



farmacia **VIVIENTE**

Casa de la Maestra Con, Centro

— *Cultural del Geoparque* —

Comarca Minera



RUDA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Rutaceae	Ruta

Origen

La ruda es una planta originaria de Europa(de Asia según ,otros autores) y difundida en todo el mundo; es perenne, siempre verde.

Curiosidades

En muchas culturas, esta planta tiene además usos mágicoreligiosos; se cree que protege contra los malos espíritus por lo que se emplea en sahumerios, ramos de “limpia”, baños, o simplemente se coloca una maceta de ruda a la entrada de la casa.

Usos

Se utilizan las ramas con sus hojas, sobre todo:

- Para calmar los cólicos abdominales y eliminar parásitos intestinales.
- Estimulante del flujo menstrual en casos de reglas dolorosas, irregulares y débiles.
- En forma externa se emplea para calmar dolores reumáticos, curar sarna, psoriasis, eccemas, conjuntivitis y como tratamiento natural de la pediculosis.





LAVANDA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Lavandula

Origen

Es originario de Francia (Alpes, Vaucluse y Drôme), España, Inglaterra y la antigua Unión Soviética. Se encuentra principalmente en las regiones más cálidas del Mediterráneo en tierras alcalinas.

Curiosidades

Su aroma atrae mariposas y abejas, así como también ahuyenta mosquitos y pulgones, siendo uno de los remedios naturales más efectivos para prevenir la aparición de insectos en el hogar. Si se coloca en el dormitorio, favorece el sueño.

Usos

En medicina popular se emplean los tallos con hojas y flores, por vía oral, para combatir trastornos nerviosos (insomnio, palpitaciones) y estomacales, y también como emenagogo; en compresas y baños para mitigar dolores reumáticos; por su acción balsámica se utiliza en inhalaciones y vahos en casos de laringitis, bronquitis, catarros y resfríos.



CALENDULA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Lavandula

Origen

Es originario de Francia (Alpes, Vaucluse y Drôme), España, Inglaterra y la antigua Unión Soviética. Se encuentra principalmente en las regiones más cálidas del Mediterráneo en tierras alcalinas.

Curiosidades

Su aroma atrae mariposas y abejas, así como también ahuyenta mosquitos y pulgones, siendo uno de los remedios naturales más efectivos para prevenir la aparición de insectos en el hogar. Si se coloca en el dormitorio, favorece el sueño.

Usos

En medicina popular se emplean los tallos con hojas y flores, por vía oral, para combatir trastornos nerviosos (insomnio, palpitaciones) y estomacales, y también como emenagogo; en compresas y baños para mitigar dolores reumáticos; por su acción balsámica se utiliza en inhalaciones y vahos en casos de laringitis, bronquitis, catarros y resfríos.



ARANTO



Reino	Familia	Genero
Plantae	Crassulaceae	Kalanchoe

Origen

Es nativa del valle del Río Fiherenana y las montañas Androhibolava en el suroeste de Madagascar. Se ha introducido en numerosas regiones tropicales y subtropicales, como Florida, Puerto Rico, Hawái, Venezuela, Argentina, Brasil, Uruguay y partes del sur de Europa.

Curiosidades

Conocida por el temible nombre de Espinazo del diablo es una planta suculenta ¡preciosa y peligrosa!

Usos

Ha sido utilizada en la medicina tradicional contra diversas infecciones, como antiinflamatorio y en el tratamiento de varios tipos de cáncer, principalmente entre poblaciones nativas africanas y brasileras; aunque actualmente lo hacen muchas otras poblaciones a nivel mundial.





SALVIA

SALVIA OFFICINALIS



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Salvia

Origen

Es de origen Mediterráneo, donde crece de forma espontanea y se cultiva de principalmente en suelos calcáreos. En Mexico se presenta en Zonas montañosas principalmente en las de el centro-sur del país.

Curiosidades

Sus propiedades antiinflamatorias son beneficiosas para aliviar dolores menstruales e incluso para combatir la sudoración excesiva y los sofocos

Usos

Se utiliza para tratar Afecciones estomacales y renales,

- Como diurético y calmante nervioso.
- En casos de menstruación abundante.
- Malestares de la menopausia y para lavados vaginales.





CEDRON

ALOYSIA CITRODORA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Verbenaceae	Aloysia

Origen

Nativa de América del Sur, comprendiendo países como Chile, Paraguay, Brasil, Uruguay, Argentina, Bolivia, Colombia, Perú, Venezuela y Ecuador. En el siglo xvii, tras las expediciones de conquista fue llevada a Europa, donde empezó a cultivarse en las zonas templadas.

Curiosidades

Las hojas de cedrón son muy aromáticas. En la industria alimentaria y en farmacia, así como en perfumería y cosmética, la esencia se emplea con frecuencia como corrector de sabor y olor.

Se utiliza en la preparación de bebidas y dulces, así como en repostería para dar sabor a limón a galletas y postres

Usos

Hay lugares de tu casa que son más húmedos; cocina, baño, sótano. Y sitios que son más secos; salón, despacho.

Te recomendamos que evites puntos de temperaturas intensas como las bodegas o las buhardillas.



MALVON

PELARGONIUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Geraniaceae	Pelargonium

Origen

Descubierto en Sudáfrica, las primeras plantas de geranio ganaron rápidamente aceptación en Inglaterra en el siglo XVII.

Curiosidades

En la antigua Roma, se utilizaba como símbolo de amor y fidelidad. Es una planta muy resistente y fácil de cultivar, por lo que es ideal para principiantes en jardinería. La flor se utiliza como ingrediente en la preparación de algunos licores.

Usos

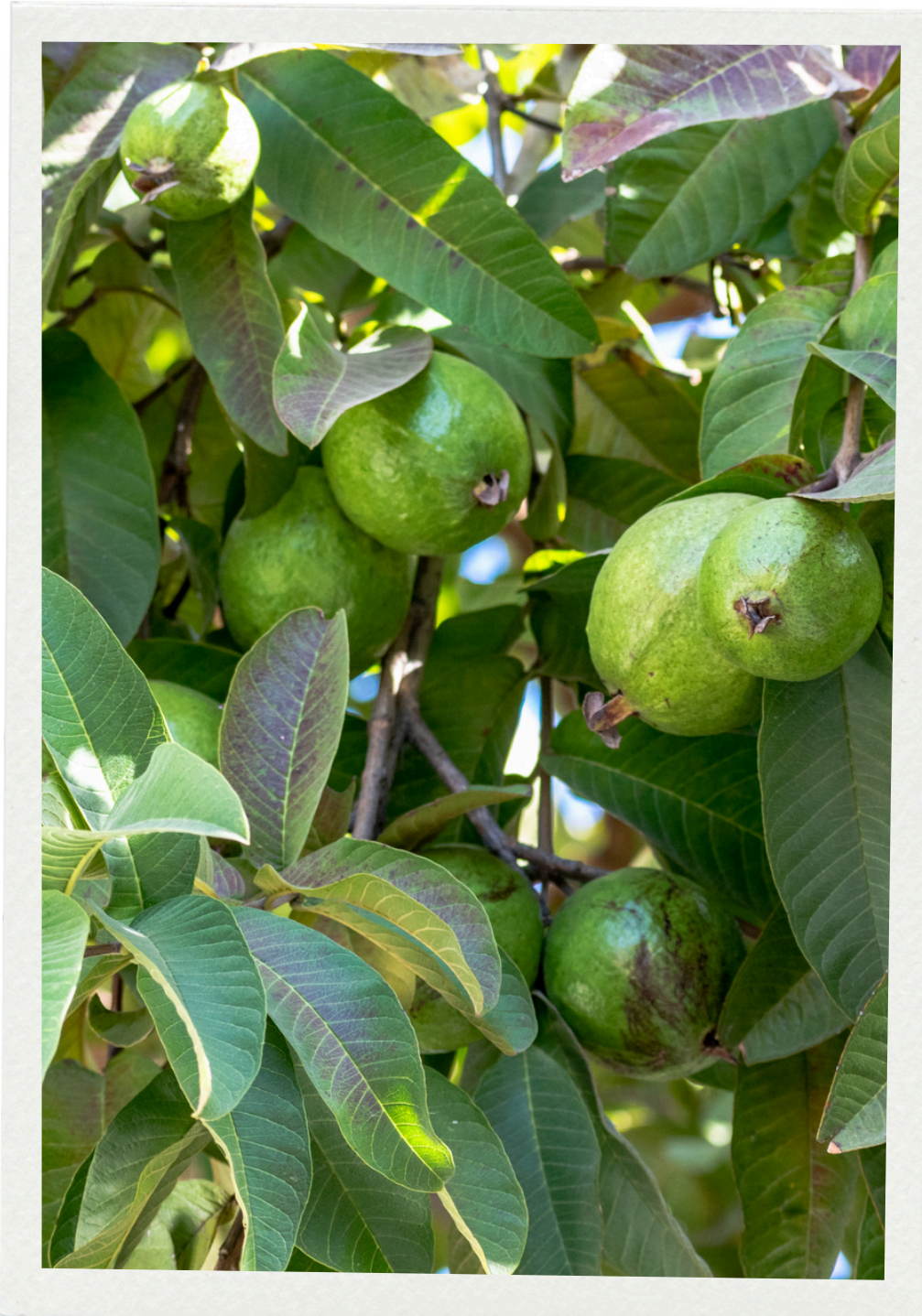
Cosmética y Cuidado Personal:

- Desinfectante.
- Exfoliante.
- Cicatrizante y Antiinflamatorio .
- Repelente.
- Shampoo Anticaída.
- Medicina Tradicional.



GUAYABA

PSIDIUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Myrtaceae	Psidium

Origen

Es originaria de Centroamérica y Sudamérica, es decir, de una región que se extiende desde México hasta el Perú. La palabra guayaba proviene de una palabra de lengua arawak, guaiaba, que significa fruta. La guayaba se cultiva desde hace 2.000 años en este continente.

Curiosidades

Aunque la guayaba se consume principalmente como fruta fresca, también se utiliza en la producción de dulces, jaleas, almíbares, mermeladas, refrescos y panes

Usos

Desde hace cientos de años esta fruta se usa para reducir los síntomas de varios problemas gastrointestinales.

Eliminar la diarrea.

