

PLANTAS MEDICINAIS DA PENÍNSULA DE SETÚBAL. Contribuição para o conhecimento da sua relevância etnobotânica*

S. Santos¹, A. I. D. Correia², A. C. Figueiredo³, L. S. Dias⁴, A. S. Dias⁴

¹Universidade de Lisboa, Faculdade de Ciências, DBV, C2, Campo Grande, 1749-016 Lisboa, Portugal

²Universidade de Lisboa, Faculdade de Ciências, DBV, Centro de Biologia Ambiental, C2, Campo Grande, 1749-016 Lisboa, Portugal

³Universidade de Lisboa, Faculdade de Ciências, DBV, Centro de Biotecnologia Vegetal, C2, Campo Grande, 1749-016 Lisboa, Portugal

⁴Unidade de Ecologia Química, Centro de Ecologia e Ambiente, Universidade de Évora, Ap. 94, 7002-554 Évora, Portugal

RESUMO

A Península de Setúbal engloba ambientes muito distintos, na medida em que, por um lado, alberga cidades de grande/média e pequena dimensão, intimamente relacionadas com a capital, e por outro, áreas bem preservadas que integram parques naturais ou reservas/zonas protegidas. Assim sendo, os principais objectivos deste estudo prenderam-se com: 1) a caracterização dos remédios vegetais usados por populações distintas (as de áreas urbanas e as de áreas rurais); 2) a comparação e compreensão destas práticas (modo de aquisição e transmissão) e 3) a avaliação da influência da flora envolvente e da disponibilidade das plantas na sua persistência nestas populações.

Os dados foram obtidos através de entrevistas semi-estruturadas a 121 pessoas, maioritariamente idosos, e permitiram recolher informações relativas ao nome vernáculo das plantas, à sua utilização terapêutica, ao seu modo de obtenção, aos procedimentos de colheita, à parte utilizada, ao seu modo de utilização, conservação e administração, a precauções/contraindicações do tratamento e ao modo de avaliação da sua eficácia, à fonte deste conhecimento e a outras utilizações das plantas.

Foram referidos 186 usos medicinais distintos para os 253 *taxa* tentativamente catalogados, correspondendo a [*Lavatera cretica* L., *Malva* spp. (*M. nicaeensis* All.; *M. sylvestris* L.; *M. tournefortiana* L.); *Pelargonium graveolens* L' Her.] ("malvas") o maior número de usos (31), enquanto que o *taxon* mais citado foi *Aloysia triphylla* (L'Hérit.) Britt. ("doce-lima") (60 entrevistas). O grupo terapêutico com maior número de usos atribuído foi "Sistema digestivo" e o uso mais citado foi "Estômago" (45 *taxa*).

Para averiguar de que modo as plantas eram caracterizadas pelos usos e os informantes pelas características identitárias (idade, sexo, local de nascimento, local de residência, escolaridade e actividade profissional) e plantas usadas (espécies, modo de aquisição, objectivo e regularidade do uso), recorreu-se à Análise das Correspondências seguida de Classificação Automática. Verificou-se que apesar de muitas das plantas terem várias aplicações terapêuticas, eram frequentemente utilizadas em afecções fisiologicamente relacionáveis. Constatou-se também que os informantes residentes em áreas mais urbanas apresentavam características distintas daqueles que residiam em áreas mais rurais, sendo que a sua área de residência tinha influência nas plantas que usavam.

Para muitos dos parâmetros analisados a percentagem de esquecimento/desconhecimento foi importante, revelando que muitos dos informantes já não têm bem presentes os conhecimentos da medicina tradicional, o que confere urgência a uma recolha mais exaustiva destes conhecimentos, antes que desapareçam por completo.

INTRODUÇÃO

O termo "Etnobotânica", foi primeiramente utilizado por Harshberger em 1895, tendo a sua origem etimológica nos prefixos *etno*, do grego para raça ou povo, e *botânica*, do grego para

* In: Figueiredo AC, JG Barroso, LG Pedro (Eds), 2007, *Potencialidades e Aplicações das Plantas Aromáticas e Medicinais. Curso Teórico-Prático*, pp. 175-182, 3ª Ed., Edição da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa - Centro de Biotecnologia Vegetal, Lisboa, Portugal.

ciência ou conhecimento das plantas (Dias 2003). Na actualidade, a Etnobotânica é tida como uma ciência interdisciplinar que se encontra no cruzamento entre as ciências naturais e as ciências humanas (1)* e que se ocupa das inter-relações Homem-Planta, pretendendo compilar todos os conhecimentos populares sobre as plantas e seus usos tradicionais para posteriormente interpretar o significado cultural de tais relações (2).

