

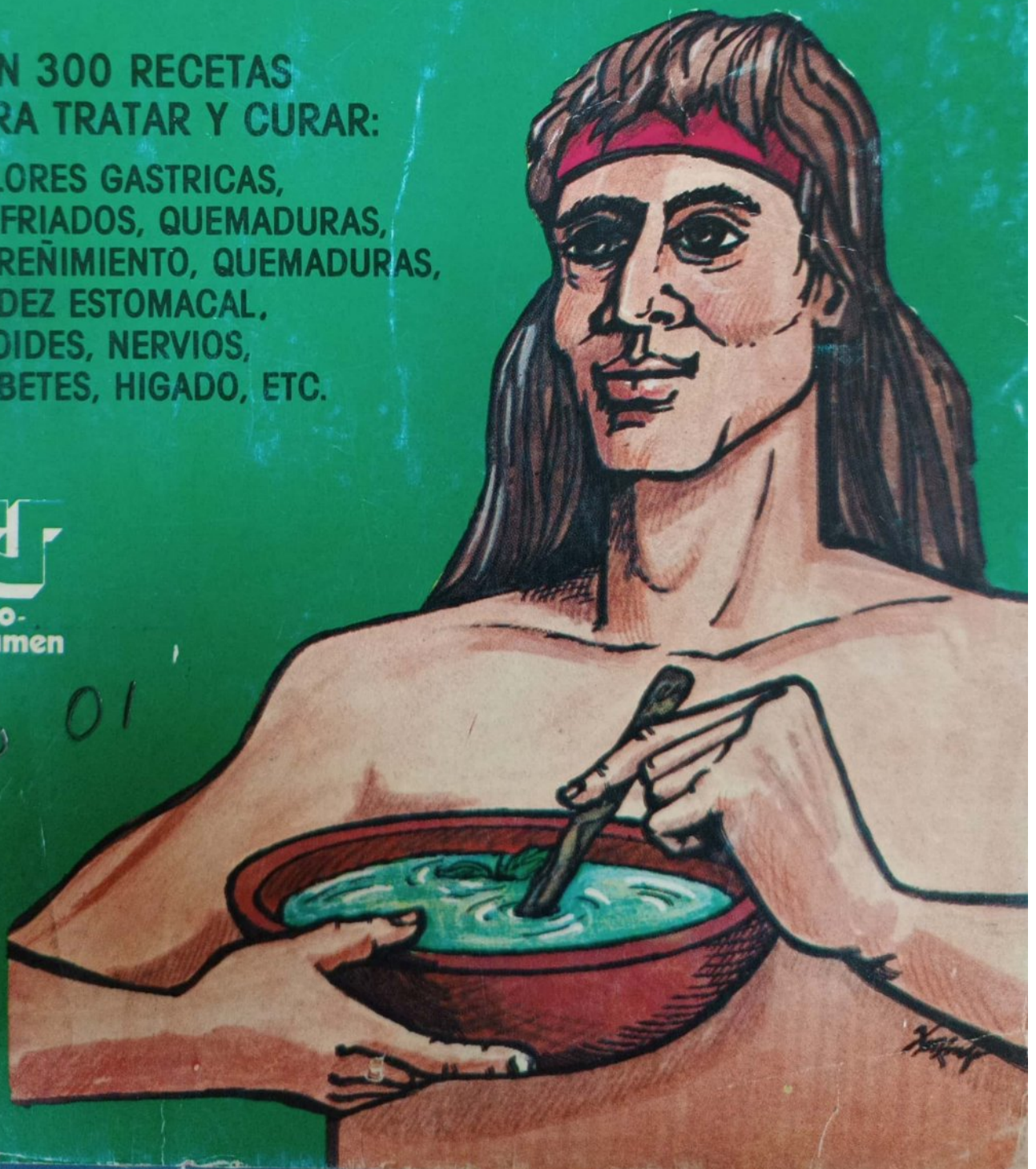
Los indígenas y sus plantas curativas

CON 300 RECETAS
PARA TRATAR Y CURAR:

DOLORES GASTRICAS,
RESFRIADOS, QUEMADURAS,
ESTREÑIMIENTO, QUEMADURAS,
ACIDEZ ESTOMACAL,
TIROIDES, NERVIOS,
DIABETES, HIGADO, ETC.



texto-
volumen



B



LOS INDIGENAS

Y SUS

PLANTAS CURATIVAS

PROFESOR: Ramón A. Azuaje

Primera Edición

RECOMENDACIONES GENERALES:

- LA INFUSION:** Se consigue hirviendo el agua y una vez hervida se agregan las hojas necesarias, se tapa el recipiente y se espera de 5 a 10 minutos.
- LA DECOCCION:** Se obtiene echando las raíces, tallos o semillas en el recipiente de agua fría y se lleva al fuego durante 5 o 10 minutos, luego se retira del fuego y se deja reposar por 5 minutos más.
- LA MACERACION:** Se maceran las hojas y se depositan en un recipiente que contenga agua, vino o aguardiente, de acuerdo a la planta. Se tapa el recipiente y se espera 1 ó 2 días.
- UNGUENTO:** Se mezcla la planta con vaselina o manteca.
- LA TIZANA:** Son preparados en forma de infusiones, macerados o coccionados pero con mayor cantidad de agua que cualquiera de las formas anteriores de preparación, para poder tomarse sin riesgo las veces que se deseen.
- LOS ZUMOS:** Son líquidos que se obtienen directamente de las plantas o frutas. Algunos mantienen su forma original como el Limón o el Sangregado y otros adquieren forma resinosa con los días.

EXTRACTOS:

Se obtienen metiendo la planta en algún líquido capaz de extraer los elementos activos de la planta como el agua o el alcohol, para luego evaporar la solución hasta conseguir el extracto.

CATAPLASMA:

Se preparan calentando en un recipiente la goma o resina que se va a utilizar y luego se aplica en el cuerpo de la persona enferma.

EMPLASTO:

Se utiliza en casos en que se quiera aplicar una sustancia y para ésto, se vale de una tela en la que se añade el zumo con algún tipo de grasa para que se adhiera al cuerpo o zona afectada.



ENTREVISTA AL DR. ALFREDO MARTINEZ

Naturista y Fitoterapeuta

(Por Ramón A. Azuáje)

R.A.: —¿Cuál es su experiencia en la Medicina Naturista?

A.M.: —Estuve trabajando diez años en Brasil con algunas Comunidades indígenas, posteriormente he estudiado en algunos Centros en Europa y los Estados Unidos.

R.A.: —¿Ha publicado algo en este sentido?

A.M.: —Estoy por terminar un texto que recoge mi experiencia en este campo.

R.A.: —¿Cómo ve al hombre de las ciudades en relación a la Medicina y la alimentación, así como el ritmo de vida que lleva?

A.M.: —En los tiempos actuales, el hombre lleva un ritmo de vida que el desarrollo, la superpoblación urbana la llamada Sociedad de Consumo imponen en nuestra voluntad, el deseo desmesurado de consumo de cosas inútiles, a ésto se agregan las dificultades cada vez mayores para ganarnos el sustento diario, el deterioro de las relaciones del grupo familiar, la sustitución de valores y muchas cosas más, han ido minando la capacidad natural del individuo para desarrollarse con un nivel normal de salud, tanto en lo físico como en lo psíquico. Des-

pués tenemos la adulteración de alimentos naturales y el consumo masivo de bebidas alcohólicas igualmente adulteradas por medios químicos, podrá ver Ud. el cuadro que presentamos y el que nos espera de seguir así.

R.A.: —¿Y las comunidades indígenas?

A.M.: —Es distinto; en aquellas comunidades el hombre lleva un estilo de vida que se ajusta a la naturaleza y muy pocas veces quebranta los preceptos ó límites que el buen juicio ha ido recogiendo a través de los tiempos. Por ejemplo, nunca comen en exceso ni se traspasan innecesariamente. Tampoco se toman tan en serio las tareas de la vida social en relación a la fama o el prestigio o de la riqueza, como el hombre de las ciudades.

R.A.: —Hablemos de la medicina en aquellas comunidades.

A.M.: —La Medicina no es un oficio al que cualquiera puede llegar, aunque lo desee. Los más ancianos son los que tienen en su poder los secretos de la curación. Para llegar a poseer estos secretos se requiere de algunas facultades que se van poniendo de manifiesto en el individuo y sólo poco a poco es que va siendo iniciado en la materia.

R.A.: —¿Es solamente con plantas como curan los indígenas?

A.M.: —No solamente con plantas, también con la grasa ó el producto fecal de muchos animales, pero lo más importante es el sistema de creencia que acompaña a la curación: oraciones, rituales, comunicación con los espíritus, etc..

R.A.: —Però ésto se separa un poco de la idea que tene-

mos de la medicina.

A.M.: —Es verdad, pero me parece que en ellos es una forma de proteger los secretos de ese conocimiento que para ellos es sagrado. Además, no sabemos hasta que punto es cierto todo eso; nuestra mentalidad no comprende sino sus propias costumbres. Por ejemplo, ellos dividen las enfermedades propiamente dichas de los males y posesiones; de modo que, unas atacan de una forma y otras de otra.

R.A.: —¿Cómo ven ellos nuestro tipo de medicina?

A.M.: —La respetan, pero me parece que la ven muy limitada. Y en la mayoría de los casos, prefieren seguir sus propios modos de curación.

R.A.: —¿Es aplicable la medicina indígena en nuestro caso de habitantes de ciudades?

A.M.: —Aunque parezca mentira, el hombre de las ciudades se ocupa poco de su salud, en la mayoría de los casos se espera estar enfermo para acudir al médico. No lleva un método de vida que le garantice la salud, sino que abusa casi conscientemente.

R.A.: —¿Y Ud. cómo ve la medicina nuestra?

A.M.: —La mayoría de los fármacos producen otros efectos indeseables en el organismo. Me parece que exceptuando de la cirugía, se debería tener cuidado con las medicinas que se consumen tan irresponsablemente.

R.A.: —¿Cómo ve Ud. la alimentación nuestra?

A.M.: —La mayoría de las enfermedades son producidas por el tipo de alimentación que ingerimos. Imagínese Ud. el nivel de toxicidad que llevará encima

el que acostumbra comer perros calientes, pero sin ir tan lejos notamos que la mayoría de los vegetales son regados con aguas insalubres, las carnes pasan tiempo después de ser beneficiadas y los alimentos sintéticos son casi un veneno activo. En cambio, en las comunidades indígenas el animal es cazado para ser consumido en el momento y la condimentación no se produce utilizando productos químicos.

R.A.: —¿Hay algún peligro en la administración de algunas plantas?

A.M.: —Desde luego, pero la mayoría son inofensivas y el organismo cuenta con recursos para eliminar más fácilmente los residuos que no necesita.

R.A.: —¿Cree Ud. que la medicina occidental debería estudiar más seriamente la medicina indígena o natu-rista?

A.M.: —Creo que a su modo lo está haciendo, aunque ésto no es solamente estudiar el aspecto técnico de los recursos que brinda la naturaleza en forma natural, sino también y sobre todo, fijarse en el modo de vida que llevamos y en el que llevan aquellos. Además, está también el aspecto religioso del asunto. En las comunidades indígenas se actúa sobre todo el individuo. Es decir se empieza por pedir a las divinidades que restituyan el favor a quien lo necesita, después se consagra la planta, animal, agua o tierra que se va a utilizar como medicamento curativo y luego se "limpia" el cuerpo y espíritu del enfermo a través del ensalme para finalmente aplicar el remedio. Como verá en occidente, con la mentalidad que le caracteriza, no creo se asuma todo ésto, pero en lo fundamental el acercamiento de estas dos culturas, de-

be propiciarse con la condición de que el médico occidental no se crea con la verdad de antemano.

PLANTAS

ACHICORIA:

Como aperitivo se hierven 5 gr. de raíces en medio litro de agua se deja enfriar, se cuela y se toma una taza cada mañana. Para la insuficiencia hepática, se toma en infusión una pequeña cantidad de raíces previamente rayada en una taza de agua recién hervida, se deja reposar y se toma lentamente. Igualmente se utiliza para el estreñimiento tomada una vez al día después del almuerzo. Esta utilizada también en depurativos intestinales.

AJENJO:

Por su acción sedativa se utiliza el ajeno para curar los dolores de vientre y dolores menstruales en la forma de infusión a razón de 5 gr. de hojas por medio litro de agua, dejando tapada la infusión por lo menos 12 horas para su concentración. Macerado en agua hirviendo, y agregando añís verde en igual proporción, se obtiene un eficaz remedio contra las lombrices, retardos menstruales y flatulencias pertinaces.

En los casos de alitosis o mal aliento por fermentación estomacal lo indicado es combinarlo con cáscara de naranja en una proporción de 10 gr. de cada una por un litro de agua.

También el aceite es recomendable en forma de aplicación caliente en el abdomen para calmar los dolores. En las fiebres por aguas contaminadas se prepara en infusión, 10 gr. en un litro de agua y se toman tres cucharadas en ayunas, finalmente se utiliza en los campos para espantar la plaga cuando se colocan ramas frescas cerca de la cama.

AJO:

Para la diabetes se deben comer dos dientes de ajos en ayunas durante una cantidad de días suficientes para reducir el nivel de azúcar en la orina. Para el insomnio ayuda mucho la ingestión de un diente de ajo al acostarse. Y es también muy útil si se come el ajo en ensaladas con lechuga por las noches. Para las lombrices se mezcla el jugo de ajos con jugo de limón, o bien con leche de vaca, y se toman pequeñas dosis varias veces al día, hasta ver el efecto. Contra la Tosferina se prepara infusión de ajos con algo de azúcar. Para el dolor de oídos, el ajo se machaca, se hierva en aceite de oliva, y luego de colado, se vierten una o dos gotitas cuando aún estén tibias, en el oído afectado. Para el reumatismo, se fricciona con suavidad en el sitio del dolor, ajo machacado, mezclado con miel de abejas. En casos de catarro, se toma té preparado con dientes de ajo. Para la tensión alta, se toman entre 1 y 3 copitas diarias, de acuerdo a lo que amerite la misma, del té preparado a razón de 1 ajo por una taza de agua. Se puede comer adicionalmente, si es necesario, un diente de ajo diario.

Para las mordeduras de serpientes o de perros, debe frotarse suavemente el ajo machacado. Contra las manchas en la cara, se machaca ajo y se unta con suavidad en las mismas, preferiblemente en las noches. Para eliminar los callos, se les da a los mismos un baño con agua caliente, y encima se les aplica un diente de ajo por un buen rato, repitiendo el procedimiento en caso necesario.

Por su fuerte olor, que se transmite al aliento, muchas personas están poco predispuestas a comer ajos, pero para eliminar dicho olor en la boca, basta comer enseguida una pequeña cantidad de perejil.

Advertencia:

No se debe comer en grandes cantidades por las complicaciones que acarrea al organismo, como son dolores de cabeza, del estómago, vértigo y afecciones de las vías urinarias.

ALBAHACA:

La albahaca es un tónico estimulante muy usado para los casos de desarreglo estomacal e intestinal de origen nervioso o que se sospeche su influencia. Tomar en estos casos en forma de infusión a razón de 30 gr. en un litro de agua y tomar cada media hora si el desarreglo se acompaña de mareos o vómitos, en algunos países utilizan el polvo como rapé, aspirándolo suavemente por la nariz, para los dolores de cabeza y desarreglos nerviosos que producen atontamiento. El zumo se utiliza en los dolores de oídos aplicando un algodón impregnado del zumo en el pabellón de la oreja. Por su propiedad antiinflamatoria, se recomienda en las inflamaciones de la boca y garganta, en cocción.

ALCACHOFA:

Es un gran medicamento por las muchas propiedades que contiene. Se utiliza para suprimir los cálculos hepáticos, en forma de decocción breve, a razón de 25 gr. de hojas por medio litro de agua y tomar medio vaso dos veces al día. Para la retención de orina y los dolores musculares por exceso de ácido úrico, se debe hervir en un litro de agua de 25 a 30 gr. de raíces hasta que se reduzca a medio litro. Agregar medio litro más de agua y tomar de dos a tres veces al día media hora antes de las comidas.

ALCANFOR:

Se utiliza el aceite, llamado alcanforado en los casos de torceduras, reumatismo, furúnculos y golpes

haciendo fricciones en la parte afectada. Si se aspira ayuda a descongestionar y parar las secreciones mucosas en los casos de resfriado. Lo utilizan en medicina en los casos de paros cardíacos.

ALOE: (Ver sábila).

AMARGON:

Efectivo contra las enfermedades del hígado (ictericia). Se recomienda tomarlo en jugo que se extraen de la planta entera. Igualmente efectivo como diurético, descongestionante del hígado, y gastritis crónica, se toma una cucharada en la mañana y otra en la tarde.