- Reducir los cólicos intestinales. Desinflamar los intestinos. Hacer frente a los malestares estomacales.
- Eliminar la intoxicación alimentaria.
- Reducir procesos inflamatorios gastrointestinales



HIGO

FICUS CARICA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Moraceae	Ficus

Origen

Proviene de una planta llamada higuera, que se encuentra cerca del Mediterráneo y en otros sectores del mundo. Su origen es de carácter asiático.

Curiosidades

Los higos son únicos porque no tienen flores en las ramas, como otros árboles. En su lugar, el interior de la fruta hace las veces de flor del árbol, llena de semillas crujientes y comestibles. Esto hace de los higos una fruta única e interesante, ya que la flor se encuentra dentro de la propia fruta.

Usos

El higo es el fruto de un árbol llamado higuera (*Ficus carica*), y tiene una serie de propiedades beneficiosas para la salud.

- Mejora la digestión.
- Acción antioxidante.
- Control de la presión arterial - Ayuda en la pérdida de peso.





ROSAS

ROSA SPP



Reino	Familia	Genero
Plantae	Rosaceae	Rosa

Origen

Se han encontrado rastros de ellas en el registro fósil del periodo del Oligoceno en Europa, Asia y Norte América occidental. Se cree que las rosas son originarias de China e India, y desde allí se extendieron a Persia y Egipto.

Curiosidades

Usos

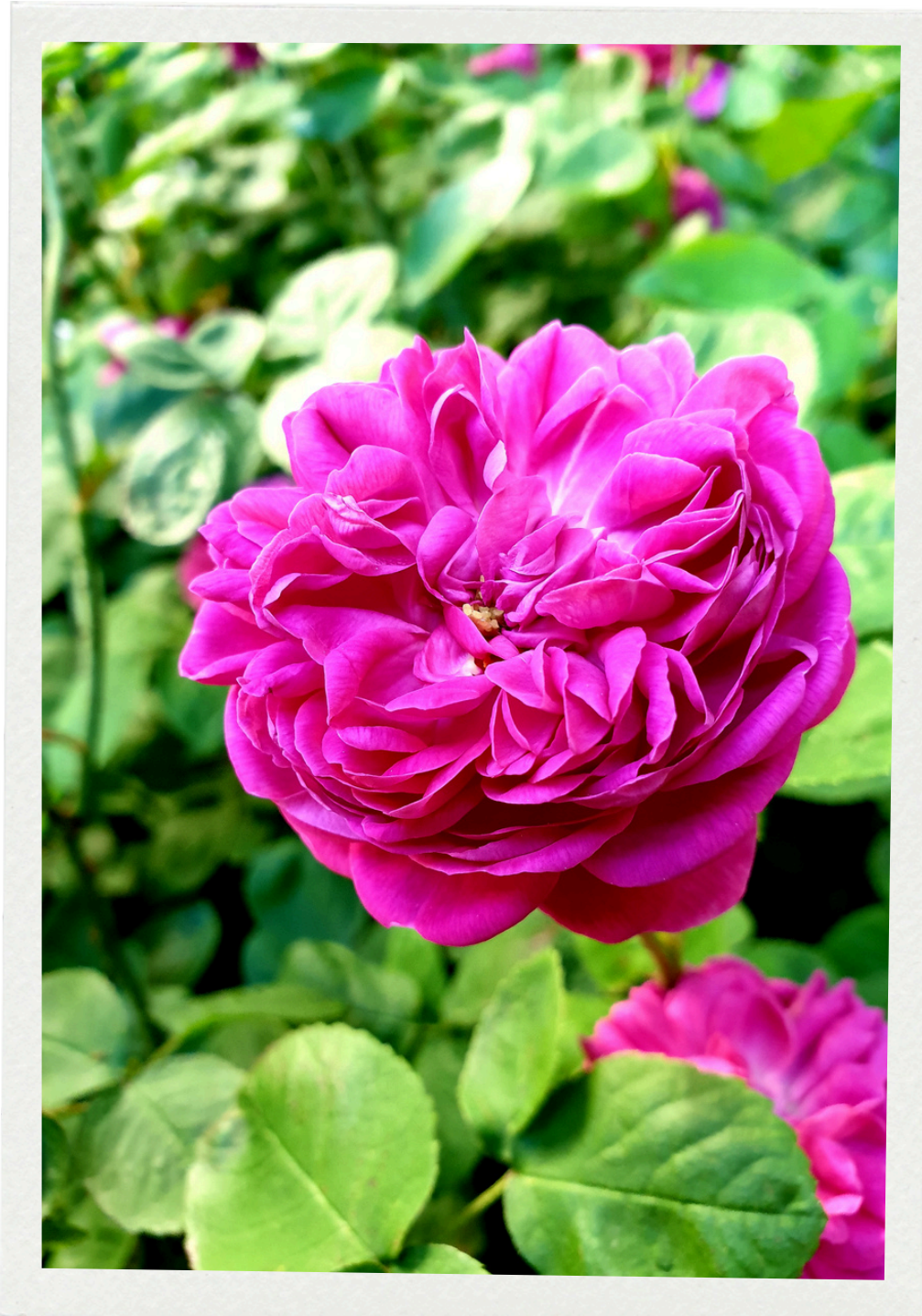
- Ayudar a tratar los resfriados, la tos y la gripe (por su gran cantidad de vitamina C). Combatir dolores de cabeza, calambres y menstruaciones dolorosas.
- Ser comestibles y estar presentes en una gran cantidad de platillos como gelatinas, sopas, ensaladas y mermelada. Tener una gran cantidad de vitamina C y fibra.

Las rosas también son empleadas como parte de algunas técnicas culinarias de algunos chef, siendo aprovechadas como un ingrediente más de las preparaciones.



ROSA DE CASTILLA

ROSA GALLICA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Rosáceas	Rosa

Origen

Especie de rosal originario de Europa central y meridional y de Asia occidental desde Turquía al Cáucaso.

Curiosidades

Gracias a sus propiedades antisépticas y astringentes, el té o infusión de rosa de castilla evita la propagación de hongos y bacterias en el cuero cabelludo. Ayuda mucho a prevenir la sequedad del cabello.

Usos

Es empleada para diversos trastornos digestivos como la inflamación y dolor de estómago, también se utiliza para preparar infusiones se para disminuir los síntomas de depresión y ansiedad, sus propiedades permiten calmar las emociones.



ALCATRAZ

ZANTEDESCHIA AETHIOPICA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Araceae	Zantedeschia

Origen

El origen del alcatraz se encuentra en las zonas templadas frías ubicadas en el sur y este de África y se ha adaptado en zonas templadas y tropicales de altura en México.

Curiosidades

La flor de alcatraz representa pulcritud, fineza y durabilidad. La infusión elaborada con el bulbo de esta planta sirve para tratar afecciones ginecológicas, esto se utiliza para lavados vaginales.

Usos

Su principal empleo es el ornamental, como flor.

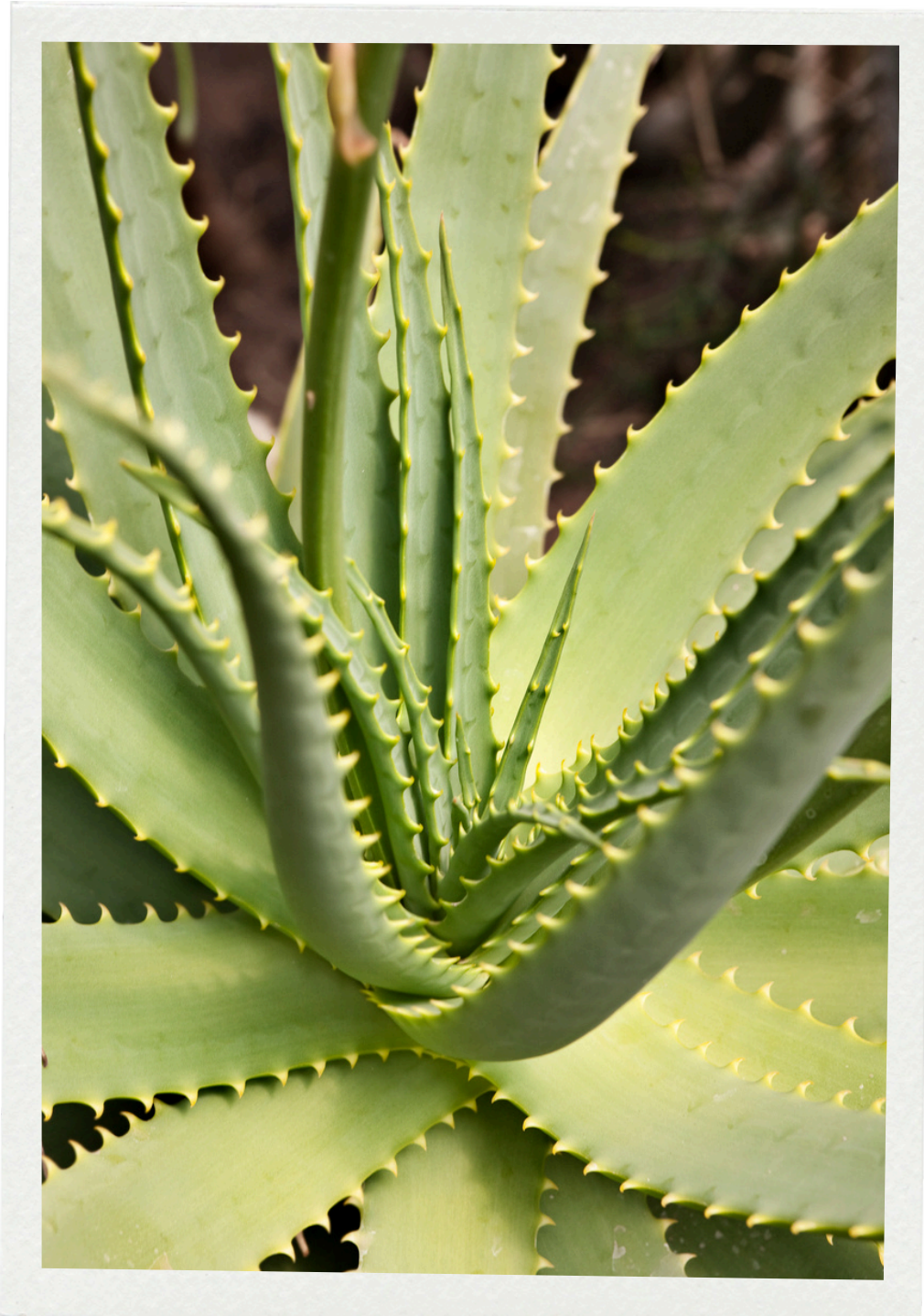
Pero también es utilizada medicinalmente:

- Ayuda a desinflamar órganos internos, articulaciones y músculos.
- Es un potente analgésico.
- De forma tópica sana la piel de quemaduras, irritaciones y heridas.
- Limpia las vías respiratorias.
- El aceite elaborado con la flor calma dolores de oído.
- El bulbo es utilizado para quitar verrugas.



