

## DICIONÁRIO DE PLANTAS MEDICINAIS

José E. Mendes Ferrão e Maria Cândida Liberato

### L

**Lachnanthes caroliniana** (Lam.) Dandy; Hemodoráceas. Carolina redroot, dye-root, paint-root, red-root (I). Planta herbácea perene, rizomatosa, originária da América, desde Nova Escócia no E do Canadá, E dos EUA e W de Cuba, cujas raízes são consideradas hipnóticas e estimulantes e recomendadas para a tosse e pneumonias.

**Lactuca imbricata** Hiern; Asteráceas (Compostas). Planta herbácea, vivaz, originária do sul da África tropical, emitindo caules aéreos anuais, de um verde arroxeadado, folhas linear-lanceoladas, geralmente inteiras, flores em capítulos campanulados em pedicelos desiguais e dispostos em cimeiras terminais. Usada medicinalmente em Angola, sobretudo nos planaltos do sul, nos casos de hematúria, alcoolismo, dores das mulheres grávidas e dores de baço.

**Lactuca indica** L.; Asteráceas (Compostas). Indian lettuce (I). Planta herbácea anual ou bienal, originária do este da Ásia, NE da Índia, China e Japão, cultivada no SE da Ásia como hortaliça. A planta é considerada como um tônico, depurativo e digestivo.

**Lactuca quercina** L.; Asteráceas (Compostas). Wild lettuce (I). Planta herbácea, originária de grande parte da Europa, não do W, estendendo-se até à Turquia, Cáucaso e Índia, algumas vezes cultivada para extrair a lactucarina (lettuce opium) considerada meio hipnótica, sedativa e usada em misturas contra a tosse e ainda como substituto do ópio.

**Lactuca sativa** L.; Asteráceas (Compostas). *Alface, alface-hortense, alface-de-folha-recortada, alface-crespa, alface-repolhuda* (Portugal). Lettuce (I). Planta herbácea de origem incerta, para uns de origem desconhecida, para outros do Próximo Oriente e região mediterrânica, hoje não se encontrando na natureza, apenas cultivada, de caule por vezes arroxeadado, com folhas glabras ou indumento ao longo da nervura principal, de formas, tamanhos, consistência e cor muito variados. Planta cultivada em todo o mundo principalmente para saladas, com numerosas variedades que permitem que a cultura se possa fazer, na maior parte dos casos ao longo do ano, jogando com as exigências ecológicas de vários grupos de variedades. A planta é levemente laxante, diurética e antirreumática. O suco das folhas é considerado ligeiramente laxativo, e calmante, e segundo alguns é sonífero. O suco das folhas ou o seu infuso, misturado com açúcar, é indicado como calmante do chamado «eretismo nervoso» na adolescência. Em xarope combate a tosse e afeções brônquicas e usa-se a «água de alface» contra inflamações oculares. No Brasil usam o «chá» de alface, pelas suas propriedades analgésicas, ao interferir no sistema nervoso exteriormente para tratamento da pele.

**Lactuca serriola** L.; Asteráceas (Compostas). *Alface-brava, alface-brava-menor, alface-silvestre* (Portugal). Compass-plant, prickly lettuce (I). Planta anual ou bienal, originária do NW da Rússia na Europa, introduzida noutras

regiões temperadas. O suco leitoso, depois de seco, é um hipnótico moderado, sedativo, expetorante anódino e diurético.

**Ladenbergia hexandra** (Pohl) Klotzsch; Rubiáceas. *Quina-do-rio* (Brasil). Árvore endêmica do NE e SE do Brasil, cujo ritidoma é usado em substituição do ritidoma das quineiras.

**Lagenaria breviflora** (Benth.) Roberty; Cucurbitáceas. *Coloquinta* (São Tomé e Príncipe). Wild colocynth (I). Planta perene de caules anuais trepadores, pubescente, originária das zonas de floresta, por vezes ribeirinha ou inundável, das regiões de baixa e média altitude da África tropical, de folhas escabrosas com um par de glândulas apicais e laterais no pecíolo; flores dioicas, grandes, brancas, fruto globoso, glabro, verde-lustroso com manchas horizontais e pontuações brancas, pericarpo endurecido e no interior uma polpa branca, amarga, com sementes numerosas. O fruto é utilizado na Nigéria como abortivo e antibacteriano, o decocto do caule nas cefaleias, a raiz como purgativa e vermífuga, o fruto como catártico. Na medicina tradicional de São Tomé o suco das folhas verdes é usado em abscessos, os frutos e as folhas em massagens para alívio de dores, em hematomas, cólicas abdominais e como afrodisíaco. Nalguns locais usam o cozimento das folhas em óleo (de palma ou outro alimentar) para tratar o reumatismo.

**Lagenaria siceraria** (Molina) Standl.; Cucurbitáceas. *Abóbora-cabaça, abóbora-carneira, abóbora-de-carneiro, carneira* (Português). Bottle gourd, calabash gourd (I). Planta trepadeira monoica, originária de África tropical ocidental estendendo-se até à Etiópia e Tanzânia, largamente difundida e naturalizada nas regiões tropicais de quase todo o mundo, cultivada desde tempos muito antigos, molemente pubescente, trepadora ou rastejante, com um leve cheiro a almíscar. Na medicina hindu a polpa que envolve as sementes é considerada purgativa. Em Angola usa-se na medicina tradicional em casos de hematúria e é aí cultivada desde tempos muito antigos.

**Lamium album** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Lâmio-branco, urtiga-branca* (Portugal). White deadnettle (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária de grande parte da Europa e Ásia ocidental temperada até ao Cáucaso, China e Mongólia, não natural em Portugal, introduzida noutras regiões temperadas, de caules quadrangulares, tomentosa, de folhas ovadas e pubescentes, flores de corola branca, em verticilastos para o ápice dos caules, mericarpos quase trigonais. Na medicina caseira a planta é considerada anti-hemorrágica, as flores são usadas contra a leucorreia, catarro e hidropisia e as raízes, em extrato alcoólico, são indicadas contra a pedra do rim, o infuso ou o decocto são utilizados no tratamento de afeções cutâneas como o prurido e descamações do couro cabeludo. Planta melífera.

**Lamium purpureum** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Lâmio-roxo* (Portugal). Purple dead-nettle (I). Planta herbácea anual, originária da Europa, Sibéria e NW de África, ereta ou ascendente, mais ou menos pubescente, ramificada geralmente desde a base, folhas sub-regularmente crenadas, cordiforme-ovadas, todas pecioladas, flores em verticilastos para o ápice do caule, corola bilabiada, púrpura-rosada, fruto de 4 mericarpos. Localmente a planta é usada como estética, diurética e purgativa.

**Landolphia camptoloba** (K.Schum.) Pichon; Apocináceas. *Borracha-da-trepadeira-dos-ganguelas* (Angola). Planta geralmente arbustiva, originária do sul da África tropical W-central, de caules lenhosos e volúveis, raminhos com gavinhas, folhas opostas, delgadas e coriáceas com pelos nas nervuras

medianas, pecíolo hípido, flores de corola branca reunidas em cimeiras axilares ou terminais, fruto uma baga globosa com as sementes envolvidas numa polpa amarela. Na medicina tradicional do leste de Angola usam o infuso do fruto para combaterem a conjuntivite. As raízes produzem uma borracha de fraca qualidade e em pequena quantidade e por isso normalmente já não é explorada.

**Landolphia dulcis** (Sabine ex G.Don) Pichon; Apocináceas. Planta arbustiva ou trepadora originária da floresta aberta e das galerias florestais que acompanham as linhas de água da África tropical ocidental até Angola. Na Guiné-Bissau a planta é usada como alimento, pelas raízes e frutos, e na medicina local usam o cozimento da raiz nas dores de barriga, a raiz como estimulante do apetite e no tratamento de mulheres grávidas que perdem sangue.

**Landolphia foretiana** (Pierre ex Jum.) Pichon; Apocináceas. Trepadeira originária da floresta secundária densa húmida da África tropical ocidental e centro-ocidental até ao N de Angola, de caule sarmentoso, ramos atingindo comprimentos da ordem dos 20 m, ritidoma castanho, raminhos com lentículas brancas, folhas coriáceas e glabras na página superior e com indumento na página inferior, fruto solitário, rugoso, cor-de-laranja. Na medicina tradicional de Cabinda (Angola) a planta é usada aplicando as folhas sobre as queimaduras.

**Landolphia heudelotii** A.DC.; Apocináceas. *Fole* (Guiné-Bissau). *Landolphia rubber* (L). Planta arbustiva ou trepadora lenhosa, originária da savana e floresta aberta da África tropical ocidental até aos Camarões, de suco branco, ramos geralmente avermelhados, violáceos ou acinzentados, com lentículas esbranquiçadas ou alaranjadas. Os frutos são comestíveis, com as sementes embebidas numa polpa aquosa amarelada, muito apreciada pelas populações locais e a partir dos quais fabricam uma bebida fermentada. Na Guiné-Bissau usam o ritidoma para facilitar os partos, as folhas nas diarreias, dores de barriga, prisão de ventre, dores de dentes, corpo inchado e coceira. Os ramos secos e fumados são utilizados no tratamento de «problemas mentais», o suco na opacidade ocular e as raízes para tomar banhos quentes contra o cansaço.

**Landolphia kirkii** Dyer; Apocináceas. *Múngua*, *vúngua* (Moçambique). Trepadeira lenhosa com seiva leitosa e borrachífera, originária das savanas da África tropical central e oriental, de ramos castanho-escuros, gavinhas ramificadas, folhas opostas e subcoriáceas, flores pequenas odoríferas de corola branca, fruto globoso a piriforme, amarelado quando maduro, de polpa comestível e sementes castanhas. Os seus frutos são apreciados pelas populações locais e aparecem nos mercados das regiões produtoras. A planta foi inicialmente explorada como borrachífera. Em medicina tradicional em Moçambique usam as folhas nos ataques epiléticos e o decocto da raiz no cancro do peito.