A aculturação “moderna” e industrial recente dos “países desenvolvidos”, a desertificação das áreas rurais e o facto de que estes saberes são tradicionalmente passados por via oral, prevalecendo na actualidade maioritariamente na posse dos idosos, tem-se vindo a traduzir numa crescente erosão dos conhecimentos tradicionais (Ember & Ember 1997 *in* Bonet *et al.* 1999). Assim, a realização de estudos etnobotânicos reveste-se de uma particular importância fundamentalmente por contribuir para a inventariação e difusão de parte de uma dada cultura e portanto para a preservação da herança cultural local que é também, em última análise, mundial (Bonet *et al.* 1999).

Estudos recentes levados a cabo em Portugal mostram que o conhecimento e a prática da utilização de plantas com fins medicinais ainda permanece viva, particularmente em áreas de vegetação relativamente preservada como sejam a Serra de S. Mamede (Camejo-Rodrigues 2001) ou a Serra da Arrábida (Novais 2002), embora essa prática aparente uma expressão residual. É neste enquadramento que surge o presente estudo, realizado na Península de Setúbal, no âmbito dos estágios de final de licenciatura do Dep. de BVA da FCUL, tendo-se pretendido: 1) Averiguar se a utilização de plantas com fins medicinais se mantém entre as populações residentes na Península de Setúbal, principalmente em áreas de vegetação floristicamente mais pobre e/ou degradada ou em áreas urbanas vizinhas de manchas florestais preservadas; 2) Registrar e compreender os processos e o pensamento subjacente a estas práticas e cadeias de transmissão destes saberes; 3) Contribuir para o conhecimento da flora medicinal utilizada na região-alvo e para a sua preservação.

ENQUADRAMENTO GEOGRÁFICO

A Península de Setúbal compreende 158 100 ha (INE, Censos 2001) e está incluída na Área Metropolitana de Lisboa. É delimitada a norte pelo rio Tejo, a este por território alentejano, a sul pelo rio Sado e pelo Oceano Atlântico e a oeste pelo Oceano Atlântico. Dela fazem parte 9 municípios, correspondentes aos concelhos de Alcochete, Almada, Barreiro, Moita, Montijo, Palmela, Seixal, Sesimbra e Setúbal (Fig. 1).

METODOLOGIA

A realização do presente estudo decorreu em 4 fases. A 1ª fase (Outubro de 2003 a Fevereiro de 2004), foi dedicada à recolha de dados e conduziu, numa 2ª fase (Fevereiro a Julho de 2004), à construção de uma base de dados e à atribuição de correspondências entre as designações populares locais das plantas e a nomenclatura botânica. Com a conclusão da 3ª fase (Fevereiro a Julho de 2004), que consistiu na colheita, identificação e herborização das espécies indicadas por informantes seleccionados, deu-se início à 4ª e última fase do trabalho (Julho a Outubro de 2004), correspondente ao tratamento da informação recolhida.

Recolha de dados (entrevistas)

Realização de 102 entrevistas semi-estruturadas a 121 informantes, em 5 dos 9 concelhos da península, em 3 sub-zonas criadas *a priori* no âmbito do estudo (Fig. 1).

As entrevistas foram realizadas maioritariamente em instituições e associações de e para idosos. A informação recolhida foi organizada em fichas-guião.

* As páginas da Internet são referenciadas numericamente nas Referências



Fig. 1. Localização das localidades onde decorreram as entrevistas. Assinaladas a azul estão as integradas na Zona de Costa, a verde as integradas na Zona de Serra/ Rural e a vermelho as integradas na Zona Urbana (Cidade). O número que surge dentro do círculo que assinala a localidade refere-se ao número de informantes entrevistados: Almada – 16 informantes; Sesimbra (Zambujal) – 13 informantes; Barreiro e Setúbal – 12 informantes; Charneca da Caparica e Quinta do Anjo – 10 informantes; Costa da Caparica e Palmela – 9 informantes; Coina, Lagameças e Monte da Caparica – 7 informantes; Trafaria – 4 informantes; Vale da Rasca – 2 informantes; Aldeia da Piedade, Baixa de Palmela e Casais da Serra – 1 informante.

