# ENCONTRO SOBRE PLANTAS MEDICINAIS: USO E CUIDADOS PARA A SAÚDE

**Autor(res)**

Carlos Ananias Aparecido Resende

**Categoria do Trabalho**

2

**Instituição**

FACULDADE PITÁGORAS DE DIVINÓPOLIS

**Resumo**

As plantas medicinais têm sido utilizadas há séculos como uma alternativa natural para promover saúde e bem-estar. Elas possuem propriedades terapêuticas que podem auxiliar no tratamento de diversas condições, desde problemas respiratórios até inflamações. Este folder busca informar sobre o uso consciente e seguro dessas plantas, valorizando a ciência e a tradição. A Vernonia polyanthes Less., conhecida popularmente como Assa-peixe, é uma planta característica do cerrado brasileiro, destacando-se por sua ampla distribuição e riqueza cultural. Reconhecida por seus diversos nomes regionais e seu papel na medicina tradicional, esta planta perene é notável por sua adaptabilidade e resistência, florescendo em diferentes solos e condições. Com usos que vão desde a culinária até o alívio de problemas respiratórios, o Assa-peixe reflete a conexão entre biodiversidade e as comunidades que preservam seu conhecimento tradicional.