



**V Feira Municipal de Iniciação Científica Nova Hartz/RS  
2019**

**CATEGORIA 3  
( 7º a 9º ano/ EJA)**

**Título do Trabalho: O PODER DAS PLANTAS MEDICINAIS**

**Componente(s): EDUARDO CARVALHO DA ROCHA, SAMUEL DINIZ CORREA, CAMILI SCHAFFER DE OLIVEIRA.**

**Orientador(a): MIRIAM BERNADETE GEHRKE**

**Escola: EEEM GERMANO HESSLER**

### **RESUMO**

As plantas podem substituir remédios em processos de cura e seus efeitos comparados aos remédios industrializados. O chá é a segunda bebida mais consumida no mundo, perde só para a água. A bebida rapidamente conquistou os habitantes da China e começou a se espalhar pelo oriente, chegando ao resto do mundo a partir de 1560. São relaxantes, nos deixam mais confortáveis e dispostos. Seus benefícios são muitos: aliviam nosso corpo de dores, diminuem a ansiedade, acalmam nossa mente, além de muitos outros. Fazer um chá é uma das maneiras mais simples de retirar todas as propriedades das ervas. E é sempre melhor consumi-las a partir das folhas e ervas frescas do que usar aqueles que já vem em saquinhos. Isso porque o processo de moagem faz com que as ervas percam boa parte de suas características químicas. Por isso, quando o assunto é chá, a sabedoria popular ainda é a melhor guia. A ciência diz é que eles possuem princípios ativos que podem realmente fazer muito bem a nossa saúde. Os chás são remédios naturais e podem causar efeitos colaterais em nosso organismo, por isso deve ser usado com cuidado. Os benefícios dos chás vão muito além do bem-estar que ele causa quando tomamos uma xícara. Ele também possui propriedade diurética e antioxidante, e cada tipo de chá é indicado para problemas em nosso organismo, dos mais simples como uma cólica pré-menstrual, até os mais complexos como a prevenção do diabetes. E, em virtude de todos os benefícios das ervas medicinais (comumente chamadas de chá) mencionados em casa aos educandos e, constantemente, solicitado pelos alunos ou comentado por eles na escola, é que se decidiu pesquisar a respeito do assunto.