

# Guía de Plantas

Imagen	Nombre de la planta	Propiedad	Indicaciones	Descripción	Tipo de planta	Enlace
	<p><b>Abrótano Hembra</b> (<b>Santolina chamaecyparissus</b>)</p>	<p>Antiséptica, Aperitiva, Digestiva, Reguladora menstrual, Tónica digestiva, Vermífuga</p>	<p>Acidez estomacal (Ardor de estómago), Ascariasis (Gusanos intestinales), Menstruación irregular</p>	<p>Vermífuga (elimina los gusanos y parásitos intestinales), tónica estomacal, digestiva, aperitiva, regulariza la menstruación, antiséptica.</p>	<p>plantas medicinales</p>	
	<p><b>Agrimonia</b> (<b>Agrimonia eupatoria</b>)</p>	<p>Astringente, Depurativa, Digestiva, Vulneraria</p>	<p>Heridas, Inflamación, Úlceras en la piel (Llagas en la piel)</p>	<p>Astringente, vulneraria (cura heridas y úlceras, reduce inflamaciones y acelera la renovación de los tejidos dañados) afecciones de boca y laringe, aftas bucales, digestiva, depurativa, hígado, anemia.</p>	<p>plantas medicinales</p>	

	<p><b>Ajedrea (Satureja montana, Hortensis)</b></p>	<p>Antiséptica, Aperitiva, Digestiva, Expectorante, Tónica</p>	<p>Astenia (Decaimiento, cansancio crónico), Bronquitis, Disfunción sexual (Infertilidad, Impotencia) , Faringitis, Laringitis</p>	<p>Antiséptica, aperitiva y digestiva. Expectorante, bronquitis, faringitis, laringitis, tónica en general, adecuada para astenia, debilidad y cansancio crónico, estimuladora intelectual y de las glándulas suprarrenales, lo que se considera estimulante sexual.</p>	<p>planta aromática, plantas medicinales</p>
	<p><b>Albahaca (Ocimum basilicum)</b></p>	<p>Antitusiva, Carminativa, Digestiva, Emenagoga, Reguladora menstrual, Sedante, Tónica</p>	<p>Epilepsia</p>	<p>Digestiva, carminativa (gases), tónica, emenagogo (activa y regulariza la menstruación), antitusiva, coadyuvante en epilepsia, sedante.</p>	<p>planta alimenticia, plantas medicinales</p>
	<p><b>Aleluya (Oxalis acetosella)</b></p>	<p>Antiácida, Digestiva, Hepática</p>	<p>Úlcera</p>	<p>Antiácida, digestiva, hepática, úlceras.</p>	<p>planta alimenticia, plantas medicinales</p>
	<p><b>Algodón (Gossypium barbadense)</b></p>	<p>Diurética, Emenagoga, Emoliente</p>	<p>Menstruación irregular, Síndrome premenstrual</p>	<p>Emenagogo, emoliente, raíz, diurética.</p>	<p>plantas medicinales</p>



## Aloe Vera (Barbadensis, Ferox, Arborescens)

Anticancerígena,  
Antiinflamatoria,  
Antiséptica,  
Bactericida,  
Balsámica,  
Cicatrizante,  
Colagoga, Digestiva,  
Emoliente, Fungicida

Cáncer, Cáncer  
de sangre  
(Leucemia),  
Quemaduras,  
SIDA (VIH),  
Úlcera  
gastroduodenal  
(Úlcera péptica),  
Úlceras en la piel  
(Llagas en la piel)

Anticancerígena, afecciones del sistema inmunitario (VIH, cáncer, leucemias), regeneradora celular, digestiva (gastritis, úlceras, máximo 0,5 gr. por día) colagoga (activa la evacuación de la bilis hacia el duodeno, máximo 0,5 gr. por día), laxante, purgante (máximo 0,5 gr. por día), antiinflamatoria, emoliente. Uso externo, antiséptica, bactericida, balsámica, cicatrizante, antiinflamatoria, hidratante, fungicida.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales



## Armuelle (Atriplex hortensis)

Antigotosa,  
Antiinflamatoria,  
Depurativa,  
Dermoprotectora,  
Laxante

Dermatitis atópica  
(Eccema),  
Edemas,  
Hepatitis,  
Hipertensión  
pulmonar,  
Inflamación de las  
uñas

Laxante, depurativa, antigotosa, edemas tópicamente para dermatitis, eczemas, abscesos, inflamaciones de las uñas, afecciones pulmonares y hepáticas.

plantas  
medicinales



## Artemisa Anua o Artemisa Dulce (Artemisia annua)

Antibacteriana,  
Anticancerígena,  
Antioxidante,  
Antiparasitaria,  
Antipirética, Antiviral,  
Inmunosupresora

Cáncer, Cáncer  
de piel  
(Melanoma),  
Cáncer de sangre  
(Leucemia),  
Coronavirus  
(COVID), Ictericia  
(Ictericia recién  
nacidos), Malaria,  
SIDA (VIH)

Malaria, estimulante del sistema inmunitario,  
cáncer, leucemia, melanoma, VIH,  
antibacteriana, antioxidante, antipirética,  
antiparasitaria, antiviral, inmunosupresora,  
ictericia de recién nacido.

### Un poco de historia...

Hay unas 200 especies del género Artemisia,  
florecen a finales del verano con infinidad de  
flores minúsculas e insignificantes, el viento es  
el encargado de la polinización.

Debe su nombre a la diosa griega Artemisa,  
gran protectora de la mujer, considerada el  
símbolo de la felicidad.

Utilizada por nuestros ancestros en los  
momentos del parto y durante el embarazo  
como protección, con las hojas, se hacían  
amuletos y perfumes para ahuyentar los  
malos espíritus, los cataplasmas les protegían  
de las picaduras.

Cada planta tiene su momento particular de  
máximo poder alquímico; en el caso de la  
Artemisa, esto ocurre durante las noches de  
luna llena.

Esos son buenos momentos para recolectar la  
planta, por la conexión que posee con las  
energías profundas y secretas de las  
corrientes telúricas de la Madre Tierra.

Su fuerza transmutadora su capacidad para  
neutralizar las energías negativas y catalizar  
las positivas.

De la artemisa se utiliza toda la planta de las  
hojas a la raíz, les llaman las amargas  
medicinales, es uno de sus principios activos

plantas  
medicinales

además de los aceites esenciales volátiles que ejercen un efecto estimulante y fortificante sobre todo el aparato digestivo, promueven el flujo biliar.

A partir de aquí iremos centrándonos en las especies más corrientes y con más usos medicinales.

### **Artemisa: remedio milenario contra la malaria**

La Artemisa dulce (*Artemisia annua*) es un potente antipirético que se ha usado durante siglos para tratar las fiebres y más concretamente la **malaria**. Es una planta indispensable en medicina china, donde además de la malaria se usa para tratar la ictericia. No debe confundirse con el ajenjo (*Artemisia absinthium*), utilizado en Europa como tónico digestivo y estimulante del apetito. Hay que decir que el género *Artemisia* comprende unas 400 especies.

La **Artemisa** dulce es una **planta anual** de países templados y subtropicales, que crece una considerable altura (hasta 2 metros en buenas condiciones), sus hojas son muy aromáticas y de un gusto algo amargo. Las hojas contienen aceites esenciales y artemisinina. Con finalidades medicinales, la hoja seca se usa en **infusión**.

