

# Fitoterapia 3



**MODO DE SECAGEM NATURAL DE ERVAS.**

## Preparo dos chás

### Raízes - folhas - flores e sementes

#### 1 Colher de sobremesa para cada 1 xícara de água.



Vejamos a seguir alguns cuidados e procedimentos para o correto uso das plantas medicinais.

– Identificar bem a planta e colhê-la em lugar longe de qualquer poluição, além disso, colhê-la de preferência de manhã após a secagem do orvalho da noite. Evitar colher após as chuvas;

– colher folhas adultas, bem formadas, limpas, evitando as folhas secas;

As sementes ao serem colhidas devem estar maduras e secas;

– para fazer chá pode-se misturar 8 a 9 plantas para uma pessoa adulta, 6 a 7 para pessoas muito idosas e 3, 4 ou 5 para crianças, dependendo da idade.

O máximo de mistura que o organismo tolera é de 9 plantas para pessoas muito fortes.

– um adulto beberá em média 800 ml de chá ao dia ou até 1 litro. As pessoas muito idosas, acima de 65 anos apenas 700 ml ou 600 ml.

-As crianças começarão com 100 ml, 200 ml, 300 ml e assim conforme a idade irá aumentando até chegarem a 500 ml, por volta de 6 anos;

– Raízes e sementes são necessários ferver um pouco para usar, cerca de 5 minutos.

-Folhas e flores não se devem ferver, mas apenas fazer infusão, isto é, despejar água fervente sobre ela e depois deixar tampadas por 10 minutos, em seguida coar e guardar em recipiente de vidro, porcelana ou plástico bem duro;

– quanto de erva se coloca no chá? Não é a quantidade que vai curar, mas sim a qualidade.

Nunca fazer chá muito forte porque intoxica e não será todo aproveitado pelo organismo.

Se pega com três dedos juntos (polegar, indicador e médio) uma boa pitada de erva seca

o tanto de uma colher das de café de cada planta a ser misturada e se coloca na vasilha adequada para seu preparo.

Quando as plantas forem colhidas na hora pode-se colocar até o dobro da pitada, porque a planta verde não está tão concentrada como a seca;

– importante saber beber o chá. Deve-se beber dentro de 8 horas para que não oxide e perca valor medicinal. Portanto se o chá foi feito de manhã às 8 horas deve ser consumido aos poucos até às 16 horas;

– a planta seca necessita de maior tempo de infusão do que uma erva verde.

Muitas pessoas não sabem fazer chá de forma correta e para levar chá para o trabalho etc, acabam abandonando o tratamento. para facilitar tratamento a fitoterapeuta Andressa marvila desenvolveu as formulas medicinais de composto de ervas para tratar as doenças com tintura fitoterápica em gotas. facilitando o tratamento e a posologia ideal para tratamento das doenças.

## Infusão

A infusão é o preparo do chá em que as ervas ficam na xícara e a água fervente é jogada sobre as ervas, deixando a mistura descansar por 5 a 10 min.

## Decocção

□ Uso externo: Infusão - 30 a 50 g da planta para 1 L de água. Utilizar morno. Realizar compressa ou banho.

1 colher de chá de ervas frescas pesa 5 gramas;

1 colher de sopa com raízes esmigalhadas pesa 8 a 10 gramas;

1 colher de sopa de ervas secas pesa de 4 a 5 gramas;

1 colher de sopa de flor pesa 3 gramas;

1 colher de café de fruto seco pesa 1 grama;

– para secar se utiliza um pouco de sol, forno brando, ou melhor, pendurá-las num local bem ventilado;

– A parte mais forte de uma planta é a semente, depois a raiz, o tronco, as folhas e flores;

Na decocção é feita quando as partes da planta são fervidas juntamente com a água, durante 5 a 10 minutos. Ela é indicada para preparar bebidas a partir de caules, raízes ou cascas das plantas.

□ Uso interno: Infusão - 1 colher de folhas secas para 1 xícara de chá (150 ml) de água.

A infusão deve ser tomada, ainda morna, de 2 a 4 vezes ao dia.

