

13

SPRAY - ROMÃ, MEL E ALECRIM PIMENTA

Você já
usou?



Vanessa de A. Royo, Ana Julia F. Souza, Bruna B. Lacerda, Bruno E. F. Leite, Daiane A. Almeida, Eurislene M. A. Damasceno, Luana K. Borges Teixeira, Lucas T. Mendes, Miguel D. Vieira, Pedro H. F. Veloso, Sarah Emanuelle R. Soares, Thalita P. Madureira, Veronica de M. Sacramento

©EDITORA UNIMONTES - 2026
Universidade Estadual de Montes Claros

REITOR

Prof. Wagner de Paulo Santiago

VICE-REITOR

Prof. Dalton Caldeira Rocha

EDITORA GERAL

Maria Clara Maciel de Araújo Ribeiro

REVISÃO LINGÜÍSTICA

Angela Heloiza Benedito-Buxton

CAPA

Vanessa de Andrade Royo

DIAGRAMAÇÃO

Luana Pereira Santos

Vanessa de Andrade Royo

CONSELHO EDITORIAL

Gustavo Henrique Cepolini

Ivana Ferrante Rebello

Leandro Luciano Silva Ravnjak

Luiz Henrique Carvalho Penido

Maria Clara Maciel de Araújo Ribeiro

Patrícia Takaki Neves

Tânia Marta Maia Fialho

Vanessa de Andrade Royo

EDITORA UNIMONTES
Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro
Montes Claros - Minas Gerais, Brasil
CEP: 39.401-089 - CAIXA POSTAL: 126
www.unimontes.br
editora@unimontes.br
Filiada à



Realização



Apoio



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Spray de romã, mel e alecrim pimenta [livro eletrônico]. -- Montes Claros, MG : Editora Unimontes, 2026. -- (Coleção eu uso plantas medicinais com segurança e qualidade) PDF

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-85-7739-809-6

1. Educação em saúde 2. Fitoterapia 3. Plantas medicinais 4. Promoção da saúde I. Série.

26-374051.0

CDD-615.321

Índices para catálogo sistemático:

1. Plantas : Uso terapêutico : Fitoterapia 615.321

Eliete Marques da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9380

APRESENTAÇÃO

Coleção: Eu uso plantas medicinais com segurança e qualidade.

A iniciativa *Eu uso plantas medicinais com segurança e qualidade* representa um projeto concebido pelas professoras Dra. Vanessa de Andrade Royo (Unimontes) e Me. Eurislene Moreira Antunes Damasceno (FarmaVerde). O projeto é executado em colaboração com estudantes do curso de Ciências Biológicas, especificamente, na disciplina de Farmacobotânica, além de envolver participantes do Programa de Pós-graduação em Biotecnologia (PPGB) da Unimontes.

No âmbito deste projeto, são ministrados treinamentos à comunidade e, a partir das informações adquiridas durante esses eventos, surgiu a iniciativa de elaborar cartilhas informativas. As cartilhas são disponibilizadas de forma gratuita, tanto em formato impresso, durante eventos promovidos pela FarmaVerde, quanto de maneira digital.

Descubra mais sobre a FarmaVerde e acompanhe as incríveis aventuras de Flora enquanto ela descobre o poder das plantas medicinais!



O spray de mel, romã e alecrim-pimenta é utilizado como uma alternativa natural para aliviar dores e irritações na garganta. Essa combinação reúne o efeito suavizante do mel, os compostos bioativos da romã e a sensação refrescante do alecrim-pimenta, contribuindo para o conforto da região.

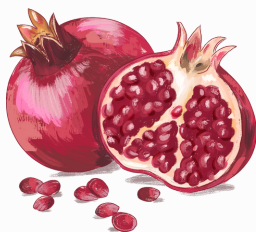
INFORMAÇÕES GERAIS

O spray é uma formulação natural desenvolvida para o cuidado da garganta, combinando ingredientes, amplamente, conhecidos tanto na tradição popular quanto em abordagens de estudos em relação ao bem-estar. O mel, de origem natural, é valorizado por seu efeito suavizante e protetor das mucosas; a romã, fruto rico em compostos bioativos, como polifenóis, destaca-se por suas propriedades antioxidantes; e o alecrim-pimenta, planta aromática, é associado a uma sensação refrescante, antifúngica e antisséptica.