Actualmente en la **Dulce Revolución** estamos ensayando el cultivo de **Artemisa** con la intención de trabajar



## Bolsa de Pastor (Capsella bursa- pastoris)

Antihemorrágica,  
Antihemorroidal,  
Antiséptica,  
Emenagoga,  
Hemostática,  
Reguladora menstrual,  
Vulneraria

Hemorragia,  
Hemorroides  
(Almorranas),  
Heridas,  
Menstruación  
irregular, Úlceras  
en la piel (Llagas  
en la piel)

dentro del programa contra la malaria de la  
ONG Anamed International: [ver más](#)  
Ver los siguientes vídeos de **Josep Pàmies**  
hablando de la **Artemisa Anua**

[https://www.youtube.com/watch?  
v=kFQ9uvpGDJA](https://www.youtube.com/watch?v=kFQ9uvpGDJA)



**Cómo cosechar la Artemisia**

[https://www.youtube.com/watch?  
v=Dd3msZA3qvk](https://www.youtube.com/watch?v=Dd3msZA3qvk)

**Propiedades de la Artemisia**

Hemostática, antiséptica, reguladora  
menstrual (emenagoga, antihemorrágica),  
antihemorroidal, vulneraria.

plantas  
medicinales



## Calaminta, Rementerola (Satureja calamintha officinalis)

Astringente,  
Carminativa,  
Emenagoga,  
Estomacal,  
Expectorante,  
Sudorífica, Tónica  
digestiva

Acidez estomacal  
(Ardor de  
estómago),  
Fiebre alta,  
Flatulencias  
(Gases  
intestinales)

Tónica estomacal, carminativa, expectorante,  
astringente, sudorífica, emenagoga.

plantas  
medicinales



## Caléndula (Calendula officinalis)

Antihelmíntica,  
Antiséptica,  
Antitumoral,  
Bactericida,  
Cicatrizante,  
Colagoga,  
Dermoprotectora,  
Digestiva, Diurética,  
Emenagoga

Ascariasis  
(Gusanos  
intestinales),  
Heridas, Infección  
de piel,  
Inflamación,  
Inflamación de la  
boca y labios  
(Estomatitis),  
Verrugas

Digestiva, diurética, hepática, colagoga,  
colerética, antitumoral, fungicida,  
antihelmíntica (gusanos intestinales),  
emenagoga, antiséptica, cicatrizante,  
emoliente, bactericida, verrugas.  
Dermoprotectora, vulneraría.

plantas  
medicinales



## Cábano (Cannabis Sativa, Indica, Rudelaris)

Analgésica,  
Ansiolítica,  
Anticonvulsiva,  
Antiemética,  
Antiinflamatoria,  
Antitumoral, Aperitiva,  
Inhibidora tumoral,  
Neuroprotectora,  
Oncolítica

Alzheimer, Fatiga  
crónica,  
Glaucoma,  
Hipertensión  
arterial,  
Hipotensión  
arterial, Piel seca

**Sativa:** antiemética, analgésica, aperitiva  
(aumenta el apetito), relajante ocular, pectoral  
(relajante bronquial), ansiolítica, inhibidora  
tumoral, oncolítica, anticonvulsiva,  
neuroprotectora.

**Indica:** tiene mayor contenido de  
cannabinoides.

**Rudelaris:** casi no posee efecto psicoactivo y  
es poco sedativa, propiedades combinadas de  
las variedades anteriores.

plantas  
medicinales

Preparación de tintura y aceite de cannabis



## Capuchina (*Tropaeolum majus*)

Antibiótica, Contiene  
vitamina C,  
Depurativa,  
Expectorante,  
Fortaleciente

Alopecia (Pérdida  
del cabello),  
Bronquitis,  
Infección  
bacteriana,  
Inflamación de las  
uñas,  
Insuficiencia  
circulatoria,  
Resfriado común

Vitamina C, antibiótica, depurativa,  
expectorante, en loción o cataplasma  
fortalece el cabello y previene la caída.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales



## Cardo Corredor (*Eryngium campestrum*)

Antiinflamatoria,  
Aperitiva, Depurativa,  
Diurética,  
Expectorante

Artrosis,  
Inflamación de la  
boca y labios  
(Estomatitis),  
Picaduras y  
mordeduras de  
animales e  
insectos

Antiinflamatoria, diurética, depurativa,  
expectorante, aperitiva, contra las picaduras  
de insectos y víboras.

plantas  
medicinales



## Cardo Mariano (*Silybum marianum*)

Antiálgica,  
Antihemorrágica,  
Antitóxica, Antitumoral,  
Hepatobiliar,  
Hepatoprotectora,  
Hipertensora

Cálculos biliares  
(Piedras en la  
vesícula),  
Cirrosis,  
Hemorragia,  
Hepatitis, Ictericia  
(Ictericia recién  
nacidos),  
Inapetencia (Falta  
de apetito),  
Insuficiencia  
hepatobiliar,  
Intoxicación,  
SIDA (VIH)

Hepatobiliar, hepatoprotectora, hepatitis,  
insuficiencia hepatobiliar, alteraciones de la  
vesícula biliar, piedras vesiculares, ictericia,  
cirrosis, inapetencia, antihemorrágica,  
hipertensora, antiálgica, antitóxica, VIH.

plantas  
medicinales



## Chanca-Piedra (Phyllanthus niruri)

Antibacteriana,  
Antihepatotóxica,  
Antilitiásica,  
Antiséptica,  
Antitérmica, Antiviral,  
Astringente,  
Citostática, Diurética,  
Eupéptica

Ansiedad,  
Cálculos biliares  
(Piedras en la  
vesícula),  
Cálculos renales  
(Piedras en los  
riñones), Cistitis,  
Colesterol,  
Diabetes,  
Hepatitis,  
Hipoglucemia,  
Ictericia (Ictericia  
recién nacidos),  
Infección  
bacteriana

Antilitiásica (disuelve cálculos renales),  
cálculos biliares, hepatoprotectora, cistitis,  
ictericia, disentería, diabetes, antibacteriana,  
astringente, antihepatotóxica, antiséptica,  
antiviral, citostática, diurética, eupéptica,  
fortificante, antitérmica, hipoglucemiante,  
hipocolesterolemiante, laxante suave, litolítica,  
sedante.

plantas  
medicinales



## Cola de Caballo (Equisetum arvense)

Antiinflamatoria,  
Antitumoral, Diurética,  
Fortaleciente,  
Hemostática,  
Remineralizante de los  
huesos

Acné, Alopecia  
(Pérdida del  
cabello), Artritis,  
Cáncer, Caspa  
(Pityriasis capitis),  
Dermatitis atópica  
(Eccema), Gota,  
Hemorroides  
(Almorranas),  
Herpes,  
Hipertensión

Diurética, obesidad, trastornos renales,  
artritis, gota, hipertensión, antiinflamatorio,  
infección del aparato genitourinario masculino  
y femenino, hemostática (nasal y menstrual),  
morenas, antitumoral, osteoporosis, lesiones  
cartilaginosas, remineralizante huesos, acné,  
eccemas, herpes, hongos, prevención  
calvicie, caspa y fortalece las uñas.

plantas  
medicinales



## Cola de León (Leonotis leonurus)

Relajante muscular

Estrés, Infarto,  
Insomnio, Nefritis

Efectos relajantes, estrés, insomnio.

plantas  
medicinales



## Consuelda (Consolida, Suelda), Oreja de Asno (*Symphytum officinale* L.)

Cicatrizante,  
Emoliente,  
Regeneradora celular

Contusión,  
Diarrea,  
Esguince,  
Torcedura y  
fractura (Huesos  
y tendones),  
Gastritis, Gota,  
Hematoma,  
Heridas,  
Quemaduras,  
Reuma

Reumatismo, hinchazón de las articulaciones,  
contusiones, hematomas, fracturas (tintura vía  
externa), miembros cansados, luxación,  
torceduras, fisuras (cataplasmas, raíz vía  
externa). Contiene principalmente alantoína  
(hemostática y regeneradora celular) aceite  
esencial, taninos, alcaloides, almidón,  
mucílagos, ácido rosmarínico. Cicatrizante,  
emoliente.

plantas  
medicinales



## Cúrcuma

Analgésica,  
Anticancerígena,  
Antiinflamatoria,  
Digestiva, Hepática,  
Relajante muscular

Artritis, Cálculos  
biliales (Piedras  
en la vesícula),  
Cáncer,  
Depresión,  
Enfermedad de  
Crohn, Hígado  
graso, Lupus,  
Úlcera