1 litro de líquido equivale de 4 a 5 xícaras;

1 colher de chá equivale a 25 gotas;

1 colher de chá de ervas secas pesa de 2 a 3 gramas;

1 colher de sopa de ervas frescas pesa de 8 a 10 gramas;

1 colher de sobremesa equivale a metade da colher de sopa;

\*Usam-se 20 gramas de ervas verdes para 1 litro de água;

\*Usam-se 10 gramas de ervas secas para 1 litro de água;

1 copo americano equivale a uma xícara de chá.

## **O PODER DAS ERVAS**

Ervas

Alcachofra: vesícula, rins, fígado, pressão alta, emagrecer, depurativa.

Amora: calores da menopausa, repõe hormônios

Baleeira: reposição hormonal, dores do corpo.

Calêndula: antialérgica, mulher com ameaça de aborto, depurativa, para rins

Carobinha do campo: depurativa, anti-inflamatória, digestiva, anticancerígena, rins/bexiga

Carqueja: para anemia/leucemia, problemas digestivos, fígado, rins, excelente depurativa. Pessoas muito magras ou com a pressão muito baixa poderão rejeitar a carqueja.

Cavalinha: rins, antialérgica, fígado, pressão alta, limpar o sangue, prostatite, câncer.

Cipó Azogue: problemas de pele (psoríase, sarna, manchas brancas) é bom usar diurético, pois tende a prender a urina

Cipó Mil Homens: não pode ser usado por pessoas cardíacas. Para câncer, malária e vários vírus diferentes. Chá Cipó Mil Homens +

terra + água = emplasto para curar várias doenças

Cipó Suma: eleva imunidade, problemas de pele, garganta inflamada, amigdalite

Cordão de Frade: antibiótica, combate dores no corpo (coluna), tétano, rins, fígado.

Dente de leão: depurativo, fígado, vesícula preguiçosa, deveria se comer como salada.

Erva de Bicho: hemorroidas, elimina fascíola hepática.

Erva de Santa Maria: só pode ser usada 8 dias pelos adultos e 5 dias pelas crianças. Mata vermes usando chá.

Erva de São João: cura vitiligo, corrimentos/coceira, depurativo, antibiótico.

Espinheira Santa: gastrite, úlceras, problemas estomacais, gases, limpar o sangue, problema de pele, rins.

Folha de Parreira: reposição hormonal (chá)

Jambolão: diabetes.

Losna: combate vermes, mas é muito tóxica só pode tomar no máximo 12 dias.

Macela: digestão, fígado, gastrite, pressão alta.

Melão de São Caetano: malária, problemas menstruais, hemorroidas, mata vírus da malária (dá síndrome do pânico), Parkinson, corrimentos.

Mentrasto: depressão (em 30 ou 40 dias cura), para pessoas nervosas, rins, reumatismo.

Nogueira Pecã: calorões da menopausa, não pode ser misturada com outras ervas.

Pariparoba: repõe hormônios

Pata de Vaca: diabetes, rins, bexiga, antibiótica.

Pitanga: curar próstata (de 20 a 40 dias cura prostatite com chá)

Sabugueiro: sarampo, febres, reumatismo, dores no corpo.

Sete Sangrias: colesterol, pressão alta, depurativa.

Tanchagem: amígdalas, garganta, deixar de fumar, pressão alta, gastrite, úlcera, problemas renais, antibiótico, câncer.

Tarumã: especial para tétano, limpar sangue, pressão alta, colesterol, emagrecer (pessoas muito magras não aceitam bem, não usar mais que 15 dias)

Terramicina: antibiótico, nem todo corpo aceita bem.

Trapoeiraba: herpes, rins, bexiga, depurativa.

## Alimentação

A alimentação moderna é oportuna para a ação dos parasitas no corpo.

Varizes e hemorroidas = sangue sujo

Muita carne, produtos de origem animal, farinha e açúcar brancos, produtos industrializados, tudo isso suja o sangue.

Quatro tipos de alimentos fundamentais pro ser humano: sementes, frutas, verduras e raízes.

Tratar-se com remédios de nada adianta porque o lixo que está dentro do corpo não é eliminado.

“Teu remédio é teu alimento. Teu alimento é o teu remédio”

## Hipócrates



Febre interna: quem tem bronquite, tuberculose, malária, asma, epilepsia, tá sempre gripado. Para curar: aplicar argila sobre o ventre, jejum, banhos alternados frios e quentes, sabugueiro, limão, sete sangrias, carobinha do campo.

