

1. *Mentha x villosa* (HORTELÃ MIÚDA)



Foto: Ariana Reis

A *Mentha x villosa* Huds é uma planta medicinal popularmente conhecida como: hortelã miúda, hortelã de cheiro, hortelã de tempero, hortelã da horta, hortelã rasteira, hortelã de panela. Pertence a família Lamiaceae (Labiatae) sendo um híbrido entre *M. spicata* e *M. suaveolens*. Seu uso medicinal indicam atividade: ansiolítica, antidiarreica, antiparasitária e estomacal (PROJECTO BIOPOLIS, 2007).

Estudos científicos:

Arruda et al. (2006) realizou um estudo onde foi observado atividade antimicrobiana e antifúngica do óleo essencial de *Mentha x villosa* Huds sob as cepas das bacterias *S. aureus* ATCC 25923 e dos fungos *C. albicans* ATCC 7664.

Em estudo realizado por Lima et al. (2014) o óleo essencial de *Mentha x villosa* Hudson exibiu atividade larvicida contra larvas de *Aedes aegypti*. O efeito antinociceptivo do óleo essencial de *Mentha x villosa* Hudson foi avaliado em um trabalho de Sousa et al. (2009) e indica também uma possível ação antiinflamatória como uma resposta indireta, sem envolvimento do sistema nervoso central. Segundo AMARAL (2014).

Como plantar?

A hortelã miúda pode ser plantada por meio dos seus galhos, com aproximadamente 10 cm de comprimento. Coloque os galhinhos em água (lembre de trocar a cada dois dias) até que comece a aparecer algumas raízes e então pode ser plantada em vasos.