



CUIDADO!

VOCÊ ESTÁ USANDO CORRETAMENTE
A SUA PLANTA MEDICINAL?



PLANTAS MEDICINAIS FAZEM BEM, MAS É PRECISO USÁ-LAS COM CAUTELA.



Embora sejam naturais e isentas de receita médica, as plantas medicinais não estão livres de reações adversas. Fique atento às informações que o Grupo de Trabalho sobre Fitoterapia do Conselho Federal de Farmácia (CFF) reuniu para orientar o uso racional e seguro dessas plantas.

CULTIVO

Não cultive ou colete a planta medicinal em local poluído: próximo de esgoto, lixo, margem de estrada ou estacionamento de veículos.

Use plantas de origem conhecida. E procure ter certeza de qual parte da planta é medicinal.

SELEÇÃO

Evite o uso de planta medicinal murcha, suja ou velha.

Saiba se a planta medicinal é para uso interno ou externo.

PREPARO

Não ferva flores e folhas aromáticas. Coloque água quente sobre elas e abafe.

Evite excesso de planta medicinal no preparo de chá.

USO

O uso contínuo do chá da planta medicinal pode fazer mal.

Mesmo sendo natural, não faça uso durante a gestação e amamentação.

Utilize o chá de planta medicinal apenas no dia em que foi preparado.

Não tome medicamento de farmácia com o chá de planta medicinal.

Consulte sempre o seu farmacêutico.