ANETO:

Al igual que el anís y el hinojo, el aneto se utiliza para combatir el vómito, las dificultades digestivas, los vértigos y gases que muchas veces producen mareos. Se recomienda tomarlo en infusión para los casos mencionados, 5 gr. de semillas en medio litro de agua hirviendo como estimulante del ánimo, para casos de melancolía, nerviosismo y decaimiento se duplica la dosis anterior y se deja reposar durante media hora. Si se hace por cocción debe tomarse en poca cantidad para que surta efecto, pero por largo tiempo. La dosis media para los casos de infusión es de una tacita después de las comidas.

ANIS:

Para los cólicos agudos y crónicos el anís resulta un excelente remedio. Se toma en forma de té o infusión utilizando tanto las hojas como las semillas, a razón de 15 gr. por litro de agua hirviendo. Por su sabor edulcorado no debe agregársele dulce. Como colirio se utiliza la infusión en gotas en la mañana y en la noche. Es un producto excitante, para los casos de decaimiento por fatiga o cansancio. Se toma en estos casos en forma de tizana. Por su acción calorífica en el organismo se utiliza para los resfriados y estados catarrales. Se consigue también en aceite para untar en los casos de cólicos estomacales. En los dolores de cabeza se toma de 2 maneras: en infusión en aguardiente claro se deja la semilla durante 2 semanas y se toman 10 gotas después de cada comida.

ANIS ESTRELLADO:

Al igual que el anís y el hinojo, el anís estrellado es un excelente antiflatulento, sudorífico excitante y expectorante. Se toma en forma de infusión agregando 2 o 3 folículos en medio vaso de agua hirviendo para tomar una tacita después de las comidas. Como tonificante del sistema nervioso se toma en forma de té en las mañanas. Unido al malojillo es un excelente calmante de las ventosidades del origen nervioso, que dificultan la buena digestión. Es igualmente saludable en casos de toses crónicas y catarros por frío, al igual que en la expectoración. Da iguales resultados si se toma macerado en agua las flores frescas y tomando igual que la infusión.

ARANDALO: (Ver Mirtilo).

ARNICA:

Es eficaz en la tintura para golpes, contusiones, dislocaciones y traumatismos no ulcerados. Debe aplicarse con paños mojados de la tintura, combinando con paños calientes. Para hacer reaccionar a los que sufren desmayos por caídas o sustos repentinos, se toman 10 gotas en un vaso de agua y se le hace tomar en pequeños sorbos. Aplicado sobre la frente sirve para quitar las fiebres intermitentes. Es diurético, sudorífico, y estimulante. Debe tomarse siempre en pequeñas dosis, ya que produce cólicos y vómitos.

ARTEMISA:

Tradicionalmente se viene usando la Artemisa contra la epilepsia, las lombrices, grangenas y retardos menstruales. Se utiliza en infusión y en cataplasma. Para los casos de nerviosismo y retardos menstruales la infusión es lo recomendable a razón de 10 gr. de flores y hojas en medio litro de agua. También se utiliza en maceración con aguardiente. En una botella de dos litros, echar un ramillete de Artemisa con un litro de aguardiente, esperar una semana al sol y sereno y friccionar en las partes doloridas por el reumatismo, con un paño mojado en el elixir.

AVENA:

Este cereal es muy recomendado para los casos en que se requiere un alimento reconstituyente para niños y adultos. Como medicina se utiliza para la jaqueca, hidropesía, insomnio, diurético, diabetes y artritis. En infusión se toma un manojo de paja triturada y se deja

por espacio de una hora. Se toman dos vasos por día.

AZAFRAN:

Es un sedante conocido desde la antigüedad. También se le conocen propiedades como antiespasmódico, en los casos de retardos menstruales. Igualmente en los ataques de tos, asma y neurastenia, resulta un eficaz tranquilizante, tomado en infusión mínima. 0,2 X 1.000.

AZULEJO:

De las muchas propiedades que se le conoce al Azulejo, vamos a destacar solamente dos: como gotas oftálmicas en forma de agua destilada para distintos tipos de enfermedades de los ojos (inflamaciones, irritaciones en caso de soldadura, legñosidad, etc.) y como cicatrizante. En este último caso, se utiliza en las enfermedades de la boca (peladuras, infecciones). En ambos casos de 25 a 30 flores en un litro de agua hirviendo. Se tapa y se deja enfriar, para luego ponerse compresas varias veces al día. Como antiinflamatorio y cicatrizante bucal se hacen buches tres veces al día.

BADIANA: (Ver Anís estrellado)

BALSAMITA:

Se utiliza en los casos de neurastenia y todo tipo de desorden nervioso por cansancio o agotamiento de este ti.

po. En infusión se toma a razón de 10 ó 15 gr. por litro de agua, dos tazas en el día.

BARDANA:

Como sudorífico, diurético, depurativo y en especial contra la gota, resulta la Bardana el remedio indicado. Se debe tomar de 5 a 8 gr. de la raíz de esta planta en forma de infusión en las mañanas. Para el acné se cuecen 20 gr. de la raíz y se toman dos tacitas al día, por tiempo prolongado. En la caída del cabello se hierve la raíz en agua y se masajea el cuero cabelludo. Para los furúnculos inflamados se consigue el extracto en las farmacias.

BATATILLA:

Se emplean las raíces para curar una de las enfermedades más terribles en los alcohólicos: la cirrosis hepática. En forma de té se prepara la mata en agua hirviendo, dejando reposar y tomar por medio vaso tres veces al día.

BEJUQUILLO:

Esta planta se utiliza en los casos en que se requiera del vómito o como expectorante, pero debe ser usada con mucha prudencia por los posibles trastornos que ocasiona el polvillo de la planta; por lo que recomendamos usar otra planta que brinde los mismos resultados y sea menos peligrosa.

BELEÑO:

Solamente la recomendaremos para su uso externo. El aceite de esta planta se consigue en las farmacias y se utiliza en casos de golpes y contusiones. Para dolores de muelas, se utiliza el polvo como buche sin tragar o poniendo un ápice del polvo en la pieza dañada; tampoco se debe tragar y luego lavar bien la boca con agua tibia y sal o aguardiente. La tintura debe ser preparada por farmacéutas en proporciones requeridas.

BELLADONA:

Al igual que el Beleño, recomendamos que sea el farmacéuta quien prepare las dosis si se requiere. Como uso externo sirve para las hemorroides a razón de 30 gr. por litro de agua hervida, durante 10 minutos y aplicada dos veces al día.

BERENJENA:

Se recomienda contra el colesterol y los triglicéridos causantes de tantos infartos y enfermedades cardiovasculares. Como somnífera se debe tomar como infusión. El jugo es eficaz en las enfermedades de los riñones, en la que se requiera como diurético. Como alimento tiene múltiples formas de preparación. La pulpa en forma de cataplasma es muy buena para aliviar los tumores y abscesos aplicada en los mismos. Es un reanimante en los casos de mareos producidos por ingestión de bebidas alcohólicas en forma de caldo.

BERRO:

Para las enfermedades de los pulmones se cuece en leche y se toma medio vaso en ayunas, igualmente se prepara en frío. En un vaso de agua se deja reposar un buen rato dos cucharadas de hojas de berro y se toma igual que la fórmula anterior. El jugo se utiliza como diurético si se toma una cucharada sopera tres veces al día. Se utiliza en ensaladas y en infusión para los casos de retención urinaria. 10 gr. de hojas en un litro de agua hirviendo por media hora con azúcar negra. Tres tazas por día.

BETONICA:

Para las personas que sufren de dolores de cabeza permanentes la Betónica es el remedio básico, aplicada en fomento de agua fría con un paño. La persona debe estar acostada o si está sentada debe estar con la cabeza echada hacia atrás. También, para el mismo fin se toma en tisana. Las hojas secas en cataplasmas calientes son eficaces en las heridas enconadas. Los trastornos respiratorios se tratan con la infusión. 10 gr. de Betónica en medio litro de agua por un día, filtrar y tomar vasitos en el día. El dolor de oídos se trata con el vapor que despiden las hojas cuando se las hierva. Se acerca al oído con el recipiente.

BOJ, O FLOR DE PASCUA:

Cuando aún la penicilina no se había descubierto, se utilizaba esta planta para curar la sífilis. Se toman 5 gr. por litro de agua una vez al día. Si se emplea una dosis mayor, sirve como purgante. Eliminando las carnes y

huevos, es eficaz contra el reumatismo. Una tacita al día basta. Las hojas en cocimiento sirven para detener la caída del cabello, si se lava la cabeza tres veces por semana.

BORRAJA:

Es sudorífica, por lo que se recomienda en casos en que se necesite la exudación como el sarampión. Se toma en infusión en estos casos a razón de 5 gr. en medio litro de agua. En casos de resfriado se combina con tilo en iguales proporciones. En forma de té es tonificante, por lo que se recomienda después de las enfermedades que dejan agotado el organismo. Por sus propiedades analgésicas, se utiliza en los casos de tumores, abcesos y quemaduras menores las hojas machacadas y puestas éstas en las partes afectadas. Para el hígado se come como ensalada y para purificar la sangre, se toma en vino suave una copita después de haberla hervido. Una infusión de raíces machacadas, es un gran antiespasmódico, sobre todo en la mujer recién parida.

BUCO:

Es un gran tónico al igual que depurativo, sobre todo de los órganos úreos como el riñón y la vejiga, para evitar el cálculo y las irritaciones de la próstata. En la Gota, para quitar el dolor. Se toma unos 30 gr. en medio litro de agua hirviendo y se deja largo rato en infusión, hasta que enfríe bien y se repose, se toma medio vaso después de cada comida.

CACAO:

Es un buen tónico para el corazón y riñones, como para los nervios, si se toma en forma de chocolate no muy espeso en las mañanas y antes de acostarse. Se puede tomar con leche y miel si se tiene poco peso. Las personas obesas deben evitarlo por el alto contenido de grasa que tiene. Se consigue industrializado en forma de manteca, que sirve para la irritación de los labios, quemados por el sol o frío.

CACTUS:

Es un buen tónico para la insuficiencia del corazón y taquicardias de origen nervioso.

CALABAZA SILVESTRE:

De esta planta se utilizan solamente las raíces. Secada y cortada en pedacitos sirve como purgante. Se prepara industrialmente en forma de jarabe. Como antiinflamatorio se prepara en cocción a razón de 100 gr. por litro de agua. Hervir hasta que el agua se haya reducido a la mitad, esperar a que enfríe y tomar medio vaso en la mañana y medio vaso en la noche. Para quemaduras, se utiliza en cataplasma machacando las hojas previamente lavadas y aplicando el zumo en la quemadura. Para la tenia solitaria, se mezclan 75 gr. de semillas frescas machacadas.

CALAGUALA:

La raíz picada y machacada, hervida en un litro de agua hasta que se reduzca a la mitad, se toma en peque-

ñas cantidades durante el día para el reumatismo, la sífilis y como depurativo de la sangre. Para los atrasos del período, se toma por mínimas cantidades diarias. Por ser depurativo de la sangre, se recomienda para los trastornos secundarios de la sífilis (furúnculos) tomada por períodos largos a razón de dos tazas por día. En los flujos vaginales se pueden hacer lavados con la cocción de la raíz hasta que ésta hierva bien.

CALAMO:

Es un gran tónico del estómago e intestino, digestivo, antiflatulento y corrige los trastornos de la ictericia clásica, tales como trastornos gástricos, vómitos, náuseas. Se toma en diferentes formas: tintura, aceite, extracto, ect.. Preparado: se deja en maceración 15 gr. de raíz de cálamo en 1/4 litro de alcohol de 90 grados durante 15 días, se cuele y se toman 15 gotas tres veces al día mientras dura el tratamiento. En baños: 25 gr. de aceite de cálamo con medio litro de alcohol en un recipiente de agua caliente. Sirve para el reumatismo.

CALENDULA:

Se utiliza tradicionalmente para los casos de anemias en los niños. Se toma en forma de té a razón de un puñado de hojas frescas por litro de agua. Para quitar callos y verrugas, se machacan las hojas y se aplican sobre las mismas.

CALVELINA:

(Guacamaya poinciana elegante. Seto florido).

Se prepara un té con medio manojo de sus flores en medio litro de agua para controlar las menstruaciones atrasadas, este té se toma con un poco de azúcar al gusto tres tazas al día.

CAMPANILLA:

Para enfermedades de los pulmones, se utiliza el té, preparado a razón de 10 gr. de sus flores por litro de agua. Mientras dure la dolencia, se toma una tacita con miel tres veces al día. La raíz de la planta, con sus flores y semillas, se utiliza para aumentar la orina, en casos de hidropesía e hinchazones, y es muy favorable para provocar el sudor, cuando lo recomienda el médico. En este caso se prepara el té a razón de 20 gr. por litro de agua.

CANELA:

Se aplica para los resfriados, en forma de té, preparado con sus astillas secas (canela en rama), en proporción de unas dos o tres astillas en medio litro de agua. Las astillas o conchas sumergidas en brandy por tres días, se utiliza como fricción para la debilidad de las extremidades en los niños. La esencia de canela, que se puede obtener en la farmacia, sirve para fricciones contra el reumatismo, cuando produce fuertes dolores coyunturales.

El té de canela también sirve para los retardos en el período de la menstruación o regla. La canela se aplica como condimento, en los casos de la avena, maizena majarete, atoles, cremas, etc.. Igualmente se emplea para la preparación de cocteles.

CANAFISTULA:

Las hojas en infusión sirven como purgante. La pulpa es un buen laxante, disuelta en agua, a razón de 20 gr. a 40 gr. por medio litro de agua.

CAÑAMO:

las personas que trabajan con pinturas a base de o en tipografías, deben utilizar el aceite de cáñamo en forma de fricción para combatir el dolor que producen a la larga las sales de plomo. También es útil en enemas en casos de cólicos derivados de dichas sales de plomo. Para afecciones renales en general y gonorrea, se toma al levantarse y al acostarse, un vaso del siguiente preparado: en medio litro de agua hirviendo, se agregan 30 gr. de semillas de cáñamo ya molidas, se cuele y espera que enfríe. Para abscesos y furúnculos se emplean las hojas en forma de cataplasmas.

CARACOLILLO:

Planta similar al la del café, su grano es pequeño, y se prepara en infusión. Sirve como estimulante.

CARA:

Para calmar la neurastenia, la hipocondría, falta de

memoria y debilidad sexual, se hierva la raíz, o bien se hace puré de ella y se toman una o dos tazas diarias del cocimiento, o el puré se come como alimento. Sirve tanto para los sanos como para los enfermos.

CARDA:

Contra el sarampión y la escarlatina se prepara un puñado de las flores de esta planta en un litro de agua, se endulza al gusto y se toma caliente, en cantidad de tres tacitas diarias o más, según se vea el efecto.

CARDO CORREDOR:

Para la hidropesía, el reumatismo y la gota, se toma un puñado de la raíz, se hierva con azúcar, miel y agua, o bien en vino en lugar de agua, y se toman 3 ó 4 copitas por día. En el caso de la ictericia, se toman 6 copitas diarias. Para los desarreglos y dolores de la regla o menstruación, se toman varias copitas al día, comenzando diez días antes del comienzo de la misma.

CARDO SANTO:

Para la debilidad en general, falta de energía, inapetencia, diarreas nerviosas y digestiones pesadas, se toman 100 gr. diarios del jugo de las hojas, preparado a razón de 15 a 60 gr. cocidos en un litro de agua. Esta planta es igualmente útil para la pleuresía, enfermedades del hígado o la gota.

CARMEL:

Para cicatrizar heridas, se colocan en las mismas las hojas machacadas. Para la tuberculosis y la tos ferina, se toman varias veces al día un vaso de la preparación de 30 a 60 gr. de las hojas por litro de agua, en cocimiento. Contra dolores de cabeza, se mezcla el jugo con algo de vinagre y se aplica en compresas.

CARROBA:

Para reumatismo, sífilis y enfermedades de la piel; se toman tres tazas por día del cocimiento de un manojo de las hojas de esta planta por litro de agua, hirviéndolas por 5 minutos. Para lavar heridas y úlceras sifilíticas, se utiliza este cocimiento, pero más cargado.

CARQUEJA:

Contra la impotencia, se toman tres tazas diarias de la infusión al 2 por ciento de esta planta. Para lavar llagas venéreas se utiliza la misma infusión, pero al 5 por ciento y se cubren luego con hilachas de las ramas, empapadas en ese cocimiento.

CARQUEJA AMARGA: (Carqueja del Brasil)

Para la neurastenia, hipocondría, histerismo y temblores, se toman tres tazas al día de la infusión preparada al 2 por ciento.

CASCARILLA:

En los problemas gástricos como digestiones pesadas y distonía intestinal se utiliza la cascarilla en infusión en la proporción siguiente: para una taza de agua hirviendo agregar de 5 a 10 gr. de cascarilla.

