

## DICIONÁRIO DE PLANTAS MEDICINAIS

### Espécies ordenadas pelo nome científico

José E. Mendes Ferrão e Maria Cândida Liberato

#### O

**Ochna pygmaea** Hiern; Ocnáceas. Arbusto rizomatoso, originário da floresta aberta e savanas de terrenos arenosos de Angola, RDC, Zimbábue e Zâmbia. Em Angola é usada medicinalmente nas dores do peito, pneumonia e diarreia.

**Ocimum americanum** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Manjeriço-branco* (Brasil). American basil, hoary basil (I). Planta anual ou perene de curta duração, de raiz aprofundante, originária das regiões tropicais e subtropicais do Velho Mundo, hoje naturalizada nalgumas regiões da América tropical, mais ou menos cultivada em todas as regiões tropicais, subtropicais e temperadas quentes, retrorso-pilosa a glabra, folhas simples e decussadas, flores de corola branca a purpúrea, em cimeiras dispostas em verticilastros formando um racemo. Todas as partes da planta são mais ou menos aromáticas. Frequentemente cultivada junto das habitações e usada principalmente para perfumar as mulheres. Nalgumas regiões atribuem à planta propriedades anti-helmínticas e a seiva usam-na em doenças dos olhos. No Leste de Angola as raízes pulverizadas usam-se em casos de dispepsia e disenteria, as sementes pulverizadas nas doenças da pele e noutras regiões como repelente. No Oriente consideram as raízes como febrífugas, contra insónias, nefrites, cistites, icterícia, palpitações e no nordeste de Angola serve de calmante e em doenças do fígado. Também se utilizam as folhas pisadas aplicadas na pele como estimulante cutâneo e para combater certas doenças que a atacam. As sementes servem de condimento. Usa-se o fruto verde em saladas e muito em culinária para aromatizar alimentos. Planta usada em muitas regiões para iludir o mau cheiro das mulheres durante a menstruação. Planta cultivada como ornamental nos jardins do Oriente.

**Ocimum basilicum** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Alfádega, alfavaca, basílico, manjeriço-grande, manjerico, manjerico-de-folha-grande* (Portugal). *Alfavaca, manjeriço-grande, manjerona-vulgar* (Goa). *Folha-mosquito* (São Tomé e Príncipe). *Alfavaca-cheirosa, alfavaca-das-américas, basílico-grande, erva-real, manjeriço, manjeriço-de-folha-larga, manjeriço-de-molho, manjeriço-de-cozinheiro, manjeriço-doce* (Brasil). Basil, Indian basil, sweet basil (I). Planta herbácea anual, originária da Ásia tropical e subtropical, da Índia à China estendendo-se pelo SE asiático, introduzida e naturalizada na África tropical, hoje cultivada no mundo tropical e temperado-quente, aromática, de caule tetragonal, folhas decussadas, pecioladas, verde-escuras e relativamente grandes, inflorescências racemosas com flores de corola branca a levemente arroxeadas. Planta muito cultivada e usada em culinária como condimento, em saladas, molhos e em perfumaria. Toda a planta exala um perfume intenso mal seja tocada. Na medicina tradicional de alguns povos das regiões tropicais o infuso das folhas é usado como diurético, estimulante, digestivo, antiespasmódico, febrífugo e sudorífico, vermífugo nas crianças,

contra dores de cabeça, certas afeções reumatismais, o suco das folhas aplicado nos olhos e em certas regiões tropicais no combate à filaria. A planta é ainda usada como aromática, antiespasmódica e antidispéptica

**Ocimum carnosum** (Spreng.) Link & Otto ex Benth.; Lamiáceas (Labiadas). Alfavaca, alfavaca-anis, alfavaca-de-cheiro, alfavaca-de-cobra, alfavaca-de-vaqueiro, alfavaca-do-campo, alfavaca-do-mato, *alfavaca-atroviran*, *elixir-paregórico*, *erva-das-mulheres*, *gervão*, *manjeriço* (Brasil). Planta perene rizomatosa, herbácea a subarbustiva, originária da floresta secundária pluviosa da América tropical e subtropical, do México, N da Venezuela e Brasil, Bolívia e N da Argentina, de cheiro semelhante ao anis, flores pequenas róseas a lilacíneas em racemos terminais. Planta muito usada sobretudo no sul do Brasil como ornamental, condimento e na medicina caseira usam o infuso da planta ainda fresca em doenças do foro digestivo, febres, gripes e constipações.

**Ocimum gratissimum** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Micóco* (S. Tomé e Príncipe). *Manjeriço-do-mato* (Angola). *Alfavaca*, *alfavaca-cravo*, *alfavacão*, *quioio-cravo* (Brasil). African basil, clove basil, East Indian basil, lemon basil, shrubby basil, tea bush (I). Planta arbustiva ou subarbustiva, originária das regiões tropicais e subtropicais do Velho Mundo onde também é cultivada, introduzida, naturalizada e cultivada na América tropical, de folhas aromáticas, ovadas a elípticas, pontuado-glandulosas na página inferior, flores brancas ou levemente cremes em verticilos reunidos em racemos. As folhas e sobretudo as flores são usadas como condimento. O infuso das folhas usa-se nas febres palustres, como peitoral, tónico e calmante e também como cicatrizante e no combate à lepra, a raiz é considerada afrodisíaca e o mesmo efeito se consegue com o infuso das folhas e raízes. Nalgumas regiões usam as folhas na preparação de banhos antigripais para as crianças e para tratar situações de nervosismo e paralisia. Em Goa utilizam o sumo das folhas contra a gonorreia.

**Ocimum minimum** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Manjarico*, *manjeriço-de-folha-pequena*, *manjeriço-de-folhas-miúdas*, *manjeriço-pequeno*, *manjerico*, *manjerico-de-folha-miúda*, *manjerico-pequeno* (Portugal). Bush basil, Greek basil (I). Planta herbácea, anual, originária do sul da Índia e Sri Lanca, de há muito cultivada e difundida, principalmente como ornamental, de caule pubescente, folhas ovadas e pequenas verde-claras a violáceas conforme as variedades, flores pequenas de corola branca ou esbranquiçada. Com as mesmas aplicações farmacêuticas que a espécie anterior. Planta intensamente aromática quando tocada, muito vulgarizada nas festas populares, utilizada como planta típica das festas de Santo António em Lisboa (Portugal).

**Ocimum tenuiflorum** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Tuloss*, *tulsi* (Goa). *Manjeriço-santo* (Brasil). Brush-leaf-tea, holy basil, sacred basil (I). Planta semiarbustiva a herbácea, originária da Ásia, do Paquistão e Índia à China, SE asiático até ao NE da Austrália, cultivada noutras regiões. Entre os hindus é considerada planta sagrada. As folhas, aromáticas, são usadas como condimento. Em Goa usam as folhas, sementes e raízes como emoliente, expetorante e antiperiódico, a raiz como febrífuga, as sementes são mucilaginosas e emolientes e toda a planta é estomáquica e expetorante e as folhas são anticatarras e expetorantes. O infuso das folhas é usado na malária e nas perturbações gástricas das crianças, o decocto da planta seca é remédio nas bronquites e diarreias. O suco das folhas usa-se nas dores de ouvidos e

para expulsar vermes intestinais. A planta tem ainda propriedades estimulantes e anti-helmínticas. No nordeste de Angola usam o infuso da planta como sudorífico.

**Ocotea aciphylla** (Nees & Mart.) Mez; Lauráceas. *Canela-amarela, canela-amarela-de-cheiro* (Brasil). Árvore de pequeno ou médio porte, originária da América do Sul tropical até à Bolívia e Estado de Santa Catarina no Brasil, de ritidoma acinzentado e rugoso, folhas simples alternas e tomentosas na página inferior com odor típico quando maceradas entre as mãos, flores amareladas, fruto uma baga, negra na maturação, de polpa esverdeada, apresentando na parte inferior o cálice acrescente vermelho. Na medicina tradicional as folhas são usadas como tônico.

**Ocotea foetens** (Aiton) Baill.; Lauráceas. *Til* (Portugal: Ilha da Madeira). Árvore endémica da Laurissilva de Portugal (Ilha da Madeira) e Espanha (Ilhas Canárias), de grande porte, copa muito desenvolvida e ritidoma liso, característica da vegetação da Macaronésia, com folhas coriáceas, glabras na página superior e alguns pelos nas axilas das nervuras na página inferior, flores com segmentos do perianto esbranquiçados, dispostas em panículas, fruto uma baga negra com a parte inferior inclusa no cálice persistente. Na medicina tradicional da ilha da Madeira usam a planta contra certos tumores malignos e a infusão das folhas é tida como aconselhável no tratamento da hipertensão. A madeira apresenta o cerne e alburno bem delimitados, o primeiro branco e o segundo preto produzindo uma madeira de grande qualidade muito usada na indústria do mobiliário.

**Ocotea odorifera** (Vell.) Rohwer; Lauráceas. *Canela-cheirosa, canela-funcho, canela-parda, canela-sassafrás, casca-cheirosa, louro-cheiroso, sassafrás, sassafrás-amarelo, sassafrás-preto, sassafrás-rajado, sassafrázinho* (Brasil). Brazilian-sassafras (I). Árvore endémica da floresta atlântica ao longo da costa oriental e sul do Brasil, de raízes aromáticas, o ritidoma é sudorífero, antirreumático e diurético, as folhas são diuréticas e do lenho extraiu-se um óleo essencial (Brazilian sassafras oil), muito procurado pelas indústrias química, alimentícia e farmacêutica, o que levou ao abate de muitas árvores e à quase extinção da espécie, prática atualmente completamente proibida

**Oenanthe aquatica** (L.) Poir.; Apiáceas (Umbelíferas). *Felândrio, felândrio-aquático* (Portugal). Fineleaf waterdropwort, waterdropwort (I). Planta herbácea bienal, aquática, originária da Europa, estendendo-se pela Ásia temperada até à Sibéria ocidental, ereta ou prostrada, de raízes tuberosas cilíndrico-obovoides, caule oco e estriado, folhas penatissetas, as inferiores mergulhadas na água e divididas em lacínias filiformes, flores de pétalas brancas dispostas em umbelas, fruto de dois mericarpos. Os mericarpos empregam-se na medicina tradicional como calmante e expetorantes em xaropes para a bronquite, pneumonia e asma, diuréticos e alterativos e usados nas afeções crónicas das vias respiratórias.

**Oenocarpus bacaba** Mart.; Arecáceas (Palmeiras, Palmáceas). *Bacaba, bacaba-açú, bacaba-do-azeite, bacaba-verdadeira, bacaba-vermelha, bacabão* (Brasil). Palmeira de espique simples, originária da floresta tropical húmida da América do Sul tropical, fazendo parte da vegetação natural dos terrenos arenosos ou de várzea nas zonas não inundadas da Colômbia e Venezuela, Guianas e Brasil a N do rio Amazonas, muito frequente nos Estados do Amazonas e Pará no Brasil. Planta até 20 m de altura, de espique com as

cicatrizes deixadas pela queda das folhas logo que deixam de ser funcionais, folhas penatissetas, de bainha com margens fibrosas, pecíolo espesso e tomentoso, segmentos lineares e pendentes, mais claros na página inferior, inflorescências infrafoliáceas, flores masculinas e femininas na mesma inflorescência, fruto drupáceo subgloboso, purpúreo a quase negro, mesocarpo muito espesso, endocarpo duro e ósseo, contendo uma semente oleaginosa. No Brasil fabricam com o fruto o «vinho de bacaba» semelhante ao «vinho de açai», muito apreciado. Da polpa pode extrair-se um óleo usado na alimentação, mas principalmente em saboaria. Na medicina tradicional usam o «óleo de bacaba» contra a tuberculose e as raízes como vermícidas intestinais e nas diarreias, dores de cabeça e de estômago.

**Oenocarpus bataua** Mart.; Arecáceas (Palmeiras, Palmáceas). *Patauá* (Brasil). *Bataua palm* (l). Palmeira muito elegante originária da floresta húmida da Ilha Trindade, nas Caraíbas, Panamá oriental e América do Sul tropical até centro-ocidental do Brasil, frequente na bacia amazônica onde aparece nos terrenos que acompanham as linhas de água e nas várzeas inundáveis, de espiques solitários eretos lisos e inermes, folhas penatissetas parisegmentadas, com cerca de 10 m de comprimento, dispostas em verticilos muito apertados, formando uma coroa, flores em espadices infrafoliáceas pendentes, normalmente reunidas em grupos de uma flor central feminina e duas laterais masculinas, fruto drupáceo subgloboso de cheiro muito atraente e agradável, violáceo-escuro na maturação, mesocarpo de tecidos brandos percorridos por fibras longitudinais, endocarpo espesso ósseo e duro, encerrando uma semente oval e assimétrica. A polpa do mesocarpo é comestível ou transformada numa bebida muito apreciada localmente, o «suco de patuá» e «vinho de patuá». Da polpa extrai-se um óleo alimentar que em medicina popular é usado contra as lombrigas e enfermidades respiratórias.

**Oenothera stricta** Ledeb. ex Link; Onagráceas. Chilean evening-primrose, Chilean evening primrose, sand primrose (l). Planta herbácea anual, originária do Chile no sul do continente americano, introduzida e naturalizada em muitas regiões temperadas, de folhas lanceoladas e flores que só abrem ao entardecer de pétalas amarelas tornando-se avermelhadas. Em medicina tradicional é recomendada internamente contra tumores e aplicada externamente em emplastos sobre feridas, tendo uma ação anti-inflamatória comprovada. Entra, conjuntamente com outras plantas, no tratamento do cancro da próstata.

**Olax subscorpioidea** Oliv.; Olacáceas. Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária da floresta húmida semicaducifolia, mais frequente nas galerias florestais, estendendo-se às regiões de savana da África tropical ocidental estendendo-se até ao Chade e RDC, de ramos esverdeados e alados, folhas alternas, flores branco-esverdeadas solitárias ou reunidas em cachos, fruto uma drupa subglobosa, amarelada na maturação, subtendida pelo cálice disciforme, cada fruto com uma semente utilizada como condimento e estimulante.

**Oldenlandia corymbosa** L.; Rubiáceas. *Fumaria-da-índia* (Goa). Diamond flower, flattop mille grains, wild chayroot (l). Planta anual herbácea pequena, originária das regiões tropicais e subtropicais de África e Índia introduzida e infestante em todas as zonas tropicais e subtropicais. A planta tem um pigmento azulado utilizado localmente para tingir tecidos. A decocção

da planta é usada como febrífuga, estomáquica e antirreumática. Na medicina goesa é utilizada como um tônico, febrífuga, febres biliosas e sarampo.

**Oldenlandia lancifolia** (Schumach.) DC.; Rubiáceas. Planta perene ruderal, originária da África tropical e subtropical, introduzida e naturalizada em diversas regiões da América tropical, de caules prostrados ou ascendentes, folhas opostas lineares a lanceoladas, flores pequenas isoladas ou em fascículos paucifloros axilares, corola branca a rosada, fruto uma cápsula pequena. Na medicina africana a planta é usada para tirar as dores de cabeça.

**Oldfieldia dactylophylla** (Welw. ex Oliv.) J.Léonard; Picrodendráceas. Árvore pequena, dioica, semicaducifólia, laticífera, originária de regiões secas da mata aberta ou savana, em geral com solos arenosos da África tropical, da RDC e Angola até à Tanzânia, Moçambique e Zâmbia, com poucos indivíduos e ameaçada em alguns locais, de tronco ereto, copa dilatada, ramos e raminhos curtos e tortuosos, rijos, patentes e rebentos grossos com um tomento ferruginoso, folhas digitadamente 3-8-folioladas, alternas a opostas. No Nordeste de Angola o cozimento da raiz é utilizado medicinalmente como reconstituente e para combater doenças intestinais e na zona planáltica em casos de tuberculose, esterilidade, menstruações muito prolongadas, tuberculose, escorbuto, cáries, cefaleias e em otolaringologia.

**Olea europaea** L.; Oleáceas. *Oliveira, zambujeiro* (Portugal). Olive (l). Originária da região mediterrânica estendendo-se a Portugal, continente africano, SW da Ásia até ao centro-sul da China. Considera-se que a domesticação da oliveira ocorreu na região mediterrânica oriental há mais de 5000 anos, existindo hoje mais de mil <cultivares> (variedades cultivadas), cujo cultivo ocorre maioritariamente na região mediterrânica, incluindo Portugal continental. Árvore bem conhecida, de tronco robusto, ramos e raminhos acinzentados, folhas coriáceas e brevemente pecioladas, de margens mais ou menos enroladas, mucronadas, verde-acinzentadas na página superior e branco-escamulosas na página inferior, flores pequenas reunidas em cachos axilares ou terminais, simples ou compostos, aparecendo nos ramos do ano anterior, de corola branca, hermafroditas ou funcionalmente unissexuadas, fruto uma drupa elipsoide (azeitona), esverdeada e de mesocarpo adstringente quando em fase de crescimento e castanho-avermelhada a quase negra, ou mesmo de cor verde, na maturação, consoante as variedades.

É uma das mais importantes culturas de Portugal, de cujos frutos se extrai o azeite, de grande duração, existindo exemplares do tempo de Jesus Cristo. Na medicina tradicional, para além do efeito do azeite na nutrição humana, o infuso das folhas usa-se para fazer baixar a tensão arterial e em todos os casos em que se torna necessário aumentar a diurese. O azeite desde há milénios que é aplicado nas feridas e assim já é referido no Novo Testamento.

**Olyra latifolia** L.; Poácea (Gramíneas). Planta perene rizomatosa e robusta, originária do México até ao sul da América tropical, África tropical, Madagáscar e Comoros, de colmos lustrosos, arqueando dispendo-se por isso sobrepostos revestindo o solo evitando assim a ação direta do sol sobre o terreno e reduzindo a velocidade da água das chuvas aumentando assim indiretamente a percentagem da água que se infiltra. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe, consideram que as raízes têm propriedades afrodisíacas e o infuso é usado nas blenorragias e lavagens uterinas.

**Omphalea diandra** L.; Euforbiáceas. *Caiaté, castanha-comadre-do-azeite, castanha-de-cayaté, castanha-de-cotia, castanha-de-peixe, castanha-*

*purgativa, cayaté, cipó-castanha, comadre-do-azeite* (Brasil). Jamaica navelspurge, onabe oil plant (I). Trepadeira laticífera monoica, originária em terrenos alagados da floresta densa húmida da América tropical, de caules lenhosos ou sarmentosos, apoiando-se nas árvores de cujas associações faz parte e invadindo as suas copas, ramos jovens com um indumento curto e áspero, folhas alternas com duas glândulas no ponto de inserção do limbo, flores masculinas e femininas apétalas em panículas terminais ou supraterminais, fruto capsular subgloboso verde-claro a amarelado na maturação, com 3 lóculos, geralmente cada um com uma semente envolvida numa polpa amarela que é adocicada e comestível. Sob o ponto de vista medicinal, as sementes são tóxicas antes de serem cozidas e a radícula e os cotilédones são purgativos. As sementes são oleaginosas e o óleo extraído, alaranjado a ambarino, não é comestível, mas utilizado como purgativo em substituição do óleo de rícino.

**Omphalocarpum procerum** P.Beauv.; Sapotáceas. Árvore de grande porte, originária da floresta densa húmida da África tropical ocidental e centro-ocidental, desde a Costa do Marfim à RDC e N de Angola, de folhas alternas, inteiras e coriáceas, flores pediceladas de corola esbranquiçada, em fascículos axilares no tronco, frutos subglobosos. Na medicina tradicional o ritidoma é considerado vermífugo e purgativo.

**Oncinotis hirta** Oliv.; Apocináceas. Trepadeira lenhosa laticífera em todos os seus órgãos, originária das galerias florestais da África centro-ocidental tropical, desde os Camarões, Gabão ao N de Angola estendendo-se até ao Uganda, de ramos muito compridos, ramos e pecíolos com pelos castanho-acinzentados, flores de pétalas amarelas ou amarelo-esverdeadas. Na medicina tradicional utilizam o ritidoma reduzido a pó no tratamento das chagas.

**Oncoba spinosa** Forssk.; Salicáceas. *Malimboque* (São Tomé e Príncipe). Snuff box tree (I). Planta arbustiva ou árvore pequena monoica ou apenas com flores masculinas, largamente distribuída na floresta aberta e ribeirinha, originária da orla de matas, matos, terrenos abandonados e lugares ruderais de baixa altitude de África tropical estendendo-se até à Península Arábica e sul do continente, com espinhos axilares delgados e agudos, ramos novos pontuado-lenticulares, folhas alternas coriáceas serrado-crenadas e glabras, flores aromáticas e vistosas, solitárias e terminais ou laterais em ramos curtos axilares, de pétalas brancas, fruto globoso verde-escuro a castanho com cerca de 5 cm de diâmetro sulcado com 8 linhas longitudinais pouco salientes de epicarpo lenhoso, muito resistente, com o cálice marcescente na base. Muito frequente em São Tomé e Príncipe e na mata cafeeira de Angola e em Moçambique, geralmente perto da costa. Planta muito usada como ornamental. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe o infuso do ritidoma e das folhas combate a sífilis e purifica o sangue e o decocto da raiz é frequentemente empregado como antidisentérico e nos tratamentos dos males da bexiga e o decocto feito com raízes e folhas atua como diurético.

**Ongokea gore** (Hua) Pierre; Olacáceas. Boleko nut (I). Árvore de grande porte, da floresta densa húmida perenifólia e semicaducifólia originária da África tropical ocidental e centro-ocidental, desde a Serra Leoa à RCA estendendo-se até à RDC e sul de Angola, de tronco esguio e cilíndrico, copa piramidal e muito aberta, ritidoma acinzentado, rugoso, muito fendilhado em todos os sentidos e espesso, folhas alternas, coriáceas, de pedúnculo

canelado e limbo verde-brilhante nas duas páginas, flores de pétalas brancas, não perfumadas, reunidas em panículas umbeliformes axilares, fruto uma drupa globosa amarela de casca dura com apenas uma semente espessa e oleaginosa. O fruto é comestível e utilizado como alimento de recurso e das sementes pode extrair-se um óleo sicativo. Sob o ponto de vista medicinal, os locais consideram o decocto do ritidoma como purgativo e a seiva como hemostática.

**Ononis spinosa** L.; Fabáceas/Fabóideas (Leguminosas/Papilionóideas).

*Gatinha, gatinho, gatunha, resta-boi, rilha-boi, unha-de-gato, unha-gata* (Portugal). Spiny restharrow, restharrow (I). Planta de pequeno porte, ereta pilosa e glandulosa, com raízes flexíveis e muito difíceis de quebrar mesmo com instrumentos aratórios, fazendo resistência às charruas, originária da Europa estendendo-se pela Ásia continental até ao NW da China e NW de África, presente em Portugal, de caules espinhosos, folhas quase todas trifoliolada e de cheiro desagradável, flores de corola rosada a purpúrea. A raiz é adocicada e é considerada diurética. Usada nalguns países da Europa Central em remédios caseiros contra o catarro da bexiga e pedra dos rins. O decocto do caule usa-se nos eczemas e irritação da pele. Diz-se que o decocto das flores «purifica» o sangue. Planta melífera. Na medicina caseira usam os diferentes órgãos da planta como diurético.

**Operculina hamiltonii** (G.Don) D.F. Austin & Staples; Convolvuláceas.

*Batata-de-purga, jalapa, jalapa-brasileira, raiz-do-jeticucu* (Brasil). Planta trepadora herbácea perene de raiz tuberosa, originária da América do Sul tropical, de caules herbáceos, lenhosos na base, alados, flores de corola campanulada amarela. No Brasil as raízes são usadas medicinalmente como purgativas e depurativas do sangue e anti-helmínticas, mas tomadas exageradamente tornam-se tóxicas.

**Operculina macrocarpa** (L.) Urb.; Convolvuláceas.

*Batata-de-purga, jalapa-do-brasil* (Brasil). Brazilian jalap (I). Planta trepadora bienal, originária do N e NE do Brasil, introduzida e naturalizada nas Caraíbas e em algumas zonas da África tropical ocidental, estando naturalizada na Guiné, de raízes tuberosas, grandes, amiláceas e resiníferas, das quais se extrai a «jalapa-do-brasil», usada pelas populações como laxante, purgativo, depurativo, contra moléstias de pele e na leucorreia.

**Operculina turpethum** (L.) Silva Manso; Convolvuláceas.

*Turbito, turbito-vegetal* (Goa). Indian jalap, transparent woodrose, turpeth (I). Erva trepadora perene de raiz tuberosa, originária da Índia e SE asiático, tendo-se estendido e naturalizado nas zonas do sul da África tropical oriental, cujas raízes são usadas medicinalmente contra febres, tosse, inflamações, edemas, cólicas, doenças do fígado, tumores abdominais e como laxativa. Usada na medicina aiurvédica.

**Opuntia ficus-indica** (L.) Mill.; Cactáceas.

*Figueira-da-índia* (Portugal). Indian-fig, prickly pears (I). Planta arbustiva, xerofítica, originária do México, cultivada, assim como outras pertencentes ao mesmo género, em zonas tropicais, subtropicais e temperadas quentes da Europa, África e América, cujos frutos são comestíveis e nalguns mercados muito apreciados, sobretudo produzidos por variedades em que os frutos são isentos de espinhos. Em medicina tradicional os artículos caulinares são usados triturados em cataplasmas nas inflamações, cozidos parece combaterem a diabetes, o seu

suco ou o dos frutos barrados de açúcar formam um xarope expetorante e antiespasmódico muito usado nas tosses rebeldes e asma.

**Origanum compactum** Benth.; Lamiáceas (Labiadas). Planta herbácea vivaz, originária do SW de Espanha e NW de Marrocos, utilizada pela sua ação antiespasmódica e expetorante. Na Argélia é usada como condimento e estimulante.

**Origanum dictamnus** L.; Lamiáceas (Labiadas). Cretan dittany, dittany of Crete (I). Planta herbácea vivaz, rizomatosa, endêmica da ilha de Creta, usada como antiespasmódico, tónico, estimulante e emenagogo. Considerada a planta como excitante do útero. Na antiga Grécia era muito apreciada no tratamento de feridas.

**Origanum majorana** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Manjerona* (Portugal). *Mangerona-branca* (Goa). Sweet marjoram (I). Planta herbácea vivaz rizomatosa, originária do S da Turquia e Chipre, no Mediterrâneo oriental, difundida e cultivada na região mediterrânica e outras, muito aromática, de caule quadrangular e ramificado, folhas opostas de limbo arredondado a ovado de cor verde-glauco, flores pequenas com pétalas brancas ou levemente rosadas, em verticilos na axila de brácteas que se dispõem em panículas compridas, sementes escuras, pequenas e oblongas. Muito cultivada na Europa mediterrânea, onde é usada como condimento para salsicharia, molhos e saladas. Em medicina tradicional as folhas e os rebentos secos são considerados tónicos, excitantes e facilitadores da digestão e usados externamente para certas doenças de pele e como antiespasmódicos. É normalmente utilizada sob a forma de infuso. O óleo essencial revelou ação inibidora no desenvolvimento de certos fungos e em perfumaria, na indústria licoreira e como condimento em culinária. Planta muito conhecida na antiguidade dos povos mediterrânicos e usada pelos árabes como medicinal na enxaqueca, nervosismo e soluços e mais tarde nas doenças da cabeça e como tónico geral. No Brasil, em uso interno, serve para tratamento de certas afeções brônquicas, na higiene da boca e alguns atribuem-lhe propriedades para combater a insónia e a ansiedade. Muito cultivada como planta hortense.

**Origanum vulgare** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Manjerona-brava*, *manjerona-selvagem*, *orégão*, *orégão-vulgar-do-minho* (Portugal). *Orégano* (Brasil). Oregano (I). Planta subarbutiva, originária de toda a Europa estendendo-se até à Ásia central e NW de África, pubescente, de folhas inteiras, flores de corola branca a purpurescente, em cimeiras densas dispostas em panículas, sementes pequenas castanho-avermelhadas. Planta melífera, especiaria aromática e medicinal, muito usada como tempero culinário na cozinha italiana, empregando-se em medicina tradicional como estimulante gástrico, diaforética, antiespasmódica, expetorante e emenagoga. Utiliza-se também como sucedâneo do chá, sobretudo contra a tosse e nalguns locais para tingir as lãs de vermelho. Parece que a sua presença afasta as formigas. Com a planta fresca prepara-se um alcoolato.

**Orthosiphon aristatus** (Blume) Miq.; Lamiáceas (Labiadas). *Bigodes-de-gato*, *chá-de-java* (Brasil). Java tea (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da Ásia tropical e subtropical até ao N da Austrália, desde a Índia à Austrália tropical, muito cultivado em Java. Planta ornamental muito vulgarizada nas regiões tropicais, de utilização muito antiga no Oriente contra doenças crónicas e agudas dos rins e insuficiência cardíaca. Aplica-se externamente em certos tipos de eczemas. As folhas têm propriedades



diuréticas muito marcadas e por isso o infuso é muito empregado nos casos de nefrites e cálculos biliares e outras doenças do aparelho urinário, facilitando a eliminação do ácido úrico e dos cloretos.

**Oryza sativa** L.; Poáceas (Gramíneas). *Arroz* (Portugal). *Arroz, bate* (Goa). *Paddy, rice* (I). Planta herbácea, obtida por domesticação, considerando-se que esta deve ter ocorrido no sul da China, existindo hoje muitas "cultivares", sendo o cereal de maior cultura e importância alimentar nas regiões tropicais, nomeadamente no sul da Ásia e determinadas zonas de África, como na Guiné-Bissau e Senegal. Planta de caule, um colmo, rígido e com muitos canais interiores que chegam à raiz e permitem que a planta respire, mesmo quando se faz a cultura em terrenos permanentemente inundados, e tegumento duro, bainha das folhas envolvendo os nós e uma parte restante do colmo, flores reunidas em panículas, fruto uma cariopse. A cariopse descascada, constitui o chamado «arroz integral» de alto valor nutricional por causa da composição de uma camada que envolve a semente, muito rica em gordura, proteína e vitaminas. Na alimentação dos povos ocidentais o grão de arroz é polido e retirada a camada referida, tornando-se mais fácil de cozinhar, mas perdendo uma boa parte do seu valor nutricional. Nos trópicos a cultura do arroz pode fazer-se em regadio com as terras quase sempre alagadas e ainda em sequeiro, mas nas zonas temperadas a cultura tem de ser sempre feita em regadio, funcionando a água, para além da sua função normal na planta, como regularizador da temperatura em que a planta mantém o sistema radicular, dado o poder de retenção do calor ser maior na água que no ar e assim ser possível manter uma temperatura mais regular ao longo do dia e da vida da planta. Tem muitas utilizações, como na cosmética e como medicinal, nesta citam-se, como exemplo, o seu uso para diminuir os níveis de colesterol e a farinha de arroz, de preferência de sementes que não tenham sido polidas (arroz integral), que se usa em todo o mundo nas complicações intestinais, principalmente diarreias, enterites e doenças do hemorroidal.

**Osbeckia octandra** DC.; Melastomatáceas. *Fruta-da-gralha-pequena* (Goa). *Eight stamen Osbeckia* (I). Planta arbustiva, originária do Sri Lanka, introduzida na Índia, de ramos quadrangulares e densamente tomentosos, folhas com pecíolo curto, flores em fascículos. Na medicina hindu usam um linimento feito com as folhas, ritidoma, flores e frutos com óleo de gergelim, em inflamações das mucosas.

**Osmunda regalis** L.; Osmundaceae. *Anfentos, fento-real, fetoreal* (Portugal). *Royal fern* (I). Feto de rizoma horizontal grosso, originário da Europa ocidental e mediterrânea, Ásia mediterrânea e NW de África, naturalizado nalgumas regiões das regiões temperadas e tropicais. Em Portugal encontra-se nos sítios húmidos e sombrios e nas margens dos cursos de água. Na medicina local usam os rizomas nas doenças do fígado, bexiga e cálculos renais.

**Ostericum grosseserratum** (Maxim.) Kitag.; Apiáceas; (Umbelíferas). Planta herbácea perene, originária da Ásia temperada, China, Coreia e Mongólia. Nesta região a raiz da planta, que é cilíndrica e acastanhada, é usada nas dores reumáticas.

**Otomeria volubilis** (K.Schum.) Verdc.; Rubiáceas. Planta trepadora lenhosa, originária da floresta da África tropical da Nigéria ao Uganda estendendo-se até ao Congo e RDC, de caule tetragonal, folhas ovado-

lanceoladas, flores de corola rosa-forte a avermelhada reunidas em cimeiras capituliformes, fruto uma pequena cápsula. Na medicina tradicional usam a seiva nas mordeduras das serpentes, nas conjuntivites e nos casos de blenorragia. Acredita-se, localmente, que colocando umas gotas de seiva no nariz de um cão lhe aumenta o faro.

**Ouratea castaneifolia** (DC.) Engl.; Ocnáceas. *Farinha-seca, mango-do-mato* (Brasil). Árvore de porte médio, originária da América do Sul tropical, da Venezuela ao Suriname estendendo-se até à Bolívia e Brasil, de ritidoma acastanhado, folhas simples com margens serradas, flores amarelas e vistosas, fruto múltiplo de 5 mericarpos drupáceos inseridos num recetáculo carnudo. O infuso do ritidoma é usado localmente como tónico.

**Ouratea parviflora** (DC.) Engl.; Ocnáceas. *Coração-de-bugre-vermelho, quatinga* (Brasil). Planta arbustiva, originária da floresta pluvial do E e S do Brasil, cujo óleo do fruto é utilizado localmente nas doenças de pele.

**Ouratea hexasperma** (A.St.-Hil.) Baill.; Ocnáceas. *Barba-de-bode, cabelo-de-negro, massaroca, vassoura-de-bruxa, vassourinha-de-bruxa* (Brasil). Planta arbustiva ou árvore de pequeno porte e tronco tortuoso, originária do cerrado do Brasil e Bolívia, de folhas simples com margem ondulada e crenada, flores amarelas e vistosas, fruto múltiplo de 6-8-mericarpos drupáceos de cor variável do verde ao vermelho ou arroxeados. Na medicina popular usam o infuso do ritidoma como cicatrizante.

**Oxalis acetosella** L.; Oxalidáceas. *Aleluia* (Portugal). Wood sorrel (I). Planta herbácea anual, originária dos bosques húmidos de toda a Europa e Ásia temperada até à China e Japão. Em Portugal continental é muito mais frequente no norte, especialmente no Minho. A planta floresce pela Páscoa e daí o nome vulgar. A planta é medicinal e usada como antiescorbútica, diurética, depurativa, febrífuga e em doenças da pele e da boca. Na crença popular diz-se que as aleluias preveem as tempestades levantando as folhas (movimento determinado pela quantidade de luz existente).

**Oxytenanthera abyssinica** (A.Rich.) Munro; Poáceas (Gramíneas). *Bambu, cana-bambu* (Guiné-Bissau). *Bambu-africano* (Angola). Bindura bamboo (I). Bambu robusto em tufos densos, de rizoma robusto, colmos até 10 m de altura, originário da floresta aberta, savana arborizada e moitas da África tropical, desde o Senegal à Etiópia estendendo-se para sul até ao NE da África do Sul. É usado medicinalmente em certas regiões de Angola em casos de cirrose e hidropisia.

**Ozoroa insignis** Delile; Anacardiáceas. Tropical resin tree, currant resin tree (I). Planta arbustiva ou árvore pequena dioica, originária da África tropical desde o Senegal, Gâmbia e Guiné-Bissau até aos Camarões, Eriteia e Etiópia, estendendo-se ao Líbano, também em Angola e Namíbia, ocorrendo nas savanas arbóreas. Na Guiné-Bissau, onde é relativamente frequente, usam-na para aumentar a lactação das mulheres.

**Ozoroa insignis** subsp. **reticulata** (Baker f.) J.B.Gillett; Anacardiáceas. Planta dioica arbórea com muitos ramos por vezes arbustiva, originária da África tropical, ocorrendo desde o Sudão, RDC ao Quênia estendendo-se para sul pela zona oriental e centro-oriental até de Moçambique à Namíbia, de folhas inteiras e em verticilos, flores reunidas em panículas muito ramificadas e multifloras e fruto uma drupa preta brilhante. Sob o ponto de vista medicinal a planta usa-se em Moçambique nas doenças venéreas e para tratar a esterilidade, na África Oriental nos casos de conjuntivite, doenças venéreas,

dores abdominais, diarreias e doenças dos olhos. O extrato da raiz é galactagogo. Nalguns locais desta zona o decocto da raiz é considerado afrodisíaco. Há quem considere a planta letal quando usada como medicamento.

**Ozoroa obovata** (Oliv.) R.Fern. & A.Fern.; Anacardiáceas. Broad-leaved resin tree (l). Planta arbustiva ou arbórea, originária nos solos arenosos das zonas costeiras da África tropical oriental, desde o Quênia ao N da África do Sul, de folhas simples e alternas, flores reunidas em panícula terminal piramidal, fruto uma drupa reniforme, vermelha inicialmente tornando-se preta na maturação. Em Moçambique o ritidoma é utilizado em medicina local nas diarreias, doenças das articulações e cabeça, taquicardias, febres, formigueiros nos membros e edemas e em toda a África austral o decocto da raiz é usado na disenteria, mordeduras de cobras e indigestão. As folhas são venenosas para o homem e animais e estes, por instinto, conhecem-nas e não as pastam. O contato do corpo com as folhas e frutos causa dermatites em pessoas mais sensíveis.