

Echinacea purpurea e Estimulando as Defesas Inatas do Organismo

Aprofundamento 13

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 05/12/2025

Artigo e aula magistral do Prof. Cristiano Ricardo sobre echinacea purpurea: estimulando as defesas inatas do organismo na fitoterapia clínica baseada em evidências.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://cristianoricardo.com/post/echinacea-purpurea-estimulando-as-defesas-inatas-do-organismo-2025-12-05>

A Echinacea é amplamente utilizada no hemisfério norte para prevenir e encurtar a duração de gripes e resfriados sazonais.

Alquilamidas, Polissacarídeos e Ácido Cichórico

Estimulam a fagocitose por neutrófilos e macrófagos e elevam a produção de citocinas imunes.

Posologia em ciclos

Deve ser utilizada no início dos primeiros sintomas por períodos de 7 a 14 dias; o uso ininterrupto por meses perde a eficácia por acomodação do sistema imune.

Dica acadêmica do Professor

Contraindicada em pacientes com doenças autoimunes graves (como lúpus e esclerose múltipla) devido ao efeito imunoestimulante.

Lições de Fitoterapia & Farmacognosia — Prof. Cristiano Ricardo
Educação Farmacêutica · Publicação de 05/12/2025 às 00:18.