

Cardo-santo

Cnicus benedictus L.

Família: Asteraceae

Cnicus benedictus L. é conhecida popularmente como cardo-santo, cardo-benedito e cardo-bento. Essa espécie vegetal possui como sinonímia *Carduus benedictus* Garsault e *Centaurea benedicta* (L.) L., sendo utilizada na medicina popular devido às suas propriedades antimicrobianas e digestivas.



É uma espécie vegetal nativa da região Mediterrânea, sendo introduzida na Europa, África do Sul, América Central e do Sul. Pode ser encontrada em terrenos baldios, vinhedos, à beira de estradas, além de ser considerada erva daninha em algumas culturas, adaptando-se a diferentes tipos de solo.



Sua distribuição ocorre em quase todo o mundo, com presença significativa nos Pampas da Argentina e no Brasil, sendo propagada por meio de sementes.

O famoso escritor inglês **Shakespeare** discorre sobre o cardo-santo em sua obra “Muito Barulho Por Nada”, referindo-se à planta como um **tranquilizante** para indivíduos ansiosos.

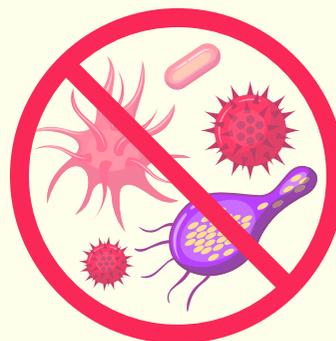
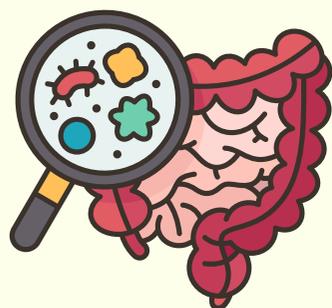


As **folhas**, **caules** e **flores** do cardo-santo são utilizadas em bebidas amargas e outras preparações, que são ingeridas para estimular o **apetite** e a **digestão**.

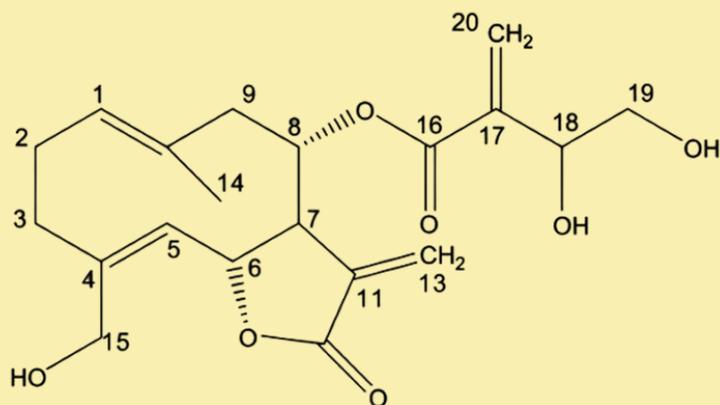


O cardo-santo é empregado principalmente como **antimicrobiano** e **tônico digestivo**. Ademais, essa espécie vegetal possui propriedades antitérmica, anti-hemorragica, antisséptica e expectorante, sendo considerada também diurética, cicatrizante e galactagoga (estimulante da lactação).

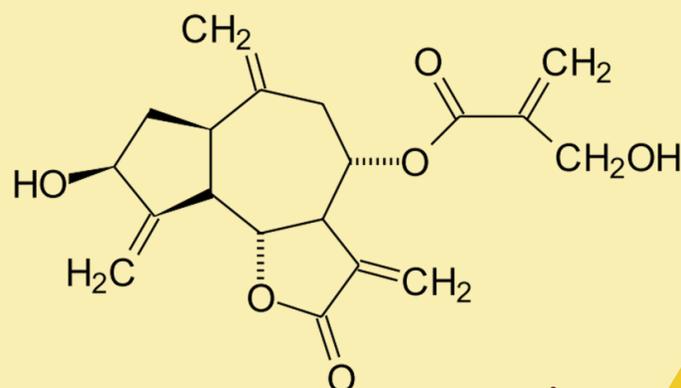
- Além disso, é utilizado tradicionalmente no tratamento da anorexia, catarro brônquico, úlceras, dispepsia atônica e distúrbios gastrointestinais com cólicas flatulentas.



Lactonas sesquiterpênicas



Cnicina



Cinaropicrina



Características Botânicas

Cnicus benedictus L. (Cardo-santo) se assemelha a *Argemone mexicana* L., que embora possua o mesmo nome popular, difere em suas aplicações, sendo as sementes da *A. mexicana* tóxicas quando ingeridas por humanos.



***Cnicus benedictus* L.** é uma planta perene, ereta, pouco ramificada e espinhosa que atinge 30-60 centímetros de altura. Suas raízes são brancas e aromáticas e suas hastes são roxas e pubescentes (apresenta pelos). As folhas podem medir até 20 centímetros de comprimento e 5 centímetros de largura, são oblongas, pinadas (folhas fendidas até o meio), espinhosas dentadas e aproximadamente reticuladas (nervura que se ramifica em forma de rede). As flores apresentam tonalidade amarela e são protegidas por brácteas foliáceas (folhas modificadas). O fruto é um aquênio oblongo, com pappus (pelos finos que se assemelham a teias de aranhas) coberto por pelos brancos, que auxiliam na dispersão das sementes.

Como o cardo-santo pode ser utilizado?

Na forma de **chá medicinal**, **tintura**, **extrato seco**, e **extrato fluido**.



O chá pode ser obtido pelo método de **infusão** e **decocção**, a partir de suas suas folhas, inflorescências e caules.





Alertas e contraindicações

Cnicus benedictus L. é contraindicada para gestantes, lactantes e crianças devido à ausência de estudos que comprovem a segurança dessa espécie vegetal nessas populações. Ainda, é contraindicada para indivíduos com hipersensibilidade conhecida a outros membros da família Asteraceae (Compositae), uma vez que pode causar uma reação alérgica.

O cardo-santo não deve ser utilizado em doses excessivas visto que pode causar queimaduras na boca e esôfago, vômito e diarreia.

O **cardo-santo** não deve ser utilizado em associação a **antiácidos** (pois estimula a produção de ácido gástrico, diminuindo a eficácia do medicamento), ou a **anticoagulantes** (pois impede a agregação plaquetária aumentando o risco de sangramento).

No Brasil, não há registro de medicamentos fitoterápicos ou produtos tradicionais fitoterápicos à base dessa planta autorizadas pela ANVISA.

Gostou de conhecer mais sobre o
CARDO-SANTO?

Curte, comenta e compartilha!



@petfarmaciaufpb