SÁBILA

ALOE VERA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Asphodelaceae	Aloe

Origen

Es originaria de África, específicamente de la península de Arabia. Al continente americano fue introducida en la conquista de América.

Curiosidades

La sábila promueve el crecimiento celular y por lo tanto la curación, creando un equilibrio en el cuerpo lo que ayuda a una mayor sensación de bienestar y calma. El látex amarillo que contiene la pulpa tiene toxinas que pueden generar malestar físico, por lo que antes de ser utilizada la pulpa se debe dejar en agua durante algunas horas para que lo expulse.

Usos

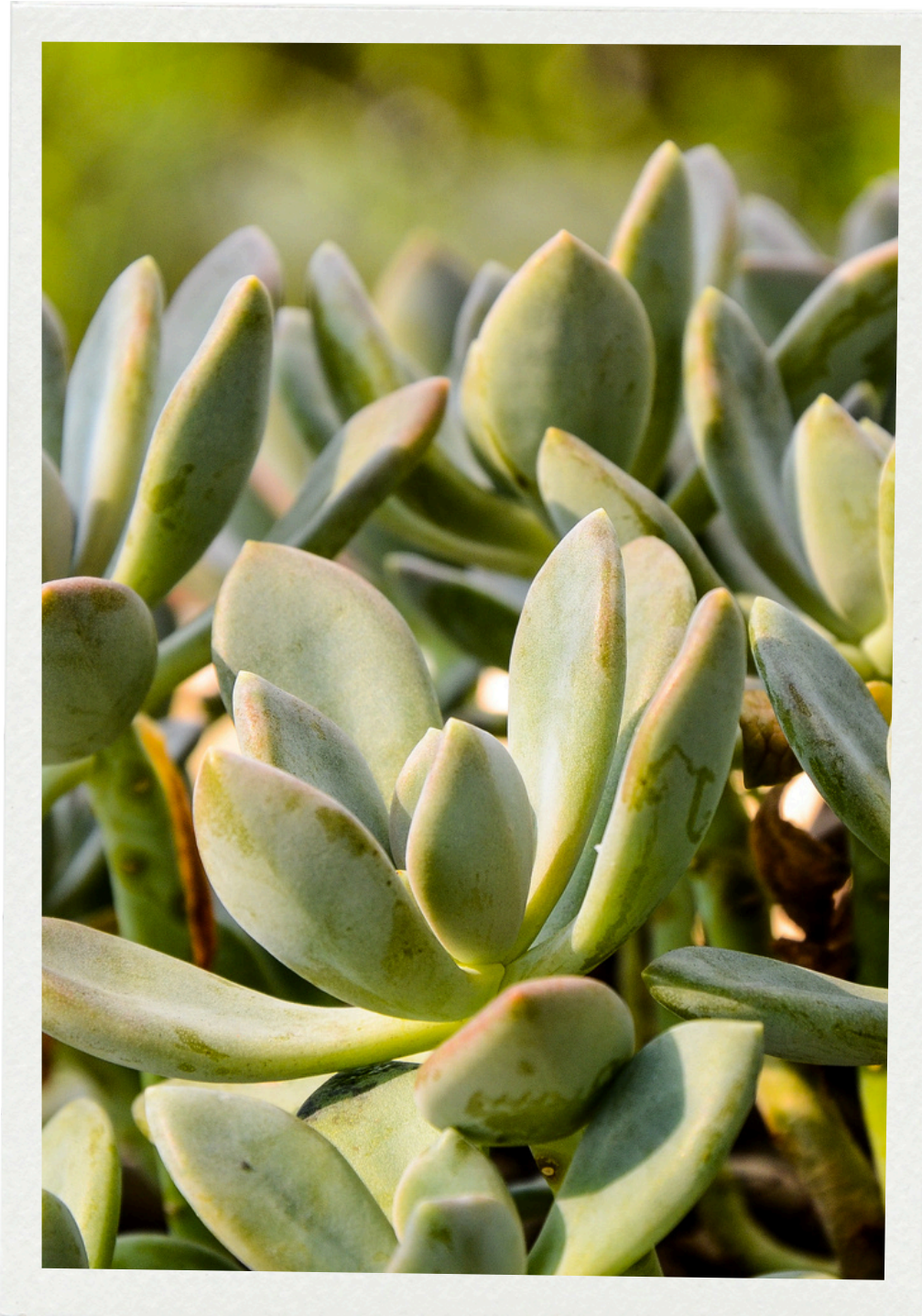
La sábila produce sustancias que son utilizadas para el cuidado de la salud. El gel transparente de la sábila es utilizado de forma tópica en cremas y ungüentos para tratar quemaduras, irritaciones e incluso el acné. También se consume por vía oral para tratar afecciones estomacales como el estreñimiento, inflamación y digestión lenta.





GRAPTOPÉTALO

GRAPTOPETALUM PARAGUAYENSE



Reino	Familia	Genero
Plantae	Crassulaceae	Graptopetalum

Origen

Originaria de México, cultivada en regiones tropicales.

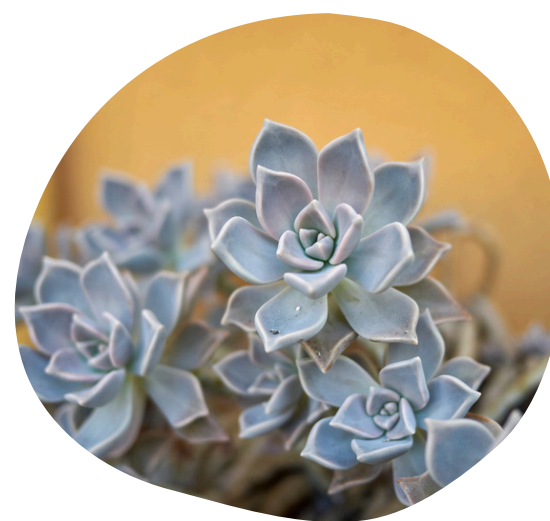
Curiosidades

Sus atractivas flores y sus grandiosas hojas decoradas en colores a forma de pinceladas son las que crean su mayor atractivo.

Esta es una planta natural de muchas partes del mundo, lo cual su especial follaje la transforma en una planta muy distinguida.

Usos

- **Uso ornamental:** El Graptopetalum superbum es muy utilizado en la decoración de interiores y exteriores debido a su belleza y facilidad de cultivo.
- **Uso medicinal:** Tiene propiedades curativas para la piel. La savia de la planta se utiliza para tratar heridas, quemaduras y problemas de la piel. **Beneficios para la salud:** ayuda a purificar el aire y a mantener el equilibrio de la humedad en el ambiente. Además, el contacto con las plantas puede reducir los niveles de estrés y mejorar el estado de ánimo.



PAPATLA

CANNA INDICA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Cannaceae	Canna

Origen

Es originaria de México, Sudamérica y las Antillas (región neotropical).

Curiosidades

Las hojas de esta planta ocasionalmente son utilizadas para envolver tamales.

Las semillas más grandes de esta planta son utilizadas para hacer sonajas.

Usos

Su principal uso es ornamental, aunque también es utilizada medicinalmente, alguno de los usos que se le dan son:

- Con las hojas hervidas se puede mejorar el reumatismo poniéndolas en la zona afectada, estas también sirven para calamar ulceras en la piel Las hojas y raíz en infusión sirven como diurético
- Para cicatrizar de manera más rápida se utilizan las hojas.



PEREJIL

PETROSELINUM CRISPUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Apiaceae	Petroselinum

Origen

El perejil es una planta de origen Mediterráneo, específicamente de Cerdeña, la isla italiana, cuyo cultivo se lleva a cabo a través de sus hojas.

Curiosidades

Debido a su poder antioxidante, protege las células del cuerpo del daño oxidativo, previniendo el envejecimiento prematuro y las enfermedades degenerativas, como el Parkinson y el Alzheimer. Contiene una sustancia llamada miristicina, que actúa ayudando a prevenir e inhibir el desarrollo de tumores cancerosos.