**Landolphia thollonii** Dewèvre; Apocináceas. *Borracha-de-chana* (Angola). Planta trepadora originária da África tropical, das galerias florestais nas margens dos cursos de água, trepando pelas árvores suas vizinhas, no Congo, RDC e Angola, Na medicina tradicional de Angola o infuso das folhas é usado para massagens.

**Lannea acida** A.Rich.; Anacardiáceas. Árvore de pequeno porte ou arbusto, originário das savanas da África tropical ocidental, usada na Guiné-Bissau para «aumentar o sangue» e no tratamento de doenças dos olhos.

**Lannea ambacensis** (Hiern) Engl.; Anacardiáceas. Arbusto rizomatoso endêmico do mosaico de savana e matos de Angola, de caules numerosos geralmente anuais, folhas imparipinuladas aparecendo depois da fecundação das flores, inflorescência basal, paniculada, avermelhada, fruto drupáceo, ovoide, vermelho-púrpura na maturação. Na medicina tradicional a raiz é usada como reconstituente e nas afeções das vias respiratórias e ainda no tratamento da vagina após aborto ou parto. Na medicina tradicional do Planalto angolano a planta é usada em casos de asma, tosse, colite, úlcera do estômago, afeções pulmonares e doenças dos olhos.

**Lannea antiescorbutica** (Hiern) Engl.; Anacardiáceas. *Pau-mucumbi* (Angola). Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária de matos, termiteiras e savanas arborizadas da África tropical, estendendo-se desde a RCA e RDC até ao sul tropical, acompanhando de perto o embondeiro, de tronco ereto, copa relativamente pequena e folhas caducas. Na medicina tradicional a planta é usada como reconstituente e para auxiliar as parturientes a dar à luz quando o parto se torna demorado. No Planalto Central angolano usam a planta em casos de asma, tosse, doenças das vias respiratórias, escorbuto, úlcera de estômago e colites.

**Lannea coromandelica** (Houtt.) Merr.; Anacardiáceas. *Bainheiro* (Goa). Indian ash tree (I). Árvore de médio porte originária da Ásia tropical, desde a Índia até à Indochina e cultivada no SE asiático. Na medicina goesa usam o decocto do ritidoma em casos de dispepsia atônica e debilidade geral e em uso externo em gargarejos contra aftas e dores de dentes e como loção nas erupções da pele. Localmente emprega-se nos casos de reumatismo sob a forma pasta de folhas moídas misturadas com pimenta e nos casos de asma e como «cordial» às mulheres no período de lactação. O ritidoma usa-se localmente como adstringente interno nas dispepsias e externo em gargarejos no tratamento das aftas e gengivites. Do caule pode extrair-se uma resina solúvel designada «jingan gum».

**Lannea edulis** (Sond.) Engl.; Anacardiáceas Wild grape (I). Planta arbustiva rizomatosa, originária das savanas arbóreas e floresta aberta da África da Costa do Marfim à Etiópia até ao sul do continente, de cor ferrugínea e tomentosa nas partes jovens, tornando-se depois glabrescente, rizoma muito desenvolvido, flores reunidas em inflorescências em ramos laterais muito curtos, que aparecem ao nível do terreno, normalmente depois das queimadas que são frequentes nesta região, fruto uma drupa vermelha e ovoide. Como medicinal a planta emprega-se no sul de África, o infuso da raiz contra as diarreias sanguíneas e febres, o suco das folhas nas doenças dos olhos, no Maláui e Tanzânia em diarreias, no Quênia em trabalhos de parto, no Zaire contra dores musculares. Em Moçambique o infuso frio da raiz usa-se também nas diarreias sanguinolentas.

**Lannea schimperi** (Hochst. ex A.Rich.) Engl.; Anacardiáceas. Planta originária e muito frequente em África tropical, principalmente nas regiões de savana, florestas decíduas e matos, aparecendo frequentemente sobre termiteiras ou próximo delas, distribuída desde a Nigéria à Etiópia estendendo-se pela África oriental. É uma árvore de pequeno porte, de tronco grosso e curto e copa larga, ritidoma rugoso e muito escuro, folhas compostas, flores

reunidas em grupos espiciformes no ápice de ramos curtos, muito odoríferas. O fruto é uma drupa vermelha. Em Moçambique, sob o ponto de vista medicinal, usam o infuso do ritidoma nas dores abdominais e vários dos órgãos da planta contra as tosses, no Maláui e no Quênia a planta contra constipações, perturbações torácicas, diarreias, dores de dentes. O entrecasco tem fibras que são usadas localmente para cordoaria grosseira.

**Lannea schweinfurthii** (Engl.) Engl.; Anacardiáceas. Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária das savanas arbóreas, florestas decíduas, matos ou galerias florestais da África tropical oriental, desde o Sudão à Somália estendendo-se até ao Sul, de ritidoma geralmente acinzentado e reticulado, destacando-se em placas retangulares, inflorescência espiciforme simples ou ramificada na base, fruto uma drupa ovoide que é comestível e consumido nalguns locais como alimento de recurso. Em Moçambique usam o decocto do ritidoma nas diarreias e dores intestinais, gonorreia e tuberculose e a cinza nas tosses, na África Oriental, no geral, em pensos sobre abscessos, carbúnculos, feridas e furúnculos e no Quênia em cefaleias e problemas relacionados com a gravidez.

**Lannea welwitschii** (Hiern) Engl.; Anacardiáceas. Árvore de grande porte, originária da floresta densa húmida da África tropical ocidental, encontrando-se desde a Libéria e RCA ao SW da Etiópia estendendo-se para sul. Até à RDC e Angola, de tronco reto e cilíndrico, folhas grandes e imparipinuladas, flores em grandes panículas. Na medicina tradicional de Angola a planta usa-se em casos de asma, tosse, doenças broncopulmonares, escorbuto, soluços, úlcera de estômago, colite e doenças dos olhos. A madeira foi muito utilizada em Luanda para o fabrico de fósforos.

**Lantana camara** L.; Verbenáceas. *Cambará, lantana* (Portugal). *Camará, câmara, câmara-de-cheiro, câmara-de-espinho, câmara-de-folha-grande, camará-miúdo, camará-ubá, câmara-vermelha, camarazinho, cambará, cambará-de-cheiro, cambará-de-chumbo, cambará-de-espinho, cambará-de-folha-grande, cambará-verdadeiro, cambará-vermelho, camarazinho, lantano* (Brasil). *Micóco-do-campo* (São Tomé e Príncipe). Cherry pie, common lantana, largeleaf lantana, red-sage, wild-sage, yellow-sage (I). Arbusto ereto, originário do México e América tropical, com grande amplitude ecológica como florestas abertas, savanas, terrenos ruderais podendo formar maciços densos, largamente disperso e naturalizado nas regiões tropicais e temperadas quentes, de ramos quadrangulares, ligeiramente pubescentes com acúleos recurvados nos ramos jovens, folhas opostas e rugosas, flores reunidas em cimeiras corimbiformes densas e globosas com corola variando de cor conforme a idade, em pedúnculos rígidos, hispídeos e aculeados, muito aromáticas, fruto uma pequena drupa esférica, violeta-escura na maturação, brilhante, com uma semente envolvida numa polpa carnuda e aquosa. A polpa é comestível mas muito pouco utilizada, muito consumida pelas aves. A planta é essencialmente usada como ornamental ou para constituir sebes dado o seu rápido crescimento, rusticidade e facilidade de regeneração. Alguns autores não são tão otimistas nem tão defensores desta planta considerando por um lado que os frutos são tóxicos, provocando necroses no fígado e por outro a planta em certos locais forma comporta-se como infestante. Os rebentos espinhosos entrelaçam-se e fazem uma barreira impenetrável à passagem de animais. O infuso das folhas aromáticas é algumas vezes usado como remédio caseiro como tónico e estimulante. No Brasil as folhas são consideradas

tónicas, antipiréticas, sudoríficas, usadas em problemas brocopulmonares e reumatismo e exteriormente em doenças da pele, nomeadamente a sarna.

**Lantana rugosa** Thunb.; Verbenáceas. Bird'brandy (I). Planta arbustiva, originária do sul da África tropical até ao fim do continente, com amplitude ecológica diversificada desde a floresta ribeirinha e outras zonas húmidas a bosques, savanas e solos arenosos. É infestante nas zonas planálticas de Angola onde é usada medicinalmente em casos de asma, tosse, loucura, febres. Segundo se acredita localmente, as crianças deixam de chorar ao olharem para a flor.

**Laportea aestuans** (L.) Chew; Urticáceas. *Folha-fraquesa* (São Tomé e Príncipe). Stinging nettle (I). Planta herbácea anual, originária da África tropical, desde o Senegal até à Etiópia, estendendo-se para sul desde Angola a Moçambique e do continente americano no México estendendo-se até ao Peru e Brasil, também nas Índias orientais, introduzida noutras regiões tropicais podendo tornar-se infestante agressiva. Muito comum nos lugares frescos de São Tomé e Príncipe, de folhas largamente ovadas, serradas na margem e flores esverdeadas em grandes panículas. As folhas são incorporadas na comida como fortificante e reconstituente. Dos caules pode retirar-se uma fibra grosseira.

