

Cavalinha

Equisetum arvens



A cavalinha é uma planta perene.

Não possui flores ou sementes. Algumas espécies têm folhas, mas muito pequenas.

É uma planta medicinal amplamente utilizada como remédio caseiro para combater a retenção de líquidos, para ajudar a perder peso ou fortalecer os ossos.

Mais informação em:

https://www.amu.bio/_cavalinha

Cultivo

A cavalinha é uma planta que gosta de solos húmidos, argilosos e que não sejam demasiado ácidos.

A cavalinha gosta mais de zonas de meia-sombra e não se adapta bem a extremos de temperatura. O ideal é um intervalo de temperaturas entre os 10°C e os 20°C.

Idealmente, deve cultivar cavalinha em regiões com um teor de humidade elevado e solos bem drenados.

História

Na Roma Antiga, o uso de infusões preparadas a partir da cavalinha era bem difundido, especialmente para tratar problemas respiratórios, infeções urinárias e da próstata.

A cavalinha apresenta bons teores de cálcio, ferro, magnésio e sódio.

Utilização

Atualmente, são atribuídas à cavalinha propriedades capazes de amenizar dores de cabeça, combater hemorragias e fortalecer as paredes das veias.