

# PLANTAS MEDICINALES

	<b>Achicoria - Diente de León</b> <i>Cichorium intybus</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Sus raíces son ricas en Inulina y azúcares (levulosa) y un principio amargo: la intibina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Sus hojas y flores en infusión se utilizan como tónico, aperitivo, carminativo, diurético, somnífero, colágeno y contra la gota.
	<b>Ajeno</b> <i>Artemisia Absinthium</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Sus esencias contienen felandreno, una sustancia amarga la absintina y un alcohol tuyoico.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión es tónico estomacal, aperitivo y vermífugo. Se usa en la ictericia y para hacer "bajar la menstruación".
	<b>Albahaca</b> <i>Ocimum Basilicum</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Su esencia contiene cineol, metilchavicol y linalol.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión o tisana es estimulante y antiespasmódico, carminativo y aromática. Estimula la secreción láctea de las madres.
	<b>Amapola</b> <i>Papaver rhoeas</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene el alcaloide readina (que se encuentra en el apio), ácido mecánico, antocianidina y ascotanina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Los pétalos en infusión o tisana y los botones en tisana se usan como pectorales y en los niños como tranquilizante y somnífero.
	<b>Borrachero</b> <i>Brugmansia arborea</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> En sus flores, hojas y semillas se encuentra hiosciamina, escopolamina y atropina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Hipnótico y narcótico. Calma la tos convulsiva, el asma y los dolores artríticos.
	<b>Borraja</b> <i>Borago officinalis</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene mucilago, resinas, nitrato potásico, malato, cálcico, tamino y ácido salicico.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión como diurético, sudorífico, antitusígeno. En Cataplasma como emoliente.
	<b>Botoncillo</b> <i>Acmella mutisii</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> En su tallo y en sus hojas se encuentra cetaurina y en sus flores cianina y pelargonina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> La planta en infusión baja la fiebre y "mejora la vista", por eso la llaman la "quebra anteojos". En maceración alivia el dolor de muelas.
	<b>Cedrón</b> <i>Lippia citriodora</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> La esencia de sus hojas contiene citral, l - limoneno, geraniol, verbenona y cetonas.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Sus hojas y flores en infusión "calman los nervios". Se usa como tónico estomacal, antiespasmódico, antiflatulento y pectoral.
	<b>Cola de Caballo</b> <i>Equisetum giganteum</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene sílice, ácido aquesitico, sales potásicas, ácido gálico y resinas.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusiones como "mineralizante" y en afecciones renales como diurético y para eliminar cálculos. En maceración, para hemorragias nasales.
	<b>Congona</b> <i>Peperomia subspathulata</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Sus flores contienen robinosido y un heterosido, sus hojas una sustancia amarga llamada vincina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusiones se usa para "sacar la leche" y contra la jaqueca. Sus hojas, para aromatizar bebidas efervescentes y el "champús".
	<b>Escancel</b> <i>Aerva sanguinolenta</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b>	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Anti inflamatorio, se usa en mastitis, paperas, faringitis y como vomitivo.
	<b>Limoncillo</b> <i>Cymbopogon citratus</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Sus hojas y el rizoma contienen un aceite etéreo y citral.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Diaforético, estimulante y aromático. Lo usan para limpiar los dientes y prevenir las caries.
	<b>Llantén</b> <i>Plantago major</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene el glúcido aucubina invertina, emulsina y citrato de potasio.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusiones o zumo como diurético, bronquiolítico, antiasmático y en gastritis. En cataplasma o sus hojas soasadas para cubrir úlceras varicosas.
	<b>Malva</b> <i>Malva sylvestris</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Toda la planta contiene mucilago y tanino.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Las flores en infusión con miel, para las afecciones bronquiales, gastritis y para bajar la fiebre. Sus hojas, para aromatizar bebidas efervescentes y el "champús".
	<b>Malvavisco</b> <i>Althaea officinalis</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene mucilago, pectina, almidón, sacarosa, glucosa, galactosa, betania, aceite l - asparagina y ácido málico.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> La tisana de la raíz como antitusivo y para bajar la fiebre; en baños de asiento contra las "almorranas".
	<b>Manzanilla</b> <i>Matricaria recutita</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> La esencia extraída de sus botones contiene un hidrocarburo, alcoholes, ácido salicico y actílico, éter metílico y vitamina c.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión como sedante, antiespasmódico, y para aliviar los cólicos ulceraciones. En cocimiento para lavar las heridas.
	<b>Mejorana</b> <i>Origanum majorana</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene tanino, sustancias amargas, pentosas y minerales. Su esencia contiene terpenos y origanon.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> La infusión es tónica estomacal, calmante y sudorífico. Su pomada en fricciones alivia los dolores artríticos.
