

Hierbas Medicinales



Guía de Referencia, Usos y Recomendaciones



Rocío del Bosque

Villarrica, IX Región

www.tesorosdelbosquechile.com/

rociodelbosquechile/



+56 9 9434 0289 / 5054 2179

rociodelbosquechile@gmail.com



www.tesorosdelbosquechile.com

Hierbas Medicinales



Caléndula (*Calendula Offinalis*)

Té: Antiinflamatoria, ayuda combatir la anemia, úlceras, nutre la piel, hipotensora.

Uso externo: Desinfectante y anti hongos de pies. Combate el acné, tratamiento de llagas heridas.



Cedron (*Aloysa Citridora*)

Té: Tranquilizante suave, mejora la digestion y reduce síntomas de resfriados. Relaja los nervios.



Consuelda (*Symphytum uplandica*)

Té: Fortalece huesos y digestión. Rica en proteínas y minerales.

Uso externo: Masaje para esquinces, músculos, mejora la circulación.



Laurel (*Laurus Nobilis*)

Té: Antiinflamatoria, mejora la digestión, corazón y nivel de azúcar en la sangre. Desintoxica el cuerpo. Reduce estrés.

Uso externo: Mejora el pelo y reduce caspa, en masaje relaja los músculos y dolores musculares.



Lavanda (*Lavandula Officinalis*)

Aromaterápico: Calmante y reparador, melancolía y estrés.

Hierbas Medicinales



Limpia Plata

Té: Anti hemorrágica, diurético, disminuye síntomas de úlceras. Ayuda a combatir cistitis, edemas, litiasis, piedras renales.

Uso externo: Por sus propiedades remineralizantes sirve para reparar piel, cabellos y uñas.



Llantén (*Plantago Lanceolata*)

Té: Disminuye síntomas del resfrío, asma y neumonías.

Uso externo: Ayuda a curar heridas.



Manzanilla (*Chamomilla Recutita*)

Té: Mejora la digestión, disminuye síntomas de resfríos, ayuda a la relajación del sistema nervioso, ayuda en tratamientos contra el alcoholismo y tabaquismo.

Uso externo: Antirreumático y cosmético capilar.



Matico (*Buddleja Globosa*)

Té: Disminuye síntomas de úlceras.

Uso externo: Cicatrizante.



Melisa (*Melissa Officinalis*)

Té: Ayuda a los problemas de insomnio, anti estrés, disminuye dolores estomacales, ayuda a combatir dolores menstruales.

Hierbas Medicinales



Menta (*Menta Piperita*)

Té: Mejora la digestión, control de náuseas, disminuye síntomas de resfríos y dolores de cabeza.



Romero (*Rosmarinus Officinalis*)

Té: Disminuye heridas en la boca, dolores de cabeza, relajante, reduce la presión alta, reduce mal aliento, digestivo.
Uso externo: Ayuda a cicatrizar heridas, disminuye pérdida de cabello.



Rosa Mosqueta (*Rosa Rubiginosa*)

Té: Laxante suave, prepara al cuerpo para defenderse de las infecciones y de los desequilibrios del sistema inmunológico. Combate la debilidad, el cansancio y la fatiga. Diurético, astringente, estimulante del organismo y eficaz antioxidante.



Salvia (*Salvia Officinalis*)

Té: Ayuda a la digestión y a la circulación de la sanguínea, mejora la memoria y concentración.
Uso externo: Disminuye afecciones bucofaríngeas (gárgaras), picaduras de insectos.



San Juan (*Hypericum Perforatum*)

Té: Antidepresivo, antiinflamatoria, calmante de nervios, ansiedad, insomnio, fatiga, disminuye los síntomas de la menopausia.
Uso externo: Mejora eccemas, quemaduras. Cicatrizante. Antibacterial.