

Helichrysum stoechas L.

Helichrysum stoechas DC.

Helichrysum stoechas (L.) DC. var. *syncladum* (Jord. et Pourr.) Rouy



[Flora Iberica. Plantas vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares](#)

[Flora-On | Flora de Portugal interactiva](#)

ASTERACEAE

Nome comum:

Marcenilha, perpétuas, perpétuas-das-areias, perpétua-de-flores-encarreiradas .

Partes utilizadas:

Flores e folhas, e o seu extrato e óleo essencial.

Características:

Arbusto perene, caules lenhosos, densamente tomentosos na base, pode crescer até 100 cm e ramos numerosos. Habita em matos xerófilos abertos, secos e soalheiros. Pode ocorrer até aos 340 m de altitude.

Principais compostos do óleo essencial:

Fenchona, cânfora.

Principais compostos de extratos:

Ácidos cafeico e clorogénico, kaempferol, quercetina, luteolina.



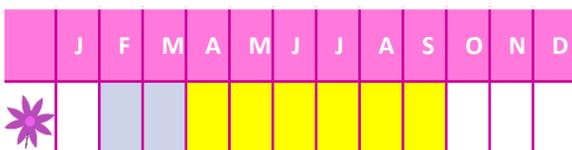
Distribuição da espécie na Península Ibérica, in <https://www.gbif.org/species/7066548>

Utilizações:

A infusão das flores usada na medicina tradicional como expetorante, no tratamento de gripe, constipações, febre, nervosismo. Tem propriedades antimicrobiana, antiviral, diurética, na terapêutica de problemas digestivos e do pâncreas, em dores de ciática e para o tratamento de mordidas de cobras. O extrato glicólico das partes floridas usado no tratamento da psoríase e eczemas. Usada na preparação de perfumes. Estudos referem que o seu óleo essencial e extratos possuem atividades antioxidante e antimicrobiana. Extratos aquosos e hidro-etanólicos demonstraram propriedades anti-inflamatórias e anticancerígenas.

Precauções:

Podem ocorrer efeitos secundários em concentrações elevadas do óleo essencial.



Helichrysum stoechas subsp. *stoechas* | Flora-On