

# Carqueja (Baccharis trimera)



A Carqueja, conhecida cientificamente como *Baccharis trimera*, apresenta baixíssima toxicidade quando utilizada nas doses adequadas. Crianças menores de 1 ano devem utilizar somente com supervisão médica, assim como gestantes e lactantes. Internamente, recomenda-se a infusão das folhas, utilizando uma colher de sobremesa para cada xícara de água, de 2 a 3 xícaras por dia. Para que serve a carqueja: possui diversas propriedades benéficas, sendo um ótimo anti-inflamatório para o sistema digestivo, eficaz no controle dos níveis de açúcar no sangue para pessoas com diabetes, e indicada para tratar condições como gastrite, azia, refluxo, queimação, sendo também analgésica. Além disso, possui ação hepatoprotetora, protegendo o fígado e auxiliando na desobstrução da vesícula, e fortalece a digestão, promovendo um melhor funcionamento do sistema digestivo.

## **Toxicidade**

Baixíssima toxicidade, **usada nas doses adequadas.**

## **Cuidados**

- Crianças abaixo de 1 ano de idade não devem usar carqueja sem acompanhamento pediátrico.
- Gestantes e lactantes **devem usar com acompanhamento médico.**

## **Usos – para que serve a Carqueja**

### **Interno**

**Infusão:** chá das folhas (1 colher de sobremesa para cada xícara de água). 2 a 3 xícaras por dia. Sugestão de compra: <https://amzn.to/3uSEZzL>

- **Anti-inflamatório:** o chá de carqueja é ótimo para tratar inflamações do sistema digestivo.
- **Diabetes:** controla os níveis de açúcar no sangue.
- **Gastrite, azia, refluxo, queimação:** a carqueja é muito eficiente no combate à gastrite, azia, refluxo e queimação. É também **analgésica**. Recomenda-se combinar com [erva-baleeira](#) e [tanchagem](#).

- **Hepatoprotetora:** a carqueja protege o fígado e promove a desobstrução. Idem para a vesícula.
- **Sistema digestivo:** fortalece a digestão, auxiliando no processo.

## Externo

Nada conhecido.

Informações de:

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