

## O Básico para fazer Remédios de Plantas

Durante milênios as substâncias medicamentosas eram exclusivamente de natureza animal, vegetal ou mineral. A fitoterapia engloba as preparações dos medicamentos fitoterápicos e o próprio uso popular das plantas, utilizando como matéria-prima partes de plantas (folhas, caules, raízes, flores, sementes).

**O 90% da nossa saúde depende das plantas, elas são os remédios para cura das enfermidades.** A ação farmacodinâmica das plantas é devida à presença de princípios ativos nela contidos. Estes princípios constituídos de um conjunto de substâncias quimicamente bem definidas. O ácido ascórbico, por exemplo, encontra-se nos cítricos como o limão e outras frutas. A aspirina, ou ácido acetil salicílico, provém da casca do sauge branco e por aí vai.

Estes princípios constituídos de um conjunto de substâncias quimicamente bem definidas. A fitoterapia é o estudo das ervas e a farmacognosia é a farmacotécnica são o estudo que leva da planta ao remédio.

**Farmacotécnica** cuida da transformação das plantas nas várias formas farmacêuticas utilizadas na cura das doenças. Esta transformação visa a melhor administração, assegurando uma perfeita eficácia terapêutica e conservação.

**Formas Farmacêuticas**, existem diferentes formas medicamentosas. Exemplos: pó, comprimidos, xaropes, pomadas, colírios, supositórios, etc. Que são o resultado de várias operações a que se submetem as substâncias, com o fim de facilitarem a sua posologia e administração.

**A farmacognosia** tem como alvo os princípios ativos naturais, sejam animais ou vegetais. Em Farmacognosia, droga, é a matéria que sofreu alguma transformação para servir de base para medicamento. Exemplo, as folhas de eucalipto, *Eucalyptus globulus*, utilizadas no tratamento de moléstias do aparelho respiratório, coletadas simplesmente do vegetal não constituem droga em farmacognosia. Quando, são submetidas a processo de conservação, como secagem, passam a constituir droga.

### Dosagem

O principal na relação remédios e a cura são as doses e o peso do corpo. Geralmente as doses para humanos servem para a maioria, assim que fica explicar o como dosar.

Na farmácia observamos que os remédios são dosados na maioria em miligramas (mg), por exemplo, as aspirinas são de 500mg e duas correspondem a um gramo, que é a dose usual da aspirina.

Uma substância como ácido ascórbico, no limão deveríamos denominar limonina, isso é porque as plantas sempre são compostas e tem varias substâncias. **Por isso sempre**

**devemos obter a informação de como estão compostas e para que servem. Que podem ser obtidas nos seguintes links:**

**Plantas Que Curam** <http://www.plantasquecuram.com.br/>

**Plantamed, Brasil.** <http://www.plantamed.com.br/>

**Plantasnet diccionario de plantas medicinales** <http://www.plantasnet.com/>

**Plantas medicinais de A a Z** <http://www.criasaude.com.br/N222/todas-as-plantas-medicinais.htm>

Mais como chegar ao miligrama? Quando fazemos um chá não temos realmente nem ideia, pois, mesmo que saibamos a quantidade da planta nunca temos em conta a água que colocamos nem o que resta quando o chá ficar pronto. Que é denominado soluto, ou seja, o restante da água depois de fazer o chá.

A relação é a seguinte: Se colocamos 100 gramas (grs) de erva em água (solvente) e o soluto é 100 mililitros (ml), você terá uma grama de substância, no caso da casca do sauce branco, o correspondente a duas aspirinas.

<b>Tabela de relação erva soluto em mgs</b>			
<b>Erva em gramas</b>	<b>Água aproximada*</b>	<b>soluto</b>	<b>Mg de erva</b>
<b>100grs</b>	<b>150ml</b>	<b>100ml</b>	<b>1000mgs</b>
<b>100grs</b>	<b>250ml</b>	<b>200ml</b>	<b>500mgs</b>
<b>50grs</b>	<b>150ml</b>	<b>100ml</b>	<b>500mgs</b>
<b>20grs</b>	<b>150ml</b>	<b>100ml</b>	<b>200mgs</b>

\* Água é o solvente, com um cálculo aproximado com 10 a 15 minutos de fervor.

**Isso que fizemos como chá, denominamos de extração.** Ou seja, extraímos a substância composta da planta.

Existem diversas formas de extração com diferentes solventes, por fervura, por álcool, por micro-ondas, etc. Sendo está uma parte importantíssima para poder realizar e remédio, retirando da planta o que se deseja. Por exemplo, se desejar extrair a substância alucinógena da maconha, você deverá realizar a extração em álcool de vegetais. Em vez de água, podemos fazer pó da erva e colocar em capsulas ou fazer pastilhas de farinha, que é parecido a comprimidos sem a compreensão.

Para fazer capsulas, você pode comprar encapsuladora manual no Mercado Livre, recomendo a capsula números dois.

Para a confecção de tabletes, temos uma base de ativo que pode ser variada. Se for à base de plantas pode-se usar frescas ou secas. Elas devem ser trituradas e misturadas se for o caso. Pode-se usar como concentração aquosa, moendo e fervendo, mantendo a proporção água/planta 1:1. Com o líquido obtido elaborar as tabletes.

Mistura-se a planta ou o ativo líquido, com a farinha de trigo ou amido com água e/ou álcool, até o ponto de moldagem, obtendo-se uma massa homogênea.

A mesma deve ser sovada e aberta em uma mesa até conseguir-se uma espessura de cerca de cinco milímetros em toda sua extensão. Cortando-se em pequenos círculos e deixando-se descansar.

Depois acondicionados numa forma. Pode-se deixar ao abrigo do sol ou no forno secar em temperatura inferior a 50 graus centígrados.

Com isto vocês já têm o básico, agora será aprofundar-se e experimentar.