Beber água é fundamental.

## Fator Emocional

Quando a pessoa fica doente, é preciso se perguntar: o que está te faltando?

Normalmente é falta de amor, carinho, atenção.

Cerca de 90% das doenças têm fundo emocional.

Se não se está de bem com a vida, o corpo padece. Uma pessoa contente produz endorfina, esse é o hormônio da saúde.

Tem que saber perdoar, somente perdoando é que se tem paz.

Medo é um veneno para o corpo! O que me dá medo, vem atingir-me.

O que estraga a saúde de uma pessoa é ficar pensando no passado e no futuro, ao invés de viver no presente.

Doenças incuráveis não existem, existem pessoas incuráveis

## Doenças de pele

Psoríases, erisipelas, acnes, vitiligo, sarna

O que aparece na pele não é doença, é defesa orgânica. Quando entra muito lixo no organismo e ele não é eliminado, o corpo manda pra pele.

Cerca de 30% do oxigênio que precisamos entra pela pele.

A vitalidade da pele pode ser reativada com banhos alternados quente e frio.



Comer demais produtos de origem animal + prisão de ventre = sangue intoxicado.

Cura: problemas internos devem ser eliminados com chá de cipós azougue, suma e mil homens;

bardana; jejum; saunas; óleo de andiroba, óleo de copaíba (mata bactérias, vírus e é analgésico).

Dores no corpo Sangue sujo traz dor principalmente nas juntas.

Tétano: dor no nervo ciático, dor na coluna, pescoço duro, travado. Pessoas que foram vacinadas trazem a bactéria do tétano preso no corpo.

Sarampo: aumenta ainda mais a dor.

Doença de Chagas: principalmente dor nas juntas.  
Fascíola Hepática.

Cura: 5 cebolas + 3 cabeças de alho + 500 g de mel. Bate no liquidificador. Uma gota de óleo de copaíba por cada 10 kg de peso. Escalda pés por 20 minutos por 10 dias seguidos. Cordão de frade, Tarumã, argila aplicada no local onde tem dor. Se a dor for causada pelo mau funcionamento da tiróide.

### Doenças do coração

A gasolina do coração é o sangue, quando ele está sujo é que há doença cardíaca.

Miocardite, enfartes, coronárias... Pode ser problema de tiróide também.

Cura: cebola + alho + mel. Tomar 3 colheres de chá por dia, após as refeições, durante 20 dias. Chá de sete sangrias para fortificar o coração. Carobinha do campo. Dente de leão. Chapéu de Couro. Chá de Bugre ou Guacatonga.

## Prostatite

Fascíola hepática. Herpes. HP Vírus.

Cura: Argila com chá de cipó mil homens aplicado na próstata. Chá de Quina tomado somente por 10 dias. Cebola + alho + mel. Pitanga (chá da folha) por 30 ou 40 dias junto com a Cavalinha como diurético, após tirar a fascíola com as indicações anteriores. Tb Tanchagem.

## Enxaqueca

A dor é um grito da natureza pedindo socorro.

Encefalite japônica. Sarampo. Fascíola Hepática

Cura: escalda pés até o meio da canela durante 20 minutos em 10 dias. Chá de Cordão de Frade. Chá de Cipó Mil homens (pra quem não tem pressão alta). Gervão. Carobinha do Campo. Tanchagem. Cebola + alho + mel. Óleo de Copaíba tomar diariamente 1 gota por cada 10 kg de peso. Argila aplicada na parte que dói.

## Herpes

Simples. Zoster. Circinado.(a terceira só 3 ervas que dão resultado: chapéu de couro, cipó mil homens ou cipó azogue. Ou cebola + alho + mel)

Para curar herpes Simples e Zoster: cipó suma, chá de bugre

## Diabete

Vermes trancando o pâncreas. Se não tirá-los de lá não adianta tomar remédios.

Cura: aplicar argila misturada com chá de cipó mil homens (misturar com o chá morninho) sobre o pâncreas durante a noite durante 15 dias. Chá de Erva de Santa Maria. Carqueja. Pata de Vaca. Jambolão. Douradinha do Campo. Carobinha do Campo. Erva de Bicho. Sementes de laranja (200 gramas, torradas, moídas) tomar uma colher de chá em jejum com água.

