

# Equinácea (Echinacea)



A Equinácea, também conhecida como Echinacea purpurea, é uma planta amplamente reconhecida por suas propriedades medicinais e benefícios à saúde. No entanto, seu uso requer precauções específicas devido aos potenciais efeitos adversos e considerações importantes para certos grupos.

**Nomes populares:**

## **Toxicidade**

Baixa toxicidade, **quando usado nas doses corretas**. No início do tratamento, pode

## **Cuidados com o uso da Equinácea**

- Crianças não devem usar sem acompanhamento pediátrico.
- Gestantes e lactantes **devem usar com acompanhamento médico**.
- Quem faz uso de medicamentos que causem a baixa do sistema imunológico **não pode usar**.
- Quem tem **HIV não pode usar**.
- Quem tem **elevação de leucócitos** ou **esclerose múltipla não pode usar**.
- **Não pode ultrapassar oito semanas de tratamento**. Necessário interromper por pelo menos mais oito semanas.

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

Veja abaixo os benefícios da equinácea

### **Interno**

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

- **Analgésico:** bons efeitos gerais.
- **Antibiótico, antiviral, antifúngico:** estudos demonstraram excelente ação no tratamento de doenças do sistema respiratório (sinusite, asma, tuberculose, gripes, resfriados) e também do trato urinário.

- **Anti-inflamatório:** ajuda muito na redução das inflamações causadas por infecções virais, inclusive contra o SARS-CoV.
- **Doenças mentais:** auxilia no tratamento, combatendo pânicos, fobias, TDHA
- **Câncer:** estudos demonstram ação contra o câncer cerebral.
- **Laxante:** ação leve.

## Externo

- **Anti-inflamatório (extrato aquoso):** pode ser usado até como auxiliar no tratamento de inflamações oculares (uveíte) e no tratamento de artrites.
- **Na pele** (implastro): cicatrização, hidratação, diminui rugas, trata eczemas e até picadas de insetos.

## Conclusão

Em suma, a Equinácea destaca-se como uma planta versátil, oferecendo uma variedade de benefícios terapêuticos, desde suas propriedades analgésicas e anti-inflamatórias até sua eficácia no tratamento de doenças do sistema respiratório, condições dermatológicas e até mesmo no auxílio ao combate de doenças mentais e câncer cerebral. No entanto, é essencial utilizar a Equinácea com cautela, respeitando os cuidados e orientações adequadas para garantir uma abordagem segura e eficaz para colher seus benefícios terapêuticos.

## Informações

- [Dra. Sandra Chagas](#)
- [Dr. Juliano Teles](#)