

## DICIONÁRIO DE PLANTAS MEDICINAIS

José E. Mendes Ferrão e Maria Cândida Liberato

### P

**Pachycarpus lineolatus** (Decne.) Bullock; Apocináceas. Planta herbácea perene, originária das savanas inundáveis e florestas abertas da África tropical. A planta tem um glicosídeo cardíaco e é usada como estomáquica e em picadas de animais.

**Pachycarpus rigidus** E.Mey.; Apocináceas. Planta herbácea perene, originária da África do Sul, usada na medicina local no tratamento de diarreias, cólicas, dores intestinais e como antiespasmódica.

**Pachylobus buettneri** (Engl.) Guillaumin; Burseráceas. Assia, ozigo (I). Árvore de grande porte, dioica, originária da floresta densa húmida das terras baixas da África tropical centro-ocidental, Guiné-Equatorial, Gabão, Congo, RDC e N de Angola, de ritidoma acinzentado, normalmente sem fissuras, exsudando uma resina com forte odor terebintáceo, folhas alternas, imparipinuladas com folíolos verdes muito brilhantes na página superior e pelos estrelados e castanho-avermelhados na inferior, fruto uma drupa azul-purpúrea na maturação, cuja polpa é comestível depois de cozida e usada como alimento de recurso. Na medicina tradicional, a resina é utilizada para romper abcessos e o ritidoma em pó é colocado nas feridas para cicatrizarem mais depressa.

**Pachylobus edulis** G.Don; Burseráceas. Mubafo, *safu*, *safu-safu*, *safueiro* (São Tomé e Príncipe). *Safu*, *safu-ncala* (Angola). African pear tree, African plum tree, bush butter tree, butter fruit tree, native pear (I). Árvore dioica, originária das galerias florestais e florestas pantanosas da África centro-ocidental tropical, desde o S da Nigéria até à RCA estendendo-se para sul até ao norte de Angola e N da Zâmbia, também cultivada noutros lugares naturalizando-se por vezes, de porte médio, muito copada, de tronco retilíneo, ritidoma acinzentado, destacando-se em escamas finas e irregulares, acinzentadas ou rosadas, exsudando uma resina esbranquiçada com marcado cheiro terebintáceo, de copa ampla, folhas alternas, reunidas na extremidade dos ramos, imparipinuladas, com 5-8 pares de folíolos e um terminal, brilhantes na página superior e estrelado-pubescentes na inferior dos folíolos juvenis, flores pequenas tomentosas, reunidas em panículas terminais ou axilares, fruto uma drupa elipsoide, lembrando grandes azeitonas, de epicarpo fino, brilhante, rosado ou arroxeadado, de mesocarpo espesso, violáceo, macio e rico em gordura e endocarpo duro encerrando uma semente. Polpa comestível, mas nem sempre apreciada pelo seu cheiro terebintáceo. Na medicina tradicional é usada a resina (resina de mubafo) externamente no tratamento de úlceras. Esta resina é considerada como um dos remédios mais comuns e mais utilizados no tratamento das mais diversificadas doenças nas regiões de origem.

**Pachylobus pubescens** Vermoesen; Burseráceas. Árvore de grande porte, originária da floresta densa húmida da África centro-ocidental tropical, do Gabão à RDC estendendo-se até ao N de Angola, de casca resinosa e aromática, copa muito volumosa, fruto uma pequena drupa parecida exteriormente com uma azeitona. Espécie relativamente frequente nas zonas de média altitude no Maiombe em Angola. O tronco exsuda uma resina aromática

e combustível usada pelos locais para fazerem tochas. O infuso do ritidoma é considerado estomacal e peitoral e o cozimento das folhas usa-se em banhos nas doenças da pele, incluindo a sarna.

**Packera aurea** (L.) Á.Löve & D.Löve; Asteráceas (Compostas). Golden groundsel, golden ragwort, squaw weed (I). Planta herbácea perene, originária do leste da América do Norte onde, depois de seca, é usada como estimulante, emenagoga, diurética e como tônico uterino.

**Paederia foetida** L.; Rubiáceas. Skunk vine, stink vine (I). Trepadeira perene de rizoma robusto, originária de uma vasta região do sul da Ásia, desde o NE do Nepal, estendendo-se pelo sul do continente até ao Japão. Nesta região usam as folhas reduzidas a pó e em água no tratamento de doenças intestinais.

**Paeonia anomala** L.; Peoniáceas. Chinese peony (I). Planta herbácea perene, originária do NE da Europa, estendendo-se pelo centro da Ásia, Sibéria, Mongólia e China. Nestes locais usam o infuso das raízes nas indigestões, dores de estômago e disenteria e para fazer parar hemorragias.

**Paeonia broteri** Boiss. & Reut.; Peoniáceas. *Erva-casta, erva-de-santa-clara, peónia, rosa-albardeira, rosa-cuca, rosa-de-lobo* (Portugal). Planta herbácea rizomatosa, originária da Península Ibérica, muito cultivada nos jardins por causa das suas belas e grandes flores, a tal ponto que o pecíolo se encurva com a sua massa, de pétalas vermelhas. O rizoma era muito considerado na medicina antiga como dotado de propriedades maravilhosas contra a epilepsia e histerismo e ainda hoje, na medicina tradicional, se emprega como antiespasmódico.

**Paeonia emodi** Royle; Peoniáceas. Himalayan peony (I). Planta herbácea perene, originária da Ásia, desde o Afeganistão, Nepal e Índia até ao SW da China, espaço onde as raízes tuberosas são usadas nas doenças uterinas, cólicas, obstruções à passagem da biliar, epilepsia, convulsões, histeria e nas crianças como purificador do sangue.

**Paeonia mascula** (L.) Mill.; Peoniáceas. Coral peony (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária do sul da Europa, desde Espanha até à Ásia mediterrânea, introduzida no norte de África, sendo usada em Marrocos como antiespasmódico.

**Paeonia officinalis** L.; Peoniáceas. *Erva-de-santa-rosa, peónia* (Portugal). Garden peony, peony (I). Planta herbácea rizomatosa, originária de parte do sul da Europa, incluindo Portugal, estendendo-se até à Albânia. O rizoma é antiespasmódico, tônico, anticonvulsivo e usado em espasmos nervosos.

**Paeonia suffruticosa** Andrews; Peoniáceas. Mountain peony, tree peony (I). Planta arbustiva, endêmica da China, onde também é cultivada e usada na medicina local.

**Palaquium gutta** (Hook.) Baill., Sapotáceas. *Guta-percha* (Portugal e Brasil). Gutta-percha, gutta-percha-tree (I). Árvore de porte médio, originária do SE da Ásia, da Malásia, Sumatra, Bornéu e Java, cultivada, cuja seiva em contacto com o ar se torna rígida, mas maleável, características que o tornam de grande valor industrial como isolante de tubos que têm de ficar debaixo de água, e também de grande aplicação em medicina, entre outros múltiplos usos. No Brasil usam a resina que exsuda do tronco como aromatizante.

**Palicourea prunifolia** (Kunth) Borhidi; Rubiáceas. *Erva-de-rato* (Brasil). Planta arbustiva, originária da América do Sul tropical ocidental e centro-ocidental, desde a Venezuela e Peru, Bolívia e Brasil, de folhas simples, brácteas verde amareladas, fruto uma drupa de polpa escura. Na medicina

popular a planta é utilizada como medicinal nas infeções da pele causadas por fungos.

**Palicourea rigida** Kunth; Rubiácea. *Bate-caixa, chapéu-de-couro, gritadeira* (Brasil). Planta arbustiva ou subarbustiva, originária da América do Sul tropical, de ritidoma acinzentado e rugoso, de folhas elípticas, grandes e coriáceas, glabras na página superior, flores reunidas em panículas pedunculadas, pequenas e alaranjadas, fruto drupáceo e arroxeadado. Na medicina popular a planta é usada contra o reumatismo e nas inflamações renais e atribuem-se-lhe propriedades citotóxicas, antimicrobianas e antioxidantes.

**Palicourea tomentosa** (Aubl.) Borhidi; Rubiáceas. Planta arbustiva, originária do estrato arbustivo das florestas húmidas da América tropical, desde o sul do México até à Bolívia e Brasil, usada localmente nas queimaduras.

**Palisota hirsuta** (Thunb.) K.Schum.; Comelináceas. Planta herbácea perene, originária da África tropical ocidental e centro-ocidental, desde o Senegal à RDC, estendendo-se para sul até a Angola e RDC, de caules geniculados e dotada de uma seiva gelatinosa, caule e ramos avermelhados com pelos cinzentos, folhas grandes e flácidas, flores brancas reunidas em espigas cilíndricas laxas, fruto uma baga avermelhada a negra na maturação. Na medicina local usam o infuso do ritidoma para fazer cicatrizar as feridas ao destacarem o cordão umbilical e as folhas quentes são colocadas nas zonas dos rins para atenuar a dores destes órgãos.

**Palisota pynaertii** De Wild.; Comelináceas. Planta herbácea perene, originária da RDC, acaule formando uma grande roseta de grandes folhas junto ao solo, do centro da qual emerge um escapo terminado por uma espiga cilíndrica, compacta, de flores brancas. Na medicina tradicional reconhecem-se à planta propriedades vulnerárias.

**Panax ginseng** C.A.Mey.; Araliáceas. *Ginseng* (Portugal). Asiatic ginseng, Chinese ginseng, ginseng, Korean ginseng (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da Rússia oriental, Coreia do Norte e NE da China. O extrato da raiz e rizoma é usado na medicina chinesa e também como afrodisíaco.

**Panax quinquefolius** L.; Araliáceas. *Ginseng-americano* (Portugal). American ginseng (I). Planta herbácea perene, originária da América do Norte, muito cultivada na China. O macerado da raiz goza de grande fama na medicina chinesa como tónico e afrodisíaco.

**Pancovia golungensis** (Hiern) Exell & Mendonça; Sapindáceas. Árvore pequena ou arbusto, originário da floresta de montanha e também de altitudes mais baixas da África tropical e subtropical, em Angola e a oriente desde o Quênia a Moçambique estendendo-se até à província do Natal na África do Sul, geralmente com o tronco dividido desde a base, com folhas paripinuladas e coriáceas, flores funcionalmente dioicas, fruto múltiplo de 3 esquizocarpos desiguais, escarlates e comestíveis. Em Angola a raiz é usada medicinalmente pelos povos locais nos casos de icterícia.

**Pandanus thomensis** Henriq.; Pandanáceas. *Páia, páia-séla, pau-esteira, séla, únunu* (São Tomé e Príncipe). Planta arbórea dioica, até 15 m, endémica em São Tomé e Príncipe onde habita a zona costeira, principalmente do mangal, de folhas um tanto embainhantes na base, com espinhos delgados, encurvados e cartilagineos, inflorescência masculina terminal com espátas aumentando de tamanho para a parte superior, aquilhadas, com espinho, inflorescência feminina solitária. Na medicina tradicional destas ilhas acredita-se que um macerado

alcoólico da raiz pode fazer aumentar o pênis da criança, as folhas secas usadas em óleo nos gânglios inchados e abscessos e nas dores de rins, colocando o doente sobre uma camada de folhas desta espécie. O suco das folhas passa por disentérico e os frutos verdes por emenagogos. Planta nalguns locais usada como ornamental. Das folhas e caule podem retirar-se fibras para esteiras e cordoaria grosseira.

**Pangium edule** Reinw.; Salicáceas. Football fruit, pangi (I). Árvore dioica, de porte médio a alto, originária das zonas de mangal do sueste asiático insular, um pouco cultivada na região e regiões próximas, de folhas simples, grandes, lisas e coriáceas, flores de pétalas verde-claro, as masculinas reunidas em cachos terminais, as femininas solitárias nas axilas foliares superiores, umas e outras levemente perfumadas, fruto uma drupa assimétrica, do tamanho de uma bola de futebol, oblonga a ovoide (football fruit), acastanhada na maturação, e encerrando uma polpa branda envolvendo numerosas sementes angulosas. Polpa açucarada e comestível. Todos os órgãos da planta contêm minispermina, um alcaloide que produz no homem uma espécie de sonolência, náuseas e embriaguez. As sementes podem ser consumidas sem inconveniente depois de bem cozidas. As folhas e as sementes trituradas usam-se na pesca para entontecer os peixes.

**Papaver nudicaule** L.; Papaveráceas. Arctic poppy, Icelandic poppy (I). Planta herbácea perene, originária das regiões subárticas, da Ásia, introduzida em zonas subárticas da América do Norte. As sementes são usadas localmente como tranquilizante e contra dores.

**Papaver rhoeas** L.; Papaveráceas. *Papoila*, *papoila-brava*, *papoila-das-searas*, *papoila-rubra*, *papoila-vermelha*, *papoila-vulgar*, *papoula* (Portugal). *Borboleta*, *dormideira-silvestre*, *papoula-comum*, *papoula-das-searas*, *papoulados-cereais*; *papoula-vermelha*, *papoula-vermelha-dos-campos* (Brasil). Corn poppy, field poppy, red poppy (I). Planta herbácea anual, considerada originária da Região Mediterrânea oriental, introduzida e naturalizada em quase toda a Europa e N de África e introduzida noutras em regiões temperadas do continente americano, laticífera, caule com pelos eretos, folhas verde-glaucas, diversamente partidas com segmentos de margem dentada, flores terminais de cheiro um tanto nauseante, pétalas 4 orbiculares e vermelhas, fruto uma cápsula subglobosa a obovoide, glabra, deiscente e polispérmica. Em medicina as flores usam-se desde tempos muito antigos como remédio caseiro para facilitar a expetoração, o seu infuso é levemente narcótico. As pétalas são consideradas adstringentes, expetorantes e sedativas devido à presença de morfina, embora em doses reduzidas.

**Papaver somniferum** L.; Papaveráceas. *Dormideira*, *dormideira-das-boticas*, *papoila-da-holanda*, *papoila-da-índia*, *papoila-dormideira*, *papoila-do-ópio* (Portugal). Opium poppy (I). Planta herbácea anual de origem incerta, não sendo conhecidas populações naturais, considerada originária da região mediterrânea oriental, naturalizada em Espanha e França na Europa e em Marrocos, Argélia e Tunísia no N de África, cultivada em regiões temperadas e algumas tropicais. Dela se extrai o extrato laticífero que exsuda das cápsulas, mediante a formação de cortes pouco profundos, usado em diversos medicamentos (morfina, codeína, narcotina, laudenina, papaverina e outros) e um dos produtos consumidos como «droga». Quando caducam as pétalas, as cápsulas tornam-se avermelhadas nelas se fazem incisões, devendo ser feitas do lado do sol para serem mais rendosas em produto que é um suco viscoso

que seco é ópio quase puro. O ópio é usado em medicina como narcótico, antiespasmódico, hipnótico, analgésico, sedativo, na depressão respiratória, entre outras. O ópio, dado em quantidades elevadas, produz acidente graves inclusivamente a morte.

**Parahancornia fasciculata** (Poir.) Benoist; Apocináceas. *Amapá, amapazeiro* (Brasil). Árvore de porte alto, originária da América do Sul tropical, estendendo-se até à Bolívia e região norte do Brasil, principalmente nas terras baixas e alagadas dos estuários dos rios, de ritidoma espesso que exsuda uma seiva leitosa e esbranquiçada, folhas membranáceas, flores reunidas em corimbo na extremidade dos ramos novos, pétalas amarelas a branco-amareladas, fruto uma baga subglobosa de pericarpo rugoso, roxo-escuro na maturação, com numerosas sementes comprimidas, envolvidas numa polpa amarela e adocicada funcionando como alimento de recurso. Sob o ponto de vista medicinal a seiva leitosa que exsuda de incisões no ritidoma é tida como um remédio eficaz contra a debilidade e no tratamento de certas doenças intestinais, chegando a ser exportado da Amazónia para os Estados Brasileiros mais a sul.

**Parietaria debilis** G.Forst.; Urticáceas. Planta em geral anual, originária das regiões temperadas da Ásia e zonas temperadas de África ao sul do Trópico de Câncer e nas zonas montanhosas da área tropical deste continente, introduzida noutras regiões temperadas do mundo, de caules com folhas inteiras, ovadas, reticuladas, dentadas e vilosas mas sem pelos urticantes, flores pequenas unissexuadas ou bissexuadas no mesmo indivíduo, reunidas em cimeiras axilares, fruto um aquénio pequeno apresentando o perianto acrescente. Na medicina tradicional usam as folhas nas dores de cabeça, abscessos e chagas, sendo também considerada como um excelente diurético.

**Parietaria judaica** L.; Urticáceas. *Alfavaca-de-cobra, cobrinha, erva-das-muralhas, erva-das-paredes, erva-de-santana, erva-de-nossa-senhora, erva-dos-muros, erva-fura-paredes, pulitain* (Portugal). Pellitory-of-the-wall, wall pellitory (I). Planta herbácea perene, dioica, originária da Europa, N de África e Ásia temperada, introduzida nalgumas regiões, de raiz fibrosa, caule ereto e avermelhado, pubescente, folhas alternas, luzidias na página superior e cotonosas na inferior com pontos granulosos transparentes, flores pequenas, esverdeadas, dispostas em glomérulos densos e fruto um aquénio negro. Planta muito frequente em locais abandonados na zona mediterrânica e nos muros. Sob o ponto de vista medicinal o decoto das folhas é usado internamente como emoliente e diurético e nas afeções do aparelho urinário e externamente como emoliente nas hemorroidas e tópico nas doenças das vias respiratórias.

**Parinari capensis** Harv.; Crisobalanáceas. Planta subarborescente rizomatosa, formando grandes tufos, originária das regiões arenosas de floresta aberta e savana da África tropical ao sul do Equador, de caule lenhoso, rastejante, muito ramificado, ramos com rebentos eretos, folhagem persistente, fruto uma drupa elipsoide do tamanho de uma azeitona, comestível como alimento de recurso. Nalgumas zonas do nordeste de Angola usam o infuso da raiz como remédio em doenças intestinais.

**Parinari curatellifolia** Planch. ex Benth.; Crisobalanáceas. *Mapatace-grande* (Guiné-Bissau). *Muhula* (Moçambique). Cork tree, grys appel, hissing tree, sand apple (I). Planta originária e muito frequente na África tropical e subtropical a sul estendendo-se a Madagáscar, com a característica de resistir bem às queimadas que são relativamente frequentes nestas regiões. Muito

vulgar na Guiné-Bissau, Angola e Moçambique. Árvore de porte médio, de folhagem perene, tronco cilíndrico e retilíneo de ritidoma escuro, quase preto, corticoide, profundamente fendido formando placas sub-retangulares, copa muito desenvolvida, ramos tortuosos, folhas alternas e coriáceas de formas muito diversas, inflorescências panículas axilares ou terminais, laxas ou muito densas, com um indumento prateado muito abundante, flores fragantes de corola branco-rosado e fruto uma drupa elipsoide a globosa, castanho-esverdeada e mosqueada com manchas pálidas, amarela na maturação e depois castanha quando seca, de endocarpo duro e ósseo com duas sementes ricas em gordura. O fruto é comestível. Planta melífera. Madeira de boa qualidade, avermelhada e difícil de trabalhar. Na medicina local usam o infuso das folhas para combater as febres e dores de dentes e são aplicadas sobre as fraturas. Em Moçambique, na medicina tradicional, a raiz, depois de seca e moída, é usada em dores da coluna vertebral, em casos de reumatismo e esterilidade feminina. Noutras regiões usa-se contra a diarreia, nas pneumonias, como estimulante cardíaco e tónico sanguíneo e ainda contra a malária.

**Parinari excelsa** Sabine; Crisobalanáceas. *Mampataz* (Guiné-Bissau). Guineá-plum (I). Planta arbustiva ou trepadora, originária das florestas da Costa Rica e América do Sul tropical e África tropical. O fruto é comestível e geralmente muito apreciado. Como medicinal usam o decocto da planta no combate ao paludismo e o infuso do ritidoma nas dores de barriga.

**Paris quadrifolia** L.; Meliantáceas. Herb paris (I). Planta herbácea perene, rizomatosa, originária de quase toda a Europa, não presente em Portugal, estendendo-se pela Ásia até à Sibéria ocidental e Himalaias. Usada em homeopatia, neuralgia e contra a gota, reumatismo e dores de ouvidos.

**Parkia bicolor** A.Chev.; Fabáceas/Mimosoídeas (Leguminosas/Mimosoídeas). African locust-bean (I). Árvore de médio porte da floresta densa a aberta e ao longo das linhas de água da África tropical ocidental, desde a Guiné até à RDC e N de Angola, de ritidoma muito escuro, folhas bipinuladas com folíolos numerosos e pequenos, flores em grande número aromáticas reunidas em capítulos globosos avermelhados na extremidade de pedúnculos longos e por isso pendentes. Na medicina tradicional usam o ritidoma no tratamento das chagas.

**Parkia biglobosa** (Jacq.) R.Br. ex G.Don; Fabáceas/Mimosoídeas (Leguminosas/Mimosoídeas). *Lubá* (São Tomé e Príncipe). *Farôba* (Guiné-Bissau). African locust bean (I). Árvore de porte médio ou arbusto, originária da floresta seca aberta, matos e savanas da África tropical ocidental desde o Senegal ao Gana estendendo-se até ao Sudão, introduzida na Índia, de folhas grandes, bipinuladas, flores numerosas vermelhas dispostas em capítulos, fruto uma vagem comprida falciforme. É valorizada essencialmente pela madeira. Muito frequente na Guiné-Bissau. A polpa adocicada dos frutos é comestível, sobretudo em casos de falta de outros alimentos. As sementes podem ser torradas e funcionam como sucedâneo do café, em medicina tradicional são usadas localmente em casos de cólicas. Nesta região utilizam muito o ritidoma nas dores de dentes, úlcera gástrica, úlcera duodenal, colite, doenças gástricas infecciosas, esterilidade feminina, dermatoses, hipertensão arterial, gonorreia e sífilis, dores nas articulações, abscessos, asma, hemorroidas, mordeduras de animais venenosos. Na Guiné-Bissau a planta é considerada antidiarreica e utilizada nas dores de dentes, o ritidoma aplica-se em inchaços e fraturas, os frutos são antiparasitários. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe,

onde a espécie é relativamente frequente, usam o infuso do ritidoma para o tratamento da diarreia. No Burkina Fasso são aplicados em cravos e verrugas e no Togo como antiabortivos.

**Parkia filicoidea** Welw. ex Oliv.; Fabáceas/Mimosoídeas. (Leguminosas/Mimosoídeas). African locust bean (I). Árvore de porte médio, originária das galerias florestais e margens de lagos da África tropical, desde a costa do Marfim ao Sudão e Somália, estendendo-se para sul até Angola, Zâmbia e Moçambique. Em medicina tradicional, a decocção da casca é tida por ser galactagoga, também usada contra a malária, reumatismo e dores de dentes.

**Parkinsonia aculeata** L.; Fabáceas/Cesalpinioídeas (Leguminosas/Cesalpinioídeas). *Cina-cina*, *espinheiro-de-jerusalem* (Brasil). *Acácia-martins* (Cabo Verde). Jerusalem-thorn (I). Planta arbustiva ou árvore pequena, originária dos Estados do Texas e Arizona nos EUA, México, América Central e América do Sul tropical ocidental, introduzida, naturalizada, tornando-se por vezes infestante, em todas as regiões tropicais e subtropicais, espinhosa, tronco irregularmente ramificado, ramos um pouco pendentes, folhas bipinuladas com folíolos numerosos e muito pequenos, flores de pétalas amarelas manchadas de cor-de-laranja na base, a superior com uma mancha grande vermelha, reunidas em racemos laxos terminais. Muito cultivada nos trópicos secos como alimento para o gado, apesar dos espinhos que tem. Muito frequente em Cabo Verde. Em medicina o ritidoma é considerado febrífugo. No Brasil o infuso das folhas e dos ramos novos é considerado, em medicina popular, como antipirético e sudorífico e indicado ainda na epilepsia, malária e anemias.

