélio olfativo. Estudos apontam que a higiene das vias respiratórias superiores podem ser medidas de prevenção de contágio.

Aqua, álcool *, extrato de sambucus nigra *, extrato de malva sylvestris *, extrato de arnica montana *, extrato de própolis *, extrato de echinacea purpurea *, extrato de calêndula officinalis *, glicerina, acácia senegal *, sal de maris, tocoferol (misturado) . beta-sitosterol, esqualeno, óleo de citrus aurantium dulcis *, óleo de Eucalyptus radiata *, óleo de folha de cinnamomum camphora *, óleo de lavandula angustifolia *, limoneno (1), linalol (1).



|| Print ISSN: 2589-7837 || Online ISSN: 2581-3935 ||

International Journal of Medical Science and Diagnosis Research (IJMSDR)

Available Online at www.ijmsdr.com

NLM (National Library of Medicine ID: 101738824)

Volume 5, Issue 1; January: 2021; Page No. 01-12

Review Article



POTENTIAL TREATMENT OPTION FOR COVID 19 RELATED ANOSMIA - CHAMOMILE (MATRICARIA CHAMOMILLA) EXTRACT NASAL IRRIGATION - A LITERATURE REVIEW.

Haider, Romella

MBBS. (Pak), LMCC (Alberta, Canada), 2nd year PhD Student, *School of Traditional Persian Medicine*, Qom University of Qom, Iran.

Conflicts of Interest: Nil

Corresponding author: Haider, Romella

DOI: <https://doi.org/10.32553/ijmsdr.v5i1.738>

Abstract:

Corona virus or Covid-19 infection that has rapidly evolved into a global pandemic shortly after its emergence in China in December 2019, demands smart, preventive and treatment recommendations especially related to its early onset symptoms. Anosmia, has now been identified among one of the earliest presenting symptoms in Covid-19 patients. Reports of anosmia in otherwise asymptomatic persons have led to interest in this sign as a potential early indicator of this disease. Medical publications about anosmia with COVID-19 are still uncertain of its causative mechanism.

Extrato de camomila (*Matricaria chamomilla*) devido à presença de Apigenina e luteolina (causando redução da infiltração de leucócitos), a-Bisabolol (antiinflamatório), Camazuleno (antiinflamatório e antipirético), Guaiazuleno (antipirético), Matricina (antiinflamatório) e outras atividades farmacológicas mencionados neste estudo podem servir como um tratamento promissor para anosmia induzida por Covid-19, especialmente quando usado como irrigação nasal.

PLANTAS PARA INSTILAÇÃO NASAL

- Matricaria chamomilla L. (apigenina, Alfa-bisabolol)
- Calendula officinalis L. (flavonoides, terpenoides, taninos, carotenoides)
- Malva parviflora ou officinalis (10-20% mucilagem)
- Plantago major L. (terpenoides, polissacarídeos)

Todas as plantas citadas acima estão no Formulário de Fitoterápicos da Farmacopéia Brasileira e todas com indicação para afeção da cavidade oral e mucosas.

Não temos receio de usar corticoides e descongestionantes nasais mas temos medo de instilar gotas de infusão em nossas narinas.....



3. Inalações (quentes e frias):

Objetivo: A inalação possibilita a absorção, por via respiratória, de vapores que contenham princípios ativos com efeito terapêutico.

A inalação caseira é uma prática comum para o tratamento de sintomas de doenças respiratórias em diversas comunidades.

Consiste em adicionar a planta aromática picada em um recipiente com água fervente e inalar os vapores produzidos, geralmente com auxílio de um papel ou pano (SAAD et al, 2016).

Plantas com perfil antimicrobiano, antialérgico e anti-inflamatório.



Possibilidades Plantas medicinais:

Plantas	Componentes Ativos	Farmacologia
Alecrim <i>Rosmarinus officinalis</i>	Óleos essenciais, flavonóides, ácidos orgânicos (rosmarínico).	Antimicrobiano, cicatrizante, descongestionante. CI: Asma, crianças abaixo de 6 anos.
Eucalipto <i>Eucalyptus sp.</i>	Óleos essenciais, Compostos fenólicos e taninos, saponinas.	Antimicrobiano, descongestionante, fluidificante. CI: menores 6 anos
Camomila <i>Matricaria chamommilla</i>	Flavonóides (apigenina, campherol, luteolina), cumarina, óleos essenciais.	Antialérgico, anti-inflamatório, cicatrizante.
Hortelã <i>Mentha piperita</i> <i>Mentha arvensis</i>	Óleos essenciais, ácidos orgânicos, flavonóides	Analgésico, antimicrobiano, descongestionante, expectorante, fluidificante.