Usos

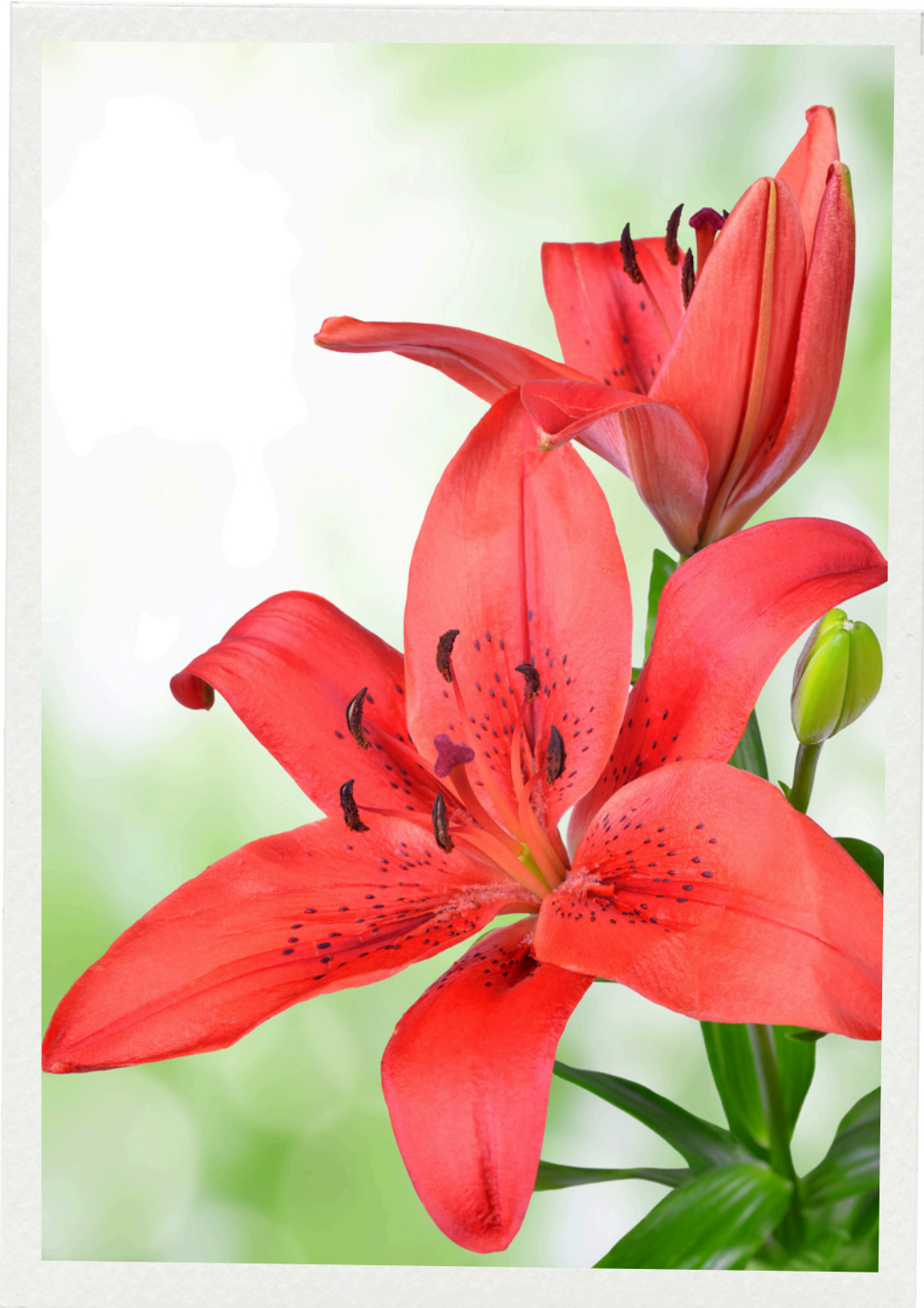
Uno de sus usos más comunes es como condimento en comida, entre sus usos medicinales se encuentran:

- Consumido en forma de té ayuda a tratar las infecciones urinarias. El té de perejil mejora la respiración y el aliento. Estimula el buen funcionamiento del sistema digestivo.
- Ayuda a reducir el dolor y los cólicos del periodo menstrual. Gracias a que es rico en hierro y vitamina C, ayuda en el tratamiento de la anemia.



AZUCENA

LILIUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Liliaceae	Lilium

Origen

Es originaria de Asia y América del Norte. Gracias a su belleza, se extendió hasta la cuenca del Mediterráneo y al continente europeo.

Curiosidades

La azucena es una de las flores más antiguas cultivadas en el mundo.

Atrae la buena energía en el interior de la casa.

La azucena simboliza la pureza, la inocencia y la devoción. También representa la elegancia y la belleza natural.

Usos

Su uso principal es ornamental, debido a su gran variedad de colores.

Se utiliza de manera medicinal debido a sus propiedades antiinflamatorias, analgésicas, expectorantes y diuréticas. Se utiliza como tópico para curar úlceras, forúnculos, quemaduras, irritaciones, heridas, inflamaciones.

El bulbo se usa para eliminar cayos, verrugas y forúnculos.



ÁRBOL DE JADE

CRASSULA OVATA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Crassulaceae	Crassula

Origen

Mozambique y algunas otras provincias de Sudáfrica.

Usos

Esta planta es de uso común en infusiones y sirve para combatir diversos malestares como el estomacal, verrugas, regular los niveles de azúcar en la sangre y hasta incluso tratar heridas en la piel.

Así como para tratar quemaduras y heridas, eliminar el herpes labial, aliviar dolores y reducir el aspecto de las várices.



Curiosidades

Resistente como pocas y de rápido crecimiento, puede llegar a medir hasta dos metros de altura

Se le considera una planta que atrae buena suerte, abundancia y dinero.



HOJA ELEGANTE

XANTHOSOMA ROBUSTUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Araceae	Xanthosoma

Origen

Son todas nativas de América. Varias especies son cultivadas por sus cormos ricos en almidón, y son una importante fuente de alimento en varias regiones. Son conocidas como mafafa, otoa, malanga, cocoñame, ocumo, bore, yautía, chonque, macabo, rascadera, quequisque y tania.

Curiosidades

Entre sus beneficios se encuentra mejorar la calidad del aire, algo que es muy bueno para combatir problemas respiratorios y la piel seca.

También reduce el estrés y promueve la concentración.

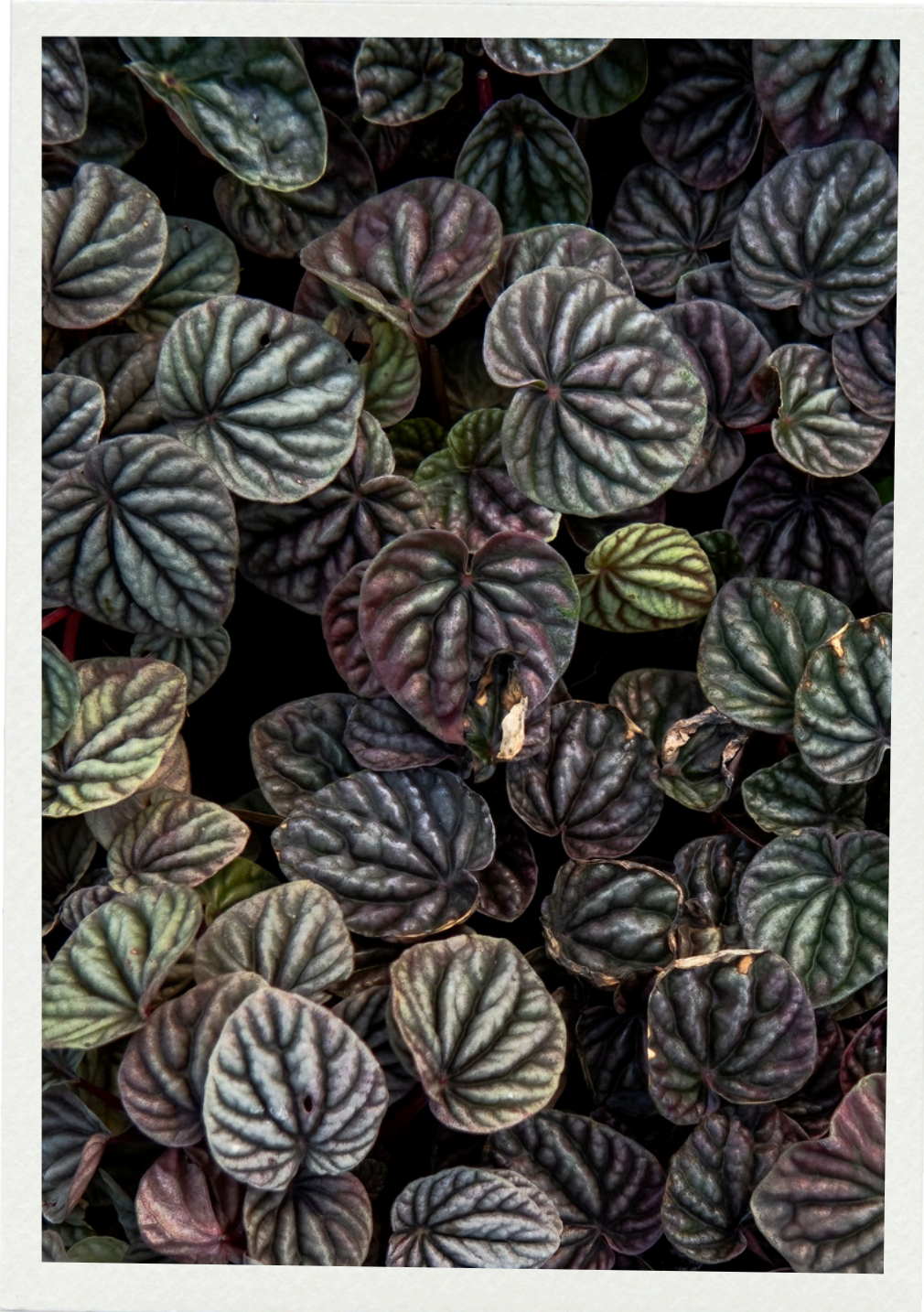
Usos

Esta planta es utilizada en torceduras, heridas y en piquetes de animales ponzoñosos. Asimismo, se refiere su utilidad para tratar la erisipela, los sabañones, los males intestinales, el tétanos (V. mal de arco) y el susto.

Se le atribuyen propiedades como antiinflamatoria y antiespasmódica.



PEPEROMIA CAPERATA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Piperaceae	Peperomia

Origen

Originaria del sur de Florida, Sudamérica y Centroamérica.

Curiosidades

Adecuada para darle un buen toque de belleza a lugares como comedores, mesas u oficinas ya que no ocupan mucho espacio.

Usos

Utilizada para la Desinflamación, gracias a sus propiedades Desinflamatorias y Digestivas.

Así como resfriados, tos y enfermedades del corazón.





NOCHEBUENA

EUPHORBIA PULCHERRIMA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Euphorbiaceae	Euphorbia

Origen

La flor de noche buena tiene su origen en Centroamérica y México, principalmente en estados de Morelos, Michoacán y Ciudad de México.

Curiosidades

- Estas flores ya se cultivaban en la época prehispánica. Incluso los mexicas extraían su pigmento rojo para teñir textiles.
- Para los aztecas el color rojo de esta flor simbolizaba los sacrificios que se ofrecían al sol.
- El 8 de diciembre se celebra el Día Nacional de la Nochebuena.

Usos

Es ampliamente cultivada como ornamental, pero también tiene diversos usos medicinales, entre ellos:

- Aliviar las afecciones.
- respiratorias como anginas otos.
- Aliviar paperas.
- Afecciones del corazón Para tratar verrugas Infecciones cutáneas.



ROMERO

SALVIA ROSMARINUS



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Rosmarinus

Origen

Este arbusto, propio de zonas secas y áridas, es originario de la zona mediterránea, del sur de Europa mediterránea y norte de África, localizándose algunas especies también en Asia Menor.

