

RÓBNA RÓWEDE X COVID-19

PLANTAS DO CERRADO X COVID-19

NO CONTEXTO

INDÍGENA DOS XAVANTE

A'UWË UPTABI MA HÃ



ROBNHITSI'UPTSĀNA / ÍNDICE

Dahöhödza'õtödzé / Analgésicas	PG	Dawapru uptsõidzéb na / Anticoagulantes	PG	Marídzubru / Anti-inflamatórias	PG
Abare/Pequi	14	Abare/Pequi	14	Uibró/Sucupira	42
Atsada'rānhí'umre/Lobeira	16	Tsibdzibi/Gengibre	40	Uiwede/Buriti	44
Brudu/Aroeira	20	Uibró/Sucupira	42	Wedé'udzé/Ipê Roxo	54
Itsuhõire/Barbatimão	22	Uiwede/Buriti	44	Wedehutsi tí'a/Pau Terra	56
Norõwatapré/Copaíba	28	Wedé'udzé/Ipê Roxo	54	Wedenhõrõtó/Mutamba	58
Rómrāirudu/Goiaba	32				
Rówedewapru/Sangra D'água	34	Itsiptetedzé / Imunoestimulantes	PG	Tsibré / Diabetes	PG
Tsibdzibi/Gengibre	40	A'õ/Jatobá	12	A'õ/Jatobá	12
Uibró/Sucupira	42	Abare/Pequi	14	Atsada'rānhí'umre/Lobeira	16
Wedé'udzé/Ipê Roxo	54	Norõwatapré/Copaíba	28	Bö/Urucum	18
		Rómrāirudu/Goiaba	32	Itsuhõire/Barbatimão	22
Danhiptetehõimo / Hipertensão	PG	Tōmotiwawē wede/Quina	38	Monitó/Cajuí	24
A'õ/Jatobá	12	Uibró/Sucupira	42	Nodzõ/Milho	26
Abare/Pequi	14	Uiwede/Buriti	44	Ritó/Mangaba	30
Nodzõ/Milho	26			Rómrāirudu/Goiaba	32
Norõwatapré/Copaíba	28	Marídzubru / Anti-inflamatórias	PG	Rówedewapru/Sangra D'água	34
Ritó/Mangaba	30	A'õ/Jatobá	12	Uibró/Sucupira	42
Rómrāirudu/Goiaba	32	Abare/Pequi	14	Wedé'udzé/Ipê Roxo	54
Tepedza'ró/Assa Peixe	36	Atsada'rānhí'umre/Lobeira	16		
Tsibdzibi/Gengibre	40	Bö/Urucum	18		
Uiwede/Buriti	44	Brudu/Aroeira	20		
Wawinhí'ubdatõ iwa'uihõrõ	52	Itsuhõire/Barbatimão	22		
/Sete Sangrias		Monitó/Cajuí	24		
		Norõwatapré/Copaíba	28		
Dawa'ró / Febre	PG	Rómrāirudu/Goiaba	32		
Rómrāirudu/Goiaba	32	Rówedewapru/Sangra D'água	34		
Wedé'udzé/Ipê Roxo	54	Tepedza'ró/Assa Peixe	36		
Wedenhõrõtó/Mutamba	58	Tsibdzibi/Gengibre	40		

DATSIMATSITSI

Ãhã rowatsu'u romnhuri na hã mate tina'rata wahu 2014 na te its'a'retse ãmã imorĩ 'rada a'uwẽ ró, amnhuwawẽ wa'wa 're ihöimana dza'ra mono hã. A'uwẽ Uptabi tsitéb'ré te tihöiba maparane tsiwaptó maparane dzahu imrõtõ tob'ãí'ã imröpö. Te're höimana dza'ra abhu wawẽ wa'wa rówa'wa. ãme watsa'retse mitsi ai'repudu ãmã iwahu mitsitó mitsi damremedzé te ima i'awaihu'u, te natsi ãma awatsu'u rówede abhu wawẽ na hã. ãwẽ uptabi.



APRESENTAÇÃO

A história desse material se inicia em 2014 quando, pela primeira vez, conheci uma aldeia Xavante. Os Xavante somam 22.256 indígenas localizados na região leste do Mato Grosso, bioma Cerrado. Na aldeia Nossa Senhora de Guadalupe, Terra Indígena de São Marcos, conheci um garoto de 11 anos muito comunicativo, ele era a primeira pessoa que eu encontrava ao acordar e uma das últimas que eu via antes de dormir. Ele me ensinou palavras em sua língua e me pedia para lhe ensinar palavras em inglês. O menino Juruna me apresentava novos usos para as ervas do Cerrado e eu começava a descobrir a relação daquele povo com a farmácia que os rodeava.

Daró amõi'u wamo, wa natsi da'awede rówede na, dahõiba u'ré na duré acupuntura, warówaihu'u dza'ëtê. Wa waihu'u rówede hã rótsawẽrẽ na duré wamadõ waradzu dzépu ipire na hã. A'amõ ãte na ãhõimanané hã daróbremnhã wahã wate ãmã rówatsu'u mono tsibréna, danhiptetehõimo na, dawa're na, duré rówede te i'adza'retse mono hã ãnõrã dahödze da hã.



Fui para outras aldeias dos territórios de São Marcos, Parabubure e Pimentel Barbosa, tratei pessoas com ervas, massagens e acupuntura, aprendi sobre a medicina deles e sua relação com os sonhos, toxinas e espiritualidade. Notei que doenças de “homem-branco” eram suas maiores dificuldades, por não serem compreendidas por sua cultura. Mas a cultura está viva, se ensina e se aprende todos os dias. Dediquei meus meses nas aldeias a explicar diabetes, hipertensão, leishmaniose e as plantas possíveis que eu conhecia para tratá-las. Tão forte a conexão criada, que meu filho leva Marã no nome, floresta em Xavante.

Wahu tsi'utõrĩ mono parimnhã, abdzé ité hã mate ädzé a'uwẽ uptabi rób'u hã, a'uwẽ te i'adza'retse hã mate tidõö dza'ra duré watébrémi tsitsãñawãi mono hã te ĩma irówẽ dza'ẽ nẽ daró ĩmorĩrata ãmã hã. Róbdzei'õ uptabi. Wa ĩtsíma wẽ da'ãmã ĩtsíméda. E marĩ wadza 'manhã? Ähã romnhuri hã ĩtsada'öbödze. Rówaihu wa'a uptsãtã te dãmã ãmã rópeda, niha rówaihu'u ubumro te inharĩ na hã dahödze ipire na duré dadõö ãñãda hã. Ähã romnhuri hã ĩnhimi rómnhoré A'uwẽ Uptabi ma hã, te tsa'rédi'õdi dawede'wa hã.



Anos depois, a pandemia do novo coronavírus chega aos Xavante, fazendo o maior número de mortos por infectados no Brasil, cerca de 10%. Organizei este material como o intuito de ajudar, aqui partilho os frutos dos meus estudos, pensados para o contexto dos Xavante, após consulta a amigos desse povo sobre sua utilidade. Para isso, proponho uma lista de ervas do Cerrado que podem gerar conforto e melhorar a saúde. Este é um conjunto de orientações baseadas no conhecimento científico e uso ancestral-tradicional, não substitui o médico.