Essa combinação é, frequentemente, utilizada em sprays orais por sua praticidade e ação direcionada, sendo indicada para auxiliar no alívio de irritações, dor e ressecamento da garganta. Inspirado no uso tradicional desses ingredientes, o spray reúne propriedades que contribuem para o cuidado diário da saúde da garganta, sendo uma alternativa natural e de fácil aplicação para promover conforto e bem-estar.

PROPRIEDADES MEDICINAIS

O spray de mel, romã e alecrim-pimenta apresenta uma combinação de compostos com potencial funcional relevante para o cuidado da garganta. A romã é fonte de polifenóis, como punicalaginas e ácido elágico, associados à atividade antioxidante e à modulação de processos inflamatórios. O mel, por sua vez, possui características físico-químicas que favorecem a formação de uma barreira protetora sobre a mucosa, além de apresentar atividade antimicrobiana e presença de compostos fenólicos. Já o alecrim-pimenta contém óleos essenciais, flavonoides e compostos fenólicos, apresentando ação antimicrobiana, antifúngica e cicatrizante. Em conjunto, esses componentes atuam de forma complementar, sendo empregados como suporte no manejo de desconfortos orofaríngeos e na manutenção da integridade da mucosa.



Romã

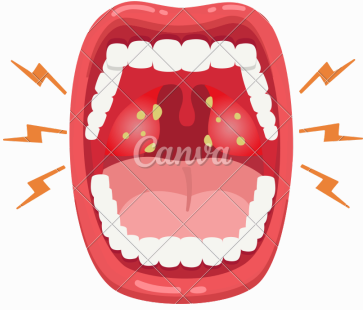


Mel



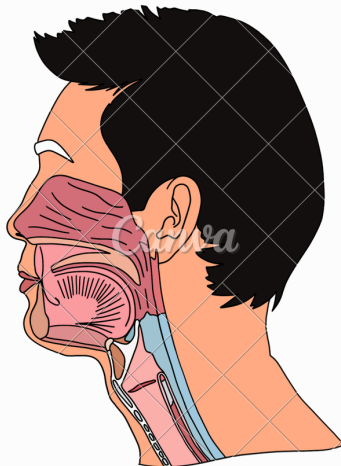
Alecrim pimenta

FITOTERÁPICO - ROMÃ



Ação antimicrobiana: estudos indicam atividade antimicrobiana frente a bactérias e fungos, sendo útil no controle de microrganismos associados a infecções da cavidade oral e garganta.

Infecções Respiratórias e Bronquite: pode auxiliar no alívio de bronquite, febre e infecções respiratórias leves, sendo utilizada, tradicionalmente, em chás e gargarejos.



FITOTERÁPICO - ALECRIM PIMENTA

Antisséptica e Antimicrobiana:

é sua principal indicação, combatendo, de forma eficaz, uma vasta gama de bactérias e fungos.



Problemas de Pele (Ação

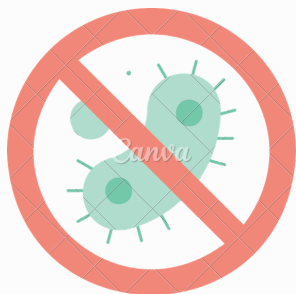
Antifúngica): é muito eficaz contra micoses de pele, como pano-branco (*Pityriasis versicolor*), frieiras (pé-de-atleta) e candidíase cutânea.

Saúde Bucal: é o seu uso mais consagrado. A planta é usada para prevenir e tratar problemas, como gengivite, aftas, placa bacteriana e mau hálito, por combater as bactérias que causam essas condições.



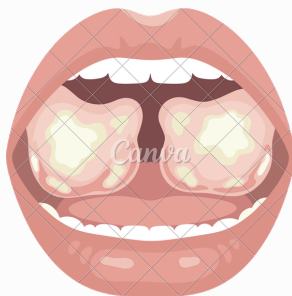
FITOTERÁPICO - MEL

Ação demulcente: Forma uma camada protetora sobre a mucosa da garganta, que reduz a irritação e a sensação de dor.



Ação antimicrobiana: Presença de compostos fenólicos, que atuam contra diversos microrganismos.

Cicatrizante: Favorece a recuperação de áreas sensibilizadas ou inflamadas da mucosa.



ATENÇÃO AO USO!

Alergias:

Evite o uso em caso de sensibilidade ao mel ou às plantas da fórmula.

Uso excessivo:

Pode causar leve irritação na garganta.

Gestantes, lactantes e crianças:

Utilizar apenas com orientação profissional.

