



FIGURA 1: *Vitex agnus-castus*.
Foto: B. Vanaclocha.

José Martinez-de-Oliveira ^{a, b}

^a Faculdade de Ciências da Saúde,
Universidade da Beira Interior.
Avenida D. Afonso Henriques
6200 Covilhã
jmo@fcsaude.ubi.pt.

^b Departamento de Saúde da Criança
e da Mulher, Centro Hospitalar
Cova da Beira, EPE. Covilhã,
Portugal.

PL08

A Fitoterapia bem no feminino

Resumo

Enquanto houver diferenciação de sexos, não na perspectiva biofisiológica mas da comportamental e social, a Fitoterapia certamente continuará a ser, como tem sido, por maior afinidade, adesão e convicção uma disciplina no feminino.

Nesta apresentação serão revistos conceitos e definições a par duma visão actualizada da Fitoterapia nas suas variadas vertentes desde a dietética e gastronómica à médica dirigida à Mulher.

Serão apresentados exemplos de receitas tradicionais e de outras clássicas, referentes a áreas como as infecções genitais e urinárias, os sintomas do climatério, a dor e os síndromos ligados ao ciclo genital, em particular a mastodínia e a ansiedade e as perturbações do sono, complementados com dados recentes da investigação clínica referentes à saúde da Mulher, incluindo os do grupo de trabalho em que o autor está incluído.

Palavras chave

Fitoterapia, ginecologia.

Uso de la fitoterapia en las mujeres

Resumen

Mientras haya diferenciación de los sexos, no tanto desde una perspectiva biofisiológica, si no de una conductual y social, la Fitoterapia continuará siendo, como ha sido siempre, por mayor afinidad, adhesión y convicción una disciplina de interés femenino.

Esta presentación examina conceptos y definiciones, junto con una visión actualizada de Fitoterapia, en distintas vertientes desde la dietética y gastronómica a la médica dirigida a las mujeres.

Se expondrán ejemplos de recetas tradicionales y clásicas, referidas a ámbitos tales como las infecciones genitales y urinarias, los síntomas de la menopausia, el dolor y los síndromes relacionados con el ciclo genital, en particular la mastodinia, la ansiedad y los trastornos del sueño, completado con datos recientes de la investigación clínica sobre la salud de la mujer, incluidos los del grupo de trabajo al que el autor pertenece.

Palabras clave

Fitoterapia, ginecología.

Phytotherapy in women

Abstract

While there will be sex differences, not under a biologic perspective but behavioral and social ones, Phytotherapy will be, as it has always been, for sure a feminine matter due to higher affinity, compliance and conviction.

During this presentation, concepts and definitions, and an updated view of of Phytotherapy when applied to women, will be reviewed as well taking in account both, the dietetic and gastronomic, and the medical perspectives.

Examples will be given of traditional and classic prescriptions mainly for genital and urinary infections, climacteric symptoms, pain and genital cycle syndromes, such as mastodynia, anxiety and sleep disorders, complemented with a summary of recent clinical research data concerning women's health, including those from the author's research group.

Key words

Phytotherapy, gynecology.

Nota da/de la editorial:

Este resumen será publicado próximamente en forma de artículo en la Revista de Fitoterapia.

Este resumo será publicado em breve na forma de artigo na Revista de Fitoterapia.