AIHÖDZÉ TÕ DA HÃ

Abdzé ité hã niwamnhã Covid-19 tahã mitsi dadzépu vírus tsímanharĩ hawimnhã ãdzatsidzé rówa'u niwamnhã danhitsi're hawi duré iwatsu'udzé hã tedza tsíhöi're bödö imrõtö- imröpö 're róbdzanhamrĩ pari ihödzeré ma.

Aihödze tõ da hã:

- Róbaba wamnhã rób'uptsödze niwamnhã álcool 70%, 'ru'a pré'adzéb na atsibrada uptsõ na
- Tsömri tõ da'udza, datsadzé, u'awi, itsihö.
- Upitõ datõmõ, dadzadawa duré danhitsi're.
- Uptsibi atsadawa ai'a'a wamnhã niwamnhã atsitsiri wamnhã atsimidza'õtõ na.
- Atsanã maparanã dzaihö ãma danhiti rómnhona, ãmã imrõ mitsi wa'õtõ ãmã.
- Tsērē atsíma da'ubu ubudzé.
- Ró uptó ãnã höimana duré rómanharĩre mono hã.



COMO ME PREVENIR?

O novo coronavírus ou Covid-19 é uma doença causada por um vírus que entra pelo nariz, boca ou olhos, e seus sintomas aparecem em cerca de 5-6 dias após contágio.

Para se prevenir:

- Lave as mãos frequentemente com sabão ou use álcool 70%. Na falta destes recursos use **cinzas** para limpar as mãos.
- Não compartilhe objetos pessoais (roupas, pratos, copos, talheres).
- Evite tocar os olhos, boca e nariz.
- Cubra a boca com o braço ao tossir ou espirrar.
- Mantenha 2 passos de distância das pessoas, aproximadamente 1 metro.
- Quando não for possível manter o distanciamento, use máscara.
- Manter limpos o ambiente e os objetos que são muito tocados pelas mãos (celulares, mesas, cadeiras, bancos).

DAHÖDZĚ WAIHU' UDZĚ COVID-19

- Dawa'ró
- Dahödze waihu'udzé
- Da'a'ré
- Dawatsudu
- Danho're'rédzé duré da'rãdzé
- Danhisi'rewa'u niwamnhã
danhisi'retõ
- Danhana'u
- Datsadzeiõ niwamnhã rómadõõ
waihu'u'õ

TSÔ AIRIT'DAWEDE'WA DZÖ ÕNĚ
HARÉ AIPĚ'ĒDZANI PIREWAMNHÃ
NIWAMNHÃ ATSÕ'UTUDZĚ
WAMNHÃ.



QUAIS OS SINTOMAS DA COVID-19?

- Febre
- Tosse seca
- Cansaço
- Dor de garganta
- Coriza ou congestão nasal
- Dor de cabeça
- Diarréia
- Perda de paladar ou olfato

PROCURE ATENDIMENTO MÉDICO
IMEDIATO SE TIVER DIFICULDADE DE
RESPIRAR OU DOR/PRESSÃO NO
PEITO.

DURÉ BETE WAHĀ TE I' ÖRI WAMNHĀ?

Ni'wab norĩ na hã tedza tsihöi'ré dahödze iwapure, tedza natsi wedeni i'rãdzewi duré iwa'rówi, natsi titsa datsa róbná na duré natsi dzötsi ö hã.

Atsíwede tõe dawededzéb na tsímizadzöri da da'a hã. Anõmro adumana na tsíréda da'a duré dapě' ědzani wěda.



E SE EU PEGAR CORONAVÍRUS?

A maioria das pessoas terão sintomas leves e moderados de Covid-19, necessitando somente de tratamento sintomático de conforto com analgésicos e antitérmicos, assim como adequada nutrição e reidratação.

Não use remédios para parar a tosse, pois pode gerar mais sequelas. Em caso de grande incômodo busque alívio deitando de barriga para baixo.

ROWEDE TE TSIPTETE DA HÃ DAHÖIBA

A'uwẽ Uptabi te 're tsíwede dza'ra rowede itsiptete na tsiptete da hã dahöiba, rób'uptsã nã hã iwẽ darób're hödzéré ihöimana dza'ra norĩ ma hã.

Atsíwede rówede na uptsõda dawapru, rówede dahöiba uptsõ'wa.

Dawaprunhib'uwa, 're ihöimana u'õ tsi mono hã pi'õ na, tedza tsíb'uwa dahöiba, tahawa 'rēnẽ datsa hã durẽ rówede róbna hã, ãnã nõĩ hã mō'õni, rómra a'ubuni na hã niwamnhã tsebre uptabi böna, ã nõĩ datsa hã itsiptede datsa 'ri'a hö hawi date 're i'ãwitsi norĩ nhipai'u hã.

PLANTAS PARA FORTALECER O ORGANISMO

Os Xavante fazem uso de plantas para fortalecer o organismo e aumentar a imunidade, nas aldeias com doentes do novo coronavírus essa prática deve ser reforçada.

Além disso, o uso prévio de plantas depurativas favorece a boa evolução da doença em caso de contágio.

Doenças debilitantes como a anemia, muito comum entre mulheres Xavante, podem diminuir as defesas do organismo perante o novo coronavírus, devendo ser utilizados alimentos do Cerrado, como as variadas batatas Xavante e os frutos coletados das matas, que são mais saudáveis do que os alimentos vindos da cidade.



RŌWEDE DAHÖDZÉ IHÖIMANA DZA'RA DA HĀ

Covid-19 niwamnhã dahödze hã piredi hödzéré ihöimana dza'ra mono nõĩ ma hã, ãmã iwahubdza'ětē nõĩ imropo waptó tób'ãi'ã duré imropo tób'ãi'ã imrotõ, **tsibré**, **danhptete höimo**, **dahöipe**, dawaprunhib'uwa, **dawa're**, datsiri dzépu, tsimihö're duré dawatô dzépu.

Ihi nõĩ hã A'uwẽ Uptabi höimanadzé nhomrĩ'wa, tedza rówatsu'u ihöibatéb norĩ ma rówaihu'udzéb na. Ihi norĩ mate ai'utõrĩ dza'ětē abdzé na hã.

PLANTAS QUE ATUAM NAS COMORBIDADES

A Covid-19 pode ser mais grave em pessoas que apresentem fatores de risco, como ter mais de 60 anos, **diabetes**, **hipertensão**, **obesidade**, doenças imunossupressoras como **leishmaniose**, cardiovasculares, cerebrovasculares, câncer e doenças renais crônicas.

A maior mortalidade dos anciãos é especialmente danosa no contexto indígena, já que eles transmitem a cultura, tendo a função de ensinar para os mais novos os conhecimentos dos antepassados.



RÓWEDE RÓWĒ NA AIHÖIMANA DA HÃ AHÃ AIHÖDZĒRÉ WAMNHÃ

Rówede hã tedza da'ãmã aime marĩdzé tedza wadze, ãnõrĩ hã rówede dahöhödza'õtõ'wa duré marĩdzubru da hã danhõ're're da hã, dahöibadzé duré da'rãdzé.

