

Saúde

O óleo essencial do funcho é tradicionalmente usado como carminativo, antiespasmódico, expectorante, diurético, eupéptico, antiflatulente, galactogogo e como corretor organoléptico de sabor em medicamentos. Veja as propriedades terapêuticas deste óleo.

Propriedades clinicamente comprovadas

- Antifúngico (++++)
- Emenagogo (age como indutor de menstruação) (+++)
- Antiespasmódico
- Carminativo estomacal
- Colagogo, colerético
- Tônico estimulante, cardíaco
- Anti-séptico, bactericida.

Ingredientes Ativos

- Principais componentes: No caule: anetol, α -pineno, eugenol, fenchol, miristicina. Nas sementes: α -pineno, limoneno, fenchol, anetol, cineol, cumarinas e furanocumarinas.
- Monoterpenos: α -pineno, limoneno. Álcoois monoterpênicos: fenchol ; Fenóis: Metil-chavicol, cis-anetol, trans-anetol; Aldeídos: anisaldeído. Cetonas: Fenchona, cânfora. Cumarinas e Furanocumarinas.
- Evitar uso oral em doses terapêuticas
- Concentração máxima de uso tópico: 2%

Reações Adversas

- Não aplicar em doses terapêuticas durante gravidez, lactação ou em crianças pequenas.

Indicações

- Amenorréia, oligomenorréia.
- Dispepsias, colite espasmódica, aerofagia, flatulência, indigestão
- Problemas cardiovasculares, palpitações.
- Asma, bronquite, congestão pulmonar (++)
- Paralisia, dores lombares.
- Tratamento da candidíase

Comentário

Ó óleo essencial é considerado seguro para uso alimentar pelo FDA (Food and Drug Administration)

O óleo essencial de erva-doce é praticamente composto de puro anetol, com traço de limoneno e felandreno. Tem pouca utilidade como agente terapêutico, sendo praticamente usado apenas na indústria alimentícia como aromatizante de balas e doces.

Culinária

| ERVA-DOCE | GOTAS DE AROMATIZANTE / 100g DE ALIMENTOS |
|------------------------|---|
| Bebidas alcoólicas | 89-94 |
| Massas | 26-34 |
| Condimentos | 21-38 |
| Azeites | 26-34 |
| Sorvetes | 25-28 |
| Gelatinas | 21-25 |
| Carnes | 46-74 |
| Bebidas não-alcoólicas | 19-22 |
| Doces | 22-27 |