Construção de uma base de dados

A informação recolhida foi organizada numa base de dados em EXCEL. Posteriormente, serviu para a elaboração de um catálogo florístico complementado com informação proveniente de 10 referências bibliográficas (ELADIET sem data, Millanvoye 1991, Polunin & Robbins 1993, Pedro & Santos 1998, Roger 1998, Ody 2000, Camejo-Rodrigues 2001, Lieutaghi 2002, Monjardino 2002, Novais 2002).

Atribuição de correspondências entre as designações populares locais das plantas e a nomenclatura botânica

A identificação das plantas referidas como úteis foi efectuada de dois modos:

1. Se não foi possível ver as plantas. Com base nos nomes vernáculos referidos nas entrevistas e recorrendo a bibliografia (Coutinho 1939, Feijão 1960, Rocha 1996, Caixinhas *et al.* 2000, Carvalho & Fernandes 2003) e a ervanárias e empresas de venda de produtos naturais da região (Calêndula/ Natiris, Celeiro, Ervanária da Anunciada e Provida/ Soria Natural);

2. Se foram efectuadas colheitas. Exemplares para identificação. A identificação fez-se recorrendo a Floras [*Flora Vascular de Andalucía Occidental* (Valdés *et al.* 1987), *Flora Ibérica* (Castroviejo *et al.* 1986, 1990, 1993, 1997, 1998, 1999, 2000 e 2003) e *Nova Flora de Portugal* (Franco 1971, 1984, 1994 e 1998)] e por comparação com material herborizado do Herbário do Jardim Botânico de Lisboa.

Colheita, identificação e herborização das plantas indicadas por informantes seleccionados

Seleccionaram-se 4 informantes (Fig. 2) com base nos conhecimentos evidenciados e disponibilidade para nos acompanhar aos locais de recolha, havendo o cuidado de representar cada uma das três sub-zonas definidas acima – 2 informantes da Zona Urbana (cidade), 1 da Zona de Costa e 1 da Zona de Serra/ Rural.

As plantas recolhidas e identificadas foram herborizadas segundo as linhas gerais da metodologia de Pinto da Silva (1986), passando a funcionar como *voucher specimens* do presente estudo, depositadas no Herbário do Jardim Botânico de Lisboa. Adicionalmente, procedeu-se a uma recolha iconográfica quer das plantas colhidas, quer dos informantes.

Tratamento dos dados recolhidos

Numa primeira fase foram feitas análises descritivas e quantitativas básicas com o intuito de obter uma caracterização geral da região segundo os parâmetros em estudo. Numa segunda fase procedeu-se ao estudo quantitativo de parte dos dados recolhidos recorrendo à análise das correspondências e classificação automática mista (Lebart *et al.* 1996) e à análise discriminante

não paramétrica por árvore de decisão binária (Guegen *et al.* 1996).



Fig. 2. Três dos quatro informantes seleccionados D. Adelina, D. Deonilde e D. Madalena (da esquerda para a direita).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Análises descritivas e quantitativas

Perfil dos Informantes

1. Verificou-se que eram principalmente mulheres (86%), com idades compreendidas entre os 71 e os 80 anos (47%), maioritariamente naturais do distrito de Setúbal (46%), com escolaridade básica (61%) e com actividades profissionais integradas no sector terciário (36%). Na sua maioria fazem uso regular de plantas medicinais (69%), predominantemente obtidas por colheita na natureza (83%), fundamentalmente para suprimento das necessidades domésticas (100%).

2. O número máximo de *taxa* por entrevista foi de 77, o mínimo de 1 e o número médio de 12.

3. Apenas 6 entrevistas contaram com a participação de “informantes-estrela” (aqueles que referem 30 ou mais plantas).

Plantas

1. Foram referidos 253 *taxa* e obteve-se um índice de Muntané (nomes não documentados/ nº total de plantas) de 0.53. Apenas 10 *taxa* são referidos em 30 ou mais entrevistas, sendo que 80% deles são indicados em menos de 5.