CEBADA: (Cebada Perlada) (Cebada Inglesa)

Para la impotencia, se come en ayunas la sopa de cebada preparada con leche, agua o caldo de carne, se hierve un Kg. de cebada en un litro de agua, hasta ablandar los granos, se machacan éstos hasta formar una masa consistente, se cuele, preferiblemente con un lienzo, se hierve nuevamente, hasta evaporarse el líquido y se toma una taza en la mañana, y otra por la tarde, endulzándola con miel de abejas. También es útil esa medicación, contra la jaqueca y los dolores de cabeza. Para las hemorroides, se toma una taza en ayunas, o dos tazas, pero siempre en ayunas, y se endulza con azúcar o se toma sin endulzar. Contra el lumbago, neuralgia del costado, gota y angina de pecho, se aplican cataplasmas de cebada hervida en vinagre, lo más calientes posibles. Para lavar heridas pútridas, se utiliza agua de cebada. Para niños de pecho con colitis, diarrea o dispepsia, se le dan copitas. varias veces al día. de cocimiento de una cucharada de cebada perlada en medio litro de agua, hirviéndola durante 20 minutos, colándola luego. Para ronqueras, amígdalas inflamadas y úlceras en la boca, se toman gárgaras del mismo cocimiento, pero agregándole miel de abejas en cantidad de una o 2 cucharadas.

CEBOLLA:

Para combatir el insomnio, la tos, afecciones bronquiales, enfermedades de la vejiga, tuberculosis, diabetes, obesidad, impotencia, enfermedades de los riñones, hidropesía, inflamaciones en las articulaciones, estreñimiento, asma y nerviosismo; es recomendable el consumo frecuente de la cebolla, bien sea cruda, asada o en ensalada. Contra desmayos, se hace oler al paciente el zumo de la cebolla. Para la hidropesía, se toma cebolla batida con leche. Contra la gripe, se toma varias veces al día, por cucharadas, la preparación de dos cucharadas de jugo de cebolla, un poco de jugo de limón, una cucharada de miel, con una taza de agua caliente. Contra furúnculos y absesos se les aplica cebolla asada y machacada. Para la epistaxis o hemorragia nasal, se pone la mitad de una cebolla recién cortada, sobre la nuca y respirar al mismo tiempo el olor de la otra mitad. Para asmáticos, comer cebollas asadas en ayunas, es bueno para facilitar el buen dormir. Para expulsar las lombrices, tomar dos cucharadas diarias de jugo de cebolla. Para la cefalalgia o dolor de cabeza, tomar unas cuantas gotas de jugo de cebolla asada. Contra la erisipela, aplicar cataplasmas bien caliente de cebolla blanca. Para los sabañones, aplicar el zumo de la cebolla.

CEDRO MACHO:

Para las fiebres crónicas, se hierve un pedazo de la corteza en un litro de agua, y luego se toma tibio con azúcar, a razón de una tacita tres veces al día.

CEDRON: (Yerbaluisa) (Verbena Aromática)

Para el histerismo, nerviosidad, opresión y mordeduras de animales venenosos, se prepara infusión al

2 por ciento de esta planta, en agua, y se toma una taza tibia, con una cucharadita de agua de azahar.

CEIBO:

Contra las mordeduras de animales, se machaca la corteza fresca de este árbol y se prepara una cataplasma para aplicarla en la parte lesionada.

Contra las almorranas, se preparan baños de asiento hirviendo, 25 gr. en un litro de agua durante 15 minutos, luego sentarse en la ponchera ya estando este agua fría.

Contra las ulceraciones de la garganta: utilizar el mismo método del baño de asiento. La maravilla está en el contenido de tanino, saponina y peroxidasas.

CELIDONIA MAYOR: (Yerba Celidonia legítima. Gran Luz).

Contra las supuraciones de los ojos. En esta enfermedad es donde tiene esta planta su gran efectividad, con una pizca de sus hojas en un cuarto litro de agua, cura estas inflamaciones y fortifica la vista.

Contra las berrugas y los callos, sobre estas se aplica el zumo de sus hojas y raíces durante varios días y desaparecen.

Contra la ictericia, diez gramos de estas hojas hervidas y metidas en vino blanco, hacen desaparecer esta enfermedad.

Para eliminar manchas y pecas de la cara, se hierven unas hojas de Celidonia y se usan como lavaje.

En las caries de las muelas, echar un poco de zumo de estas hojas en la caries y hará caer la misma; cuando la muela está picada, se rellena con polvo de esta planta usando su raíz y producirá mejor efecto.

CENIZO: (Mapurite. Palo espinoso. Fresno espinoso. Ayúa. Ayúda.)

Combate la fiebre con un puñado de la corteza de este árbol machacada y en un litro de agua, se toma en tazas con miel o azúcar durante el día.

CENTAUREA MENOR:

Tiene las mismas propiedades que la planta llamada Centaurea Mayor. Es un buen aperitivo y tónico y por dicho motivo aumenta el deseo de comer, prepararlo en forma de té con 5 gr. de flores en un litro de agua y tomar una taza después de las comidas y también está indicado contra la flatulencia, la gota y la digestión pesada. También se usa este té para curar úlceras acrofulosas, heridas y llagas viejas. Como tónico reconstituyente para los anémicos, debilidades, palidez, convalecencias y temperaturas altas sin causa, se toma una copita de vino antes de las comidas. Esto se prepara con 20 gr. de Centáurea, 10 gr. de palo de quina y tres cuartos de litro de vino blanco, se deja en maceración durante una semana y luego se filtra y está listo para tomar.

CEPA CABALLO: (Clonqui).

Contra el paludismo y afecciones hepáticas: el cocimiento de la raíz al 20 por ciento tomado frío en las comidas, también combate la convulsa tomada tres veces al día. Contra el reumatismo es excelente ya que desinflama las articulaciones, para ésto se emplea un cocimiento de 30 gr. de hojas en un litro de agua. Posee propiedades curativas en las enfermedades venéreas, tomada en la forma de la indicación anterior.

Como laxante es excelente y no purga, para ésto, consumirlas secas y con frecuencia, al mismo tiempo es un buen tónico y alimento. Las personas secas de vientre, deben comerlas en ayunas en forma de compota o a su gusto, también se prepara el dulce de ciruelas.

El aceite de sus almendras es excelente para los casos de la sordera, impregnar un algodoncito de este aceite y taponar el oído, este mismo aceite sirve para calmar los dolores de almorranas. Las ciruelas tienen un contenido de ácido málico, azúcar, goma pectina y una materia azoada. Dentro de la gran variedad de ciruelas que alcanzan a unas trescientas, las cuales se identifican por su forma y tamaño, todas tienen similares propiedades.

CLAVEL:

Hay variedad de especies de estas bellas flores tan comunes y todas tienen más o menos las mismas propiedades. El uso más común de esta flor como medicina, es el tonificante para los nervios debilitados y además tonifica el corazón. Es usado como té de 20 gr. de clavel por un litro de agua, para la debilidad del corazón y los dolores de pecho; tomarlo en ayunas durante 20 días para los que sufren de angina de pecho.

CLAVO DE ESPECIA:

En infusión de dos gr. por litro de agua, sirve para controlar la digestión, estimula el estómago y los intestinos. Tomar una copita antes de las comidas. Indicado para los linfáticos y obesos tiene gran propiedad como dentrífico; contra el dolor de muelas, poner

uno de estos clavos en la muela carcada y adolorida, calma el dolor.

CLEMATIDE: (Cabellos de Angel)

Tanto las hojas como sus flores se preparan en forma de té, tomar un puñado en un litro de agua en forma de infusión y luego aplicarla sobre la cara para eliminar las manchas y pecas de la piel.

COCOLOBA: (Kino de mar, Uvero de la playa, Uvas de galleta Guisaba, Baya de praga).

Este cocimiento se toma por tazas pequeñas, para curar las diarreas crónicas y persistentes una tacita tomada en ayunas, fortifica el esfínter de la vejiga de los niños que se orinan en la cama cuando duermen. De la corteza del tronco, las ramas y las raíces se prepara este té. Esta planta se encuentra con frecuencia en las orillas del mar.

DATIL:

Para tratar las diarreas es recomendable la decocción. Para la gota, el riñón es un tónico excelente para las dolencias del estómago intestinos y vejiga. Su fruto se puede comer directamente. En las enfermedades de los pulmones y en las toses es recomendable su coccción.

DIAMELA:

Se utiliza en Medicina para las enfermedades de los pulmones, toses, asma bronquial, catarro pulmonar y otras dolencias similares. Tómese la raíz de la planta y prepare una cocción durante un cuarto de hora en un litro de agua, dejar reposar hasta que esté tibia y tomar medio vaso tres veces al día.

DIVIDIVI:

El Dividivi es recomendable para ciertas diarreas. Se utilizan las hojas, la corteza y las flores en la curación de úlceras y llagas, también para heridas reveladas de cicatrizar, se prepara en forma de cocción un manojo de hojas o flores en un litro de agua y se hacen lavados dos veces al día. Es muy recomendable en esto por tener propiedades astringentes.

DON DIEGO DE LA NOCHE:

En los dolores de oído es recomendable, aplicada directamente el jugo de las flores en el oído que duele y tapando con un algodón es muy bueno. Aplicar otra vez si es necesario, no olvidando que los dolores que alivia son los causados por frios y no los causados por infección o golpes. También para quitar las manchas de la cara, que aparecen en algunas embarazadas; se puede utilizar aplicando la hoja o el jugo por las noches. Por último podemos recomendarla como purgante a falta de otra planta.

DORADILLA:

Se toma en los casos de nerviosismo y dolencias que pertenecen o que se sospeche que tienen origen nervioso como ciertas gastritis o insomnio. Se toma en infusión 10 gr. de las hojas en un litro de agua 3 veces al día, tanto para los desarreglos nerviosos como para disolver los cálculos hepáticos.

DORADITA:

Para las inflamaciones de la garganta se hacen gárgaras con el agua resultante de haber hervido la planta (un puñado) en un litro de agua aproximadamente, para las mujeres que padecen de flujos vaginales es recomendable el lavado con el agua de la planta hervida, como se preparan en las gárgaras'.

DULCAMARA:

Es un depurativo de la sangre para las personas que hayan padecido de sífilis y enfermedades consecuencias de ésta. Para estos fines, se preparan 20 gr. de las ramas en un litro de agua y se toman 3 gotas al día. Para el reumatismo es indicado la misma cantidad. Las jas machacadas con miel y vinagre sirven para curar las costras verdes untándola en la cabeza en forma de pomada. Para los flujos vaginales se hacen lavados en las mañanas con el cocimiento.

DURAZNILLO:

Se utiliza en proporciones, de una parte de la plan-

ta del duraznillo por 4 partes de agua para quitar las fiebres en los niños y adultos en forma de lavativas. La infusión su utiliza con resultados favorables en la diarrea y disentería.

ELEBORO NEGRO:

Para ciertos casos de desequilibrio mental, se toman 10 centígramos (la décima parte de un gramo) de la raíz, hecha polvo, en una taza de agua, en ayunas, por un lapso de 5 días. Se suspende por 10 días el tratamiento y se repite así varias veces, siempre con los 10 días de descanso.

EMAJAGUA : (Majagua) (Majagua blanca) (Demajagua negro)

Para la dispepsia y para la colitis crónica, se prepara un poco de las flores y de corteza de la raíz, hervidas en medio litro de agua. Se toman 4 ó 5 tazas del cocimiento por día.

ENCINA: (Roble).

Para los niños que se orinan en la cama de noche, se les dá una taza al acostarse, de la infusión de 30 gr. de la corteza en un litro de agua. Para la regla demasiado abundante, así como para las diarreas, se toman 3 tazas pequeñas al día. Para la hinchazón de la glándulas del cuello se aplican fomentos de la infusión, renovándolos cada dos horas. Contra envenenamiento produci-

do a través de cualquier tipo de plantas, es conveniente tomar lo más pronto posible, una taza de infusión de 40 gr. de corteza de encina o roble por litro de agua, pudiéndose tomar otra dosis dos horas después, hasta completar 4 tomas en 24 horas. Para los que sufren de atrofia o de debilidad muscular, se les dá a tomar 4 tacitas diarias de cocimiento de 30 gr. de la raíz en un litro de agua, reduciendo la dosis con el paso de los días, según se vea el resultado.

ENDRINO : (Ciruelo Silvestre).

Para la hidropesía, reumatismo, obesidad y sífilis; se toman 3 ó más tazas al día, del cocimiento que se prepara haciendo hervir por 3 minutos 1 cucharada de flores de endrino en un litro de agua.

ENEBRO:

Para el reumatismo, se toman varias tazas diarias de la infusión de 30 gr. de bayas machacadas por un litro de agua. Para la suspensión de la regla por de la edad, y los trastornos que puede traer, como malestar general y mareos; se toman 2 ó 3 vasos por día, de esa infusión contra el asma, pleuresía, tos rebelde y catarro pulmonar; se toman 3 tazas por día del cocimiento preparado con 12 bayas en un litro de agua.

ENELDO: (Hinojo) (Aneto).

Para las náuseas y la acidez, se toman varios vasos en el día del cocimiento de un poco de la yerba alta de la mata con 10 gr. de la semilla en un litro de agua. Para

las ventosidades, se toman 3 ó 4 tazas diarias del cocimiento de 6 gr. de semillas por litro de agua.

ENULA : (Hoja del Caballo) (Yerba del Moro):

Para el dolor del reumatismo se aplican en el sitio adolorido, lo más calientes posible, las hojas frescas hervidas previamente en vino. Para la hinchazón del bazo, se toman 10 gr. de polvo de la planta, mezclados con vino, cada día. Para el catarro que dificulta mucho la respiración, se toman 3 cucharaditas diarias de polvo de la raíz con miel de abejas.

ESCABIOSA:

Para el catarro con opresión, tos o ronquera, se toman 3 ó 4 tazas diarias del cocimiento de 30 gr. de la planta en un litro de agua. Para calmar los dolores del parto, se cuecen 20 gr. de la raíz en un litro de agua, y se toman 2 vasos del cocimiento al día. Para sanar las glándulas inflamadas, se machacan hojas verdes de escabiosa, y se colocan sobre la parte afectada, fijándolas con una tela, y se sustituyen hasta completar 3 posturas al día.

ESCOBILLA: (Escoba dulce) (Orozuz del Pasto).

Para fortificar niños débiles al nacer, o atrasados, se les baña con agua en la cual se ha vertido un litro del cocimiento de 5 manojos de esta planta por litro de agua.

ESCORZONERA:

Contra la escrofulosis, así como para sacar los loquios de mujeres recién paridas, se les hace tomar 3 vasos diarios del cocimiento de la raíz de escorzonera, a razón de 1 raíz de la planta por litro de agua, hirviéndola por un tiempo de 5 minutos. Se le pone azúcar o miel de abejas, si se desea darle un sabor más apetecible al cocimiento.

ESPINILLO:

Contra la gota y el reumatismo, se toman varias tazas al día del cocimiento de 20 gr. de espinillo por litro de agua. Para calmar el dolor de las quemaduras y cicatrizarlas rápidamente, se esparce sobre las mismas, el polvo de las hojas reducidas a esta forma de aplicación.

EUCALIPTO:

Para la angina de pecho, cualquier tipo de catarros y para prevenir el paludismo cuando hay serio peligro de contraerlo, se toman 3 vasos por día, del cocimiento de unos 30 ó 40 gr. de hojas de eucalipto, por litro de agua. Para aliviar los dolores del reumatismo crónico, se deben dar baños de hojas de eucalipto, calientes. La preparación se elabora hirviendo 50 gr. de hojas por litro de agua.

EUFRASIA:

Para la ictericia, se toman 2 ó 3 vasos al día del cocimiento caliente de 20 gr. de eufrasia por litro de vino blanco. Contra la miopía, se debe comer esta planta seca fresca, con las comidas, o rociar éstas con polvo

de la misma.

ESPINACA:

De gran eficacia contra la anemia, por su gran contenido de hierro, es también recomendada para el retardo menstrual. Es de observar que es contraindicada para los que padecen de enfermedades hepáticas, gota, artritis y cálculos renales.

ESPARRAGO:

Sus raíces son de excelentes resultados, como diuréticos, aperitivos, sedantes de las palpitaciones cardíacas y de gran utilidad contra la hidropesía y la obesidad. Sus raíces secas se preparan en infusiones y cocimientos. 50 gr. de estas raíces en un litro de agua filtrarla y dejarla enfriar. No agregar azúcar y tomar 3 vasos pequeños al día entre comidas. Tiene acción calmante, desintoxicante y preventiva. Estos tratamientos no tienen límites de tiempo, pero deben continuarse por 10, menos por 30 días. El cocimiento contra la obesidad y contra la hidropesía, se prepara hirviendo 40 gr. de raíces de espárragos cortados en trocitos, en un litro de agua, filtrar y dejar enfriar sin azúcar luego tomar 3 ó 4 vasos pequeños al día comenzando por la mañana en ayunas. Tomarlo por 10 menos 3 meses. El cocimiento de la raíz y los brotes tiernos de esta planta, está contraindicado para los enfermos afectados de nervios excitantes, y de la vejiga de los riñones..

