

# Hedera helix (Hera): Ação Mucolítica e Fluidificante das Secreções (Aprofundamento 9)

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 16/03/2020

Artigo e aula magistral do Prof. Cristiano Ricardo sobre hedera helix (hera): ação mucolítica e fluidificante das secreções na fitoterapia clínica baseada em evidências.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://professor.cristianoricardo.com/post/hedera-helix-hera-acao-mucolitica-e-fluidificante-das-secrecoes-2020-03-16>

---

O extrato seco de folhas de Hedera helix é a referência mundial no alívio da tosse produtiva com catarro espesso.

## Hederacosídeo C e Alfa-Hederina

As saponinas estimulam os receptores beta-2 adrenérgicos no epitélio respiratório, reduzindo a viscosidade do muco e estimulando o batimento dos cílios pulmonares para expulsão do catarro.

## Segurança pediátrica e adulta

Apresenta excelente perfil de segurança em xaropes pediátricos e adultos sem causar sonolência.

## Dica acadêmica do Professor

Oriente sempre o paciente a ingerir bastante água durante o tratamento para potencializar a fluidificação das secreções.

Lições de Fitoterapia & Farmacognosia — Prof. Cristiano Ricardo  
Educação Farmacêutica · Publicação de 16/03/2020 às 00:18.