2. Das 66 famílias botânicas mencionadas, as 6 dominantes (*Lamiaceae*, *Asteraceae*, *Rosaceae*, *Fabaceae*, *Brassicaceae* e *Apiaceae*) englobam mais de 40% dos *taxa*.

3. A *Aloysia triphylla* (L'Hérit.) Britt. (“doce-lima”) (Fig. 3) foi a planta mais mencionada (60 entrevistas), seguida de *Citrus limon* (L.) Burm. fil. (“limoeiro”), *Melissa officinalis* L. (“ervacidreira”) e [*Lavatera cretica* L.; *Malva* spp. (*M. nicaeensis* All.; *M. sylvestris* L.; *M. tournefortiana* L.); *Pelargonium graveolens* L' Her.] (“malvas”) (51, 51 e 50 entrevistas, respectivamente).

4. Dos 186 usos medicinais referidos, os mais mencionados foram “estômago”, “constipações e gripes” e “digestões difíceis/digestiva” (45, 41 e 34 *taxa*, respectivamente).

5. Às plantas conhecidas como “malvas” [*Lavatera cretica* L.; *Malva* spp. (*M. nicaeensis* All.; *M. sylvestris* L.; *M. tournefortiana* L.); *Pelargonium graveolens* L' Her.] (Fig. 3) foi atribuído o maior número de usos medicinais (31 usos), seguidas das “marcelas” [*Achillea ageratum* L.; *Chamaemelum nobile* (L.) All. (*C. nobile* (L.) All. var. *discoideum* (Boiss.) P. Silva); *Matricaria* spp. (*M. chamomilla* L.; *M. recutita* L.)], do “eucalipto” [*Eucalyptus* spp. (*E. globulus* Labill.)] e da “ervacidreira” *Melissa officinalis* L. (27, 25 e 25 usos, respectivamente).

De acordo com o critério de Le Grand & Wondergem (1987) e Johns *et al.* (1990) (*in* Selga 1998), a referência da mesma utilização medicinal em pelo menos 3 entrevistas, 51 *taxa* deverão ser estudados futuramente no âmbito da investigação farmacológica.

6. As plantas são maioritariamente colhidas na Primavera e no Verão, em *habitats* com actividade humana reduzida e/ou espaços cultivados, sendo usualmente consideradas como

frequentes nestes locais.

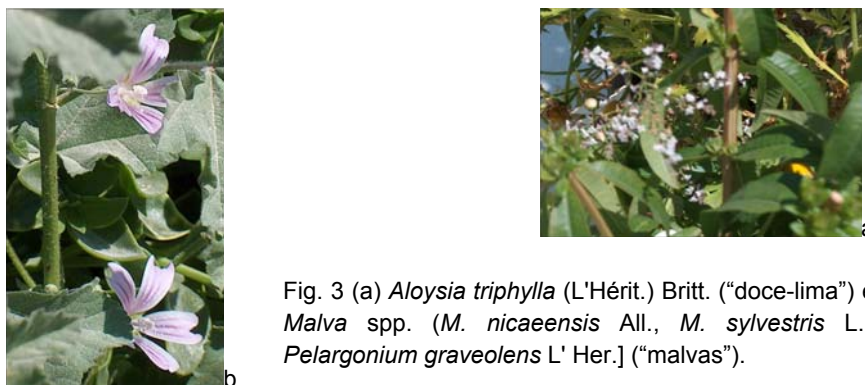


Fig. 3 (a) *Aloysia triphylla* (L'Hérit.) Britt. ("doce-lima") e (b) [*Lavatera cretica* L., *Malva* spp. (*M. nicaeensis* All., *M. sylvestris* L., *M. tournefortiana* L., *Pelargonium graveolens* L' Her.)] ("malvas").

7. As plantas são maioritariamente usadas em verde ou após secagem à sombra e consideradas boas para consumo por períodos superiores a 1 ano até alguns anos, desde que na ausência de humidade.

8. A parte aérea é a mais utilizada (134 taxa), seguida das folhas e das estruturas florais (87 e 45 taxa, respectivamente).

9. Foram descritos 35 usos medicinais diferentes, 13 internos e 22 de aplicação externa, sendo que a grande maioria das plantas usadas como "chá" (infusão/decoção).