FELANDIO:

Como expectorante se toma en infusión. En los casos en que la tos sea muy persistente se toma en maceración 20 gr. del fruto en un cuarto litro de agua, se deja reposar un rato y se toma agregando algo de azúcar negra o miel. La dosis media recomendada es una taza al día. El fruto desecado tiene acción narcótica, diurética y febrífuga.

FITOLACA: (Tintorera—Hierba Carminera)

Es un purgante efectivo y rápido. Se prepara en infusión una cuchara de hojas, reposando media hora. Se filtra y se toma medio vaso antes de acostarse. La raíz se prepara en cocción durante media hora, utilizando 25 gr. de la misma para un litro de agua. La dosis recomendable es la misma de la infusión.

FISTOLERA:

Para curar las fístulas de cualquier tipo se aplica la polvo de las hojas bien cernidas en las úlceras, tumores y laceraciones es un remedio excelente.

FRAMBUESO:

En los campos se utilizan las hojas machacadas en la boca del estómago, para aliviar los dolores del mismo por malas digestiones. Si se administran 1 ó 2 tacitas al día en infusión, de las hojas del frambueso, se consigue un poderoso remedio para combatir la diabetes y el reumatismo. Usase también para prevenir el escorbuto. La infusión debe prepararse a razón de 15 gr. por cada cuarto de litro de agua.

FRANGULA:

Para la hidropesía, hemorroides y molestias del bazo o del hígado, se toman 3 ó 4 copitas diarias del cocimiento de 40 gr. de la corteza, tomada de árboles con edad de 2 ó más años, en medio litro de agua.

FREGOSA:

En las diarreas es muy eficaz, en forma de cocción 2 veces al día. También sirve para eliminar el cólico ventoso, causante o proveniente de malas digestiones, Aplicado en lavativa, cura la disentería y expulsa las lombrices. Las hojas calientes aplicadas en la zona de los dolores ventosos, los cura en forma rápida.

FRESA:

Las hojas frescas están indicadas en forma de cocimiento para los dolores reumáticos, contra la gota y como antidiarético. Se debe cocer la hoja (varias) en un litro de agua por espacio de medio hora, se deja enfriar y se toma después de filtrarla dos cucharaditas por las noches. El fruto tiene un alto valor de vitamina C por lo que es recomendable para enfermedades de la piel, prevenir las gripes, anemias y artritis. Se prepara el fruto en almibar para los casos de anemias.

FRESNO FLORIDO:

La corteza del tronco es un laxante suave en forma de cocimiento. Para los dolores musculares y go-

tosos, se recomienda en infusión. En medio litro de agua hirviendo se agregan 15 gr. de corteza de esta planta y se deja hasta tibiar. Se toma una taza en las noches.

FLORIPONDIO:

En los dolores de cabeza es un anastésico de alta propiedad sedativa. También en otros tipos de dolores. Se aplican las hojas en la parte adolorida. No debe ser usada como producto de uso interno pues es una planta de propiedades delicadas.

FRUTA DE BURRO:

En los campos la utilizan para la mordedura de animales ponzoñosos, en especial de culebras venenosas. Debe pulverizarse y echarla en vino. Sirve para expulsar las lombrices y como estomáquica.

FUMARIA: (Palomilla)

Por su acción diurética esta planta es muy recomendada para las personas que padecen hipertensión arterial. Es también depurativa de la sangre y secretora de tixina tanto de la sangre como de la orina. Se la toma en forma de té en las proporciones normales.

GARBANZOS:

Contra cálculos de la vejiga o de los riñones, y para regularizar la regla, se toman 3 tazas diarias del agua con la cual se han hervido los garbanzos.

GENGIBRE:

Para las náuseas, dolor de estómago y flatulencias, se toman varias tazas diarias, según se vaya observando su efecto, del cocimiento de 20 a 35 gr. de la planta, por litro de agua. Para la ciática, pleuresía y reumatismo, se aplican cataplasmas del polvo de la raíz mezclado con harina de maíz.

GENGIBRILLO: (Cúrcuma)

Para que la regla se efectúa con la regularidad que es normal, se toman dos cucharadas, tres veces al día, del jugo que brota de las espigas frescas al aplastarlas con la mano. Para los dolores que produce el reumatismo, se dan fricciones con una preparación hecha con alcohol fuerte, en el cual se deja sedimentar cierta cantidad de gengibrillo o cúrcuma.

GERANIO: (yerba de San Roberto)

Para esputos sanguinolentos y hemorragias, se toma tres vasos diarios del cocimiento de 3 gr. de geranio por litro de agua.

GIRASOL: (Mirasol)

Para dolores de cabeza y jaquecas, se toma una preparación similar al café elaborada como éste, pero con semillas tostadas de girasol.

GRANADO:

Contra diarreas, se toma una cucharada cada 2 horas, del cocimiento de una cucharada de la cáscara de la granada, previamente partida en trocitos, en un cuarto litro de agua, durante 5 minutos. Para enfermedades de la garganta, es útil tomar el zumo de las granadas. Para erradicar la tenia o solitaria, en un litro de agua, se hierven 50 gr. de la corteza de la raíz de esta planta, esperando hasta que se reduzca a medio litro, el cual se toma repitiendo el procedimiento al cabo de media hora, y otra vez al cabo de otra media hora; en total, 3 veces. Luego de la última toma, se esperan dos horas y entonces se toma un purgante. Este remedio se aplica a adultos o a adolescentes, no a los niños.

GROSELLA NEGRA:

Para amígdalas inflamadas se hacen gárgaras con la preparación hecha revolviendo 2 cucharadas de jugo de grosellas, con un vaso de agua de rosas. Para la hidropesía y la gota, se toman 3 ó 4 tazas al día del cocimiento de 30 gr. de hojas de grosella negra en un litro de agua. Para estas mismas enfermedades, y para inflamaciones de la garganta, tos y ronquera, se debe comer la fruta al gusto.

HABA:

Es mundialmente conocido como el alimento nutritivo y así mismo en los valores medicinales, por ejemplo para ablandar el endurecimiento de los talones se prepara una pomada a base de manteca de cochino, jugo de limón y harina de habas. Esta pomada se aplica sobre las partes endurecidas a la hora de dormir.

HALLARETE: (Hierba del Clavo)

Esta planta abunda en todo el continente americano, es de gran utilidad contra el reumatismo crónico, gota; es de gran uso como purificador de la sangre y en las enfermedades de los riñones, en los casos donde se ha detectado piedras o cálculos. El modo de prepararla es: tomar un puñado de la pequeña planta, hervirla en un litro de agua y se toma por tazas tres veces al día. Observe que este té es diurético.

HARAGUAZO:

Son hojas aromáticas y abundan en todo el continente sudamericano. Su uso está muy especificado en los estados de miedo sin causa conocida o consciente, ansiedad y depresión. Esta medicina se prepara tomando un puñado de hojas y hervirlo en un litro de agua y tomarlo en infusión durante el día, endulzándolo al gusto del paciente. Los baños de esta planta, son muy indicados como tonificantes para los niños atrasados, raquíuticos y mongólicos, escrofulosos. Estos niños deben dormir sobre conchones hechos de estas hojas, mezcladas con yerba buena, salvia y poleo.

HEDIONDA (Brusca o Brusco)

Sus raíces dan grandes resultados en los dolores de los primeros días de la menstruación y vómitos. Se prepara en infusión con un manojo de raíces machacadas en un litro de agua hirviendo y tomarla endulzándola con azúcar al gusto. Este mismo té sirve para las mujeres recién paridas, para facilitar la salida de los loquios. Por tener esta planta propiedades purificantes, sirve también para las enfermedades reumáticas y la sífilis, ya que hace sudar

y por ser purgante. El tratamiento con esta planta es algo largo para conseguir sus efectos, las hojas verdes, frescas, crudas y machacadas, se aplican como cataplasma sobre granos y úlceras.

HIGUERA:

Este fruto es un excelente emoliente para la tos, el catarro y la bronquitis. Hervir 250 gr. de leche, de 10 a 20 higos secos cortados en trozos, durante unos 20 minutos, luego añadir una cucharadita de miel, colarlo y beber esto bien caliente. Tomar una taza al día antes de acostarse. Este tratamiento durará hasta que el malestar haya desaparecido totalmente. El latex que mana de los higos verdes es muy eficaz contra las verrugas. Mojar un algodón en este latex y se aplica una o dos veces al día hasta que la verruga se ablande y se desprenda espontáneamente.

HINOJO:

Sus flores son utilizadas en medicina, en forma de infusión o destilado acuoso, como resolutivo espectorante y como colirio. Infusión: estimulante emenagoga, diurética y carminativa, echar una cucharadita de semillas de hinojo en una taza de agua hirviente. Dosis: una taza después de cada comida, bien caliente. La duración de este tratamiento no tiene límite.

Como diurético, hervir en un litro de agua, 20 gr. a 25 de raíces secadas al sol durante unos 20 minutos, filtrar y endulzar con un poco de miel a gusto y dejar enfriar hasta que esté tibio. Tomar esta cantidad durante el día en vasitos pequeños y el tratamiento durará hasta lograr el resultado deseado.

Cocimiento diurético número dos: hervir una taza de

agua con un gramo de semilla durante unos minutos, e ingerir el líquido en un solo día.

Esencia de Hinojo: Digestivo y astringente, verter de 5 a 10 gotas de esencia de hinojo sobre un terrón de azúcar y tomarlo después de cada comida.

Vino de Hinojo: Digestivo, contra el vómito y el hipo. Macerar durante 8 días 150 gr. de semillas en un litro de vino blanco seco. Filtrar y traspasar el líquido a una botella. Tomar un vasito después de cada comida, sin límite de duración.

LAUREL:

Para la expulsión de los gases y realizar una buena digestión, debe tomarse en forma de infusión a razón de 200 gr. por litro de agua. Es un excelente relajante muscular. Tras macerar las hojas en un recipiente de agua, se deja por tres días y se frota el cuerpo con esta agua a la hora del baño. Para el mal olor de sudoraciones por exceso de toxinas, se frota en la zona la infusión de esta planta. En caso de dolores reumáticos se deben machacar las hojas y semillas y luego hervir y exprimir para obtener el zumo aceitoso, que se frota en la parte afectada.

LABURNO:

Por sus propiedades venenosas, al usar esta planta debe ser preparada por farmacéutas, ya que el cistino que contiene puede ser fatal.

LAMIO BLANCO:

Para detener las hemorragias se utiliza el alcoholato que se consigue en expendio de medicinas. Para la caída del cabello se utiliza el cocimiento de las hojas.

LECHUGA:

Es cultivada en numerosas variedades para consumirlas en ensaladas, puede ser útil para calmar la tos y los estados nerviosos, tiene propiedades refrescantes y hemolientes. Posee una magnífica acción sedante hipnótica por lo cual sus preparados pueden utilizarse como sucedáneos del opio y en algunos casos son preferibles por que no se determinan reacciones secundarias en el sistema digestivo.

Cocimiento: Contra la tos, hervir 50 gr. de hojas de lechuga durante 10 minutos en 300 gr. de agua, añadir 100 gr. de azúcar dejarlo enfriar y colarlo, luego envasarlo en una botella.

Dosis: 2 ó 3 tazas calientes durante el día. La duración del tratamiento será hasta que la tos desaparezca totalmente.

Extracto Fluído: Calmante y antidoloroso.

Preparado: Se machacan en un mortero los tallos de la lechuga y se exprime después el zumo con un lienzo luego se deja cuajar al calor.

Dosis: De 5 a 10 gr. cuando se desea calmar un dolor o un estado de excitabilidad.

LIMON:

El limón es uno de los frutos de mayor utilidad medicinal que conozcamos. Para la acidez estomacal el li-

món es un perfecto remedio, también para las ventosidades, indegestiones, mal metabolismo, obesidad, cefaleas, mal de escorbuto, reumatismo etc.. Hay diversos tratamientos entre los que destacaremos los siguientes: En infusión se toma para combatir el reumatismo, las fiebres infecciosas, y escorbuto, Hervir el zumo de 2 limones en un cuarto de litro de agua hasta que se reduzca a la mitad tomar todo el contenido por espacio de 5 días y dejar 2 días de pausa. Después continuar hasta completar 15 días. Para las enfermedades restantes expuestas anteriormente se debe seguir el siguiente tratamiento: En un tratamiento de 10 días se debe empezar con 2 limones el primer día, 4 el segundo, 6 el tercero, 8 el cuarto, 10 el quinto, 10 el sexto, 8 el séptimo, 6 el octavo, 4 el noveno, 2 el décimo. Este tratamiento se puede seguir sin ningún temor cuidando que no se extienda por más de 15 días. Si lo cree necesario puede sustituir proporcionalmente en lugar de dos, 1 lugar de 2, 3, en lugar de 4, 6; en lugar de 6, 9; en lugar de 8, 12 en lugar de 10, 15.

LINO:

En las inflamaciones de los intestinos y riñones, vegiga y como supurador de la blenorragia; las fluxiones de pecho se utiliza la semilla del lino a razón de 20 gr. por litro de agua. Una tacita 3 veces al día. En las inflamaciones de los ojos se utiliza en forma de colirio.

LIQUEN:

También llamado líquen gomoso es un expectorante mayor en casos de bronquitis aguda, tos aguda y diarreas, inflamaciones de los intestinos, se toman 25 gr. de líquen por litro de agua, se filtra y se toman 4 tazas al día.

LIRIO:

Para las quemaduras, heridas y desinflamatorio el lirio es una de las medicinas fáciles y eficaces. Se utilizan las flores y el bulbo. Se preparan con leche, hirviéndola y aplicando en cataplasmas. Los pétalos preparados con aguardiente en macerados sirven para las heridas leves. En aceite de oliva sirve para las quemaduras, superficiales. En agua destilada es un colirio recomendable. Para reventar los abscesos se prepara con pedacitos de pan.

LOBELLA:

Se administra en polvo o tintura para la fatiga producida por el asma y la disnea, también en toses convulsivas para la secreción bronquial. Como la elaboración de la fórmula es de 0,3 gr. por litro, recomendamos su preparación en farmacias o boticas.

LLANTEN:

Para las úlceras es un eficaz astringente en forma de lavado. Cocinar ligeramente las hojas de llantén en agua hirviendo hasta que las hojas se ablanden ligeramente. Aplicar en la úlcera y dejar hasta que seque la hoja. Repita el mismo procedimiento 3 veces, 2 veces al día. Para expulsar las lombrices se debe combinar el llantén con pazolete y yerba buena tomándolo en ayunas. También se utiliza el polvo de las semillas para los mismos fines, tomando de 3 a 5 gr. de el polvo y mezclándolo con la infusión del pazote y la yerba buena. Se acostumbra usarlo también como colirio en dosis de 25 a 50 gr. por litro de agua y lavar bien los ojos 3 veces al día. En las úlceras estomacales es recomendable el cocimiento, tomado en tacitas 3 veces al día.

LUPULO :

Quita las fiebres, como tónico ayuda en casos de debilidades intestinales y estomacales, como lavativa hace expulsar las lombrices, el fruto se administra en caso de gota, escrofulosis y escorbuto, 15 ó 20 gr. por litro de agua. Como infusión se utiliza para combatir el enronquecimiento de la voz, catarros expectoraciones y afecciones neumonales. En casos de lombrices se utiliza el cocimiento del fruto en forma de lavativa.

MAIZ:

Planta anual que alcanza hasta 2 mts. de altura. Excelente alimento utilizado en todos los países del mundo, su semilla se aprovecha en harinas, aceites y como alimento de engorde para el ganado el cual también aprovecha sus partes verdes. El maíz utilizado en la farmacología en la cual se aprovecha los estigmas de las espigas de sus flores, las cuáles una vez secas se utilizan como sedantes o diuréticos y se toma en forma de jarabe y tisanas. Las propiedades curativas se encuentran en las estigmas o sea las barbas que salen fuera de las mazorcas. Cocimiento de las estigmas: Afecciones de las vías urinarias, cistitis. Hervir en un litro de agua, durante 1 cuarto de hora aproximadamente de 20 a 30 gr. estigmas cortadas. Dejar enfriar ligeramente y filtrar el cocimiento. Se debe tomar 2 tacitas al día mientras exista inflamación. El cocimiento número 2 es el siguiente: En la nefritis, hervir en 2 litros de agua, durante 15 minutos 60 gr. de estigma de maíz, colar y tomar en 2 a 3 tacitas diarias hasta la recuperación.

MALAJILLO:

En casos de irritación estomacal producido por bebidas alcohólicas o para eliminar las flatulencias, como tónico digestivo, antinflamatorio intestinal y estomacal el malajillo es excelente tomado en infusión de sus hojas en un litro de agua, se puede tomar 3 ó 4 veces al día después de cada comida pues no es dañino. Tómese tibio o frío como tisana. En casos de alitosis o mal aliento bucal se puede masticar la raíz.

