

Nome da escola: E, B, 2, 3 Carmen Miranda

Concelho: Marco de Canaveses

Nome vulgar: Arnica

Nome Científico: arnica montana atlântica

Estatuto de conservação: Quase ameaçada

Distribuição geográfica: Noroeste Ocidental e montanhoso, centro oeste calcário e leste montanhoso (em [Jardim Botânico UTAD | Arnica montana subesp. Atlantica](#))

Ameaças/Curiosidades: Planta autóctone que ocorre naturalmente em Portugal continental. (em [Arnica montana subsp. atlantica | Flora-On](#))

Pode ser utilizada para medicamento natural para as dores musculares, usada no tratamento de febre, constipação, inflamação da pele, tosse, bronquite, inflamação da boca e faringe, reumatismo, como estimulante do crescimento de cabelo.