Rówede te tsi're da hã dawa'ró tedza da'ãma aime dahöibamre tõ da hã. Dawapru tsi'uirĩwatsédé hã duré piredi, ai'ãmã höimanamnhã atsiwede rówede na dawapru uptsöidzéb na.

PLANTAS PARA CONFORTO NA COVID-19

O uso de plantas para alívio dos sintomas de Covid-19 geram conforto e podem evitar que a doença tenha evoluções mais graves. Para isso se utilizam ervas de efeito analgésico e ervas anti-inflamatórias.

Ervas para redução da febre podem ajudar a evitar desidratação nas aldeias com pouco acesso a água. Além disso, sintomas de má circulação e problemas trombóticos têm sido encontrados em muitos pacientes com Covid-19, portanto dentre as ervas selecionadas para esse material foram incluídas ervas anticoagulantes.





A'Ō

JATOBÁ - HYMENAEA COURBARIL VAR. STILBOCARPA





A'Ō

JATOBÁ - HYMENAEA COURBARIL VAR. STILBOCARPA

- Itsiptetedzé^{*1*2*49}
- Dawaprunhib'uwa^{*1*3}
- Tsibré^{*3}
- Danhiptetehöimo^{*3}
- Dawa're^{*1}
- Dawatô Dzépu^{*1*3}
- Dapě'édzani Dzépu^{*1*3}
- Mařídzubru^{*1*3}

Imanhařídzé: rómra, wetsuirã,
rówedehöiba, höiré, rómrãihö, róbdzö

- Imunoestimulante^{*1*2*49}
- Anemia^{*1*3}
- Diabetes^{*3}
- Hipertensão^{*3}
- Leishmaniose^{*1}
- Doenças renais^{*1*3}
- Doenças respiratórias^{*1*3}
- Anti-inflamatório^{*1*3}

Parte utilizada: fruto, folhas, seiva da árvore, entrecasca, casca do fruto, semente.





ABARE

PEQUI - CARYOCAR BRASILIENSE





ABARE

PEQUI - CARYOCAR BRASILIENSE

- Itsiptetedzé^{*9*12*15*21*49}
- Dawaprunhib'uwa^{*11*12}
- Danhiptetehöimo^{*9*14*16}
- Datsiri Dzépu^{*13*14*16}
- Dawapru uptsöidzéb na^{*9*16}
- Dahöhödza'ötödzé^{*10*12}
- Dapě'édzani Dzépu^{*10*49}
- Marĩdzubru^{*9*10*12*13*14*15}

Imanhaĩdzé: inhiwa'u, rómra, ãhõ,
wetsuirã

- Imunoestimulante^{*9*12*15*21*49}
- Anemia^{*11*12}
- Hipertensão^{*9*14*16}
- Doenças cardíacas^{*13*14*16}
- Anticoagulante^{*9*16}
- Analgésico^{*10*12}
- Doenças respiratórias^{*10*49}
- Anti-inflamatório^{*9*10*12*13*14*15}

Parte utilizada: óleo da polpa, fruto,
castanha, folhas





ATSADA'RĀNHI'UMRE

LOBEIRA - SOLANUM LYCOCARPUM





ATSADA'RĀNHI'UMRE

LOBEIRA - SOLANUM LYCOCARPUM



- Tsibré^{*21*49}
- Dawa're^{*42}
- Dahöhödza'õtödže^{*43}
- Marĩdzubru^{21*43*49}
- Diabetes^{*21*49}
- Leishmaniose^{*42}
- Analgésico^{*43}
- Anti-inflamatório^{*21*43*49}

Imanhaĩdzé: rómra ĩré, wetsuirã,
rómnhirãã, ĩpa

Parte utilizada: fruto seco, folhas,
flores, raiz



BÖ

URUCUM - BIXA ORELLANA





BÖ

URUCUM - BIXA ORELLANA

- Tsibré^{*78}
- Dawa're^{*80}
- Marĩdzubru^{*78*79}

Imanharĩdzé: róbdzö, wetsuirã, ĩpa

- Diabetes^{*78}
- Leishmaniose^{*80}
- Anti-inflamatório^{*78*79}

Parte utilizada: sementes, folhas,
raiz





BRUDU

AROEIRA - MYRACRODRUON URUNDEUVA





BRUDU

AROEIRA - MYRACRODRUON URUNDEUVA

- Dahöhödza'õtödze^{*29*30}
- Dapě'ēdzani Dzépu^{*49}
- Marĩdzubru^{*29*30*49}

Imanhaĩdzé: höiré, wetsuirã

- Analgésico^{*29*30}
- Doenças respiratórias^{*49}
- Anti-inflamatório^{*29*30*49}

Parte utilizada: entrecasca, folhas





ITSUHÖIRE

BARBATIMÃO - STRYPHNODEDRON ADSTRINGENS





ITSUHÖIRE

BARBATIMÃO - STRYPHNODEDRON ADSTRINGENS

- Tsibré^{*33*34}
- Dawa're^{*32}
- Dahöhödza'õtödze^{*33}
- Marĩdzubru^{*33*51}
- Diabetes^{*33*34}
- Leishmaniose^{*32}
- Analgésico^{*33}
- Anti-inflamatório^{*33*51}

Imanharĩdzé: höiré, wetsuirã

Parte utilizada: entrecasca, folhas





MONITÓ

CAJUÍ - ANACARDIUM HUMILE





MONITÓ

CAJUÍ - ANACARDIUM HUMILE

- Tsibré^{*49}
- Marĩdzubru^{*11}
- Diabetes^{*49}
- Anti-inflamatório^{*11}

Imanhaĩdzé: rómra, wetsuirã, ĩpa

Parte utilizada: fruto, folhas, raiz





NODZÖ

MILHO XAVANTE - ZEA MAYS





NODZÖ

MILHO XAVANTE - ZEA MAYS

- Danhiptetehöimo^{*74*76*77}
- Tsibré^{*74*75*76}
- Dahöipe^{*74}
- Datsiri Dzépu^{*74}

Imanharĩdzé: nonhamadzéré

- Hipertensão^{*74*76*77}
- Diabetes^{*74*75*76}
- Obesidade^{*74}
- Doenças cardíacas^{*74}

Parte utilizada: cabelo do milho





NORŌWATAPRĒ

COPAIBA - COPAIBA LANGSDORFFII





NORŌWATAPRĒ

COPAIBA - COPAIBA LANGSDORFFII



- Itsiptetedzé^{*2*51}
- Danhiptetehöimo^{*51}
- Dawa're^{*4}
- Dawatô Dzépu^{*6*7}
- Dapě'ędzani Dzépu^{*7*49*51}
- Dahöhödza'õtödzé^{*4}
- Marĩdzubru^{*4*5*7*8*49*51}
- Imunoestimulante^{*2*51}
- Hipertensão^{*51}
- Leishmaniose^{*4}
- Doenças renais^{*6*7}
- Doenças respiratórias^{*7*49*51}
- Analgésico^{*4}
- Anti-inflamatório^{*4*5*7*8*49*51}