MALVA:

Se utiliza la raíz, las hojas y las flores. Para la inflamación de las amígdalas se debe hacer gargarismos con la infusión de las flores. Tomada es de lo mejor para combatir todo tipo de inflamaciones orgánicas. La tos se aminora notablemente si se toma edulcorada con miel a razón de 50 gr. por litro de agua. Para adelgazar se debe tomar la decoción de las hojas, 40 gr. por litro de agua en ayunas por un tiempo determinado hasta conseguir la disminución del peso. Al igual que el llantén se utiliza para sanar las úlceras de la boca, hacer gargarismos 3 veces al día. Si se aplica en cataplasma es eficaz para rebajar los tumores derivados de golpes o úlceras incipientes.

MALVAVISCO:

La raíz de malvavisco se emplea como calmante pectoral en las toses convulsivas en proporción de 10 a 15 gr. por litro de agua. Para el cocimiento se emplea el doble de la proporción indicada para la infusión, para ser usados como cataplasma e irrigación. Se recomienda tomarlo en casos de diarreas, nefritis y gastritis. Como enjuague bucal en casos de inflamaciones. En los niños que estan dentando.

las cataplasmas sirven para bajar el hinchazón de los tumores y abcesos.

MANGO:

Es un fruto muy resinoso y alimenticio. Se debe comer en casos de gripes y catarros. Se utiliza como diarreico el Mango verde. La corteza seca, se utiliza en forma de cocción contra las enfermedades de pecho, como espectorante. La resina se aplica también en casos de necesidad de espectorar.

MANI:

El aceite de maní es muy usado en la cocina para la preparación de toda clase de frituras. La semilla es astringente. La almendra contiene gran cantidad de calorías, por lo que no se recomienda a personas pasadas de peso. Pero como alimento es rica en calorías. Dicen que estimula los órganos genitales. Para la diabetes, se utiliza la emulsión de las semillas. Para suavizar el cabello, se emplea el aceite.

MANZANILLA:

Uno de los mejores tonificantes y estimulantes, además de digestiva Tomada en los días pre-menstruales, ayuda eficazmente al buen desarrollo del período. En los casos de indigestiones debe tomarse sin falta, pues además ayudará la buena digestión, regula el comportamiento de los ácidos estomacales necesarios para una sana digestión. Para eliminar las fiebres intermitentes, dolores musculares, cólicos, diarreas y ventosidades, se debe tomar en

forma de infusión, en proporciones normales. El enrojecimiento de los ojos producidos por cansancio, se alivia considerablemente.

MARRUBIO:

Entre los tónicos más recomendados, se encuentra el Marrubio, por su propiedad de aumentar la potencia digestiva, aliviar la congestión bronquial, desarrollar un buen período en la mujer, antiespasmódico y calmante. También contra la gota reumática. 15 a 30 gr. por litro de agua, por espacio de tres días, tres tacitas.

MASTUERZO:

Al igual que el grupo de las plantas indicadas para descongestionar los bronquios y pulmones, el Mastuerzo lo recomendamos como sudorífico y descongestionante en forma de infusión; 20 gr. por litro de agua. Tres tazas al día.

MEJORANA:

Es excitante y aromática. Para los dolores de muela se prepara con vino blanco, en forma de cocción. Se toman buches, que se botan. En los casos de sordera, se aplican las cataplasmas de las hojas. Se toma pulverizada en caso de dolores de cabeza.

MELISA:

Es tónica y excitante, digestiva y vermífuga. Por ser excitante, la Melisa se recomienda en casos de depresión y decaimiento, flojedad y cansancio físico y mental. Se prepara en infusión a razón de 5 a 15 gr. por litro de agua. Tomada 3 veces por día o después de cada comida. Como antiespasmódica se toma caliente por tacitas cada hora. El agua de Melisa es un preparado para excitar el sistema nervioso: 700 gr. de flores frescas, 150 gr. de corteza de limón, 80 gr. de la mezcla de canela, clavo y nuez moscada, 40 gr. de cilantro y raíz de angélica, se ponen en maceración durante 4 días, en 5 litros de alcohol y se destila la mezcla hasta que resulte medio litro del producto.

MELON:

Es un gran diurético y purificante de los riñones, es de sabor agradable para preparar tisanas. Para las irritaciones se utilizan las semillas con las flores de saúco, se utiliza para los casos de males bronquiales.

MELILOTO:

Antiinflamatorio y calmante. Para las inflamaciones de los ojos producidas por irritación. También como antiinflamatorio del útero, se utiliza en infusión 10 a 20 gr. por litro de agua. Tomado 3 veces al día por tacitas.

MEMBRILLO:

Sirve como astringente, calmante, emoliente. De las se-

milla se obtiene un mucílago puro, empleado en medicina por su acción astringente.

Mermelada: Para personas enfermas y convalescientes, contra las atonías de estómago y las diarreas. Cocer en muy poca agua 1 gr. de Membrillo, pasarlo por un cedazo y recoger la pulpa en una cacerola y añadir poco azúcar.

MENTA:

Por sus propiedades sedativas, esta planta se utiliza en forma de infusión, para calmar los nervios en caso de ansiedad, insomnio o exceso de trabajo. También en caso de vómitos por mareos. Cuando falta el apetito es ideal para restablecerlo. Evita la formación de ventosidades en el aparato digestivo, causa ésta, muy común en la falta del apetito. Si se restriega el zumo del tallo en las picaduras de insectos, se aliviará rápidamente por su valor anestésico. No debe tomarse en exceso, bastan 5 gr. por infusión. En paños de agua caliente, con esta planta, se puede utilizar para combatir algunas enfermedades de la piel tales como la escoriásis y la sarna. La recomendamos también como bebida aromática.

MENTOL:

El Mentol se obtiene por destilación, tan conocido por todos. El Mentol, extraído de la Menta por destilación, como analgésico local antiséptico, como descongestionante en los calambres, en el vómito nervioso, en los cólicos, en las digestiones difíciles, etc. Se toman 4 ó 5 gotas sobre un terrón de azúcar que se disuelve en la boca. La infusión se emplea como tónico y digestivo. Se deja en infusión 3 gr. de hojas secas o un poco de hojas frescas en 100 gr. de agua hirviendo, durante unos 10 minutos y

se toma una taza de este componente antes o después de las comidas. Si se toma antes de las comidas, estimula el apetito y evita los dolores estomacales. Después de las comidas, facilita la digestión, elimina los gases, el insomnio y el nerviosismo. La cataplasma se utiliza para detener la secreción de la leche, en las mujeres recién paridas. Los cocimientos se utilizan para la sarna, si se aplican en fomentación. La infusión se recomienda para las personas debilitadas o de edad. La tintura es un digestivo, si se deja en maceración durante 8 días, un manojo en un litro de alcohol y se toman 20 gotas después de las comidas. El jarabe es un reconstituyente eficaz. Finalmente se recomienda la infusión en forma de té como aromático.

MUERDAGO O VISCO BLANCO:

La corteza de esta planta se utiliza como purgante al igual que sus frutos, se prescribe también como antiespasmódico e hipotensor, para las toses convulsivas y la tos ferina, la gota, los infartos linfáticos y el edema

Infusión: Antiespasmódica, antihistérica y antiepiléptica. 25 gr. de hojas secas en una taza de agua fría, durante 4 a 5 horas en infusión.

Dosis: 1 a 2 cucharadas al día, continuar el tratamiento durante 15 días continuos.

Vino de Muérdago: contra la arterioesclerosis

Poner en maceración 50 gr. de hojas de merdago en un litro de vino blanco seco y de buena calidad, durante una semana, luego exprimir, filtrar y tomar este vino de 1 a 2 vasitos por día, este tratamiento no tiene límite.

Cocimiento de Muérdago: Tiene las mismas propiedades

que la infusión, hervir 70 gr. de la corteza y cortarlos en trocitos, en un litro de agua, dejarlo enfriar hasta que esté tibio y luego filtrarlo.

Dosis: Tomar una a dos tacitas al día, durante 15 días continuos.

NARANJO:

En cuanto a las hojas preparadas en infusión, conjuntamente con las flores, en proporción de 12 gr. en un litro de agua, son muy útiles para aligerar la digestión en quienes tienen dificultad con la misma. También las hojas, preparadas en forma de té, actúan contra la flatulencia, además de tonificar los nervios y favorecer al hígado, y cocidas en agua, con la cual se hace el lavado de los pies, ayuda al proceso de la regla o menstruación y alivia el dolor de cabeza o cefalalgia. La fruta del naranjo, cuando se trata de la naranja dulce, tiene efecto para calmar el exceso de bilis. Más útil aún es la cáscara en forma de té, para combatir la flatulencia y asentar el estómago. La naranja, cuando es ácida, tiene varias virtudes: contra la ictericia, se colocan varias ruedas, una vez peladas tres naranjas ácidas, y cubiertas con sal y sen, y se ponen a serenar en un plato durante la noche, y al día siguiente en ayunas, se comen y se toma lo destilado por las citadas ruedas, seguido de un vaso de agua. La cáscara pulverizada, en dosis de un dracma en un vaso de vino blanco de buena calidad, y tomada tres días seguidos en ayunas, acaba con las lombrices. Y si dicha cáscara, cuando la naranja ácida se encuentra verde, se prepara con manteca y un poco de sal, forma de pasta, constituye un remedio contra la sarna, untando las partes afectadas. La naranja ácida, exprimida y frita en aceite, sirve contra la jaqueca, colocando en las sienas pedazos de la misma. Y sus cogollos, en forma de té, tomándolos en la mañana y en la tarde, ayudan en los casos de orina retenida.

NABO:

En Nabo cocido es bueno para calmar irritaciones del aparato urinario y para la tos y la ronquera. Y si se le añade miel o un poco de azúcar, es efectivo contra enfermedades de pecho, especialmente el asma. Las cataplasmas de Nabo cocido sobre los sabañones, alivian la pizacón y para facilitar la curación, se deben lavar los mismos, con el líquido del cocimiento, tratado de que tengan la mayor temperatura que el paciente tolere.

NISPERO:

El preparado de un poco de aceite de coco o de almendras con el fruto de esta planta, constituye una efectiva cataplasma para desinflamar el hígado. Asimismo, el preparado de las semillas mojadas con un poco de vino y un poco de agua, es muy útil para tomarlos los que fueron mordidos por perros atacados de rabia o hidrofobia. Y las mismas semillas mojadas en cantidad de un dacma, con una onza de cáscara de rábano, también mojado, mezclados con un vaso de vino bueno, por 10 horas, una vez colado todo, es un remedio para el cálculo de la vejiga.

NARAGATO: (Arañagato):

Para el dolor de oídos, sordera o ruido en el oído, se colocan en el mismo, las hojas de esta planta, e igualmente se pueden aplicar a las sienes, una mezcla de aceite de ricino (aceite de tártago) y el zumo de las hojas, las cuales sirven también como cataplasma para la obstrucción

del bazo, y cocidas, lo mismo que las raíces, alivian los efectos de la disentería.

NOGAL:

Las hojas del Nogal tomadas en forma de té en 10 gr. de hojas por un litro de agua hirviendo, son un remedio eficaz contra la escrofulosis y pobreza de la sangre de los niños, al mismo tiempo que el niño toma el té, se le da un baño tibio cada tres días de té de Nogal. 300 gr. de hojas de esta planta para cada baño. Se hierve el agua con las hojas y se deja entibiar. Mientras el niño se baña se le friccionan las hojas en el cuerpo.

Con las frutas frescas y verdes del Nogal, se prepara un buen bebedizo estomacal. 300 nueces se cortan en cuatro partes y se ponen en un litro de aguardiente con medio gramo de canela en rama y otro tanto de Clavos de olor, después de 8 días se agrega azúcar al gusto. Todo esto se deja en frascos durante 4 semanas al sol y luego se filtra. Tomar una cucharadita media hora antes de cada comida, para aumentar el apetito y facilitar la digestión.

Es recomendable para los que sufren de solitaria, comer muchas nueces de Nogal.

Contra las llagas de la boca, tomar una cucharada de jugo de nueces de Nogal verde con dos cucharadas de miel, y esto sirve para hacer buches. Este mismo remedio sirve para las úlceras y fístulas escrofulosas, lavándolas tres veces por día; en este caso es pertinente hacer al mismo tiempo, el tratamiento con el té de hojas de Nogal y baños generales como se indica.

Contra la diabetes, se usa la decocción de hojas de Nogal, 30 gr. por litro de agua y se toma medio vaso por la mañana y otro antes de almorzar. Hay que hacer hervir las hojas durante 15 minutos. Un cocimiento fuerte de hojas de Nogal aplicado en fomentos, cura los sabañones. Los flujos blancos de las mujeres, se curan rápidamente

con lavajes de cocimiento, en estos casos se hierven 60 gr., de dichas hojas en un litro de agua hirviendo hasta reducirlo a las dos terceras partes del agua.

OCUMO:

La cataplasma de las hojas cocidas en vino, sirven contra los sabañones y la de la raíz (que esté fresca) con miel es buena para la gota y úlceras. El zumo del ocumo, con miel, es útil en el cáncer de la nariz. Parece ser que frotándose manos y piés con hojas de ocumo, se previenen las mordeduras de serpientes. También se utiliza el zumo de las mismas (fresco) para lavar quemaduras, a fin de aligerar su curación. Para curar uñeros, se coloca sobre los mismos, durante horas el pecíolo del ocumo, haciendo contacto con el lado cortado.

OLIVO:

Para las lombrices, así como para el reumatismo y la el ácido úrico, la ciática y el lumbago, se prepara una infusión de las hojas y las cortezas, desmenuzadas, en proporción de 10 gr. en medio litro de agua. También se puede emplear esta infusión para limpiar llagas en general. El aceite puro de oliva con yema de huevo, sirve para ser aplicado a las quemaduras. Una cucharada de aceite de oliva, con jugo de limón, en ayunas, repetidas veces es buen remedio contra el estreñimiento, aparte de ayudar en los casos de cólicos hepáticos o nefríticos.

ONOTO: (Achote).

Las hojas se aplican en los dolores de cabeza, y las mis-

mas, cocidas, sirven para buches que calman las inflamaciones de la boca. Existe además un preparado muy útil que es el siguiente: Se cuecen las semillas del onoto por varias horas en bastante agua, luego se les frota hasta que suelten tinta, se espera que sedimente en el fondo del recipiente una sustancia roja, se decanta el agua y se pone la sustancia a secarse al sol, con lo cual se forma un polvo que tiene varias aplicaciones. Si se toman 2 dracmas y se vierten en agua de saúco o en agua de lechuga, se obtendrá un bebedizo eficaz contra la pleuresía y el asma. Si el mismo polvo se mezcla con poca agua, para facilitar la aplicación se unta en las irritaciones de la erisipela. Contra la angina se emplean gárgaras de ese polvo disueltos en agua de arroz con una cucharada de vinagre. El mismo polvo, con aceite de coco, untado en las sienes, la frente y la médula espinal, calma los efectos de la insolación y de la fiebre tifoidea, para cuyas dolencias también se conviene tomar agua de cebada caliente, con mezcla de semillas del onoto. Para el asma igualmente se amarran en un lienzo dichas semillas y el paquete se sumerge por unas 10 horas, en agua, la cual se tomará, luego normalmente. También para la ictericia, se puede tomar, una vez en las mañanas y otro por las noches, el agua donde se ha cocido esas semillas. El mismo polvo obtenido de las semillas, que se utiliza para el asma, la pleuresía y la angina, si se mezcla con aceite de oliva, cura muchos tipos de quemaduras.

OREGANO:

El zumo de sus hojas se mezcla con leche o clara de huevo y se aplica en el oído para sorderas ó dolores de ese órgano. La infusión de 7 u 8 gr. por litro de agua y el cocimiento de 20 gr. por litro de agua sirven contra la suspensión de la regla, las ventosidades, el catarro y la tos. Si ésta se hace crónica, o si hay ronquera, se toma el té preparado con las hojas y un poco de azúcar cande. Y el té de las hojas con miel de abejas, facilita la regla.

OROZUZ: (Palo dulce, Regaliz).

Para las enfermedades respiratorias en general, se recomienda el zumo de su raíz. La hoja con aceite de coco, se aplica para rebajar tumores e hinchazones.

ORTIGA: (Guaritoto).

Para el cálculo de la vejiga, se toma medio vaso en la mañana y medio vaso en la tarde, de la infusión de la raíz en vino. Para las enfermedades respiratorias o pulmonares, se toman varios vasos al día, de la mezcla de la ortiga, el llantén y el hinojo, a partes iguales, en una cantidad de agua al gusto. Para las hemorragias, es muy útil el cocimiento de la ortiga, a razón de 50 gr. por litro de agua. si se trata de epistaxis o hemorragia de la nariz, se introduce en la misma el jugo de la planta. Las hojas combinadas con sal, se calientan y se friccionan suavemente para calmar los dolores de las piernas.

PALO DULCE: (V. Orozuz) (Regaliz).

PALMACRISTI: (V. Tartago) (Higuereta).

PALO DE CRUZ: (Rosa de Montaña)

PALO AZUL:

Contra el reumatismo es muy eficaz el té preparado con esta planta.

PAPAYA: (Lechosa).