Planta originaria de la isla de Java, Asia, América central y las Antillas. Crece en charcas frescas, es de la familia de las Zingiberáceas. Sus hojas son grandes, crecen casi un metro de altura, pecíolo y rizomas grandes. Flores blancas o amarillas. Se utiliza como condimento culinario, ya que es uno de los componentes del curry. Se añade a guisos, arroces, potajes, bebida o jarabes. Es antiinflamatoria para dolor artrítico, pues tiene un componente muy eficaz que es la curcumina. Su potencia se acentúa combinada con pimienta y aceites vegetales. Ayuda al hígado y riñones, es antioxidante, digestiva. Ayuda a reducir el colesterol, ayuda a prevenir la formación de piedras en la vesícula biliar, hace que la bilis no se sature. Aclara la sangre espesa, pero no es adecuada antes de una intervención quirúrgica o si se padece de hemofilia. También es colorante natural llamado también como ORO INDIO. El Dr. Bharat B. Aggarwal es autor de varios estudios científicos y se refiere a la cúrcuma como “el condimento para alargar la vida”. Cuando comemos un plato aliñado con cúrcuma, hay que tener en cuenta que hace mucho más por su cuerpo y su salud. Este es el regalo que nos ofrecen las plantas aromáticas, medicinales, especias, verduras, frutas, frutos secos, setas... es la conciencia de nutrir la salud.

ver



## Damiana (Turnera diffusa)

Afrodisíaca,  
Antibacteriana,  
Antidepresiva,  
Diurética

Bronquitis,  
Debilidad  
nerviosa,  
Depresión,  
Disfunción sexual  
(Infertilidad,  
Impotencia) ,  
Esterilidad,  
Eyacuación  
precoz, Frigidez,  
Gripe, Tos

Afrodisíaca, impotencia, eyacuación precoz,  
frigidez, esterilidad, infertilidad, debilidad  
nerviosa, diurética, antibacteriana (bronquitis,  
gripe, tos).

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Diente de León (Taraxacum officinale)

Aperitiva, Colagoga,  
Colerética, Depurativa,  
Digestiva, Diurética,  
Hepática

Ácido úrico,  
Cálculos renales  
(Piedras en los  
riñones), Hígado  
graso,  
Insuficiencia  
hepatobiliar,  
Insuficiencia renal  
(Falla renal)

Depurativa, digestiva, diurética, hepática,  
aperitiva, anemia, colagoga, colerética.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Epilobio (*Epilobium parviflorum*)

Anticancerígena,  
Antiinflamatoria

Cáncer, Cáncer  
de próstata,  
Cistitis, Dolor de  
riñones,  
Inflamación,  
Prostatitis

Inflamación, hipertrofia y afecciones de  
próstata, cáncer, afecciones de vejiga y riñón.

plantas  
medicinales

ver



## Equinácea (*Echinacea angustifolia*, *Echinacea purpurea*, *Echinacea pallida*)

Antibacteriana,  
Antiviral, Estimulante  
inmunológico

Gripe,  
Insuficiencia  
respiratoria,  
Resfriado

Estimulante del sistema inmunitario, antivírica,  
antibacteriana, tratamiento y prevención  
afecciones respiratorias.

plantas  
medicinales

ver



## Espina Colorada (*Solanum sisymbriifolium*)

Antitusiva, Digestiva,  
Diurética, Hepática

Hipertensión, Tos

Digestiva, diurética, hepática, antitusiva,  
hipertensión.

plantas  
medicinales

ver



## Espino Blanco (*Crataegus monogyna*)

Antiespasmódica,  
Cardiotónica,  
Diurética, Hipotensora,  
Sedante

Arteriosclerosis  
(Arteriopatía),  
Espasmos  
gastrointestinales,  
Hipertensión,  
Hipotensión  
arterial,  
Insuficiencia  
cardíaca,  
Insuficiencia  
circulatoria

Cardiotónica, regulariza la circulación  
sanguínea, hipertensión, hipotensión,  
arteriosclerosis, sedante, antiespasmódica,  
diurética.

ver



## Estevia (Stevia rebaudiana bertonii)

Ansiolítica,  
Antibacteriana,  
Antidiabética,  
Antioxidante,  
Digestiva, Diurética,  
Estimulante,  
Hipocolesterolemiantes,  
Hipoglucemiantes,  
Normotensora

Alzheimer,  
Cáncer, Caries,  
Colesterol,  
Diabetes,  
Hipoglucemia,  
Insuficiencia  
circulatoria,  
Obesidad, Pie  
diabético, Vitiligo  
(Manchas  
blancas en la piel)

Hipoglucémica, regeneradora y estimulante de las células pancreáticas, hipocolesterolemiantes, diurética, normotensora, antioxidante, digestiva, ansiolítica en tratamientos de obesidad, antibacteriana, prevención de la caries.

[Algunos estudios científicos que fundamentan estas propiedades](#)

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver



## RECOPIACIÓN DE ESTUDIOS

Relación de estudios que ponen hilos para desprestigiar esta planta

Estudio Dra. Àngels Pallarès  
<http://www.bluepenjournals.org/>

Disminución placa aterosclerosis  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25000000>

Similitud eficacia del steviósido  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25000000>

La Stevia evita resistencias en la  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25000000>  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25000000>

Disminución de daño renal, hepático  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25000000>

Stevia función antibacteriana de  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25000000>

La Stevia mejora células beta

	<p><b>Estragón (Artemisa dracunculus)</b></p>	<p>Analgésica, Antibiótica, Antiinflamatoria, Carminativa, Contiene vitamina C, Digestiva, Emenagoga, Eupéptica, Vermífuga</p>	<p>Cálculos biliares (Piedras en la vesícula), Gastritis, Halitosis, Mordeduras venenosas</p>	<p>Eupéptica, carminativa, emenagoga, digestiva, previene la gastritis y piedras de la vesícula, antibiótica, vermífuga. La raíz se utilizaba en mordeduras de serpiente, efecto antiinflamatorio y analgésico. Halitosis, vitamina C.</p>	<p>planta alimenticia, plantas medicinales</p>	<p><a href="#">ver</a></p>
	<p><b>Eucalipto (Eucalyptus globulus labill)</b></p>	<p>Antibiótica, Anticatarral, Antiinflamatoria, Antiséptica, Bactericida, Balsámica, Expectorante, Hipoglucemiante</p>	<p>Congestión nasal, Diabetes, Dolor de cabeza (Cefalea), Hipoglucemia, Resfriado, Resfriado gastrointestinal, Sinusitis, Tos</p>	<p>Expectorante, bactericida, antiséptica, balsámica, anticatarral, dolor de cabeza, congestión nasal, sinusitis, tos, antiinflamatoria de las vías respiratorias y resfriados gastrointestinales, hipoglucémica.</p>	<p>plantas medicinales</p>	<p><a href="#">ver</a></p>
	<p><b>Flor Eléctrica (Spilantes oleracea o Acmella oleracea)</b></p>	<p>Analgésica, Antiparasitaria, Antiséptica, Bactericida, Depurativa, Insecticida</p>	<p>Candidiasis (Vulvovaginitis candidiásica), Sialolitiasis, Úlceras en la boca</p>	<p>Analgésica y antiséptica bucal, bactericida, candidiasis, depurativa linfática, insecticida del mosquito de la malaria aplicada al agua.</p>	<p>plantas medicinales</p>	<p><a href="#">ver</a></p>
	<p><b>Fumaria (Fumaria officinalis)</b></p>	<p>Depurativa, Diurética, Tonicante</p>	<p>Acné, Anemia, Artritis, Cistitis, Dermatitis atópica (Eccema), Reuma</p>	<p>Depurativa, tónico, diurética, anemia, acné, dermatitis.</p>	<p>plantas medicinales</p>	<p><a href="#">ver</a></p>



## Galio (Galium aparine)

Antitumoral,  
Depurativa,  
Detoxificante,  
Diurética, Febrífuga

Cáncer,  
Hipertiroidismo,  
Hipotiroidismo,  
Infección de piel,  
Insuficiencia renal  
(Falla renal),  
Linfedema

Desintoxicante, febrífuga, diurética,  
depurativa, trastornos de glándulas linfáticas,  
afecciones de la piel, tiroides, antitumoral.