## Vermes



Cura: Erva de Santa Maria por no máximo 10 dias. Cipó Mil Homens. Melão de São Caetano. Semente de Limão. Semente de Abóbora (90 g) + açúcar + leite em 2 dias sai. Água de coco o dia inteiro. Carqueja. Pata de Vaca. Losna. Casca de Romã.

#### Aids

Fármacos demais abaixando imunidade. Agrotóxicos. Cola de sapateiro. Dormir no quarto fechado com veneno para insetos. Negativismos em excesso baixa imunidade.

O vírus da Aids é oportunista, se aproveitando do momento em que a pessoa está com baixa imunidade.

Cura: Cipó Azogue e Cipó Mil Homens. Cipó Suma pra levantar imunidade. Óleo de Copaíba. Própolis. Nogueira Pecã. Carobinha do Campo. Cordão de Frade. Só alimentos vivos, naturais. Apanhar sol.

#### Câncer

O que colabora para que a doença se estabeleça: parte emocional, fármacos em excesso, agrotóxicos, porque abaixam a imunidade. Produtos que têm álcool isopropil: xampus, cosméticos, açúcar branco, café descafeinado, refrigerantes... cria uma situação no fígado que permite a entrada da Fascíola Hepática.

Cura: eliminar a Fascíola Hepática primeiro = argila + cipó mil homens. Chá de quina (10 dias). Cebola + alho + mel (em 20 dias). Chá Gervão (20 dias) Cipó Mil Homens (12 dias). Carqueja (20 dias), Carobinha do Campo (23 dias). Losna (12 dias) Pitanga (25 dias). Assim que eliminar a Fascíola as células cancerosas vão caindo, diminuindo, em cerca de dois ou três meses está curado. Depois disso: Tanchagem, Salsaparrilha, Calêndula. Evite os produtos animais.

#### Insônia

Os rins não estão trabalhando bem, provavelmente vermes. Entamoeba histolítica na cabeça. Stress. Depressão.

Cura: chás de alfafa, cordão de frade. Prato de salada de alface. Escalda pés por 20 minutos durante 10 dias. Cipó mil homens com argila.

Gastrite

Causas principais: carne, café, açúcar e cigarro.

Cura: Espinheira Santa. Carobinha do Campo. Carqueja, Gervão. Macela. Óleo de Copaíba. Aplicar argila com chá de cipó mil homens na barriga. Comer bastante cenoura crua. Purê de batata. Evite leite, somente o iogurte feito em casa.

Problemas de coluna

Tétano. Tuberculose. Sarampo. Calcificações. Fascíola Hepática. Meningite. Desvios.

Cura: Tarumã. Cordão de Frade. Tanchagem. Terramicina. Folha de bananeira. Óleo de Copaíba. Cebola + alho + mel. Carobinha do Campo. Se for vírus da meningite = quina (só por 10 dias).

Osteoporose

Aplicar argila na paratireoide.

## ANEMIA E AS ERVAS .

A principal característica da anemia é a baixa concentração de glóbulos vermelhos (Eritrócitos ou Hemácias) no sangue, que são responsáveis pelo transporte de oxigênio pelo organismo.

Costuma-se acreditar que a anemia é causada pela falta de ferro no organismo, mas nem sempre é assim... existe uma relação importante entre o ferro e a saúde das hemácias, já que a hemoglobina, proteína responsável pela captação do oxigênio, depende do ferro para realizar esta função. Mas as origens podem ser diferentes dependendo do tipo de anemia e em alguns casos a pessoa pode ter muito ferro no organismo, e ainda assim ter um grave quadro de anemia.

Desta forma, existem vários tipos de anemia, dependendo de sua origem, ou do fator que a desencadeia, podendo ocorrer

principalmente por carência de nutrientes ou por alteração genética.