	<b>Oregano</b> <i>Origanum vulgare</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Su esencia contiene acetato de geraniol. Sus raíces son ricas en estaquinoso y sus tallos en sustancias tónicas.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En tisana es tónico digestivo, estimulante, carminativo, diaforético y tónico. Se usa para dar sazón a las carnes.
	<b>Ortiga</b> <i>Urtica urens, dioica</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene histamina, acetilcolina, secretina, ácido fórmico, mucilago, amoniaco y ácido carbónico.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En tisana como diurético, antihipertensivo, secretagogo y hemostático en hemorroides y flujos vaginales. En tintura alcohólica, para las úlceras cutáneas.
	<b>Paico</b> <i>Chenopodium ambrosioides</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> De sus hojas y flores se extrae la esencia que contiene ascaridol, p - cimol, alcanfor, ácido salicico y butírico y salicilato de metilo.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> El zumo o su esencia se usan contra los parásitos intestinales. En tisana como sudorífico y tónico estomacal.
	<b>Poleo</b> <i>Mentha pulegium</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Su esencia contiene pulegona, acetato de metilo, mentona, l - limoneno y dipenteno.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En tisana como tónico estomacal, antiespasmódico y para aliviar los cólicos menstruales.
	<b>Romero</b> <i>Rosmarinus officinalis</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene tanino, saponina, glusido y resinas. Su esencia contiene a - pineno, camfeno, cineol, alcanfor y borneol.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión como estimulante, aperitivo, antiespasmódico, diurético y colágeno. Su cocimiento se usa para lavar las úlceras cutáneas.
	<b>Rada</b> <i>Ruta graveolens</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene resina, goma, tanino y rutina y su esencia: metilheptilectona, metilnonilcetona y vitamina c.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión se usa como antihemorrágico y antiespasmódico. En tisana facilita la menstruación. En emplastos como rubefaciente.
	<b>Sabila</b> <i>Aloe vera</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Su resina contiene un éter del ácido paracumarico y el alcohol aloeresinotanol y el allicbar aloinas que por hemolisis pasan a emodina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En bebidas o en jarabes se usa como purgante, aperitivo y sedante de la tos. El zumo y las hojas se aplican sobre la piel como desinfectante.
	<b>Sauco</b> <i>Sambucus nigra</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Sus flores contienen colina, taninos, azúcar, mucilago, rutina, ácido málico, valerianico y tartárico y sus hojas sambunigrina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión como sudorífico y diurético. En compresas calientes como antiinflamatorio local para borrar artritis abdominales del embarazo.
	<b>Toronjil</b> <i>Melissa officinalis</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Su esencia contiene citral, citronelal, geraniol y linalol y sus hojas; resina, mucilago y una sustancia amarga.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En tisana es estimulante, antiespasmódico, carminativo, diaforético y para bajar la fiebre. Bueno "para los nervios".
	<b>Urilla</b> <i>Physalis peruviana</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> La hierba contiene fitocaina: la raíz: ácido fórmico y acetico y su fruto, cariofileno.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Sus frutos se utilizan como purgante, vomitivo, diurético y calmante de la tosferina. Se les daba a los niños con retraso en el habla.
	<b>Verbena</b> <i>Verbena officinalis</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene el glusido verbenolina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En tisana como "depurativo de la sangre", para bajar la fiebre y como galactagogo y en los trastornos de hígado, bazo y riñones.
	<b>Verdolaga</b> <i>Portulaca oleracea</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene abundante mucilago.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En zumo o en coccción se usa como laxante, para bajar la fiebre y como antiinflamatorio urinario. Se asegura que elimina los cálculos renales.
	<b>Violeta</b> <i>Viola odorata</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Sus flores contienen irona, cetona y ácido salicico combinado en glusido: su raíz y tallo: ácido salicico y violina.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> Las flores en tisana o jarabe se usan como fluidificante de las secreciones bronquiales, anti tuisígeno y sudorífico. La raíz en coccción es vomitiva.
	<b>Yerbabuena</b> <i>Mentha piperita</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene acetato de metilo.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En tisana como bebida aromática, carminativo y antiespasmódico, en culinaria para condimentar las carnes.
	<b>Yerbamora</b> <i>Solanum nigrum</i>	<b>COMPOSICIÓN Y OBSERVACIONES</b> Contiene el glucoalcaloide solanina y saponina. No debe usarse en bebidas por su acción hemolítica.	<b>PROPIEDADES Y USOS POPULARES</b> En infusión es diaforética, narcótica y purgante. En cataplasma se usa como antiinflamatorio y resolutorio.