

1. *Ocimum gratissimum* (ALFAVACA)



Foto: Ariana Reis

Ocimum gratissimum L. é uma planta da família Lamiaceae de origem asiática, utilizada na medicina popular contra dores articulares, alívio de gases intestinais e contra problemas respiratórios como gripes e resfriados; as partes utilizadas da planta são as folhas e flores sob forma de xaropes, chás para uso interno, além inalações e banhos, também é usado como condimento alimentar (ALMEIDA, 2010).

Estudos científicos:

O óleo essencial de *O. gratissimum* apresentou atividade antifúngica em um ensaio *in vitro* contra os fungos *Candida albicans*, *Candida krusei*, *Candida*

parapsilosis e *Candida tropicalis*, tendo grande potencial no controle de doenças fúngicas (NAKAMURA et al., 2004).

Como plantar?

Pode ser plantado por meio de estacas apicais com 15 a 20 cm de comprimento e um par de folhas. Gosta de sol e água em quantidade suficiente para manter o solo úmido. Pode ser plantada diretamente no local definitivo ou em vasos.