**Lapsana communis** L.; Asteráceas (Compostas). *Labresto*, *lapsana* (Portugal). Planta herbácea anual, originária da Europa, NW de África, Ásia temperada ocidental e mediterrânea, de folhas inferiores pecioladas, folhas médias subsésseis, flores de corola amarela reunidas em capítulos pedunculados dispostos em panícula. Planta frequente em Portugal, principalmente em locais sombrios e húmidos, utilizada em salada e medicinalmente em cataplasmas emolientes e resolutivas.

**Larix decidua** Mill.; Pináceas. Larício, larício-europeu, lariço (Portugal). European larch (I). Árvore originária das regiões montanhosas da Europa central e Leste, Alpes e Cárpatos, valorizada principalmente pela produção de madeira de boa qualidade. A resina foi usada contra doenças dos pulmões e constipações.

**Larix laricina** (Du Roi) K.Koch; Pináceas. American larch, eastern larch, tamarack (I). Árvore originária das florestas boreais da América do Norte, desde Canadá até ao NE dos EUA, essencialmente produtora de madeira de boa qualidade. Sob o ponto de vista medicinal o ritidoma é alterativo, laxativo e diurético, empregado na icterícia, reumatismo, feridas cutâneas e obstrução do fígado.

**Laser trilobum** (L.) Borkh.; Apiáceas (Umbelíferas). Laser (I). Planta herbácea perene, originária da Europa e Ilhas do Mar Egeu, não presente na Península Ibérica. Os frutos são carminativos e usados em medicina veterinária.

**Lasianthaea fruticosa** (L.) K.M. Becker; Asteráceas (Compostas). Planta arbórea ou arbustiva, originária da América tropical, estendendo-se desde o sul do México, América Central ístmica até à Venezuela. Com a madeira produzem-se cinzas que são usadas em El Salvador para proteger os dedos do desgaste provocado pela fiação.

**Launaea intybacea** Beauverd; Asteráceas. Achicoria azul, bitter lettuce (I). Planta herbácea, laticífera, anual, originária das regiões arenosas e semiáridas africanas, introduzida, naturalizada, tornando-se infestante noutras regiões, presente em Cabo Verde, Angola e Moçambique, de caule oco na

base e muito ramificado, folhas basais penatífidas, capítulos solitários dispostos em panícula laxa, flores de corola amarela. Planta frequente na Índia onde empregam a raiz como estimulante hepático, diurético, colagogo e diaforético.

**Laurus nobilis** L.; Lauráceas. *Loureiro* (Portugal). Bay laurel, laurel, sweetbal-tree, sweet bay (I). Planta arbórea de pequeno porte, dioica, originária da região mediterrânea europeia, de França à Península Balcânica, naturalizada em Portugal, de folhas curtamente pecioladas, lanceolado-oblongas com nervura principal muito pronunciada e margem um pouco ondulada, verde-escuras, coriáceas, aromáticas e glabras, flores dispostas em pequenas umbelas axilares, fruto uma drupa carnuda e ovoide. As folhas são muito usadas como condimento, o óleo extraído das sementes em saboaria e na medicina veterinária. Como é conhecido, os ramos de loureiro tinham grande importância nas cerimónias religiosas dos gregos e romanos na antiguidade e com eles se coroavam os heróis, os poetas e os guerreiros. Ainda na Idade Média se coroavam com ramos de loureiro com os respetivos frutos (*baccalaureatus*) os novos doutores a quando da sua formatura e daí derivou o «bacharelato».

**Lavandula angustifolia** Mill.; Lamiáceas (Labiadas). *Alfazema, lavanda* (Portugal). Lavender (I). Planta arbustiva e aromática, muito ramificada desde a base, originária da Europa, desde o NE de Espanha até Itália, sobretudo em zonas áridas, calcárias e expostas ao sol, hoje cultivada nalgumas regiões temperadas como Portugal, de folhas opostas, oblongo-lineares, enroladas e branco-tomentosas enquanto novas tornando-se tomentosas na página inferior, flores de corola purpúrea a azulada e perfumadas, arrançadas em verticilastros dispostos em espigas terminais com um longo pedúnculo. Na medicina popular o infuso das folhas e das inflorescências é usado como diurético, antiespasmódico, tónico, estimulante, digestivo, sudoríparo, antisséptico, colagogo, carminativo e inseticida, nas infeções das vias respiratórias, como calmante, sobretudo ao deitar e nas mais diferentes situações. Externamente usa-se o óleo no combate a piolhos e outros insetos, sobretudo da cabeça. As inflorescências são com frequência usadas, a nível caseiro, para perfumar roupas e na indústria como fonte do óleo-de-alfazema, muito usado em perfumaria e saboaria. Antigamente usava-se o infuso da planta contra o reumatismo, asma, bronquite, leucorreia, tosse, ftiíase, nervosismo e doenças pulmonares. Planta melífera, cultivada como ornamental e, sobretudo no sul da Europa, para a extração do óleo essencial muito usado em farmácia e perfumaria.

**Lavandula coronopifolia** Poir.; Lamiáceas. *Alfazema* (Cabo Verde). Stagshorn lavender (I). Planta herbácea perene, ereta e muito ramificada, originária das regiões áridas e semiáridas do N de África e Médio Oriente, desde Cabo Verde até ao S do Irão, de folhas sésseis com as margens revolutas, flores de corola azul-pálido reunidas em panículas delgadas, cilíndricas e pendentes. Planta própria dos terrenos áridos de Cabo Verde onde usam o infuso da planta contra a tosse, febres e enterites.

**Lavandula dentata** L.; Lamiáceas (Labiadas). Fringed lavender (I). Planta subarbustiva, originária de Espanha e NW de África, Península Arábica, Eritreia e Etiópia, introduzida noutras regiões, explorada para a extração de um óleo essencial [*oleum spicae* (I), *essence d'aspic* (F)] muito usado em

perfumaria e como planta melífera. O decocto das folhas é um remédio caseiro emenagogo e abortivo.

**Lavandula latifolia** Medik.; Lamiáceas (Labiadas). *Alfazema brava* (Portugal). Broadleaf lavender, spike lavender (I). Subarbusto originário do SW da Europa, de Espanha até Itália, encontrando-se introduzido em Portugal e noutros locais, muito aromático, de folhas lanceoladas, estreitamente atenuadas na base, densamente tomentosas, flores reunidas verticilastros dispostos em espigas. Considerada como abortiva e emenagoga. Planta melífera da qual se extrai o óleo de lavanda muito usado em perfumaria e saboaria. Ao nível caseiro costumam-se reunir as inflorescências depois de secas em sacos de tecido pouco denso e colocadas entre a roupa guardada para lhes transmitir o cheiro. Em medicina as flores são diuréticas e antiespasmódicas. Fonte do «huile d'aspic (F)», muito usado em perfumaria.

**Lavandula multifida** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Alfazema-de-folha-recortada* (Portugal). Cut-leaf lavender, downy lavender, fern-leaf lavender (I). Planta subarbusciva, originária da Península Ibérica, Itália e N de África estendendo-se para sul ao Sáara Ocidental e Sudão, de ramos e folhas bipenatífidas de indumento esbranquiçado, flores duas por verticilo, de corola azulada em espigas estreitas longamente pedunculadas. Planta frequente em Portugal nos locais incultos, principalmente no sul. Tem as mesmas utilizações que as restantes alfazemas.

**Lavandula rotundifolia** Benth.; Lamiáceas (Labiadas). *Alfazema-brava* (Cabo Verde). Planta arbustiva, endémica de Cabo Verde, de caules lenhosos, glabros e compridos, folhas pecioladas, flores em cimeiras unifloras, frequente nas zonas rochosas e pobres de Cabo Verde, onde usam o infuso da planta em dores de estômago, antidiarreico e antiescorbútico.

**Lavandula stoechas** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Rosmaninho* (Portugal). French lavender (I). Planta subarbusciva, originária da região mediterrânea europeia, incluindo Portugal, e NW de África, cujo óleo essencial é usado em medicina contra a asma, doenças dos pulmões, digestivo, antisséptico.

**Lawsonia inermis** L.; Litráceas. *Hena, hesia* (Goa). Camphire, Egyptian-privet, henna (I). Planta arbustiva, originária da África oriental tropical, desde a Eritreia à Tanzânia, estendendo-se ao Paquistão e Índia, de onde se estendeu, mediante cultivo, aos países islâmicos asiáticos há largos anos, também em África e nalgumas regiões americanas, de folhas opostas, simples e inteiras, flores reunidas em panículas terminais multifloras, pétalas branco-rosadas, fruto uma cápsula pequena globosa. As folhas secas e pisadas com cal produzem um corante que ainda hoje é muito utilizado pelas populações do sueste asiático e africano para pintar as unhas de vermelho e as crinas e caudas dos cavalos. As múmias do antigo Egipto foram coloridas com o corante extraído desta planta. O decocto do ritidoma é usado entre os árabes em casos de sintomas anémicos ou nervosos. Em Goa as mulheres usam as folhas pisadas para pintarem de vermelho as unhas e palmas das mãos nas festas de São João e usam as folhas contra a ardência dos pés, como adstringente e desodorizante e as flores como soporíferas. O decocto das folhas é usado na medicina goesa como penso nas contusões, feridas e queimaduras e ainda como gargarejo nas ulcerações da boca e faringe. O decocto do ritidoma é usado entre os goeses nas icterícias e afeções calculosas das vias biliares e entre os árabes contra a icterícia e doenças nervosas.



**Lecaniodiscus cupanioides** Planch. ex Benth.; Sapindáceas. Planta arbustiva ou pequena árvore, originária da floresta secundária da África tropical, sobretudo ocidental, desde o Senegal ao Sudão, estendendo-se para sul até ao Uganda, RCA e Angola, de folhas paripinuladas, flores unissexuadas, esverdeadas e odoríferas, em racemos axilares, frutos ovoides de epicarpo espesso, indeiscentes, semente com um arilo gelatinoso. Na medicina local o ritidoma é considerado febrífugo.