Curiosidades

En la antigüedad el romero ya se utilizaba.

- Las novias llevaban una ramita o ramillete de romero para demostrar que no se olvidarían de su familia.
- Los difuntos eran enterrados con romero como muestra de que serían recordados. Lo quemaban para inducir el sueño y a su vez prevenir pesadillas, curar, purificar, aliviar la depresión y conservar la juventud.

Usos

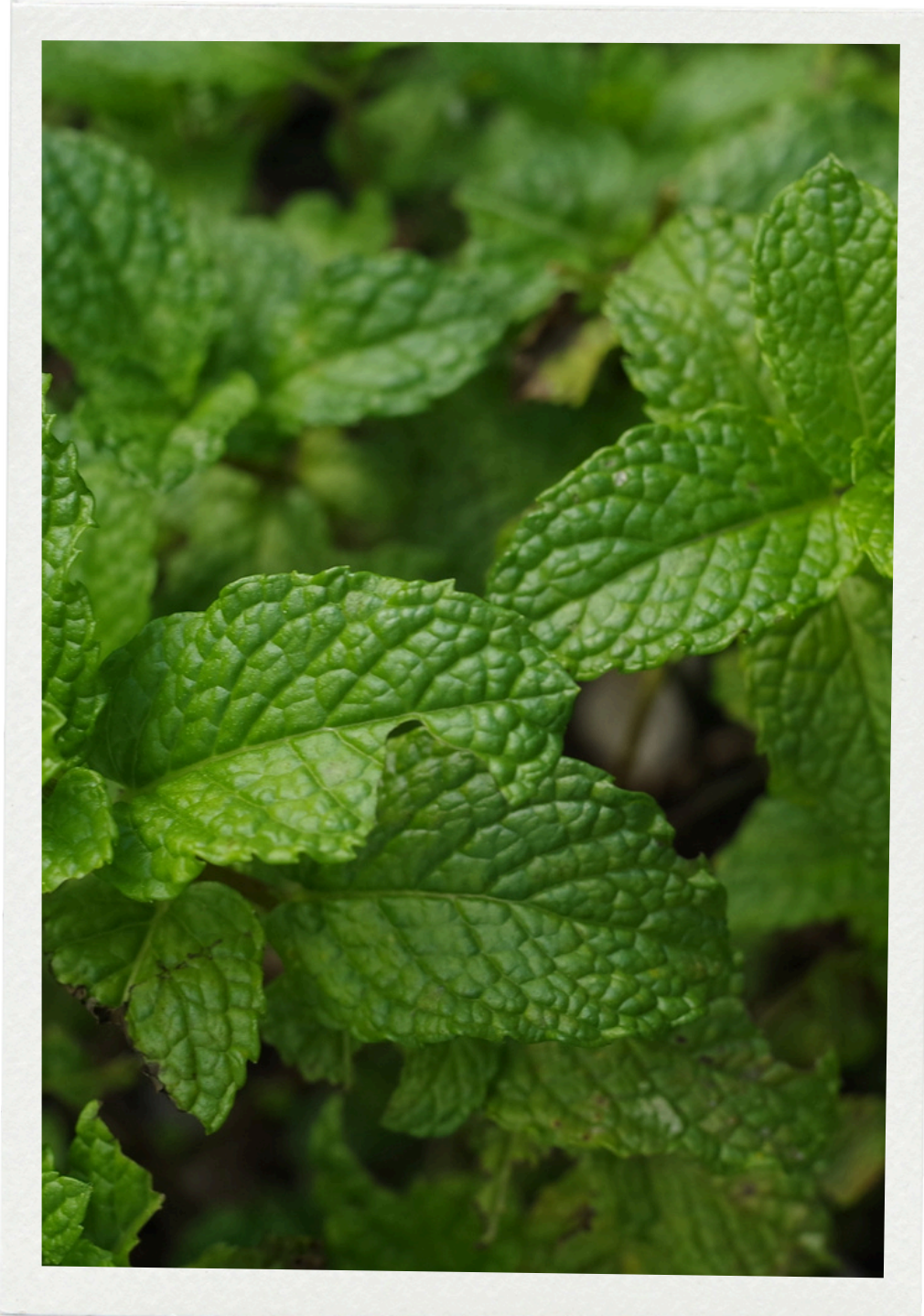
Esta planta tiene propiedades antiinflamatorias y antiespasmódicas, es utilizada como:

- Condimento.
- Medicina: cura heridas y llagas.
- Se usa también para baños relajantes, como mascarilla revitalizante y como tónico capilar.



MENTA

MENTHA PIPERITA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Mentha

Origen

La menta es una planta perenne que se adapta a cualquier clima. Pertenece a la familia Lamiaceae, que incluye plantas originarias de Europa cuyo cultivo se inició en 1750 en Inglaterra y desde allí se extendió a Asia, América del Norte y Australia.

Curiosidades

Usos

La menta es una de las hierbas más usadas en todo el mundo por su versatilidad pues por su inconfundible aroma y sabor se usa : Para preparar postres y bebidas Como condimento.

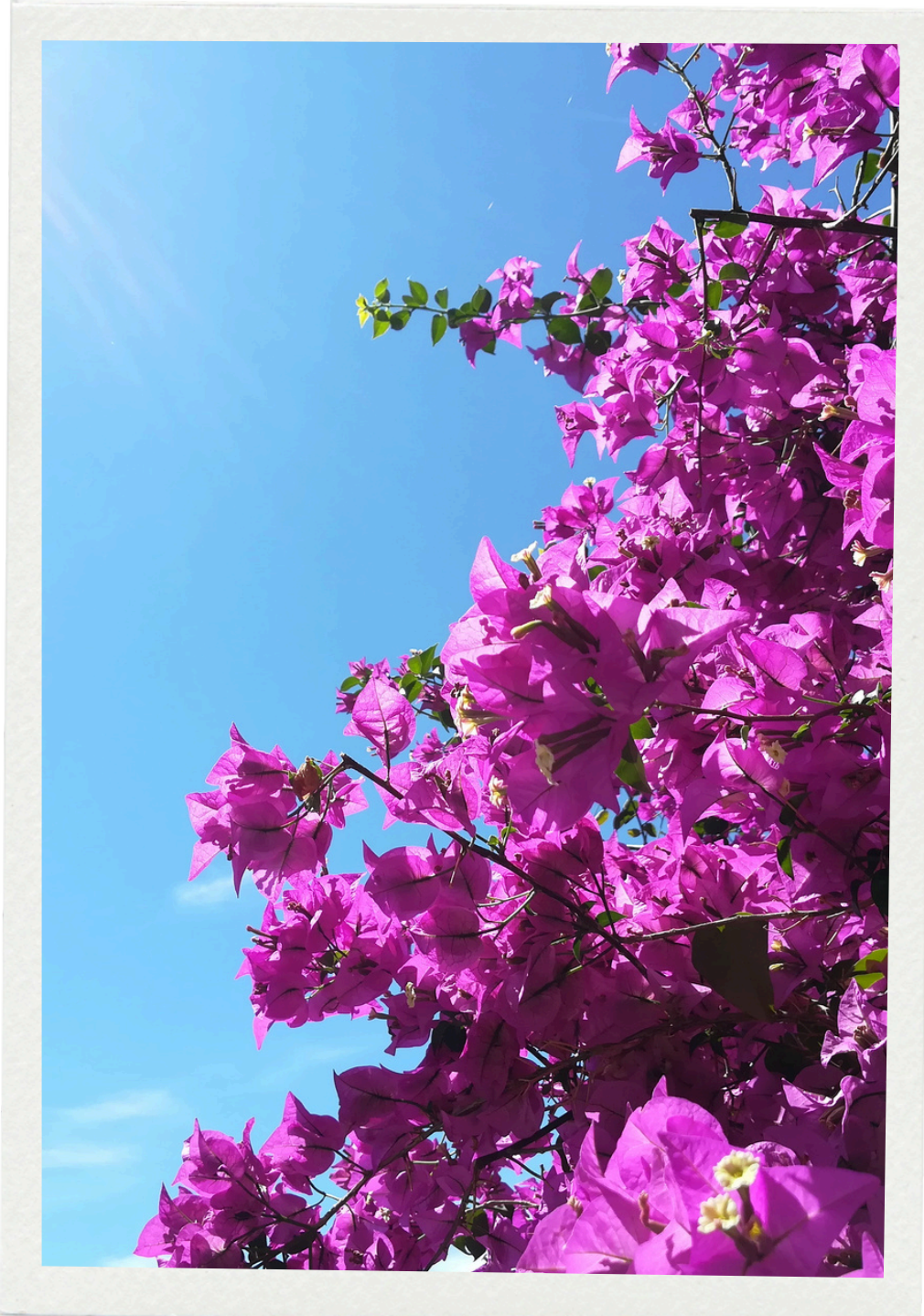
Medicina: aliviar problemas estomacales, dolores musculares, nerviosos, reducir el dolor de cabeza y migraña, disminuir la tos y resfriado común, disminuir el dolor menstrual

El uso de la menta se remonta a la época de los antiguos egipcios, griegos y romanos. La famosa menta curativa del siglo XVII de Inglaterra se creó al cruzar diferentes variedades de menta



BUGAMBILIA

BOUGAINVILLEA



Usos

Durante muchos años, las flores se han utilizado por la medicina tradicional mexicana en forma de té para el tratamiento de la tos y diversos problemas respiratorios. También se utiliza en la cocina, principalmente en ensaladas, bebidas, cocteles y postres.

Reino	Familia	Genero
Plantae	Nyctaginaceae	Bougainvillea Comm

Origen

Este arbusto espinoso o árbol es nativo de Sudamérica, principalmente de Brasil y Perú. Actualmente se cultiva como planta ornamental en varias regiones subtropicales y tropicales del mundo.