10. O uso das plantas é geralmente pontual e sintomático, sem horários definidos e até ao desaparecimento dos sintomas.

11. Estes conhecimentos são maioritariamente passados pela família, com prevalência clara das mulheres e destas da mãe. Foi, no entanto, notória a sua perda acentuada no seio da população entrevistada.

Análise das correspondências e classificação automática

Informantes

1. Os informantes que residem em áreas mais rurais (maioritariamente o grupo 3) têm características distintas daqueles que residem em áreas mais urbanas (maioritariamente os grupos 1 e 2); o grupo 1 integra principalmente as domésticas, Tabela 1.

Tabela 1. Caracterização dos informantes pelas suas características identitárias e uso das plantas, de acordo com os resultados da análise das correspondências e classificação automática.

GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 3
Naturalidade externa ao distrito	Naturalidade externa ao distrito	Naturais do distrito;
Escolaridade primária	Grau de escolaridade mais elevado	Sem escolaridade básica;
Domésticas	Sectores 2ário ou 3ário	Sector 1ário
Compra, colheita, oferta	Uso menos regular de plantas medicinais	Uso regular de plantas medicinais
		Colheita ou cultivo

2. A grande maioria da população entrevistada possui um baixo nível de conhecimentos acerca de plantas medicinais (quer em número, quer em variedade).

3. Existe uma dependência entre as plantas indicadas e a zona de residência do informante (urbana, rural ou costeira).

Plantas

1. Muitas plantas são usadas em afecções distintas mas relacionadas fisiologicamente, Tabela

2. As restantes afecções constituem grupos por si, Tabela 3.

Tabela 2. Caracterização das plantas pelos seus usos, de acordo com os resultados da análise das correspondências e classificação automática. Plantas usadas em afecções distintas mas relacionadas fisiologicamente. Nota: as espécies representadas em cada agrupamento são exemplificativas, não correspondendo à totalidade das espécies de cada agrupamento.

Afecções respiratórias e purificação geral do organismo	<i>Citrus limon</i> (L.) Burm fil., <i>Foeniculum vulgare</i> Miller, <i>Pinus pinaster</i> Soland, <i>Nasturtium officinale</i> R. Br., <i>Pinus pinea</i> L., <i>Sambucus nigra</i> L.
Afecções cutâneas/ das mucosas, afecções intestinais e purificação geral do organismo	<i>Petroselinum crispum</i> (Miller) A. W. Hill, <i>Gallium aparine</i> L.
Afecções cardio-vasculares e endócrinas derivadas de desequilíbrios alimentares	<i>Olea europaea</i> L., <i>Cydonia oblonga</i> Miller
Afecções circulatórias e purificação geral do organismo	<i>Allium sativum</i> L., <i>Urtica dioica</i> L.
Afecções digestivas e afecções nervosas comuns	<i>Melissa officinalis</i> L., <i>Alloysia triphylla</i> (L'Hérit.) Britt., <i>Rosmarinus officinalis</i> L., <i>Cymbopogon citratus</i> (D.C.) Stapf.
Processos inflamatórios e infecciosos localizados	<i>Tuberaria lignosa</i> (Sweet) Samp., <i>Lavatera cretica</i> L., <i>Lavatera trimestris</i> L.

Tabela 3. Caracterização das plantas pelos seus usos, de acordo com os resultados da análise das correspondências e classificação automática. Plantas usadas em afecções que surgem isoladamente. Nota: as espécies representadas em cada agrupamento são exemplificativas, não correspondendo à totalidade das espécies de cada agrupamento.