Sintomas persistentes:

Procure um profissional de saúde.

RECEITAS

Ingredientes:

Para o preparo de 100 mL

- 10 mL de tintura de Romã (verificar preparo na cartilha da Romã);
- 10 mL de tintura de Alecrim pimenta (verificar preparo na cartilha do Alecrim pimenta);
- 50 mL de mel;
- 30 mL de água destilada (ou filtrada)
- Frasco de vidro âmbar tipo spray.

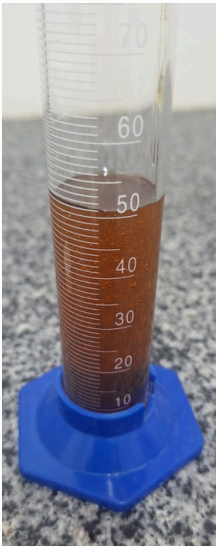


RECEITAS

Modo de preparo:

Misturar todos os ingredientes, homogeneizar (misturar bem), adicionar ao frasco.

Em casa é importante também identificar com rótulo. Colocar os nomes das plantas e a data em que foi preparado.



Adicione o mel, as tinturas e a água.

MODO DE USO

Uso oral: Borrifar na garganta, 3 vezes ao dia.

SEMPRE, NA DÚVIDA DO USO, CONSULTAR O MÉDICO.

REFERÊNCIAS

ALMASAUDI, S. The antibacterial activities of honey. *Saudi Journal of Biological Sciences*, v. 28, n. 4, p. 2188-2196, 2021.

ANVISA. *Formulário fitoterápico*. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/2021-fffb2-final-c-cap2.pdf>. Acesso em: 28 nov. 2025.

BOTELHO, M. A. *et al.* Antimicrobial activity of the essential oil from *Lippia sidoides*, carvacrol and thymol against oral pathogens. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, Ribeirão Preto, v. 40, n. 3, p. 349-356, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Informações Sistematizadas da Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS: *Lippia sidoides* Cham., Verbenaceae (Alecrim-pimenta). Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

FERRAZZANO, G. F. *et al.* In vitro antibacterial activity of pomegranate juice and peel extracts on cariogenic bacteria. *BioMed Research International*, 2017, art. 2152749.

FITOTERAPIA BRASIL. *Lippia sidoides* Cham. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. 1. ed. [S.d.]. Disponível em: https://fitoterapiabrasil.com.br/sites/default/files/monografia/lippia_sidoides.pdf . Acesso em: 28 nov. 2025.

GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL. Secretaria de Estado de Saúde. Subsecretaria de Atenção Integrada à Saúde. Coordenação de Atenção Especializada à Saúde. Diretoria de Assistência Farmacêutica. Gerência do Componente Básico da Assistência Farmacêutica. Núcleo de Farmácia Viva. Brasília, DF: Governo do Distrito Federal, nov. 2021.

REFERÊNCIAS

GUIMARÃES, L. G. de L. *et al.* General characteristics, phytochemistry and pharmacognosy of *Lippia sidoides*. *Natural Product Communications*, v. 10, n. 11, p. 1861-1867, 2015.

MORAIS, S. R. de *et al.* Chemical constituents of essential oil from *Lippia sidoides* Cham. *International Journal of Analytical Chemistry*, v. 2012, p. 1–4, 2012. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3296135/>. Acesso em: 28 nov. 2025.

NOLAN, V. C.; HARRISON, J.; COX, J. A. G. Dissecting the antimicrobial composition of honey. *Antibiotics*, v. 8, n. 4, art. 251, 2019.

OGWU, M. C.; IZAH, S. C. *Honey as a natural antimicrobial*. *Antibiotics*, v. 14, n. 3, art. 255, 2025.

PEREIRA, S. L. S. *et al.* Clinical effect of a gel containing *Lippia sidoides* on plaque and gingivitis control. *European Journal of Dentistry*, v. 7, n. 1, p. 28-34, 2013.

PRASAD, D.; KUNNAIAH, R. *Punica granatum*: a review on its potential role in treating periodontal disease. *Journal of Indian Society of Periodontology*, v. 18, n. 4, p. 428-432, 2014.

RODRIGUES, I. S. C. *et al.* Effect of *Lippia sidoides* in mouthrinses on de novo plaque formation: a double-blind clinical study in humans. *Indian Journal of Dental Research*, v. 24, n. 5, p. 533-536, 2013.