plantas  
medicinales

ver



## Ginkgo Biloba

Analgésica,  
Antirradioactiva,  
Neuroprotectora,  
Oftálmica,  
Vasodilatadora,  
Venotónica

Arteriopatía,  
Arteriosclerosis  
(Arteriopatía),  
Demencia senil,  
Dolor de cabeza  
(Cefalea),  
Embolia cerebral,  
Glaucoma,  
Insuficiencia  
circulatoria,  
Migraña, Ojos  
irritados, Sordera

Insuficiencia circulatoria cerebral, dolor de  
cabeza, migraña, trastornos vasculares  
periféricos, arteriopatías, embolias cerebrales,  
afecciones microcirculatorias, arteriosclerosis,  
demencia senil, memoria, trastornos  
neurosensoriales (vértigo, sordera, equilibrio)  
de causa vascular en ORL y oftalmología.

plantas  
medicinales

ver



## Guaraná (Paullinia cupana)

Es una planta arbustiva del Amazonas, se ha utilizado en la medicina tradicional para tratar fiebres, dolores de cabeza y para la inflamación intestinal. Las acciones del guaraná se atribuyen principalmente a la cafeína presente en sus semillas (1) (2). Se promueve como un supresor del apetito, estimulante, como un afrodisíaco, para aliviar la fatiga y como ergogénico (aumenta la capacidad de realizar esfuerzo físico). Produce estimulación cardíaca (efecto inotropo positivo), vasodilatación periférica y vasoconstricción a nivel craneal, por lo que se ha sugerido su empleo como antimigrañoso. Los estudios in vitro indican que el guaraná tiene propiedades quimiopreventivas (3 (4), neuroprotectoras, (5) y ansiolíticas (6). Los datos epidemiológicos sugieren sus efectos protectores contra los trastornos metabólicos en la población más anciana (7). También se observaron mejoras en el rendimiento cognitivo y la fatiga mental en adultos sanos (8).

En estudios en pacientes con cáncer de mama, el guaraná fue útil como un tratamiento a corto plazo para la fatiga producida por la quimioterapia (9). Tiene potentes efectos antioxidantes al inhibir la peroxidación lipídica (10).

Vigilar las personas que toman medicamentos anticoagulantes o antiplaquetarios. Por su elevado contenido en cafeína, no se recomienda usar por la noche.

ver



## Gynura (Gynura procumbens)

Antidiabética,  
Antiinflamatoria,  
Antioxidante,  
Hipertensora,  
Hipocolesterolemiante

Colesterol,  
Diabetes,  
Hipertensión

Hipertensión, colesterol, diabetes,  
antiinflamatoria, antioxidante.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver

## Autor: Aleix Pàmies

1. Gruenwald J, et al. PDR for Herbal medicines, 2nd ed. Montvale (NJ): Medical Economics Company; 1998.
2. Schulz V, et al. Rational Phytotherapy: A Physicians Guide to the Use of Herbs and Related Remedies, 3rd ed. Berlin (Germany): Springer; 1998.
3. Fukumasu H, Cristina da Silva T, Avanzo JL, et al. Chemopreventive effects of Paullinia cupana Mart var. sorbilis, the guarana, on mouse hepatocarcinogenesis. *Cancer Lett* 2006 20;233(1):158-64.
4. Fukumasu H, Latorre AO, Zaidan-Dagli ML. Paullinia cupana Mart. var. sorbilis, guarana, increases survival of Ehrlich ascites carcinoma (EAC) bearing mice by decreasing cyclin-D1 expression and inducing a G0/G1 cell cycle arrest in EAC cells. *Phytother Res.* 2011 Jan;25(1):11-6.
5. de Oliveira DM, Barreto G, Galeano P, et al. Paullinia cupana Mart. var. Sorbilis protects human dopaminergic neuroblastoma SH-SY5Y cell line against rotenone-induced cytotoxicity. *Hum Exp Toxicol.* 2010 Nov 16. [Epub ahead of print]
6. Roncon CM, Biesdorf de Almeida C, Klein T, Palazzo de Mello JC, Audi EA. Anxiolytic effects of a semipurified constituent of guaraná seeds on rats in the elevated T-maze test. *Planta Med.* 2011 Feb;77(3):236-41.
7. Costa Krewer C, Ribeiro EE, Ribeiro EA, et al. Habitual Intake of Guaraná and Metabolic Morbidities: An Epidemiological Study of an Elderly Amazonian Population. *Phytother Res.* 2011 Feb 22.
8. Kennedy DO, Haskell CF, Robertson B, et al. Improved cognitive performance and mental fatigue following a multi-vitamin and mineral supplement with added guaraná (Paullinia cupana). *Appetite.* 2008 Mar-May;50(2-3):506-13. Epub 2007 Oct 30.
9. de Oliveira Campos MP, Riechelmann R, Martins LC, et al. Guarana (Paullinia cupana) improves fatigue in breast cancer patients undergoing systemic chemotherapy. *J Altern Complement Med.* 2011 Jun;17(6):505-12.
10. Boozer CN, et al. An herbal supplement containing Ma Huang-Guarana for weight loss: a randomized, double-blind trial. *Int J Obes Related Metab Disord* 2001;25:316-24.





## Hiedra Terrestre (*Glechoma hederacea*)

Anticatarral, Diurética,  
Tónica digestiva

Catarro crónico,  
Hipertensión  
arterial, Resfriado

Tónica, diurética, anticatarral.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver



## Hierba del Pescado (*Houttuynia cordata* chameleon)

Antibacteriana,  
Antiinflamatoria,  
Antirradioactiva,  
Depurativa, Diurética

Cáncer,  
Coronavirus  
(COVID),  
Intoxicación por  
metales pesados,  
Intoxicación  
radioactiva,  
Úlcera  
gastroduodenal  
(Úlcera péptica)

Antiinflamatoria, antibacteriana, depurativa,  
diurética, fortalece el sistema inmunológico,  
úlceras de estómago. El jugo de las hojas se  
utiliza como antídoto, aporta mucho yodo.



plantas  
medicinales

ver



## Hierba Dulce (*Lippia dulcis*)

Abortiva, Béquica,  
Edulcorante,  
Emenagoga,  
Expectorante,  
Vermífuga

Menstruación  
irregular,  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales), Tos

Béquica (calma la tos), emenagoga (activa y  
regulariza la menstruación), expectorante,  
vermífuga (elimina lombrices y parásitos  
intestinales), abortiva.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver



## Hierba Gatera (*Nepeta cataria*)

Antiespasmódica,  
Antitusiva, Calmante,  
Carminativa,  
Digestiva,  
Emenagoga,  
Estimulante, Relajante  
de gatos, Repelente  
de insectos, Sedante

Estrés,  
Flatulencias  
(Gases  
intestinales),  
Hiperactividad  
(TDAH),  
Menstruación  
irregular, Tos

*Carminativa (antiflatulenta, evita gases intestinales), antitusiva, emenagoga (activa y regulariza la menstruación), antiespasmódica (sedante, calmante, tranquilizante), estimulante para gatos.*

Llamada también menta de gatos ya que estos la utilizan para relajarse o purgarse. Esta hierba silvestre es muy común en huertos, calles, jardines, caminos... y no tenemos en cuenta su valor medicinal. Es estupenda la infusión de nepeta cataria con stevia para los nervios en estudiantes, ayuda a su concentración a la hora de estudiar.

Para relajar nervios y stress en nuestros trabajos que sentimos que el ritmo nos pisa los talones, haremos 2 o 3 vasos de infusión, volaremos y echaremos en una botella o termo para ir bebiendo durante el día.



Efectiva para niños con hiperactividad sin efectos secundarios.

Es digestiva con un sabor parecido a la menta.

Potente repelente de mosquitos, macerar la planta en aceite de oliva de primera

plantas  
medicinales

ver

extracción en frío durante 40 días ,colar en botes de spray aplicar masajeando en la piel. Podemos añadir esencia de citronela o lavanda.