Imanhaĩdzé: rówedehöiba, wetsuirã

Parte utilizada: óleo-resina, folhas



RITÓ

MANGABA - HANCORNIA SPECIOSA





RITÓ

MANGABA - HANCORNIA SPECIOSA

- Tsibré^{*49}
- Danhiptetehöimo^{*49}

Imanhaĩdzé: rómra, wetsuirã, höiré

- Diabetes^{*49}
- Hipertensão^{*49}

Parte utilizada: fruto, folhas, entrecasca





RÓMRĀIRUDU

GOIABA - PSIDIUM GUAJAVA





RÓMRĀIRUDU

GOIABA - PSIDIUM GUAJAVA



- Itsiptetedzé^{*44}
- Danhiptetehöimo^{*21*46}
- Tsibré^{*21*44*45*46*47}
- Dawa're^{*45}
- Dahöhödza'ötödze^{*21*45*46}
- Dapě'ędzani Dzépu^{*45*46}
- Marĩdzubru^{*21*45}
- Dawa'ró^{*46}
- Imunoestimulante^{*44}
- Hipertensão^{*21*46}
- Diabetes^{*21*44*45*46*47}
- Leishmaniose^{*45}
- Analgésico^{*21*45*46}
- Doenças respiratórias^{*45*46}
- Anti-inflamatório^{*21*45}
- Febre^{*46}

Imanhaĩdzé: rómra, wetsuirã, höiré,
ĩpa, rómnhirãrã, róbdzö

Parte utilizada: fruto, folhas, tronco,
raizes, flores, sementes



RÓWEDEWAPRU

SANGRA D'ÁGUA - CROTON URUCURANA





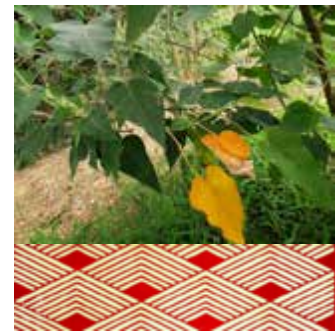
RÓWEDEWAPRU

SANGRA D'ÁGUA - CROTON URUCURANA

- Tsibré^{*40}
- Dahöhödza'ötödze^{*40*41}
- Marĩdzubru^{*40*41}
- Diabetes^{*40}
- Analgésica^{*40*41}
- Anti-inflamatório^{*40*41}

Imanhaĩdzé: rówedehöiba, ĩpa
Ãma wede ödi iwatsãré hã.^{*39}

Parte utilizada: látex, raízes.
Não usar em grávidas.^{*39}





TEPEDZA'RÓ

ASSA PEIXE - *VERNONIA POLYANTHES*





TEPEDZA'RÓ

ASSA PEIXE - VERNONIA POLYANTHES



- Dahöiba uptsõ'wa^{*49}
- Danhiptetehöimo^{*24*51}
- Dawa're^{*24*25*27}
- Dawatô Dzépu^{*24}
- Dapě'ědzani Dzépu^{*51}
- Marĩdzubru^{*24*51}
- Depurativa^{*49}
- Hipertensão^{*24*51}
- Leishmaniose^{*24*25*27}
- Doenças renais^{*24}
- Distúrbios respiratórios^{*51}
- Anti-inflamatório^{*24*51}

Imanharĩdzé: wetsuirã, ĩpa

Parte utilizada: folhas, raízes



TÔMOTIWAWĒ WEDE

QUINA DO CERRADO - STRYCHNOS PSEUDOQUINA





TŌMOTIWAWĒ WEDE

QUINA DO CERRADO - STRYCHNOS PSEUDOQUINA

- Itsiptetedzé^{*49}
- Dawa're^{*61}
- Imunoestimulante^{*49}
- Leishmaniose^{*61}

Imanhaĩdzé: höiré

Parte utilizada: entrecasca





TSIBDZIBI

GENGIBRE XAVANTE - ZINGIBER SPP.





TSIBDZIBI

GENGIBRE XAVANTE - ZINGIBER SPP.^r



- Tsibré^{*62*64*65*68*70}
- Danhiptetehöimo^{*64*65}
- Dahöipe^{*64*67}
- Dapě'ēdzani Dzépu^{*64*69}
- Datsiri Dzépu^{*73}
- Dawapru uptsōidzéb na^{*62}
- Dahöhödza'ōtōdzé^{*69}
- Marĩdzubru^{*62*63*64*65*66*71*72}
- Diabetes^{*62*64*65*68*70}
- Hipertensão^{*64*65}
- Obesidade^{*64*67}
- Doenças respiratórias^{*64*69}
- Doenças cardíacas^{*73}
- Anticoagulante^{*62}
- Analgésico^{*69}
- Anti-inflamatório^{*62*63*64*65*66*71*}

72

Imanhaĩdzé: ĩpa

Parte utilizada: rizoma



UIBRÓ

SUCUPIRA - PTERODON EMARGINATUS





UIBRÓ

SUCUPIRA - PTERODON EMARGINATUS



- Itsiptetedzé^{*17*58}
- Tsibré^{*49}
- Dawapru uptsõidzéb na^{*59}
- Dahöhödza'õtõdzé^{*17*18*19*54}
- Marĩdzubru^{*17*18*19*53*54*55*56*57}
- Imunoestimulante^{*17*58}
- Diabetes^{*49}
- Anticoagulante^{*59}
- Analgésico^{*17*18*19*54}
- Anti-inflamatório^{*17*18*19*53*54*55*56*57}

Imanharĩdzé: rómraĩwa'u

Parte utilizada: óleo da semente



UIWEDE UDZU

BURITI - MAURITIA FLEXUOSA





UIWEDE UDZU

BURITI - MAURITIA FLEXUOSA

- Itsiptetedzé^{*49}
- Danhiptetehöimo^{*20}
- Dawapru uptsõidzéb na^{*20*22}
- Marĩdzubru^{*20}
- Imunoestimulante^{*49}
- Hipertensão^{*20}
- Anticoagulante^{*20*22}
- Anti-inflamatório^{*20}

Imanharĩdzé: inhiwa'ú, rómra

Parte utilizada: óleo da polpa, fruto





WAMARIWATSÉDÉ

PARIPAROBA - POTHOMORPHE UMBELLATAE





WAMARIWATSÉDÉ

PARIPAROBA - POTHOMORPHE UMBELLATAE



- Dapě'ēdzani Dzépu^{*50}

Imanhaĩdzé: wetsuirã, ĩpa

- Doenças respiratórias^{*50}

Parte utilizada: folha, raiz



WAMRÓDZÉBRE

VASSOURINHA - SCOPARIA DULCIS





WAMRŌDZÉBRE

VASSOURINHA - SCOPARIA DULCIS



- Dapě'ēdzani Dzépu^{*50}

Imanhaĩdzé: ró'wanhipré wahuré

- Doenças respiratórias^{*50}

Parte utilizada: planta inteira



WAWINHI'UBDATŌ IWA'UIHÖRÖ

SETE SANGRIAS - CUPHEA CARTHAGENENSIS





WAWINHI'UBDATŌ IWA'UIHÖRÖ

SETE SANGRIAS - CUPHEA CARTHAGENENSIS



- Dahöiba uptsõ'wa^{*50}
- Danhiptetehöimo^{*50*51*52}
- Datsiri Dzépu^{*51}
- Depurativo^{*50}
- Hipertensão^{*50*51*52}
- Doenças cardíacas^{*51}