2 colheres de sopa da planta medicinal fresca em 200ml de água fervente.

Tampar e aguardar por alguns minutos,

Destampar, cobrir a cabeça com uma toalha e inalar o vapor por no mínimo 5 minutos.

3 a 4x ao dia
Por 15 dias.

Orientar o paciente para fechar os olhos durante a prática.

Reações alérgicas não podem ser descartadas.

Inalação a frio - Aromaterapia

Plantas	Componentes Ativos	Farmacologia	Sugestão de uso:
Alecrim qt Canfora <i>Rosmarinus officinalis</i>	Cânfora, 1,8-cineol, pineno, cafeno, borneol	Mucolítico, analgésico. CI: Hipertensos, epilepsia, crianças, gestantes, lactantes.	Pingar 1 a 2 gts em fita olfativa, inalar por 30s 3x ao dia
Alecrim qt Cineol <i>Rosmarinus officinalis</i>	1,8-cineol, borneol, acetato de bornila	Antimicrobiano, expectorante. CI: Hipertensos, epilepsia, crianças, gestantes, lactantes.	No difusor pessoal 1 a 2 gts, permanecer no máximo 30 min, 1 a 2x ao dia.
Hortelã pimenta <i>Mentha piperita</i>	Mentol, mentona, pineno, limoneno, 1,8 cineol	Analgésico, anestésico, mucolítico. Crianças abaixo de 6 anos, epilepsia.	No difusor ambiental, 4 a 6 gts, dependendo do volume de água. Manter no local por no máximo 40min, 2 a 3x ao dia.
Lavanda francesa <i>Lavandula angustifolia</i>	Linalol, terpinen-4-ol, alfa-terpineol, acetato de linalila, acetato do lavandulila	Sedativo, antiespasmódico, cicatrizante, anti-inflamatório.	
Lavanda brasileira <i>Lavandula dentata</i>	1,8-cineol, fenchona, cânfora	Mucolítico, analgésico, antiespasmódico, cicatrizante	
Eucalyptus sp. Eucalipto glóbulos, radiata	1,8-cineol, terpineol, borneol, pineno, miceno	Antiviral, expectorante, fluidificante. CI: Crianças abaixo de 6 anos, epilepsia, lactantes, gestantes	

4. PLANTAS ANTI-INFLAMATÓRIAS E ANTIALÉRGICAS c/ tropismo Sistema Respiratório – uso oral

Devido à etiologia muitas vezes não definida dos sintomas pós-Covid, a utilização de plantas medicinais amplamente estudadas como adjuvantes no tratamento de sintomas persistentes das vias aéreas pode ser uma opção complementar, menos invasiva e com menos efeitos adversos.

*** Como toda PICS devem ser consideradas as particularidades de cada paciente, sendo a escolha das espécies uma decisão clínica e individualizada***

***Achyrocline satureioides* , Astaraceae**

Marcela do campo. Partes usadas: Flores

Componentes tintura: Flavonóides

Atividades: Antialérgica e anti-inflamatória.

TINTURA

Fórmula 2 (PEREIRA *et al.*, 2014)

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
Inflorescência	10 g
Alcool etílico 70% q.s.p.	100 mL

Fórmula 2: como auxiliar no alívio sintomático em afecções leves das vias aéreas superiores

Fonte: Formulário Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira 2ª ed.

Matricaria chamomilla L. , Astaraceae.

Partes usadas: Inflorescências.

Componentes: flavonóides glicosídicos (rutina), compostos fenólicos, ácidos orgânicos, óleos essenciais. (Monografia MS, 2015)

Atividade: Antiespasmódica, anti-inflamatória afecções cavidade oral (Cox-2) – Memento.

PREPARAÇÃO EXTEMPORÂNEA

Fórmula 1 (EMA, 2015)

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
Inflorescência	0,5 a 4 g
Água q.s.p.	150 mL

Fórmula 2 (EMA, 2015)

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
Inflorescência	2 a 10 g
Água q.s.p.	100 mL

Matricaria chamomilla L. , Astaraceae.

Partes usadas: Inflorescências.

Componentes infusão:

Atividade: Antiespasmódica, anti-inflamatória afecções cavidade oral

MODO DE USAR

Uso oral.

Fórmula 1. Uso pediátrico entre 6 meses e 2 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 0,5 a 1 g da droga vegetal, duas a quatro vezes ao dia (EMA, 2015).

Fórmula 1. Uso pediátrico entre 2 anos e 6 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1 a 1,5 g da droga vegetal, duas a quatro vezes ao dia (EMA, 2015).

