

Arnica - Propriedades e Utilidades

Da família das Asteráceas, a mesma do Girassol, a Arnica é uma planta que vem desde muito longe sendo utilizada pela fitoterapia por suas propriedades terapêuticas diversas. O nome arnica significa pele de cordeiro e lhe foi atribuído em função da aparência de suas folhas aveludadas de toque suave e macio. É uma planta de regiões temperadas que floresce em abundância na América do Norte (ocidental). Das mais variadas espécies a Arnica Montana é a mais conhecida, popularmente chamada de arnica das montanhas, tabaco das montanhas ou arnica verdadeira.

Propriedades da Arnica: A arnica possui diversas propriedades medicinais e, conseqüentemente, muitos e variados usos terapêuticos. Os mais conhecidos são os efeitos cicatrizantes em lesões superficiais, bem como, efeitos anti-inflamatórios, combate hemorragias e em caso de febre é utilizada como um anti-pirético natural. Coma combinação de propriedades analgésicas (alivia dores) e anti-inflamatórias combinadas, a arnica é amplamente usada para tratar contusões, distensões musculares, roturas de ligamentos, clarear e desfazer edemas e hematomas, entorses, cicatrização de ferimentos e furenculos, reumatismos, traumatismos e outras lesões desportivas. Além de ser considerada estimulante e ter propriedades tóxicas.

Apresentação e usos da Arnica:

Tintura de Arnica:

Apresenta-se como infusão alcoólica - tintura, que é muito usada para contusões e lesões em geral.

Compressa de Arnica:

Também é uma infusão das flores da arnica, mas sem álcool eficaz em casos de traumas, para uso externo adulto ou infantil.

Pomada de Arnica:

São preparadas farmacêuticas de consistência cremosa, destinadas ao uso externo, também feitas com extrato de flores frescas de Arnica. Se utiliza em caso de contusão ou distensão. Recomenda-se massagear a área afetada.

Gel de Arnica:

São preparadas farmacêuticas de consistência gelatinosa com sensação refrescante destinadas ao uso externo tem efeito anti-inflamatório, anti-séptico e contribui para o alívio da dor (analgésico).

Recomenda-se massagear a área afetada.

Chá de Arnica:

O chá com as flores pode ser usado como compressa para relaxar a musculatura lesionada. O uso interno deve sempre ser feito sob orientação médica.

Precauções:

O Chá das folhas pode ser tóxico causando vômitos, dores abdominais, abortos, bolhas na pele e aumento da pressão arterial.

Não utilizar em feridas expostas, profundas, sem pele. <http://migre.me/RBjt>

Sobre o Autor

Estamos no segmento de produtos naturais e suplementos para atletas desde 1992, o que nos proporciona uma grande experiência na comercialização destes tipos de produto. Visamos sempre a harmonia entre qualidade e preços baixos para oferecer aos nossos clientes os melhores produtos pelo valor mais acessível. [arnica](#)

Source: <http://www.artigopt.com>