Imanharĩdzé: ró'wanhipré wahuré

Parte utilizada: planta inteira



WEDE'RĀPŌ

BARU - DIPTERYX ALATA





WEDE'RÃPÓ

BARU - DIPTERYX ALATA

- Datsiri Dzépu^{*21}

Imanhaĩdzé: rómra, ãhõ

- Doenças cardíacas^{*21}

Parte utilizada: fruto, castanha





WEDE'UDZÉ

IPÊ ROXO - HANDROANTHUS IMPETIGINOSUS





WEDE'UDZÉ

IPÊ ROXO - HANROANTHUS IMPETIGINOSUS



- Dawaprunhib'uwa^{*23}
- Datsiri Dzépu^{*23*51}
- Tsibré^{*51}
- Dapě'ēdzani Dzépu^{*23}
- Dawapru tsitsamro Dzépu^{*23*51}
- Dahöhödza'ötödzé^{*23}
- Marĩdzubru^{*51}
- Dawa'ró^{*23*51}
- Anemia^{*23}
- Doenças cardíacas^{*23*51}
- Diabetes^{*51}
- Doenças respiratórias^{*23}
- Anticoagulante^{*23*51}
- Analgésico^{*23}
- Anti-inflamatório^{*51}
- Febre^{*23*51}

Imanharĩdzé: höiré

Parte utilizada: entrecasca



WEDEHUTSI TI'A

PAU TERRA - *QUALEA GRANDIFLORA*





WEDEHUTSI TI'A

PAU TERRA - QUALEA GRANDIFLORA

- Marĩdzubru^{*38*49}

Imanhaĩdzé: höiré, wetsuirã

- Anti-inflamatório^{*38*49}

Parte utilizada: entrecasca, folhas





WEDENHÖRÖTÖ

MUTAMBA - *GUAZUMA ULMIFOLIA*





WEDENHÖRÖTÓ

MUTAMBA - GUAZUMA ULMIFOLIA

- Datsiri Dzépu^{*35}
- Dapě'ědzani Dzépu^{*49}
- Marĩdzubru^{*36}
- Dawa'ró^{*36}

Imanhaĩdzé: wetsuirã, hõiré, ĩpa

- Doenças cardíacas^{*35}
- Doenças respiratórias^{*49}
- Anti-inflamatório^{*36}
- Febre^{*36}

Parte utilizada: folhas, entrecasca, raízes





WEDERUDU

ANGICO - ANADENANTHERA PEREGRINA VAR. FALCATA





WEDERUDU

ANGICO - ANADENANTHERA PEREGRINA VAR. FALCATA



- Dapě'ědzani Dzépu ^{*28*49}

Imanhaĩdzé: höiré, rówedehöiba

- Doenças respiratórias ^{*28*49}

Parte utilizada: entrecasca, resina

I'MANHARIDZÉ / ELABORAÇÃO



Autora: Érica Soares Assis

Psicóloga, pesquisadora em saúde e medicinas tradicionais

E-mail: erica.s.assis@gmail.com

Facebook: erica.assis.50

Instagram: erica.s.assis

Tradução: Oscar Waraiwe Urebete (T.I. São Marcos)

Apoio: For de Ibez - Instituto de Vida Integral

Ãma rópena ãhã romnhuri na duré we ãma mena rówatsu'u te petseda wamnhã romnhuri hã.
Romnhuri nhihödö hã tedza ãmã waptébni dza site Flor do Ibez na, rómnhuridzé te iró rómnhuri
mono A'uwẽ Uptabi tsíré datsa tébré na hã, mãã madö'öwëdzéb na hã duré ö petsedzéb nahã.

Fique à vontade para compartilhar esse material com mais pessoas e mande mensagens se puder cooperar para torná-lo melhor e mais atual. O conteúdo será atualizado no site do Instituto Flor de Ibez, instituto que atua junto aos Xavantes, estimulando a soberania alimentar, aliando a produção agroflorestal à valorização da cultura tradicional.



