

Erva Botão (Eclipta Prostrata/Eclipta Alba)



A Erva Botão, também conhecida como sucuruína, é uma planta de notável versatilidade e benefícios medicinais, destacando-se por suas propriedades terapêuticas sem toxicidade aparente. Com uma variedade impressionante de usos e benefícios, essa planta conquista espaço na medicina natural, oferecendo uma alternativa segura e eficaz para uma variedade de condições de saúde.

Toxicidade

Nada relatado.

Cuidados com a Erva Botão

- Crianças abaixo de 1 ano de idade não devem usar sem acompanhamento pediátrico.
- Gestantes não devem usar sem acompanhamento médico
- Pessoas com **bradicardia** (batimentos lentos do coração) ou **hipotensão não devem usar**.

Usos – para que serve a Erva Botão

Interno

Chá frio (planta fresca): picar as folhas, colocar em água fria e aguardar 5 minutos

Infusão: ferver água, colocar sobre as folhas e aguardar 5 minutos

Pode consumir até 4x ao dia (dependendo da gravidade do sintoma).

- **Alzheimer e doenças degenerativas do cérebro:** aumentou de 9% a 12% os níveis de acetilcolina, responsável por auxiliar a recuperação cerebral. Inibidora da acetilcolinesterase (destruidora de acetilcolina).
- **Antibiótico:** a erva botão tem forte atuação antibiótica, principalmente

contra estafilococos e salmonela. **Preferir extrato alcoólico.**

- **Antidepressivo:** comparada à fluoxetina e à imipramina, teve ação significativamente expressiva (embora menos eficiente).
- **Antiofídico:** índios tomam o chá antes de ir caçar, pois protege de picadas de cobra cascavel. Uso veterinário também.
- **Anti-inflamatório:** redução de 35%
- **Anti anafilático, anafilaxia** (reações alérgicas): boa atuação contra alergias, semelhante à dexametasona.
- **Câncer** (todas as pesquisas em laboratório): inibição de crescimento e proliferação em células; antimetástase; ação de apoptose (morte das células cancerígenas). Redução de 50% de angiogênese (formação de vasos sanguíneos que alimentam o câncer).
- **Controle do Colesterol** (triglicérides): redução significativa de LDL e aumento significativo do HDL
- **Diabetes:** forte ação de redução glicêmica (de 370 para 117 em 60 dias) e da hemoglobina glicada. Redução da quebra de açúcares complexos em açúcares mais simples.
- **Doenças coronarianas:** redução de 30% (testes em animais)
- **Hipertensão:** Controle de pressão arterial em 17% (testes humanos); aumento de 34% de urina; aumentou eliminação de sódio do organismo em 24%
- **Hepatoprotetora** (proteção do fígado): potente protetora e regeneradora; evita fibrose hepática
- **HIV** (aids): inibidor do desenvolvimento do vírus.
- **Isquemia cerebral e AVC** (prevenção): animais tratados **antes** do problema tiveram lesões muito menores.
- **Nefroprotetora** (proteção dos rins): forte ação
- **Osteoporose:** a erva botão tem ação potente de prevenção e recuperação – aumento de 140% da produção de osteoblastos (estimula a construção óssea).
- **Proteção do estômago:** proteção de lesões por gastrite nervosa e úlcera.
- **Protetor Solar (UVA e UVB):** extrato aquoso. Ação antioxidante e protetiva, além de absorver a radiação solar.
- **Taquicardia, arritmia cardíaca:** inibidora da atividade cardíaca.

Conclusão

A Erva Botão, com sua vasta gama de propriedades medicinais, é mais do que uma simples planta – é um tesouro da natureza para a saúde humana. Seus benefícios vão desde o controle do colesterol até a proteção contra radiação solar, demonstrando seu potencial multifacetado. Que possamos continuar explorando e valorizando os recursos naturais como a Erva Botão, buscando uma abordagem integrada para o cuidado com nossa saúde e bem-estar.

Informações de: [Daniel Forjaz \(Autor da Própria Saúde\)](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=7-PydU6tI>