PAPELON:

Para el catarro que ataca fuertemente al pecho, es eficaz el papelón quemado, mezclado con agua de flores de saúco y una pequeña cantidad de aguardiente de caña. Contra la tiña, se emplean las fricciones de papelón en zumo de las hojas de la auyama o en agua de llantén. Para golpes en diversas partes del cuerpo, se les unta papelón raspado, mezclado con sebo o con aceite de oliva, y también se toma agua de papelón con algo de sal, la cual también sirve como cataplasma para el mismo fin. Para la diarrea, es bueno el guarapo de papelón con zumo de yerbabuena.

PARCHA:

Las hojas, con aguardiente de caña y aceite de almendras, alivian los dolores de cabeza y las molestias del hígado.

PARRA:

Para que un bebedor deje la bebida, se le agrega a la misma el zumo que suelta la vid al ser podada, en proporción de 2 onzas del zumo por botella de bebida. Para expulsar lombrices, se toma en ayunas durante varios

días, el zumo de las uvas pintonas, a razón de 2 cucharadas por vez. Contra dolores de cabeza, las hojas se remojan en aguardiente de caña y se colocan en la frente y en las sienes del enfermo. Para aliviar quemaduras, se mojan las hojas para aplicarlas como cataplasma en los lugares afectados. Para la diarrea, los sarmientos de la planta se utilizan cocidos, por ser un buen astringente.

PASAÑA: (V. Batatilla) (Mechoacan).

PAZOTE: (Yerba Sagrada):

Para las lombrices, úsase media onza del polvo de semillas de pazote, en medio litro de agua de verdolaga. O también, 2 partes de zumo de pazote mezcladas con una parte de ricino (tártago). En los refriados, indigestión, cólicos, y diarreas, es útil la infusión de esta planta. Para los que sufren del hígado, se les coloca en éste, mediante una tela no muy tupida, un poco de las hojas, cambiándolas cuando ya estén secas, y laxando cada cierto tiempo al enfermo mediante el uso de aceite de ricino (tártago). Las hojas también son útiles, mojadas en aguardiente alcanforado, o aguardiente amoniacoal, como cataplasmas contra los golpes, cuerdas idas, torceduras y luxaciones.

PENSAMIENTO :(Viola Tricolor).

Para combatir el asma, se prepara una cocción de esta planta en vino. Para el catarro pulmonar, se desmenuza la planta y en proporción de 10 gr. por litro de agua, se prepara la infusión, debiéndose tomar una tacita de la misma tres veces al día. Y puede utilizarse como purgante también, si se aumenta a 4 ó 5 veces la toma de

infusión. Esta suele ser buena en casos de retención de la orina.

PEPINO:

Para la hidropesía, se pulveriza la raíz y se mezclan 24 granos del mismo con miel de abejas, en cantidad de 2 cucharadas. Se toman éstas, y luego se toma medio vaso del agua resultante de cocer la raíz del perejil. Igualmente para combatir la hidropesía, se cuecen los pepinos en vino, se cuela la cocción y se toman varias copitas diarias de la misma. Contra los efectos de la marihuana y el opio, se toma un vaso del zumo de pepinos. Para las mordeduras de perros rabiosos o del cienpiés, las hojas mojadas con vino, se colocan sobre el sitio afectado. Para los empeines y para la tiña, sirve el zumo de las hojas con miel, o con algo de sal. Y para las manchas en la cara, se aplica el zumo de las hojas en vino.

PEREJIL:

Para el caso de partos difíciles, se aplica en la vulva el perejil después de mojarlo. En las obstrucciones del bazo, del riñon o del hígado, y en las dolencias como la caquexia, la ictericia y la hidropesía, se utilizan como eficaz medicina el cocimiento de las raíces frescas o secas del perejil a razón de 30 gr. por litro de agua. Esta preparación es un buen diurético. Para úlceras en la boca, se utiliza el jugo del perejil. Como remedio para los piojos, se aplican como ungüento las semillas de la planta. Y en la erisipela es conveniente cocer raíces del perejil y valerse de ellas como fomento.

PIEDRA ORIENTAL: (V. Cuerno de Ciervo).

PINO:

Contra el asma, catarros bronquiales, hidropesía, gangrena pulmonar, reumatismo y la retención de la orina, se toma una tacita cada 2 ó 3 horas, según la fuerza de la enfermedad, de la infusión de los botones del pino, en proporción de 30 gr. por litro de agua. Para el estreñimiento, así como para mejorar la acción digestiva y ayudar en las enfermedades pulmonares en general, se comen con las comidas crudas brotes tiernos del pino.

PIÑA:

En la angina, son útiles las gárgaras preparadas con cocimiento de esta fruta y miel de abejas. En la ictericia y otras enfermedades del hígado, se toma el zumo de piña bien concentrado, preferiblemente con un poquito de goma arábica.

PITAHAYA:

Para la disentería, se toma el agua que se ha puesto a sequear con la raíz de esta planta sumergida en ella.

POLEO:

Para la epilepsia, así como para retenciones de la re-

gla; se toma poleo cocido en vino en el asma, se pueden tomar 4 vasos al día de cocimiento de poleo mezclado con almendras y dejado enfriar. Contra el catarro se toma el cocido de las hojas y las flores agregándole azúcar rosada, y se preparan cataplasmas de las hojas machacadas, las cuales se pueden pulverizar y mezclar con sebo para mayor facilidad de la aplicación. Hay otra cataplasma, para aliviar males del estómago que se prepara con las hojas cocidas en vino blanco, dejándole hervir hasta que se acabe. Para vómitos, ciertas dispepsias, el mal de las montañas y el mareo del mar, se emplean las unidades floridas a razón de un mínimo de 10 gr. por cada litro de agua. Y en los casos de sordera, y otras molestias del órgano auditivo, se utilizan las hojas para colocarlas en el mismo.

PUCHERI: (V. Toda Especie).

QUESO:

El preparado con leche de oveja, de vaca o de cabra, se mezcla con papelón, a fin de aplicarlo como cataplasma, en los golpes, heridas superficiales y huesos dislocados. También puede ser útil contra el dolor de muelas y dientes, cociendo un pedazo de queso y haciendo buches con dicho cocimiento.

QUIMBOMBO:

La fruta, cocida o en ensalada, es muy buena en males del hígado, al cual se pueden aplicar también cataplasmas de la misma fruta.

QUINA:

Para la jaqueca y para la convalecencia de enfermedades prolongadas, se debe tomar el vino de quina pulverizado, el cual se prepara en proporción de 25 gr. por botella.

QUINCHONCHO:

Para cálculos de la vejiga, retención de la orina y la tos crónica, se toma el cocimiento de las hojas o de la raíz. Para dolores del reumatismo, en especial los de la cabeza, se aplican cataplasmas o se dan baños, calientes con el cocimiento preparado con los cogollos de esta planta. En los casos de dolor de muelas se preparan buches cociendo en vino las hojas o raíces.

RABANO:

Para el cálculo en la vejiga, se ponen unas cuantas rebanadas del mismo en vino, en la noche, para tomarlo al día siguiente en ayunas. Para el mal de orina, se toma el cocimiento de las hojas, con las hojas de berro, azúcar cande y una mata de perejil provista de su raíz. Para curar el empeine, se aprovechan de ese cocimiento las hojas, fritas en manteca, para formar el emplasto que se aplica al empeine. Para tratar la tosferina, el catarro bronquial, la ronquera, la gota, el reumatismo, leucorrea, amenorrea y afecciones del hígado, se utiliza el jugo del rábano crudo, y las infusiones de 30 gr. de rábano por litro de agua. Para la sordera, se hace penetrar en el oído una preparación de zumo de rábanos con aceite de almendras, y para aliviar golpes, se frota en la parte afectada con el jugo de las hojas y un poco de sal.

RABO DE ALACRAN: (V. Borrajón).

REGALIZ: (V. Orozúz) (Palo Dulce).

REPOLLO:

Para los dolores que causa el reuma en la cabeza, se prepara el cocimiento del repollo y se colocan en los sitios afectados, paños mojados en el mismo. El cocimiento también sirve para lavar la nariz cuando está irritada, mediante la absorción por ella, del líquido.

RETAMA:

Para el cálculo de la vejiga se deja sedimentar por 24 horas la cantidad de 4 adarmes de polvo de semillas de retama, con un rábano partido en varios pedazos y 8 gotas de limón, en un cuarto de litro de vino. Luego de las 24 horas, se toman unas copitas del líquido al día, advirtiéndole que puede causar algún vómito, lo cual no entraña nada alarmante, pero en ese caso, se debe reducir la dosis de copitas diarias. Para tratar la hidropesía, se echa 1 onza del polvo de las hojas en vino blanco, con otra onza de polvo de hojas de ajeno y media onza de azafrán, se deja sedimentar por 24 horas, y se toman 3 copitas diarias.

ROMERO:

Para la parálisis se prepara el cocimiento de romero, en cantidad de 20 gr. por litro de agua, y se utiliza pa-

ra baños fomento y locion. Para la gota y el reumatismo, así como dolores en general se aplican las fricciones preparadas con un litro de alcohol rectificado, 50 gr. de esencia de romero y 5 gr. de esencia de limón. Para los huesos fracturados es conveniente aplicar las hojas de romero mojadas. El zumo del romero en ayunas, con un poco de azúcar alivia las ventosidades. Para dolores de las conyunturas, es útil el darse baños con agua de romero. Contra el dolor de muelas, el cocimiento de esta planta, en forma de buches es muy efectivo. En el tratamiento del cálculo de la vejiga, debe tomarse vino blanco con polvos de romero, 2 ó 3 veces diarias. La ronquera desaparece, tomando 3 ó 4 cucharadas por día, del cocimiento de las flores de la planta en un cuarto litro de miel de abejas mezclado con un cuarto de litro de vino blanco. Para quitar la caspa, se frota la cabeza con un paño mojado en agua de romero y algo de vinagre. Y el cocimiento de la planta es bueno para la caída del cabello, lo mismo que cualquier pomada preparada a base de polvos de romero mezclados con aceite o manteca en proporción pastosa, la cual se pones a solear y se cuela transcurridos tres días.

ROSAS:

Para el dolor de cabeza o cefalalgia, las hojas del rosal se colocan sobre las sienes y la frente, y lo calman. Para la diarrea y la desintería, se toman varias veces al día, un poco del cocimiento de rosas con un poco de azúcar, clara de huevos y aceite de almendras.

RUDA:

Para las úlceras en las encías, se hace un cocimiento.

de ruda y se utiliza para gárgaras. Contra la sordera y otras molestias del oído, se colocan al mismo pequeños pedazos de esta planta. Como medio de combatir los piojos, se cuece la ruda, se pulveriza y se aplica en el cuero cabelludo.

RUIBARBO:

Contra hemorroides, diarrea y disentería, se prepara cocimiento de ruibarbo a razón de 30 gr. por litro de agua.

SAL:

Para dolores de cabeza se mezclan una parte de salmuera y 2 de aguardiente alcanforado, se pone encima de la cabeza, y se cubre ésta con un pañito. Para sanar rápidamente golpes hinchazones, se aplica en el lugar del golpe, un emplasto hecho de una yema de huevo, miel y sal.

SALSIFI: (V. Escorzonera).

SALVIA:

Para las distensiones en las articulaciones debe tomarse una tacita en la mañana y otra por la tarde, de la infusión de esta planta en vino. Para la lengua tarda, se coloca una hoja de salvia bajo ese órgano y se le mantiene así por ratos, durante el día. En la inflamación de las amígdalas y la garganta, deben comerse algunos bro-

tes tiernos y hojas de esta planta. En los enfermos de tisis, es muy útil el tomar el zumo de salvia con miel de abejas. Para facilitar la regla o menstruación, se toman varias veces al día tacitas de la infusión de 15 gr. de hojas y flores de salvia por un litro de agua. Para curar la jaqueca, se prepara infusión de hojas de la planta en agua, por la noche, y a la mañana siguiente se toma en ayunas una taza luego de mezclarla con 4 cucharadas de miel rosada.

SANGRE DE DRAGO:

Para contener la sangre en las heridas, se agrega la resina de este árbol, pulverizada, a un poco de cocimiento de llantén, y se aplica en el sitio afectado.

SAUCO:

Contra la gota, son efectivos los baños dados a los pies, con cocimiento de saúco. Para la retención de la orina y la hidropesía, se cuece la raíz de la planta y de dicho cocimiento se toma una taza al día. Para la angina y la coriza de toman 2 ó 3 veces al día 2 copitas de infusión de 10 gr. de flores secas de saúco por litro de agua.

SESAMO: (V. Ajonjolí)

SIEMPREVIVA:

Para la erisipela, se unta el zumo de las hojas de la

planta. Para hemorroides, cortaduras y quemaduras, se aplican cataplasmas de las hojas.

SUELDA CON SUELDA:

Para los cólicos se toman varias copitas al día de la infusión preparada con las hojas, en vino blanco. Para calmar los dolores en la cabeza y en la cara, causados por la reuma, se cuecen los cogollos y las hojas, con una rosa y un poco de aguardiente de caña, y con ese líquido se riegan las partes que duelen. Para mayor efectividad, es mejor preparar la infusión de hojas y cogollos, con una o más rosas, en aguardiente de caña, y después tenerla expuesta 3 días al sol. Para detener las hemorragias, se toma regularmente el zumo de hojas y cogollos, y también se aplican en el sitio cataplasmas de las mismas. Así mismo, para tratar los huesos dislocados o fracturados, se asientan estas cataplasmas en la parte aporreada.

SUPI: (V. Guamacho).

TABACO:

Para sordera y ruidos en el oído, se colocan en los mismos, hojas humedecidas con un poco de vino. Contra las lombrices, se prepara el zumo de las hojas verdes, mezclado con sebo para darle consistencia de untura, se calienta al fuego lentamente, y se coloca tibio sobre el ombligo. Para dolores de cabeza por enfriamiento, se ponen las hojas de tabaco en la frente y las sienes. Para algunos herpes y la sarna, ayuda aplicar un poco de zumo de tabaco con sal. Con el fin de acabar con los piojos, se debe aplicar la preparación de 20 gr. de hojas de tabaco picaditas, hervi-

das en un vaso de aceite de coco o de aceite de ajonjolí.

TAMARINDO:

Contra la erisipela, se utilizan las cataplasmas de las hojas del tamarindo.

TARTAGO: (Higuereta, Palmacristi).

Contra el reumatismo, se colocan en los sitios adoloridos las hojas de tártago calentadas y cubiertas con un paño para abrigar. Luego se renuevan las hojas varias veces al día. Para las lombrices, se toma un poco de leche con 3 ó más gotas del aceite extraído de las semillas.

TILO: (Tila, Tilia).

Para la jaqueca, el asma, la tosferina y las indigestiones, se toma varias veces al día una taza pequeña de infusión de 20 gr. de tilo por litro de agua.

TODAESPECIE: (Pucherí).

Para cólicos, espasmos del estómago, ventosidad, se mastica y traga un poquito de la semilla, con un poco de vino.

TOMATE:

Es un fruto pulposo rojo y con gran cantidad de semillas es rica en vitaminas y muy jugoso. El jugo de tomate es muy consumido actualmente como aperitivo, digestivo, corroborante y diurético. El cocimiento de las hojas secas esta indicado contra los cálculos renales. Para esto, se hierven 2 manojos en 2 tazas de agua hasta que el líquido se reduzca hasta la mitad y se beberá durante el día por vasitos. El tratamiento no tiene límite.

Ungüento: Contra la hemorroides. Cocinar lentamente varios tomates con manteca de cerdo a partes iguales, hasta la casi total evaporación del líquido, añadir más tomates frescos a la cantidad inicial y continuar el cocimiento hasta la total eliminación del líquido luego filtrarlo, esto se aplica en la parte afectada, varias veces al día.

TOMILLO:

Para calmar los nervios estomacales ponga en infusión 3 gr. por cada taza de té a preparar. En la línea de las plantas digestivas el tomillo ocupa un lugar privilegiado, al lado de otras como la mazanilla y la albahaca, pero además de digestiva es también cicatrizante y antiflatulenta. En efecto, para llagas y heridas debe prepararse la infusión y lavar cuidadosamente la herida o llaga. Cuando se quiera eliminar las lombrices se aplicará en forma de enema combinado con 20 gr. de aceite de almendra y 1 yema de huevo.

TORONJIL:

Para las diarreas, cólicos y disenterías, ayuda mucho el cocimiento de esta planta, en proporciones de 5 hijas por 1 taza, tomando esto 3 veces por día.

TORONJIL CUYANO: (V. Viravira) (Marrubio).

TOTUMO:

Para facilitar la menstruación o regla, se toma una o más veces al día, el cocimiento de un pedazo de la raíz del totumo, en medio litro de agua, Con igual finalidad, se puede tomar varias veces al día, el zumo de la fruta, previamente asada, agregándole un poco de miel de abejas, siendo igualmente útil este preparado, cuando se ha sufrido alguna caída fuerte, a fin de prevenir malas consecuencias.