Barra do Garças-MT
www.flordeibez.org

MARI DZARINA WATSU'U / REFERÊNCIAS

- *1 Bezerra GP, Góis RW, de Brito TS, et al. Phytochemical study guided by the myorelaxant activity of the crude extract, fractions and constituent from stem bark of *Hymenaea courbaril* L. *J Ethnopharmacol.* 2013;149(1):62-69. doi: 10.1016/j.jep.2013.05.052
- *2 do Rosário MMT, Noleto GR, de Oliveira Petkowicz CL. Degalactosylation of xyloglucans modify their pro-inflammatory properties on murine peritoneal macrophages. *Int J Biol Macromol.* 2017;105(Pt 1):533-540. doi:10.1016/j.ijbiomac.2017.07.068
- *3 Boniface PK, Baptista Ferreira S, Roland Kaiser C. Current state of knowledge on the traditional uses, phytochemistry, and pharmacology of the genus *Hymenaea*. *Journal of Ethnopharmacology.* 2017;206:193-223. doi: 10.1016/j.jep.2017.05.024.
- *4 Estevão LR, Medeiros JP, Baratella-Evêncio L, Simões RS, Mendonça Fde S, Evêncio-Neto J. Effects of the topical administration of copaiba oil ointment (*Copaifera langsdorffii*) in skin flaps viability of rats. *Acta Cir Bras.* 2013;28(12):863-869. doi:10.1590/s0102-86502013001200009
- *5 Basile AC, Sertié JA, Freitas PC, Zanini AC. Anti-inflammatory activity of oleoresin from Brazilian *Copaifera*. *J Ethnopharmacol.* 1988;22(1):101-109. doi:10.1016/0378-8741(88)90235-8. doi: 10.1016/0378-8741(88)90235-8
- *6 Brancalion APS, Oliveira RB, Sousa JPB, Groppo M, Berreta AA, Barros ME, et al. Effect of hydroalcoholic extract from *Copaifera langsdorffii* leaves on urolithiasis induced in rats. *Urol Res.* 2012;40(5):475-481. doi: 10.1007/s00240-011-0453-z
- *7 Gelmini F, Beretta G, Anselmi C, Centini M, Magni P, Ruscica M, et al. GC-MS profiling of the phytochemical constituents of the oleoresin from *Copaifera langsdorffii* Desf. and a preliminary in vivo evaluation of its antispasmodic effect. *Int J Pharm.* 2013;440(2):170-178. doi: 10.1016/j.ijpharm.2012.08.021
- *8 de Lima Silva JJ, Guimarães SB, da Silveira ER, de Vasconcelos PRL, Lima GG, Torres, SM, et al. Effects of *Copaifera langsdorffii* Desf. on ischemia-reperfusion of randomized skin flaps in rats. *Aesthetic Plast Surg.* 2009;33(1):104-109. doi:10.1007/s00266-008-9263-2
- *9 Miranda-Vilela AL, Lordelo GS, Akimoto AK, Alves PCZ, Pereira LCS, Klautau-Guimarrães MN, et al. Genetic polymorphisms influence runners' responses to the dietary ingestion of antioxidant supplementation based on pequi oil (*Caryocar brasiliense* Camb.): a before-after study. *Genes Nutr.* 2011;6(4):369-395. doi:10.1007/s12263-011-0217-y
- *10 Jorge A, Leitão MM, Bernal LPT, dos Santos E, Kuraoka-Oliveira AM, Justi P, et al. Analgesic and Anti-inflammatory Effects of *Caryocar brasiliense*. *Anti-Inflammatory & Anti-Allergy Agents in Medicinal Chemistry.* 2020; 19: 313-322. doi: 10.2174/1871523018666190408144320
- *11 Baptista A, Gonçalves RV, Bressan J, Pelúzio MDCC. Antioxidant and Antimicrobial Activities of Crude Extracts and Fractions of Cashew (*Anacardium occidentale* L.), Cajui (*Anacardium microcarpum*), and Pequi (*Caryocar brasiliense* C.): A Systematic Review. *Oxid Med Cell Longev.* 2018;2018:3753562. doi:10.1155/2018/3753562
- *12 Roll MM, Miranda-Vilela AL, Longo JPF, Agostini-Costa TDS, Grisolia CK. The pequi pulp oil (*Caryocar brasiliense* Camb.) provides protection against aging-related anemia, inflammation and oxidative stress in Swiss mice, especially in females. *Genet Mol Biol.* 2018;41(4):858-869. doi:10.1590/1678-4685-GMB-2017-0218
- *13 Nascimento-Silva NRRD, Naves MMV. Potential of Whole Pequi (*Caryocar* spp.) Fruit-Pulp, Almond, Oil, and Shell-as a Medicinal Food. *J Med Food.* 2019;22(9):952-962. doi:10.1089/jmf.2018.0149
- *14 Oliveira LG, Moreno LG, Melo DS, Costa-Pereira LV, Carvalho MMF, Silva PHE, Alves AM, et al. *Caryocar brasiliense* oil improves cardiac function by increasing Serca2a/PLB ratio despite no significant changes in cardiovascular risk factors in rats. *Lipids Health Dis.* 2017;16(1):37. doi:10.1186/s12944-017-0422-9
- *15 Torres LR, Santana FC, Torres-Leal FL, Melo ILP, Tedesco YL, Matos Neto EM, et al. Pequi (*Caryocar brasiliense* Camb.) almond oil attenuates carbon tetrachloride-induced acute hepatic injury in rats: Antioxidant and anti-inflammatory effects. *Food Chem Toxicol.* 2016;97:205-216. doi:10.1016/j.fct.2016.09.009
- *16 de Oliveira LM, Rodrigues AG, da Silva EF, Cerqueira LB, Castro CH, Pedrino GR, et al. Endothelium-Dependent Vasorelaxant Effect of Butanolic Fraction from *Caryocar brasiliense* Camb. Leaves in Rat Thoracic Aorta. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2012;2012:934142. doi:10.1155/2012/934142
- *17 Hoscheid J, Cardoso ML. *Scucupira* as a Potential Plant for Arthritis Treatment and Other Diseases. *Arthritis.* 2015;2015:379459. doi:10.1155/2015/379459
- *18 dos Santos CBR, da Silva Ramos R, Ortiz BLS, da Silva GM, Giuliani S, Balderas-Lopez JL, et al. Oil from the fruits of *Pterodon emarginatus* Vog.: A traditional anti-inflammatory. Study combining in vivo and in silico. *J Ethnopharmacol.* 2018;222:107-120. doi:10.1016/j.jep.2018.04.041
- *19 Galceran CB, Sertié JA, Lima CS, Carvalho JC. Anti-inflammatory and analgesic effects of 6 α ,7 β -dihydroxy-vouacapan-17 β -oic acid isolated from *Pterodon emarginatus* Vog. fruits. *Inflammopharmacology.* 2011;19(3):139-143. doi:10.1007/s10787-011-0081-9
- *20 Pereira Freire JA, Barros KBNT, Lima LKF, Martins JM, Araújo YC, Oliveira GLS, et al. Phytochemistry Profile, Nutritional Properties and Pharmacological Activities of *Mauritia flexuosa*. *J Food Sci.* 2016;81(11):R2611-R2622. doi:10.1111/1750-3841.13529

