

Fitoterapia para o sistema digestivo

A fitoterapia é interessante no uso para o sistema digestivo. As principais alterações desse sistema são: dispepsia (indigestão), gastrite, úlcera gástrica e duodenal, flatulência (gases), constipação intestinal, diarreia aguda e crônica, colelitíase (cálculo biliar, pedra na vesícula, litíase biliar), hepatite aguda e crônica, obesidade, discinesias biliares, retenção de líquidos, uremia (sangue na urina), aterosclerose, anemia, colecistites (inflamação da vesícula biliar), edemas associados a hepatopatia, parasitose intestinal, digestão lenta, cólica abdominal e menstrual, indigestão, náusea, vômito, discinesia hepatobiliar, estomatite, glossite, gengivite, aftas, teníase, ascaridíase, enterobiose, hemorróidas, candidíase oral, helmintos, hipercolesterolemia.

As principais propriedades terapêuticas dos fitoterápicos que procuramos usar para esse sistema são: anti-diurético, anti-emético (que impede ou previne o vômito), anti-histamínico, carminativo (que alivia flatulência e acalma dor), colagogo (que estimula o fluxo da bile da vesícula para o duodeno), colerético (que promove a secreção da bile), diurético, gastro-protetor, hepato-protetor, inibidor de gastrina (que inibe a produção de gastrina), laxante de ação química (que induz fezes mais líquidas por sua estrutura química), laxante formador de volume (que gera um bolo fecal por sua estrutura física), lubrificante, aperitiva, eupéptico (digestivo, que facilita digestão), antibacteriano, antioxidante, antiulcerogênica, antiespasmódico, espasmolítico, antiinflamatório, hiperglicemiante, estimulante do apetite, citoprotetor da mucosa gástrica, emenagogo (que age em vômito), antiparasitário, anti-anorexia, antimicrobiana, hipoglicemiante, analgésico, antisséptico, antifúngico, antibiótico, antitumoral, tripanossomicida, ativador da secreção gástrica e salivar, anti-helmíntico, aperiente, hipocolesterolemiantes, amebicida, anti-leishmania.

As principais plantas utilizadas são:

1. Alcachofra: aperitiva, eupéptico, hepatoprotetora, colerético, colagogo, hipolipemiante, diurético, citotóxico in vitro para CA de útero e naso faringe, laxante suave, usado para hepatite, prevenção de hepatotoxicidade, colelitíase, discinesias biliares, constipação, retenção de líquidos, lipemia, uremia, aterosclerose, auxiliar em anemia.
2. Alecrim: antibacteriano, antioxidante, inibidor de tumores dérmicos, hepatoprotetor, colagogo, colerético, carminativo, antiulcerogênica, antiespasmódico, espasmolítico, antiinflamatório, redução de permeabilidade vascular (melhora a atividade circulatória em MMII), diurético uricosúrico, hiperglicemiante, usado para hepatopatias, colecistites crônicas, flatulência, hipotensão arterial, edemas associados a hepatopatia, cólicas menstruais e abdominais, tônico geral para convalescência, irregularidades menstruais, artrose (em uso local como antioxidante).
3. Artemísia: estimulante do apetite, eupéptico, colerético, colagogo, antiespasmódico, citoprotetor da mucosa gástrica, emenagogo, diurético suave, antiparasitário intestinal, anti-reumático, antiinflamatório, hemostático, usado para anorexia, dispepsia atônica, parasitose intestinal, dismenorréia,

- metrorragia de sangue escuro, crônica e fluida.
4. Carqueja: hepatoprotetor, colagogo, anti-úlceras, antimicrobiana, hipoglicemiante, antiinflamatório, analgésico, diurético, hipotensor via diurese, uterotônico, usado para anorexia, dispepsia, gastrite, constipação intestinal, litíase biliar, diabetes.
 5. Cravo-da-índia: anestésico local, antisséptico, antifúngico, antibiótico, parasiticida, antimicótico, inibidor da agregação plaquetária, antiespasmódico, antiinflamatório, antihistamínico, usado para artrose (uso externo), micose localizada, flatulência, digestão lenta.
 6. Funcho ou erva-doce: antiespasmódico, anti-hipertensivo, antimicrobiano, hepatoprotetor, vasodilatador, aumenta lactação, aumenta leucometria, usado para cólica abdominal e menstrual, dispepsia, digestão lenta, distensão abdominal, flatulência, diarreia pastosa e crônica, anorexia, hipogalactemia, dismenorréia, irregularidade menstrual.
 7. Espinheira-santa: anti-ulcerogênica, antibacteriana, antitumoral, analgésico, tranquilizante, tripanossomicida, usado para úlcera gástrica e duodenal, gastrite, digestão lenta, constipação intestinal, cicatrizante (uso externo).
 8. Boldo: hepatoprotetor, colerético, colagogo, ativador da secreção gástrica e salivar, espasmolítico, antiinflamatório, antimicrobiana, laxativo, anti-helmíntico, diurético, usado para hepatite, litíase biliar, colecistite, indigestão, náusea, vômito, constipação intestinal.
 9. Sálvia: hipoglicemiante, eupéptico, aperiente, antimicrobiano, mucolítico, antiespasmódico, colerético, hipotensivo, depressor do SNC, tônico em astenia psicofísica, ativador de memória, inibidor de colinesterase, emenagogo, emoliente, adstringente, cicatrizante, antioxidante, usado para síndrome climatérica, irregularidade menstrual, sudorese de extremidades, anorexia, discinesia hepatobiliar, diabetes, na supressão da lactose, tônico capilar (uso local), estomatite, glossite, gengivite, aftas.
 10. Tangerina: digestivo, eupéptico, normaliza peristalse, sudorífico, expectorante, inotrópico positivo no coração, redutor de colesterol, antiedematoso, antiinflamatório, usado em indigestão, digestão difícil ou lenta, distensão abdominal, plenitude gastrointestinal, flatulência, fezes amolecidas, vômito, gripe, resfriado com secreção branca e abundante, anorexia.
 11. Abóbora: anti-helmíntico, efeito sobre hipertrofia prostática, usado para helmintos (tênia, oxiúros e áscris), hipertrofia prostática benigna.
 12. Romã: antidiarrêico, antibacteriano, anti-helmíntico, antiviral, antifúngico, hemostático, diurético, hipoglicemiante, amebicida, usado para diarreia crônica, cólica intestinal, diarreia aguda com muco, pus e sangue, teníase, ascaridíase, enterobiose, faringite, amigdalite, afta, gengivite, sangramento (menstrual, gengivas e melena), hemorróidas (uso local).
 13. Goiaba: antidiarrêico, espasmolítico, antimicrobiano, hemostático, hipoglicemiante, antiinflamatório, usado para diarreia, infecção intestinal, leucorréia, coadjuvante na diabetes, inflamação da orofaringe e candidíase oral.
 14. Caju: folha é gastroprotetor, analgésico, antifúngico, resina é antiinflamatória, antibacteriana, antifúngica, molusquicida, tegumento é antiinflamatório, córtex é antiinflamatório, anti-leishmania, protetor contra diabetes, usado para folha epigastrite, aftas, diarreia, resina bronquite, parasitose intestinal, ulceração crônica da pele, folha e córtex diabetes, lesão da pele, afta, faringite, leucorréia.
 15. Cáscara sagrada: laxante por contato, colagogo, usado para constipação intestinal, como estimulante do apetite.

16. Sene: laxante, usado para constipação por inércia intestinal, hemorróida, fissura anal, purgativo.
17. Tamarindo: laxativo, antimicrobiano, diurético, eupéptico, antitérmico, usado para constipação, febre, refresco, gastrite, dermatofitose.
18. Babosa: laxante, emoliente, umectante, antiinflamatória, imunoestimulante, imunomoduladora, colagogo, colerético, cicatrizante de queimaduras, tônica, anti-helmíntico, usado para constipação, queimaduras, psoríase, eczema, asma, câncer, hemorróidas, helmintos.
19. Plantago ovata: laxante suave, diurético suave, hipocolesterolemizante, usado para hipercolesterolemia, constipação intestinal, hipertensão arterial.
20. Dente-de-leão: aumenta secreção do suco gástrico e salivar, estimula bile, vesícula e fígado, laxante suave.
21. Manjerição: estimulante digestivo, carminativo, anti-espasmódico, anti-febril, sudorífico, diurético, anti-reumático.

Cuidados: muitas das plantas não podem ser usadas durante a gravidez.

Bibliografia sugerida:

- “Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas”, Harri Lorenzi, F. J. Abreu Matos, Editora Instituto Plantarum, 2ª edição, 2008.
- “Fórmulas mágicas”, Dr Alex Botsaris, Editora Nova Era, 4ª edição, 2006.
- “Farmacognosia: da planta ao medicamento”, Cláudia Maria Oliveira Simões et al., Editora da UFSC, 6ª edição, 2007.
- “Formulário médico-farmacêutico de fitoterapia”, José Carlos Tavares Carvalho, Editora Pharmabooks, 2ª edição, 2005.
- “Fitoterápicos antiinflamatórios”, J. C. T. Carvalho, Editora Tecmedd, 2004.
- “Plantas que curam: cheiro de mato”, Sylvio Panizza, Editora Ibrasa, 28ª edição, 1997.
- “Monografia de plantas medicinais brasileiras e aclimatadas”, Benjamin Gilbert, José Luiz Pinto Ferreira, Lúcio Ferreira Alves, Editora Fundação Oswaldo Cruz, Abifito, 2005.
- “Guia das plantas medicinais”, Editora Rideel, 2002.