Fórmula 1. Uso pediátrico entre 6 anos e 12 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1,5 a 3 g da droga vegetal, duas a quatro vezes ao dia (EMA, 2015).

Fórmula 1. Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos: tomar uma dose do infuso, preparado a partir de 1,5 a 4 g da droga vegetal, três a quatro vezes ao dia. (EMA, 2015).

Uso inalatório.

Fórmula 2. Uso pediátrico entre 6 e 12 anos: inalar (vaporização) o infuso, preparado a partir de 2 a 5 g da droga vegetal, até duas vezes ao dia, para alívio dos sintomas relacionados ao resfriado comum (EMA, 2015).

Fórmula 2. Uso adulto e pediátrico acima de 12 anos: inalar (vaporização) o infuso, preparado a partir de 3 a 10 g da droga vegetal, diversas vezes ao dia, para alívio dos sintomas relacionados ao resfriado comum (EMA, 2015).

Zingiber officinalis Roscoe , Zingiberaceae

Gengibre. Partes usadas: Rizoma
Atividade: Antiemético, anti-inflamatório
Componentes: óleos essenciais,

Zingiber officinale Roscoe

NOMENCLATURA POPULAR

Gengibre.

PREPARAÇÃO EXTEMPORÂNEA

Fórmula 1 (HEALTH CANADA, 2008; CARVALHO & SILVEIRA, 2010; PEREIRA *et al.*, 2017)

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
Rizoma	0,5 a 2 g
Água	q.s.

Fórmula 2 (HEALTH CANADA, 2008; PEREIRA *et al.*, 2017)

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
Rizoma	0,3 a 3 g
Água	q.s.

MTC
Planta
quente!!

Fonte: Formulário Fitoterápico da Farmacopéia Brasileira 2ª ed.

***Curcuma longa* L., Zingiberaceae**

Açafrão-da-terra. Partes usadas: Rizoma

Atividade: Imunomoduladora.

Componentes: Curcuminóides – baixa solubilidade em água!

Modo de usar: Tintura: 1 a 3ml diluídos em água, 3x ao dia por 15 dias.

Uso adulto.

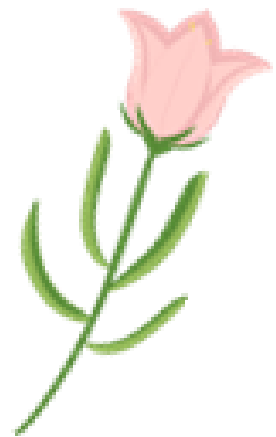
TINTURA

Fórmula 2 (PEREIRA *et al.*, 2014; EMA, 2018)

<i>Componentes</i>	<i>Quantidade</i>
Rizoma	10 g
Álcool etílico 70% q.s.p.	100 mL

5. Orientações “bocejo educado”

Equipe multidisciplinar (fisioterapeutas)



A Fitoterapia é a ciência da simplicidade. Quando a utilizamos com consciência e equilíbrio, permitimos a manifestação da obra de Deus em nossas vidas

Obrigada!

Farm. Ana Carla Koetz Prade
CRF/SC 10124

PROGRAMA DE FITOTERAPIA
CENTRO MUNICIPAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS EM
COMPLEMENTARES DE SÃO BENTO DO SUL I e II
Contato: [farmaciaviva@saobentodosul.sc.gov.br](mailto:farmacioviva@saobentodosul.sc.gov.br)



Agosto, 2021.

Perguntas e respostas

Referências bibliográficas:

1. Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopéia Brasileira. 2ª ed. Brasília: ANVISA, 2021.
2. BAUDOUX, D. O Grande Manual de Aromaterapia de Dominique Baudoux. 1. ed. Belo Horizonte: Editora Lazslo, 2018.
3. Nascimento, A. Prade, A. (2020). Aromaterapia: o poder das plantas e dos óleos essenciais. Recife: Fiocruz-PE. ObservaPICS. <http://observapics.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/06/Cuidado-integral-na-Covid-Aromaterapia-ObservaPICS.pdf>.
4. Saad, G de A. et al. Fitoterapia contemporânea: Tradição e Ciência na Práticas Clínica. 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.
5. Silva Junior, A.A.; Michalak, E. O Éden de Eva. Florianópolis: Epagri, 2014. 227p.
6. Sinaei F, Emami SA, Sahebkar A, Javadi B. Olfactory Loss Management in View of Avicenna: Focus on Neuroprotective Plants. Curr Pharm Des. 2017;23(22):3315-3321. doi: 10.2174/1381612823666170316122949. PMID: 28302020.
7. Simões, C.M.O. et al. Farmacognosia: do produto natural ao medicamento. Porto Alegre: Artemed, 2017.