**Lecythis pisonis** Cambess. Lecitidáceas. Castanheira-de-sapucaia, sapucaia (Brasil). Árvore de grande porte, originária da América do Sul tropical, da Colômbia, Peru e Brasil, de tronco retilíneo de casca escura, gretada, com manchas esbranquiçadas e copa ampla, folhas alternas, simples, rosadas quando jovens tornando-se verde-brilhante depois, flores reunidas em panículas terminais com pétalas branco-violáceas, fruto uma cápsula lenhosa turbinada e circuncisa com sementes de tegumento castanho com arilo carnoso e branco, de amêndoa branca, comestível depois de mergulhadas em água durante algum tempo para lhes retirar a toxicidade. Sob o ponto de vista medicinal o óleo das sementes é usado em lesões da pele, a casca é utilizada no tratamento da tosse, tanto o óleo como a casca são diuréticos e antidiabéticos.

**Leea guineensis** G.Don; Vitáceas. Planta arbustiva, originária da África tropical e Ásia tropical e subtropical, cultivada como planta muito ornamental, sarmentosa, de caule rígido, folhas grandes, bi-tripinuladas, dentadas, flores em inflorescências avermelhadas, fruto uma baga de cor negra na maturação. Com as folhas massajam as zonas afetadas pelo reumatismo e usam o decocto das folhas contra a blenorragia. Para receber pessoas importantes as pessoas em certas regiões perfumam-se com uma loção das folhas.

**Leea indica** (Burm. f.) Merr.; Vitáceas. *Ratânia-dos-goeses* (Goa). Bandicoot-berry (I). Planta arbustiva ou árvore pequena, originária da floresta secundária da Ásia tropical e subtropical até ao SW do Pacífico, Índia, Indo-Malásia, Indochina, N da Austrália e Ilhas do Pacífico, de ramos direitos e folhas bi-tripinuladas, de tamanho e formas muito variáveis, flores de pétalas cremes. Na medicina hindu o decocto da raiz usa-se internamente nas diarreias e cólicas e externamente nos casos de gota e o sumo das folhas ainda novas nas perturbações gastrointestinais.

**Leea macrophylla** Roxb. ex Hornem.; Vitáceas. *Jinó, odlô-jinó* (Goa). Hathikana (I). Planta arbustiva ou herbácea de raízes tuberosas, originária da Ásia, do Nepal até ao sul da China e Indochina, com raiz sucosa e carnuda, ramos eretos robustos, de folhas simples a trifolioladas, tomentosas e dentadas, verde-escuro na página superior, mais claras na inferior, flores pequenas, verde-esbranquiçadas, em cimeiras corimbosas densas opostas às folhas, fruto negro com polpa aquosa. Na medicina hindu a raiz é usada no combate às impingens e contra os vermes. Na medicina goesa a raiz mucilagínosa é aplicada em úlceras rebeldes, nas diarreias e como anódino.

**Lefebvrea grantii** (Kingston ex Oliv.) S.Droop; Apiáceas (Umbelíferas). *Pepe* (Angola). Erva perene, originária das florestas abertas e pastagens da África tropical e do Sul, desde o Benim ao Sudão estendendo-se até ao sul do continente, vivaz, aromática, de raiz tuberosa comestível, caules eretos e fruto um esquizocarpo de dois mericarpos. Tem propriedades medicinais usando-se principalmente nas cólicas, mastigando-se os mericarpos e aproveitando apenas o suco. Usa-se em bebidas e como defumadoiro.

**Lens culinaris** Medik.; Fabáceas/Faboídeas Leguminosas/Papilionoídeas). *Lentilha* (Portugal). Lentil (I). Planta herbácea anual, originária do E da Europa e SW da Ásia, desde a Ilha de Chipre ao Afeganistão e Paquistão, muito cultivada, robusta e pubescente, com gavinhas, folhas com 3-8 pares de folíolos, corola branco-violácea, fruto uma vagem pequena glabra com duas sementes lenticulares. Planta cultivada desde tempos imemoriais pelas suas sementes que são amplamente consumidas cozinhadas, inteiras ou farinadas. As sementes depois de secas comem-se como os feijões. Planta melífera. As cataplasmas de farinha das sementes usam-se como resolutivas e o infuso das sementes torradas é tido por diurético.

**Leonotis nepetifolia** (L.) R.Br.; Lamiáceas (Labiadas). *Pinincano* (São Tomé e Príncipe). *Catinga-de-mulata*, *cordão-de-frade*, *cordão-de-são-francisco*, *corindiba*, *emenda-nervos*, *pau-de-praga*, *ribim*, *rubim*, *rubim-de-bola* (Brasil). Christmas-candlestick (I). Planta herbácea anual mas robusta, levemente odorífera, originária da África tropical e Ásia tropical e subtropical, da Índia e Nepal, amplamente dispersa em todas as regiões tropicais e subtropicais, podendo tornar-se infestante, de folhas opostas longamente pecioladas, flores de corola vermelho-amarelado reunidas em verticilos densos e globosos, por vezes cultivada junto das habitações africanas porque as mulheres com frequência a usam para se perfumarem. A planta é muito usada como medicinal, a raiz como purgativa, anti-helmíntica e para alívio das hemorroidas, nos casos de dismenorreia e problemas gastrintestinais. As folhas empregam-se como cicatrizante de feridas, colocadas em inchaços e úlceras de origem sifilítica. Noutros locais, as folhas empregam-se contra o reumatismo, ciática, nevrites e noutros ainda a planta é considerada abortiva, laxativa, narcótica, tónica, usada nos casos de amenorreia, queimaduras, convulsões, febres, reumatismo e como depurativa. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe, usa-se a planta, ou partes da planta, contra a malária, diabetes, reumatismo, obstipação, diarreia, doenças de pele, hematomas, abscessos, anginas, inchaços, infeções internas e indisposição gástrica, também como vermífuga e afrodisíaca. As folhas, maceradas em óleo de palma, usam-nas localmente em fricções nos casos de febres. Na medicina de certas regiões africanas usam as folhas para ajudar a cicatrizar as feridas da circuncisão. No Brasil a planta é considerada tónica, estimulante, diurética, febrífuga, sudorífica, carminativa e antiespasmódica e usada para a eliminação do ácido úrico e o decocto das folhas como disentérico e para tratar cálculos renais. Externamente usa-se a planta em banhos contra o reumatismo.

**Leonurus cardiaca** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Agripalma*, *cardíaca*, *orelha-de-leão* (Portugal). Motherwort (I). Planta herbácea vivaz, originária de quase toda a Europa estendendo-se à Turquia e Irão, introduzida e dispersa sobretudo nos EUA, também na Península Ibérica, vivendo à sombra nas sebes e na beira dos caminhos, com flores de corola branca ou rosada com as extremidades avermelhadas. Usada medicinalmente contra a diarreia, bronquite, palpitações, feridas, meteorismo, menstruações irregulares, como tónica, antiespasmódica, expectorante e emenagoga. Já no século XVI era aconselhada nas perturbações cardíacas, daí o nome vulgar português, e como anti-helmíntica. A planta é cultivada no Brasil, possivelmente levada pelos portugueses entre o lote variado de plantas medicinais introduzidas.

**Leonurus sibiricus** L.; Lamiáceas. *Amor-deixado, ana-de-costa, chá-de-frade, cordão-de-são-francisco, erva-macaé, erva-das-lavradeiras, erva-de-santo-filho, erva-dos-zangões, estrela, joão-magro, lavantina, levantina, macaé, mané-magro, mané-turé, marroio, pasto-de-abelha, pau-pra-tudo, quinino-dos-pobres, rubim* (Brasil). Siberian motherwort (I). Planta herbácea, anual ou bianual, originária da Ásia, desde o S da Sibéria até ao N da China, e hoje difundida em muitas regiões, em muitos casos tendo-se adaptado de tal forma que se tornou uma infestante dos terrenos agrícolas, de folhas tripalmatissetas sendo cada lóbulo profundamente 3-dividido, de cor muito mais clara na página inferior, flores reunidas em verticilastros, corola esbranquiçada a avermelhada. Usada na China medicinalmente. Planta tida por diurética, amarga e estimulante da circulação do sangue, regula as menstruações e elimina toxinas. O infuso das flores usa-se na bronquite, o infuso das folhas em gastralgia, malária e dispepsia e a planta, no seu conjunto, ou só as sementes, no sangramento pós parto, menstruações continuadas e dolorosas. Alguns autores atribuem-lhe propriedades calmantes do coração e efeitos antitrombóticos.

**Lepidium bonariense** L.; Brassicáceas (Crucíferas). Argentine pepper cress, Argentine pepperwort (I). Planta herbácea, anual ou bienal, originária da América do Sul, do S e SE do Brasil e Bolívia até ao sul do continente, naturalizada noutras regiões, nomeadamente em Portugal, usada medicinalmente como outras espécies do mesmo género referidas.

**Lepidium didymum** L.; Brassicáceas (Crucíferas). *Erva-formigueira, erva-de-santa-maria, mastruço, mastruço-dos-índios, mastruz, mastruz-miúdo, mastruz-rasteiro, mentraz, mentrusto* (Brasil). Lesser swinecress, swinecress, swine wartcress (I). Planta herbácea, prostrada, anual ou bienal de raiz tuberosa, originária da América do Sul, desde o Peru e desde o NE até ao sul do Brasil estendendo-se até ao sul do continente, naturalizada em várias regiões do mundo, aparecendo muito em terrenos ruderais, podendo ser uma infestante agressiva, de folhas inteiras a penatissetas com segmentos mais ou menos profundamente lobados e ligeiramente pubescentes, flores muito pequenas, branco-esverdeadas em racemos opostos às axilas. Considerada medicinalmente como depuradora do sangue, diurética, expetorante, antiescorbútica, usada nas tosses, bronquites, escrofulose, perturbações gástricas e doenças das vias urinárias e respiratórias. Planta frequentemente usada como pastagem com a característica de comunicar ao leite o gosto da planta.