- *21 Bailão EF, Devilla IA, da Conceição EC, Borges LL. Bioactive Compounds Found in Brazilian Cerrado Fruits. *Int J Mol Sci.* 2015;16(10):23760-23783. doi:10.3390/ijms161023760
- *22 Neri-Numa IA, Soriano Sancho RA, Pereira APA, Pastore GM. Small Brazilian wild fruits: Nutrients, bioactive compounds, health-promotion properties and commercial interest. *Food Res Int.* 2018;103:345-360. doi:10.1016/j.foodres.2017.10.053
- *23 Gómez OC, Luiz JHH. Endophytic fungi isolated from medicinal plants: future prospects of bioactive natural products from *Tabebuia/Handroanthus* endophytes. *Appl Microbiol Biotechnol.* 2018;102(21):9105-9119. doi:10.1007/s00253-018-9344-3
- *24 de Souza PVR, Mazzei JL. *Vernonia polyanthes* (Spreng.) Less.: uma visão geral da sua utilização como planta medicinal, composição química e atividades farmacológicas. *Revista Fitos.* 2017;11(1):105-115. doi: 10.5935/2446-4775.20170021
- *25 Braga FG, Bouzada ML, Fabri RL, Matos MO, Moreira FO, Scio E, et al. Antileishmanial and antifungal activity of plants used in traditional medicine in Brazil. *J Ethnopharmacol.* 2007;111(2):396-402. doi:10.1016/j.jep.2006.12.006
- *26 Barata, LES, Alencar AAJ, Tascione M, Tamashiro J. Plantas Medicinais Brasileiras. I. *Achyrocline satureioides* (Lam.) DC. (Macela). *Revista Fitos.* 2009;4(1)120-125.
- *27 Moreira RRD, Martins GZ, Varandas R, Cogo J, Perego CH, Roncoli G, Sousa MC, Nakamura CV, Salgueiro L, Cavaleiro C. Composition and leishmanicidal activity of the essential oil of *Vernonia polyanthes* Less (Asteraceae). *Natural Product Research.* 2017;31(24):2905-2908. doi: 10.1080/14786419.2017.1299723
- *28 Souza LF, Dias RF, Guilherme FAG, Coelho CP. Plantas medicinais referenciadas por raizeiros no município de Jataí, estado de Goiás. *Rev. bras. plantas med.* 2016;18(2):451-461. doi:10.1590/1983-084X/15_173
- *29 de Amorim EM, de Santana SL, da Silva AS, de Aquino NC, Silveira ER, Ximenes RM, et al. Genotoxic Assessment of the Dry Decoction of *Myracrodruon urundeuva* Allemão (Anacardiaceae) Leaves in Somatic Cells of *Drosophila melanogaster* by the Comet and SMART Assays [Internet]. 2019 [Acesso em 27 jul. 2020]. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/em.22332>
- *30 Souza SM, Aquino LC, Milach AC Jr, Bandeira MA, Nobre ME, Viana GS. Antiinflammatory and antiulcer properties of tannins from *Myracrodruon urundeuva* Allemão (Anacardiaceae) in rodents. *Phytother Res.* 2007;21(3):220-225. doi:10.1002/ptr.2011
- *31 Borsato MLC, Graél CFF, Souza GEP, Lopes NP. Analgesic activity of the lignans from *Lychnophora ericoides*. *Phytochemistry.* 2000;55(7):809-813. doi:10.1016/S0031-9422(00)00388-5
- *32 Ferreira EC. As propriedades medicinais e bioquímicas da planta *Stryphnodendron adstringens* "barbatimão". *Biológicas & Saúde.* 2013;3(11). Doi:10.25242/886831120139
- *33 Souza-Moreira TM, Queiroz-Fernandes GM, Pietro RCLR. *Stryphnodendron* Species Known as "Barbatimão": A Comprehensive Report. *Molecules.* 2018;23(4):910. doi:10.3390/molecules23040910
- *34 Pinto SCG, Bueno FG, Panizzon GP, Morais G, dos Santos PVP, Baesso ML, Leite-Mello EVS, de Mello JCP. *Stryphnodendron adstringens*: Clarifying Wound Healing in Streptozotocin-Induced Diabetic Rats. *Planta Med.* 2015;81(12/13):1090-1096. doi: 10.1055/s-0035-1546209
- *35 Pereira GA, Peixoto Araujo NM, Arruda HS, Farias DP, Molina G, Pastore GM. Phytochemicals and biological activities of mutamba (*Guazuma ulmifolia* Lam.): A review. *Food Res Int.* 2019;126:108713. doi:10.1016/j.foodres.2019.108713
- *36 Kumar NS, Guranani SG. *Guazuma ulmifolia* LAM: A review for future. *Journal of Medicinal Plants Studies.* 2019. 7(2): 205-210
- *37 Silva JHCE, Ferreira RS, Pereira EP, et al. *Amburana cearensis*: Pharmacological and Neuroprotective Effects of Its Compounds. *Molecules.* 2020;25(15):E3394. doi:10.3390/molecules25153394
- *38 Cordeiro TM, Borghetti F, Oliveira SCC, Bastos IMD, de Santana JM, Grellier P, Charneau S. Brazilian Cerrado *Qualea grandiflora* Mart. Leaves Exhibit Antiplasmodial and Trypanocidal Activities In vitro. *Pharmacognosy Magazine.* 2017;13(52):668-672. doi:10.4103/pm.pm_100_17
- *39 Moraes-Souza RQ, Soares TS, NOL Carmo, Damasceno DC, Campos KE, Volpato GT. Adverse effects of *Croton urucurana* B. exposure during rat pregnancy. *Journal of Ethnopharmacology.* 2017;199:328-333. doi:10.1016/j.jep.2016.10.061
- *40 Coy BCA, Gómez DC, Castiblanco FA. Importancia medicinal del género *Croton* (euphorbiaceae). *Rev Cubana Plant Med.* 2016;21(2):234-247.
- *41 Cordeiro KW, Felipe JL, Malange KF, do Prado PR, Figueiredo PO, Garcez FR, Freitas KC, Garcez WS, Toffoli-Kadrib MC. Anti-inflammatory and antinociceptive activities of *Croton urucurana* Baillon bark. *Journal of Ethnopharmacology.* 2016;183:128-135.
- *42 Mansa MRA, Beerens T, Magali I, Soekhoe RC, Schoone GJ, Oedairadsingh K, Hasrat JA van den Bogaart V, Schallig HDFH. In vitro evaluation of traditionally used Surinamese medicinal plants for their potential anti-leishmanial efficacy. *Journal of Ethnopharmacology.* 2016;180:70-77. doi:10.1016/j.jep.2016.01.012
- *43 Morais MG, Saldanha AA, Rodrigues JPC, Mendes IC, Ferreira LM, Amado PA, et al. Chemical composition, antioxidant, anti-inflammatory and antinociceptive activities of the ethanol extract of ripe fruits of *Solanum lycocarpum* St. Hil. (Solanaceae). *Journal of Ethnopharmacology.* 2020;262:113-125. doi:10.1016/j.jep.2020.113125

- *44 Díaz-de-Cerio E, Verardo V, Gómez-Caravaca AM, Fernández-Gutiérrez A, Segura-Carretero A. Health Effects of *Psidium guajava* L. Leaves: An Overview of the Last Decade. *Int J Mol Sci.* 2017;18(4):897. doi:10.3390/ijms18040897
- *45 Morais-Braga MF, Carneiro JN, Machado AJ, et al. *Psidium guajava* L., from ethnobiology to scientific evaluation: Elucidating bioactivity against pathogenic microorganisms. *J Ethnopharmacol.* 2016;194:1140-1152. doi:10.1016/j.jep.2016.11.017
- *46 Daswani PG, Gholkar MS, Birdi TJ. *Psidium guajava*: A Single Plant for Multiple Health Problems of Rural Indian Population. *Pharmacogn Rev.* 2017;11(22):167-174. doi:10.4103/phrev.phrev_17_17
- *47 Tanveer A, Akram K, Farooq U, Hayat Z, Shafi A. Management of diabetic complications through fruit flavonoids as a natural remedy. *Crit Rev Food Sci Nutr.* 2017;57(7):1411-1422. doi:10.1080/10408398.2014.1000482
- *48 Borges JC, Perim MC, de Castro RO, Araújo TAS, Peixoto Sobrinho TJS, da Silva ACO, et al. Evaluation of antibacterial activity of the bark and leaf extracts of *Brosimum gaudichaudii* Trécul against multidrug resistant strains. *Natural Product Research.* 2017;31(24):2931-2935. 2017. doi: 10.1080/14786419.2017.1305379
- *49 de Almeida SP, Proença CEB, Sano SM, Ribeiro JF. Cerrado: espécies vegetais úteis. Embrapa-CPAC. Planaltina DF: 1998.
- *50 Balbochas A. As plantas curam. 1956.
- *51 Saad, GA, Léda PHO, de Sá IM, Seixlack AC. *Fitoterapia Contemporânea Tradição e ciência na prática clínica.* 2ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara; 2016.
- *52 Sanguinetti E. *Plantam que curam.* Barra do Garças: 2000.
- *53 de Moraes WF, Galdino PM, Nascimento MV, Vanderline FA, Bara MTF, Costa EA, et al. Triterpenes involved in the anti-inflammatory effect of ethanolic extract of *Pterodon emarginatus* Vogel stem bark. *J Nat Med.* 2012;66(1):202-207. doi:10.1007/s11418-011-0547-5
- *54 Galceran CB, Sertie JAA, Lima CS, Carvalho JCT. Anti-inflammatory and analgesic effects of 6 α ,7 β -dihydroxy-vouacapan-17 β -oic acid isolated from *Pterodon emarginatus* Vog. fruits. *Inflammopharmacology.* 2011;19(3):139-43. doi:10.1007/s10787-011-0081-9
- *55 Vellozo LS, Martino T, Vígliano MV, Pinto FA, Silva GP, Justo GA, et al. *Pterodon polygalaeflorus* essential oil modulates acute inflammation and B and T lymphocyte activation. *Am J ChinMed.* 2013;41(3):545-63. doi:10.1142/S0192415X13500390
- *56 Carvalho JC, Sertie JA, Barbosa MV, Patrício KC, Caputo LR, Sarti SJ, et al. Anti-inflammatory activity of the crude extract from the fruits of *Pterodon emarginatus* Vog. *J Ethnopharmacol.* 1999;64(2):127-133. doi:10.1016/s0378-8741(98)00116-0
- *57 Cardoso CC, Pinto AC, Marques PR, Gayer CRM, Afel MIR, Coelho MGP, et al. Suppression of T and B cell responses by *Pterodon pubescens* seeds ethanolic extract. *Pak J Biol Sci.* 2008;11(19):2308-2313. doi:10.3923/pjbs.2008.2308.2313
- *58 Coelho MG, Sabino KC, Dalmou SR. Immunomodulatory effects of *sucupira* (*Pterodon pubescens*) seed infusion on collagen-induced arthritis. *Clin Exp Rheumatol.* 2004;22(2):213-218.
- *59 Laszlo F. *Oleo essencial de sucupira branca [Monografia].* Instituto Brasileiro de Aromatologia. Disponível em: http://laszlo.ind.br/campanhas/Oleo_essencial_de_Sucupira-branca-Pterodon-emarginatus.pdf
- *60 Lorenzi H, Matos FJA. *Plantas Medicinais do Brasil Nativas e Exóticas.* 1ª Edição. Nova Odessa: Ed. Instituto Plantarum de Estudos da Flora Ltda, 2002.
- *61 Lage PS, Chávez-Fumagalli M, Mesquita JT, Mata LM, Fernandes SOA, Cardoso VN, et al. Antileishmanial activity and evaluation of the mechanism of action of strychnobiflavone flavonoid isolated from *Strychnos pseudoquina* against [Internet]. 2015 [acesso em 2 ag. 2020]. Disponível em: <http://www.locus.ufv.br/handle/123456789/19318>
- *62 Liu Y, Liu J, Zhang Y. Research Progress on Chemical Constituents of *Zingiber officinale* Roscoe. *Biomed Res Int.* 2019;2019:5370823. doi:10.1155/2019/5370823
- *63 de Lima RMT, dos Reis AC, de Menezes APM, Santos JVO, de Oliveira Filho JWG, Ferreira JRO, et al. Protective and therapeutic potential of ginger (*Zingiber officinale*) extract and [6]-gingerol in cancer: A comprehensive review. *Phytother Res.* 2018;32(10):1885-1907. doi:10.1002/ptr.6134
- *64 Mao QQ, Xu XY, Cao SY, Gan RY, Corke H, Beta T, et al. Bioactive Compounds and Bioactivities of Ginger (*Zingiber officinale* Roscoe). *Foods.* 2019;8(6):185. doi:10.3390/foods8060185
- *65 Mohd Sahardi NFN, Makpol S. Ginger (*Zingiber officinale* Roscoe) in the Prevention of Ageing and Degenerative Diseases: Review of Current Evidence. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2019;2019:5054395. doi:10.1155/2019/5054395
- *66 Sharifi-Rad M, Varoni EM, Salehi B, et al. Plants of the Genus *Zingiber* as a Source of Bioactive Phytochemicals: From Tradition to Pharmacy. *Molecules.* 2017;22(12):2145. doi:10.3390/molecules22122145