TRIGO:

Para expulsar las lombrices, media cucharadita de flores de trigo se hierven en una mezcla de media taza de agua y media taza de leche. Se toma 1 tacita de este preparado 3 veces al día. Con el fin de aborrecer la bebida, se dejan secar, a la sombra las flores de trigo, se hacen polvo, y se mezclan en cantidad de un dracma por vaso, a la bebida que ha de tomar aquél que se desea deje de tomar.

TRINITARIA:

Para combatir la tiña, el herpes y la escrófula, se cuece una cucharadita de esta planta en un litro de agua, y se toma el cocimiento, a razón de 2 ó 3 tazas diarias.

TRIQUITRAQUE: (V. Valeriana).

TUATUA:

Para la hidropesía se tomarán 2 ó 3 tazas diarias de cocimiento de 30 gr. de la raíz por litro de agua.

TUSILLA:

Contra el sarampión, la viruela, la hidropesía, la epilepsia y el tétanos, así como contra mordeduras de serpientes y otros animales ponzañosos; se toma el cocimiento de la raíz, en proporción de 50 gr. o más por litro de agua, en cantidad de 1 ó 2 tazas por día.

VALERIANA: (Triquitraque).

Para la epilepsia, retención de la regla y la aplopejía, se prepara la infusión de 20 gr. a 25 gr. de la raíz por un litro de agua, tomándose varias tazas al día, hasta completar medio litro en total, o aún más, pudiendo llegarse a un litro diario.

VERBENA:

Para la erisipela y la elefancia, se aplican cataplasmas del zumo o el cocimiento de las hojas y raíces, habiendo agregado algo de sal. Contra la angina, se ponen cataplasmas de verbena y aceite de coco en la garganta del enfermo. Contra los efectos de los golpes y contusiones, se toma el zumo de la planta, con agregado de un poco de sal, una o mas copitas diarias. También puede aplicarse la preparación en el lugar golpeado. Para la pleuresía, dislocaciones y dolores y neuralgias en el costado, se aplican ca-

taplasmas de esta planta.

VERDOLAGA:

Para el dolor de cabeza, se juntan el zumo de esta planta y el de la raíz del apio, y mojado un pañito en esa preparación, se coloca sobre la frente, remojándolo cuando se seque. Para las lombrices, se cuecen dos dracmas de la semilla pulverizada, en medio litro de agua con un poco de yerbabuena, y mejor aún si se agrega un poco de pazo-te. Se toman varias copitas en el día. Para las quemaduras, el cocimiento de verdolaga se aplica sobre las mismas.

VINAGRILLO:

Para los que sufren del hígado, es conveniente aplicarles las cataplasmas de esta planta.

VIOLA: TRICOLOR: (V. Pensamiento).

VIOLETAS:

Para el dolor de cabeza o cefalgia, jaquecas, hinchazón de la piel, granos; se aplican fricciones del cocimiento de 10 gr. de violetas por litro de agua. También son útiles para estos mismos males, las cataplasmas de esta planta. Para el dolor de muelas, se toman buches del zumo de la raíz con aguardiente de caña, o también, del cocimiento de las flores en vino tinto.

VIRAVIRA: (Marrubio) (Toronjil Cuyano).

Para facilitar la menstruación o regla, para la ictericia, el catarro, el escrofulismo y la disentería, se prepara una infusión de 25 gr. por litro de agua y se toman diariamente 5 ó 6 tacitas. Para limpiar la piel ulcerada o gangrenosas, se cuecen 50 gr. por litro de agua, y se aplican para limpiar la piel.

YERBABUENA:

Para el reumatismo, se utilizan los baños hechos con cocimiento de yerbabuena silvestre con corteza de indio desnudo. Para dolores de cabeza y también para la sordera, se colocan hojas de la planta en el sitio afectado. Para mordeduras de perros rabiosos y otros animales, se aplica en la herida la mezcla de yerbabuena mojada, con aceite, vinagre y sal.

YERBA DE PLATERO: (V. Cola de Caballo).

YERBAMORA: (Hierba Mora).

Para el reumatismo, se bañan las articulaciones con el cocimiento de las ramas. La tiña, la culebrilla y la sarna, se curan aplicándoles el zumo de las hojas. Para el dolor de cabeza, se utiliza las mismas, en forma de cataplasma. Y para la erisipela, se unta el zumo de ellas, con aceite, en las partes afectadas.

YERBA SAGRADA: (V. Pazote.).

YUCA:

Para la erisipela, se cuece la raíz de la yuca amarga y luego se muele, y así puede aplicarse como cataplasma. Contra dolores de cabeza, se colocan en las sienes y la frente. Para irritaciones del hígado, se ponen cataplasmas de cazabe, mojado con vinagre y aguardiente de caña.

ZABILA:

Para curar la rubeola, y como ayuda también en caso de viruelas, se toma 2 veces al día una taza del cocimiento de 1 onza del cristal que se saca de las pencas u hojas mondadas y lavadas varias veces, en medio litro de agua, a la cual se ha agregado una punta de cucharilla pequeña de alcanfor. Para cicratizar rápidamente las heridas, y que no se infecten ni arrojen mucha sangre; así como para las quemaduras, con el fin de que no levanten ampollas, se coloca el cristal de zábila en el sitio. Y para los morados causados por golpes, se frota ese mismo cristal. Para los que sufren del hígado, se les da a tomar por 20 días, en ayunas, 15 gr. del zumo de la penca de zábila, con 10 gr. de papelón. El zumo se obtiene calentando la penca sobre brasas y exprimiéndola una vez caliente, para sacar el zumo.

ZANAHORIA:

Contra la ictericia, se toma una taza antes de las comidas, de cocimiento de 40 gr. de la raíz por litro de agua.

Para la bronquitis, asma, catarro, anemia y tos es muy útil tomar varias tazas al día de la infusión de una zanahoria en un litro de leche o de miel de abejas con agua. Igualmente es bueno tomar el jugo de la zanahoria al levantarse, al acostarse y con las comidas. Para la escrofulosis y el herpes, se ponen cataplasmas en la zona afectada de la pulpa fresca de una zanahoria.

AUSENCIA DE MENSTRUACION O MENORREA:

Cuando existe suspensión de la menstruación o la ausencia de la misma debido a un exceso de falta de foliculina o lo que quiere decir un desequilibrio endocrino o en algunos casos a un tratamiento químico. Se logra restableciendo el equilibrio adecuado entre las funciones de las glándulas genitales y los demás órganos, entendiéndose que el hígado contribuye a regular la producción de hormonas sexuales. En estos casos es recomendable los emplastos de arcilla sobre el hígado y la parte baja del abdomen alternativamente. Cuando existen estos casos de los períodos interrumpidos momentaneamente, es aconsejable las siguientes recetas:

30 gr. de Espino, 30 gr. de Artemisa, 30 gr. de aquiles, 20 gr. de hierba gatera, 20 gr. de menta romana, 10 gr. de absenta, 10 gr. de angélica, 10 gr. de flamanquilla, 10 gr. de enea, 10 gr. de apio silvestre. Mezclar todas estas plantas y utilizar 2 cucharadas de las mismas por cada taza de agua, cuando comience a hervir dejarlo 2 minutos a fuego lento y luego 10 minutos mas en reposo. Tomar 2 tazas al día entre las comidas.

LEUCORREA:

Cuando aparece la leucorrea acompañada de inflamación del útero y las trompas de Falopio, más aún cuando se trata de alguna insuficiencia de calcio, se aconseja tomar este medicamento.

30 Gr. de grosella negra, 30 gr. de ortiga, 10 gr. de albahaca, 10 gr. de hierba de san Benito, 10 gr. de corteza de abedul, 10 gr. de enea, 10 gr. de cardo. Mezclar bien estas plantas y utilizar una cucharada por cada taza de agua hirviendo y dejarlo 10 minutos en reposo, tomar 2 tazas diarias entre las comidas.

MENSTRUACION IREGULAR:

Contra las fuertes pérdidas de sangre, utilice 20 gr. de agrimonia, 20 gr. de gayuba, 20 gr. de fruto del ciprés, 20 gr. de muérdano, 20 gr. de pan y quesillo, 20 gr. de aquiles, 10 gr. de Bistorta, 10 gr. de ortiga, 10 gr. de gaulteria. Utilice 2 cucharadas de estas plantas, por cada taza de agua y cuando comience a hervir dejarlo 2 minutos a fuego lento y 15 minutos en reposo. Tomar una taza cada hora si el caso amerita.

MENSTRUACION DOLOROSA:

La menstruación no debe durar ni más ni menos de 4 días, y no debe tener apariencia de hemorragia, en algunos casos supera los 4 días por la insuficiencia del flujo menstrual, en estos casos la sangre aparece en forma de cuábulos. En algunos casos la menstruación viene acompañada de dolores de cabeza, estreñimiento, ataques al hígado, mareos y otros malestares, ninguno de estos síntomas debe aparecer por cuanto este es un fenómeno perfectamente natural y por lo tanto hay una irregularidad menstrual. El hígado tiene como una de sus funciones estabilizar la producción de las hormonas estrógenas, el hígado suministra a las glándulas genitales la mayoría de los elementos necesarios para ello, y neutraliza todo posible exceso, por lo tanto primero hay que curar el hígado para restablecer las funciones genitales. Se debe utilizar para la congestión del hígado, el siguiente preparativo:

Decoción para la congestión del hígado:

30 gr. de la raíz de regaliz, 30 gr. de aspérula, 20 gr. de hojas de alcachofe, 10 gr. de hojas de gayuba, 10 gr. de grosella negra (hojas de uva espina), 30 gr. de cola de caballo, 10 gr. de flemenquilla, 10 gr. de la parte florecida del romero, 10 gr. de centauro menor. Mezclar todas

estas plantas y utilizar una cucharadita por cada taza de agua, hervir a fuego lento durante 2 minutos y luego dejarlo reposar durante 10 minutos más, tomarlo 3 veces al día, 1 taza antes de cada comida.

RECETAS PARA TODOS LOS MALES DEL SISTEMA DIGESTIVO:

En casos de obstrucción de los canales biliares: Se prepara la siguiente receta: 40 gr. de aspérula, 30 gr. de boldo, 30 gr. de raíz de regaliz, 25 gr. de cola de caballo, 20 gr. de raíz de espárrago, 20 gr. de flamenquilla, 20 gr. de romero, 20 gr. de amor de hortelano, 15 gr. de menta mezclar todas estas plantas bien y hervir en 2 1 ó 2 cucharaditas, en fuego lento y dejarlo reposar durante 10 minutos. Tomarla 3 veces al día, en tacitas.

Receta para la eliminación de gases o flatulencia:

Utilice 750 gr. de comino, 15 gr. de angélica, 15 gr. de coriandro, 15 gr. de hinojos, 15 gr. de anís verde, 10 gr. de alcaravea. Mezclar bien estas plantas y añadir 1 cucharadita de esta mezcla al agua y dejar hervir durante 2 minutos, luego dejar reposar durante 10 minutos más. Este cocimiento es de grandes resultados en la hidropesía. Tomarlo 3 veces al día en tacitas.

Contra los trastornos de obstrucción gástrica:

Utilice, 25 gr. de angélica, 25 gr. de linaza, 25 gr. de flores de malva, 25 gr. de salvia, 25 gr. de corteza de espino. Mezclar bien estas plantas, echar 1 ó 2 cucharadas en una taza de agua y hervir, luego dejarlo a fuego lento por 2 minutos, y dejarlo reposar por 10 minutos más. Endulzarlo con miel al gusto.

Contra los nervios:

Utilizar 20 gr. de hojas de naranjo, 15 gr. de anís verde, 15 gr. de melisa, 15 gr. de menta, 15 gr. de verbena, 10 gr. de lima, 5 gr. de azahar. Mezclar bien estas plantas tomar 2 cucharadas de esta mezcla en 1 taza de agua y hervirla, luego dejarla reposar por 10 minutos, endulzar con miel, y tomarlo después de las comidas.

RECETAS CONTRA EL ESTREÑIMIENTO:

Contra el estreñimiento leve: 25 gr. de corteza de espino, 20 gr. de hojas de salvia, 20 gr. de linaza, 20 gr. de raíz de angélica y 20 gr. de flores de malvavieco.

Mezclar bien estas plantas y utilizar una cucharada por cada taza de agua, hervir durante unos 3 minutos y dejar reposar por otros 10 minutos más. Tomar 1 ó 2 tazas por día, en ayunas y antes de acostarse.

Contra el estreñimiento pertinaz:

Utilice 20 gr. de tallo de dulcamara, 20 gr. de corteza de espino, 20 gr. de flores de malvavisco, 20 gr. de hojas de uva espina, 20 gr. de flores de achicoria silvestre, 10 gr. de ruibarbo (el rizoma). Mezclar bien todas estas plantas, y utilice una cucharada por cada taza de agua, hervir durante unos 3 minutos, luego añadir una cucharadita de senna silvestre (ó 5-10 folículos), dejar reposar por 10 minutos. Tomar una taza al acostarse, puede endulzar con miel.

PARA FORTIFICAR LOS INTESTINOS DEBILES:

Utilice 30 gr. de la segunda corteza de saúco, 25 gr. de ruibarbo, 15 gr. de raíz de helecho hembra, 15 gr. de linaza, 15 gr. de agrimonia, 10 gr. de espino, 10 gr. de flor de lis. Mezclar todas estas plantas y utilizar una cucharada de estas por cada taza de agua y echarla cuando

este hirviendo, se aparta del fuego y se deja reposar por 10 minutos. Tomar una taza por las mañanas o al acostarse.

PARA INTESTINOS ATONICOS:

Utilice 30 gr. de Caña-fistula, 20 gr. de raíz de regaliz, 20 gr. de raíz de ruibarbo, 10 gr. de bayas de enebro. Mezclar todas las plantas, se echa una cucharadita en una taza de agua y se hierve a fuego lento durante 5 minutos, luego de apartarla del fuego añadirle una cucharadita de vainas de senna(ó 5-10 folículos). Se deja reposar por 10 minutos se cuela, se toma al acostarse.

DEPURATIVO DE LA SANGRE:

50 gr. de la raíz de grama, 15 gr. de raíz de regaliz, 20 gr. de raíz de genciana, 50 gr. de raíz de bardana, 20 gr. de raíz de zarzaparrilla americana y 150 gr. de diente de león, hervir todas estas raíces durante media hora en 3 litros de agua y tomar 3 tacitas al día.

DIGESTION DIFICIL:

Poner en remojo durante 10 días, 80 gr. de hojas de salvia, 25 gr. de raíz de genciana en un litro de vino blanco y tomar 1 vasito después de cada comida. Otro remedio para la digestión difícil; poner en remojo durante 5 ó 6 días, 30 gr. de corteza de quina, 20 gr. de raíz de genciana, 10 gr. de corteza de canela, 10 gr. de semillas de anís trituradas, 50 gr. de azúcar, y 10 gr. de vainilla en 1 litro de agua, tomar la infusión por vasitos, después de cada comida.

FURUNCULOS:

130 gr. de raíz de bardana y 40 gr. de raíz de grama. Hervir durante 30 minutos en 2 litros de agua, luego tomarlo de 3 a 4 tacitas por día.

GASES INTESTINALES:

15 gr. de semillas de anís y 15 semillas de apio, hervir durante un minuto en 1 litro de agua, tomar 3 tacitas por día. Otro remedio es: Poner en remojo durante 10 días 60 gr. de semillas de anís, 60 gr. de semillas de hinojo y 120 gr. de raíz de regaliz, machada en 1 litro de vino blanco y tomar de 6 a 10 cucharadas por día.

CONTRA LA GOTA:

200gr. de hojas de fresno, 150 gr. de corteza de saúco, y 20 gr. de raíz de saponaria, hervir en 2 litros de agua durante 30 minutos y tomar 3 tacitas por día.

PARA LAS AFECCIONES NERVIOSAS:

Ansiedad, angustia, irritación y depresión, recomendamos algunos remedios que no son dañinos ni producen dependencia o hábitos en ningún caso.

- 1.- Triturar 30 gr. de raíz de valeriana, 30 gr. de hojas de menta, 30 gr. de naranjo, 20 gr. de hojas de tilo y 25 gr. de hojas de manzanilla. En una taza de agua hirviendo se agrega una cucharada de este preparado y se deja en infusión hasta la mañana siguiente y la tomará en ayunas.