**Lepidium meyenii** Walp.; Brassicáceas (Crucíferas). Peruvian-ginseng (I). Planta herbácea, originária da América do Sul ocidental, dos Andes do Peru, Bolívia, Chile e Argentina, perene de raiz tuberosa, com folhas que crescem em roseta basilar, usada localmente como regularizadora das menstruações, estimulante e afrodisíaca.

**Lepidium sativum** L.; Brassicáceas (Crucíferas). *Agrião-mouro, erva-do-esforço, mastruço, masturço* (Portugal). *Agrião* (Brasil). Cress, garden-cress, garden pepper cress, pepper cress (I). Planta herbácea anual, originária do NE de África e SW da Ásia, desde tempos muito antigos difundida e naturalizada na Europa meridional e central, atualmente introduzida ou cultivada em muitas regiões, de folhas basais de pecíolos longos, penatissetas e as superiores inteiras e sésseis, flores em racemos densos, pétalas brancas ou rosadas. As raízes, sementes e folhas têm sido usadas como condimento picante. Planta

de cultura muito antiga no Velho Mundo, segundo alguns mesmo antes de se conhecer o pão. Muitos dos autores mediterrânicos e do SW oriental destacaram as propriedades medicinais da planta, especialmente como antiescorbútica e vermífuga. Com propriedades aparentemente anti-histamínicas, utilizam-na nas picadas de insetos e como seu repelente, em fumagens, outros afirmam que o uso da planta «exercita o coito» e provoca o apetite, outros recomendam a planta contra a lepra, enfartamento renal e para deter a queda dos cabelos. No Irão e Marrocos utilizam as sementes como afrodisíaco e o óleo das sementes como alimentar. Na Europa cultiva-se como hortícola. Na medicina tradicional de SãoTomé e Príncipe aconselham a planta como tónico e estimulante e é usado o decocto das folhas no tratamento da tuberculose, tosses rebeldes, bronquites, anemia e doenças hepáticas.

**Lepidium virginicum** L.; Brassicáceas (Crucíferas). *Mastruço*, *mentruz* (Brasil). Peppergrass, poor-man's pepper, poorman's pepper, Virginia peppergrass, Virginia pepperweed (I). Planta herbácea, originária da América do Norte e Central, naturalizada em muitas regiões temperadas, utilizada medicinalmente como os mesmos objetivos de outras espécies do género indicadas.

**Lepisanthes fruticosa** (Roxb.) Leenh.; Sapindáceas. Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária da Ásia tropical, das encostas das colinas do SE asiático, Mianmar, Malásia, Tailândia, cambodja, Indonésia e Filipinas, ocasionalmente cultivada em zonas próximas, de folhas compostas, geralmente paripinuladas, fruto subgloboso, suculento, 3-lobado, preto na maturação, saboroso, sementes comestíveis depois de torradas. Em medicina tradicional as raízes usam-se localmente em cataplasmas para combater as comichões

**Lepisanthes senegalensis** (Poir.) Leenh.; Sapindáceas. Senegal cherry (I). Arbusto ou árvore monoica de porte mediano, originária das zonas de floresta aberta e savanas da África tropical e Ásia tropical e temperada, do subcontinente indiano, Indochina, Malásia, Indonésia e Filipinas, de folhas paripinuladas, coriáceas, fruto drupáceo, subgloboso, comestível. As folhas usam-se externamente no tratamento da hérnia umbilical e inflamações da pele e internamente nas dores de barriga, gastralgias, hidropisia, cistalgia, tosse com hemoptise, abortos espontâneos, hemorragia uterina, odontalgia, hipertensão arterial, pontadas de lado, epistaxis e tonturas.

**Leptadenia lanceolata** (Poir.) Goyder; Apocináceas. Planta trepadora lenhosa; originária das savanas de zonas semiáridas da África do N, de Argélia e Líbia, da Mauritânia à Eritreia e Etiópia, estendendo-se para sul à África tropical ocidental e do Uganda ao Quênia, frequente após as chuvas. Utilizam-se localmente as folhas e as raízes como hortaliça, mas também é usada como medicinal na Guiné-Bissau.

**Leptactina benguelensis** (Welw. ex Benth. & Hook.f.) R.D.Good; Rubiáceas. Árvore de pequeno porte e frequentemente um arbusto, nativo da floresta aberta, margens ribeirinhas, matas, bosques e savanas da África tropical a sul do Equador. Em medicina local, em Angola sobretudo no nordeste, o infuso das folhas é bebido nas perturbações gástricas.

**Laser trilobum** (L.) Borkh.; Apiáceas (Umbelíferas). Planta herbácea perene, originária do centro e sul da Europa estendendo-se até ao N do Irão. Os frutos são carminativos e usados em medicina veterinária.

**Leucas aspera** (Willd.) Link; Lamiáceas (Labiadas). Common Leucas (I). Planta herbácea anual e hirsuta, originária das Ilhas Mascarenhas e Ásia tropical e subtropical, do subcontinente indiano estendendo-se até ao S da China, grande península da Indochina, Indonésia e Filipinas, muito usada como condimento nesta região. As folhas são também usadas nas mordeduras de cobras e picadas de insetos, nas Filipinas em certas doenças da pele como a psoríase. Na medicina goesa as flores são consideradas expetorantes, estimulantes, diaforéticas, aperientes e emenagogas. O decocto das folhas é usado nas contusões.

**Leucas lavandulifolia** Sm.; Lamiáceas (Labiadas). *Tumbo* (Goa). Planta herbácea anual, originária das zonas soalheiras da Ásia tropical e subtropical, da Índia e Bangladeche estendendo-se até ao S da China, Malásia, Tailândia, Indonésia e Filipinas, herbácea, anual, de caule ereto, folhas lineares ou oblongas, inteiras ou crenadas, flores em verticilastros densos e hispídeos. Na medicina hindu as folhas são usadas em fomentações contra contusões e internamente como expetorantes e diaforéticas. Em Goa usam as flores como estimulantes, expetorantes, diaforéticas e emenagogas e o suco das folhas nas dores de ouvidos.

**Leucas martinicensis** (Jacq.) R.Br.; Lamiáceas (Labiadas). Tumble weed, whitewort (I). Planta herbácea anual, originária da África e Ásia tropicais e subtropicais, introduzida no Brasil, América Central ístmica e Austrália, por vezes tornando-se infestante, ereta, aromática, pubescente, de folhas simples, opostas e tomentosas, flores muito pequenas, de corola branca, em 3-6 verticilastros, espaçados nos ramos. Na medicina tradicional a planta é considerada sudorífica, carminativa, tónica, antinevrálgica antiespasmódica e noutras regiões usam o infuso como calmante anti-inflamatório, antirreumático e nas doenças renais.

**Leucanthemum sylvaticum** (Brot.) Nyman; Asteráceas (Compostas). *Bem-me-quer-dos floristas, margarida-branca, margarida-maior, olho-de-boi, olho-de-boi-dos-ervanários* (Portugal). Planta herbácea, perene, originária da Península Ibérica e Açores, subarrossetado, normalmente glabra, com folhas basilares obovado-orbiculares e as caulinares diversificadas, flores reunidas em capítulos de flores marginais com lígulas brancas e as centrais de corola tubulosa amarela. Na medicina tradicional as inflorescências são usadas como as da macela.

**Levisticum officinale** W.D.J.Koch; Apiáceas (Umbelíferas). *Levístico* (Portugal). Lovage (I). Planta herbácea, perene, originária do Afeganistão e Irão, largamente naturalizada e cultivada na região do Mediterrâneo oriental, também na Europa e América do Norte, cujas folhas e frutos são muitas vezes usados como condimentos de alimentos e licores. O infuso das raízes é usado em medicina como diaforético, emenagogo, carminativo, estimulante e aromático.

**Liatris spicata** (L.) Willd.; Asteráceas (Compostas). Blazing-star, gayfeather (I). Planta herbácea perene, originária da América do Norte onde o rizoma é usado como diurético e estimulante.

**Liatris squarrosa** Michx.; Asteráceas (Compostas). Appalachian blazing star, tall gayfeather (I). Planta herbácea perene, originária dos EUA, onde o rizoma é usado como diurético e estimulante.

**Libidibia ferrea** (Mart. ex Tul.) L.P.Queiroz; Fabáceas/Cesalpinioídeas (Leguminosas/Cesalpinioídeas). *Baje-de-jucá, ibirá-obi, jucá, pau-ferro* (Brasil).

Brazilian ironwood, leopard tree (I). Árvore de pequeno porte, originária do N e NE do Brasil, de ritidoma fino que se renova todos os anos deixando as marcas quando se destaca, folhas compostas, bipinuladas, flores de pétalas amarelas dispostas em panículas curtas terminais. Utilizada no tratamento de contusões e ferimentos, úlceras gástricas, para fazer cessar hemorragias, inflamações do fígado, diarreias e febre. Do ritidoma e dos frutos fazem um xarope que é usado nas bronquites e coqueluche.

**Licaria camara** (R.H. Schomb.) Kosterm. Lauráceas. Árvore originária das Guianas, no N da América do Sul. Kaway nutmeg (I). Os frutos são usados localmente como excitantes, aromáticos, carminativos, antiespasmódicos, antidiarreicos e antidisentéricos.

**Ligustrum vulgare** L.; Oleáceas. *Alfena, alfenheiro, ligustro, santatoninhas* (Portugal). European privet (I). Planta arbustiva, originária do NW de África, Europa até ao NW do Irão, cultivado nalgumas regiões como ornamental, de ramos flexíveis, folhas linear-lanceoladas, caducas ou subpersistentes, flores brancas e perfumadas, reunidas em panículas terminais. Fruto uma baga pequena, negra e amarga. Empregada essencialmente para a constituição de sebes em jardins e algumas vezes como porta enxerto de oliveiras. Em medicina as folhas e frutos são muito empregados nas diarreias. No Brasil considera-se que o infuso da semente faz a assepsia do aparelho digestivo e estimula o apetite.

**Lilium candidum** L.; Liliáceas. *Açucena, cajado-de-são-josé* (Portugal). Madonna lily, white lily (I). Planta bolbosa, originária do SE da Europa e Ásia ocidental, desde o S da Macedónia até ao SW da Turquia, estendendo-se até ao Líbano e Israel, de folhas basilares em roseta e grande número de caulinares, flores de corola infundibuliforme, com segmentos brancos e base amarela internamente, muito aromáticas, singelas ou dobradas, conforme as variedades. Em medicina podem macerar-se as tépalas em aguardente formando uma espécie de colódio muito usado na cicatrização de feridas. Os bolbos empregam-se em cataplasmas como emolientes. Das flores extrai-se um óleo essencial muito usado em perfumaria. Dos frutos pode extrair-se uma matéria corante que pode ser usada na indústria alimentar. Muito cultivada em jardins.

**Limnophyton obtusifolium** (L.) Miq.; Alismatáceas. Arrow head, blunt arrowhead (I). Planta herbácea, originária de locais aquáticos ou alagáveis da África tropical e sul e Sudeste da Ásia, glabra, de raízes fibrosas com septos transversais e rizoma pequeno, folhas de pecíolo comprido e limbo sagitado, flores reunidas em verticilos densos, frutos aquênios ovoides. Em Moçambique combatem-se as otites com o decocto da raiz e na Libéria a planta é usada para dela se extrair sal.

**Limonia acidissima** L.; Rutáceas. Elephant apple, Indian wood apple (I). Árvore de pequeno porte, originária da Ásia tropical, da Índia e Bangladeche, frequentemente cultivada, espinescente e com folhagem caduca, folhas compostas com glândulas aromáticas, exsudando o aroma quando maceradas, flores estaminadas e perfeitas, fruto um hesperídeo subgloboso de epicarpo lenhoso e polpa aromática e gelatinosa, Sob o ponto de vista medicinal, a polpa do fruto é considerada estimulante e estomáquica, as folhas são usadas para combater as indigestões. Em algumas regiões do Oriente os espinhos e o ritidoma são utilizados em várias preparações medicinais, como contra uma

menstruação excessiva, doenças do fígado, náuseas e picadas de insetos. Na medicina hindu usam a planta contra a epilepsia.

**Limonium vulgare** Mill.; Plumbagináceas. Marsh rosemary, sea lavender (l). Planta herbácea perene, vivaz, originária das areias e arribas marítimas da costa atlântica da Europa, desde a Península Ibérica até à Suécia, também nos Açores. O rizoma é adstringente e recomendado para hemorragias e aftas. Em uso externo usa-se em pomadas contra a leucorreia e perturbações urinárias. É usado como repelente de traças.

**Linaria vulgaris** Mill.; Plantagináceas. Butter-and-eggs, common toadflax, flaxweed, toadflax, ramsted, wild snapdragon, yellow toadflax (l). Planta herbácea anual, Originária de quase toda a Europa, não presente em Portugal, e Ásia temperada até à China, muito difundida nas regiões temperadas de todo o mundo. Toda a planta é adstringente, detergente e hepática, é usada nas doenças da pele e escrófulas. O infuso das folhas é diurético, utilizado contra a pedra do rim, como laxativo e eficaz nas úlceras do aparelho digestivo, mas deve ser utilizado em pequenas quantidades de cada vez.

**Linariopsis prostrata** Welw.; Pedaliáceas. Planta herbácea, originária de Angola, relativamente frequente no sudoeste deste país, de raiz tuberosa, cilíndrica, fusiforme e aromática, de caules prostrados e espinescentes, folhas com glândulas brancas na página inferior, flores com corola campanulada castanho-amarelada ou purpúrea pontuada no tubo. A planta apresenta uma mucilagem abundante de cor clara e insípida com efeito emoliente, podendo aplicar-se em feridas, à semelhança das folhas de malva.

**Linum usitatissimum** L.; Lináceas. *Linho* (Portugal). Common flax, flax (l). Planta herbácea anual, Originária de uma faixa na região temperada que se estende da Ucrânia e Turquia na Europa pela zona da Ásia do Mediterrâneo oriental até Mianmar, cultivada desde tempos antigos, atualmente difundida em todo o mundo temperado, geralmente planta unicaule, com flores de corola azul, fruto uma cápsula globosa, sementes brilhantes, castanho-claras. Planta melífera e normalmente nos climas temperados como produtora de fibra, tendo como subproduto a semente. Nas zonas tropicais a planta comporta-se diferentemente, de tal forma que a fibra perde qualidade, mas as sementes são mais ricas em óleo. Noutros tempos o óleo de linho, extraído das sementes, que é um óleo sicativo, usava-se muito em pinturas e no fabrico de tintas que hoje se preparam principalmente a partir de outros produtos e por isso a cultura do linho nas regiões tropicais perdeu muito do seu interesse e nas zonas temperadas, está essencialmente orientada para a produção de fibra e tem-se mantido em muitos países. Portugal foi um grande produtor de linho para fibra, principalmente no norte, onde ainda existe uma cultura residual para utilização principal, ou quase exclusivamente, em obras de artesanato. O óleo de linho é medicinal usando-se como laxativo e emoliente. As sementes secas são usadas medicinalmente como demulcente e emoliente e externamente para queimaduras. Nos meios rurais ainda hoje se usam as «papas de linhaça», para fazer desenvolver os furúnculos e a farinha como demulcente, laxativa e não irritante, no tratamento de colites crónicas e dolorosas e aliviando as inflamações do aparelho urinário.

**Lipotriche scandens** (Schumach. & Thonn.) Orchard; Asteráceas (Compostas). Planta herbácea, perene, por vezes escandente, originária das margens de culturas, ribeirinhas, pantanosas, florestas secundárias e zonas

ruderais da África tropical, desde o sul do Sudão, do Congo ao Quênia estendendo-se até ao sul da zona tropical e Madagáscar, de folhas opostas escábras nas duas páginas, flores em capítulos terminais solitários ou em corimbos laxos, flores marginais de corola amarela, as do disco cor de laranja. Na medicina tradicional do Gabão usam as folhas no tratamento da sarna esfregando-as nos locais atingidos.

**Lippia abyssinica** (Otto & A.Dietr.) Cufod.; Verbenáceas. Planta arbustiva multicaule, originária dos terrenos de savana arbórea, desde o NE e E da África tropical, da Eritreia e Sudão à Tanzânia estendendo-se até Angola, de ramos sulcados e angulosos lenhosos na base, folhas opostas, oblongas, ásperas nas margens, inflorescência espiciforme axilar, corola um pouco mais comprida que as brácteas e de perianto branco. Planta aromática muito dispersa em Angola. Na medicina da região tomam um infuso das folhas contra o mau hálito ou quando se sentem mal do aparelho digestivo e com as folhas verdes esfregam as gengivas quando atacadas de piorreia. Na medicina tradicional consideram ainda o infuso da folha como sudorífico e eficaz contra dores de barriga e empregam a planta em banhos de vapor em casos de febres.

**Lippia alba** (Mill.) N.E.Br. ex Britton & P.Wilson; Verbenáceas. *Alecrim-do-campo, alecrim-selvagem, carmelitana, chá-de-tabuleiro, cidreira, cidreira-brava, cidrila, erva-cidreira, erva-cidreira-brasileira, erva-cidreira-de-arbusto, erva-cidreira-do-campo, falsa-melissa, melissa, salva, salva-do-brasil, salva-limão, salva-brava, salvia* (Brasil). Bushy matgrass (I). Planta arbustiva, originária da América tropical e subtropical, sendo usada como sudorífica, anti-espasmódica, emenagoga e estomáquica. No Brasil atinge cerca de 2 m de altura, de ramos finos e arqueados, esbranquiçados e quebradiços, folhas opostas e serradas, flores de corola azul-arroxeadas em inflorescências axilares capituliformes. Planta muito usada como medicinal localmente como carminativa, analgésica, digestiva e sedativa.

**Lippia chevalieri** Moldenke; Verbenáceas. Planta arbustiva, de pequeno porte, originária das zonas semiáridas da África ocidental tropical, do Senegal até ao norte da Nigéria, com flores muito pequenas de corola branca com a parte central amarela e pelos que lhe dão um aspeto prateado. A raiz é usada medicinalmente na Guiné-Bissau, Senegal e Mali nas doenças abdominais, as folhas, caules e flores em constipações e gripes, como reconstituente e doenças respiratórias, em banhos de água onde foram fervidos ramos floridos da planta, as folhas em febres e em casos de impotência sexual.

**Lippia dulcis** Trevir.; Verbenáceas. Planta arbustiva, originária da América tropical e subtropical, do México à Venezuela. As folhas secas são usadas localmente como demulcente e expetorante.

**Lippia grata** Schauer; Verbenáceas. *Alecrim-do-mato* (Brasil). Planta herbácea, originária da América do Sul tropical, do N da Venezuela, NE, SE e centro-ocidental do Brasil, até NW da Argentina. No Brasil é utilizada medicinalmente como antisséptica e anti-inflamatória.

**Lippia organoides** Kunth; Verbenáceas. *Alecrim-bravo, alecrim-do-nordeste, alecrim-pimenta, estrepa-cavalo, orégano-de-monte, orégano-selvagem, salva-de-marajó* (Brasil). Mexican oregano, Mexican-sage (I). Planta arbustiva, originária da América tropical e subtropical. Planta arbustiva ou subarbustiva muito ramificada e quebradiça, de folhas aromáticas e picantes na língua, flores reunidas em espigas na axila das folhas. Na medicina do



nordeste brasileiro usam o infuso das folhas e das flores como desobstruente nasal. No México as folhas são usadas medicinalmente como estimulante, emenagogo demulcente, tônico e expetorante. Nalguns locais usam as folhas para amolecer os alimentos e como condimento.

**Lippia scaberrima** Sond.; Verbenáceas. Arbusto de pequeno porte de rizoma lenhoso, originária do sul de África, do SE do Botsuana e África do Sul. A planta seca é usada medicinalmente pelas suas propriedades hemostáticas. O óleo essencial tem cheiro canforáceo.

**Lippia umbellata** Cav., Verbenáceas. Bushy Lippia, bushy mat grass (I). Árvore de pequeno porte ou arbusto, originária do México e América Central ístmica. Usada localmente no tratamento de cólicas.

**Liquidambar orientalis** Mill.; Altingiáceas. Oriental sweetgum, storax, Turkish sweetgum (I). Árvore originária da Ilha de Rodes na Grécia e Turquia. Produz um suco resinoso usado contra parasitas, nomeadamente piolhos da cabeça, como estimulante e expetorante.

**Liquidambar styraciflua** L.; Altingiáceas. Liquidambar (Portugal) Alligator-wood, American-storax, American sweetgum, red-gum sweetgum (I). Árvore originária das zonas temperadas do Centro e Leste dos EUA, estendendo-se ao México e região ístmica da América Central, produtora de madeira de boa qualidade e por isso muito procurada. O tronco exsuda um suco resinoso que é estimulante, expetorante e antissético empregado em uso externo contra a sarna e outras doenças da pele. O óleo essencial é usado em perfumaria.

**Liriodendron chinense** (Hemsl.) Sarg.; Magnoliáceas. Chinese tulip tree (I). Árvore originária do C e S da China até ao N do Vietname. O ritidoma é usado na medicina chinesa como tônico e afrodisíaco.

**Liriodendron tulipifera** L.; Magnoliáceas. *Árvore-do-ponto, tulipeiro, tulipeiro-da-virgínea* (Portugal). Tulip-poplar, tuliptree, yellow-poplar (I). Árvore alta, podendo atingir mais de 50 metros de altura, originária da América Central desde o S de Ontário no Canadá estendendo-se pelo Centro-norte e Leste dos EUA, produtora de madeira de boa qualidade e por isso muito procurada. A parte interior do ritidoma é amarga e usada pelos naturais como estimulante. Produz um alcaloide, a tulipiferina, que atua violentamente no coração e sistema nervoso.

**Liriope graminifolia** (L.) Baker; Asparagáceas. Lilyturf (I). Planta herbácea perene, originária da Ásia, desde a China ao N das Filipinas, onde as raízes são usadas como tônico e afrodisíaco. Na medicina chinesa usam um decocto das raízes para fortificar os pulmões e também contra febres e disenterias. Localmente a planta é usada como tônico e afrodisíaco.

**Liriope spicata** Lour.; Asparagáceas. Creeping liriope (I). Planta herbácea perene, originária desde a China ao sul do Japão estendendo-se até ao Vietname. É cultivada na China onde suas raízes tuberosas são usadas medicinalmente como afrodisíaco e para aumentar a secreção de leite.

**Lobelia inflata** L. Campanuláceas. *Lobélia, Lobélia-inflata* (Brasil). Indian tobacco (I). Planta herbácea anual, originária da América do Norte, por vezes também cultivada, de caule ramoso, flores pequenas reunidas em cachos na axila de brácteas folhosas de corola azul-lilás, fruto uma cápsula. As folhas e as extremidades dos rebentos são usadas em medicina como expetorante e mimético, o infuso da planta contra a asma. Em doses excessivas produz vômitos e enjôos. A planta é venenosa.

**Lobelia laxiflora** Kunth; Campanuláceas. Sierra Madre lobelia (l). Planta herbácea perene, originária do SW dos EUA, México, América Central ístmica e Colômbia. No México as raízes são utilizadas como emético, expetorante e antiasmático.

**Lobelia nicotianifolia** Roth ex Schult.; Campanuláceas. Wild tobacco (l). Planta herbácea perene, originária da Ásia, da Índia, até ao S da China e Península da Malásia, geralmente pubescente, de folhas serradas, flores de corola branca, fruto uma cápsula globosa. Na Índia as raízes são usadas nas picadas dos escorpiões.

**Lobelia pinifolia** L.; Campanuláceas. Wild Lobelia (l). Arbusto de pequeno porte, endêmico do extremo sul de África. As raízes são resinosas e usadas localmente como estimulante e diaforético, contra doenças da pele e reumatismo crónico. A planta é considerada venenosa, pelo que deve se usada com cuidado.

**Lonchocarpus sericeus** (Poir.) Kunth ex DC.; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionóideas). *Colima* (São Tomé e Príncipe). *Mutala-menha* (Angola). *Buchomalé, canainé, empantanca, linguana, pó-de-linguana* (Guiné-Bissau). *Cabelouro, guará-timbó, ingá, ingá-bravo, ingá-de-bucha, ingá-hí, ingá-im, ingá-do-uruçu, ingá-pena-de-buchas, ingarana, ingareira-piaba, muxibeira, piaca, priaca* (Brasil). Savonette (l). Árvore de pequeno porte, originária da zona de transição do mangal costeiro, margens de rios, floresta galeria e savanas da África tropical ocidental até Angola e da América tropical, desde o S do México ao Brasil, usada por vezes nos arruamentos como árvore de sombra, de tronco irregularmente cilíndrico e copa com pernas ascendentes, flores de pétalas roxas reunidas em cachos, prateado-sedosas externamente. Em medicina tradicional o cozimento da raiz é um remédio conhecido e conceituado antiescorbútico e o infuso usa-se na lavagem de feridas de mau carácter. O ritidoma é considerado laxativo. Em São Tomé e Príncipe com o ritidoma seco à sombra, pulverizado e misturado com óleo de palma ou outro óleo alimentar, usa-se como laxante nas crianças com prisão de ventre. Na Guiné-Bissau o ritidoma é usado nas dores de barriga. Em Angola usam o ritidoma fresco ou seco e reduzido a pó, no tratamento de feridas infetadas e em casos de escorbuto.

**Lonicera caprifolium** L.; Caprifoliáceas. *Madressilva-dos-jardins* (Portugal). Italian honeysuckle, Italian woodbine (l). Planta arbustiva trepadora, originária da Europa, desde Itália ao SE da Europa estendendo-se até ao Cáucaso, muito cultivada como ornamental na Europa, também entre nós, muito ramificada e estendendo-se em comprimento, se apoiada, com ramos delgados e compridos, flores em fascículos axilares, de aroma suave. É planta melífera, o ritidoma é diurético, as folhas adstringentes e as flores são béquicas e antiespasmódicas. O xarope das flores tem sido usado nas infeções do aparelho respiratório e na asma.

**Lonicera japonica** Thunb.; Caprifoliáceas. *Madressilva* (Portugal). *Madressilva, madressilva-do-japão, madressilva-dos-jardins* (Brasil). Japanese honeysuckle (l). Planta arbustiva, trepadora, originária da Ásia temperada oriental, da Coreia e Japão, cultivada noutras regiões como ornamental, muito ramificada, estendendo-se em comprimento, se apoiada, de ramos delgados e compridos, flores aos pares axilares, de aroma suave. Planta muito utilizada como ornamental. Devido ao grande desenvolvimento que assume, é muitas vezes usada em cobertura de pérgulas e de capoeiras para animais para os

proteger da ação direta do sol. Planta melífera. O ritidoma é diurético, as folhas são adstringentes e as flores béquicas e antiespasmódicas. O xarope das flores tem sido usado nas afeições do aparelho respiratório, principalmente nos casos de asma.

**Lophatherum gracile** Brongn.; Poáceas (Gramíneas). Planta herbácea muito polimorfa, originária da Ásia tropical e subtropical, desde a Índia ao Japão até ao N do Estado da Queenslândia na Austrália, usada na medicina chinesa, as folhas como antipirético e o infuso como carminativo e estomáquico.

**Lophira alata** Banks ex C.F.Gaertn.; Ocnáceas. *Azobe* (Guiné-Bissau). Red ironwood (I). Árvore de grande porte, originária das zonas costeiras e bacias de rios da floresta densa húmida de média altitude da África tropical ocidental, desde a Guiné-Bissau estendendo-se até à Rep. Centro-Africana, e do S do Gabão à RDC, de caule retilíneo, com o ritidoma destacando-se em placas, folhas grandes e oblongas, dispostas espiraladamente em entrenós curtos na extremidade dos ramos, as juvenis avermelhadas, flores dispostas em panículas terminais, de pétalas brancas com numerosos estames, fruto um aquénio envolvido pelo cálice persistente aliforme que facilita a sua dispersão. Na medicina tradicional é usado o decocto do ritidoma nas doenças de rins. A madeira é de cor vermelha e muito apreciada.

**Lophomyrtus bullata** Burret; Mirtáceas. Árvore originária da Nova Zelândia, onde as folhas se usam para tratar as pisaduras.

**Lophomyrtus obcordata** (Raoul) Burret; Mirtáceas. Árvore originária da Nova Zelândia. O infuso dos frutos e do ritidoma é usado localmente contra a dismenorreia.

**Luffa aegyptiaca** Mill.; Cucurbitáceas. *Espanja-vegetal* (Portugal). *Bucha-vegetal* (Brasil). Loofah, smooth loofah, sponge gourd, vegetable sponge (I). Planta anual trepadora, originária da Ásia, do NE da Índia e Bangladeche, onde terá sido domesticada, introduzida e por vezes naturalizada nas regiões tropicais, da Ásia, África e América, por vezes estendendo-se às zonas subtropicais, fruto uma baga, cilíndrica, comprida, direita ou levemente curva, como o pepino. Quando maduro, deixa-se decompor a casca do fruto e o seu interior, libertando as sementes e ficando apenas o enredado de fibras que é usado como esponja e daí o nome de esponja-vegetal. O suco do fruto é considerado purgativo e usa-se no tratamento da prisão de ventre. O infuso ou o decocto do caule e das folhas é usado no tratamento das doenças do fígado e anemias.

**Luffa operculata** (L.) Cogn.; Cucurbitáceas. *Abobrinha-do-norte*, *buchinha-do-norte*, *cabacinha* (Brasil). Planta herbácea trepadora, originária do Continente americano tropical, desde o México, América Central ístmica, Colômbia e Venezuela até ao Peru e N e E do Brasil, de caule muito ramificado, folhas recortadas, flores de corola amarelo-pálida, fruto uma baga alongada ou fusiforme com mesocarpo que se torna fibroso e numerosas sementes. Na medicina local de algumas regiões americanas, usam o infuso da parte fibrosa do fruto no tratamento de sinusites ou como abortivo. As sementes, desprovidas do tegumento, são consumidas em casos de alcoolismo, febres, dores ciáticas, icterícia e hidropisia e externamente combatem o efeito de mordeduras de cobras. O decocto dos frutos produz abundante espuma por agitação, é purgativo e provoca sensível irritação das mucosas com as quais contacta em uso externo.

**Luisia teres** (Thunb.) Blume; Orquidáceas. Planta herbácea perene, originária do S da China até ao N do Vietname estendendo-se até à Ásia temperada oriental. Na China o decocto das raízes é usado para o tratamento de feridas e úlceras e é considerado específico para a gota.

**Luma chequen** (Molina) A.Gray; Mirtáceas. (Cheken). Árvore originária da América do Sul, da região dos Andes do Chile, onde o infuso das folhas é considerado tónico, expetorante, diurético e eficaz em certas doenças respiratórias. Aconselhado a pessoas idosas para combater constipações no inverno.

**Lunasia amara** Blanco; Rutáceas. Planta dioica arbustiva ou árvore pequena, originária do SE da Ásia, das Pequenas Ilhas de Sonda e Filipinas, de ramos jovens, página inferior das folhas e inflorescência com pelos estrelados ou escamas. O ritidoma é muito quebradiço, contém alcaloides com um efeito paralisador do coração e o decocto do ritidoma é usado localmente em inchaços dos braços ou pernas e em problemas de estômago.

**Lupinus mutabilis** Sweet; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionóideas). Andean lupine, pearl lupin, Peruvian field lupin, South American lupin (I). Planta herbácea e forte, originária da região andina do N e NW da América do Sul, desde a Venezuela até à Bolívia, cultivada desde tempos muito antigos pelos povos andinos, apesar de a semente ter um forte sabor amargo devido à presença de elevados teores de alcaloides, ainda é hoje cultura importante, sobretudo nesta região e também noutros locais tropicais. A planta foi marginalizada no período pós-Descobrimientos pela introdução de espécies com valor nutritivo semelhante, mas doces. Planta anual, com raiz aprofundante, caule cilíndrico e lenhoso, de folhas digitadas com cerca de oito folíolos, inflorescência racemosa com vários verticilos florais, flores de pétalas brancas e uma, o estandarte, azul, semente lenticular de cores variáveis do branco ao preto, passando pelo amarelo e esverdeado. A semente usa-se na alimentação humana depois de serem eliminados os princípios amargos. Ocasionalmente os povos locais usam a água de cozimento das sementes como laxante.

**Lycopodiella cernua** (L.) Pic. Serm.; Lycopodiáceas. *Musgo-do-mato*, *pinheirinho* (Portugal). Staghorn clubmoss (I). Pteridófito considerado originário das regiões tropicais e subtropicais da Ásia e África, hoje naturalizado em todas as regiões tropicais e subtropicais, existente nalgumas regiões de Portugal continental, Açores e Madeira, cujas folhas são utilizadas em São Tomé e Príncipe em banhos para facilitar que as crianças comecem a andar. Noutros locais, as plantas pulverizadas são usadas em irritações cutâneas das crianças e para tratar a tosse e o decocto das folhas contra o reumatismo e como antidiarreico.

**Lycopodium clavatum** L.; Lycopodiáceas. *Licopódio-da-estrela* (Portugal). Common club moss, running clubmoss (I). Planta perene, cosmopolita das regiões temperadas do hemisfério norte e regiões montanhosas africanas. Em Portugal existe apenas na Serra da Estrela. Em medicina é usada a planta pulverizada como absorvente nas feridas em cicatrização, evitando a adesão dos pensos.

**Lycoris radiata** (L'Hér.) Herb.; Amarilidáceas. Red spider lily (I). Planta herbácea bolbosa, originária da Ásia oriental, desde o Nepal à península da Coreia estendendo-se ao Centro e sul do Japão, introduzido em algumas

zonas da América do Norte tropical e subtropical. Na China o rizoma é usado como expetorante e emético.

**Lygodium japonicum** (Thunb.) Sw. Ligodiáceas. Climbing maidenhair fern, Japanese climbing fern (I). Planta herbácea trepadora, originária da Ásia temperada e tropical oriental, da Índia ao Japão, estendendo-se para sul, naturalizada na Austrália tropical e América do Norte, usada na medicina chinesa como expetorante e em casos de hematúria e blenorragia.

**Lysimachia clethroides** Duby; Primuláceas. Gooseneck loosestrife, gooseneck yellow loosestrife (I). Planta herbácea perene, rizomatosa, originária da Ásia oriental temperada, da Rússia, China, Coreia e Japão, introduzida noutras regiões. As folhas são usadas como condimento e estimulante.

**Lysimachia foenum-graecum** Hance; Primuláceas. Planta herbácea perene, originária da China, onde é usada pelas mulheres para tratar o cabelo. As raízes chupadas tiram o mau hálito.

**Lysimachia fortunei** Maxim.; Primuláceas. Planta herbácea perene, originária do este asiático, do sul da Coreia e Japão. As folhas são usadas no Oriente como condimento e estimulante.

**Lysimachia nemorum** L.; Primuláceas. *Erva-dos-escudos*, *limaquia-numular*.(Portugal) Wood pimpernel, yellow pimpernel (I). Planta herbácea perene, originária da Europa ocidental e central, sul da Escandinávia até à Jugoslávia e Itália, nativa em Portugal continental e nos Açores, prostrado-ascendente, flores axilares com pedúnculos capilares por fim recurvados, folhas opostas de pecíolo curto, levemente serrilhadas, flores axilares, solitárias com corola amarela. A planta é adstringente e usada na cicatrização de feridas.

**Lysimachia nummularia** L.; Primuláceas. Creeping-Jenny, moneywort (I). Planta herbácea, originária da Europa central e oriental prolongando-se pela Ásia ocidental temperada, introduzida nos EUA, de pequeno porte, flores axilares, solitárias ou geminadas, corola amarela. Sob o ponto de vista medicinal é usada internamente como adstringente, nas diarreias e hemorragias e externamente na cicatrização de feridas. Cultivada nos jardins como ornamental.

**Lysimachia quadrifolia** L.; Primuláceas. Whorled loosestrife (I). Planta herbácea, perene, originária da América do Norte, usada localmente como adstringente, expetorante e estomáquica.

**Lysimachia vulgaris** L.; Primuláceas. *Erva-coelheira*, *erva-moedeira*, *grande-lisimáquia*, *lisimáquia*, *lisimáquia-vulgar* (Portugal). Garden loosestrife, loosestrife, yellow loosestrife (I). Planta herbácea perene, estolhosa, originária da Europa e Ásia temperada até à China, frequente em Portugal continental, principalmente nas margens dos cursos de água, flores de corola amarela reunidas em panícula terminal. Usada localmente como adstringente e expetorante, para estancar o sangue da boca, nariz, dentes e feridas e contra a rouquidão da garganta.

**Lythrum salicaria** L.; Litráceas. *Erva-carapau*, *salgueira*, *salgueirinha*, *salicária* (Portugal). Purple loosestrife, purple lythrum, spiked loosestrife (I). Planta herbácea perene, rizomatosa, originária da Europa, Ásia temperada e NE de África, introduzida na América, frequente em Portugal, principalmente nos locais húmidos e acompanhando as linhas de água, folhas geralmente opostas, flores de pétalas purpúreas, reunidas em espigas terminais. Na

medicina caseira é utilizada como tônico adstringente e sedativo, usando-se no prurido vulvar, vaginites, úlceras varicosas e certas dermatoses, e ainda como hemostático e antidisentérico, principalmente nas crianças. Os caules e as folhas são adstringentes e empregam-se em infuso ou em pó contra a diarreia e em uso externo emprega-se para melhorar a circulação venosa. As folhas e rebentos novos são consumidos como hortaliça como alimento de recurso