### **Algumas das causas para se desenvolver anemia são:**

- Elevada destruição de hemácias pelo corpo.
- Pouca produção de hemácias pela medula óssea.
- Perda de hemácias e ferro através de sangramentos (Doenças hemorrágicas, câncer de intestino, ferimentos, etc.).
- Deficiência nutricional (Ferro, Zinco, Vitamina B12, proteínas)
- Problemas genéticos (Anemia falciforme)

Os sintomas gerais da Anemia são:

- Anorexia (falta de apetite).
- Apatia (crianças muito “paradas”).
- Câimbras.
- Dificuldade de aprendizagem (nas crianças).
- Dor no peito.
- Fadiga generalizada.
- Falta de ar.
- Hipertensão.
- Indisposição para o trabalho.
- Palidez de pele e mucosas (parte interna do olho, gengivas). A palidez cutânea, muitas vezes pode ser identificada até por leigos, nos pacientes de pele negra, a palidez cutânea terá maior dificuldade em ser identificada.
- Taquicardia (aceleramento do coração).
- Confusão mental (anemia profunda)
- Perda de peso (anemia profunda)

O diagnóstico de anemia pode ser realizado por exame de sangue (Hemograma) é realizado quando esses valores da hemoglobina e do hematócrito estão abaixo do valor de referência:

- Hematócrito normal: 41% a 54% nos homens ou 35% a 47% nas mulheres.
- Hemoglobina normal: 13 a 17 g/dL nos homens ou 12 a 16 g/dL nas mulheres.

Atenção: Mulheres em período menstrual podem apresentar valores mais baixos, mas isso não significa um quadro de anemia.

## ANEMIA AGUDA

Acontece em algum momento em que haja uma perda de sangue, como por exemplo, um acidente, uma hemorragia, no pós parto, etc. Ao ser sanado o problema, o sangue volta à sua condição saudável.

## ANEMIA FERROPRIVA

Talvez a mais comum entre as anemias. Esta é aquela mais conhecida e que realmente está ligada à falta de ferro no organismo. Por conta desta deficiência, o organismo não consegue produzir corretamente a hemoglobina (proteína que transporta oxigênio nas células vermelhas) e sem hemoglobina suficiente, também não produz hemácias, levando a um número insuficiente dessas células. Normalmente esta deficiência de ferro está ligada à má alimentação e a correção do seu consumo na dieta pode resolver o problema com facilidade.

Muitas vezes doenças crônicas intestinais, como doença celíaca, doença de Krhon e Colites podem reduzir a absorção de ferro e levar a um quadro anêmico.

Uma questão importante e muitas vezes ignorada é que para que o ferro seja devidamente assimilado pelo organismo, é necessário que haja a presença de vitamina C no organismo. Por este motivo, é sempre importante consumida a Vitamina C em associação do o ferro.

## ANEMIA MEGALOBLÁSTICA

As células vermelhas do sangue são produzidas pela medula óssea e nascem grandes e com núcleo. Para que possam se tornar as hemácias perfeitas que transportarão oxigênio, essas células precisam amadurecer. Neste processo elas reduzem de tamanho, perdem o núcleo e adquirem sua forma achatada. Do contrário elas não poderão transportar oxigênio.

Para que haja este amadurecimento, as células sanguíneas precisam de Vitamina B-12 E Ácido Fólico. Se há falta de um desses nutrientes no organismo, a pessoa corre o risco de desenvolver este

tipo de anemia.

Infelizmente, a Vitamina B-12 não pode ser produzida em nosso organismo, nem pelos vegetais. Elas são produzidas pelas bactérias intestinais dos animais, mas no organismo humano isso não acontece e por este motivo, precisamos consumir este tipo de vitamina na alimentação.

Pessoas que consomem baixas concentrações de produtos de origem animal, como vegetarianos e veganos, tem baixas concentrações de vitamina B-12. Deve mexer na terra cultivando hortas e também 1x ao ano suplementando b12.

## ANEMIA HEMOLÍTICA

É um estado de anemia em que as células vermelhas do sangue duram menos tempo do que deveriam. Ou são produzidas em baixas quantidades na medula óssea, ou são destruídas antes do período adequado, que seria de 120 dias.

Pode ocorrer Anemia Hemolítica Autoimune, em que o próprio sistema imunológico mata as células sanguíneas. Neste caso, as células vermelhas são interpretadas pelas células de defesa como sendo algo ruim no organismo que precisam ser eliminadas. Assim, as células vermelhas são destruídas pelo próprio organismo.

