

Fitoterapia para o sistema genito-urinário

A fitoterapia é interessante no uso para o sistema genito-urinário porque não causa diurese, causa aquarese (perde água sem perder sódio e potássio). Nesse sistema pode-se tratar edema, infecção e inflamação do sistema urinário, como estimulante imunológico, anti-bacteriano, desintoxicante, contra litíase (cálculo renal), etc.

As principais plantas utilizadas são:

1. *Orthosiphon aristatus*: ação anti-microbiana, antiinflamatório, diurético, evita cálculo urinário, diminui tamanho da pedra renal para eliminá-la.
2. *Phyllanthus niruri* (quebra-pedra): adaptógeno, anti-microbiano em hepatite B, reduz carga viral em AIDS, diurético, litolítico, melhora filtração glomerular, , pode dr diarréia e hipotensão em altas doses, contra-indicado em gravidez e lactação.
3. *Persea gratissima* (abacate): diurético, bom para o parênquima renal, antiinflamatório, emenagogo, contra-indicado na gravidez e lactação, bom durante convalescença, diminui ácido úrico de gota, anti-microbiano, anti-reumático.
4. *Equisetum sp* (cavalinha): cicatrizante forte, diurético, leva a hipotireodismo, equilibra centro de saciedade, lava vias urinárias e impede volta de pedras renais.
5. *Echinodorus macrophylla* (chapéu-de-couro): diurético, cardiotônico, hipertoreoidismo, aumenta iodo, laxante leve, previne constipação, aumenta o risco de derrame cerebral em hipertenso, melhora hemodinâmica, aumenta q quantidade de sangue que circula nos rins, aumentando diurese.
6. *Taraxacum officinale* (dente-de-leão): serve para vários sistemas, diurético, aquarético, gastro-intestinal, circulação, músculo-articular, protege mucosas e úlceras na bexiga e gástrica, diminui hematúria, diminui reabsorção de açúcar, contra inflamação de vias urinárias, rins e bexiga.
7. *Bauhinia fortificata* (pata-de-vaca): hipoglicemiante, diurético, proteção dos capilares dos glomérulos.
8. *Costus spicatus* (cana-do-brejo): antireumático, diurético contra cólica renal, nefrite, cálculo renal e cistite, adstringente, move águas paradas no corpo, depurativo, diaforético, contra diabetes, gonorréia, sífilis, leucorréia, abortivo.
9. *Barbatimão*: anti-úlceras, anti-microbiano de amplo espectro, adstringente para feridas.
10. *Mikania hirsutissima* (cipó-cabeludo): alivia dor de cólica, diurético, aumenta micção e diminui eliminação de albumina, cicatrizante, elimina uréia, diurético, analgésico, antiinflamatório, tóxico a longo prazo.

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.