[Videos sobre la Nepeta Cataria](#)



## Hierba Luisa (Lippia citriodora)

Antiespasmódica,  
Calmante,  
Carminativa,  
Emenagoga,  
Eupéptica, Sedante,  
Tranquilizante

Dolor de cabeza  
(Cefalea), Dolor  
menstrual,  
Espasmos  
gastrointestinales,  
Flatulencias  
(Gases  
intestinales)

Eupéptica (facilita y favorece la digestión),  
carminativa (antiflatulenta), antiespasmódica  
(previene espasmos nerviosos, sedante,  
calmante, tranquilizante), dolor de cabeza,  
reglas dolorosas.

plantas  
medicinales

ver



## Hierba Verruguera, Celidonia (Chelidonium majus)

Anticancerígena,  
Antiviral, Colagoga,  
Colerética,  
Hepatoprotectora,  
Oftálmica, Sedante

Cáncer de  
hígado, Cáncer  
de piel  
(Melanoma),  
Cataratas,  
Conjuntivitis,  
Degeneración  
macular,  
Insuficiencia  
hepatobiliar,  
Retinosis  
pigmentaria,  
Verrugas

Colagoga, colerética, protectora hepática,  
sedante. Aplicación tópica, propiedades  
oftálmicas, manchas solares y verrugas.

plantas  
medicinales

ver



## Hipérico, Arqueta (*Hypericum perforatum*)

Antidepresiva,  
Antiinflamatoria,  
Digestiva, Vulneraria

Ansiedad,  
Heridas,  
Incontinencia  
urinaria,  
Inflamación,  
Quemaduras,  
Síndrome  
premenstrual,  
Úlceras en la piel  
(Llagas en la piel)

Antidepresiva, ansiedad ligada a la menopausia, síndrome premenstrual, incontinencia urinaria, digestiva. Vía externa en aceite, vulneraria (cura las heridas y úlceras, reduce las inflamaciones y acelera la renovación de los tejidos dañados), quemaduras leves, antiinflamatoria.

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Hisopo (*Hyssopus officinalis*)

Antihelmíntica,  
Carminativa,  
Expectorante

Bronquitis,  
Catarro crónico,  
Flatulencias  
(Gases  
intestinales),  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales)

Expectorante, procesos catarrales crónicos, afecciones broncopulmonares, antihelmíntica (parásitos y gusanos intestinales), carminativa (antiflatulento).

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Jabonera (*Saponaria officinalis*)

Colerética, Diurética,  
Expectorante,  
Mucolítica, Sudorífica

Insuficiencia  
hepatobiliar

Mucolítica, expectorante, raíz (diurética, sudorífica), colerética (aumenta la producción de bilis del hígado).

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Kalanchoe Daigremontiana, Pinnata, Gaston- Bonniers

Analgésica,  
Antialérgica,  
Antibacteriana,  
Antifúngica,  
Antihistamínica,  
Antiinflamatoria,  
Antitérmica,  
Antitumoral,  
Antiulcerosa, Antiviral

Cáncer,  
Cangrena  
(Gangrena),  
Diarrea,  
Esquizofrenia,  
Heridas,  
Hipertensión,  
Infección,  
Inflamación

Las tres plantas que trataremos aquí se encuentran dentro de este grupo y son las siguientes:

### **Kalanchoe daigremontiana** (*Bryophyllum daigremontianum*)

Presenta numerosos hijos o plantas nuevas en los bordes de las hojas. Las hojas tienen unas manchas alargadas en la parte de abajo. Recibe los nombres de: Arantes, Madre de miles, Kalanchoe mexicana.

### **Kalanchoe pinnata** (*Bryophyllum pinnatum*)

También llamada "Planta de Goethe" ya que fue estudiada por el poeta y botánico alemán. Otros nombres que recibe en América Latina: Bruja, Yerba de Bruja, Prodigiosa, Hoja del Aire, Siempre Viva, Colombiana, Ojaransín, Hojerilla.

### **Kalanchoe gaston-bonniers** (*Bryophyllum gastonis-bonnierii*)

El nombre científico le viene en honor al botánico francés Gaston Bonnier. Esta planta tiene las hojas más grandes que las especies anteriores. Recibe los nombres de: Ojaransín, Hojerilla, Oreja de burro.

Cabe decir que los nombres populares a veces se aplican a una o más especies y que varían según los países.

Su acción puede abarcar más allá de los puntos mencionados ya que se produce sanación de daños celulares en muchos órganos del cuerpo.

La parte utilizada son principalmente las hojas, que tienen un sabor acidulado. Se

plantas  
medicinales

ver

pueden tomar de forma externa o interna según lo que queramos tratar.

#### Uso medicinal

Estas kalanchoes son plantas que actúan de forma global dentro del cuerpo y por lo tanto su espectro de acción es ancho. En medicina tradicional, especialmente en América Latina, Asia y África y se usan para tratar las siguientes enfermedades y dolencias:

- Lesiones y enfermedades relacionadas con daños celulares, como el cáncer.
- Heridas profundas y gangrenadas
- Infecciones, quemaduras
- Tumores, abscesos y floroncós
- Reumatismo
- Inflamaciones
- Hipertensión
- Piedras en el riñón
- Diarreas
- Enfermedades psicológicas: esquizofrenia, crisis de pánico y miedos.



## Lavanda (Lavanda angustifolia)

Analgésica,  
Antiinfecciosa,  
Calmante,  
Cicatrizante,  
Digestiva, Sedante,  
Tranquilizante,  
Vermífuga

Ascariasis  
(Gusanos  
intestinales),  
Estrés, Gastritis,  
Heridas,  
Infección,  
Insomnio

Sedante, digestiva, calmante, analgésica,  
vermífuga (gusanos y parásitos intestinales)  
antiinfecciosa, cicatrizante. Aceite esencial,  
tranquilizante.

plantas  
medicinales

ver



## Lechuga Bordo o Salvaje (Lactuca virosa)

Antitusiva, Sedante, Somnifera

Ansiedad, Insomnio, Tos

Sedante, antitusiva.

plantas medicinales

[ver](#)



## Lengua de gato (Sedum dendroideum praealtum)

Calmante

Hemorroides (Almorranas), Herpes, Picadura de plantas, Picaduras y mordeduras de animales e insectos, Quemaduras

Su jugo aplicado: ojos, cataratas, calmante, problemas de piel, calmante, picaduras, boca, quemaduras, sabañones, almorranas.

[Video](#)



plantas medicinales

[ver](#)



## Leonorus Cardiaca

Cardiotónica, Emenagoga, Sedante

Insuficiencia cardíaca, Menopausia, Palpitaciones

Cardiotónica, sedante, disminuye la presión sanguínea, trastornos gastrointestinales, emenagoga, palpitaciones en la menopausia.

plantas medicinales

[ver](#)



## Leonorus Japonicus

Afrodisíaca, Antibacteriana, Depurativa, Diurética, Emenagoga, Vasodilatadora, Vulneraria

Disfunción sexual (Infertilidad, Impotencia), Dolor menstrual, Hipertensión, Menstruación irregular

Afrodisíaca, depurativa, diurética, antibacteriana, emenagoga, vasodilatadora, vulneraria.

plantas medicinales

[ver](#)



## Llantén (Plantago major, Plantago lanceolata)

Antialérgica,  
Antibacteriana,  
Anticancerígena,  
Antidiarreica,  
Antiinflamatoria,  
Astringente,  
Desinfectante,  
Digestiva, Diurética,  
Expectorante

Bronquitis,  
Cáncer, Colitis,  
Diarrea, Dolor de  
oídos (Otitis),  
Faringitis,  
Flatulencias  
(Gases  
intestinales),  
Heridas, Infección  
pulmonar,  
Inflamación  
gástrica

Las dos variedades tiene las mismas propiedades y se pueden utilizar de la misma manera, al no conocerse contradicciones, son útiles tanto para mayores como para niños en cualquiera de sus aplicaciones. En problemas gástricos, ulcera péptica, diarreas, fisuras rectales ,hemorroides, inflamaciones respiratorias, tanto de garganta como bronquios y pulmones, inflamaciones oculares.

