

AVEIA

Nome científico: *Avena sativa* L.

Sinonímia científica: N/A

Nome popular: Aveia-cultivada.

Família: Poaceae.

Parte Utilizada: Partes aéreas, fruto e semente.

Composição Química: ácido silícico, alcalóides, saponinas esteroidais, carotenóides, sais minerais, vitaminas, fitoesteróis, aminoácidos, açúcares, pectina.

Formula molecular: N/A

Peso molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

A planta cresce aproximadamente 60 a 90 cm de altura, e possui folhas retas, ocas e parecidas com laminas. As flores que contem 2 ou 3 pequenas flores, são encontradas na parte superior da planta. O grão de aveia cresce dentro de 2 cascas que o protegem durante o desenvolvimento .

Indicações e Ação Farmacológica

Usada como alimento; ictiose (coceira produzida pela pele seca); redutora dos níveis de lipídios no sangue; na redução da vontade de fumar; tratamento para o reumatismo; depressão; dor neurológica crônica; atonia da bexiga; diarreia,

Vendas

(19) 3429 1199
Estrada Vicente Bellini, 175

vendas@florien.com.br
www.florien.com.br

hemorroidas, faringites, laringites, tosse, insônia, nevralgias, ansiedade, arteriosclerose; externamente como um produto emoliente e para limpar a pele.

Os grãos ricos em vitamina B, proteínas, Fe, Ca, hidratos de carbonos de carbono, atuam sobre a formação dos ossos e do sangue. Estimulam a energia física e psíquica e a capacidade de concentração. As fibras facilitam a digestão e regulam o funcionamento dos intestinos. As mucilagens tem a propriedade de desinflamar as mucosas e deter a diarreia. A aveia reduz o teor de gorduras e de açúcar do sangue, auxiliando na arteriosclerose. Devido conter hidratos de carbono que são semelhantes à frutose, que não necessita de insulina para serem metabolizados, é muito utilizada na alimentação de diabéticos. O alcaloide trigomeline é estimulante neuromuscular.

Toxicidade/Contraindicações

Não foram encontrados relatos nas literaturas pesquisadas.

Dosagem e Modo de Usar

Uso interno:

- **Tintura:** 20 gotas, três vezes ao dia;
- **TM:** 40 gotas, três vezes ao dia;
- **Farinha:** 90g ao dia.

Uso externo:

- **Extrato glicólico:** 5 a 10% em cremes, loções cremosas, hidroalcoólicas ou tônicas, géis, produtos para banho, sabonetes, loção de limpeza, máscaras faciais, preparações capilares, produtos para pele sensível e delicada, e cosméticos em geral.

Vendas

(19) 3429 1199
Estrada Vicente Bellini, 175

vendas@florien.com.br
www.florien.com.br



/florien.fitoterapia



/florienfitoativo



Referências Bibliográficas

ÁVILA, L. C. **Índice Terapêutico Fitoterápico. Ervas Medicinais**. 2ªed. Petrópolis, RJ: EPUB, 2013. p. 100-101.

ALONSO, J. **Tratado de Fitofármacos y Nutracêuticos**, Ed. Corpus, 2004.

TESKE, M. **Herbarium compêndio de fitoterapia**, 3 ed. Curitiba, 1997.

Vendas

(19) 3429 1199

Estrada Vicente Bellini, 175

vendas@florien.com.br

www.florien.com.br