

## MELISSA

**Nome botânico:** melissa officinalis L.

### Sinonímia

Erva-cidreira, limonete, chá-de-frança

### Descrição

A melissa, cujo nome evoca o mel, é efetivamente uma das melhores plantas melíferas. Cresce em tufos no jardim ou nos seus arredores. Tem flores bastante pequenas de cor branca, que mais tarde se torna rosada. Exala, enquanto nova, um aroma suave semelhante ao do limão, que depois se torna desagradável, desaparecendo com a secagem. Porém, após a secagem, a planta apenas conserva o aroma primitivo durante um ano.

É mencionada pelos autores da Antiguidade, que aparentemente não apreciaram as suas virtudes. Os árabes, no século X, elogiaram sua ação como remédio para melancolia; este conceito é retomado por um fitoterapeuta nos inícios do século XX, que reconhece à melissa qualidades para fazer desaparecer as “ crises de mau humor nas jovens e nas mulheres débeis. A essência de erva cidreira pode ser considerada como um estupefaciente ligeiramente tóxico; em pequenas doses provoca e diminuição das pulsações.

### Componentes

Ácidos: rosmarínico, cafeíco, clorogênico; ácidos triterpênicos: ácido ursólico e oleânico; sesquiterpenos; taninos; glicosídeos flavônicos; materiais resinosos; álcoois: citranelol, linalol, geraniol; óleo essencial: aldeídos insaturados.,

### Propriedades

#### Farmacêutica

Antiespasmódico, carminativo, colerético, estomáquico, eupéptico, tônico, Sedativo, digestivo, contra pressão alta e dor de cabeça (infusão folhas). Combate gases e cólicas intestinais, auxilia na produção da bile, facilita menstruação, combate infecções virais (gripe, herpes, caxumba e varicela), bom para digestão, icterícia, arrotos, enjôos, fadigas, inflamações oculares.

#### Cosmética

Revigorante para peles e cabelos cansados e sem vida.

### Dosagem recomendada

Extrato fluido: 2,0-4,0mL

Pó: 100-500mg

### Referência Bibliográfica


Carvalho, José C.T.; Almança, Carlos C.J. **Formulação de Prescrição Fitoterápica** - São Paulo: Editora Atheneu, 2003. p22.24

Seleções do Reader's Digest **Segredos e Virtudes das plantas medicinais** – Portugal - 1983

Alcântara - Rua Yolanda Saad Abuzaid, 150, lojas 118/119. Telefone (21) 2601-1130

Centro / Zé Garoto - Rua Coronel Serrado, 1630, lojas 102/103. Telefone (21) 2605-1349

 vendas@farmacam.com.br


 whatsapp (21) 98493-7033

 Facebook.com.br/farmacam

 Instagram.com.br/farmacam

Alcântara - Rua Yolanda Saad Abuzaid, 150, lojas 118/119. Telefone (21) 2601-1130  
Centro / Zé Garoto - Rua Coronel Serrado, 1630, lojas 102/103. Telefone (21) 2605-1349

 [vendas@farmacam.com.br](mailto:vendas@farmacam.com.br)

 [whatsapp \(21\) 98493-7033](https://www.whatsapp.com/chat?phone=5521984937033)

 [Facebook.com.br/farmacam](https://www.facebook.com/farmacam)

 [Instagram.com.br/farmacam](https://www.instagram.com/farmacam)