### En la antigüedad

Valorada ya desde la antigüedad, los caminantes las utilizaban como plantillas en sus sandalias para las escoceduras de los pies y para el cansancio. En vía externa, está muy indicada en afecciones inflamatorias de la piel. Era considerada una planta mágica y se le atribuía el poder de protección contra los malos espíritus y se utilizaban las semillas como amuletos para cazamaridos.

### Remedios para vías respiratorias

Al contener mucílagos está especialmente indicada como remedios pectorales , también para catarrros de las vías respiratorias altas, como la laringitis, faringitis utilizado en forma de gargarismos.

Se pueden hacer unos fantásticos y resolutivos jarabes que pueden tomar tanto mayores como niños en caso de tos y afecciones de las vías respiratorias.

### Para las heridas

Por sus propiedades astringentes y antisépticas aplicado sobre heridas recientes,

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver

corta las hemorragias ,se colocará la hoja fresca bien lavada y machacada, o bien escaldada en forma de cataplasma.

Contiene Manganeseo, que actúa eliminando los venenos del metabolismo cutáneo, es de especial importancia para eliminar los venenos de las picaduras de insectos y mordeduras de perros.

En caso de caries o dolor de muelas , para mitigarlo, se puede utilizar la tintura de llantén muy fácil de hacer, también es útil para la otitis poner una o dos gotas en el oído de jugo de llantén fresco.

Fortalece el cuerpo etérico en la región muscular y actúa en la debilidad y pérdida de masa muscular de vejiga y esfínteres.

---

*Antiinflamatoria, expectorante, suavizante y tonificante sobre las membranas mucosas, infecciones pulmonares, antibacteriana, antialérgica respiratoria, rinitis, faringitis, laringitis y bronquitis, antiinflamatoria de las vías digestivas, inflamaciones gástricas, diarreas, colitis, gases, hemostática, diurética, vulneraria, cura heridas y quemaduras leves, astringente y desinfectante bucal, otitis.*



## Malva (Malva sylvestris)

Antiinflamatoria,  
Antipirética, Antitusiva,  
Cicatrizante,  
Emoliente, Estomacal,  
Expectorante,  
Laxante, Pectoral,  
Vulneraria

Bronquitis,  
Conjuntivitis,  
Fiebre alta,  
Gastritis, Heridas,  
Infección de  
orina, Picadura  
de plantas,  
Picaduras y  
mordeduras de  
animales e  
insectos,  
Restreñimiento,  
Tos

Emoliente gástrica, pectoral y contra las  
afecciones de las vías respiratorias  
superiores, infecciones vías urinarias, cura  
heridas, antiinflamatoria, picaduras de ortiga e  
insectos, conjuntivitis.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Manzanilla, Camomila Común (Matricaria chamomilla)

Antiespasmódica,  
Carminativa,  
Digestiva, Sedante,  
Tónica digestiva,  
Vasodilatadora

Espasmos  
gastrointestinales,  
Estrés, Gastritis,  
Hipertensión

Digestiva, carminativa, sedante, tónica,  
vasodilatadora, antiespasmódica, gastritis,  
estrés, hipertensión, espasmos  
gastrointestinales.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Melisa (Melissa officinalis)

Analgésica, Antiespasmódica, Antiinflamatoria, Carminativa, Digestiva, Emenagoga, Estimulante, Eupéptica, Sedante, Vulneraria

Ansiedad, Depresión, Dolor de cabeza (Cefalea), Dolor neuropático, Herpes simple, Insuficiencia hepatoiliar, Menopausia, Migraña, Náuseas, Picaduras y mordeduras de animales e insectos

Eupéptica, carminativa, estimulante de la secreción biliar. Antiespasmódica, sedante, inductora del sueño, estados depresivos, menopausia, contra el agotamiento nervioso, palpitaciones, vómitos, dolores de componente nervioso (dientes, oído, dolor de cabeza). Antiinflamatoria de las mucosas digestivas y bronquiales. Náuseas también en el embarazo. Emenagoga. Vía externa vulneraría y analgésica. Fricciones por neuralgias, cefaleas y migrañas, también herpes simple. Picaduras de insectos.

plantas medicinales

ver



## Menta (Mentha)

Anticatarral, Antiespasmódica, Antiséptica, Antitérmica, Carminativa, Colagoga, Colerética, Digestiva, Expectorante

Acidez estomacal (Ardor de estómago), Gota, Halitosis, Migraña, Náuseas, Resfriado, Ronquidos

Antiespasmódica, colerética, carminativa, digestiva, aumenta la secreción biliar (colagoga) y la secreción estomacal, antiséptica, expectorante, útil en afecciones de las vías respiratorias altas, antitérmica, anticatarral, reduce náuseas, jaquecas, gota, halitosis.

planta alimenticia, plantas medicinales

ver



## Milhojas, Milenrama (Achillea millefolium)

Anticancerígena, Antidepresiva, Antiespasmódica, Antirreumática, Depurativa, Digestiva, Diurética, Emenagoga, Febrífuga, Hemostática

Cáncer, Depresión, Dermatitis atópica (Eccema), Diarrea, Dolor menstrual, Hipertensión, Migraña, Náuseas, Resfriado

Depurativa, resfriados de las vías respiratorias superiores, digestiva, tónica, antiespasmódica, náuseas, diarreas, eccemas, dolor menstrual, tensión premenstrual, antidepresiva, hemostática, antirreumática, febrífuga, migrañas, diurética, cáncer.

planta alimenticia, plantas medicinales

ver



## Muérdago (*Viscum album*)

Anticonvulsiva,  
Antirreumática,  
Antitumoral,  
Cardiotónica,  
Hipertensora,  
Hipotensora

Cáncer, Epilepsia,  
Hipertensión  
arterial,  
Hipotensión  
arterial,  
Insuficiencia  
cardíaca, Reuma

Cardiotónica, hipotensora, antiepiléptica,  
antirreumática, antitumoral.

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Onagra (*Oenothera biennis*)

Antidiarreica,  
Antiespasmódica,  
Dermoprotectora,  
Reguladora menstrual

Dermatitis atópica  
(Eccema),  
Diarrea,  
Espasmos  
gastrointestinales,  
Menstruación  
irregular,  
Osteoporosis,  
Quiste benigno,  
Quiste mamario,  
Quiste ovárico,  
Síndrome  
premenstrual

Síndrome premenstrual, reguladora  
menstrual, osteoporosis, quistes benignos  
mamarios y ováricos, antidiarreica,  
antiespasmódica, dermoprotectora, eczemas.

[ver](#)



## Ortiga (*Urtica dioica*)

Anticancerígena,  
Antidiarreica,  
Antigotosa,  
Antihistamínica,  
Antiinflamatoria,  
Astringente,  
Depurativa, Diurética,  
Estimulante,  
Hemostática

Alergia, Anemia,  
Cáncer, Diabetes,  
Diarrea, Gota,  
Inflamación del  
intestino  
(Disentería),  
Inflamación  
gástrica, Reuma

Depurativa, diurética, antigotosa, reumatismo,  
diabetes, astringente, antidiarreica, afecciones  
inflamatorias del intestino, estimulante de  
secreciones gástricas, biliar, pancreática e  
intestinal, hemostática, anemia,  
antihistamínica, venotónica, antiinflamatoria.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Paico, Epazote, Té de México (Chenopodium ambrosioides)

Antiespasmódica,  
Antifúngica,  
Antihemorroidal,  
Antiparasitaria,  
Estomacal

Dolor menstrual,  
Flatulencias  
(Gases  
intestinales),  
Hemorroides  
(Almorranas),  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales)

plantas  
medicinales

ver



## Perejil (Petroselinum crispum)

Antioxidante, Contiene  
vitamina A, Contiene  
vitamina C,  
Detoxificante,  
Diurética,  
Mineralizante

Amenorrea (Falta  
de menstruación),  
Anemia, Halitosis,  
Hipertensión,  
Intoxicación por  
metales pesados,  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales)

Vitamina A y C, hierro, antioxidante, diurética,  
mineralizante y detoxificante del cuerpo  
(metales pesados en órganos y tejidos)

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver



## Perilla (Perilla frutescens)

Antialérgica,  
Antihistamínica,  
Antiinflamatoria,  
Antiviral, Digestiva,  
Estimulante

Alergia, Cáncer  
de mama,  
Candidiasis  
(Vulvovaginitis  
candidiásica),  
Coronavirus  
(COVID),  
Intoxicación  
alimentaria,  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales),  
Resfriado

Antiinflamatoria, antialérgica, resfriados,  
alteraciones respiratorias, digestiva, estimula  
el sistema inmunitario, antihistamínica,  
intoxicaciones alimentarias.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver



## Planta Curalotodo (Sedum telephium)

*Curalotodo*, hierba callera o *Sedum telephium* entre otros nombres. Se ha utilizado para forúnculos, callos, rozaduras, quemaduras, granos.

