

## MALVA

<http://www.developping.com/plantas-medicinais/malva/>

A **malva** é uma **planta medicinal** com várias aplicações terapêuticas, funcionando como diurético, laxante e expetorante. Pode também ser designada por malva-das-boticas, malva-das-hortas, malva-grande, malva-lisa, malva-maior, malva-silvestre e até mesmo por malva-verde.



## Origem

A **malva** é originária da **Europa** e da Ásia Ocidental, tem aplicações na fitoterapia e é considerada como uma hortaliça. Trata-se de uma planta que se cultiva sobretudo em zonas tropicais e subtropicais.

Se decidir plantar malvas, deve escolher um local com sol e que o terreno seja arenoso e bastante drenado. É considerada uma planta daninha e invasora, mas pode muito bem ser utilizada como uma bonita planta de jardim.

## Benefícios e Propriedades Medicinais

Apresenta diversas propriedades medicinais como a ação curativa e alívio de irritação graças aos ácidos múcicos, óleos essenciais e ácidos tânicos que fazem parte da sua constituição.

É indicada para prisão de ventre, retenção hídrica, aftas, úlceras da córnea, doenças da via respiratória, diarreias e problemas de estômago.

## Chá de Malva

Se optar por tomar [chá de malva](#) misture seis colheres de malva com bagas de roseira e maçã seca por cada litro de água fervida, deixe arrefecer um pouco, coe de seguida e está pronto a tomar. Deve tomar o chá meia hora antes das refeições. O chá tem efeitos calmantes e em gargarejos ajudam na dor de garganta.

O [chá de folhas de malva](#) é muito agradável tal como o chá das suas flores que funciona praticamente como um refresco na época de [Primavera](#) e Verão. Evite-o apenas durante a **gravidez**.

A malva é utilizada tanto para medicamentos como para chás. É bastante útil para curar gripes, tosses, dores de garganta e combate a insônia.

A malva pode também ser mastigada para tornar os dentes mais fortes e resistentes. É de realçar também a ajuda que podemos obter para combater infeções urinárias e problemas intestinais. As folhas das malvas podem ser uma boa solução para aliviar a ardimento que provoca as picadas de insetos e também danos dermatológicos.

Esta planta funciona como um calmante do aparelho digestivo, urinário e respiratório porque apresenta uma ação suavizante e em longas caminhadas é aconselhável para auxiliar os efeitos da desidratação.

As folhas de malva funcionam como um germicida, sedativo natural, combatem inflamações, infeções de boca e aftas. As folhas ajudam também a aliviar a gastroenterite e como cataplasma aliviam furúnculos e hemorroidas.

Há quem opte por tomar banho com as folhas de malva trituradas em água porque melhoram a circulação e purificam o sangue.

A malva tem bastante utilidade também para a culinária onde pode ser cozinhada como o espinafre, acelgas, couves, sobretudo em sopas e saladas. São indicadas sobretudo para mulheres que estão a amamentar, uma vez que estimulam a produção de leite.

As flores da malva são comestíveis e muitas vezes servem de decoração a diversos pratos. As raízes podem ser cozidas e/ou fritas com [alho](#) e são um excelente

acompanhamento de arroz, carne ou peixe. As sementes são de igual forma comestíveis e apresentam um sabor idêntico às nozes.

A malva apresenta também aplicações na cosmética sobretudo em cremes para eliminar borbulhas. Pode juntar a raiz de malvas a qualquer creme de pele e aplicar sobre a pele.

### **Os leitores que viram esta página, também viram:**

- [Hortelã-Pimenta](#) A [Hortelã-Pimenta](#) é uma planta proveniente da Índia e dos países asiáticos e aos poucos foi introduzida na Europa, pelo...
- [Alcachofra](#) A [alcachofra](#) é uma planta medicinal que pode atingir cerca de um metro e meio de altura e apresenta uma...
- [Artemísia](#) A [artemísia](#), conhecida também por rainha das ervas ou a planta das deusas. O uso da artemísia é altamente estimulante,...
- [Aloé Vera](#) O [Aloé Vera](#) é uma planta medicinal, sendo também conhecido por Babosa tendo várias aplicações que vão desde tratamentos de beleza...
- [Chá de funcho para azia](#) Chá de funcho para azia: A azia é um sintoma de desconforto no nosso estômago, por vezes comemos alguma coisa...
- [Remédio caseiro para inchaço](#) Conheça um poderoso remédio caseiro para combater o inchaço. A retenção em excesso de líquidos nos tecidos do organismo é...
- [Chá de Boldo – Conheça os seus Benefícios e Propriedades](#) Conheça os principais benefícios e propriedades da planta Boldo de nome científico (Peamus boldus molina), e o incrível chá de...
- [Boldo do Chile Para que Serve](#) Boldo-do-chile - Tua Saúde Para que serve o boldo-do-chile. Má digestão; flatulência; pedras na vesícula; hepatite; dor de cabeça, suor...
- [Ananás](#) Quando Critóvão Colombo se deparou pela primeira vez com o ananás em Guadalupe, no início da década de 1490, apelidou-o...
- [Remédio para Aftas](#) Qual o melhor remédio pra aftas??? - Yahoo Respostas Olá,há varias formas de tratar as aftas, para ela melhorar só...

Categories: [Plantas Medicinais](#)