

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

S. Santos<sup>1</sup>, A. I. D. Correia<sup>2</sup>, A. C. Figueiredo<sup>3</sup>, L. S. Dias<sup>4</sup>, A. S. Dias<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Lisboa, Faculdade de Ciências, DBV, C2, Campo Grande, 1749-016 Lisboa, Portugal

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

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

<sup>4</sup>Unidade 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

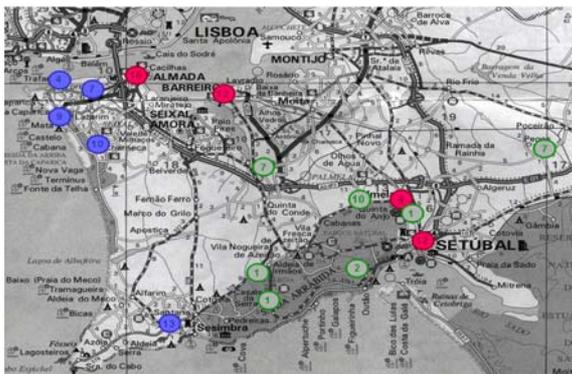


Fig. 1. Localização das localidades onde decorreram as entrevistas. Assinaladas a azul estão as integradas na Zona de Costa, a verde as integradas na Zona de Serra/ Rural e a vermelho as integradas na Zona Urbana (Cidade). O número que surge dentro do círculo que assinala a localidade refere-se ao número 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.

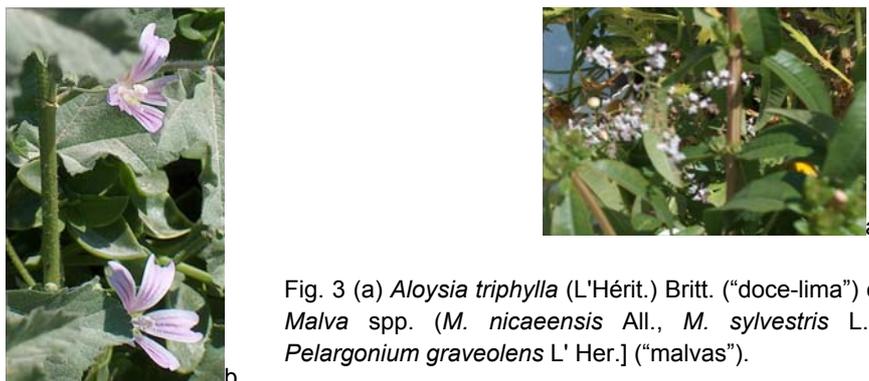


Fig. 3 (a) *Aloysia triphylla* (L'Hérit.) Britt. ("doce-lima") e (b) [*Lavatera cretica* L., *Malva* spp. (*M. nicaeensis* All., *M. sylvestris* L., *M. tournefortiana* L., *Pelargonium graveolens* L' Her.)] ("malvas").

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.

<b>Afecções respiratórias e purificação geral do organismo</b>	<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.
<b>Afecções cutâneas/ das mucosas, afecções intestinais e purificação geral do organismo</b>	<i>Petroselinum crispum</i> (Miller) A. W. Hill, <i>Gallium aparine</i> L.
<b>Afecções cardio-vasculares e endócrinas derivadas de desequilíbrios alimentares</b>	<i>Olea europaea</i> L., <i>Cydonia oblonga</i> Miller
<b>Afecções circulatórias e purificação geral do organismo</b>	<i>Allium sativum</i> L., <i>Urtica dioica</i> L.
<b>Afecções digestivas e afecções nervosas comuns</b>	<i>Melissa officinalis</i> L., <i>Alloysia triphylla</i> (L'Hérit.) Britt., <i>Rosmarinus officinalis</i> L., <i>Cymbopogon citratus</i> (D.C.) Stapf.
<b>Processos inflamatórios e infecciosos localizados</b>	<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.

<b>Tratamento da diarreia</b>	<i>Rubus</i> spp. ( <i>R. fruticosus</i> L.; <i>R. ulmifolius</i> Schott.), <i>Triticum aestivum</i> L., <i>Mallus domestica</i> Borkh.
<b>Regularização do sistema nervoso (acção relaxante/ sedativa)</b>	<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.)
<b>Afecções hepáticas</b>	<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.)
<b>Manutenção da saúde capilar</b>	<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.]
<b>Afecções Urinárias</b>	<i>Zea mays</i> L., <i>Prunus</i> spp. ( <i>P. avium</i> L.; <i>P. cerasus</i> L.), <i>Juglans regia</i> L.
<b>Plantas com utilidade medicinal desconhecida</b>	<i>Santolina chamaecyparissus</i> L., <i>Santolina rosmarinifolia</i> L., <i>Scabiosa atropurpurea</i> L., <i>Seseli tortuosum</i> L.
<b>Tratamento de furúnculos e de hepatite</b>	<i>Plantago coronopus</i> L., <i>Rubia peregrina</i> L.
<b>Menstruação irregular</b>	<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.
- <sup>1</sup>Recerca en Etnobotànica. UBWeb. <http://www.ub.es/botanica/etnobot.htm>.
- <sup>2</sup>Pando F, Etnobotànica. Real Jardín Botánico de Madrid. [http://www.rjb.csic.es/investigacion/investigacion\\_y\\_proyectos\\_del\\_rj.htm](http://www.rjb.csic.es/investigacion/investigacion_y_proyectos_del_rj.htm)
-