**Paronychia argentea** Lam.; Cariofiláceas. *Erva-dos-linheiros*, *erva-dos-unheiros*, *erva-prata*, *paroníquia*, *paroníquia-de-clúsio* (Portugal). Silver nailroot (I). Planta perene multicaule, originária de solos arenosos e secos ou pedregosos, ou ruderais, da região mediterrânea, incluindo Portugal continental, prostrada, com entrenós mais ou menos compridos, folhas mucronadas, flores pequenas encobertas por brácteas prateadas reunidas em cimeiras globosas. Planta a que em medicina tradicional se atribuem propriedades diuréticas e uricolíticas (areias, cálculos, etc.).

**Paropsia brazzaeana** Baill; Passifloráceas. Planta subarbustiva, originária da África tropical centro-ocidental até ao sul, na zona de transição entre a floresta aberta e a savana, desde os Camarões e RCA a Angola, Zimbabué e Botsuana, de folhas verde-brilhante na página superior e verde-pálido na inferior, flores de pétalas brancas precocemente caducas. No Leste de Angola dão-se aos filhos ao deitar para não chorarem durante a noite.

**Parthenocissus quinquefolia** (L.) Planch.; Vitáceas. *Vinha-virgem* (Portugal). American ivy, fiveleaved ivy, Virginia creeper, woodbine (I). Trepadeira lenhosa, originária da América do Norte estendendo-se até El Salvador e das Bermudas a Cuba, hoje muito difundida, de ramos providos de gavinhas com discos adesivos na base, os mais novos avermelhados, folhas quinquelobadas e dentadas, verde-escuras na página superior e por vezes puberulentas na inferior. Apresenta-se de folha caduca nos climas frios e persistente nos quentes. Em Portugal continental é caducifólia e no Outono a folhagem torna-se avermelhada antes de caducar, com um aspeto paisagístico interessante. A planta é muito utilizada como ornamental no revestimento de paredes. Em medicina tradicional, o ritidoma é considerado tónico, alterativo,

expetorante e é usado contra a hidropisia. O decocto das raízes é, nalguns locais, usado nas diarreias.

**Paspalum conjugatum** P.J.Bergius; Poáceas (Gramíneas). *Capim-azedo, capim-rapé, capim-gordo, capim-de-marreca, grama-tê* (Brasil). Buffalo grass, Hilo grass, sour grass (I). Planta herbácea perene, estolhosa, geniculada-ascendente, originária da América tropical e subtropical, introduzida e naturalizada em todas as regiões tropicais e subtropicais, de espiguetas verde-amareladas, dispostas unilateralmente reunidas em dois cachos geminados. Planta infestante, frequente nos campos incultos e ruderais. A planta pode ser pastada, fenada e de grande interesse pecuário por ser muito resistente à secura, as folhas são frequentemente consumidas como hortalíça e em medicina tradicional de certas regiões usam o decocto das folhas em compressas nas contusões, entorses e luxações.

**Passiflora alata** Curtis; Passifloráceas. Maracujá-açú, maracujá-amarelo, maracujá-doce, *maracujá-grande, maracujá-peroba* (Brasil). Wingstem passionflower (I). Planta originária do sul da América tropical, desde o Equador, Peru, Brasil e NE da Argentina, cultivada como ornamental e como fruteira. Trepadeira lenhosa, de caules com secção quadrangular e estreitamente alados, com estípulas inteiras persistentes e pecíolo com 2-4 glândulas pedunculadas e globosas, inflorescências unifloras axilares, flores muito vistosas e aromáticas, fruto uma baga obovada muito aromática de epicarpo muito delgado inicialmente branco e depois amarelo-alaranjado. De utilização semelhante à da **P. edulis**.

**Passiflora ciliata** Aiton; Passifloráceas. Fringed passionflower (I). Planta trepadora originária da América tropical, desde o México à Colômbia e Caraíbas. É considerada como narcótica e sedativa e por isso usada contra a insónia, convulsões nas crianças e histeria.

**Passiflora caerulea** L.; Passifloráceas. *Flor-da-paixão, maracujá, maracujá-azul, maracujá-de-polpa-vermelha, maracujá-de-cobra* (Brasil). Blue passionflower, bluecrown passionflower, common passion flower (I) Planta trepadora, originária da floresta mista do sul da América do Sul tropical, na Bolívia, N da Argentina, Brasil e Paraguai, cultivada e frequente como ornamental, revestindo muros ou constituindo pérgulas noutras regiões tropicais, subtropicais e temperadas quentes, de ramos sarmentosos, produzindo frutos ovoides a subglobosos, amarelados na maturação. Esta e outras espécies do mesmo género são usadas na medicina caseira como sedativo nervino.

**Passiflora edulis** Sims; Passifloráceas. *Maracujá, maracujá-roxo* (Portugal). *Maracujá, maracujá-ácido, maracujá-amarelo, maracujá-azedo, maracujá-comum, maracujá-de-comer, maracujá-de-doce, maracujá-de-ponche, maracujá-de-suco, maracujá-escuro, maracujá-liso, maracujá-mirim, maracujá-peroba, maracujá-preto, maracujá-suspiro, maracujazeiro* (Brasil). Passion flower, passion fruit, purple granadilla, purple passion fruit (I). Trepadeira originária do sul da América tropical, Brasil, Paraguai e Argentina, largamente cultivada nas regiões tropicais, subtropicais e nalgumas regiões de clima temperado sem geadas, vigorosa, sarmentosa atingindo comprimentos consideráveis, com gavinhas, glabra, folhas profundamente trilobadas e estipuladas, inflorescências unifloras axilares, flores perfumadas, brácteas foliáceas, cálice com 5 lobos espessos brancos internamente, pétalas brancas, coroa de estaminódios em 4 ou 5 séries sendo os filetes externos brancos com a base purpúrea a violeta, fruto uma baga subglobosa a ovoide de exocarpo liso



roxo ou amarelado consoante as variedades, com numerosas sementes pretas envolvidas num arilo perfumado. Planta cultivada sobretudo para a obtenção de sumo dos seus frutos, extraordinariamente aromático e rico em vitamina C e com grande valor comercial. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe usam o infuso das folhas como diurético e externamente no tratamento das hemorroidas e em algumas regiões de Angola o fruto é usado em casos de epilepsia e escorbuto. No Brasil o infuso das folhas é usado como calmante e indutor do sono.

**Passiflora foetida** L.; Passifloráceas. *Fedorento, maracujá-catinga, maracujá-de-cheiro, maracujá-de-estalo, maracujá-de-estrada, maracujá-fedorento, maracujá-silvestre, martírios-fétidos* (Brasil). *Lamurel* (Guiné-Bissau). *Malancujá-cobló, malacunjá-do-mato* (São Tomé e Príncipe). Fetid passionflower, love-in-a-mist, red fruit passion flower, running pop, stinking passion flower, wild water-lemon (I). Planta trepadora anual ou bienal, originária da América tropical e subtropical, desde o Estado do Texas nos EUA e México estendendo-se até ao sul da zona tropical do continente, difundida nas regiões tropicais, muito comum em terrenos cultivados na floresta de «capim» e na floresta de «capoeira» no Brasil, de caules roliços, mais ou menos pubescente, folhas inteiras ou 3-5-lobadas, alternas, gavinhas solitárias axilares, flores axilares solitárias de perianto branco, fruto uma baga subglobosa amarelada a alaranjada na maturação. Todas as partes da planta têm um cheiro desagradável. Nalgumas regiões adaptou-se tão bem que é considerada espontânea, como sucede em Angola. As folhas só ocasionalmente, são consumidas como hortaliça e o arilo dos frutos é comestível, açucarado e agradável, apesar de a planta, no seu conjunto, apresentar odor desagradável. Sob o ponto de vista medicinal, atribuem-se-lhe propriedades narcóticas e calmantes e por isso os seus extratos se empregam como sedativo e analgésico nas comichões, irritações de pele, dores de cabeça, artrites, hemorroidal, epilepsia, febres, blenorragias, no tratamento de inchaços e dores de peito das mulheres. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe usam um banho de infuso das folhas e raiz contra a hepatite e icterícia, o decocto das folhas como emenagogo e como medicamento contra a histeria e em banho contra febres, o decocto das folhas e ramos novos nas infeções intestinais por parasitas e entra em misturas com outras plantas cujo infuso de usa nas infeções urinárias. As folhas aquecidas ao fogo produzem um bom efeito quando postas sobre a parte esquentada, assim como quando são usadas em banhos quentes.

**Passiflora incarnata** L.; Passifloráceas. *Flor-da-paixão, maracujá, maracujazeiro, maracujazeiro-rosado, martírios* (Portugal). *Flor-da-paixão, maracujá, maracujá-guaçu, maracujá-guassu maracujá-silvestre, passiflora* (Brasil). Maypop, purple passionflower (I). Espécie originária da floresta temperada caducifólia do S e SE dos Estados Unidos da América, tornando-se invasiva noutros habitats, muito cultivada no país e na Ásia. Planta perene lenhosa, trepadora, com ramos que com muita frequência ultrapassam 10 m de comprimento. Frutos comestíveis, bagas ovadas a oblongas e alaranjadas quando maduras, sementes numerosas com o arilo das sementes avermelhado. As flores secas são usadas, em medicina tradicional, em neuralgia, insónia, diarreia e dismenorreia, como sedativo, calmante, antiespasmódico e tónico dos nervos. O infuso da planta era usado nos Estados Unidos pelos escravos como sedativo e nas dores de cabeça.

**Passiflora jorullensis** Kunth; Passifloráceas. Planta herbácea trepadora, originária do México central até El Salvador, onde é usada nalguns locais da região como diurética.

**Passiflora nitida** Kunth; Passifloráceas. *Maracujá-de-cheiro, maracujá-de-rato, maracujá-do-cerrado, maracujá-do-mato, maracujá-suspiro* (Brasil). Bell-apple (I). Trepadeira herbácea, originária das terras de baixa altitude desde a Costa Rica até ao sul da zona tropical da América, de caules acastanhados e com gavinhas, folhas alternas e glabras, flores vistosas com estaminódios de filetes brancos e lilases, fruto uma baga obovada e alaranjada quando madura, sementes envolvidas num arilo translúcido. Na medicina popular usa-se a planta em perturbações intestinais, considerando-se possuir propriedades antimicrobianas e anticoagulantes. O arilo da semente é adocicado, consumido em natureza ou em pastelaria.

**Passiflora quadrangularis** L.; Passifloráceas. *Maracujá-grande* (Portugal). *Maracujá-açu, maracujá-bravo, maracujá-mamão, maracujá-melão* (Brasil) Giant granadilla (I). Planta trepadora, de caules quadrangulares alados e angulosos, originária da Região Amazónica da Colômbia e Brasil, na América tropical, cultivada em diversas regiões tropicais. Medicinalmente tem sido indicada contra dores de cabeça de origem nervosa, asma, diarreias, disenteria, neurastenia, insónias e na hipertensão.

**Paullinia cupana** Kunth; Sapindáceas. *Guaraná, guaraná-cipó, guaraná-uva, guaranazeiro, uaraná, uraná* (Brasil). Guarana (I). Planta arbustiva, laticífera, ereta até cerca de 10 m de altura, ou frequentemente trepadora lenhosa apoiando-se nesse caso em tutores a que se segura pelas gavinhas e assim pode atingir grande altura, originária da Região Amazónica na América do Sul tropical até ao norte do Brasil, com grande expressão neste país, onde assume enorme importância entre as populações locais como medicinal. A planta foi introduzida e cultivada noutros países americanos. Os caules e os ramos são marcadamente sulcados com o ritidoma fendilhado e muito escuro. Por feridas feitas no tronco exsuda um suco leitoso e branco. As folhas são alternas, compostas e imparipinuladas de 5 folíolos e as flores estão reunidas em cimeiras tirsoides axilares e caulinares, fruto uma cápsula ovoide, apiculada com 3 sementes globosas, negras e lúzidas com a base envolvida num arilo branco e espesso. A tradição de algumas comunidades indígenas considera a semente, pelo seu aspeto, semelhante a um olho humano, que está na base de algumas lendas da região. Espécie monoica de fecundação cruzada efetuada geralmente por abelhas dos géneros *Melipona* e *Apis*. Desde tempos muito antigos as populações amazónicas deram a esta planta enorme importância. Às sementes são reconhecidas desde há muito, propriedades farmacológicas importantes nesta vasta região. A ação estimulante destas, ricas em cafeína (à volta de 5%), permitia aos homens fazerem grandes esforços e prepararem-se para os combates. As sementes têm hoje enorme interesse para preparar bebidas refrescantes e estimulantes. Para isso, o arilo é retirado por fricção quando se industrializam as sementes, depois as sementes são torradas em torradores semelhantes aos do café, trituradas, humedecidas para formar uma pasta que é moldada e em seguida seca e fumada para melhor se conservar. O guaraná é principalmente consumido em refrigerantes, atribuem-se-lhe propriedades afrodisíacas, muito usado na farmácia local como anti-helmíntico, antinevrálgico, antidiarreico, estimulante poderoso e analgésico semelhante à aspirina e a outros produtos antigripais. Considerado afrodisíaco. O guaraná

«tira canseiras, repõe energia, ativa os pensamentos, conserta tanto a prisão de ventre com a diarreia».

**Paullinia pinnata** L.; Sapindáceas. *Corda-ipê* (São Tomé e Príncipe) *Cipó-caruru*, *cipó-timbó*, *timbó* (Brasil). Barbasco (I). Planta com grande plasticidade ecológica, habitando desde os mangais à floresta húmida e mesmo a zonas de savana, originária da América e África tropicais e Madagáscar. Trepadeira muito vigorosa que pode atingir cerca de 10 m, de caules de secção triangular com gavinhas, Os frutos são cápsulas obovóides a oblongo-obovóides, glabras, vermelhas na maturação, dividindo-se na deiscência em 3 mericarpos, semente elíptica, negra e brilhante com um arilo comestível. A semente é considerada venenosa e por isso devem tomar-se precauções quando se consome o arilo. A seiva é venenosa e serve para envenenar flechas e as sementes são usadas como veneno nos julgamentos tribais. O suco e a cinza das folhas são utilizados no tratamento de feridas ulceradas, principalmente na Guiné. Em São Tomé e Príncipe, o infuso do ritidoma combate as cólicas de barriga e a sífilis. Noutros locais usam o ritidoma com vomitivo e o infuso das folhas nas menstruações dolorosas e ainda lhe reconhecem propriedades adstringentes, afrodisíacas e anti-hemorroidas.

**Pauridiantha viridiflora** (Schweinf. ex Hiern) Hepper; Rubiáceas. Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária das galerias, margens florestais, floresta aberta e secundária da África tropical centro-ocidental, desde o SE da Nigéria ao Uganda, estendendo-se para sul até NW da Tanzânia, RDC e Angola, de caules amarelo-pubescentes quando jovens, ramos pendentes, folhas verde-amareladas, flores de corola esverdeada em inflorescências longas, terminais e axilares, fruto baciforme esverdeado e subgloboso, encimado pelos restos do cálice. Na medicina tradicional de certas regiões africanas usam o ritidoma e a raiz nas dores de dentes.

**Pavetta corymbosa** (DC.) F.N.Williams; Rubiáceas. Árvore de pequeno porte ou arbusto das zonas de savana da África tropical ocidental e centro-ocidental, desde o Senegal à RCA, estendendo-se para sul até ao Congo, presente nas costas da Guiné-Bissau. Na medicina tradicional deste país utilizam as folhas durante a gravidez.

**Pavetta gracilipes** Hiern; Rubiáceas. Planta arbustiva, lenhosa, originária da floresta tropical africana, no Congo e Gabão, assemelhando-se aos cafeeiros, flores numerosas de corola branca dispostas em corimbos subglobosos pendentes. Na medicina local usam a planta nos casos de disenteria.

**Pavetta oblongifolia** (Hiern) Bremek.; Rubiáceas. Planta arbustiva das zonas semiáridas de savana da costa da África tropical ocidental, desde o Senegal à Serra Leoa, Mali e Chade, sendo utilizada medicinalmente na região como febrífuga e os ramos e folhas triturados nas infeções urinárias.

**Pavonia cancellata** (L.) Cav.; Malváceas. *Barba-de-veado* (Brasil). Planta herbácea prostrada, originária da América tropical, México, América Central ístmica e Pequenas Antilhas, até ao sul tropical. Em medicina tradicional pisam as folhas verdes e são aplicadas em tumores.

**Pectis brevipedunculata** Sch.Bip.; Asteráceas (Compostas). *Alecrim-bravo*, *alecrim-do campo*, *catanga-de-formiga*, *chá-de-moça*, *cominho-bravo* (Brasil). Planta herbácea rasteira, endémica do Brasil, com numerosas flores de corola amarela reunidas em capítulos solitários. Toda a planta tem cheiro agradável, semelhante ao do *capim-santo* ou *chá-do-gabão* e desde tempos

muito antigos o infuso é considerado calmante e estomacal e recomendado em medicina tradicional nas dispepsias, diarreias, cólicas uterinas e intestinais.

**Peganum harmala** L.; Nitrariáceas. Harmala (Portugal). African rue, harmal peganum, harmal shrub, Syrian rue, wild rue (I). Planta herbácea perene, originária das regiões arenosas e secas da Região Mediterrânea estendendo-se pelas zonas de solos pobres e arenosos da Ásia Central até à Mongólia e China. Antigamente usavam-se as sementes nas doenças dos olhos. No Egito e noutros locais é utilizada como afrodisíaco, vermífugo e soporífero e as raízes são usadas no tratamento do reumatismo e doenças nervosas. Planta tóxica.

**Pelargonium luridum** (Andrews) Sweet; Geraniáceas. Fine-leaved pelargonium, hairy pelargonium, pelargonium, stalk-flowered, stork'sbill, waving pelargonium (I). Planta herbácea de rizoma tuberoso lenhoso, originária de matos abertos, savanas, e por vezes em zonas de queimadas do sul de África, desde o Congo, RDC e Tanzânia estendendo-se até ao sul de África. No Planalto Central angolano usam a planta nas cáries dentárias e nos dentes fracos, em odontalgia, escorbuto, hemorragias dentárias, hemoptises, otorrinolaringologia, diarreia, anemia, menstruações anormais e hemorragias nasais.

**Pentaclethra macrophylla** Benth.; Fabáceas/Mimosóideas (Leguminosas/Mimosóideas). *Sucupira* (Guiné-Bissau). *Muage* (São Tomé e Príncipe). African-oil-bean, oil bean tree, owala owala oil tree (I). Árvore de porte médio, originária da floresta secundária da África tropical Ocidental até à RCA estendendo-se para sul até Angola, também em São Tomé e Príncipe. Árvore de tronco que se ramifica a pequena altura, revestido de ritidoma acinzentado e fendido, destacando-se em placas espessas, ramos castanho-estrelado-pilosos, folhas bipinuladas, vagens de grandes dimensões, linear-oblongas, falciformes, lenhosas, com 5-8 sementes, com cerca de 7 cm, comprimido-ovado-elípticas, castanho-avermelhadas e brilhantes. As sementes, pelo seu tamanho e aspeto vistoso, são muito usadas para colares. Na ilha do Príncipe os nativos usam o infuso do ritidoma como abortivo, sabendo-se que a semente tem um poder contratante do músculo uterino. O decocto do ritidoma é usado nalgumas regiões para o tratamento de feridas. Outros reconhecem ao decocto das sementes uma ação anti-helmíntica. Na Costa ocidental africana o decocto do ritidoma e das raízes é considerado laxativo. O decocto das sementes é considerado narcótico para os peixes. As sementes são ricas em gordura que aparece no mercado com o nome de «owala» e comercializada para os países ricos em casos de carência de outras gorduras.

**Pentadesma butyracea** Sabine; Clusiáceas (Gutíferas). *Obá* (São Tomé e Príncipe). Butter tree, kanya, tallow tree (I). Árvore de porte médio, originária da África tropical ocidental, distribuindo-se na floresta húmida, terrenos pantanosos e margens de cursos de água desde a Guiné-Bissau aos Camarões estendendo-se para sul até ao Congo e RDC, de ritidoma rugoso e mais ou menos fendilhado, exsudando um suco leitoso amarelo-vivo, folhas oblongas e coriáceas, fruto uma baga volumosa ovoide a elipsoide com o cálice, estames e disco glanduloso persistentes na base e ápice apiculado e pericarpo coriáceo castanho. Da semente extrai-se uma gordura alimentar e na medicina tradicional o macerado do ritidoma é utilizado em doenças parasitárias da pele e o infuso é considerado antidiarreico.

**Penthorum sedoides** L.; Pentoráceas. Ditch stonecrop (I). Planta herbácea perene, originária do este da América do Norte, usada como

demulcente, adstringente e laxativa e ainda nas diarreias, cólera infantil, hemorroidas e doenças do aparelho digestivo.

**Peperomia pellucida** (L.) Kunth; Piperáceas. *Alfavaquinha-de-cobra, comida-de-jaboti, comida-de-jabuti, comida-mole, coraçãozinho, erva-de-jaboti, erva-de-jabuti, erva-jaboti, erva-jabuti, língua-de-sapo, maria-mole, ximbuí* (Brasil). *Alfabaca* (São Tomé e Príncipe). Man to man (I). Planta herbácea anual, originária dos lugares húmidos e ensombrados nas margens dos rios, encostas rochosas arborizadas, lugares sazonalmente inundados da América tropical e subtropical, África tropical até Angola, Zâmbia e Moçambique e Madagáscar, suculenta, de folhas cordiformes a largamente ovadas a deltoides, membranáceas e luzidias, flores muito pequenas em inflorescências espiciformes terminais e axilares. Em Medicina, usam o decocto da planta em uso interno como droga medicamentosa para combater a icterícia. No norte do Brasil usam a planta em culinária e na medicina tradicional o infuso é considerado hipotensor, um diurético intenso e empregado externamente em compressas. Nas Guianas usam a planta para curar feridas e chagas e por via oral sob a forma de infuso como refrescante. Na medicina popular consideram o infuso da planta como combatente do enfarte do miocárdio. Em São Tomé e Príncipe e noutros locais da África ocidental, é ainda consumida como hortaliça.

**Peponium vogelii** (Hook.f.) Engl.; Cucurbitáceas. *Batata-pim-pim* (São Tomé e Príncipe). Planta prostrada ou trepadora anual dioica, originária das florestas húmidas ou inundáveis da África tropical, de caules angulares e tomentosos, folhas palmati-5-lobadas hispídas, flores de corola amarelo-claro 5-lobada pulverulentas e fragantes, fruto elipsoide a ovoide esparsamente setífero. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe usam os frutos e as raízes para facilitar a gravidez e nos casos de doenças venéreas e infeções urinárias.

**Pericopsis angolensis** (Baker) Meeuwen; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionoídeas). *Gambo, muambu, pau-ferro* (Angola), *Muaga, muanga* (Moçambique) East African afrormosia (I). Árvore de médio porte, originária da floresta aberta, savanas arbóreas e matos da África tropical, de Angola ao Ruanda até Moçambique, Zimbábue e Zâmbia, nunca ficando totalmente despida de folhas ao longo do ano, de tronco irregularmente tortuoso, ritidoma a destacar-se em placas finas irregularmente fissuradas, copa irregular. Planta muito procurada, principalmente valorizada pela madeira que se considera como praticamente incorrutível. Na medicina tradicional de algumas regiões angolanas usam o infuso do ritidoma para tirar as dores de cabeça, o infuso do lenho como afrodisíaco e para aumentar a potência sexual e o infuso da raiz como tónico e nos casos de infeções pulmonares, fazem inalações do vapor das folhas fervidas para atenuar as dores de cabeça e o infuso das folhas usam-no como reconstituente ou para combater a tosse.

**Pericopsis laxiflora** (Benth. ex Baker) Meeuwen; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionoídeas). Árvore de porte médio, originária da savana arbórea e floresta aberta da África tropical ocidental estendendo-se até ao sul do Sudão. Na Guiné-Bissau o ritidoma é usado como antiparasitário.

