

## **CHÁS E SEUS BENEFÍCIOS**

**Diabetes:** Cipó mil homes, dente de leão, noz moscada, chapéu de sol, cana do brejo, brilhantina, salsa, caruru, saião, beterraba, quebra pedra, erva moura, jurubeba, graviola, urtiga branca, margaridão, cebola, carqueja, moringa,, sabugueiro, trançagem, murta de jardim, gervão ,pata de vaca, primavera.

**Analgésico Natural:** Erva doce, olguinha, artemísia, losna, picão preto, cardo santo, hortelã, guiné, jambu, noz moscada.

**Cicatrizante:** Trançagem, gervão, babosa, barbatimão, mamona, copaíba, abacaxi.

**Antitumoral:** Cancer, janaúba, crajiru, graviola, moringa, chapéu de sol, groselha indiana, ipe roxo, alho, inhame, tiririca, pinhão roxo, macela.

**Hipertensão Arterial:** Trançagem, murta de jardim, capuchinha, hibisco, chapéu de couro, sete sangrias, embaúba, cana do brejo, alho, aroeira salsa.

**Gripe:** Sabugueiro, melissa, guaco, gengibre

**Anticoagulante: (trombose)** Gengibre, capuchinha, pata de vaca, rubim, ipê roxo, chapéu de couro, abacaxi, guaco.

**Anemia:** Crajiru, erva de são joão, picão preto, chapéu de sol, beterraba.

**Artrite, Artrose e Reumatismo:** Gengibre, canela de velho, erva de são joão, erva baleeira, sucupira.

**Ansiedade e Estresse:** Valeriana, mulungú, maracujá, colônia, capim cidreira, melissa, camomila.

**Colesterol:** Moringa, dente de leão, noz moscada, cana do brejo, brilhantina, ora pro nobis, alumã, quebra pedra, inhame, berinjela.

**Gota:** Chapéu de couro, canela de velho, erva de são joão, erva baleeira,quebra pedra, cordão de frade.

**Ácido úrico:** Chapéu de couro, quebra pedra, cordão de frade.

**Anti-inflamatório:** Erva baleeira, açafrão, ipê roxo, alecrim, trançagem, paracari, embaúba, pata de vaca.

**Alzheimer:** Serralha, chapéu de couro, cardo mariano, emburana.

**Gastrite:** couve, pata de vaca, alecrim do campo, gervão, bálsamo, cardo mariano, janaúba, aroeira vermelha, carqueja, erva baleeira, trançagem, espinheira santa.

**Insônia:** Maracuja, gervão, erva cidreira, carambola, alface, mulungú.

**Gordura no fígado:** Jambolão, cardo mariano, quebra pedra, abacate, moringa.

**Prisão de ventre:** Trançagem, gervão, chanana, alecrim, sene.

**Osteoporose:** Maca peruana, erva botão

**Infecção urinária (cistite):** Douradinha, chapéu de couro, cana do brejo, trapoeraba, erva moura.

**Rinite:** Hortelã, gengibre, erva de santa luzia.

**Fibromialgia:** erva baleeira, mulungu, samambaia gigante(raiz).

**Menopausa:** Amora, maca peruana, artemisia, erva de são joão, mil em rama, erva doce.

**Ciático:** Erba baleeira, sucupira, açafrão.

**Pedra nos rins:** Quebra pedra, moringa, erva de são joão, romã, cana do brejo, embaúba, douradinha.

**HDL colesterol:** Tamarindo, acerola, agrião, coentro, jambolão.

**Colicas:** Camomila, pinhão roxo, melissa, artemisia, erva moura.