- 2.- Como calmante nervioso, recomendamos la siguiente fórmula que es muy eficaz y fácil de preparar: En una taza de agua recién hervida agregar una cucharada de hojas de palo santo, un pedacito de jengibre, una cucharadita de miel, mover, colar y tomar, se puede tomar de 2 a 3 veces al día, de acuerdo al estado ansioso que presente el enfermo.
- 3.- En un litro de aguardiente claro, macerar 150 gr. de flores frescas de melisa, 75 gr. de corteza de limón, 40 gr. de canela en rama, 40 gr. de clavo de especie, 40 gr. de nuez moscada, 20 gr. de cilantro, y 20 gr. de raíz de angelica. Filtre el contenido y manténgalo en un envase bien tapado durante 3 días como mínimo. Para tomarlo se agrega a una taza de agua caliente una cucharadita de la mezcla y se endulza al gusto.
- 4.- En cuarto de litro de agua hierviende, agregue de 8 a 10 hojas de salvia y una corteza de limón. Deje reposar un rato con el recipiente tapado. Colar y echar miel al gusto y tomar poco a poco.
- 5.- En un litro de agua hierviende agregue 20 gr. de hojas de amapola desecadas, endulzarlo al gusto, colar y tomar antes de acostarse. Esta bebida le proporcionará un sueño reparador por sus propiedades somníferas evitando así el insomnio.
- 6.- Tostar las semillas de girasol, molerlas, echarlas en agua hierviende y luego colarlas endulzandola al gusto. Se puede tomar 3 veces al día si se experimenta mucha tensión nerviosa.
- 7.- En un cuarto litro de agua hierviende agregue 25 gr. de hojas y flores secas de pasionarias, cuele el líquido y bébalo 2 ó 3 veces al día. Se debe tomar una tacita por vez.

- 8.- Se agrega a una taza de agua hirviendo unas ramitas de ruda se tapa y se espera que tibie. Luego tomar 1 tacita 3 veces al día.
- 9.- Para los nervios estomacales se pone en infusión 3 gr. de hojas de tomillo en 1 taza de agua hirviendo. Se puede endulzar con melaza, miel o papelón rayado.
- 10.-En una taza de agua agregar un diente de ajo machacado, algunos pétalos de amapola, tomillo, y anís; hervir, colar y tomar por las noches.
- 11.-La cocción de la lechuga a razón de 2 hojas por medio litro de agua endulzado con papelón, miel o melaza es un somnífero eficaz.

RECTAS:

Asma:

Preparar cigarrillos con 1 gr. de hojas de estramonio ó también con 2 ó 3 hojas de eucalipto y fumar 3 cigarrillos al día.

Asma:

Hervir durante 2 minutos en 1 litro de agua, 50 gr. de flor de lavanda, o 20 gr. de flor de hisopo, ó 25 gr. de flor de orégano. Tomar 3 ó 4 tacitas al día.

Escases de Bilis:

Poner en maceración durante unos 3 días 30 gr. de hojas de boldo, en 1 litro de vino blanco y tomar 1 ó 2 vasitos por día. Y otra receta es, hervir durante 2 minutos de 15 a 20 gr. de hojas de boldo en 1 litro de agua y tomar 1 ó 2 tacitas por día.

Blenorragia:

60 gr. de bayas de enebro y 60 de raíz de grama en 3 litros de agua, hervirlo durante 1 hora y tomar 4 ó 5 tazas por día.

Bronquitis:

Hervir durante 2 minutos 15 gr. de raíz de polígola en un litro de agua y tomar 1 ó 2 tacitas por día.

Cálculos Biliares:

Utilizar, 15 gr. de hojas de boldo en 1 litro de agua y hervir durante 2 minutos, luego tomar 1 ó 2 tacitas por día.

Cálculos en el Hígado:

20 gr. de parietaria y 30 gr. de raíz de perejíl en un litro de agua, hervir durante 10 minutos y tomar 2 cucharaditas antes de cada comida.

Cálculos en los Riñones:

10 gr. a 15 gr. de hojas de boldo y hervirlo durante 2 minutos, luego tomar 1 ó 2 tacitas por día, fuera de las comidas.

Helitosis: (Mal Aliento).

60 gr. de semillas de hinojo, 60 gr. de semillas de anís, 120 gr. de la raíz de regaliz machacada. Mezclar bien todas estas plantas y poner en remojo durante 10 días en 1 litro de vino blanco. Tomar de 6 a 10 cucharaditas al día.

Hidropesía:

30 gr. de flor de retama, en 1 litro de agua hervirlo durante 2 minutos, luego tomar 3 tacitas por día. Otro remedio para combatir la hidropesía es: Hervir durante 1 hora en 2 litros de agua, 100 gr. de avena y tomar 4 tacitas por día. También es bueno poner en remojo durante 2 días un manojo de hojas de romero en 1 litro

de vino blanco. Hervirlo durante 2 minutos, tomar 2 vasitos por día, fuera de las comidas.

Hidropesía Hepática:

20 a 30 gr. de flor de retama, en un litro de agua, hervirlo por 2 minutos y tomar 2 ó 3 tacitas por día. Otras fórmulas son: 50 a 100 gr. de león, en 1 litro de agua y hervirlo por 2 minutos. Tomar 2 ó 3 tacitas por día.

100 gr. de flor de cardo santo, en un litro de agua y hervirlo por 2 minutos. Tomar 2 ó 3 tacitas por día.

Hidropesía Renal:

100 gr. de cola de caballo, en un litro de agua, hervirlo durante 10 minutos y tomar 3 ó 4 tacitas por día.

Histerismo:

50 gr. de flor de manzanilla, y 50 gr. de flores y hojas de albahaca en 1 litro de vino blanco. Ponerlo en remojo durante 3 días y tomar un vasito cada 2 días.

Trastornos del Hígado y la Vesícula Biliar:

20 gr. de granos de amor, 20 gr. de cola de caballo, 20 gr. de raíz de regaliz, 20 gr. de aspérula, 10 gr. de raíz de espárrago, 10 gr. de retama(genista), 10 gr. de diente de león, 10 gr. de raíz de helechos y 10 gr. de flamequilla. Mezclar bien estas plantas y usar 2 cucharadas por cada taza de agua hirviendo y dejarlo reposar por 10 minutos.

Dolores Gástricos:

Mezcle bien por partes iguales las siguientes plantas absenta, albahaca, escolopendro, escordio, gaulteria, germandrina, hiedra, hisopo, mejorana, salvia, verónica.

Ictericia:

Utilice una cucharada de este compuesto por cada taza de agua, hervirla y luego dejarla a fuego lento por 2 minutos y reposarla por unos 5 minutos más.

Hervir durante 10 minutos, 30 gr. de raíz de saponaria en 1 litro de agua y tomar 3 a 4 tazas al día.

Inflamaciones Intestinales:

100 gr. de Altramuces secos, hervir durante 10 minutos en 1 litro de agua, luego dejarlo en remojo en la misma agua durante 24 horas.

Pleuritis:

Poner en maceración durante 3 días 20 gr. de hojas de girasol en un cuarto de litro de alcohol puro tomar cada 3 horas de 30 a 40 gotas de este medicamento en 2 dedos de agua.

Sarna:

30 gr. de semillas de altramuz en 1 litro de agua y hervirlo durante 5 minutos, después dejarlo en maceración durante 10 horas y usar el agua cuando este tibia para hacer lavajes sobre las partes afectadas.

Dolores de los Riñones:

Poner en remojo, durante 10 días, 400 gr. de cebolla cortada, en 1 litro de vino blanco y tomar de 5 a 6 cucharadas al día de esta solución.

Resfriados:

Hervir durante 2 minutos 1 cucharada de flor de ssaúco, 1 cucharada de flores de tilo y una cucharada de flores de manzanilla, en un cuarto de litro de agua, tomarlo caliente con miel ó azúcar, antes de acostarse.

Quemaduras:

Mezclar 3 cucharadas de aceite de oliva con 3 cucharadas de agua de cal y aplicar sobre las quemaduras.

Sudoríferos:

15 gr. de raíz de zarzaparrilla americana en 1 taza de agua y hervir durante 2 minutos. Tomar este cocimiento caliente endulzarlo con miel antes de acostarse.

Tabaquismo:

Macerar durante 3 horas, 20 gr. de berro, 20 gr. de fumaria, 20 gr. de erísimo y 5 gr. de tomillo, en 1 litro de agua hervida, filtrar y añadir 1 kg. de azúcar. Disolver bien y tomar 1 ó 2 vasitos por día.

Solitaria:

Tomar de 10 a 15 Gr. de polvo de raíz de helecho macho y después de 5 a 6 horas ingerir un purgante salino y no aceitoso. Otro remedio es: Tomar medio vasito tibio en ayunas, en el cual ha disuelto 12 gr. de raíz de granado(extracto), 6 horas después, tomar purgante de aceite de resino..

Tiróides

Comer mucha col cruda, en ensaladas con aceite y limón, ó bien machacarla hasta obtener el jugo, que se tomará a cucharadas.

Contra Callos:

Machacar 2 cabezas de ajo en un mortero, agregar media cucharada de aceite de olivo caliente para formar una pomada, poner un paño impregnado de este medicamento sobre la parte afectada por la noche y mantenerlo por 3 ó 4 días renovarlo hasta la estirpación del callo.

Contra la Caspa:

Mezclar en un cuarto de litro de alcohol desnaturalizado, 30 gr. de aldehído fórmico, 20 gr. de tintura de cantáridas y 50 gr. de agua, con esta mezcla se harán fricciones enérgicas sobre el cuero cabelludo, 2 veces por día.

Catarro Bronquial:

Hervir durante 2 minutos 30 ó 40 gr. de yemas de pino en 1 litro de agua y tomar 2 tacitas al día. Otro remedio es hervir durante 2 minutos 40 gr. de raíz de altea en un litro de agua y tomar una cucharada cada 2 horas.

Catarro Gastro Intestinal:

70 gr. de hojas de romero, 30 gr. de manzanilla, 30 gr. de semillas de anís y 10 gr. de semillas de hinojo, mezclar bien todas estas plantas y hervir durante 5 minutos en un cuarto litro de agua, colar y luego beber 1 tacita tibia con cada comida.

Para el Cerebro:

25 gr. de raíz de grama, 30 gr. de achicoria, y 15 gr. de parietaria, hervir durante media hora en 1 litro de agua y tomar 2 ó 3 tacitas al día.

Debilidad Cadíaca:

Hervir durante 2 minutos, de 10 gr. a 15 gr. de hojas de salvia y un trozo de corteza de naranja seca en un litro de agua, tomar 1 vasito de este cocimiento tibio todas las noches antes de acostarse.

Acidéz Estomacal:

Utilice para esto 50 gr. de semillas de anís en polvo, 40 gr. de carbón en polvo, y 50 gr. de azúcar, mezclar bien todos estos ingredientes, y tomar media cucharadita antes de las comidas, o cuando aparezca la acidéz.

Acido Urico ó Uricemia:

Poner en maceración durante 8 días 50 a 60 gr. de bulbos de escila en 1 litro de vino de blanco, y luego tomar 2 ó 3 cucharadas al día.

Agotamiento nervioso:

50 gr. de la raíz de valeriana, 50 gr. de hojas de 50 gr. de hojas de naranjo, 30 gr. de flores de tilo, y 40 gr. de flores de manzanilla.

Preparar una infusión con esta mezcla, a razón de 1 cucharada por cada taza de agua, tomar 2 tazas al día.

Afta Bucal:

Hacer gargarismos y enjuagues con 20 gr. de tintura de eucalipto, 2 gr. de mentol, 140 gr. de alcohol de 90o y 300 gr. de agua destilada.

Alopecia:

Tomar 20 gr. de aceite de clavo, 40 gr. de esencia de lavanda (esplicgo), 40 gr. de éter sulfhídrico y 50 gr. de hojas de laurel bien trituradas y dejar en remojo durante 10 días, con este líquido friccionar las zonas donde se cae el cabello, por la mañana y por la noche.

Anguiocolitis:

15 gr. de hojas de boldón en un litro de agua, hervirlo durante 2 minutos tomar de 3 a 4 tacitas al día, o ponerlo en maceración durante 5 días, 30 gr. de hojas de boldo en 1 litro de vino blanco y tomar 3 vasitos al día.

RECETAS PARA REBAJAR DE PESO.

En este texto le presentamos a nuestros lectores algunas recetas que le darán excelentes resultados, de sabores agradables y otras de olores y sabores irritantes, pero que sí Ud. lleva estos medicamentos en forma rigurosa y controla su apetito los resultados serán muy efectivos.

Receta No. 1:

15 gr. de hojas de abedul, 15 gr. de raíz de acedera, 25 gr. de tallo de sargazo vejigoso, 15 gr. de hojas de fresno, 10 gr. de estigmas de maíz, 20 gr. de sumidades de marrubio. Mezclar todos estos componentes, luego hervir 10 gr. de este compuesto en un cuarto de litro de agua durante 10 minutos aproximadamente. Este tizana debe tomarla, una taza en ayunas y 1 taza por la noche antes de acostarse.

Receta No.2:

15 gr. de raíz de bardana o lampazo, 15 gr. de rabos de cerezo, 20 gr. de cola de caballo, 10 gr. de rizoma de grama, 15 gr. de estigmas de maíz, 15 gr. de hojas de ulmarian. Se mezclan estos componentes, luego hervir 10 gr. de este compuesto en medio litro de agua durante 10

minutos aproximadamente. Tomar una taza en ayuna, otra al mediodía y otra por la noche, antes de acostarse. Este compuesto es de sabor amargo, pero puede confundir este sabor con unas gotas de limón.

Receta No.3:

30 gr. de tallo de sargazo vejigoso, 10 gr. de parietaria, 10 gr. de hojas de salvia, 10 gr. de hojas de sen, 40 gr. de hojas de té. Mezclar todos los compuestos, tomar 5 gr. y meterlos en un cuarto litro de agua hierviendolo, dejarlo reposar durante 15 minutos, tomar 1 taza en ayunas y 1 antes de acostarse.

Receta No. .

Meter 15 gr. de hojas de abedul en tres cuarto litro de agua hierviendolo, dejarlo reposar durante 20 minutos. Luego añadir el zumo de 5 limones y 5 gr. de bicarbonato. Tomar una taza en ayuna y el resto durante las comidas.

Receta No.5:

20 gr. de corteza de olmo triturado en medio litro de agua y hervirlo durante 20 minutos. Filtrar este preparado, y tomarlo una taza en ayunas, otra por la tarde, y otra por la noche, si lo desea puede añadir un poco de jugo de limón. (Si consigue la corteza de olmo de segundo año es mejor).

Receta No.6:

15 flores de borraja echarlo en medio litro de agua hirviendo, dejarlo reposar durante 25 minutos. Filtrar y luego tomar una tacita por la mañana en ayunas y otra por la noche, antes de acostarse.

OTRAS PLANTAS QUE NO APARECEN EN LA LISTA DE SINONIMOS.

AMAPOLA:	Arabol.
LENGUA DE VACA:	Rabo de Rata. Pega.
COCUIZA:	Cocui, Sisal, Agrave.
MEREY:	Marañon.
ASTROLOGA:	Raíz de Mato.
ESPARRAGO:	Helecho Alemán. Pino Planchado.
VIDRIO:	Varilla.
MALAMADRE:	Libertadora. Colombiana.
FREGOSA:	Pericón. Escobilla. Escoba Dulce.
BERRO MACHO:	Lochita. Peseta. Monedita.
CURCUMA:	Viernes Santo.
JAZMIN MALABAR:	Mirto. Japonesa.
BUCARE:	Anauco. Gallito.
GOLONDRINO:	Boquera.

ORETAMA:	Cielito. Sta Lucia.
GARCITA:	Barba de Chivo. Desdicha.
CAYENA:	Jaramillo.
AÑIL:	Camburito.
ORTIGA:	Guaritoto Blanco. Pringamosa.
ESTROPAJO:	Limón. Esponjilla.
ALHELI:	Paraiso.
TARTAGO:	Ricino.
JOB:	Mango Jobo. Jobo de la India.
ABROJO:	Flor Amarilla.
CARACOLERA:	Paretaria.
CONGOROSA:	Acebo.
ESPLIEGO:	Espigón.
FLORON:	Ulmaria.
GOLOSINA:	Agaragar. Gelosa.
GRENADILLA:	Pasionaria.
LIQUEN:	Líquén gomoso.
QUITAMERIENDA:	Cólchico.

CITRINO:	Sándalo Amarillo.
SANGRE DE CRISTO:	Fumaria.
MELILOTO:	Trébol Real. Trébol Oloroso.
SANGREGADO:	Sangre de drago.
ESPADON:	Amargoso.
BRUSCA:	Chiquichique.
CAÑA DE AZUCAR:	Caña Dulce.
CAÑA AMARGA:	Caña Brava.
COCUIZA:	(Ver Agave).
TUSILLA:	Contrayerba.
CURIA:	Rompezaraguelles.
FLORIPONDIO:	Amapola Blanca. Atapaimo.
FRUTA DE BURRO:	Guarachí.
MACAGUA:	Guatamare. Cereipo.
INDIO DESNUDO:	Almácigo.
LAVANDERA:	Botonera.
LOMBRIGUERA:	Lombricera.
BATATILLA:	Mechocan. Pasaña.

OCUMO:	Malanga. Turmero.
PICA PICA:	Ojo é zamuro.
ROSA DE MONTAÑA:	Palo é cruz.
COVALONGA:	Pucherí. Laurel Capuchino.
AMARGOSA:	Santamaría.: