

Alecrim do Campo (Baccharis dracunculifolia/unicella)



O Alecrim do Campo possui baixa toxicidade, desde que utilizado nas doses adequadas. Internamente, suas folhas são utilizadas para preparar infusões, recomendadas de duas a três vezes ao dia. Esta planta apresenta propriedades anti-inflamatórias, analgésicas e antioxidantes, sendo eficaz no combate a problemas como candidíase, diabetes, gastrite, úlcera e hepatoproteção. Além disso, demonstra excelente atividade antimicrobiana contra agentes causadores de doenças como malária, doença de Chagas, esquistossomose e leishmaniose. Externamente, o Alecrim do Campo também é utilizado como carrapaticida e enxaguante bucal, demonstrando eficácia na prevenção da placa bacteriana.

Nomes populares: vassourinha, vassoura-do-campo

Toxicidade

Baixa toxicidade, quando usado nas doses corretas.

Cuidados

- Crianças não devem usar sem acompanhamento pediátrico.
- Gestantes e lactantes **devem usar com acompanhamento médico.**

Usos – pra que serve o Alecrim do Campo

Interno

Infusão: chá das folhas (1 colher de sobremesa para cada xícara de água). 2 a 3 xícaras por dia.

- **Anti-inflamatório, analgésico:** o chá do Alecrim do Campo tem boa ação no combate a esses problemas.
- **Antioxidante:** ótima ação contra radicais livres, prevenindo inclusive contra o câncer.
- **Candidíase, sapinho:** ação melhor do que qualquer outro antibiótico testado.

- **Diabetes:** protege o pâncreas e estimula o fígado, além de aumentar a eficiência da insulina no sangue, ajudando a controlar os níveis de açúcar.
- **Gastrite, úlcera:** protege o estômago, reduz a produção de suco gástrico e ajuda a cicatrizar o estômago.
- **Hepatoprotetor:** capacidade de proteger o fígado.
- **Malária, doença de chagas, esquistossomose, leishmaniose:** o chá do Alecrim do Campo tem excelente atividade antimicrobiana contra os causadores dessas doenças.

Externo

- **Carrapaticida:** o alecrim do campo é excelente para combater infestações de carrapatos.
- **Enxaguante bucal:** testado para esse fim, teve ação **melhor** para a prevenção da placa bacteriana.

Informações

- [Daniel Forjaz \(Autor da Própria Saúde\)](#)