Curiosidades

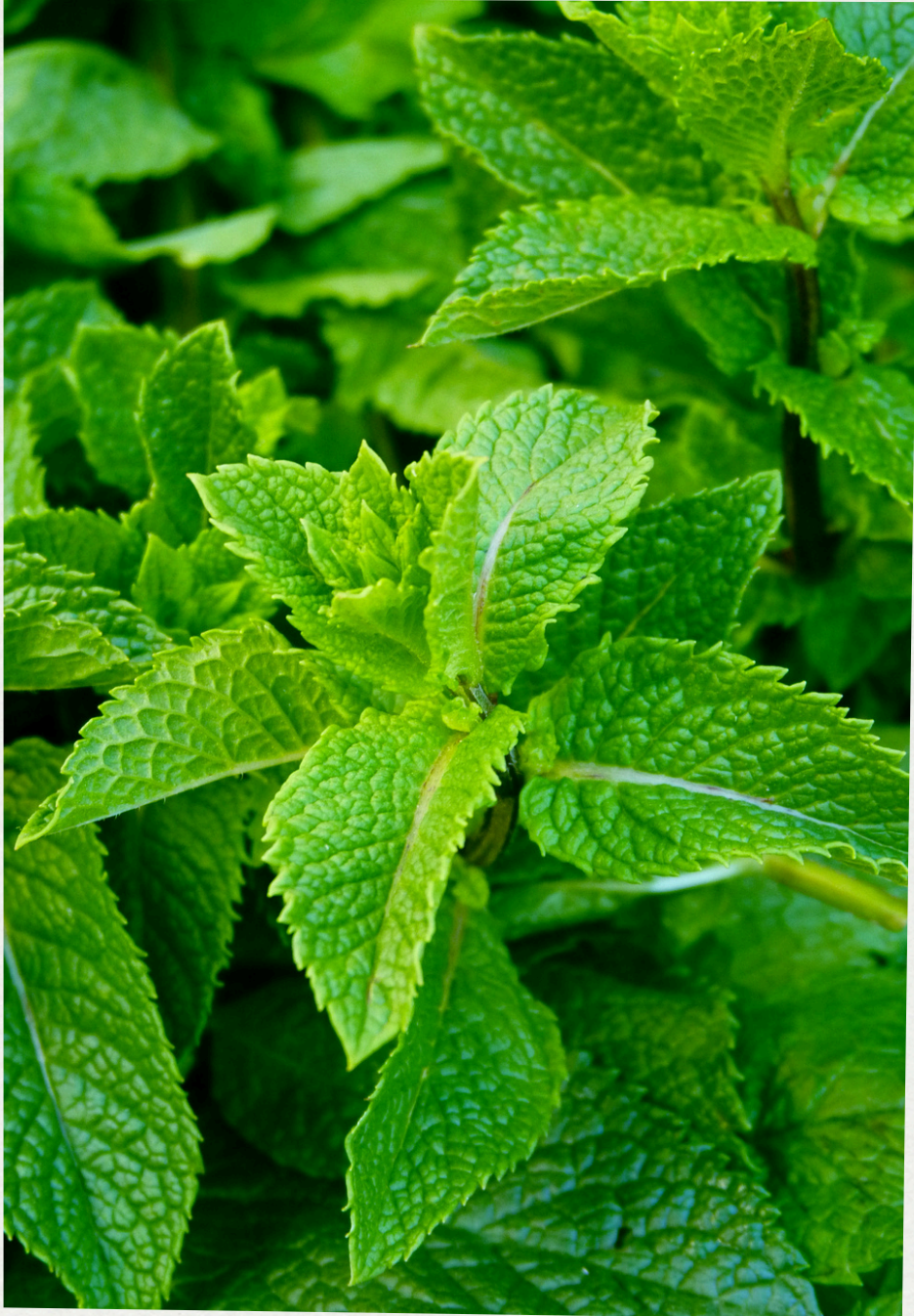
Un aspecto curioso de la bugambilia es que las partes coloreadas que vemos no son realmente las flores, sino sus brácteas.

La planta no precisa de demasiados cuidados, aunque es sensible al frío los primeros años, al crecer se torna más resistente.



HIERBABUENA

MENTHA SPICATA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Mentha

Origen

Es una hierba perenne nativa de Europa, África y Asia, empleada en gastronomía y perfumería por su aroma intenso y fresco.

Curiosidades

Tiene flores pequeñas de color rosa a lila, o a veces blancas. Se trata de una planta estéril, no posee frutos.

Usos

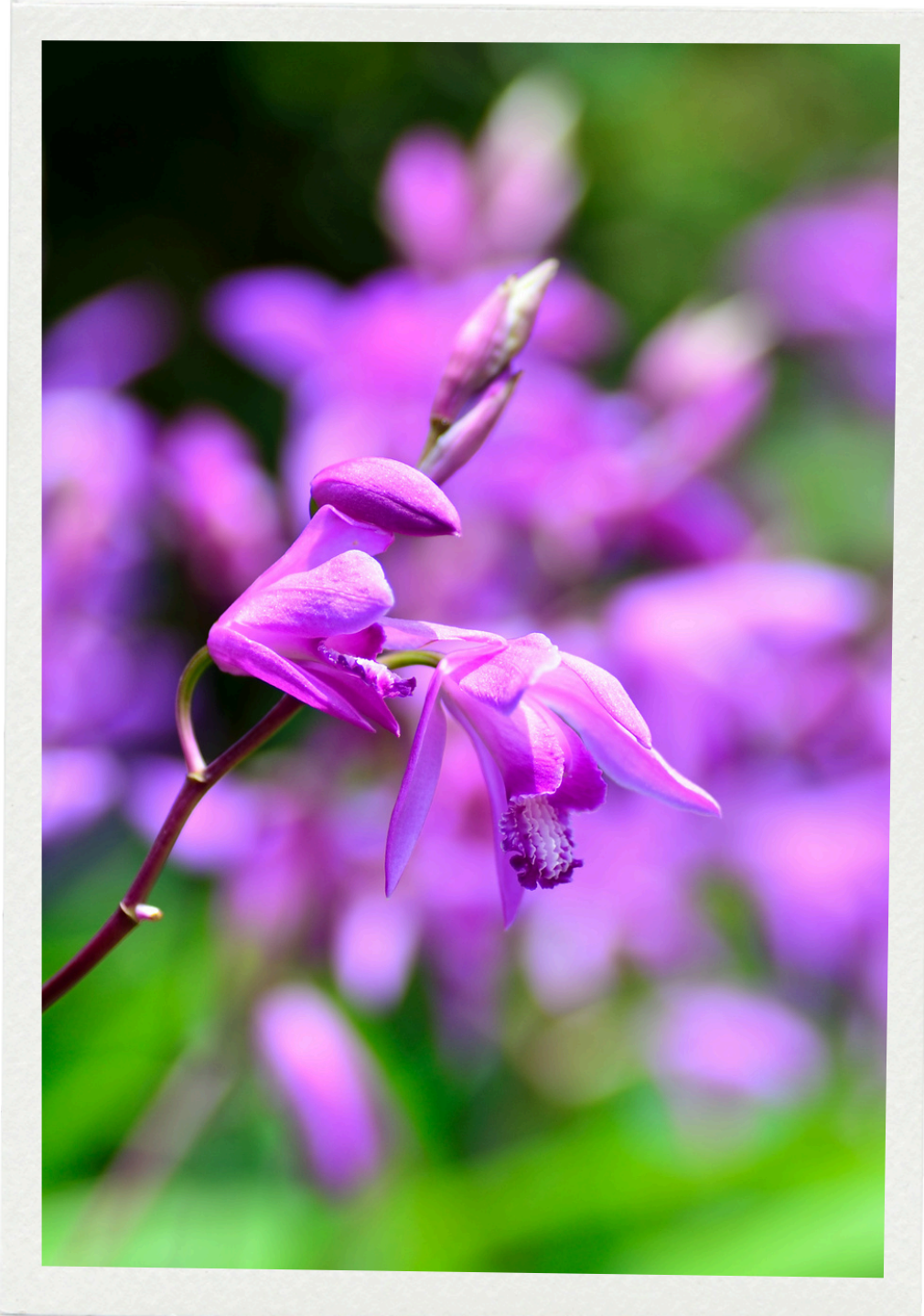
Se usa sobre todo en la industria alimenticia y en la elaboración de licores; en menor escala se consume deshidratada, para hacer tés, fresca y en combinación con otras especies aromáticas, También tiene usos medicinales:

- Ayuda a tratar problemas digestivos.
- Alivia mareos y dolores.
- Alivia dolores menstruales.



ORQUÍDEA DE TIERRA

BLETILLA STRIATA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Orchidaceae	Bletilla

Origen

Dentro de la familia Orchidacea se encuentra a Bletilla striata (Thunb.) Rchb.f., especie terrestre, originaria de Japón y algunas regiones de China (Gibson 2000), que se cultivan comúnmente en jardines de la provincia de Entre Ríos, Argentina.

Curiosidades

También se usa como pegamento natural para hacer cuerdas de seda para instrumentos chinos tradicionales como el guqin.

Usos

Sus funciones principales son reducir la inflamación y detener el sangrado en los pulmones y el estómago.

Entre los usos modernos de bletilla son el tratamiento de llagas, úlceras y la piel agrietada.

Debido a sus propiedades astringentes, Bletilla menudo se utiliza para detener la hemorragia provocada por lesiones traumáticas, curar heridas, reducir la inflamación y promover la regeneración de los tejidos.

Cuando se usa con otras hierbas, bletilla puede ayudar a tratar la tos y flemas obstrucciones.



AGAPANDO

AGAPANTHOIDEAE



Reino	Familia	Genero
Plantae	Amaryllidaceae	Agapanthus

Origen

Es una planta herbácea perenne rizomatosa originaria de Sudáfrica.