### ¿Cómo la utilizo?

Asando las hojas, pelándolas después y ponerlas sobre el forúnculo a tratar varios días hasta que madure y explote.

En crudo nos serviría como cicatrizante de heridas solo con despegar una fina capa de piel y colocarla en la zona a tratar.

Es una planta tipo cactus. Almacena agua en sus hojas, muy sufrida en cuanto al riego, clima, adaptación a diferentes suelos.

¡Una suerte tenerla en casa!

plantas  
medicinales

ver



## Poleo (*Mentha pulegium*)

Antiespasmódica,  
Antiséptica,  
Reguladora intestinal,  
Tónica digestiva,  
Vasodilatadora

Dolor menstrual,  
Espasmos  
gastrointestinales,  
Halitosis

Antiespasmódica, tónica estomacal,  
reguladora intestinal, vasodilatadora de la  
matriz y merma los dolores menstruales,  
antiséptica bucal, halitosis.

plantas  
medicinales

ver



## Regaliz (Glycyrrhiza glabra)

Antiinflamatoria,  
Antiviral, Colagoga,  
Digestiva,  
Expectorante,  
Laxante, Mineralizante

Alergia, Astenia  
(Decaimiento,  
cansancio  
crónico),  
Coronavirus  
(COVID),  
Hipotensión  
arterial,  
Resfriado,  
Restreñimiento,  
Síndrome  
premenstrual, Tos

Expectorante, tos, resfriado, mineralizante,  
digestiva, laxante, colagoga, revitalizante  
hepática, antiinflamatoria, antiviral, alergia,  
síndrome premenstrual, agotamiento.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Ricino

Antiartrósica,  
Antiparasitaria,  
Hepática,  
Hepatoprotectora,  
Laxante, Purgante

Acné,  
Anticonceptivo,  
Arrugas, Artritis,  
Cistitis,  
Estreñimiento,  
Inflamación de las  
uñas, Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales)

[ver](#)



## Romero (*Rosmarinus officinalis*)

Afrodisíaca,  
Antibiótica,  
Antioxidante, Antiviral,  
Aperitiva, Colagoga,  
Colerética,  
Emenagoga,  
Febrotónica, Hepática

Alopecia (Pérdida  
del cabello),  
Ansiedad, Artritis,  
Asma, Astenia  
(Decaimiento,  
cansancio  
crónico), Cáncer  
de piel  
(Melanoma),  
Coronavirus  
(COVID), Estrés,  
Hipotensión  
arterial, Resfriado

Tónica cardíaca, flebotónica, hepática,  
colagoga, colerética, resfriados,  
reconstituyente, aperitiva, antioxidante,  
emenagoga, tiene un cierto efecto sedante en  
la menopausia, hipertensora.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Rompepiedras (*Lepidium latifolium*)

Antiinflamatoria,  
Antitumoral, Aperitiva,  
Diurética, Tónica  
digestiva

Artrosis, Cálculos  
renales (Piedras  
en los riñones),  
Cáncer,  
Sialolitiasis

Reduce oxalato cálcico en los riñones  
(piedras en el riñón), disuelve los pequeños  
depósitos de cal que se pueden formar en el  
oído, diurética, aperitiva, tónica estomacal.  
Uso externo, antiinflamatorio.

[Lepidium, lepidio de hoja ancha o  
mastuerzo salvaje](#)

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver

El *Lepidium*, lepidio de hoja ancha o mastuerzo salvaje (*Lepidium latifolium*) es una planta vivaz de la familia de las crucíferas (como las coles, los nabos o la mostaza). Su principal propiedad medicinal es la **dedisolver los cálculos o piedras del riñón**. Aunque no debe confundirse con la famosa planta "rompepiedras" o "arenaria" de nombre botánico *Herniaria glabra*, el *Lepidium* también se merece el título de "rompepiedras" por su efectividad.

Se puede tomar fresca o seca, siempre en infusión, que prepararemos así:

Ponemos agua hirviendo sobre las hojas y tapamos. Esperamos a que se enfríe, y tomamos una taza por la mañana en **ayunas durante 9 días** seguidos.

La **dosis** por taza es de 2-3 gramos si se trata de hoja seca, o de 3 hojas medianas si se trata de hoja fresca. Cabe decir que siempre que sea posible es preferible tomar la planta fresca, bien desmenuzada para hacer la infusión.

			<p>Su <b>cultivo</b> no es difícil, requiere un suelo fresco, ya que le gusta la humedad. La multiplicaremos por esqueje enraizado, es decir, mediante un brote que separaremos con parte de la raíz, o bien con un trozo de la raíz (rizoma) que tenga una yema que brote y emita un tallo.</p> <p>ver más en: <a href="#">PLANTA QUE DISUELVE PIEDRAS DEL RIÑÓN   Josep Pamies blog</a></p>	
--	--	--	---	--

	<h3>Rosa o Té de Jamaica (Hibiscus sabdariffa)</h3>	<p>Antioxidante, Antipirética, Digestiva, Diurética, Estomacal, Hepática, Hepatobiliar, Laxante, Mineralizante</p>	<p>Colesterol, Dolor de garganta (Irritación), Faringitis, Gastritis, Gastroenteritis, Hemorroides (Almorranas), Hipertensión, Intoxicación alimentaria, Varices</p>	<p>Hipertensión, diurética, digestiva, antioxidante, mineralizante, aparato respiratorio, antipirética.</p>	<p>planta alimenticia, plantas medicinales</p>	<a href="#">ver</a>
--	---	--	--	---	--	---------------------

	<h3>Rosal Silvestre (Rosa canina)</h3>	<p>Antiartrosica, Antidiarreica, Astringente, Contiene vitamina C</p>	<p>Anemia, Diarrea</p>	<p>Los frutos (agavanzos) son antianémicos y antiescorbúticos por su alto contenido en Vitamina C. Antidiarreico, astringente.</p>	<p>planta alimenticia, plantas medicinales</p>	<a href="#">ver</a>
--	--	---	------------------------	--	--	---------------------



## Ruda (Ruta graveolens)

Abortiva,  
Antiespasmódica,  
Antihelmíntica,  
Antirreumática,  
Emenagoga,  
Sudorífica

Amenorrea (Falta de menstruación),  
Artritis reumatoide,  
Artrosis, Dolor de oídos (Otitis),  
Dolor reumático,  
Hemorroides (Almorranas),  
Parasitosis (Parásitos intestinales)

Planta abortiva, emenagoga, antiespasmódica, sudorífica, antihelmíntica. El aceite es antirreumático, antiartrósico, dolor de oído, hemorroides.

plantas medicinales

[ver](#)



## Salvia (Salvia officinalis)

Antiséptica,  
Bactericida,  
Carminativa,  
Digestiva, Estimulante,  
Reconstituyente,  
Reguladora menstrual,  
Sedante, Tónica digestiva

Amigdalitis,  
Faringitis,  
Flatulencias (Gases intestinales),  
Gingivitis,  
Halitosis,  
Hiperhidrosis (Sudoración excesiva),  
Hipoglucemia,  
Inflamación de la boca y labios (Estomatitis),  
Menopausia,  
Úlceras en la boca

Antiséptica bucal, gingivitis, halitosis, úlceras bucales, amigdalitis, estomatitis, faringitis, bactericida, digestiva, tónica, estimulante y a la vez sedante digestiva y carminativa (antiflatulenta) reconstituyente, reguladora menstrual y menopausia. Hiperhidrosis (acceso de sudor en manos y pies), hipoglucemia.

plantas medicinales

[ver](#)



## Saúco (Sambucus nigra)

Anticatarral,  
Antineurálgica,  
Antirreumática,  
Diurética, Laxante

Amigdalitis,  
Catarro crónico,  
Conjuntivitis,  
Dolor de garganta  
(Irritación),  
Restreñimiento,  
Úlceras en la  
boca

Diaforética (activa la sudoración), diurética,  
laxante, antirreumática, antineurálgica,  
anticatarral, conjuntivitis, úlceras bucales,  
irritación de garganta y amigdalitis.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Sauzgatillo (Vitex agnus-castus)

Emenagoga

Acné, Amenorrea  
(Falta de  
menstruación),  
Disfunción sexual  
(Infertilidad,  
Impotencia) ,  
Endometriosis,  
Hipertiroidismo,  
Hipotiroidismo,  
Menopausia

Menopausia, amenorrea, infertilidad,  
emenagogo, endometriosis, reduce el acné.

