Oriente-se com seu Farmacêutico

Dr(a). _____

CRF-SP nº _____

Tel.: _____

Este folder pode ser reproduzido, desde que citada a fonte

Plantas Medicinais e Fitoterápicos

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.

Farmácia é estabelecimento de saúde

Esse direito é de todos

Farmácia - Estabelecimento de Saúde

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

Este folder está disponível para download no Portal CRF-SP

Visite: www.crfsp.org.br

Diretoria
Gestão 2022 - 2023

Marcelo Polacow Bisson
Presidente

Adriano Falvo
Secretário-Geral

Luciana Canetto Fernandes
Vice-Presidente

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

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:

Anticoncepcionais	+	**Erva de São João (*Hypericum perforatum*)**	= **Possível redução do efeito do anticoncepcional e aumento das chances de gravidez**
Anticoagulantes (ex.: ácido acetilsalicílico)	+	**Ginco (*Gingko biloba*)**	= **Risco de sangramento**

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.

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE O FARMACÊUTICO