- *67 Ebrahimzadeh Attari V, Malek Mahdavi A, Javadi Z, Mahluji S, Zununi Vahed S, Ostadrahimi A. A systematic review of the anti-obesity and weight lowering effect of ginger (*Zingiber officinale* Roscoe) and its mechanisms of action. *Phytother Res.* 2018;32(4):577-585. doi:10.1002/ptr.5986
- *68 Zhu J, Chen H, Song Z, Wang X, Sun Z. Effects of Ginger (*Zingiber officinale* Roscoe) on Type 2 Diabetes Mellitus and Components of the Metabolic Syndrome: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2018;2018:5692962. doi:10.1155/2018/5692962
- *69 Wilson PB. Ginger (*Zingiber officinale*) as an Analgesic and Ergogenic Aid in Sport: A Systemic Review. *J Strength Cond Res.* 2015;29(10):2980-2995. doi:10.1519/JSC.0000000000001098
- *70 Alam F, Shafique Z, Amjad ST, Bin Asad MHH. Enzymes inhibitors from natural sources with antidiabetic activity: A review. *Phytother Res.* 2019;33(1):41-54. doi:10.1002/ptr.6211
- *71 Morvaridzadeh M, Fazelian S, Agah S, Khazdouz M, Rahimlou M, Agh F, et al. Effect of ginger (*Zingiber officinale*) on inflammatory markers: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Cytokine.* 2020;135:155224. doi:10.1016/j.cyto.2020.155224
- *72 Ghasemian M, Owlia S, Owlia MB. Review of Anti-Inflammatory Herbal Medicines. *Adv Pharmacol Sci.* 2016;2016:9130979. doi:10.1155/2016/9130979
- *73 Rastogi S, Pandey MM, Rawat AKS. Spices: Therapeutic Potential in Cardiovascular Health. *Curr Pharm Des.* 2017;23(7):989-998. doi:10.2174/1381612822666161021160009
- *74 Wang B, Xiao T, Ruan J, Liu W. Beneficial Effects of Corn Silk on Metabolic Syndrome. *Curr Pharm Des.* 2017;23(34):5097-5103. doi:10.2174/1381612823666170926152425
- *75 Wang H, Shi S, Wang S. Can highly cited herbs in ancient Traditional Chinese medicine formulas and modern publications predict therapeutic targets for diabetes mellitus?. *J Ethnopharmacol.* 2018;213:101-110. doi:10.1016/j.jep.2017.10.032
- *76 Hañari-Quispe Renán, Arroyo Jorge, Herrera-Calderón Oscar, Herrera-Moran Hernán. Efecto hepatoprotector del extracto hidroetanólico atomizado del maíz morado (*Zea mays* L.) en lesiones hepáticas inducidas en ratas. *An. Fac. med.* 2015;76(2):123-128. doi:10.15381/anales.v76i2.11136
- *77 Arroyo J, Ráez E, Rodríguez M, Chumpitaz V, Burga J, De la Cruz W y col. Actividad antihipertensiva y antioxidante del extracto hidroalcohólico atomizado de maíz morado (*Zea mays* L.) en ratas. *Rev Peru Med Exp Salud Publica.* 2008;25(2):195-199.
- *78 Rivera-Madrid R, Aguilar-Espinosa M, Cárdenas-Conejo Y, Garza-Caligaris LE. Carotenoid Derivates in Achote (*Bixa orellana*) Seeds: Synthesis and Health Promoting Properties. *Front Plant Sci.* 2016;7:1406. doi:10.3389/fpls.2016.01406
- *79 Shahid-Ul-Islam, Rather LJ, Mohammad F. Phytochemistry, biological activities and potential of annatto in natural colorant production for industrial applications - A review. *J Adv Res.* 2016;7(3):499-514. doi:10.1016/j.jare.2015.11.002
- *80 de Almeida CR, Silva RB, Marques MJ, Chavasco JK. Evaluation of antiparasitic activity of hydroethanolic extracts from root, stem and leaf of *Bixa orellana* L. ON *Leishmania amazonensis* samples. *Rev Univ Vale do Rio Verde.* 2012;10(2).