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Serpol (Thymus serpyllum)

Antiséptica,  
Desinfectante,  
Digestiva, Tónica  
digestiva

Astenia  
(Decaimiento,  
cansancio  
crónico),  
Bronquitis,  
Depresión, Gripe,  
Infección  
pulmonar,  
Resfriado  
gastrointestinal,  
Rinitis

Tónica, astenia (decaimiento, cansancio  
crónico), depresión leve, infección de pecho,  
bronquitis, rinitis, gripe, resfriado  
gastrointestinal, desinfectante, antiséptica,  
digestiva.

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Siempreviva (*Sepervivum tectorum*)

Antiinflamatoria,  
Emenagoga,  
Emoliente, Vulneraria

Dolor de dientes y  
muelas,  
Faringitis,  
Hemorroides  
(Almorranas),  
Herpes zóster,  
Picaduras y  
mordeduras de  
animales e  
insectos

Emenagoga, emoliente, antiinflamatoria,  
vulneraria, picaduras de insectos, herpes  
zóster, faringitis, hemorroides.

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Tabaco (*Nicotiana tabacum*)

Abortiva,  
Antihelmíntica,  
Antiparasitaria,  
Expectorante,  
Insecticida, Nutritiva

Hemorroides  
(Almorranas),  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales)

Antihelmíntica, parasiticida.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

[ver](#)



## Tanaceto (*Tanacetum vulgare*)

Abortiva,  
Antihelmíntica,  
Emenagoga,  
Insecticida, Sudorífica

Amenorrea (Falta  
de menstruación),  
Ascariasis  
(Gusanos  
intestinales),  
Herpes, Migraña,  
Parasitosis  
(Parásitos  
intestinales),  
Picaduras y  
mordeduras de  
animales e  
insectos, Reuma

Helmíntica (parásitos y gusanos intestinales,  
tenia y oxiuros) sudorífica y emenagoga.  
Repelente de insectos.

plantas  
medicinales

[ver](#)



## Té de Roca (Jasonia glutinosa)

Anticatarral,  
Antidiarreica,  
Digestiva,  
Espasmolítica, Tónica  
digestiva

Catarro crónico,  
Congestión nasal,  
Diarrea, Dolor de  
cabeza (Cefalea),  
Dolor menstrual,  
Neumonía

Té sin teína. Tónica, digestiva, antidiarreica,  
anticatarral, espasmolítica, dolor menstrual,  
dolor de cabeza, alivia la congestión pulmonar  
y nasofaríngea, tratamiento profiláctico de la  
neumonía.

plantas  
medicinales

ver



## Tomillo (Thymus vulgaris)

Antibiótica, Antipútrida,  
Antirreumática,  
Antiséptica, Aperitiva,  
Carminativa,  
Cicatrizante,  
Digestiva,  
Emenagoga,  
Expectorante

Anemia, Fiebre  
alta, Gastritis,  
Halitosis,  
Resfriado común,  
Reuma

Digestiva, carminativa, antipútrida, aperitiva,  
antirreumática, antiséptica, pectoral,  
expectorante, antibiótica, emenagoga,  
enjuague bucal, cicatrizante, relajante.

planta  
alimenticia,  
plantas  
medicinales

ver



## Tormentilla (Potentilla erecta)

Antidiarreica,  
Astringente,  
Hemostática

Diarrea, Dolor de  
abdomen  
(Dispepsia),  
Hemorroides  
(Almorranas)

Astringente, antidiarreica, hemostática local,  
hemorroides.

plantas  
medicinales

ver



## Tulsi, Albahaca Morada (Ocimum tenuiflorum)

Anticancerígena,  
Antiinflamatoria,  
Antirradioactiva,  
Carminativa, Diurética,  
Inmunoestimulante,  
Insecticida, Quelante,  
Sedante

Cáncer, Catarro  
crónico, Diabetes,  
Dolor de oídos  
(Otitis),  
Hipertensión,  
Infección de piel,  
Intoxicación por  
metales pesados,  
Intoxicación  
radioactiva

Inmunoestimulante, diurética, carminativa,  
sedante, antiinflamatoria en afecciones  
catarrales del aparato respiratorio y  
problemas digestivos leves, diabetes. Vía  
externa: infecciones micóticas de la piel (tiña,  
herpes), dolor de oído, insecticida.

plantas  
medicinales

ver



## Valeriana (Valeriana officinalis)

Antiespasmódica,  
Relajante muscular,  
Sedante, Somnífera

Ansiedad, Dolor  
de espalda, Dolor  
muscular,  
Histeria,  
Insomnio,  
Lumbalgia

Antiespasmódica y sedante del sistema nervioso central, soporífera e inductora del sueño, contra el insomnio, ansiedad, histeria, miorelaxante, coadyuvante contra el dolor producido por contracturas musculares, lumbálgia, dolor cervical, gastritis nerviosa, dolor del aparato genital femenino.

plantas  
medicinales

ver



## Verbena (Verbena officinalis)

Anticoagulante,  
Antiespasmódica,  
Digestiva, Diurética,  
Estimulante,  
Galactagoga,  
Hepática, Relajante  
muscular, Sedante,  
Sudorífica

Ansiedad, Dolor  
de cabeza  
(Cefalea), Dolor  
muscular, Dolor  
reumático, Estrés,  
Hematoma,  
Migraña,  
Picaduras y  
mordeduras de  
animales e  
insectos,  
Sinusitis,  
Taquicardia

Sedante, antiespasmódica, ansiedad asociada con el estrés, relajante muscular, migraña y dolor de cabeza de origen nervioso o vinculado al ciclo menstrual, taquicardia, dolor reumático, dolor muscular, sudorífica, estimulante del sistema inmunitario en estados febriles, estimulante uterina y galactagoga, diurética, afecciones renales, hepática, digestiva, anticoagulante, enjuagues para afecciones bucales, parches, picaduras, hematomas, sinusitis.

plantas  
medicinales

ver



## Verónica (Verónica officinalis)

Antialérgica,  
Antifúngica,  
Antiinflamatoria,  
Antiulcerosa,  
Astringente

Asma, Bronquitis,  
Dermatitis atópica  
(Eccema),  
Diarrea, Dolor de  
abdomen  
(Dispepsia),  
Faringitis,  
Gastritis, Gota,  
Resfriado, Tos

Trastornos digestivos, afecciones hepáticas, diarrea, resfriado, tos, faringitis, cardiotónica, anticoagulante.

plantas  
medicinales

ver



## Yiaogulan (*Gynostemma pentaphyllum*)

Anticancerígena,  
Antidiabética,  
Antioxidante

Cáncer, Diabetes,  
Hipertensión

Planta que culturalmente se ha llamado Planta de la Longevidad, por su efectos de mejora en la salud general. Mejora la calidad de la sangre, depura, mejora el funcionamiento interno por sus antioxidantes.



plantas  
medicinales

ver

<https://dulcerevolucion.com/>