**Pergularia daemia** (Forssk.) Chiov.; Apocináceas. Pergularia (I). Trepadeira perene de raízes tuberosas e com suco leitoso branco, originária e largamente distribuída nas margens florestais, savanas e matos da África tropical e sul do continente estendendo-se à Arábia, Irão Índia até Mianmar muito cultivada em todas as regiões tropicais como ornamental, com folhas opostas

pecioladas, flores de corola branco-esverdeada, fruto de dois folículos com pelos gancheados verde-amarelados com numerosas sementes. Em medicina tradicional a planta é usada como anti-helmíntico, emético, contra a asma, reumatismo e tosse, nas inflamações dos olhos, abscessos e furúnculos, atuando como emenagogo e indutora do aborto.

**Periploca graeca** L.; Apocináceas. Silkvine (I). Arbusto trepador com suco leitoso, originária do SE da Europa estendendo-se ao N do Irão, de cujo ritidoma se extrai um composto semelhante à digitalina e usada com o mesmo fim.

**Periploca laevigata** Aiton; Apocináceas. Arbusto trepador com suco leitoso, originária do Arquipélago das Canárias e Ilhas Selvagens na Madeira, naturalizada em Cabo Verde, de caules entrelaçados, folhas opostas lanceoladas e glabras, flores com corola castanho-purpúrea e branca interiormente, dispostas em pequenas cimeiras axilares, fruto de dois folículos subpatentes. Planta frequente em Cabo Verde nos sítios áridos e pedregosos, usada desde tempos antigos para fazer a curtimenta das peles de cabra e hoje na medicina caseira como tónica e depurativa.

**Persea americana** Mill.; Lauráceas. *Abacateiro* (Portugal). Alligator tree, avocado, avocado tree (I). Árvore de pequeno ou médio porte, originária do sul do México e América Central ístmica, até à Costa Rica Compreende várias «raças» consoante as condições ecológicas donde são originárias (mexicana, guatemalteca e antilhana). Cultivada utilizando-se muitas formas híbridas em regiões de climas tropicais e nas regiões de climas temperados onde as geadas sejam apenas ocasionais, escolhendo as cultivares de acordo com as características ecológicas dos locais. Muito cultivada no sul dos EUA, África do Sul e na região mediterrânea. Existem grupos de variedades consoante a forma como se dá a polinização. Em Portugal algumas das cultivares adaptam-se e produzem bem a sul de Lisboa e na Madeira e algumas ilhas dos Açores. O abacateiro tem folhagem persistente, com ramos e inflorescências pubescentes, folhas alternas, inteiras e glabras, verde-escuras e coriáceas, flores pequenas de perianto amarelo-esverdeado reunidas em panículas terminais, florindo abundantemente, dando nesta fase um belo especto ornamental, fruto (denominado em Portugal por *abacate* ou *pera-abacate*) é uma baga ovoide, piriforme ou subglobosa, consoante as cultivares, de cor variando do verde-claro ao violáceo-escuro de casca lisa ou rugosa, no interior com uma única semente de grandes dimensões envolvida numa polpa macia, rica em óleo (cerca de 20%) e muito pouco açucarada. A polpa é comestível em natureza ou misturada com açúcar, vinho, sal ou vinagre, conforme os gostos. A polpa em talhadas é muito utilizada para acompanhar pratos de carne. A polpa tem grande valor energético devido principalmente aos altos teores de gordura e rica em vitaminas lipossolúveis. Da polpa extrai-se o óleo de abacate que além de alimentar é muito usado em perfumaria, devido à grande facilidade com que penetra na pele, podendo dizer-se que não há creme de beleza ou sabão para a barba que não contenha uma certa percentagem deste óleo. Das folhas secas faz-se o afamado «chá de abacate», muito recomendado para as doenças de fígado e rins, provocando um abaixamento dos teores de ureia e cloretos na urina. Na medicina tradicional aconselham o infuso de folhas secas no tratamento de doenças das vias urinárias, diarreias, disenterias e sífilis, o infuso das folhas frescas como digestivo e diurético e para combater os gases intestinais. Nalgumas comunidades o fruto é considerado afrodisíaco (na América chamavam ao abacateiro, na sua linguagem, árvore dos testículos) e

capaz de baixar o colesterol. Na América do Sul o xarope das folhas é considerado antitússico e antigripal.

**Persicaria acuminata** (Kunth) M.Gómez. Poligonáceas. *Erva-de-bicho* (Brasil). Tapertip smartweed (I). Espécie originária dos pântanos e margens de cursos de água na América tropical e subtropical, do México ao N da Argentina e Uruguai, com características e propriedades idênticas às da **P. hydropiper**

**Persicaria barbata** (L.) H.Hara; Poligonáceas. Bearded knotweed, water milkwort (I). Erva perene rizomatosa, originária das margens de cursos de água e zonas temporariamente alagadas da Ásia tropical e temperada, na Península Árabe e da Índia e Bangladeche ao Vietname, onde a seiva é muito utilizada para a cicatrização de feridas.

**Persicaria hydropiper** (L.) Delarbre; Poligonáceas. *Persicária-mordaz*, *persicária-picante*, *pimenta-da-água*, *pimentela* (Portugal). Marsh-pepper smartweed, water-pepper (I). Planta herbácea anual, de sabor ardente, originária dos lugares húmidos ou alagados da Europa, NW de África e Ásia temperada estendendo-se ao subcontinente indiano, Mianmar e Vietname, naturalizada noutras regiões, de folhas subsésseis lanceoladas, espigas pedunculadas e laxas, normalmente pendentes, perianto com numerosas pontuações glandulosas acastanhadas, fruto aquénio. Planta frequente em Portugal, sobretudo em locais muito húmidos, por vezes no leito de rios e ribeiras e usada como condimento. Na medicina caseira é usada internamente como coagulante e anti-hemorragica e externamente como rubefaciente e vesicante.

**Persicaria hydropiperoides** (Michx.) Smal; Poligonáceas. *Cataia*, *capiçoba*, *erva-de-bicho*, *pimenta-d'água*, *pimenta-do-brejo* (Brasil). Swamp smartweed (I). Planta perene rizomatosa, originária dos pântanos, várzeas e ao longo de cursos de água do continente americano, de caules prostrados ou ascendentes, folhas com ócrea marginada de pelos rígidos e fortes, flores pequenas de perianto branco dispostas espigas terminais. Na medicina caseira a planta é considerada adstringente, estimulante, diurética, vermífida, antigonorreica e anti-hemorroidal e empregada externamente em doenças da pele, nomeadamente nas erisipelas. Nas Guianas usam a seiva da planta nas inflamações dos olhos e internamente nas diarreias, parasitoses intestinais, astenia e indisposições. A planta é considerada abortiva.

**Persicaria maculosa** Gray; Poligonáceas. *Cristas*, *erva-das-pulgas*, *erva-pessegueira*, *erva-pulgueira*, *persicária-vulgar*, *pessegueira*, *pesseguilha* (Portugal). Lady's-thumb, redshank, spotted lady's-thumb (I). Planta herbácea anual, originária dos lugares húmidos e cultivados da Europa, Ásia temperada e N África, introduzida no continente americano, podendo ser infestante, de folhas lanceoladas, flores em espigas axilares e terminais de perianto rosado, fruto aquénio. A planta tem fortes propriedades estimulantes e por isso deve ser ministrada com cuidado e em uso externo usa-se como rubefaciente, nas nevralgias e reumatismo, contra a sarna e no tratamento das anginas, aftas e outras doenças da boca e garganta.

**Persicaria odorata** (Lour.) Soják; Poligonáceas. Vietnamese cilantro, Vietnamese coriander (I). Planta herbácea perene, originária da Ásia, de Mianmar ao S da China, cultivada no SE da Ásia como condimento. Em medicina tradicional usam-se as folhas e os caules como diurético, febrífugo e combatem as náuseas.

**Persicaria pulchra** (Blume) Soják; Poligonáceas. Planta herbácea perene, originária da Ásia tropical, Ilhas de Andamão e Cambodja. Naquele continente

as folhas são consumidas como hortaliça e na Malásia são também utilizadas como tónico e para purificar o sangue.

**Petersianthus macrocarpus** (P.Beauv.) Liben; Lecitidáceas. Stinkwood tree, soap tree (I). Árvore de grande porte, originária da floresta densa e secundária da África tropical ocidental, desde a Guiné até à RCA estendendo-se para sul da RDC e Norte de Angola, de ritidoma espesso e profundamente fendido exalando um cheiro desagradável quando cortado, folhas simples e inteiras, flores precocemente caducas de pétalas branco-esverdeadas dispostas em panículas terminais, fruto fusiforme indeiscente, provido de 4 asas membranosas amareladas, que facilitam a sua dispersão pelo vento. A planta nalguns locais africanos é usada no tratamento das doenças venéreas e aplicam o ritidoma quente na região lombar para corrigir a curvatura da coluna.

**Petiveria alliacea** L.; Petiveráceas. *Amansa-senhor, caá, cagambá, cangabá, embiaiendo, enraiembo, erva-de-alho, erva-de-tipi, gambá, gerataca, iratacaca, macura, mucura-caá, ocoembro, paraacaca, paracoca, pau-de-guiné, pipi, tipi, raiz-de-guiné, raiz-de-pipi* (Brasil). Congoroot, garlicweed, garlic-weed, Guinea henweed, gully root, obeah-bush (I). Planta herbácea alta, originária da América tropical e subtropical, desde o sul dos EUA até ao sul da zona tropical, cultivada noutros lugares, com intenso odor a alho, de raiz cinzento-amarelada externamente com cheiro aliáceo desagradável e sabor acre, folhas alternas ovadas agudas no ápice, flores de tépalas verde-esbranquiçadas dispostas em longos racemos terminais. Planta usada como diurético, sudorífica, expetorante, emenagoga, antiespasmódica e depurativa. Tem sido também usada como rubefaciente e abortiva. A planta em efeitos tóxicos pelo que o seu uso deve ser muito ponderado. O infuso da raiz é muito empregado no Brasil em banhos nas paralisias.

**Petrea volubilis** L.; Verbenáceas. Queen's-wreath (I). Trepadeira lenhosa, originária da América tropical e subtropical, desde o Estado da Flórida nos EUA e México até ao sul da zona tropical, com a qual se prepara um decocto que tem propriedades abortivas.

**Petroselinum crispum** (Mill.) Fuss; Apiáceas (Umbelíferas). *Salsa, salsa-comum, salsa-das-hortas, salsa-hortense* (Portugal). *Cheiro-verde, salsinha* (Brasil). Parsley (I). Planta herbácea anual ou bienal de raiz tuberosa, muito aromática, originária da Península dos Balcãs na Europa, da Jugoslávia e Grécia, cultivada nas regiões temperadas da Europa, África e América do Sul, de folhas inferiores 2-3-penatissetas, flores de pétalas amarelas reunidas em umbela composta terminal, fruto um esquizocarpo ovoide dividindo-se na maturação em dois mericarpos. As folhas são usadas quase diariamente na cozinha, como condimento e as folhas muito frisadas como ornamento dos pratos. É planta diurética e emenagoga. Na medicina caseira colocam cataplasmas de folhas frescas como antilactagogo. No Brasil o infuso da planta é usado nas infeções das vias urinárias, distúrbios menstruais, flatulência e reumatismo. Algumas variedades são cultivadas pelas raízes grossas que são comestíveis e se preparam como o salsifi. Conhecida desde tempos muito antigos, os gregos já usavam a planta como emenagoga e diurética.

**Peucedanum cervaria** (L.) Cusson ex Lapeyr.; Apiáceas (Umbelíferas). Broad-leaved, hart's wort, much good, spignel (I). Planta herbácea perene, originária das regiões montanhosas da Europa central, sul e Cáucaso e Argélia, cujos mericarpos e raízes são usadas localmente contra dores de estômago e



abdominais, hidropisia, gota, febres intermitentes e ainda como emenagoga e diurética.

**Peucedanum dhana** Buch.-Ham. ex C.B.Clarke; Apiáceas (Umbelíferas). Planta herbácea perene, originária da Ásia, numa faixa estreita do Paquistão ao N da Tailândia, cujas raízes são usadas pelos locais como um tônico.

**Peucedanum nagpurens** Prain; Apiáceas (Umbelíferas). Planta herbácea perene, originária da Ásia, Índia, Nepal e Bangladeche, onde os locais a usam como estomáquica.

**Peucedanum oreoselinum** (L.) Moench; Apiáceas (Umbelíferas). *Salsa-brava, salsa-de-castanheiro* (Portugal). Mountain parsley (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da toda a Europa, presente em Portugal continental, cujas raízes e mericarpos são usados localmente como diurético.

**Peucedanum ostruthium** (L.) W.D.J.Koch; Apiáceas (Umbelíferas). Hogfennel, masterwort (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária das regiões montanhosas da Europa central e do sul. Usada em medicina local nas bronquites crónicas.

**Peumus boldus** Molina; Monimiáceas. *Boldo* (Portugal). *Boldo-do-chile* (Brasil). Boldo (I). Árvore dioica originária na América do Sul ocidental, desde o centro ao sul do Chile, de folhas aromáticas, pequenas e inteiras, flores de corola esbranquiçada. As folhas são usadas como um diurético suave e como estimulante aromático. Muito utilizada pelos Índios chilenos nas dispepsias, luxações e dores reumáticas.

**Pfaffia glomerata** (Spreng.) Pedersen; Amarantáceas. Planta ereta e rizomatosa, originária da América do Sul tropical, usada na medicina tradicional para melhorar a visão e memória.

**Philenoptera cyanescens** (Schumach. & Thonn.) Roberty; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionóideas). *Carô-bâ, tinta-grande* (Guiné-Bissau). African-indigo, West African-indigo, gara, yoruba indigo (I). Trepadeira lenhosa, originária e dispersa na floresta secundária, matos e savana da costa da África tropical ocidental, de ramos compridos, geralmente glabros, folhas imparipinuladas, flores de corola violácea, reunidas em panículas abundantes, fruto uma vagem aguda nas duas extremidades. Planta frequente na Guiné-Bissau onde usam a raiz no tratamento da lepra. Das folhas novas e da raiz extrai-se um pigmento azul.

**Phillyrea latifolia** L.; Oleáceas. *Aderno-de-folhas-largas* (Portugal). False olive, green olive tree (I). Árvore originária dos matos e bosques arbóreos da região mediterrânea, presente em Portugal, ausente no Egito e Península arábica, muito apreciada pela sua madeira. O extrato das folhas é considerado diurético, emenagoga e muito usado em desinfetantes da boca.

**Philodendron imbe** Schott ex Kunth; Aráceas. *Cipó-imbé, curuba* (Brasil). Planta herbácea trepadora, originária do Brasil e Bolívia, de limbo foliar ovado-sagitado. As folhas contêm um princípio acre e em medicina tradicional são utilizadas na cura de úlceras; a raiz é purgativa e depois de seca e reduzida a pó, usa-se em casos de hidropisia, mas deve ser aplicada com muito cuidado, pois todas as partes frescas são venenosas.

**Phlebodium aureum** (L.) J.Sm.; *Samambaia-azul* (Brasil). Golden polypody (I). Polipodiáceas. Planta epífita herbácea rizomatosa, originária da floresta da América tropical e subtropical, desde o SE das EUA, Caraíbas e SE da América do Sul, até ao NE da Argentina, introduzida noutras regiões, cujos

rizomas são utilizados nalguns locais como febrífugo, sudorífero e nas constipações.

**Phlebodium decumanum** J.Sm.; Polipodiáceas. Cipó-cabeludo, erva-de-macaco, guaririnha, rabo-de-caxinguelê, samambaia-de-mato-grosso, samambaia-do-amazonas (Brasil). Creeping golden polypody (I). Feto epífita, originário da América tropical, difundido em quase todas as regiões tropicais, com rizomas grossos e rastejantes, escamosos e tortuosos, folhas com Soros em duas filas paralelas entre a nervura principal e a margem na página inferior. Planta muito usada como ornamental, mesmo em interiores. Na medicina tradicional do Peru usam as raízes e folhas no tratamento da tosse e doença do pâncreas, na região amazônica o macerado dos rizomas nas febres e um picado de raízes em indisposições renais e tosse persistente. No Brasil a planta é considerada sudorífera, antirreumática, peitoral e expetorante e usada externamente no tratamento do reumatismo e psoríase.

**Phoenix dactylifera** L.; Arecáceas (Palmáceas). *Tamareira* (Portugal). *Palmeira-das-tâmaras*, *tamareira*, *tamareira-do-sara* (Cabo Verde). *Palmeira-das-igrejas* (Goa). Date palm (I). Palmeira dioica, originária da Península da Arábia e outros países banhados pelo Mar de Omã, desde o Irão ao Paquistão, de há muito domesticada, cuja cultura como fruteira se estende há muito por todo o médio oriente, a todas as regiões áridas do norte de África e Índia, atualmente noutros locais, de espique delgado e solitário ou cespitoso, folhas penatissetas formando coroa terminal, fruto uma drupa de polpa carnuda e açucarada, consumida em fresco ou depois de seca, com formas em que o endocarpo se reduziu ou desapareceu e por isso com maior valor económico. Em medicina tradicional as tâmaras são consideradas laxativas, e com elas pode preparar-se um xarope, uma pasta ou um infuso considerados béquico, emoliente e peitoral.

**Phragmanthera glaucocarpa** (Peyr.) Balle; Lorantáceas. Planta arbustiva, parasita, originária da África tropical, do W de Angola e Namíbia, de ramos subangulares, cinzento-esverdeados, folhas ovado-oblongas, coriáceas, flores alaranjadas, dispostas em umbelas axilares paucifloras. Medicinalmente, no Planalto da Huíla, em Angola, a planta é usada em tumefações e hidropisia.

**Phyla nodiflora** (L.) Greene; Verbenáceas. *Capeweed*, fog fruit, frog fruit, sawtooth fogfruit, turkey tangle (I). Planta arbustiva, distribuída naturalmente por todas as regiões tropicais e subtropicais do mundo, com folhas de peciolo curto, espatuladas, profundamente serradas para o ápice, nervura principal proeminente na página inferior, flores pequenas de corola rosada a esbranquiçada em inflorescências capituliformes. Em medicina tradicional usada entre os indianos como emoliente, diurético e contra a febre.

**Phyllanthus acidus** (L.) Skeels; Filantáceas. *Groselha*, *quebra-pedra* (Brasil). Otaheite gooseberry, gooseberry tree (I). Árvore de pequeno porte, originária do Brasil (Pará), cultivada em várias regiões tropicais como América Central e Ásia, de folhas caducas, densas, dísticas, curtamente pecioladas, ovado-lanceoladas, flores em cimeiras axilares nos ramos afilos, com as flores masculinas na base da inflorescência, fruto uma drupa subglobosa 6-8-sulcada, amarelado-esverdeada de polpa ácida. Sob o ponto de vista medicinal, o suco leitoso é tido como emético e purgativo, as raízes usam-se como purgativo e na psoríase dos pés e a sua infusão para aliviar a asma, a decocção das folhas aplica-se na urticária e a da casca no tratamento da tosse brônquica. Em

Mianmar os frutos usam-se como laxativos e na Índia para tonificar o fígado e melhorar o sangue.

**Phyllanthus amarus** Schumach. & Thonn.; Filantáceas. *Quebra-pedra* (Brasil). Carry me seed (I). Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária da América tropical, desde o sul do México até ao Peru e sul do Brasil, muito difundida nas regiões tropicais africanas e asiáticas. Em medicina tradicional o suco da maceração das folhas é usado nas dores de coração e taquicardias e ainda para tratamento de blenorragias e esterilidade feminina, para otites furúnculos e abscessos. Em alguns locais do continente africano as folhas utilizam-se para tratar as hemorroidas e ainda em partos difíceis, edemas, dores de garganta e estados febris, no Quênia um decocto frio das folhas é usado nas dores de estômago; em São Tomé e Príncipe empregam o infuso das folhas contra a hepatite, os bochechos com o infuso das folhas fazem a desinfecção da boca, as folhas fazem parte de uma mistura que se aplica nas infeções uterinas, para alívio das febres e o decocto da raiz nas infeções das vias urinárias e cálculos renais. Na América aplica-se o decocto de toda a planta no tratamento da blenorragia, oligúria e doenças venéreas.

**Phyllanthus emblica** L.; Filantáceas. *Cheramela, mirabolano, mirabolano-embrico, mirabolano-indico, groselheira-da-Índia* (Portugal). *Mirabolano-êmblico* (Goa) Amla, emblic, emblic myrobalan, Indian-gooseberry, Malacca tree myrobalan (I). Árvore de pequeno a médio porte, monoica, originária da Ásia tropical e subtropical, muito cultivada nesta região, especialmente na Índia, de folhagem densa, fina e caduca, com a característica das folhas não caírem todas ao mesmo tempo, fuste curto e muito ramificado, ritidoma liso e rico em tanino destacando-se em placas irregulares, folhas apertadamente dísticas e estreitamente oblongas, flores masculinas e femininas em inflorescências axilares no mesmo ramo, as masculinas em pequenos fascículos para a base, as femininas solitárias para a parte superior, frutos subglobosos verde-claro na maturação 6-sulcados à superfície, de polpa transparente, ligeiramente adocicada mas muito ácida, endocarpo crustáceo encerrando 1-6 sementes. A polpa, um tanto fibrosa, principalmente na base do fruto, é muito rica em vitamina C, cerca de 300 vezes o conteúdo do sumo de laranja de árvores cultivadas nas mesmas regiões. Fundamentalmente é uma fruteira cujos frutos são geralmente muito ácidos e por isso consumidos em conserva. Na medicina goesa consideram que os frutos são diuréticos e laxativos em fresco e depois de secos são adstringentes e estomáquicos, as flores refrescantes e o ritidoma adstringente. O extrato das raízes é utilizado nas diarreias e disenterias. Uma pasta dos frutos é aplicada na região púbica em casos de irritabilidade da bexiga. Os frutos reduzidos a pó são vendidos como concentrado natural de vitamina C. Os frutos fazem parte do «achar». A planta é considerada sagrada na Índia e a religião hindu prescreve que os frutos colhidos devem ser consumidos quatro dias depois para restaurar a saúde e a vitalidade. É prática comum entre os indianos cozer os frutos em açúcar juntar-lhe açafraão e darem-nos às crianças no princípio do dia.

**Phyllanthus fraternus** G.L.Webster; Filantáceas. Gripe weed, gulf-leaf-flower (I). Erva anual monoica, de ramos angulosos, originária da Ásia, Paquistão, Nepal e Índia, introduzida na África tropical. Medicinalmente é usado um decocto da planta nas Filipinas como tónico estomáquico, emenagogo e febrifugo, na Índia como antidisentérico e diurético. Na Índia e costa ocidental africana usam as folhas pulverizadas na gonorreia. Na medicina tradicional

goesa o ritidoma recentemente extraído é usado contra a icterícia como diurético e antidisentérico. A planta é muito rústica, aparece em locais cultivados e não cultivados e até nas fendas das pedras. Nalguns locais desenvolve-se nos caminhos vivendo entre as pedras.

**Phyllanthus glaucophyllus** Sond.; Filantáceas. Erva perene, prostrada ou ereta ou subarbusto, originário da floresta aberta, matas ou pastagens planálticas da África tropical e do sul. Nos planaltos do sul de Angola é usada medicinalmente nos casos de aborto e gravidez dolorosa.

**Phyllanthus muellerianus** (Kuntze) Exell; Filantáceas. Subarbusto trepador ou árvore pequena, originária das savanas arbóreas e margens de linhas de água em zonas de altitude da África tropical, usada na Guiné-Bissau como medicinal, bebendo as mulheres grávidas o infuso das folhas para evitar doenças nas crianças.

**Phyllanthus niruri** L.; Filantáceas. *Arranca-pedras, arrebenta-pedras, erva-pomba, erva-pombinha, fura-parede, quebra-pamela, quebra-pedra, quebra-pedra-branco, saudade-da-mulher, saúde-da-mulher* (Brasil). Erva anual ruderal, originária da América tropical e subtropical, desde o México até à Argentina e Uruguai, com ramificação horizontal, folhas membranáceas e dísticas, flores pequenas axilares, fruto uma cápsula. Em medicina tradicional é usado nas Caraíbas o decocto das raízes e das folhas nas febres intermitentes, no Brasil como remédio para eliminar pedra nos rins e para urinar mais.

**Phyllanthus ovalifolius** Forssk.; Filantáceas. Planta arbustiva monoica ou dioica, originária da floresta aberta e matos nas regiões húmidas da África tropical até ao SW da Península arábica, utilizada pelos nativos para tirarem hastes para flechas e na medicina tradicional as folhas moídas e misturadas com hidromel são usadas como tenífugo e vermífugo e o cozimento da raiz nas dores intestinais e «sémen ruim».

**Phyllanthus tenellus** Roxb.; Filantáceas. Mascarene island leaf-flower(I). Planta Erva anual monoica, originária das areias aluviais e ribeirinhas, tornando-se ruderal e infestante, do SW da Arábia, da Tanzânia a Moçambique e ilhas do Oceano Índico ocidental, naturalizada na Índia, morfológicamente muito semelhante a **P. niruri** e usada medicinalmente nas mesmas circunstâncias.

**Phyllanthus urinaria** L.; Filantáceas. *Erva-pombinha, quebra-pedra* (Brasil). Chamber bitter, leafflower, stonebreaker (I). Erva monoica anual, ereta ou decumbente, originária da Ásia tropical e subtropical estendendo-se até ao norte da Austrália, naturalizada nas restantes regiões tropicais, comportando-se muitas vezes como infestante, glabra ou quase, folhas dísticas, subsésseis, glaucas na página inferior, flores muito pequenas, unissexuadas, axilares, fruto uma cápsula. Planta é considerada adstringente e refrescante, empregada em medicina tradicional nalgumas formas de hidropisia e nas afeções dos rins e vias urinárias, tem propriedades tónicas, amargas, antifebrífugas e antidiabéticas. No Oriente faz parte da medicina chinesa e aiurvédica, a planta é usada para o tratamento da icterícia, diarreia, disenteria, gonorreia, amenorreia, tosse infantil, problemas renais, sífilis, tumores e ainda como abortivo, diurético, para alívio de cólicas e dores de dentes, como antiespasmódico. Em Goa o ritidoma recentemente extraído é considerado um bom remédio contra a icterícia, um bom diurético e desobstruente, específico das febres intermitentes, podendo mesmo usar-se como preventivo e o suco da planta nas feridas tóxicas e doenças parasitárias da pele. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe o infuso das folhas usa-se nas hepatites e para desinfeção da boca e alívio das febres.

O decocto da raiz empregam-no nas infeções das vias urinárias, entra em misturas com outras folhas no tratamento da distensão abdominal e infeções uterinas.

**Phyllocosmus lemaireanus** (De Wild. & T.Durand) T.Durand & H.Durand; Ixonantáceas. Planta arbustiva ou arbórea pequena, originária da floresta seca aberta, savanas gramíneas ou arbóreas da África tropical, de RDC, Tanzânia, Angola, Zâmbia, Maláui e Moçambique, com flores em racemos axilares de pétalas brancas. No sudoeste de Angola e Zâmbia usam o infuso das folhas nas constipações e doenças dos olhos e com a cinza da raiz combatem as infeções testiculares.

**Phymatosorus scolopendria** (Burm.f.) Pic.Serm.; Polipodiáceas. Monarch fern, wart fern (I). Feto epífita sobre árvores ou rochas, rizomatoso, originário da floresta secundária ou nas suas margens da África tropical até ao S do continente e Ásia na Índia e SE asiático até ao NE da Austrália, introduzido noutras regiões. Na ilha da Páscoa ocorre preferencialmente das vertentes dos vulcões e no interior das crateras. É usado local e externamente nas dores reumáticas e internamente contra o cancro.

**Physalis angulata** L.; Solanáceas. *Balão, bucho-de-rã, camambú, camapú, camapum, joá, joá-de-capote, juá, juá-de-capote, mata-fome, poã, poã-de-capote* (Brasil). Balloon-cherr, cow pops, gooseberry (I). Planta herbácea anual, originária da América tropical e subtropical, atualmente difundida, naturalizada e por vezes infestante em todas as regiões tropicais, subtropicais e temperadas quentes, muito cultivada em Cabo Verde, Guiné-Bissau e Angola, de caules eretos ou prostrados muito ramificados, angulosos, verdes e glabrescentes, folhas alternas de pecíolo relativamente longo, limbo simples, membranoso e de margens denteadas, flores solitárias axilares, fruto uma baga globosa amarela ou esverdeada na maturação com polpa sucosa e mole, ligeiramente acídula, açucarada e comestível, inclusa no cálice persistente e acrescente, verde e anguloso. Sob o ponto de vista da medicina local, as folhas são consideradas narcóticas e as raízes utilizadas contra o reumatismo e doenças do fígado. No Brasil o infuso das folhas é usado como diurético, contra o reumatismo crónico, problemas renais, da bexiga e rins e ainda como sedativo antivomitivo e antifebril, na Colômbia atribuem às folhas e aos frutos propriedades narcóticas e aí é usado externamente como anti-inflamatório e em doenças da pele e no Peru usam o macerado das raízes em álcool na diabetes. Em certos locais comem-se as folhas como hortaliça.

**Physalis ixocarpa** Brot. ex Hornem; Solanáceas. *Alquequenje, alquequenje-bastardo, alquequenje-doce, alquequenje-do-méxico, barrilheiro, cerejas-de-judeu, erva-moira*. (Portugal). Mexican husk tomato (I). Planta herbácea anual, originária do México, com grande plasticidade quanto às suas exigências ecológicas estando por isso difundida em várias regiões de todos os continentes, naturalizada na Península ibérica, glabrescente, de caules muito ramificados, folhas assimetricamente acunheadas, flores solitárias axilares de corola pequena, amarela com manchas castanho-violáceo na base, fruto uma baga amarelo-esverdeada ou violácea, inclusa no cálice acrescente e esverdeado. Na medicina popular os frutos são usados como diuréticos, laxativos, nos casos de gota, hidropisia, oxalúria e icterícia.

**Physalis peruviana** L.; Solanáceas. *Alquequenje-amarelo, capuchos, fisális, rebuçados, tomate-capucho, tomatinho-de-capucho, tomatinho-de-capuz* (Portugal). *Camapu, fisális, joá, joá-de-capote, juá, tomate-de-capucho, saco-de-*

*bode* (Brasil). Cape gooseberry, goldenberry, *husk-tomato* (I). Planta herbácea vivaz, pubescente-tomentosa, mas geralmente cultivada como anual, originária da América do Sul tropical, do norte e centro-ocidental do Brasil e Bolívia, naturalizada em todas as regiões tropicais e subtropicais, naturalizada na Península ibérica, muito cultivada na ilha da Madeira, de caule anguloso, folhas alternas e simples de limbo largamente ovado, flores axilares, solitárias com corola amarela com manchas castanhas na base, fruto uma baga globosa inclusa no cálice acrescente e anguloso, de epicarpo fino, glabro e ambarino na maturação, com numerosas sementes envolvidas numa polpa sucosa mole e translúcida de perfume agradável, sabor açucarado, rico em vitamina A e comestível, embora a pele seja amarga. O fruto é considerado diurético, purificador do sangue, combate as alergias, dores de garganta, febre e reumatismo.

**Physalis pubescens** L.; Solanáceas. *Balãozinho, bate-testa, bucho-de-rã, camapu, canapu, juá-de-capote, juá-poca, pipoco, tomate-de-capote, saco-de-bode* (Brasil). Downy ground cherry, strawberry tomato (I). Planta herbácea anual, originária da América tropical e subtropical, com uma grande plasticidade quanto às suas exigências ecológicas, e por isso muito cultivada também nalgumas regiões temperadas, com caules eretos ou ascendentes um pouco angulosos, pubescentes, folhas alternas de limbo deltoide, flores axilares, solitárias de limbo amarelado com cinco manchas castanho-avermelhadas na base, fruto uma baga ovoide verde a amarelada de tegumento fino, contendo no interior numerosas sementes envolvidas numa polpa mole, aquosa, doce, acídula e comestível, inclusa no cálice persistente e acrescente formando um saco membranoso. Os frutos são usados como condimento. Em medicina tradicional toda a planta é usada contra a febre, tosse, dores de garganta, depurativa, diurética e nos abscessos.

**Physostigma venenosum** Balf. Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionoídeas). *Fava-calabar* (Portugal). Calabar bean (I). Arbusto trepador, originário da floresta húmida primária e secundária da região ocidental e centro-ocidental da África tropical, desde a Guiné e Mali à RCA estendendo-se para sul do Gabão à RDC, produtora de madeira de boa qualidade e por isso introduzida noutras partes do mundo tropical. As sementes são venenosas e por vezes usadas nos sistemas de justiça tribal. As sementes secas são usadas como estimulante glandular e para regular o peristaltismo

**Phytolacca acinosa** Roxb.; Fitolacáceas. Himalayan pokeberry, Indian poke, Indian pokeweed (I). Planta herbácea perene, originária da Ásia, de Myanmar, Vietname, China até à Coreia e Japão, introduzida noutras regiões da Ásia e Europa, fazendo parte da medicina chinesa. As folhas, depois de cozidas, são consumidas localmente como hortaliça. Em medicina tradicional, as raízes são usadas, depois de secas, contra as bactérias, tosse, e vermes intestinais. Todas as partes da planta são venenosas, pelo que só devem ser utilizadas com muito cuidado.

**Phytolacca americana** L.; Fitolacáceas. *Baga-moira, erva-dos-cachos-da-índia, erva-dos-câncaros, erva-dos-cancros, erva-dos-tintureiros, erva-tintureira, uva-da-américa, uva-do-canadá, vermelhão* (Portugal). American pokeweed, pokeberry (I). Planta arbustiva perene, originária da América do Norte, introduzida tornando-se invasiva em várias regiões, nomeadamente em Portugal. As raízes secas são usadas medicinalmente como emético, purgativo e alterativo.

**Picea abies** (L.) H.Karst.; Pináceas. *Espruce-europeu, píceea-europeia, espruce* (Portugal). Norway spruce (I). Árvore originária do norte, centro e este da Europa, produtora de boa madeira. O tronco exsuda uma resina que é utilizada em medicina local como anti-irritante e estimulante. Dela se extrai um óleo essencial usado em perfumaria.

**Picea mariana** (Mill.) Britton, Sterns & Poggenb.; Pináceas. Black spruce (I). Árvore de porte médio, chegando aos 24 m, originária da América do Norte, desde as regiões subárticas até ao este do Canadá, naturalizada no norte-centro e nordeste dos EUA, utilizada principalmente na pasta para papel. O tronco e ramos exsudam uma resina usada em masticatórios.

**Picralima nitida** (Stapf) T.Durand & H.Durand; Apocináceas. Árvore de pequeno porte originária da floresta densa húmida da África tropical ocidental até ao Uganda, presente no norte de Angola, exsudando suco leitoso de todos os seus órgãos, de folhas opostas, baças na página superior e claras na inferior, flores odoríferas de corola com tubo quase cilíndrico e lobos brancos a amarelados, frutos de dois folículos obovoide-elipsoides com numerosas sementes embebidas numa polpa muito amarga. Na medicina local o decocto do ritidoma é usado como febrífugo e no tratamento de doenças venéreas, a raiz é tida por vermífuga e as sementes são consideradas tóxicas.

**Picrasma excelsa** (Sw.) Planch.; Simarubáceas. Bitter-ash, bitterwood, Jamaica quassia (I). Planta arbustiva ou arbórea, originária da América Central, e NW, centro-norte e Bolívia na América do Sul, onde medicinalmente a madeira é usada como anti-helmíntico e tónico.

**Picrasma quassioides** (D.Don) Benn.; Simarubáceas., Picrasma wood (I). Árvore de pequeno porte, originária da Ásia, da floresta de montanha desde a região dos Himalaias na Índia ao S da China, produzindo madeira muito apreciada pelo seu ritidoma muito amargo usado como inseticida e febrífugo. Conhecida localmente pelos nomes "nigaki e shurni".

**Picria fel-terrae** Lour.; Linderniáceas. Planta herbácea anual, originária da Ásia, desde o leste da Índia à China estendendo-se à Malásia, Península da Indochina e Filipinas, onde o infuso das folhas é utilizado como estimulante do funcionamento dos intestinos, sudorífico, diurético, emenagogo, hidropisia nos seus primeiros estados de desenvolvimento e nas cólicas em geral. Faz parte da Medicina chinesa.

**Picrorhiza kurroa** Royle; Plantagináceas. Planta herbácea perene rizomatosa, originária da Ásia, de Mianmar. Medicinalmente são usadas folhas, cascas, raízes e rizomas secos em doenças respiratórias e hepáticas, muito usada na medicina Aiuurvédica. Denominada localmente por <kuru>.

**Piliostigma thonningii** (Schumach.) Milne-Redh.; Fabáceas/Cesalpinioídeas (Leguminosas/Cesalpinioídeas). *Mulolo* (Angola). Camel's foot tree, monkey bread (I). Árvore dioica de pequeno porte, muito copada, originária da floresta decídua e savanas da África tropical e SW da Península da Arábia. Muito frequente na Guiné-Bissau, Angola e Moçambique. O ritidoma é adstringente e empregado em cozimentos e o decocto do ritidoma e das folhas é usado internamente contra febres intermitentes e externamente no tratamento de feridas e úlceras. Em Angola usam a planta em casos de paludismo, ferimentos, fadiga e cáries.

**Pilocarpus jaborandi** Holmes; Rutáceas. *Jaborandi* (Brasil). Jaborandi (I). Arbusto nativo do NE do Brasil onde as folhas são usadas como um intenso

diaforético e emético, mas quando consumidas em excesso são eméticas. O consumo causa contrações nos olhos.

**Pilocarpus microphyllus** Stapf ex Wardlew.; Rutáceas. *jaborandi*, *jaborandi-do-maranhão*, *jaborandi-legítimo*, *jaborandi-da-folha-pequena* (Brasil). Pernambuco jaborandi (I). Planta arbustiva, originária do N e NE do Brasil, de folhas compostas imparifolioladas, flores de corola vermelho-purpúrea, fruto uma cápsula. Na medicina tradicional usam o infuso das folhas como tônico capilar e na alopecia (precoce ou continuada do cabelo), atribuindo-se-lhe ainda propriedades expetorantes, diaforéticas, estimulantes, contra a asma, diabetes, sudoríficas, mióticas e febrífugas, uma ação estimulante no peristaltismo e na secreção salivar.

**Pilocarpus pennatifolius** Lem.; Rutáceas. *Cataí-guaçu*, *ibirataí*, *jaborandí*, *jaborandi-do-norte*, *jaborando-manso*, *pimenteira-de-cachorro*, (Brasil). Jaborandi, Paraguai jaborandi (I). Planta arbustiva, originária do Brasil Argentina e Paraguai, que foi muito cedo trazida para as estufas da Europa, de raiz cilíndrica amarelada, com cheiro a casca de laranja e picante, caule escuro com manchas brancas, folhas alternas imparifoliadas com 3-5 pares de folíolos glabros, aromáticos e coriáceos, com pequenas pontuações visíveis contra a luz que são câmaras contendo um óleo essencial, flores de corola vermelho-escura dispostas em racemos longos eretos ou pendentes, terminais e axilares. As folhas reduzidas a pó são sudoríferas e sialagogas e provocam abundante saliva. Reconhecem-se a alguns componentes da planta propriedades de baixar a pressão intraocular e empregada na medicina tradicional brasileira no tratamento de febres, bronquite, diabetes, estomatite, laringite, nefrite, pleurisia, pneumonia, hidropericardite, hidropisia, neuroses e intoxicações.

**Pilosella officinarum** Vaill.; Asteráceas (Compostas). *Pilosela*, *pilosela-das-boticas*, *pilosela-das-farmácias* (Portugal). Mouse-ear-hawkweed (I). Planta vivaz estolhosa, originária da Europa estendendo-se à pela Turquia até à Sibéria e Irão na Ásia, difundida e considerada infestante agressiva na América do Norte, de folhas em roseta basilar oblanceoladas, inteiras, flores todas de corola ligulada amarela, com uma faixa vermelha longitudinal na face externa, reunidas em pequenos capítulos solitários com pedúnculo basilar, cipselas escuras. Frequente em Portugal em vários terrenos, como arrelvados, arenosos secos e pedregosos do norte e centro do País. Na medicina tradicional a planta é considerada diurética, contra a gripe, ascites e edemas cardiorrenais e estimulante das funções renal e digestiva.

**Pimenta dioica** (L.) Merr.; Mirtáceas. *Pimenta-da-jamaica* (Portugal). Allspice, clover pepper, Jamaica pepper (I). Planta arbórea ou arbustiva, atingindo 10 m, raramente 20 m de altura, originária dos bosques do sul do México, América Central ístmica e Antilhas, de tronco delgado, folhagem persistente, flores brancas numerosas e aromáticas dispostas em panículas axilares. O fruto é uma baga subglobosa coberta de glândulas, apresentando no ápice os lobos do cálice secos persistentes. Os frutos imaturos secos são usados como especiaria e entram numa bebida local a «pimenta dream». Toda a planta produz óleo essencial usado na aromatização de alimentos, em perfumaria e para a extração do eugenol e do chavicol que são os dois princípios ativos mais importantes desta especiaria. A planta tem a curiosa aplicação complementar de se fazerem bengalas e cabos de guarda-chuva com a sua madeira. Os frutos são usados em medicina como carminativos e estimulantes.



**Pimenta pseudocaryophyllus** (Gomes) Landrum; Mirtáceas. *Louro-cravo* (Brasil). Árvore de pequeno porte, originária da América do Sul, do cerrado da Bolívia e Brasil, de folhas simples, opostas e tomentosas na página inferior e exalando um odor agradável quando maceradas nas mãos, flores brancas e aromáticas, fruto uma baga subglobosa, arroxeadada quando nova, muito escura na maturação com uma pequena camada de polpa da mesma cor. Na medicina tradicional as folhas são usadas como calmante e digestivo. Das folhas pode obter-se um óleo essencial a que se atribuem propriedades antimicrobianas.

**Pimpinella anisum** L.; Apiáceas (Umbelíferas). *Anis, anis-verde, erva-doce* (Portugal). *Anis, anis-doce, anis-verde, erva-doce, pimpinela-branca* (Brasil). Anise (I). Planta herbácea anual originária da Turquia, Líbano e Síria, sabendo-se que era usado pelos antigos egípcios, assim como mais tarde pelos gregos e romanos, tendo-se estendido ao Mediterrâneo oriental e Índia, hoje cultivada essencialmente no sul da Europa e regiões temperadas quentes da Ásia, curtamente pubescente, ramificada, de folhas superiores muito recortadas, flores pequenas reunidas em umbelas, fruto um esquizocarpo ovoide, dividindo-se em dois mericarpos na maturação comprimidos lateralmente, de cheiro típico e sabor adocicado e quente. Planta melífera. Muito usada em perfumaria e na confecção de licores (anises e anisetes) e para aromatizar as castanhas cozidas. Em medicina os mericarpos são estimulantes, carminativas, estomáquicas, expetorantes, galactagogas e emenagogas. Muito empregados, inteiros ou pulverizados, contra o meteorismo intestinal.

**Pimpinella diversifolia** DC.; Apiáceas (Umbelíferas). Planta herbácea perene, originária da Ásia, desde o Afeganistão à China, onde é usada como carminativa. Faz parte da Medicina chinesa.

**Pimpinella huillensis** Welw. ex Engl.; Apiáceas (Umbelíferas). Planta herbácea, bienal ou perene de raiz tuberosa fusiforme, originária dos matos secos da África tropical ao sul do Equador, de raiz, lenhosa e com cheiro a ranço, folhas basilares largamente ovadas com as margens denticuladas, e as caulinares ovadas e cordiformes na base, as folhas da parte superior do caule bracteiformes, amplexicaules terminando num limbo laciniado, flores de pétalas brancas em umbelas. A raiz carnuda é usada nalgumas regiões de Angola como estimulante e nos casos de diarreias e cólicas.

**Pimpinella saxifraga** L.; Apiáceas (Umbelíferas). Burnet-saxifrage (I). Planta herbácea de raiz tuberosa, originária de quase toda a Europa até ao Cáucaso e Sibéria central. É usada como diurética e hemostática.

**Pinus lambertiana** Douglas; Pináceas. Big sugar pine, sugar pine (I). Árvore até 50 m de altura, originária da costa do Pacífico da América do Norte, desde o Estado do Oregon nos EUA até ao Estado da Baixa Califórnia no México. É sobretudo uma árvore produtora de madeira. Por incisões no caule exsuda uma resina adocicada que usada em pequenas quantidades, tendo propriedades laxativas.

**Pinus lumholtzii** B.L.Rob. & Fernald; Pináceas. Sad pine (I). Árvore originária do N e W do México. Medicinalmente usam o decocto das folhas nas dores de estômago localmente

**Pinus mugo** Turra; Pináceas. Pinheiro-montanês (Portugal). Dwarf mountain pine (I). Arbusto originário das regiões de altitude do Centro até às de SE e da Europa, desde os Alpes aos Cárpatos, Apeninos e Balcãs, produtor de madeira de aplicações diversificadas. Por incisões no tronco exsuda uma resina donde, por destilação, se obtém um óleo essencial recomendando

medicinalmente contra doenças do aparelho respiratório, pulmões, expetorante e bexiga, doenças da pele e reumatismo, antissético moderado e estimulante.

**Pinus palustris** Mill.; Pináceas. Longleaf pine, yellow pine, southern yellow pine (I). Árvore originária dos EUA, desde os Estados da Virgínia à Flórida, no SE, até ao E do Texas, usada principalmente pela madeira com diversas aplicações. De incisões no tronco exsuda uma resina com aplicações medicinais, pois da sua destilação se extrai o óleo de terebintina, usado em unguentos e cataplasmas como anti-helmíntico, carminativo e rubefaciente, diurético, antissético, e expetorante e ainda na gonorreia, reumatismo, artrites e contra a ténia.

**Pinus sylvestris** L.; Pináceas. *Pinheiro-da-casquinha, pinheiro-da-escócia, pinheiro-de-casquinha, pinheiro-de-flandres, pinheiro-flandrês, pinheiro-riga, pinheiro-silvestre, pinheiro-vermelho-do-báltico* (Portugal). Scots pine (I). Árvore originária das regiões montanhosas da Europa até ao Cáucaso estendendo-se até China, introduzido em Portugal, de tronco até 40 m com ritidoma castanho-escuro na base, avermelhado e destacando-se em placas finas para cima, folhas em forma de agulhas finas, verde-glaucas e curtas, estróbilos masculinos espiciformes agrupados na base dos ramos novos, estróbilos femininos, pinhas, ovoide-cónicas, castanho-baças e isoladas na extremidade dos ramos novos, sementes aladas. A madeira tem aplicações muito diversificadas. Das feridas no tronco exsuda uma resina que depois de destilada produz um óleo essencial que se usa em perfumaria e farmácia. Na medicina caseira usam o decocto das gemas no tratamento de doenças respiratórias ligeiras.

**Piper aduncum** L.; Piperáceas. *Aduncum, aperta-joão, aperta-ruão, caá-peba, cheirosa, falso-jaborandi, jaborandi-do-mato, jaborandi-falso, pimenta-do-fruto-ganchoso* (Brasil). Spiked pepper (I). Planta arbustiva de folhagem persistente, originária da América tropical, do México estendendo-se para sul pela América Central Ístmica até ao Paraguai e Argentina no sul da zona tropical, introduzida nalgumas zonas tropicais, de ramos articulados e nodosos, folhas simples, inteiras, cartáceas e um pouco pubescentes na página inferior, flores reunidas em espigas alongadas, densas e recurvadas. Planta tida por infestante, mas algumas vezes cultivada como ornamental. Na medicina tradicional do Brasil o infuso das folhas, raízes e frutos é usado como tónico, carminativo, antiespasmódico, nos casos de blenorragias e em infeções do fígado e baço. Em uso externo emprega-se na erisipela e nas picadas de cobras. As folhas são diuréticas, estimulantes e adstringentes. No México as folhas secas são usadas como antissético do aparelho urinário, adstringentes, estimulantes estílicas e vulnerarias. O México é grande exportador de folhas secas como «folhas de matico».

**Piper amalago** L.; Piperáceas. *Jaborandi-manso* (Brasil). Pepper-elder (I). Planta arbustiva, originária do México estendendo-se a toda a América tropical, onde nalguns locais é usada contra as mordeduras de cobras.

**Piper anisum** (Spreng.) Angely; Piperáceas. *Jaborandi, João-borandi* (Brasil). Planta subarbustiva, endémica do cerrado e mata atlântica do NE, CW e SE do Brasil, de ramos sarmentosos e nodosos, folhas alternas, flores em espiga, fruto drupáceo ovado com uma única semente. Toda a planta é aromática. A raiz mastigada provoca a produção de grande quantidade de saliva e é aproveitada para combater as dores de dentes.

**Piper arboreum** Aubl.; Piperáceas. Planta arbustiva, originária do México e América tropical, semelhante à **P. aduncum** e com usos semelhantes.

**Piper attenuatum** Buch.-Ham. ex Miq.; Piperáceas. Trepadeira lenhosa, originária do sul dos Himalaias, desde o NE da Índia estendendo-se até ao SE da China e Mianmar, Java e Filipinas. Em medicina tradicional o macerado da raiz usa-se como um excelente diurético e anti-inflamatório.

**Piper betle** L.; Piperáceas. *Betle, betre* (Portugal). Betel, betel pepper, betel vine (I). Planta trepadora, originária da Ásia, de Mianmar, Península da Malásia e da Indochina, Pequenas ilhas de Sonda e Filipinas, muito cultivada na Índia e SE asiático, usada localmente como masticatório. A raiz da planta é usada localmente contra a esterilidade masculina e o decocto das folhas para sarar feridas. Da planta extrai-se um óleo essencial usado nas inflamações do tórax, laringe e brônquios e em gargarejos contra a difteria. Na medicina chinesa os frutos e as folhas são usados como carminativo, estimulante e profilático. Alguns autores consideram este produto tão importante para as populações do Oriente como o tabaco para os ocidentais. A planta contém chavibetol, que é um isómero do eugenol. O óleo essencial do betel é muito utilizado nas inflamações do aparelho respiratório. Na medicina tradicional goesa, as folhas são consideradas estimulantes, carminativas, adstringentes, e antissépticas e ainda se lhe reconhecem propriedades aromáticas e adstringentes. Localmente usam ainda o suco das folhas nas inflamações catarrais da garganta, laringe e brônquios e as folhas aplicadas localmente são consideradas lactífugas. Na China as raízes e as folhas são consideradas como carminativo, estimulante, corretivo e profilático. As raízes, misturadas com pimenta, são em algumas partes da Índia usadas como esterilizante das mulheres. Na Malásia é conhecida por "sirih".

**Piper capense** L.f.; Piperáceas. *Fiá-bôba-pequena* (São Tomé e Príncipe). Wild pepper (I). Planta arbustiva, originária da floresta secundária e ribeirinha da África, desde a Guiné à Etiópia estendendo-se até ao sul do continente, também nas Ilhas Comores e Madagáscar. Os bóeres usavam o infuso dos frutos como estomáquico, estimulante sexual, carminativo, contra a indigestão, cólicas e flatulência, anti-helmíntico, carminativo e atenuador da tosse, sudorífero, honorífico, diurético. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe usa-se a planta em casos de indigestão, flatulência e cólicas, o infuso das folhas bebido ou em banhos para provocar sudação e o infuso das folhas como sedativo.

**Piper cavalcantei** Yunck.; Piperáceas. *Panquilé* (Brasil). Espécie arbustiva, endémica do Brasil, semelhante à **P. aduncum** e com usos medicinais idênticos.

**Piper cubeba** L.f.; Piperáceas. *Cubeba, cubeba-das-boticas* (Portugal). Cubeb, cubeb pepper, Java pepper (I). Trepadeira lenhosa, originária da Ásia tropical, Malásia, Mianmar, Vietname e Indonésia. A planta tem como princípio ativo a cubebina que foi antigamente muito utilizada contra a blenorragia. Cultivada principalmente no sueste asiático. Os frutos são usados como especiaria e aromatizante. Em medicina são considerados antissépticos, carminativos, estimulantes, diuréticos e expetorantes.

**Piper fragile** Benth.; Piperáceas. Planta trepadora, originária da Malásia e algumas ilhas do Oceano Pacífico ocidental, onde o ritidoma, amargo e frágil, é usado em medicina local.

**Piper guineense** Schum. & Thonn.; Piperáceas. *Pimenta-de-rabo* (Portugal). *Pimenta-de-são-tomé* (Brasil). *Pimenta-do-mato* (São Tomé e

Príncipe) Ashanti pepper (l). Trepadeira originária das florestas ribeirinhas ou inundáveis da África tropical, desde a Guiné-Bissau à Etiópia, estendendo-se para sul até Angola, Zâmbia e Tanzânia, muito frequente na Ilha de São Tomé e em Angola, principalmente na floresta cafeeira, de grande desenvolvimento vegetativo, raízes adventícias nos nós que são articulados e engrossados, folhas muito variáveis na forma, flores reunidas em espigas solitárias, terminais ou laterais e opostas às folhas, estas carnudas, fruto uma baga subglobosa a obovoide, alaranjado-esverdeada. Os frutos são muito picantes e muito aromáticos, normalmente só utilizados como especiaria, mas consumidos nos países desenvolvidos pelas comunidades de emigrantes da região de origem da planta. Em medicina tradicional, no nordeste de Angola usam o infuso da raiz na blenorragia e na Guiné-Bissau como tónico e antidiarreico.

**Piper leucophyllum** (Miq.) C. DC.; Piperáceas. Arbusto de pequeno porte, originário do México, onde a planta é usada por populações locais contra a febre e em lavagens para matar os parasitas da cabeça.

**Piper longum** L.; Piperáceas. *Pimenta* (Portugal). Indian long pepper, jaborandi pepper, long pepper (l). Planta dioica, originária do NE da Índia, estendendo-se do Nepal e Bangladeche até ao centro-sul da China e Vietname, cultivada em regiões próximas, trepadora, melhor adaptada a regiões mais frescas que outras espécies do mesmo género, mas capaz de se desenvolver com sucesso nos climas tropicais e em baixa altitude, com os ramos inferiores prostrados ou rastejantes e nós engrossados, folhas alternas, simples e pecioladas, flores reunidas em espigas sésseis unissexuadas, sub-erectas e solitárias, fruto uma drupa globosa. Os frutos constituem uma especiaria de consumo local, mas que ainda chegou a ser comercializada pelos árabes e vendida na Europa. A especiaria tem sabor acre e ardente, mas não é muito aromática. Contém chavicol que em medicina é muito usado nas dores de dentes. No oriente o fruto é conhecido por «pipifoll» e a raiz por «piplimul» e são usadas medicinalmente como estimulante e carminativo.

**Piper miniatum** Blume; Piperáceas. *Pimenta* (Portugal). Trepadeira lenhosa dioica de grande desenvolvimento vegetativo, originária das Ilhas Andamão e Nicobar, Molucas, e Indonésia, de caule e ramos roliços, rígidos, lisos e pilosos ou glabros, com os nós muito engrossados, folhas alternas e simples, flores unissexuadas reunidas em espigas solitárias e pendentes, muito compridas e inseridas opostamente às folhas, frutos drupas livres ou coerentes na base angular-elipsoides, vermelhas na maturação. As sementes usam-se como especiaria e estimulante.

**Piper nigrum** L.; Piperáceas. *Pimenteira*, *pimenta*, *pimenta-preta* (Portugal). *Pimenta-da-índia*, *pimenta-do-reino* (Brasil). Black pepper, pepper, white pepper (l). Trepadeira lenhosa e sarmentosa, vivaz, de folhagem persistente, apoiada em tutores, naturais ou artificiais, podendo atingir até 10m de altura, originária das terras do Indostão, no Estado de Querala da Índia, a oeste das montanhas dos Gates, com ramos ortotrópicos e plagiotrópicos, folhas simples com duas estípulas envolvendo o pecíolo e precocemente caducas, limbo inteiro, de dimensões variáveis consoante o tipo de ramo em que se inserem, variedade e condições de vegetação, ovado a oblongo, de ápice acuminado e base cordiforme, verde-escuro e brilhante na página superior, página inferior glauca com pequenas pontuações glandulíferas translúcidas, com as nervuras secundárias inseridas junto á base da principal e arqueadas muito bem marcadas que se vão atenuando para o ápice, flores reunidas em

espigas, opostas às folhas, nos ramos plagiotrópicos, cada flor com uma bráctea na base. O fruto é uma drupa subglobosa, esverdeada durante o seu desenvolvimento, ficando amarela e depois vermelha na altura da maturação. O pericarpo é relativamente espesso e nele se dispersam células produtoras de um óleo essencial. Com o objetivo de uma melhor captação da luz, já que nas suas zonas de origem ela vive ensombrada pelas árvores da floresta natural destas regiões, a folhagem apresenta-se muito patente procurando, através dos rebentos, desenvolver-se em volta do tutor, chegando a constituir um cilindro compacto revestido exteriormente pela folhagem e naturalmente tornando-se cónico no alto, divergente se a planta se distribuir pelos ramos do tutor vivo. O endocarpo é levemente lenhoso. Os frutos colhidos e depois secos, constituem a chamada «pimenta-preta». Os frutos, despojados da polpa e constituídos apenas pelo endocarpo e semente, constituem a «pimenta-branca». A utilização mais conhecida, tanto da pimenta-preta como da pimenta-branca, em grão ou moídas, é no tempero e conservação de produtos alimentares. A pimenta preta não se deve usar em alimentos onde a presença de partículas escuras é indesejável, como sucede em certos preparados de carne (enchidos, mortadela, salame etc.), molhos sopas cremosas etc. Desde tempos muito antigos a pimenta é usada em medicina como remédio para situações muito diversas. Entre outras, refere-se a sua ação como facilitadora da digestão, calmante da tosse, vasodilatador, febrífugo, com propriedades anticonvulsivas devido aos alcaloides que doseia, como facilitador das secreções das vias respiratórias, afrodisíaco, estimulante do apetite, dores de dentes e regeneradora do cabelo. Em fitofarmácia funciona como repelente muito usada por exemplo para defender dos gorgulhos os cereais armazenados.

**Piper pachyphyllum** Baker; Piperáceas. Trepadeira lenhosa, endémica de Madagáscar, onde as sementes são usadas como condimento e como estimulante.

**Piper palmeri** C.DC.; Piperáceas. Pequeno arbusto, originário do W do México. Os nativos usam o decocto da planta contra as cólicas.

**Piper polysyphonum** C.DC.; Piperáceas. Planta subarborescente ereta glabra e dioica, originária do S da China e Laos, onde os frutos são usados como condimento e estimulante.

**Piper pseudonigrum** C.DC.; Piperáceas. Planta arbustiva, originário do Vietname, onde as sementes são algumas vezes usadas como especiaria e estimulante.

**Piper retrofractum** Vahl; Piperáceas. Javanese long pepper (l). Trepadeira lenhosa dioica, originária da Ásia, do Bangladeche ao centro-sul da China, estendendo-se por toda a Península da Indochina, Malásia, Indonésia e Filipinas, cultivada noutras zonas asiáticas, usada localmente como especiaria e estimulante.

**Piper ribesioides** Wall.; Piperáceas. Trepadeira lenhosa, originária da Ásia tropical, Ilhas de Andamão e Sri Lanca, Mianmar, Malásia e Samatra. Localmente usada medicinalmente como substituto da **P. cubeba**.

**Piper sanctum** (Miq.) Schltl. ex C.DC.; Piperáceas. Planta arbustiva ou arbórea pequena, originária do México estendendo-se pela América Central ístmica até à Nicarágua, cujas folhas aromáticas e largamente ovadas a elíptico-ovadas de base cordiforme são usadas pelas populações locais como hortaliça. Em medicina tradicional o decocto das folhas é utilizado nas indigestões e dores

abdominais, em cataplasmas quentes para fazer supurar furúnculos e panarícios. É também considerado antirreumático, antiescorbútico e diurético.

**Piper sarmentosum** Roxb.; Piperáceas. Planta trepadora, originária do Continente asiático tropical e temperado, sul e centro-sul da China estendendo-se à Malásia, Laos, Vietname e Cambodja, também nas Ilhas de Andamão. As folhas são usadas como condimento e estimulante.

**Piper umbellatum** L.; Piperáceas. *Aguaxima, caapeba, caapeba-do-norte, caapeba-verdadeira, caena, capeba, capeua, capeva, catajé, malvaísco, malvarisco, lenço-de-santa-bárbara, pariparoba* (Brasil). *Fiá-bôba-d'obô* (São Tomé e Príncipe). *Lemba-toca, muzua-dila* (Angola). Cow-foot leaf (I). Planta arbustiva ou herbácea rizomatosa, multicaule, aromática, originária da América tropical, desde o México até ao Peru, Bolívia e Brasil, hoje difundida por grande parte das regiões tropicais, de numerosos caules eretos, sublenhosos na base, folhas sub-reniformes a circulares, cordadas na base e ápice obtuso a mucronado, flores bissexuadas em espigas dispostas em fascículos umbeliformes. Planta introduzida e esporádica em Angola na chamada «mata cafeeira» em zonas muito húmidas ou nas proximidades de linhas de água. Em São Tomé, encontra-se na floresta higrófila de altitude. As várias partes da planta são consumidas nalguns locais como hortaliça e normalmente como condimento. Planta muito importante sob o ponto de vista medicinal, com numerosas aplicações, dada a extensão da sua difusão no mundo tropical. Na medicina tradicional a planta, ou partes da planta, são usadas principalmente como sedativo, e as folhas como anti-inflamatório, antipirético, hepatoprotetoras, diuréticas, para tratar úlceras e infeções locais, no tratamento da malária, de hérnias intercostais, dores gastrointestinais, reumatismo, alívio de dores, incluindo as dores menstruais, hemorroidas, também como purgativa, emenagoga, antiabortiva, anti-hemorragica, nos tumores inflamatórios, laxante, na desinfestação de piolhos. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe a planta é considerada antiabortiva, usada em casos de problemas estomacais, reumatismo, para a redução de inchaços e tumefações e irritações cutâneas, usando nestes dois casos o infuso das folhas. No Norte de Angola usam o infuso das folhas para lavar as pessoas com doença do sono e nalguns locais consomem as folhas como hortaliça.

**Piptadeniastrum africanum** (Hook. f.) Brenan; Fabáceas/Mimosoídeas (Leguminosas/Mimosoídeas). *Musence, musenze, musinga* (Angola). African greenheart, dabema, dahoma (I). Árvore alta, até 50 m de altura, originária das zonas baixas alagáveis ou ocasionalmente secas da floresta densa húmida da África Ocidental e Centro-ocidental, do Senegal ao Sudão e Uganda, estendendo-se a toda a região até ao Gabão, Congo, RDC e N de Angola, de tronco muito desenvolvido, e com raízes contrafortes na base do caule, por vezes até apreciável altura, ritidoma liso, avermelhado na base e estriado longitudinalmente, ramos horizontais formando copa umbeliforme, flores de pétalas amareladas a esbranquiçadas, reunidas em racemos espiciformes, fruto uma vagem oblonga, encerrando sementes com uma asa brilhante que facilita a dispersão. O decocto do ritidoma usa-se na medicina tradicional em gargarejos, nas dores de dentes e atribuem-se à planta propriedades abortivas.

**Pistacia lentiscus** L.; *Anacardiáceas*. *Alfostigueiro, almecegueira, almessigueira, aroeira, lentisco, lentisco-verdadeiro* (Portugal). Lentisk, mastic tree (I). Arbusto dioico, originário da região mediterrânea, também em Portugal e Ilhas Canárias, frequente no centro e sul de Portugal, em matos, bosques e

charnecas, glabro, de folhas parifolioladas, de ráquis alada, flores pequenas de perianto sepaloide amarelado ou avermelhado dispostas em panículas espiciformes, fruto uma drupa pequena globosa, vermelha escurecendo na maturação. Por incisões no caule retira-se uma resina conhecida por «mástique» que aparece sob a forma de gotas amarelas de cheiro suave e que se usa em preparações dentárias. Em medicina usa-se como carminativo, e estimulante. No antigo Egito a mástique era muito usada no embalsamamento dos cadáveres.

**Pistia stratiotes** L., Aráceas. *Aguapé, alface-d'água, alface-de-água, alface-dos-rios, erva-de-santa-luzia, erva-santa-dos-olhos, flor-d'água, golfo, lentilha-d'água, mururé, mururé-pagé, pagé, pasta, repolho-de-água, santa-luzia* (Brasil). *Jelo* (Goa). Water lettuce, tropical duckweed, Nile cabbage (I). Planta originária de todas as regiões tropicais e subtropicais, flutuando nos lagos e águas correntes de caudal lento, das regiões tropicais de quase todo o mundo, podendo ser uma infestante muito agressiva, com numerosas raízes fibrosas, emitindo numerosos estolhos, folhas dispostas em roseta, subsésseis, esponjosas e verde-claras, pedúnculo curto, inflorescência pequena tendo na base uma espata verde-amarelada, fruto uma baga elipsoide com numerosas sementes cilíndricas. É muito sensível a baixas temperaturas. Em Moçambique usam o infuso da planta contra a tosse convulsa e noutros locais contra úlceras, como colírio e nas hemorroidas e abscessos, colocando sobre eles folhas esmagadas. As raízes são laxativas. A planta é usada para alimentar animais, principalmente suínos, para além da fauna selvagem. No Brasil algumas tribos amazónicas usam as folhas moídas em sal em cataplasmas para eliminação de verrugas.

**Plagiostyles africana** (Müll.Arg.) Prain; Euforbiáceas. Árvore de médio porte, originária da floresta secundária tropical húmida africana, desde a Nigéria e Camarões ao Gabão, RDC e norte de Angola, de ritidoma castanho-acinzentado, liso, exsudando um suco branco-amarelado, tronco curto e de ramificação baixa, folhas alternas, simples, inteiras, compridas, elítico-lanceoladas, acuminadas, verde-escuras. Planta dioica de flores masculinas com muitos estames, fruto uma drupa vermelha na maturação. Localmente as folhas são utilizadas para entontecer os peixes e na medicina tradicional o decocto do ritidoma é usado nas doenças de parto.

**Plantago afra** L.; Plantagináceas. *Erva-das-pulgas, erva-pulgueira, psílio, tanchagem-de-áfrica, zaragatoa* (Portugal). Planta herbácea anual, originária da Região Mediterrânea, incluindo Portugal, até ao Paquistão, Península da Arábia e Ilhas da Macaronésia, pubescente-glandulosa, simples ou ramosa, folhas lineares a linear-lanceoladas, subinteiras a denticulado-serradas, flores em espigas ovoide-subglobosas, sementes mucilaginosas. Planta vulgar em Portugal em terrenos cultivados e incultos. Em medicina tradicional as sementes, depois de secas, são usadas como laxativo não irritante, sobretudo nas colites espasmódicas. Em uso externo usam-se em queimaduras, varizes ulceradas e reumatismo.

**Plantago amplexicaulis** Cav.; Plantagináceas. Planta anual originária das regiões secas e arenosas do sul da Europa de Espanha à Grécia, naturalizada no norte de África e Península da Arábia, introduzida noutras regiões. É usada na medicina hindu nas febres intermitentes, doenças pulmonares e em oftalmologia. Nas línguas locais indianas é conhecida por "isafghol" e "ispaghul".

**Plantago australis** Lam.; Plantagináceas. *Banana-da-terra* (Brasil). Planta anual, originária da América do Sul, estendendo-se desde o Peru ao Brasil até ao sul do continente, sendo empregada na medicina popular do Brasil como a **P. major**.

**Plantago lanceolata** L.; Plantagináceas. *Acatá, calracho, carrajó, carrijó, corrijó, erva-de-ovelha, língua-de-ovelha, língua-de-vaca, orelha-de-cabra, ovelha, tanchagem, tanchagem-das-boticas, tanchagem-menor, tanchagem-ordinária, tanchagem-terrestre, tantage* (Portugal). Buckhorn, buckhorn plantain, English plantain, lamb's tongue, narrowleaf plantain, ribgrass, ribleaf, ribwort plantain (l). Planta herbácea perene, rizomatosa. originária das zonas húmidas, florestas, prados, campos cultivados e zonas ruderais da Europa, norte de África estendendo-se até à Sibéria ocidental, hoje difundida por quase todo o mundo temperado, por vezes como infestante agressiva, folhas em roseta terminal lanceoladas, ovado-lanceoladas ou linear-lanceoladas, inteiras ou levemente denticuladas, com 3-7 nervuras longitudinais, flores dispostas em espiga densa, cilíndrica a ovoide, escapos profundamente sulcados. Planta muito vulgar em Portugal, principalmente nas pastagens e locais incultos, muito apreciada como medicinal usando-se nas úlceras varicosas, picadas de abelhas, e outros insetos, em conjuntivites, anginas, faringites, tuberculose, nefrites crónicas e externamente contra a acne.

**Plantago major** L.; Plantagináceas. *Chantage, chentage, chinchage, cinchagem, erva-das-sete-linhas, tanchage, tanchagem, tanchagem-de-folha-larga, tanchagem-maior, tantage* (Portugal). *Plantagem, sete-nervos, tanchagem, tanchagem-maior, tanchás, tansagem, tranchagem, transagem, tançagem, tanchagem-média* (Brasil). Broad-leaved plantain (l). Planta perene, herbácea, originária da Europa, Ásia temperada, NW e NE de África, sul de África, naturalizada noutras regiões, quer temperadas como tropicais, onde pode ser uma invasora agressiva, acaule, folhas em roseta basilar, com 3-9 nervuras longitudinais de pecíolo comprido, glabras ou puberulentas e espessas, frequente em Portugal, ruderal, principalmente nos prados, relvados e considerada infestante de culturas. Na medicina caseira usam-se as folhas, trituradas com sal, contra os «sapinhos», as folhas são consideradas diuréticas, refrescantes e de efeito alterativo, as folhas verdes esfregam-se nas partes do corpo picadas pelas abelhas e o infuso usa-se nas diarreias. Com a planta inteira, ou só com as folhas, prepara-se um colírio para doenças dos olhos. No México emprega-se em diarreias e infeções vaginais, no Peru e no Chile contra o cancro e no Brasil em curas de emagrecimento, febres, resfriados e suas consequências e inflamações da garganta, como diurética, antidiarreica, expetorante, hemostática, e cicatrizante e empregada nas infeções das vias respiratórias superiores, bronquite crónica e no tratamento de úlceras pépticas. Nas Guianas usam as flores e as sementes nas conjuntivites e irritações oculares devidas a traumatismos. Na medicina chinesa as sementes são usadas como laxante suave e diurético.

**Platostoma africanum** P.Beauv.; Lamiáceas (Labiadas). Planta herbácea anual, originária da floresta secundária inundável, savana arborizada, margens de lagoas da África tropical, sul da Índia e Pequenas Ilhas de Sonda e como invasora em cultura de sequeiro. Consumida como hortaliça e usada como condimento. Em medicina tradicional as raízes são embebidas em água morna e o líquido resultante é bebido como um afrodisíaco e também para tratar dores



de cabeça, artrite, dores reumáticas e na Guiné-Bissau é utilizada para combater as constipações.

**Platymitra arborea** (Blanco) P.J.A.Kessler; Anonáceas. Árvore de grande porte, endêmica das Filipinas, podendo atingir 50 m de altura, de ramos horizontais, folhas ovado-elípticas agudas no ápice, inflorescências laterais em pedúnculos pilosos, flores amareladas, pequenas e sem odor, frutos múltiplos de um a dois frutículos lenhosos com polpa comestível como alimento de recurso. As populações locais usam o infuso dos frutos para tratar a febre, o decocto do ritidoma nas amerroneias e um decocto do ritidoma e das folhas de alho secas para combater a urticária.

**Plectranthus amboinicus** (Lour.) Spreng.; Lamiáceas (Labiadas). *Borragem-de-goá* (Goa). Planta herbácea suculenta muito aromática, por vezes trepadora, originária das savanas arborizadas, por vezes em locais rochosos áridos de África, em Angola, Quênia estendendo-se ao longo da costa oriental africana até ao sul do continente, sul da Península da Arábia e Índia, introduzida e naturalizada em algumas regiões tropicais, de caules pubescentes e glaucos, folhas opostas pecioladas e tomentosas, flores com pétalas de cor rosada, branca ou violeta. Em medicina local usam o infuso das folhas para combater perturbações urinárias e o suco das folhas, misturado com açúcar é um carminativo poderoso. O suco da planta também é usado para combater a tosse, bronquite e asma, nalguns locais é utilizado para lavar o cabelo e tecidos e é considerado eficaz nas picadas dos escorpiões.

**Plectranthus barbatus** Andrews; Lamiáceas (Labiadas). *Boldo-brasileiro*, *boldo-do-reino*, *malva-amarga*, *malva-santa*, *sete-dores* (Brasil). Forskollii (I). Planta herbácea ou subarborescente de raiz tuberosa, considerada como originária da Índia, Butão, Nepal e Sri Lanka, introduzida de há muito e naturalizada na Península da Arábia e regiões da costa oriental de África, hoje dispersa noutras regiões tropicais, de folhas ovadas, dentadas, pilosas, verde-acinzentadas, flores em verticilastos dispostos em racemos terminais, de corola azul-lilás, roxa ou acastanhada. Planta muito odorífera, usada em muitas regiões do Oriente para fazer conservas com as suas raízes. Medicinalmente empregam o infuso nas perturbações intestinais, como diurético e hipotensor, o infuso das folhas e dos rebentos é empregado pelas «mulheres indígenas» de algumas regiões africanas como abortivo. No Brasil utilizam o infuso das folhas como analgésico, digestivo, diurético e antitússico. De há muito incluída na Medicina Aiuurvédica.

**Plectranthus esculentus** N.E.Br., Lamiáceas (Labiadas). Finger potato, kaffir potato, Livingstone potato (I). Planta herbácea perene, um pouco suculenta, de raiz alongada, carnuda e tuberosa, originária das florestas secas e savanas rochosas da África tropical ocidental e central e oriental estendendo-se até às zonas subtropicais do sul do continente, de caules eretos e pouco ramificados, folhas oblongo-elípticas, denticuladas nas margens e setíferas na nervura na página inferior, flores em racemos simples terminais, de pétalas amarelas. Planta cultivada e persistente pela sua parte subterrânea, emitindo todos os anos novos caules aéreos e aparecendo sobretudo nas lavras abandonadas. Na medicina tradicional usam o infuso das folhas como facilitando as digestões e como vermífugo. A raiz tuberosa é usada como alimento.

**Plectranthus hadiensis** (Forssk.) Schweinf. ex Sprenger; Lamiáceas (Labiadas). Hairy spurflower (I). Planta herbácea perene semi-suculenta de raiz tuberosa, originária de florestas secas, regiões rochosas e secas e savanas de África, presente em Angola, RDC, Chade, Egito, Eritreia e Etiópia até ao sul do

continente, também na Península da Arábia, Maldivas e Sri Lanca. As suas raízes são, em geral, conservadas e usadas como alimento de recurso. No Egito e na Arábia a planta é usada como diurética, emenagoga e expetorante, e na Índia o infuso das folhas é usado para tratar as dores de estômago. Faz parte da Medicina aiurvédica.

**Plectranthus monostachyus** (P.Beauv.) B.J.Pollard; Lamiáceas (Labiadas). *Fiá-manjoló* (São Tomé e Príncipe). Planta herbácea anual, originária das florestas abertas, savanas arbóreas em solos rochosos da África tropical ocidental e centro-ocidental, naturalizada em países próximos, de folhas ovadas e crenadas, flores de corola lilás. Em medicina tradicional a planta emprega-se nas dores de cabeça, febres, palpitações, cólicas, constipações, atenuadora de dores de parto, estomáquica, em doenças de olhos, no tratamento da dismenorreia, hematúria, esterilidade feminina, reumatismo, como calmante e nas mordeduras de cobras. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe as folhas passadas pelo fogo e assim amolecidas, são tópicas e facilitam o nascimento dos dentes nas crianças, o infuso das folhas usam-no nas febres e misturada com outras plantas fazem composições cujo infuso é aplicado nas dores de estômago.

**Plectranthus robustus** (Hiern) A.J. Paton; Lamiáceas (Labiadas). Planta endémica de Angola, nas lavras abandonadas, terá sido cultivada em tempos antigos, de rizoma tuberoso produzindo tubérculos comestíveis, caules aéreos eretos, persistentes, tetragonais, pulverulentos e glandulosos, folhas carnudas, amareladas, com pontos glandulosos, caducas na época seca, flores arroxeadas em panículas terminais. Na medicina tradicional a planta é usada nas dores de barriga das crianças, em casos de tosse, tuberculose, parasitoses intestinais, hidropisia, esplenomegalia, sarna, paludismo, diabetes e astenia em adultos. Os tubérculos são muito procurados pelos animais selvagens. Em Angola, nalguns locais, a população não admite que os tubérculos sejam aproveitados como alimento.

**Plectranthus scutellarioides** (L.) R.Br.; Lamiáceas (Labiadas). Planta herbácea, originária da Ásia tropical e subtropical, de Mianmar e Laos ao SE da China, estendendo-se para sul até ao N da Austrália, muito cultivada como ornamental em certas regiões tropicais. Em medicina tradicional, o decocto das folhas é usado em certas regiões do Oriente para tratar a dispepsia, parecendo ter ainda atividade antibiótica e anti tumoral.

**Pleopeltis fimbriata** (Maxon) A.R.Sm.; Polipodiáceas. Feto perene rizomatoso, nativo do NW da América do Sul, Colômbia e Equador, usado na Colômbia como expetorante e diurético.

**Pleopeltis macrocarpa** (Willd.) Kaulf.; Polipodiáceas. Feto epífito rizomatoso, nativo das regiões de altitude litorais desde o México até ao sul da América tropical, África tropical e sul, península da Arábia, Índia e Sri Lanca, onde alguns povos usam o decocto do rizoma nas constipações e febres.

**Pleopeltis remota** (Desv.) A.R.Sm.; Polipodiáceas. Feto epífito rizomatoso, originário da América tropical, desde o México, América Central e NW e W da América do Sul tropical, usado por algumas tribos mexicanas como expetorante e purgativo.

**Plinia cauliflora** (Mart.) Kausel; Mirtáceas. *Jabuticaba-açu, jabuticaba-híbrida, jabuticaba-paulista, jabuticaba-ponhema, jabuticabeira* (Brasil). Árvore pequena ou arbusto, originário da Bolívia e SE e S do Brasil, de tronco liso com ritidoma destacando-se em lâminas, folhas opostas, lisas, cartáceas, com um

mucrão pequeno, flores em profusos glomérulos dispostos no tronco e caules, fruto uma baga globosa e roxa, adocicada que os doentes com febre podem comer como refrescante. O epicarpo é adstringente e em medicina tradicional o seu infuso emprega-se em gargarejos nas amigdalites; o infuso das folhas e epicarpo usam-se nas diarreias.

**Plinia phitrantha** (Kiaersk.) Sobral; Mirtáceas. *Jaboticaba-branca, jaboticabeira-branca* (Brasil). White jaboticaba (I). Árvore pequena ou arbusto endêmico do SE do Brasil, S de Minas Gerais e São Paulo, frequente na mata atlântica e pouco cultivada, de ritidoma amarelo, ramos novos com indumento cinzento-amarelado, folhas lanceoladas, cartáceas, com pelos esparsos na página inferior, flores de pétalas brancas reunidas em glomérulos ao longo do caule e dos ramos mais grossos, fruto uma drupa subglobosa amarelo-esverdeada na maturação, com pelos esparsos e de polpa comestível. Sob o ponto de vista medicinal a polpa dos frutos é aconselhada contra a asma, diarreia e hemoptise e há nalguns locais a crença de que o decocto dos frutos ou das folhas mantêm em «boa forma» a garganta dos cantores.

**Pluchea sagittalis** (Lam.) Cabrera; Asteráceas (Compostas). *Arnica, erva-lucera, lucera, lucero, madre cravo, quitoco, tabacarana* (Brasil). Lucera, wingstem camphorweed (I). Planta herbácea perene de raiz tuberosa, originária da América do Sul tropical e Ilha da Trindade, muito cultivada como ornamental e medicinal, aromática, de folhas decorrentes na base dando aspeto de caule alado, capítulos de flores marginais femininas de corola branca e as interiores masculinas de corola lilacénea, reunidas em capítulos dispostos em cimeiras corimbiformes terminais. Em medicina tradicional usam o infuso das inflorescências para a resolução de problemas digestivos, embaraços gástricos, flatulências, dispepsias nervosas, acumulação de gases, inflamações do útero, rins e bexiga, reumatismo e doenças respiratórias.

**Plukenetia conophora** Müll.Arg.; Euforbiáceas. African-walnut (I). Planta trepadora subarborescente, originária das zonas de floresta equatorial higrófila da África tropical ocidental e centro-ocidental, desde a Guiné ao Congo, RCA e RDC, também cultivada nalgumas regiões desta área, de folhas alternas, ovadas, com as duas primeiras nervuras secundárias junto à base da principal, flores apétalas reunidas em racemos quase do comprimento das folhas, com numerosas flores masculinas e uma a duas flores femininas perto da base, fruto uma cápsula esverdeada na maturação, estriada e 4-alada, com sementes que são consumidas como a noz de cola pelo seu efeito estimulante, ou então depois de cozidas e torradas.

**Plumbago europaea** L.; Plumbagináceas. *Dentilária, erva-das-feridas, erva-de-santo-antónio* (Portugal). Common plumbago (I). Planta perene herbácea ou lenhosa na base, originária da região mediterrânea da Europa, NW de África, estendendo-se até ao SW da Ásia, introduzida em Portugal, cujas raízes são irritantes e cáusticas e usadas medicinalmente contra doenças dos dentes.

**Plumbago indica** L.; Plumbagináceas. Indian leadwort, scarlet leadwort (I). Planta arbustiva ou herbácea perene, originária da Ásia tropical, Índia, Bangladeche e quase toda a Península da Indochina, introduzida noutras regiões. Em medicina tradicional é usada na Índia e Irão como sudorífica. A seiva causa borbulhas na pele que são incómodas. A planta é muito cultivada em Goa como ornamental e usam-na localmente como modificadora e estimulante gástrico, mas em doses elevadas é um veneno acro-narcótico e

abortiva. O linimento da raiz é usado nos casos de reumatismo, paralisia, inchaços e abscessos e o extrato da raiz nas sífilis secundárias, lepra, dispepsias, histerismo, hemorroidas, flatulência, perda de apetite e outras perturbações digestivas. É incluída na Medicina Aiurvédica.

**Plumbago zeylanica** L.; Plumbagináceas. *Fogo-da-serra, pega-cabrito* (Cabo Verde). Ceylon leadwort; doctorbush; wild leadwort (I). Planta arbustiva ou herbácea perene, de distribuição pantropical e subtropical, cultivada como ornamental, de caule trepador, folhas ovadas com pecíolo amplexicaule e auriculado na base, flores reunidas em espigas racemiformes, alongadas e laxas, cálice com glândulas pediceladas, corola branca ou azul-esbranquiçada. A planta é usada medicinalmente em doenças de pele. O infuso das folhas combate a sarna e a lepra. Planta muito frequente em Angola, sendo muito conhecida, sobretudo no Amboim e Quanza-Sul onde o rizoma lenhoso é utilizado como cáustico e a planta inteira em casos de diarreias. Os nativos atribuem-lhe propriedades medicinais e empregam as suas raízes como cáustico e toda a planta em casos de diarreias e externamente para tirar marcas deixadas no corpo pelos ataques de lepra. Usada no Oriente como abortiva. Na medicina goesa considera-se que a raiz roçada empola a pele e serve para abrir abscessos. No Brasil usam as folhas nas unhas encravadas e antigamente em tratamentos mentais, as suas raízes são consideradas purgativas e anestésicas e por isso empregadas nas dores de dentes e de ouvidos. Usada para cauterizar úlceras nos animais. Noutros lugares da América tropical as raízes usam-se nas dores de dentes. As folhas e raízes formam bolhas quando contactam com a pele.

**Plumeria rubra** L.; Apocináceas. *Frangipana, pluméria* (Portugal). *Flor-de-santo-antónio* (Goa). *Árvore-pagode, frangipane, jasmim-de-caiena, jasmim-manga* (Brasil). Frangipani, pagoda tree, templetree (I). Arbusto ou árvore de pequeno porte laticífera, originária da América tropical, desde o México até à Venezuela, cultivada como ornamental em quase todas as regiões tropicais e subtropicais do mundo. O ritidoma é amargo e considerado como um excelente remédio contra a blenorragia, as folhas trituradas usam-se em cataplasmas para sarar feridas, o suco leitoso é aplicado externamente em casos de reumatismo. Na medicina goesa aplicam o ritidoma triturado como cataplasma em tumores, o suco é rubefaciente e utilizado também em casos de reumatismo, o ritidoma e as raízes são considerados fortemente purgativos e o suco leitoso é um purgativo muito enérgico.

**Podophyllum hexandrum** Royle; Berberidáceas. Himalayan mayapple, Indian may apple (I). Planta herbácea perene, originária da Ásia, desde o Afeganistão oriental norte até ao N da Índia alongando-se até China central, usada na medicina hindu no tratamento de diversos problemas de saúde como problemas da bÍlis, infeções e febres. Faz parte da Medicina aiurvédica.

**Podophyllum peltatum** L.; Berberidáceas. *Mandrágora-americana* (Brasil). American-mandrake, mayapple, wild-mandrake (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária do NE da América do Norte até ao sul do Texas nos EUA. Os frutos são de sabor agradável, mas se forem consumidos em grandes quantidades provocam cólicas. As raízes são um purgativo enérgico e irritantes da pele e usam-se nas infeções do fígado. Do rizoma extrai-se uma resina, a podofilina que é laxativa e colagogo.

**Poga oleosa** Pierre; Anisofileáceas. African brazil nut, inoi, inoi nut (I). Árvore de porte médio a grande, originária da África tropical ocidental, desde o sul da Nigéria ao Gabão, de folhas alternas e coriáceas com nervuras salientes

na página inferior, flores pequenas e esbranquiçadas reunidas em panícula composta de espigas, na axila das folhas ou terminais, fruto uma drupa esverdeada, subglobosa, com lenticulas à superfície, polpa esverdeada, endocarpo duro e espesso e sementes oleaginosas e comestíveis. A polpa é muito usada como condimento e estimulante. O óleo da semente é usado medicinalmente contra inflamações e algumas infeções.

**Pogostemon parviflorus** Benth.; Lamiáceas (Labiadas). Bengal pogostemon (I). Planta herbácea subarborescente, vigorosa ereta e ramificada, originária do continente asiático, da Índia até Mianmar, estendendo-se ao Camboja e Vietname, glabra, pubescente, folhas longamente pecioladas, inflorescência verticiliforme formando panícula, densa, cilíndrica e pubescente. Na medicina hindu a planta é usada nas mordeduras de cobras, contra os problemas da pele e fungos dos pés.

**Polemonium caeruleum** L.; Polemoniáceas. Greek valerian, Jacob's-ladder (I). Planta herbácea perene originária dos bosques e pântanos do norte e centro da Europa estendendo-se ao Cáucaso até à Sibéria central na Ásia. É usada como diaforético.

**Polemonium reptans** L.; Polemoniáceas. Creeping polemonium, Greek valerian, spreading Jacob's-ladder (I). Planta herbácea perene, originária da América do Norte oriental. O rizoma é considerado diaforético, alterativo, adstringente, expetorante, usam-no nas pleurisas, doenças inflamatórias, constipações, resfriamentos, bronquites e doenças dos pulmões.

**Polyalthia suberosa** (Roxb.) Thwaites; Anonáceas. Planta arbustiva ou árvore pequena, originária da floresta perenifólia da Ásia tropical, estendendo-se da Índia até ao Vietname. Em medicina tradicional da região o decocto da raiz é usado como abortivo.

**Polygala acicularis** Oliv.; Poligaláceas. Planta herbácea subarborescente de grande porte, originária das savanas e locais alagados da África tropical ocidental e central, do Burquina Fasso e Benim ao e NW de Angola, estendendo-se ao Chade, RCA, RDC e Uganda, lenhosa na base, de caules robustos e com muitas folhas, flores violáceas ou amareladas com veios azulados, cápsula elipsoide e glabra. Planta odorífera que reduzida a pó é usada medicinalmente pelos locais nas doenças da garganta.

**Polygala amara** L.; Poligaláceas. Bitter milkwort, milkwort (I). Planta perene, originária da Alemanha e algumas zonas da região dos Balcãs da Europa, fibrosa, muito ramificada, com as folhas basilares dispostas em roseta, inflorescências em cachos de flores levemente azuladas ou brancas com duas sépalas maiores e petaloides, toda a planta com sabor muito amargo. Planta usada como expetorante ou emética, conforme a dose empregada.

**Polygala bakeriana** Chodat; Poligaláceas. Planta anual a subarborescente, originária das savanas da zona centro-oriental de África tropical ao sul do Equador, onde usam o decocto das folhas como vermífugo.

**Polygala butyracea** Heckel; Poligaláceas. Black beniseed (I). Planta considerada originária da África tropical ocidental até à RCA, devido ao seu intenso cultivo, de folhas lineares muito agudas e pendentes, flores numerosas, membranáceas, amareladas, ligeiramente rosadas e grandes, fruto uma cápsula elipsoide a subquadrangular, sementes cilíndricas e oleaginosas. Na medicina tradicional as sementes são usadas como expetorante. Da casca dos caules retiram uma fibra grosseira para cordoaria.

**Polygala chinensis** L.; Poligaláceas. Indian milkwort (I). Planta herbácea anual ou perene de raízes espessadas, originária da Ásia tropical e subtropical até às Ilhas Carolina Em medicina tradicional é utilizada toda a planta para combater as inflamações e uma pasta feita com as raízes contra o cansaço, dores de garganta e asma. Funciona como tratamento para aqueles que tenham comido ananás em excesso e por isso fiquem com a mucosa da boca «limada».

**Polygala erioptera** DC.; Poligaláceas. Woolly-winged milkwort (I). Planta em geral anual muito polimorfa, originária de zonas de baixa altitude, savanas, terrenos arenosos ou rochosos, ruderal, tornando-se infestante, com grande distribuição em África e da Índia à Tailândia e Vietname na Ásia. Na medicina tradicional faz-se um decocto contra a gonorreia.

**Polygala gomesiana** Welw. ex Oliver; Poligaláceas. Planta herbácea rizomatosa e vivaz, originária da Zâmbia e Angola, com caules eretos, muito ornamental pelas suas flores, encontrando-se nos sítios húmidos, sobretudo nos planaltos do interior de Angola, onde em medicina tradicional é usada em casos de hidropisia.

**Polygala paniculata** L.; Poligaláceas. *Alcaçuz-de-santa-catarina, alecrim-de-santa-catarina, arrozinho, barba-de-são-joão, barba-de-são-pedro, bromil, mimosinha, vassourinha-branca* (Brasil). Orosne (I). Planta herbácea originária da América, desde o México até ao sul da zona tropical do continente, introduzida e naturalizada em diversas regiões tropicais, flores de corola branca reunidas em racemos espiciformes terminais. Em medicina tradicional são atribuídas às folhas propriedades antiblenorrágicas, vomitivas, purgativas, diuréticas e externamente são usadas contra as mordeduras de cobras.

**Polygala poaya** Mart.; Poligaláceas. *Ipecacuanha-branca* (Brasil). White ipecac (I). Planta vivaz, originária do sul da América tropical, do Paraguai, Bolívia e Brasil. A raiz é usada como emética e expetorante e utilizada como substituto da verdadeira ipecacuanha.

**Polygala rarifolia** DC.; Poligaláceas. Planta arbustiva originária da savana da África Tropical Ocidental, desde o Senegal à Libéria, de ramos delgados, eretos e glabros, folhas pouco abundantes, lineares ou filiformes, flores glabras ou pubescentes reunidas em cachos eretos e terminais, fruto uma cápsula glabra. Na medicina tradicional da Guiné-Bissau usam o cozimento das sumidades como estomáquico e anticatarral.

**Polygala rugelii** Shuttlew. ex Chapm.; Poligaláceas. Yellow milkwort (I). Planta herbácea anual, endémica da península da Flórida, no sueste dos EUA, usada localmente nas mordeduras das cobras.

**Polygala senega** L.; Poligaláceas. Seneca snakeroot (I). Planta herbácea perene, originária da América do Norte, do N e E dos EUA, onde os naturais usam a planta nas mordeduras das cobras e a raiz seca como expetorante, irritante e estimulante.

**Polygala serpentaria** Eckl & Zeyh.; Poligaláceas. Planta herbácea perene, originária da África do Sul. Os zulus usam as raízes pulverizadas como purgante para crianças. Consumidas em grandes quantidades tornam-se tóxicas.

**Polygala sibirica** L.; Poligaláceas. Planta herbácea perene, originária da Europa central e oriental estendendo-se pela Ásia temperada até à Ásia oriental, usada como diurético e contra a bronquite, amnésia, impotência sexual e perdas de sémen.

**Polygala vulgaris** L.; Poligaláceas. *Erva-leiteira, leitargia, leiteirega, polígala* (Portugal). Planta herbácea vivaz, prostrado-ascendente ou

ascendente, originária da Europa até ao N e centro da Turquia, glabra, folhas alternas, das quais as inferiores são menores, as da base elíticas, as superiores lanceoladas, flores geralmente azuis, por vezes rosadas ou brancas. Planta frequente em Portugal nas terras cultivadas e incultas, muito usada medicinalmente com béquica, galactagoga, sudorífica e diurética.

**Polygonatum multiflorum** (L.) All.; Asparagáceas. Selo-de-salomão (Portugal). Solomon's-seal (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da Europa até ao Cáucaso, introduzida noutras regiões. O rizoma é adstringente, tónico e demulcente e usado em doenças pulmonares e a raiz pulverizada nas feridas, inflamações e tumores.

**Polygonum aviculare** L.; Poligonáceas. *Centinódia*, *corriola-bastarda*, *erva-da-muda*, *erva-da-saúde*, *erva-das-galinhas*, *erva-dos-passarinhos*, *língua-de-perdiz*, *sanguinária*, *sanguinha*, *sempre-noiva*, *sempre-noiva-dos-modernos* (Portugal). *Erva-de-nó*, *grama-de-capacho*, *sanguinária* (Brasil). Doorweed, knotgrass, prostrate knotweed (I). Planta herbácea anual, originária da Europa, África mediterrânea, península da Arábia, estendendo-se por toda a Ásia temperada, hoje difundida em várias regiões temperadas, especialmente no continente americano, muito polimorfa, ramos floríferos folhosos até ao topo, flores em fascículos paucifloros axilares. Planta muito frequente em Portugal em campos cultivados e incultos, usada medicinal como tónico adstringente, hemostática, antidiarreica, e em uso externo como cicatrizante. Em certas regiões da Europa a planta é usada em doenças dos pulmões, hemorroidas e reumatismo e o decocto foi noutros tempos muito usado contra asma e bronquites nos países do centro da Europa.

**Polygonum maritimum** L.; Poligonáceas. *Polígono-marítimo* (Portugal). Sea knotgrass (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária das zonas arenosas, praias, dunas e rochas da orla marítima da Europa, Região mediterrânea, Açores, Madeira e Canárias, usada para curar as queimaduras.

**Polypodium vulgare** L.; Polipodiáceas. *Fentelha*, *feto-doce*, *filipode*, *polipódio-do-carvalho*, *polipódio-do-norte* (Portugal). Common polypody (I). Feto rizomatoso, originário da Europa e Ásia temperada até ao W da Sibéria, disperso noutras zonas temperadas, cujas folhas e rizomas são considerados alterativos, tónicos, peitorais e expetorantes, usados nas constipações, como tónico nas perdas de apetite e nas doenças de pele.

**Pombalia calceolaria** (L.) Paula-Souza; Violáceas. *Falsa-ipecacuanha*, *ipeca-branca*, *ipicacunha*, *ipecacunha-dos-raizeiros*, *poiaia*, *poiaia-branca*, *poiaia-da-praia* (Brasil). Planta originária da América tropical, do sul do México, Panamá, Caraíbas e da Venezuela até às Guianas estendendo-se para sul até à Bolívia, Paraguai e norte da Argentina, herbácea perene, toda pubescente, de raízes enrugadas e tortuosas, folhas simples e membranáceas de margem denteada com glândulas globosas ou ovoides, flores solitárias, com uma pétala grande branca, fruto uma cápsula. As raízes são a origem da «Radix Ipecacuanha, albae lignosae» ou White Ipecac.» usada em medicina tradicional como emético e frequentemente em substituição da ipecacuanha-verdadeira. O infuso das raízes é considerado antidiarreico e amebicida e nas Guianas usam-no contra a tosse.

**Populus alba** L.; Salicáceas. *Álamo-branco*, *choupo-branco*, *faia-branca* (Portugal). Abele, silverleaf poplar, white poplar (I). Árvore de grande porte dioica, originária do centro e sul da Europa estendendo-se na Ásia até ao NW da China e NW de África, introduzido e naturalizado de há muito em Portugal e

noutras regiões, de ritidoma esbranquiçado emitindo numerosos rebentos de raiz branco-tomentosos, folhas muito polimorfas, verdes na página superior e branco-tomentosas a branco-acinzentadas na inferior, amentos precoces e cilíndricos. Em medicina utiliza-se internamente o ritidoma dos ramos novos como adstringente, antiescorbútico, febrífugo e antidiarreico e externamente como cicatrizante de feridas. A partir dos gomos faz-se o «unguento populeão» empregado no tratamento das hemorroidas e infeções do mesmo tipo. Contém salicina e o glucósido populina.

**Populus balsamifera** L.; Salicáceas. Álamo-balsâmico, *choupo-balsâmico* (Portugal). Balsam poplar (I). Árvore ereta de grande porte, originária da América do Norte, estendendo-se desde as regiões subárticas até ao norte dos EUA. Em medicina tradicional, os gomos secos ao ar são usados como expetorante e estimulante. A madeira é de boa qualidade e incluída entre as chamadas «madeiras leves».

**Populus ciliata** Wall. ex Royle; Salicáceas. Himalayan poplar (I). Árvore dioica, originária da Ásia temperada, do este dos Himalaias até Mianmar, cujo ritidoma é usado na medicina hindu como vermífugo, denominada comercialmente por “paluch” e regionalmente por “bangikat”.

**Populus euphratica** Olivier; Salicáceas Indian poplar, Euphrates poplar (I). Árvore originária do NW de África, e do SW da Ásia até ao NW da China. Em muitas regiões da Índia é utilizado em medicina tradicional, e usam o ritidoma como vermífugo e localmente é denominada por “bahan, hodung”.

**Populus fremontii** S.Watson; Salicáceas. Cottonwood, Fremont's cottonwood (I). Árvore de grande porte, originária do NW dos EUA até ao NW do México. Na medicina de várias tribos originárias é usado o ritidoma como antiescorbútico.

**Populus nigra** L.; Salicáceas. Álamo, álamo-da-terra, álamo-negro, almo, armo, choupo, choupo-negro, olmo-negro (Portugal). Black poplar (I). Árvore dioica, de médio porte, originária de quase toda a Europa prolongando-se pelo W da Ásia e NW de África, em Portugal teve introdução há muito, por vezes naturalizado, trono de ritidoma cinzento, de ramos patentes, gemas viscosas com cheiro balsâmico e amargas, folhas de limbo romboidal a ovado-romboidal crenado-serrado, página inferior mais clara e brilhante, flores em amentos pendentes, as femininas esverdeadas e as masculinas com estames de anteras vermelhas. O infuso, decocto e pasta dos gomos usam-se em doenças da pele e internamente em doenças do aparelho digestivo e também como diurético e favorecedor da eliminação do ácido úrico. O ritidoma pulverizado é febrífugo e as cinzas absorvem os gases intestinais.

**Populus tremuloides** Michx.; Salicáceas. Quaking aspen, trembling aspen(I). Árvore originária da América do Norte, desde a região subártica até ao sul do México, cujo ritidoma é tónico, estimulante e diurético, usado em medicina tradicional em casos de debilidade, indigestão, histeria e doenças urinárias.

**Portulaca oleracea** L.; Portulacáceas. *Baldroega, beldroega, beldroega-de-verão, beldroega-pequena, bredo-fêmea* (Portugal). *Beldroega, beldroega-da-horta beldroega-pequena, beldroega-vermelha, bredo-de-porco, caaponga, onze-horas, porcelana, salada-de-negro, verdolaga* (Brasil). Common purslane, purslane, pusley (I). Planta herbácea anual, prostrada e suculenta, de origem incerta, parecendo estender-se naturalmente pela Europa e Ásia tropical, hoje cosmopolita em regiões tropicais e temperadas quentes, verde avermelhada, de folhas alternas, flores de pétalas amarelas que abrem de madrugada e fecham



à noite. Cultivada como hortícola, por vezes infestante agressiva, consumida sobretudo em sopa, esparregado e saladas. Em medicina tradicional, na Índia e noutros países, a planta é desde há muito usada como vulnerária, antiescorbútica, refrigerante e diurética moderada, anti-inflamatória, vermífuga, antipirética, e antibacteriana, na China é considerada emoliente, as folhas colocadas sobre tumores, úlceras e feridas e utilizadas contra a leucorreia e blenorragia. Na medicina tradicional de São Tomé, as sementes são empregues como vermífugo, o cozimento das folhas para o tratamento de doenças das vias urinárias e inflamações dos olhos e as folhas pisadas colocam-se sobre feridas para facilitar a cicatrização. Noutros locais a planta é considerada refrescante, diurética, mucilagínosa, emoliente e vermífuga. Em Angola, na medicina tradicional, a planta é utilizada nos casos de helmintíase e disenteria e as folhas são consumidas como hortaliça. No Brasil o infuso das folhas combate as infeções urinárias, ajuda a eliminação de vermes intestinais e regula as menstruações.

**Portulaca pilosa** L.; Portulacáceas. *Amor-crescido* (Brasil). Chisme, kiss-me-quick (I). Planta herbácea anual, suculenta, originária do continente americano, desde o centro e sul dos EUA até às regiões tropicais e subtropicais do sul do continente, naturalizada noutros locais, com folhas alternas e flores de pétalas alaranjadas, vermelhas ou lilases. Utilizada localmente em infusos contra a queda do cabelo e como diurética, as folhas usadas em emplastos em queimaduras e afeções da pele.

**Portulaca quadrifida** L.; Portulacáceas. Chicken weed (I). Planta herbácea anual prostrada, considerada originária da África e Ásia tropicais e subtropicais até ao SW do Pacífico. Na medicina hindu a planta é usada em doenças de pele, dos rins, bexiga e pulmões. Noutros locais usam a planta como antiescorbútica e, noutros ainda como emética. A planta é consumida como hortaliça em muitas regiões.

**Posoqueria latifolia** (Rudge) Schult.; Rubiáceas. *Baga-de-macaco* (Brasil). Árvore de pequeno porte, originária das terras de média ou pequena altitude do México, América Central ístmica e Caraíbas estendendo-se até ao sul da região tropical, de folhas opostas e simples, flores de cor creme reunidas em umbelas terminais, fruto uma baga amarela na maturação envolvendo sementes com um arilo amarelado e restos do cálice no ápice. Na medicina tradicional a planta é usada como cicatrizante e antisséptica e atribuem-se-lhe propriedades antifúngicas. O arilo das sementes é comestível e de sabor agradável. Localmente a polpa é muito utilizada como engodo para os peixes.

**Potentilla erecta** (L.) Raeusch.; Rosáceas. *Consolda-vermelha*, *potentila*, *quinquefólio*, *sete-em-rama*, *solda*, *tomentilha*, *tomentina*, *tormentila*, *tormentilha*, *tormentina* (Portugal). Septfoil, tormentil (I). Erva perene de toíça forte, originária de quase toda a Europa estendendo-se à Ásia temperada até ao W da Sibéria, Açores e NW de África, de folhas maioritariamente trifolioladas com duas estípulas semelhantes aos folíolos. Planta frequente em Portugal nos pastos e terrenos húmidos. Como planta medicinal a raiz é usada como tónico adstringente e excitante e os rizomas como tónico e adstringente, em diarreias ligeiras e externamente quando se verifica insuficiência venosa.

**Potentilla indica** (Andrews) Th.Wolf; Rosáceas. Indian strawberry, mock strawberry (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da Ásia, sul da parte temperada do Afeganistão à Rússia oriental e Japão, zona tropical continental e insular, muito comum na região dos Himalaias, introduzida e

dispersa em diversas regiões, tornando-se por vezes infestante, de ramos prostrados e estolhosos, rebentando abundantemente de toixa e formando um conjunto cespitoso, flores de pétalas amarelas, fruto múltiplo de aquênios numerosos, sem estilete persistente, sobre um receptáculo cónico envolvido pelo hipanto persistente, sendo insípido, mas comestível. A planta é muito cultivada para proteção do solo contra a erosão e as partes tenras são consumidas como hortaliça. Sob o ponto de vista medicinal o decocto das folhas é usado localmente contra a malária e febre.

**Potentilla reptans** L.; Rosáceas. *Cinco-em-rama, potentila, quinquefólio* (Portugal). Creeping cinquefoil (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da Europa, NW e centro-norte de África, Ásia mediterrânea estendendo-se ao W e centro da Ásia e NE da América do Norte, introduzida e por vezes naturalizada noutras regiões, de caules curtos e enraizando nos nós quando em contacto com a terra, folhas de pecíolos compridos, digitadas com 3-5 folíolos, flores de pétalas amarelas. Muito vulgar em Portugal, principalmente nas margens dos cursos de água e outros locais húmidos. Na medicina caseira usa-se a planta como adstringente interno em casos de diarreias, febres e tuberculose e externamente em anginas e estomatites. Planta muito apreciada pelo gado como forragem.

**Pothos scandens** L.; Aráceas. *Folhas-de-lança* (Goa). Trepadeira vigorosa, originária das regiões ocidentais do Oceano Índico, Ásia tropical e subtropical, muito ramificada, folhas de formas muito variáveis, espata verde, espadice amarela, fruto uma baga. Planta utilizada nas Medicinas aiurvédica e chinesa, sendo usada contra as febres.

**Pouteria ramiflora** (Mart.) Radlk.; Sapotáceas. *Abiú-do-cerrado, curriola, figo-do-cerrado, pitomba-de-leite* (Brasil). Árvore de porte médio, originária do cerrado da Bolívia, Paraguai e Brasil, de folhas simples, espiraladas, com indumento na página inferior, flores esverdeadas e pequenas, fruto uma baga de cor verde e de cheiro muito marcado na maturação, com polpa gelatinosa. Na medicina tradicional usam a planta contra dores no geral e disenterias e atribuem-se-lhe propriedades analgésicas e anti-inflamatórias. A polpa dos frutos é comestível constituindo um alimento de recurso.

**Pouteria sapota** (Jacq.) H.E. Moore & Stearn; Sapotáceas. *Sapota* (Portugal). *Mamei* (Brasil). Mamey sapote, sapote, marmelade plum (I). Árvore de porte médio a alto, originária das terras baixas do sul do México e América Central ístmica, difundida noutras zonas tropicais, principalmente como fruteira. Tem folhagem caduca ou persistente, de acordo com as condições de clima, o caule tem grande diâmetro e por vezes com raízes escoras na base, ritidoma acastanhado e áspero, laticífera deixando exsudar um suco leitoso e espesso por feridas no caule ou noutros dos seus órgãos, folhas dispostas em espiral apertada na extremidade dos ramos, flores em fascículos na axila das folhas, aparecendo depois destas terem caído. O fruto é uma baga ovoide ou elipsoide, castanho-escuro na maturação, de epicarpo duro, mesocarpo constituído por uma polpa branda e adocicada, que pode variar de alaranjada, rosada ou quando madura avermelhada, comestível e muito apreciada. Sob o ponto de vista medicinal o suco é irritante para os olhos, cáustico e vesicante na pele, mas na medicina tradicional de alguns locais é usado como anti-helmíntico, emético, para eliminar verrugas da pele ou para combater doenças cutâneas provocadas por fungos. O óleo das sementes usa-se como tónico para a pele, para evitar a calvície, para reduzir as dores musculares e afeções reumáticas.

**Pouteria torta** (Mart.) Radlk.; Sapotáceas. *Abieiro-do-cerrado*, *abiu-do-cerrado*, *abiu-piloso*, *abiurana*, *curriola*, *guapeba*, *guapeva*, *pêssego-do-cerrado* (Brasil). Árvore de pequeno porte, originária da América tropical, desde o sul do México ao sul da zona tropical do continente, frequente no centro do Brasil, de caule eramos tortuosos com ritidoma suberoso, indumento acastanhado, exsudando uma seiva leitosa por feridas no caule, folhas verticiladas e pubescentes, alternas, pecioladas, tomentosas na página inferior, flores de cor creme ou vermelhas e pequenas, fruto uma baga tomentosa, alaranjada na maturação, com polpa branca e gelatinosa. Na medicina tradicional usam o infuso do ritidoma contra a diarreia e atribuem-se-lhe propriedades antimicrobianas. A polpa dos frutos é comestível em natureza ou usada em doçaria.

**Premna hispida** Benth.; Lamiáceas (Labiadas). Planta arbustiva ou trepadora lenhosa, originária da floresta secundária densa húmida ou floresta aberta da África tropical ocidental, do Senegal ao Benim. Em medicina tradicional, na Guiné-Bissau usam as folhas em casos de enfartamento intestinal e de hemorroidal.

**Primula auricula** L.; Primuláceas. Auricula, bear's-ear (I). Planta herbácea perene, originária das regiões montanhosas da Europa, Alpes, Cárpatos e Apeninos, onde é usada nas vertigens e dores de cabeça.

**Primula reticulata** Wall.; Primuláceas. Planta herbácea perene, originária da Ásia, nos declives da região montanhosa dos Himalaias ao SE do Tibete, no Butão, Índia, Nepal e China, usada na medicina hindu como anódino.

**Primula veris** L.; Primuláceas. *Primavera*, *prímula* (Brasil). Cowslip (I). Planta herbácea perene, originária de quase toda a Europa, não existente naturalmente em Portugal, de folhas espatuladas, muito reticuladas, acinzentadas na página inferior e dispostas em roseta basal, flores de cheiro forte, corola amarelo-vivo, reunidas em umbelas na extremidade dos escapos. As flores e raízes são utilizadas na Europa como remédio caseiro para as constipações e externamente em doenças da pele.

**Primula vulgaris** Huds.; Primuláceas. *Barral*, *pão-de-leite*, *primavera*, *primaveras*, *queijadilho*, *rosas-de-páscoa* (Portugal). Primrose (I). Planta herbácea vivaz, originária da Europa, estendendo-se até ao Cáucaso ocidental e Líbano, de folhas oblanceoladas com pecíolo alado, cálice tubuloso lobado, corola assalveada e frequentemente com manchas no tubo, odorífera. Frequente sobretudo nos prados permanentes do norte e noroeste de Portugal, onde na medicina caseira, a raiz é usada internamente com béquica e sialagoga e externamente como tópica. O infuso das folhas é usado nas perturbações nervosas.

**Paropsia brazzaeana** Baill; Passifloráceas. Planta subarbustiva, originária da África tropical centro-ocidental até ao sul, na zona de transição entre a floresta aberta e a savana, desde os Camarões e RCA a Angola, Zimbabué e Botsuana, de folhas verde-brilhante na página superior e verde-pálido na inferior, flores de pétalas brancas precocemente caducas. No Leste de Angola dão-se aos filhos ao deitar para não chorarem durante a noite.

**Protea angolensis** Welw.; Proteáceas. Northern sugarbush (I). Planta arbustiva ou pequena árvore, originária da savana, matos e pastagens da África tropical, de Angola e RDC ao Burundi, estendendo-se para sul até Moçambique, Zimbabué e Zâmbia, pouco ramificada, de folhas persistentes glabras e coriáceas, apresentando variação no ângulo de inserção de acordo com

diferentes situações de exposição solar podendo apresentar-se com a margem perpendicular aos raios solares, flores em capítulos terminais densos com os receptáculos envolvidos por um involucre de brácteas dispostas espiraladamente em várias séries, rijas, exceto nas margens, com uma pubescência sedosa e avermelhada. Em Angola ocorre nas zonas planálticas, e a planta é usada na medicina tradicional em certas regiões nas diarreias e hematuria.

**Protea repens** (L.) L.; Proteáceas. Sugar protea, honey protea (I). Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária do sul de África. O néctar das flores é usado contra tosses e afeções pulmonares. Cultivada com grande intensidade na ilha da Madeira como produtora de flores de corte de grande procura.

**Prunella vulgaris** L.; Lamiáceas (Labiadas). *Barral, brunela, erva-férrea, prunela* (Portugal). Heal all, self heal (I). Planta herbácea perene, glabrescente, originária de prados húmidos, margens de rios, charcos ou lagos do hemisfério norte temperado e subtropical, ascendente ou semiprostrada, com folhas basais em rosetas, inteiras ovadas a ovado-lanceoladas, flores de corola azul a violácea em espigas de verticilastos, fruto de mericarpos oblongos. Tem uma ação adstringente suave, sendo usada sob a forma de cozimento, quer para uso interno, quer para uso externo, favorecendo a cicatrização de ferimentos, na leucorreia, rouquidão persistente e hemorragias internas. Planta frequente nos prados permanentes e locais húmidos do norte e noroeste de Portugal continental onde é utilizada para cicatrizar feridas. Planta melífera. Entra na farmacopeia chinesa.

**Prunus amygdalus** Batsch; Rosáceas. *Amendoeira, amendoeira-amarga, amendoeira-doce* (Portugal). Almond (I). Árvore de médio porte, resultante da seleção humana á longo tempo considerada ter ocorrido na região da Turquia, muito cultivada em toda a Região mediterrânea, de folhas oblongo-lanceoladas, glabras, crenadas, flores de pedicelo curto, precoces, solitárias ou geminadas, fruto uma drupa com o mesocarpo fibroso tornando-se deiscente por sutura ventral libertando a semente envolvida no endocarpo «amêndoa» que é umas vezes mais branda (amêndoas-molares), outras vezes mais dura (amêndoas-durázias). Fundamentalmente cultivada por causa das suas sementes, muito usadas em pastelaria. As amêndoas «amargas» contêm um glicósido do ácido cianídrico pelo que não devem ser diretamente consumidas. Das sementes extrai-se um óleo (óleo de amêndoas doces) muito usado em medicina como sedativo para constipações e como protetor da pele.

**Prunus cerasus** L.; Rosáceas. Ginjeira, ginjeira-galega (Portugal). Dwarf cherry, sour cherry, tart cherry (I). Árvore de médio ou pequeno porte, originária da região de Cáucaso, cultivada em Portugal e várias zonas temperadas, por vezes conduzida em espaldeira, de ritidoma liso, folhas ovadas e serradas, brilhantes na página superior, flores odoríferas, de pétalas brancas, reunidas em inflorescências umbeliformes, fruto (ginja) uma drupa globosa e carnuda de polpa e comestível tenra, por vezes um pouco amarga, utilizada para fazer um licor. Na medicina caseira usam os frutos como diurético, digestivo e bons para os rins. O infuso de «pés de cereja» é muito usado, principalmente nos meios rurais, como diurético.

**Prunus domestica** L.; Rosáceas. *Abrunheiro, Abrunheiro-manso, ameixeira, ameixeira, ameixoeira* (Portugal). Plum (I). Árvore de pequeno porte, considerada originária da Turquia, cultivada nas regiões temperadas de todo o mundo, com os ramos novos glabros, folhas obovado-elípticas, crenado-serradas, densamente pubescentes na página inferior quando novas tornando-

se subglabras, flores de pétalas brancas ou branco-esverdeadas, fruto uma drupa oblonga a subglobosa, azul-escuro, violácea a amarelo-avermelhada, pruinosa. Na medicina caseira usam os frutos passados como laxativo, béquico e peitoral. As flores são melíferas. A espécie tem numerosas variedades (ameixeiras europeias) exploradas como fruta muito apreciada.

**Prunus laurocerasus** L.; Rosáceas. *Loureiro-cerejo*, *louro-cerejo* (Portugal). Cherry laurel (I). Árvore de pequeno porte ou arbusto, originário do SE da Europa, Turquia, Cáucaso, W da Ásia até ao Irão e Líbia, introduzida e naturalizada na Europa, muito utilizada em jardins como ornamental, de folhas grandes, elípticas ou oblongo-lanceoladas, crenadas ou serradas, coriáceas e brilhantes, fruto uma drupa arredondada e anegrada com um caroço, dentro do qual se encontra uma única semente muito amarga. Os frutos são anódinos, antiespasmódicos, sedativos e usados nas constipações. O uso do louro-cerejo com medicinal é tido por perigoso, porque as folhas contêm doses elevadas de ácido cianídrico.

**Prunus persica** (L.) Batsch; Rosáceas. *Pessegueiro* (Portugal). Peach (I). Árvore pequena, resultante da seleção humana considerada como ter ocorrido á largo tempo no norte da China central, existindo nos nossos dias apenas diversas variedades cultivadas como «fruteiras». Referindo apenas a parte medicinal, os frutos «pêssegos» são considerados diuréticos e um tanto laxativos, o infuso das folhas serve internamente de purgante e externamente é considerado sedativo, o macerado da semente em vinho serve para regular os fluxos menstruais e o infuso das flores em leite é considerado laxante e vermíugo.

**Prunus serotina** Ehrh.; Rosáceas. *Cerejeira-negra* (Portugal). Black cherry, rum cherry, wild cherry (I). Árvore vivendo acima de 1700 m, originária da América do Norte com população disjunta, encontrando-se a W e E do Canadá, estendendo-se pelo E e ao SW dos EUA, prolongando-se à região montanhosa do México e Guatemala, utilizada fundamentalmente como produtora de madeira. Os frutos são comestíveis, embora não sejam muito apreciados. O ritidoma, folhas e sementes, são usados medicinalmente, mas quando trituradas e deitadas em água libertam o ácido hidrocianico. O ritidoma é utilizado em medicina como tónico e sedativo e entra em remédios contra a tosse e constipações. A água destilada das folhas tem propriedades antiespasmódicas. O infuso do ritidoma é usado contra a disenteria, tem propriedades tónicas, acalma as irritações e diminui a excitabilidade nervosa.

**Prunus spinosa** L.; Rosáceas. *Abrunheiro* (Portugal). Blackthorn (I). Pequeno arbusto, em geral rizomatoso formando moitas, originário de quase toda a Europa estendendo-se ao Cáucaso, SW Ásia ocidental, W da Sibéria e NW de África, de ramos divaricados intrincados e espinescentes, e muitos raminhos inserindo-se em ângulo reto, flores precoces e pequenas, solitárias ou reunidas em pequenos fascículos, fruto «abrunho» uma drupa subglobosa coberta de pruína cerosa e de polpa amarga. Muito vulgar na Europa em sebes, moitas e nas falésias ao longo da costa. Dos frutos prepara-se um licor que tem muitos apreciadores. Em medicina tradicional o ritidoma, folhas e flores são considerados adstringentes, diuréticos, depurativos, tónicos, laxativos e sudoríferos e usados na furunculose, acne, fadiga, doenças da boca, atraso no crescimento, diarreias, úlceras, feridas e vaginites.

**Pseudeminia benguellensis** (Torre) Verdc.; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilionóideas). Subarbusto endémico das savanas das

províncias de Benguela e Huambo em Angola. Usada nos planaltos angolanos como medicinal em casos de tosse, gravidez prolongada, hidropisia, diarreias, ténia, hérnias e síncope.

**Pseuderanthemum tunicatum** (Afzel.) Milne-Redh.; Acantáceas. Planta arbustiva ou subarbustiva, originária do sub-bosque da floresta densa húmida da África tropical ocidental até à RCA, estendendo-se para sul até à RDC e Angola e SW da Etiópia, de ramos tetrâmeros e pendentes, verde-brilhantes, folhas oblongas, por vezes deformadas por excrescências, flores brancas mosqueadas de violeta em longas espigas terminais, fruto capsular. Na medicina tradicional usam as folhas colocando-as sobre as chagas.

**Pseudognaphalium semiamplexicaule** (DC.) Anderb.; Asteráceas (Compostas). Planta herbácea branco-tomentosa, originária da América tropical, do México e América Central ístmica, de folhas alternas, compridas e estreitas, decorrentes, flores de corola amarela em capítulos com involúcro cilíndrico de brácteas branco-tomentosas dispostos em cimeiras terminais. A planta seca e fumada, usa-se principalmente no México, contra a asma e o infuso ou decocto das flores e caules são usados contra gripes e constipações.

**Pseudolachnostylis maprouneifolia** Pax var. **dekindtii** (Pax) Radcl.-Sm.; Filantáceas. Duiker berry, kudu berry (I). Planta arbórea de pequeno porte ou arbustiva de folhagem caduca, originária dos matos, floresta aberta ou savana arbórea da África, de Angola, RDC e Tanzânia estendendo-se até ao sul da zona tropical, de ramos jovens castanho-pubescentes ou tomentosos, folhas lanceoladas ou oblongas, coriáceas e igualmente pubescentes nas duas páginas, flores dioicas sem pétalas, flores masculinas em glomérulos sésseis axilares, flores femininas pediceladas solitárias e axilares. Na medicina tradicional dos povos de algumas regiões de Angola usam o entrecasco para desinfetar feridas e o ritidoma nas mordeduras de cobras.

**Pseudolachnostylis maprouneifolia** Pax var. **glabra** (Pax) Brenan; Filantáceas. Árvore de pequeno porte ou arbusto dioico e caducifólio, originário da África, de Angola, RDC e Burundi estendendo-se até ao sul da zona tropical, de tronco ascendente, ramificado a pequena altura, copa muito volumosa, ramos jovens e folhas quase glabras, flores masculinas em cimeiras pedunculadas axilares, as femininas solitárias pediceladas, fruto subgloboso de pericarpo rugoso e brilhante, endocarpo trilobular. Planta relativamente frequente em Angola onde nalgumas regiões usam as folhas trituradas ou o seu infuso para combater a caspa.

**Pseudolmedia macrophylla** Trécul; Moráceas. *Api*, *flor-de-paca*, *pama*, *pama-de-tamanho-médio*, *pama-preta*, *pão-de-paca* (Brasil). Árvore dioica, de ecologia variável, da floresta, bosque, cerrado da América do Sul tropical ocidental e centro-ocidental, desde a Venezuela à Bolívia. No Brasil é usado o ritidoma como laxativo, contra o reumatismo, artrose e artrite.

**Pseudospondias microcarpa** (A.Rich.) Engl.; Anacardiáceas. *Guegue*, *muçondo*, *safu-d'obó*, *zenza* (Angola). African grape (I). Árvore de porte muito diverso consoante as condições de vegetação, umas vezes um arbusto, outras uma árvore de grande porte, originária da floresta higrófila e secundária africana tropical e Ilhas Comores, de copa grande e densa, tronco grosso, curto, irregularmente cilíndrico com ritidoma acinzentado, fissurado, destacando-se em placas alongadas, entrecasco branco exsudando uma resina rósea, folhas alternas, pinuladas, apertadamente dispostas parecendo agrupadas em roseta na extremidade dos ramos, flores dioicas pequenas, de pétalas verde-

amarelado, reunidas em panículas axilares, fruto uma drupa azul-anegrada quando madura, muito semelhante a uma uva, muito consumida e apreciada pelas populações locais. Sob o ponto de vista medicinal, o decocto do ritidoma é usado contra a disenteria.

**Pseudowintera axillaris** (J.R.Forst. & G.Forst.) Dandy; Vinteráceas. Árvore de pequeno porte de madeira avermelhada, endêmica da Nova Zelândia. O ritidoma é muito aromático e o infuso tem propriedades tónicas e adstringentes.

**Psidium firmum** O.Berg; Mirtáceas. *Araçá, araçá-do-cerrado, araçá-rasteiro, goiabinha-do-campo* (Brasil). Planta arbustiva endêmica do cerrado brasileiro no centro do Brasil, de folhas simples, opostas, com odor agradável quando esfregadas entre as mãos, flores de pétalas brancas e perfumadas, fruto uma baga globosa, verde-amarelada na maturação de polpa gelatinosa e esverdeada. Na medicina tradicional usam as folhas, que são adstringentes, nas diarreias, diabetes e como cicatrizante. Os frutos são comestíveis em natureza ou em doçaria.

**Psidium grandifolium** Mart. ex DC.; Mirtáceas. *Araçá-cinzento, araçá-do-campo, araçá-felpudo, araçá-fumaça* (Brasil). Arbusto, originário da floresta atlântica e cerrado do Brasil ao NE da Argentina, de folhas opostas subsésseis e pubescentes, flores de pétalas brancas, axilares, solitárias, fruto baciforme, ovoide, verde-amarelado, pubescente, de polpa succulenta e sabor doce-ácido. Na medicina local as raízes, casca, folhas e fruto são reputados como de elevado poder anti-hemorrágico, antidiarreico e cicatrização de feridas.

**Psidium guajava** L.; Mirtáceas. *goiabeira, goiabeira-comum, goiabeira-vermelha* (Brasil). Guava (I). Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária da América tropical, muito cultivada nas regiões tropicais, de caule tortuoso, normalmente ramificado desde a base, ramos jovens verde-claros, quadrangulares e pubescentes e os ramos adultos e o caule com ritidoma fino, liso-brilhante castanho-avermelhado, destacando-se em placas finas, copa normalmente muito pouco densa, folhas com a nervação muito marcada, principalmente na página inferior, flores solitárias ou em fascículos de 3-5, de perfume agradável, fruto baciforme de tamanho, forma e cores muito variáveis, mesocarpo amarelado ou avermelhado na maturação, muito perfumado, com sementes duras e reniformes. Planta de grande valor como fruteira mas também como medicinal. Os frutos são usados contra a dispepsia e disenteria, em casos de bronquites, caquexia, catarro, cólera, convulsões, diarreia, disenteria, epilepsia, febre, gengivites, icterícia, reumatismo, feridas, espasmos, como tónico, nas dores de dentes, prurido, problemas de pele, como cicatrizante, adstringente, antisséptico, hemostático emenagogo, na histeria, surdez, edemas, vermífida e cicatrizante. Na terapia angolana o fruto é utilizado como laxante e com as folhas preparam uma poção antitússica. Na medicina tradicional de São Tomé e Príncipe usam o infuso das folhas no tratamento de diarreias e disenteria, o infuso das folhas para a tosse e fazendo parte de misturas com outras plantas pode obter-se um infuso contra dores de dentes, dores de corpo, como purgante e desparasitante e nos casos de anemia. O ritidoma espesso serve localmente contra dores de peito e o ritidoma fresco ou seco é simplesmente mascado. No Brasil usam os frutos nas diarreias crónicas e o cozimento das folhas em banhos para desinchar as pernas.

**Psidium guineense** Sw.; Mirtáceas. *Araçá, araçá-comum, araçá-do-campo, araçá-mirim, araçá-pedra, araçá-verdadeiro, araçazeiro* (Brasil).

Brazilian guava, Guinea guava (I). Planta arbustiva, raramente uma pequena árvore, originária de uma vasta área de terrenos rochosos ou de floresta aberta desde o sul do México até ao sul da América tropical, largamente difundida em todo o mundo tropical, subtropical e algumas zonas de clima temperado de todos os continentes, de ramos em geral cilíndricos e variadamente pubescentes, folhas opostas com as nervuras muito marcadas na página inferior onde a nervura principal é ligeiramente pubescente, flores axilares, solitárias ou em pequenos fascículos de pétalas brancas, no início apresentando pubescência castanho-avermelhada, fruto baciforme, subgloboso, amarelado ou avermelhado na maturação, lobos do cálice persistente no ápice, com polpa carnuda, esbranquiçada ou amarelada envolvendo numerosas sementes, doce e acídula, consumida em natureza ou em doçaria. Sob o ponto de vista medicinal, os frutos são utilizados na medicina tradicional em casos de diarreia e as raízes são tidas por diuréticas e também com propriedades antidiarreicas.

**Psilopeganum sinense** Hemsl.; Rutáceas. Planta arbustiva, endémica do sul da China central, onde a planta inteira é usada em casos de hidropisia.

**Psorospermum febrifugum** Spach; Hipericáceas. *Cabui* (Angola). Planta arbustiva ou subarbustiva muito ramificada desde a base ou árvore pequena por vezes de tronco corticoide, originária da floresta aberta decídua e savanas arbustivas da África tropical onde se encontra muito difundida, aparecendo com frequência no litoral de Angola e em Moçambique onde o ritidoma é usado como febrífugo. Na Tanzânia usam a raiz nas erupções da pele e feridas e o suco leitoso da raiz como purgativo e contra a sarna, o cozimento da raiz nas dores de barriga e o infuso das folhas em casos de tosse.

**Psorospermum glaberrimum** Hochr.; Hipericáceas. Planta arbustiva, originária da savana com árvores da África tropical ocidental, desde a Gâmbia aos Camarões. Na medicina tradicional da Guiné-Bissau usam o infuso da planta nas dores de corpo.

**Psychotria luzoniensis** (Cham. & Schltdl.) Fern.-Vill.; Rubiáceas. Planta arbustiva, endémica das Filipinas, onde um infuso da raiz se usa como antidiarreico.

**Psychotria micrantha** Kunth; Rubiáceas. Planta arbustiva, originária da floresta húmida da América tropical, desde o S do México, América Central ístmica até ao N e NW da América do Sul desde a Venezuela ao Peru. Na Colômbia é usada como emenagogo e no tratamento da asma.

**Psychotria peduncularis** (Salisb.) Steyererm.; Rubiáceas. Arbusto ou subarbusto com grande variabilidade, originário da África tropical, desde o Senegal ao Sudão e Etiópia estendendo-se para sul de Angola a Moçambique. Na Guiné-Bissau a planta é usada como medicinal contra o paludismo e prisão de ventre e parece que atenua a embriaguez.

**Psychotria spathacea** (Hiern) Verdc.; Rubiáceas. Aio-d'obô, alho-d'obô, pó-cluso (São Tomé e Príncipe). Planta arbustiva originária da mata densa húmida da África tropical ocidental, da Libéria, Costa do Marfim e São Tomé e Príncipe, usada fundamentalmente como medicinal. Em São Tomé e Príncipe utilizam as folhas frescas pisadas postas em água fria para molhar a cabeça contra cefaleias, um decocto do caule ou um infuso das folhas para aliviar dores de corpo, entrando com outras plantas fazem-se tisanas contra as anginas, hepatite e estados febris, bebendo e banhando as pernas com um infuso das folhas combate-se a elefantíase, baixa-se a tensão arterial e resolvem-se problemas digestivos, o cozimento das folhas usa-se em massagens.



**Psychotria viridiflora** Reinw. ex Blume; Rubiáceas. Planta arbustiva ou árvore pequena, originária do SE da Ásia, das Ilhas Nicobar até à Malásia e Indonésia. O decocto das folhas é usado entre os nativos da região nas mordeduras de cobras venenosas, picadas de insetos e doenças da pele como sarna. É conhecida na Indonésia por «halan».

**Psydrax acutiflorus** (Hiern) Bridson; Rubiáceas. *Corda-de-água* (São Tomé e Príncipe). Planta arbustiva trepadora, originária das margens florestais da África tropical, desde a Guiné ao Sudão estendendo-se para sul do N de Angola até Moçambique, de ramos delgados e glabros, folhas pecioladas, oblongas obtusas e acuminadas, flores reunidas em inflorescências de 5-6 flores de corola amarelada, fruto uma drupa glabra com 1-2 sementes. Localmente mitiga-se a sede com a água que escorre das raízes quando se lhe faz um ferimento ou se dividem em bocados. O infuso da raiz e das folhas usa-se para lavar os olhos.

**Pteridium aquilinum** (L.) Kuhn; Denstedtiáceas. *Feiteiro, fento, feto-do-monte, feto-comum, feto-fêmea, feto-fêmea-das-boticas, feitos* (Portugal). *Samambaia-do-campo, pluma grande* (Brasil). Bracken, bracken fern (I). Planta de rizoma subterrâneo longamente rastejante e revestido de pelos avermelhados, originária das Ilhas da Macaronésia (não em Cabo Verde), Europa e Ásia temperada até à Sibéria, N e NE de África e Península da Arábia, podendo tornar-se invasora de difícil erradicação, folhas de pecíolos escuros na região inferior, limbo 3-penatisseto, Soros marginais lineares e contínuos. Em Portugal é comum nos locais húmidos. O rizoma é usado medicinalmente nos planaltos angolanos em odontalgia e demência, o infuso das folhas nas dores de dentes e os rizomas são consumidos como alimento de recurso. É tóxico para bovinos.

**Pteris ensiformis** Burm.; Pteridáceas. Slender brake, sword brake fern (I). Planta herbácea perene, rizomatosa, originária da Ásia tropical e subtropical até ao Oceano Pacífico. Na Índia consomem os rebentos como hortaliça e a planta é usada em medicina tradicional. Na Malásia usam o sumo adstringente das folhas ainda novas para limpar a língua das crianças depois de vomitarem.

**Pteris multifida** Poir.; Pteridáceas. Chinese brake, spider fern (I). Planta herbácea perene, rizomatosa, originária da Ásia temperada e temperada, da China, Vietname, S da Coreia e Japão. Na medicina chinesa usam o decocto da raiz ou o seu macerado em álcool para combater as diarreias e atuando também como vermífugo.

**Pterocarpus angolensis** DC.; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilonoídeas). *Muninga* (Angola). *Umbila* (Moçambique). African bloodwood, African teak, muninga, wild teak (I). Árvore de pequeno porte, caducifólia, originária da floresta aberta, savanas arborizadas e por vezes em solos arenosos da África tropical ao sul do Equador, onde é muito valorizada pela madeira que é muito apreciada na Europa para construção civil e mobiliário. As raízes são tidas por afrodisíacas. De feridas no tronco exsuda uma resina avermelhada usada em medicina tradicional em Angola no tratamento de feridas, hematúria, lactação difícil, esterilidade, impotência, amenorreia, menstruações prolongadas, abortos espontâneos, nados mortos, asma, afeções dos ouvidos boca e nariz, cáries, tinha, síncope, estados de coma, feridas, dores de barriga, diarreias com sangue, epilepsia dos adultos, pontadas nas costas, icterícia, hepatite, esterilidade feminina, infecundidade masculina, dores de barriga, hematúria e blenorragias. Aquele exsudado é muitas vezes vendido no

mercado como «sangue de drago». Antigamente foi muito explorada pela madeira, sendo hoje os indivíduos existentes em menor número que o desejável em Angola.

**Pterocarpus antunesii** Harms; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilonoídeas). Árvore originária da floresta aberta decídua, arbustos e matos no sul da África tropical, da Zâmbia à Namíbia, de porte pequeno a médio, tronco dividido a pequena altura e muito copada ou irregular. Em Angola é frequente nas encostas da serra da Chela até às proximidades de Benguela e usada medicinalmente nestas regiões na esterilidade feminina, fecundidade masculina, dores de barriga e hematúria.

**Pterocarpus indicus** Willd.; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilonoídeas). *Sândalo-rubro* (Goa). Amboyna-wood, Andaman redwood, red sandalwood (I). Árvore de porte médio a grande, originária da Ásia tropical e subtropical, da Índia até ao W do Oceano Pacífico, de folíolos ovado-elípticos, curtamente acuminados no ápice, glabros, flores de pétalas amarelas em panículas axilares ou raramente terminais, vagem orbicular largamente alada em volta da margem. De feridas no tronco exsuda uma resina avermelhada de aplicações semelhantes ao «sangue de drago» e em medicina tradicional. As folhas usam-se na medicina hindu e chinesa. O suco extraído das raízes é utilizado para tratar a sífilis.

**Pterocarpus marsupium** Roxb.; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilonoídeas). *Kino-de-amboína* (Goa) Indian kino tree, Malabar kino tree (I). Árvore de cerca de 30 m de altura, originária da Índia, Nepal, Bangladeche e Sri Lanca. Das exsudações do caule, depois de secas, retira-se o «Malabar Kino» usado como tonificante. Em Goa a goma é usada nas dores de dentes e entra em composições diversas em casos dolorosos.

**Pterocarpus santalinoides** L'Hér. ex DC; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilonoídeas). Árvore de porte médio, originária da África tropical ocidental e centro-ocidental e do sul, incluindo a Ilha da Trindade, e centro da América do Sul tropical. As raízes, casca do tronco e folhas são usadas em decocção para combater a febre, tosse, tónico e as hemorroidas.

**Pterodon emarginatus** Vogel; Fabáceas/Faboídeas (Leguminosas/Papilonoídeas). *Fava-de-santo-inácio, fava-de-sucupira, faveiro, sucupira, sucupira-branca, sucupira-lisa* (Brasil). Árvore de porte médio, originária da América do Sul tropical, do cerrado da Bolívia e Brasil, tendo invadido a floresta semidecídua, com partes das raízes tuberosas, conhecidas localmente como «batatas de sucupira», folhas compostas pinuladas, flores de pétalas esbranquiçadas a rosadas em panículas axilares ou terminais, fruto uma vagem samaroide fibroso-lenhosa com uma semente oleosa envolvida por uma estrutura fibrosa com óleo resinoso. Na medicina tradicional do Brasil usa-se o infuso das cascas, folhas e sementes contra o reumático e contra as inflamações, as «batatas de sucupira» no tratamento da diabetes, o fruto para as dores de garganta e o óleo dos frutos funciona como uma defesa em ataque de bilharziose

**Pteropepon monospermus** (Vell.) Cogn.; Cucurbitáceas. Planta trepadora, endémica do Equador na América tropical. O óleo das sementes é usado como drástico.

**Ptychopetalum olacoides** Benth.; Olacáceas. *Muirapuama, marapuama* (Brasil). Potency wood (I). Arbusto ou árvore de pequeno porte, originária da floresta amazónica no NE da zona equatorial da América do Sul, nas Guianas,

Suriname e N do Brasil, produtora de «muira puama» extraída dos ramos novos e da raiz, usada em medicina tradicional como estimulante sexual e afrodisíaco. A raiz também é aplicada em banhos e fricções, no tratamento da paralisia.

**Ptychopetalum uncinatum** Anselmino; Olacáceas. *Marapuama, muira-puama, murapuama* (Brasil). Árvore de pequeno porte, endémica da região amazónica no norte do Brasil. Tradicionalmente o ritidoma reduzido a pó e o seu infuso são considerados adstringentes e usados no tratamento de feridas e o decocto do ritidoma nas inflamações genitais e em banhos de assento nos casos de hemorroidal. O infuso do ritidoma é ainda utilizado no reumatismo crónico, disenterias, convulsões nervosas, paralisia parcial, dispepsia e como afrodisíaco.

**Pulmonaria longifolia** (Bastard) Boreau; Boragináceas. *Erva-dos-bofes, erva-leiteira-de-nossa-senhora, salsa-de-jerusalém* (Portugal). Narrow-leaf lungwort (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária da região W da Europa, de folhas no verão, subarrossetadas estreitamente lanceoladas, gradualmente atenuadas na base e geralmente manchadas de branco, caule com indumento hirsuto, flores grandes em cimeiras escorpioides, usada medicinalmente como peitoral e como tópica nas gretaduras dos lábios e dos seios, por aplicação externa.

**Pulmonaria officinalis** L.; Boragináceas. Common lungwort (I). Planta herbácea perene rizomatosa, originária de quase toda a Europa, não da Península Ibérica. A planta seca é usada localmente nas bronquites crónicas.

**Pulsatilla cernua** (Thunb.) Bercht. ex J.Presl; Ranunculáceas. Nodding anemone (I). Planta herbácea perene, originária da Ásia oriental, do NE da China e Rússia, à Península da Coreia e Japão. Usada na medicina chinesa devido a presença de anemonina.

**Punica granatum** L.; Litráceas. *Romãzeira, romeira* Portugal). *Romeira-de-granada* (Brasil). Pomegranate (I). Planta originária do continente asiático, do NE da Turquia estendendo-se até ao Afeganistão, a Ocidente dos Himalaias. É fruteira de cultura muito antiga nas margens do Mediterrâneo, já aparecendo representada no Templo de Salomão. Os médicos antigos consideravam já a romãzeira como planta de grande interesse medicinal e à casca era reconhecido um poderoso efeito anti-helmíntico. Hoje a planta é cultivada nas regiões tropicais e temperadas de quase todo o mundo. É um arbusto ereto ou uma pequena árvore de folhagem persistente ou caduca, conforme a ecologia da região onde está a ser cultivada. O fruto é baciforme loculicida globoso, coroado pelo cálice persistente, pericarpo espesso e coriáceo, internamente dividido em vários lóculos de películas espessas coriáceas e amareladas, dispostos em vários andares, cada um com várias sementes, as sementes estão envolvidas pela sarcotesta polposa, amarelo-avermelhada. As sementes são principalmente usadas para refrigerantes e para enfeitar saladas de frutas. O extrato do ritidoma, depois de seco, é um poderoso anti-helmíntico e eficaz contra a ténia e usado também nos casos de febres intermitentes e suores noturnos. Na medicina goesa o xarope preparado do fruto usa-se em estados biliosos e é refrescante, a casca do fruto usam-na em diarreias e disenterias avançadas, as folhas assadas e pulverizadas atuam como bálsamo. O extrato das folhas parece que controla o peso e os níveis elevados de gordura no sangue e controla o apetite. No campo da superstição a romãzeira é considerada a árvore da sorte. Com 12 sementes embrulhadas na carteira, o possuidor tem dinheiro todo o ano. Introduzida pelos portugueses na época dos

Descobrimientos nas diversas terras com as quais iam contactando, possivelmente para lhes servir de apoio futuro na cura das diarreias em que os marinheiros estavam muito sujeitos dado o tipo de alimentação que tinham a bordo.

**Pycnanthus angolensis** (Welw.) Warb.; Miristicáceas. *Monebetamo* (Angola). *Cachão, mutege, pau-caixão* (São Tomé e Príncipe). African-nutmeg, boxboard (I). Árvore dioica, de grande porte, originária da floresta húmida da África tropical ocidental, estendendo-se a Angola e RDC, de folhagem persistente, tronco delgado e copa formada por ramos curtos tendendo para a horizontal, raminhos e rebentos densamente revestidos por um indumento ferrugíneo, folhas de pecíolo curto, limbo oblongo, cordiforme na base e revestido também por um indumento ferrugíneo, flores sésseis em fascículos capituliformes dispostos em panículas axilares, perianto com três lobos castanho-tomentosos, as masculinas com lobos obovoides, as femininas com lobos ovoides, fruto drupáceo, endurecendo na maturação e então abrindo-se em duas valvas, semente envolvida num arilo carnudo, rosado, aromático, de menor intensidade que a maçã da noz-moscada. É relativamente frequente em Angola, na chamada mata cafeeira. Na medicina tradicional de São Tomé Príncipe usam a seiva para abrandar as dores de dentes e na medicina tradicional de muitas regiões.

**Pyrrhosia longifolia** (Burm.f.) Morton; Polipodiáceas. Feto epífita rizomatoso, de longas folhas lineares pendentes dos trocos e ramos de árvores, originário do SE da Ásia tropical, desde o sul-central da China, Ilhas do Pacífico e NE da Austrália. É usado medicinalmente pelas populações locais como analgésico.