Tratamento da diarreia	<i>Rubus</i> spp. (<i>R. fruticosus</i> L.; <i>R. ulmifolius</i> Schott.), <i>Triticum aestivum</i> L., <i>Mallus domestica</i> Borkh.
Regularização do sistema nervoso (acção relaxante/ sedativa)	<i>Coffea arabica</i> L., <i>Papaver somniferum</i> L., <i>Papaver</i> spp. (<i>P. dubium</i> L.; <i>P. rhoeas</i> L.; <i>P. somniferum</i> L.)
Afecções hepáticas	<i>Peumus boldus</i> Molina, <i>Asphodelus aestivus</i> Brot., <i>Populus</i> spp. (<i>P. alba</i> L.; <i>P. nigra</i> L.), <i>Asphodelus</i> spp. (<i>A. albus</i> Mill.; <i>A. lusitanicus</i> P. Cout.; <i>A. ramosus</i> L.)
Manutenção da saúde capilar	<i>Coronilla valentina</i> L. ssp. <i>Glauca</i> , [<i>Lavandula luisieri</i> (Rozeira) Rivas-Martinez; <i>Rosmarinus officinalis</i> L., <i>Thymus zygis</i> L.]
Afecções Urinárias	<i>Zea mays</i> L., <i>Prunus</i> spp. (<i>P. avium</i> L.; <i>P. cerasus</i> L.), <i>Juglans regia</i> L.
Plantas com utilidade medicinal desconhecida	<i>Santolina chamaecyparissus</i> L., <i>Santolina rosmarinifolia</i> L., <i>Scabiosa atropurpurea</i> L., <i>Seseli tortuosum</i> L.
Tratamento de furúnculos e de hepatite	<i>Plantago coronopus</i> L., <i>Rubia peregrina</i> L.
Menstruação irregular	<i>Ruta chalepensis</i> L., <i>Capsella rubella</i> Reuter, <i>Illicium</i> spp. (<i>I. verum</i> Hook; <i>I. anisatum</i> L.)
	<i>Ecballium elaterium</i> (L.) A. Rich.
	[<i>Anthriscus sylvestris</i> (L.) Hoffmanns; <i>Conium maculatum</i> L.]
	<i>Vicia faba</i> L. var <i>faba</i>
	<i>Hedera</i> spp. (<i>H. helix</i> L.)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização do presente estudo verificou-se que, mesmo na actualidade, muitos dos entrevistados consideram fazer uso regular de plantas medicinais, ainda que para alguns sejam conhecimentos e hábitos apenas associados a outras épocas e vivências, aquando da sua infância e juventude. Observou-se também que as plantas usadas são fundamentalmente para suprir necessidades domésticas, frequentemente em conjugação com a medicação dita

“convencional”.

Finalmente, não queríamos deixar de salientar a elevada percentagem de esquecimento / desconhecimento destes saberes por grande parte da população entrevistada. Embora tenhamos consciência que tal facto está certamente relacionado com a idade avançada de muitos dos informantes, a inserção da Península de Setúbal na Área Metropolitana de Lisboa também nos parece um factor determinante – são populações com características tendencialmente urbanas, no seio das quais o descrédito nas medicinas populares é mais sentido, recorrendo-se predominantemente ao regime de saúde institucional. Reveste-se assim de particular urgência a recolha exaustiva destes saberes, antes que desapareçam por completo, na Península de Setúbal e em muitas outras regiões de Portugal.

REFERÊNCIAS

- Bonet M, Parada M, Selga A, Vallés J (1999) Studies on Pharmaceutical Ethnobotany in the Regions of L'Alt Empordà and Les Guilleries (Catalonia, Iberian Peninsula). *Journal of Ethnopharmacology*. 68: 145-168.
- Caixinhas D, Espírito-Santo D, Moreira I, Vasconcelos T (2000) *Ervas daninhas das vinhas e pomares*. Departamento de Protecção das Plantas e de Fitoecologia, Instituto Superior de Agronomia, Universidade Técnica de Lisboa. Direcção Geral da Protecção das Culturas. 2ª edição revista e ampliada. Oeiras.
- Camejo-Rodrigues J (2001) *Contributo para o Estudo Etnobotânico das Plantas Medicinais e Aromáticas no Parque Natural da Serra de S. Mamede*. Relatório de Estágio de Licenciatura em Biologia pela Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa. Lisboa.
- Carvalho L, Fernandes F (2003) *Portugal Botânico de A a Z – Plantas Portuguesas e Exóticas*. Lidel. Lisboa.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (1986) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. I*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (1990) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. II*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (1993) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. III e IV*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (1997) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. V e VIII*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (1998) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. VI*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (1999) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. VII (fasc. I)*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (2000) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. VII (fasc. II)*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Castroviejo S, Laínz M, López González G, Montserrat P, Muñoz Garmendia F, Paiva J, Villar L – eds (2003) *Flora Ibérica. Plantas Vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares – Vol. X*. Real Jardín Botánico. C.S.I.C. Madrid.
- Coutinho A. (1939) *Flora de Portugal – Plantas Vasculares*. Bertrand (Irmãos) Ltd.. Lisboa.
- Dias A. (2003) *Etnobotânica – Perspectivas, História e Utilizações*. Publicações Universidade de Évora – *Ciências da Natureza e do Ambiente* 4.
- ELADIET – Elaborados dietéticos. *Guía de productos* (información técnica para el profesional). Barcelona, España.
- Feijão R (1960) *Elucidário Fitológico: Plantas vulgares de Portugal Continental, Insular e Ultramarino – Vol. I, II e III*. Instituto Botânico de Lisboa.
- Franco J (1971) *Nova Flora de Portugal (Continente e Açores) – Vol. I*. Sociedade Astória Lda. Lisboa.
- Franco J (1984) *Nova Flora de Portugal (Continente e Açores) – Vol. II*. Sociedade Astória Lda. Lisboa.
- Franco J (1994) *Nova Flora de Portugal (Continente e Açores) – Vol. III (fasc. I)*. Escolar Editora. Lisboa.
- Franco J (1998) *Nova Flora de Portugal (Continente e Açores) – Vol. III (fasc. II)*. Escolar Editora. Lisboa.