Curiosidades

La hoja puede causar dolor en la boca y ulceraciones. Además causa reacciones alérgicas en la piel y los ojos. Sospechosos pero no probados efectos hemolíticos. Una planta de fertilidad y embarazo: el Agapando es utilizado por los curanderos tradicionales de Sudáfrica como fitomedicina para tratar enfermedades relacionadas con el embarazo y para facilitar el parto

Usos

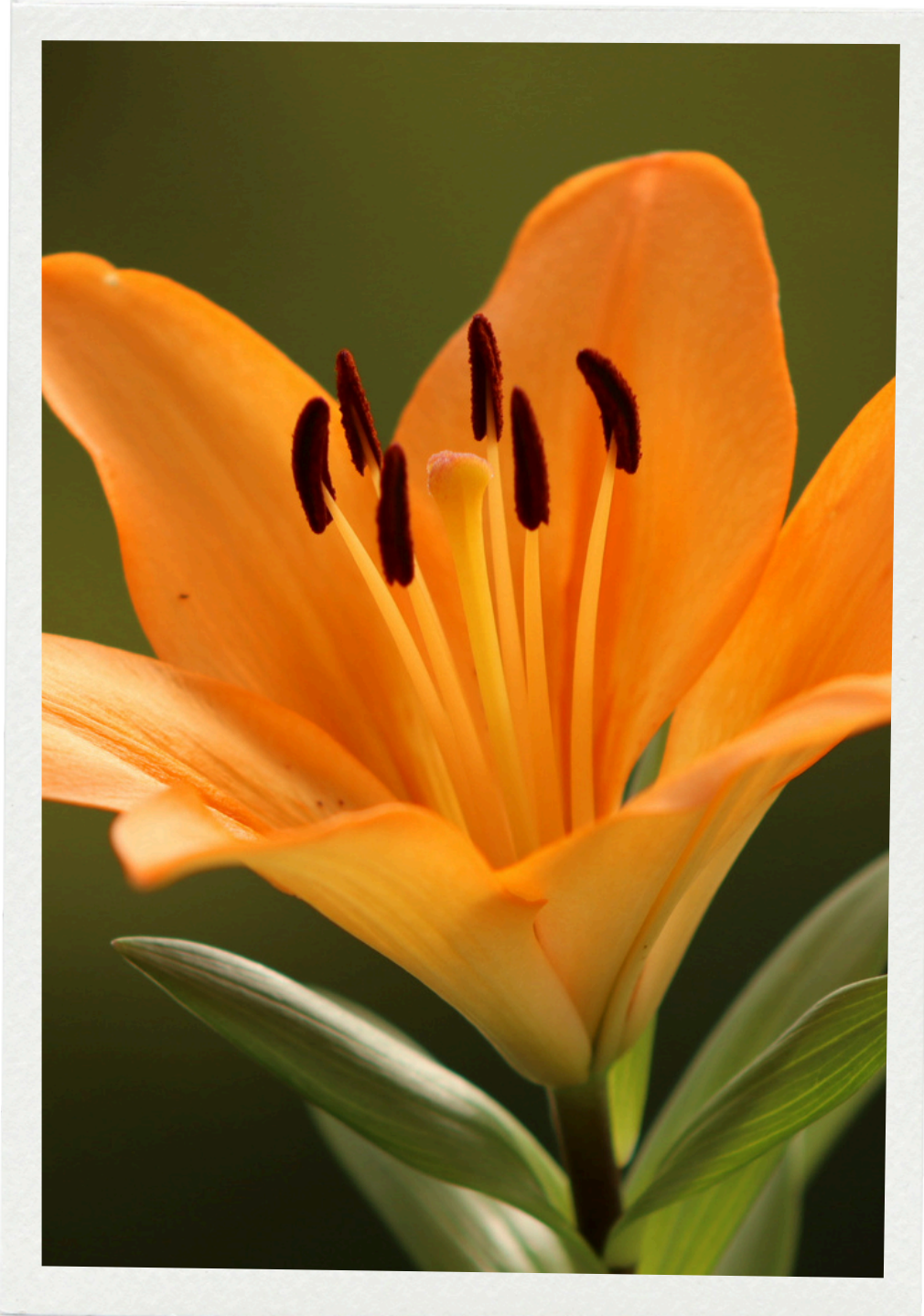
Las raíces del Agapando son cardíacas y estomacales. Se utilizan en el tratamiento de problemas cardíacos y dolor intestinal.

Antiinflamatorios (reducen la hinchazón y la inflamación), antiedema (edema - hinchazón debida a la acumulación de líquido), antitusivos (alivian o suprimen la tos) e inmunorreguladores (tienen influencia en el sistema inmunológico).



AZUCENA

LILIUM CANDIDUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Liliaceae	Lilium

Origen

Originaria de las zonas templadas de Eurasia y América del Norte.

Curiosidades

Hay lugares de tu casa que son más húmedos; cocina, baño, sótano. Y sitios que son más secos; salón, despacho.

Te recomendamos que evites puntos de temperaturas intensas como las bodegas o las buhardillas.

Usos

Las azucenas son utilizadas como un remedio casero común para tratar los cortes y las heridas. Para que sea efectivo, es necesario colocar el polvo de las hojas o de las flores directamente en la zona.

Se indica para uso interno en molestias ginecológicas.

En uso externo para curar úlceras, inflamaciones, forúnculos, enrojecimiento cutáneo, quemaduras, heridas y eczemas.



FLOR DE CERA

HOYA CARNOSA



Reino	Familia	Genero
Plantae	Apocynaceae	Hoya

Origen

De origen australiano que se pueden cultivar con éxito en climas secos, soleados y cálidos como el del Mediterráneo español.

Curiosidades

Su tallo es muy delgado. Las hojas de la flor de cera son perennes, es decir, se mantienen verdes y en el arbusto durante todo el año, incluso en la época de seca. Con esta planta podrás contar con un espacio siempre verde. Carnosas (almacenan agua), de color verde muy oscuro y con una forma ovalada.

Usos

Se utiliza para mediante emplastos tratar fracturas, en infusiones para abrir el apetito, para tratar la indigestión, la pesadez estomacal, dolores de garganta, úlceras, llagas y para limpiar los riñones. Mediante sahumeros para tratar resfriados, gripas.



LIRIO

LILIUM



Reino	Familia	Genero
Plantae	Liliáceas	herbáceas bulbosas

Origen

Es originaria de las zonas templadas de Eurasia y América del Norte.

Curiosidades

Los claveles son usados en los rituales mágicos, especialmente en la elaboración de pociones que atraen al amor. También algunas personas creen que pueden atraer fuerza y protección, por lo que mantienen la flor siempre cerca a la puerta de sus hogares.

Usos

Se ha usado como medicina para la fiebre, el dolor de cabeza y las diarreas, la diabetes, contusiones y como afrodisíaco.

Otros usos incluyen la fabricación de papel y fibras textiles además de compost para fertilizar suelos



PITAHAYA ROJA

Hylocereus costaricensis



Reino	Familia	Genero
Plantae	Cactaceae - cactácea	Hylocereus

Origen

La Pitahaya (*hylocereus* spp.) es originaria de México y cultivada en algunos países tropicales y subtropicales, como Taiwán, el sur de China, Israel, Tailandia, Australia, Estados Unidos de América y Malasia

Curiosidades

La pitahaya recibe diversos nombres, según el país donde se produce, entre los cuales se destacan: pitajaya (Colombia), Belle de nuit (Francia), flor de cáliz (Venezuela, Puerto Rico), Dragon fruit, Belle of the night (Países anglohablantes), Distelbrin (Alemania), pitahaya o fruta de dragón (Perú), entre otros

Usos

En el aspecto nutricional, además de ser muy refrescante, la pitahaya es fuente de antioxidantes naturales, contiene vitamina C; entre sus propiedades también destaca su contenido de captina, que contribuye a relajar el sistema nervioso. Además, cuenta con vitamina B2, vital para la producción de glóbulos rojos.





BETABEL

Beta vulgaris L.



Reino	Familia	Genero
Plantae	Chenopodiaceae	Beta L., 1753

Origen

El Betabel (*Beta vulgaris L.*) es conocido como acelga, Betabel, Lengua de vaca, Nabo, Remolacha, en maya se nombra como Chak-mots.

Curiosidades

La pitahaya recibe diversos nombres, según el país donde se produce, entre los cuales se destacan: pitajaya (Colombia), Belle de nuit (Francia), flor de cáliz (Venezuela, Puerto Rico), Dragon fruit, Belle of the night (Países anglohablantes), Distelbrin (Alemania), pitahaya o fruta de dragón (Perú), entre otros

Usos

Ayudan a combatir la hipertensión arterial, estreñimiento, enfermedades sanguíneas, debilidad en los huesos, obesidad, anemia, entre otros males.

El tubérculo puede contribuir a la reducción de los niveles de colesterol en sangre, igualmente favorecer las funciones de nuestro sistema nervioso y contribuye a prevenir enfermedades degenerativas,





MAJORANA

Origanum majorana



Reino	Familia	Genero
Plantae	Lamiaceae	Origanum L.

Origen

La mejorana es originaria de la India y del Oriente Medio, extendida desde la antigüedad por toda la región del mediterráneo. Es una planta adaptada a los climas fríos y templados, aunque es sensible a las heladas y a la sequía.

Curiosidades

Comúnmente reconocido por su capacidad para condimentar los alimentos, el aceite esencial de Mejorana es un aditivo de cocina único con muchos beneficios internos y externos adicionales. El sabor herbáceo del aceite de Mejorana se puede usar para condimentar guisos, aderezos, sopas y platos de carne y puede tomar el lugar de la mejorana seca cuando se cocina.

Usos

Los usos de la mejorana con fines medicinales tienen una larga data, y continúan siendo populares hoy en día. Se han realizado estudios científicos para comprender sus mecanismos de acción y validar sus aplicaciones tradicionales. Los beneficios de la mejorana han demostrado ser efectivos para:

- **Aliviar malestares digestivos.** Las propiedades de la mejorana ayudan a tratar calambres, gases e incluso malestares digestivos a largo plazo.
- **Desinfectar heridas.** Las propiedades antimicrobianas de la mejorana previenen infecciones en heridas y raspaduras superficiales.





TOMATE VERDE

Physalis ixocarpa



Reino	Familia	Genero
Plantae	Solanáceas	

Origen

Es una especie originaria de México.

Curiosidades

Se le conoce como **tomate verde**, **tomatillo**, **tomate de cáscara**, **tomate de milpa** o **miltomatl**, este último de origen náhuatl.

Usos

El fruto contiene **proteínas, grasas, carbohidratos, hierro**, entre otros nutrientes. Gracias a sus propiedades medicinales, se utiliza en el tratamiento de problemas respiratorios, dolores de oído, inflamación del estómago y presión alta.

El consumo de **tomate verde** se ha generalizado en la mayor parte del país por su uso en distintos platillos, y sobre todo, para la elaboración de salsas picantes que dan ese toque de sabor a los alimentos. Es imprescindible en enchiladas, tacos y tostadas, y se utiliza principalmente para disminuir el sabor intenso de todo tipo de chile.



ACELGA

Beta vulgaris L.



Reino	Familia	Genero
Plantae	Quenopodiáceas	Beta

Origen

Los primeros informes que se tienen de esta hortaliza la ubican en la región del Mediterráneo y en las Islas Canarias (Vavilov, 1951). Aristóteles hace mención de la acelga en el siglo IV A.C. La introducción a los Estados Unidos fue en el año de 1806.

