

## Oriente-se com seu Farmacêutico

Dr(a). \_\_\_\_\_







CRF-SP nº \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

# Plantas Medicinais e Fitoterápicos

Este folder pode ser reproduzido, desde que citada a fonte

## Faça a coisa certa

-  Solicite a orientação do Farmacêutico antes de usar qualquer medicamento, mesmo os que não precisam de receita médica.
-  Pergunte ao Farmacêutico como conservar os medicamentos de forma correta.
-  Cuidado com as informações incorretas e com as pesquisas da internet. Consulte o Farmacêutico!
-  Quando for à farmácia, consulte o Farmacêutico. Ele deve estar sempre identificado.
-  Relate ao Farmacêutico o aparecimento de qualquer problema ao utilizar um medicamento.
-  Evite bebidas alcoólicas se estiver utilizando medicamentos.



Boldo do Chile (*Peumus boldus*) - boldo verdadeiro

Visite: [www.crfsp.org.br](http://www.crfsp.org.br)

**Diretoria  
Gestão 2024 - 2025**



**CRF SP**  
CONSELHO REGIONAL  
DE FARMÁCIA  
DO ESTADO DE SÃO PAULO

**Marcelo Polacow Bisson**  
Presidente

**Luciana Canetto  
Fernandes**  
Vice-Presidente

**Adriano Falvo**  
Secretário-Geral

**Danyelle Cristine Marini**  
Diretora-Tesoureira

**CONSELHO REGIONAL DE FARMÁCIA DO ESTADO DE SÃO PAULO**  
R. Capote Valente, 487 • Jd. América • 05409-001 • São Paulo/SP  
Tel.: (11) 3067-1450 • atendimento@crfsp.org.br

Fotos da capa: Nilsa Sumie Yamashita Wadt



**CRF SP**  
CONSELHO REGIONAL  
DE FARMÁCIA  
DO ESTADO DE SÃO PAULO



**GRUPO TÉCNICO DE  
TRABALHO DE  
PLANTAS MEDICINAIS  
E FITOTERÁPICOS**

## O que é Fitoterapia?

É a prevenção e o tratamento de doenças com o uso de plantas medicinais e seus derivados (extratos, tinturas, comprimidos, cápsulas etc.) com fins terapêuticos.

## O que é Planta Medicinal?

É a planta fresca que possui substâncias ativas, com fins terapêuticos, usada sem passar por processo de secagem.



**Boldo do jardim**  
(*Plectranthus barbatus*)

No Brasil, várias plantas são chamadas de boldo, porém a verdadeira é o boldo-do-Chile (*Peumus boldus*). Fique atento, pois todas são contraindicadas em casos de cálculos biliares!



**Cuidado com o uso indiscriminado de plantas medicinais, pois elas podem causar efeitos adversos.**

## O que é Droga Vegetal?

É a planta medicinal que sofreu processo de secagem e estabilização.

## O que é Fitoterápico?

Produto obtido de matéria-prima ativa vegetal, exceto substâncias isoladas, com finalidade profilática, curativa ou paliativa, incluindo medicamento fitoterápico e produto tradicional fitoterápico, podendo ser simples, quando o ativo é proveniente de uma única espécie vegetal medicinal, ou composto, quando o ativo é proveniente de mais de uma espécie vegetal (RDC ANVISA n° 26/2014).

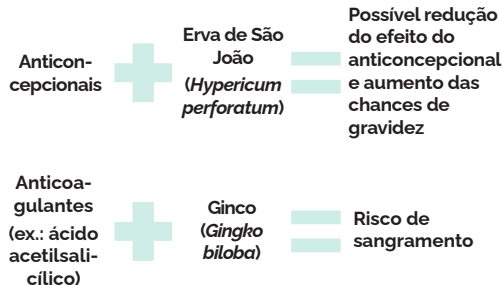


**O que é natural pode fazer mal! Por isso, cuidado com produtos e informações via internet que ofereçam curas milagrosas.**



## Você sabia?

O uso de plantas medicinais e/ou medicamentos fitoterápicos com medicamentos sintéticos, bebidas e alimentos pode causar riscos à saúde devido a interações medicamentosas. Exemplos:



## Dicas e orientações

### Formas de preparo de chás



### Decocção

Indicação: cascas, raízes, caules, sementes, folhas rígidas e frutos secos.

Preparação feita por fervura em água potável para uso em até 24 horas.



### Infusão

Indicação: folhas, flores, inflorescências e frutos frescos.

Preparação que consiste em despejar água quente (início da formação de bolhas) sobre a planta e, em seguida, tampar. Consumir após o preparo, morno ou frio.



O farmacêutico está à sua disposição nas farmácias e unidades públicas de saúde. Procure o farmacêutico para esclarecer suas dúvidas e se orientar sobre plantas medicinais e/ou medicamentos fitoterápicos, seus riscos, cuidados, modo de usar e perigos quando misturados com outras substâncias.

\*\*\*  
**FARMACÊUTICO**  
O PROFISSIONAL  
QUE CUIDA  
DA SUA SAÚDE

**PARA MAIS INFORMAÇÕES  
CONSULTE O FARMACÊUTICO**