Outro caso é a Anemia Hemolítica Genética, é quando existe uma transfusão de sangue e o sangue do doador não é compatível com o do receptor. Neste caso o sistema imunológico entende que há algo errado e destrói as células sanguíneas.

## ANEMIA FALCIFORME

É uma doença hereditária e genética que acontece por conta da produção anormal de glóbulos vermelhos do sangue, o que deforma

as hemácias.

As membranas das células são alteradas e se rompem com facilidade, causando a morte da célula e, assim, levando a um quadro de anemia. Por conta desse rompimento, elas tornam-se parecidas com uma foice, por isso o termo falciforme.

A doença tem sérias complicações se não receber tratamento adequado, podendo levar à morte.

### PLANTAS QUE NÃO DEVERM SER USADAS POR ANÊMICOS SOMENTE QUANDO SE ESTÁ COM ANEMIA.

Melão-de-são-caetano (*Momordica charantia*) – Pode aumentar a destruição de células vermelhas

Emburana (*Amburana cearenses*) – Possui ácido protocatéuico que pode levar a acelerar a morte de células vermelhas.

Barbatimão (*Striphnodendron adstringens*) – Seu uso pode provocar mudanças nos parâmetros sanguíneos

### PLANTAS MEDICINAIS PARA TRATAMENTO DA ANEMIA

Inhame (*Colocasia esculenta*) – Rico em ferro e acelera a maturação das células sanguíneas.

Mamão (*Carica papaya*) – Suas folhas tem a capacidade de fortalecer a membrana das células sanguíneas. Também auxilia no controle do sistema imunológico. Aumenta o número de plaquetas, reduzindo hemorragias.

Chapéu-de-sol (*Terminalia catappa*) – As folhas demonstraram a capacidade de impedir a deformação das células nos casos de anemia falciforme.



Jenipapo (*Genipa americana*) – Rico em ferro. Auxilia no combate de anemias ligadas à falta de ferro.

Incenso (*Tetradenia riparia*) - Na anemia falciforme, o uso do extrato da planta foi capaz de causar 75% de normalização nas células vermelhas do sangue e reduzindo em mais de 50% a hemólise, ou seja, a morte das células vermelhas do sangue.

Picão-preto (*Bidens pilosa* / *Bidens alba*) – Como protetor das células sanguíneas, o picão tem a capacidade de impedir a hemólise, ou seja, a morte prematura das células vermelhas. Por sua ação antioxidante, os extratos de picão tem a capacidade de proteger às células sanguíneas contra danos oxidativos.

Batata-doce (*Ipomea batatas*) – Suas folhas são capazes de melhorar todos os parâmetros sanguíneos.

Erva-de-são-joão (*Ageratum conizoides*) – É estimulador da Hematopoese (produção de células sanguíneas) sendo capaz de aumentar normalizar o número de hemácias em 30 dias.

Crajirú (*Arrabidaea chica*) – Rica em ferro assimilável. Auxilia na recuperação deste mineral.

Beterraba (*Beta vulgaris*) – Rica em minerais como ferro e zinco, auxiliando no combate das anemias.



**Você sabe o que é Kefir?**  
**Alimento Probiótico essencial ao bom funcionamento intestinal**

8 leveduras, 2 bactérias acéticas, cerca de 16 lactobacilos, cerca de 9 streptococci/lactococci, ácido fólico, ácido pantotênico, biotina (vitamina B), cálcio, carboidratos, fósforo, gordura, lactase, magnésio, niacina (vitamina B3), potássio, proteínas, pyridoxina (vitamina B6), triptofano, vários outros aminoácidos benéficos, vitamina B12, vitamina K.

Mais conhecido como bichinho do Yorgut  
kefir de água ou de leite

1 colher de colonia para 500 ml ou 1 litro de água  
1 colher de açúcar mascavo ou apenas 500 ml ...  
de leite vegetal ou leite de vaca.  
consuma todos dias e tenha melhora na sua  
saúde você e sua família !

PROCURE NA INTERNET PARA CONSEGUIR O KEFIR A MUITAS PESSOAS QUE DOAM.

APOSTILAS EXCLUSIVAS DO CURSO DA PRINCÍPIOS DA NATUREZA. NÃO COPIE O CONTEUDO PARA OUTROS.

[www.pncursodenaturopatia.com](http://www.pncursodenaturopatia.com)