Curiosidades

Algunas variedades de acelga exhiben pencas anchas y carnosas; en cambio, las raíces pivotantes de la acelga no se hinchan y presentan cierta dureza que no las hace apropiadas para el consumo.

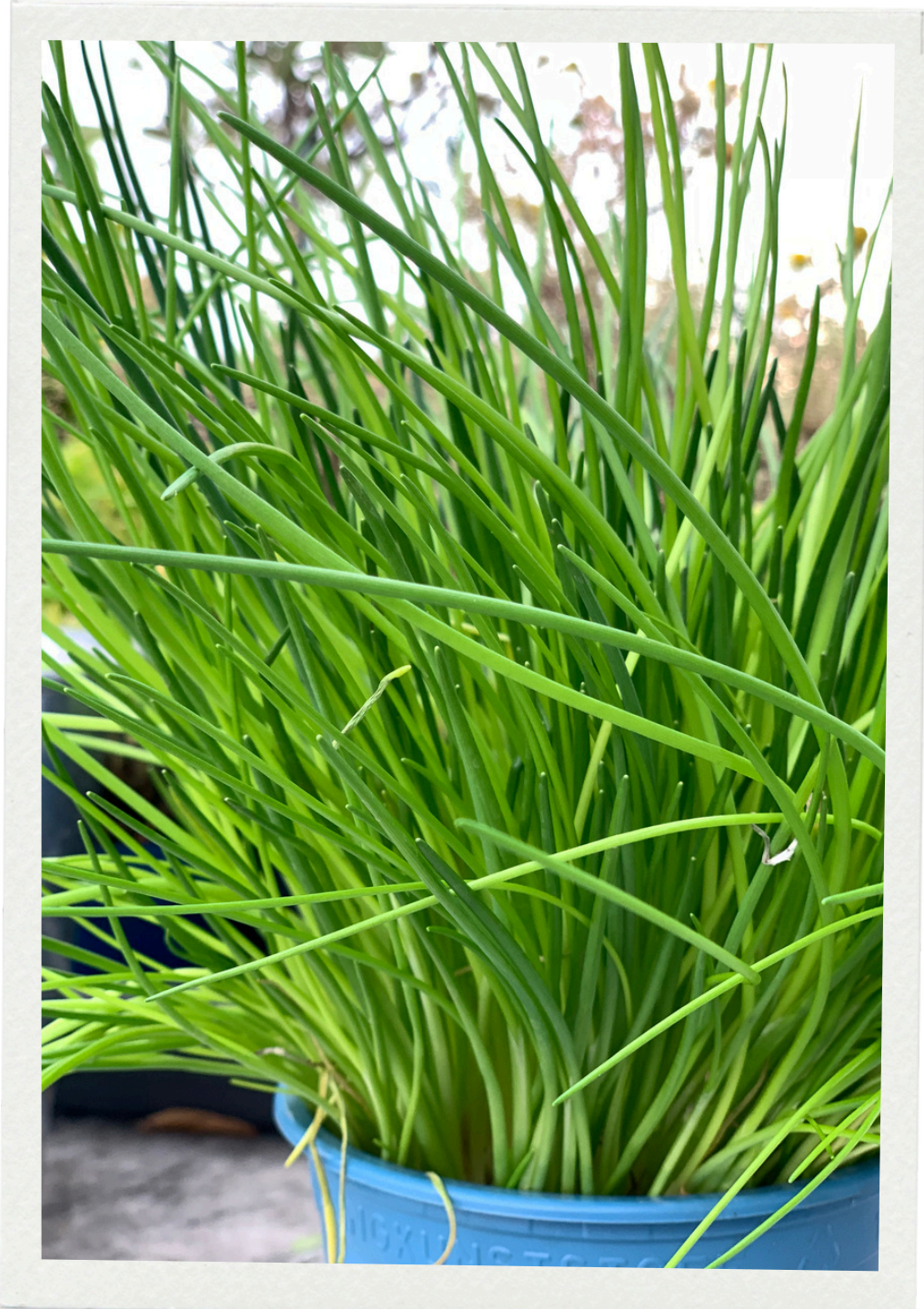
Usos

Las acelgas destacan por su altísimo valor nutricional y por ser unos vegetales que aportan un contenido calórico muy bajo a tu dieta. Contienen gran cantidad de fibra, por lo que su consumo te ayuda a regular los procesos digestivos y favorece los movimientos y el tránsito intestinal. Además, contienen gran cantidad de vitaminas –principalmente folatos, vitamina C, vitamina A, vitamina K y niacina– y minerales esenciales para el buen funcionamiento de tu organismo, como el yodo, el hierro, el magnesio y el potasio.



CEBOLLÍN

Allium schoenoprasum



Reino	Familia	Genero
Plantae	Liliflorales	Allium

Origen

Esta especie es nativa de América del Norte, Europa y Asia, es espontánea en la mayoría de las alturas de estos continentes y se cultiva desde el siglo XVI.

Curiosidades

Su uso es algo remoto, por lo que incluso Apicius lo recomendó en algunas de sus recetas.

En la antigua Roma, donde se usaba ampliamente, también se consideraba un remedio para la calvicie.

Sin embargo, es necesario llegar a la Edad Media para que las cebolletas comiencen a ser cultivadas y utilizadas de manera sistemática y creciente.

Usos

El cebollino es planta herbácea con numerosas propiedades naturales.

Es rico en vitaminas (C, B, K, D), minerales, fibra y ácido fólico.

También contiene un elemento fundamental, como son los flavonoides, un compuesto con propiedades antioxidantes, antivirales, antiinflamatorias y anticancerígenas.

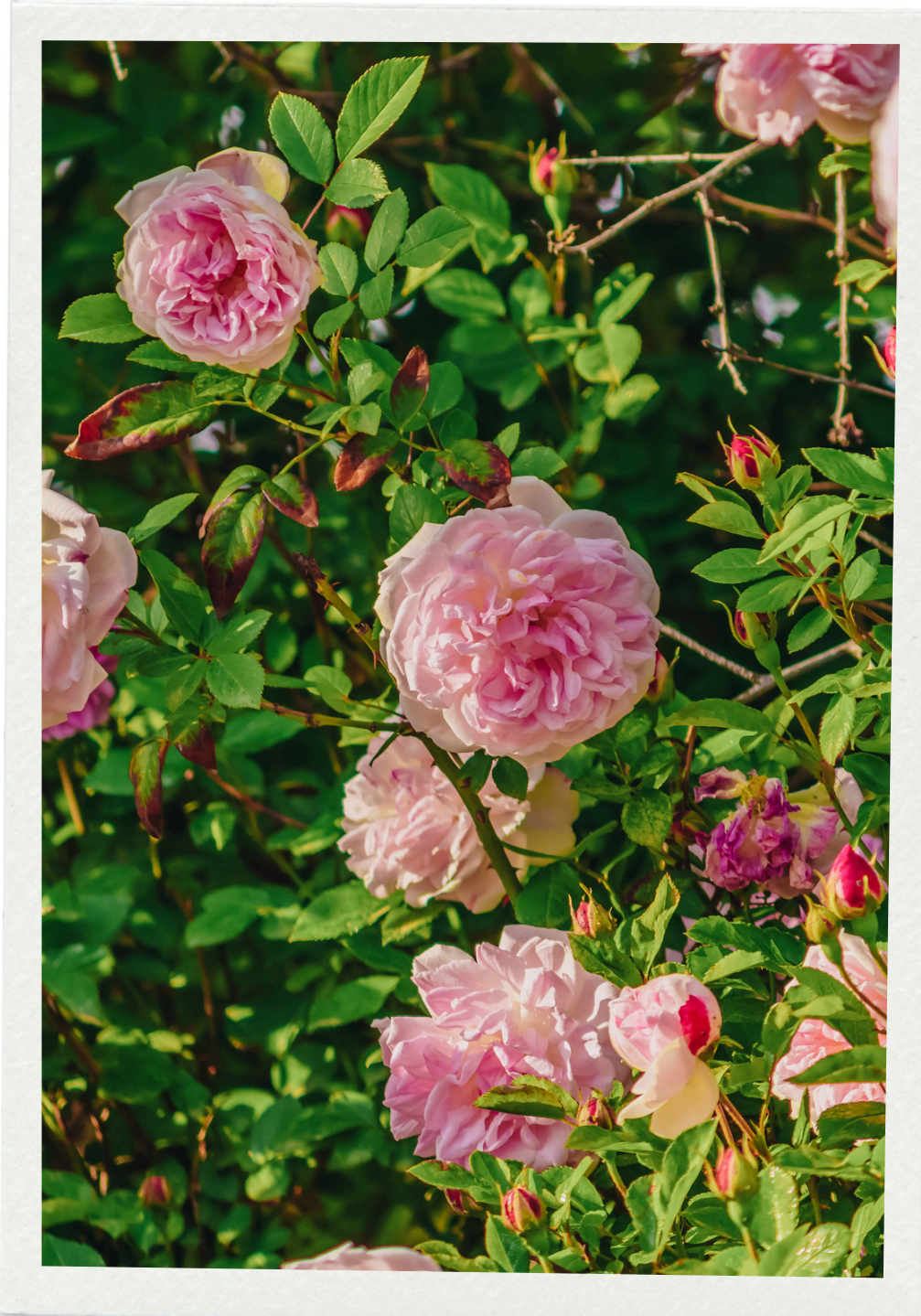
Tiene además propiedades antisépticas, digestivas y aperitivas, estimulantes.





ROSA DE CASTILLA

Rosa gallica



Reino	Familia	Genero
Plantae	Rosaceae	rosa

Origen

Los pétalos de rosa de Castilla son una especie de rosal que proviene de Europacentral y Asia occidental.

Curiosidades

En el mundo de la belleza son MUY conocidas y utilizadas en cremas, sueros, exfoliantes y mucho más.

Usos

Históricamente en varias culturas se ha utilizado como remedio medicinales, ya que su infusión contiene Vitamina A y C. También contiene antioxidantes que ayudan a disminuir la grasa corporal.

- Gracias a sus propiedades antisépticas y astringentes, el té o infusión de rosa de castilla evita la propagación de hongos y bacterias en el cuero cabelludo. Ayuda mucho a prevenir la resequedad del cabello.

