

CANELA

Nome científico: *Cinnamomum ssp.*

Sinonímia científica: *Cinnamomum zeylanicum* Blaume, *Cinnamomum verum* J.S. PRESL.

Nome popular: canela, canela verdadeira, canela- de-cheiro, canela-da-índia, canela-de-tubo, canela-do-ceilão, canela-rainha.

Família: Lauraceas.

Parte Utilizada: Casca.

Composição Química: Extrato padronizado em 50% de polifenóis. Óleo Essencial (0,5 a 3,5%): Aldeídos aromáticos. Outros: mucilagem, resina, procianidina oligomérica, taninos condensados, oxalato de cálcio, cinceilanina, goma e manitol.

Formula molecular: N/A

Peso molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

Árvore aromática de 6 a 12 metros de altura, com folhas opostas, ovadas ou ovado-lanceoladas, trinervadas. Flores numerosas, reunidas em racemos ramificados e dispostos em panículas terminais, de cor esverdeado-amarelada. Fruto do tipo drupa ovoide ou ovoide-oblonga, contendo uma semente elipsoide.

Indicações e Ação Farmacológica

É um estimulante das funções digestivas e circulatórias. Tem propriedade tônica, carminativa, antiespasmódica, antimicrobiana e adstringente. É utilizada nas dispepsias atônicas, flatulências, diarreias e infecções. Relacionados

fundamentalmente com atividades essenciais, a canela tem demonstrado através de estudos que tem efeito inibitório sobre bactérias como atividade antimicrobiana e possui atividade antisséptica e antioxidante demonstradas em sistemas *in vitro*.

Toxicidade/Contraindicações

Contraindicado na gravidez, amamentação e úlceras gástricas e duodenais. Os efeitos colaterais da canela incluem alergias e irritação na pele.

Dosagem e Modo de Usar

- **Infusão (rasura):** 2,5%, tomar no máximo 200 mL por xícara, três vezes ao dia;
- **Pó:** 400 mg, 1 a 3 vezes ao dia, máximo de 6 g diárias;
- **Extrato seco solúvel:** 6 g ao dia.
- **Extrato seco (50%):** 500 mg, divididos em duas tomadas.

Referências Bibliográficas

ALONSO, J., **Tratado de Fitofármacos y Nutracêuticos**, Ed. Corpus, 2004.

LORENZE, H., Mattos, F.J.A., **Plantas Medicinais no Brasil – nativas e exóticas**. Instituto Plantarum de Estudos da Flora Ltda, 2002.

COIMBRA, R. **Manual de Fitoterapia**, 2^a ed, Cejup, 1.