- INE (Instituto Nacional de Estatística) – *Censos 1991 e Censos 2001*.
- Lebart L, Lambert T, Pleuvret P (1996) *SPAD® Version 3. Manuel de Référence*. Saint-Mandé: CISIA.
- Lieutaghi P (2002) *O Grande Livro das Ervas*. Temas e Debates. Actividades Editoriais Lda.. 1ª edição. Lisboa.
- Millanvoye G (1991) *Mini-Enciclopédia das Medicinas Naturais – Resumo Histórico dos Remédios da Avozinha*. Publicações Dom Quixote. 1ª edição. Lisboa.
- Monjardino JR (2002) *Plantas Medicinais e Aromáticas do Parque Natural de Sintra-Cascais*. Instituto da Conservação da Natureza – Parque Natural de Sintra-Cascais. Ministério do Ambiente, Programa Ambiente.
- Novais M (2002) *Plantas Aromáticas e/ou Medicinais no Parque Natural da Arrábida*. Trabalho de fim de curso da Licenciatura em Biologia pela Universidade de Évora. Évora.
- Ody P (2000) *O Guia Completo das Plantas Medicinais*. Livraria Civilização Editora. Porto.
- Pedro JG, Santos IS (1998) *Flores da Arrábida – Guia de Campo*. Instituto da Conservação da Natureza – Parque Natural da Arrábida. Ministério do Ambiente, Programa Ambiente. Pinto da Silva A (1986) *Notas sobre a Colheita e Preparação de Exemplares para Herbário*. Estação Agronómica Nacional. Lisboa.
- Polunin M, Robbins C (1993) *A Farmácia Natural – Guia de Medicamentos Naturais*. Livraria Civilização Editora. Alemanha.
- Rocha F (1996) *Nomes Vulgares das Plantas Existentes em Portugal*. Ministério da Agricultura, do Desenvolvimento Rural e das Pescas – Protecção da Produção Agrícola. Direcção-Geral da Protecção das Culturas. Edição especial. Lisboa.
- Roger J (1998) *A Saúde pelas Plantas Medicinais – Vol. I e II*. Planeta De Agostini, Editores Reunidos, S. A.. Lisboa.
- Santos S (2004) *Plantas Medicinais da Península de Setúbal – Contribuição para o Conhecimento da sua Relevância Etnobotânica*. Relatório de Estágio de Licenciatura em Biologia Vegetal Aplicada pela Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa. Lisboa.
- Selga A (1998) *Estudis Etnobotànics a les Guilleries*. Tesi de Licenciatura. Facultat de Farmàcia de la Universitat de Barcelona. Barcelona.
- Valdés B, Talavera S, Fernández-Galiano E – Eds (1987) *Flora Vascular de Andalucía Occidental – Vol. I, II, III*. Ketres Editora S.A. Barcelona.
- ¹Recerca en Etnobotànica. UBWeb. <http://www.ub.es/botanica/etnobot.htm>.
- ²Pando F, Etnobotànica. Real Jardín Botánico de Madrid. http://www.rjb.csic.es/investigacion/investigacion_y_proyectos_del_rj.htm
-