

LOSNA

P. Clemente José Steffen, S.J.

A losna é planta medicinal muito conhecida. Em qualquer propriedade em que se plantem chás, é quase certo que um deles é a losna. Ela tem propriedades muito boas, mas também muito fortes, a ponto de chegar a ser tóxica. Por isso deve ser tomada sempre com precauções. Cabe lembrar aqui como é falso aquele princípio, que muitos seguem no uso de plantas medicinais, de que “se bem não faz, mal também não faz”.

Reconhece-se a losna como uma erva baixa bem ramificada, de coloração geral verde-acizentada, de folhas recortadas e, principalmente, por seu cheiro forte e característico. Seu nome científico é *Artemisia absinthium*, da família Compositae (Asteraceae).

Segundo os livros, a losna é usada há pelo menos 3.500 anos para expelir vermes intestinais, sendo até hoje usada com esta finalidade. Do tempo dos romanos sabe-se que a plantavam ao longo das estradas e que os soldados usavam raminhos dela nas sandálias para combater a dor nos pés durante as longas marchas.

Um dos usos medicinais da losna é na composição de bebidas alcólicas amargas, como o conhecido vermute. Entretanto, todos os autores alertam sobre os problemas que resultam do uso exagerado de tais aperitivos. O uso prolongado leva a um processo de degeneração nervosa irreversível. Por isso, um tratamento à base de losna não deve exceder três semanas. Usada em altas doses é psicoestimulante, provocando perturbações psíquicas e alucinações. Apesar da recomendação destas precauções, não é preciso deixar de usar a losna, que tem propriedades benéficas poderosas. Como outras plantas amargas, usa-se a losna em tratamentos internos, seja pura ou em misturas, para estimular o apetite, a secreção dos sucos gástricos e da bile, contra cólicas intestinais, ou, como diz outro autor, para o tratamento de doenças gástricas com produção diminuída de ácido, e para os transtornos hepáticos ou biliares com perda de apetite, sensação de repleção e mau hálito. E ainda uma observação: os aperitivos amargos agem principalmente através da mucosa bucal, para estimular a secreção estomacal. Por isso devem ser bem ensalivados.