



# Quiéiro de herbas medicinais

**Ceruda** *Chelidonium majus* L.  
Cast. Celidonia mayor.

## Descrición

Herbácea perenne con rizoma carnoso. Atópase en herbais, nitrófilos, en lugares sombreados e frescos, sobre todo en tapias, vertedoiros e vellos muros. Produce un característico látex alaranxado. O seu nome deriva da palabra grega *Chelidon* = Andoriña.

## Propiedades e indicacións

É unha planta moi tóxica, polo que a súa utilización debe facerse con moita prudencia.

O uso máis estendido da planta é como remedio natural contra as verrugas, mediante a aplicación directa sobre a zona para tratar. A acción antivirica e queratolítica da celidonia vai facendo desaparecer as verrugas, sexan do tipo que sexan, coas súas sucesivas aplicacións. Resulta eficaz tamén para eliminar durezas e calosidades.

O látex da planta posúe ademais propiedades antimicóticas e antisépticas. É considerado un excelente tratamento tópico para eccemas, ulceracións da pel, uñas encarnadas e pequenas feridas infectadas. Tamén pode aplicarse sobre pequenas feridas sangrantes. As propiedades curativas da celidonia esténdense á cavidade bucal, servindo para facer enxaugues moi eficaces en casos de xenxivite ou estomatite. Mesmo se poden facer gargarismos, tendo sempre a precaución de non tragar o preparado.

Externamente úsase para curar feridas impedindo que se infecten. Axuda a eliminar calos e verrugas. Os enxaugues son aconsellables en caso de inflamacións de enxivas e problemas dentais.

## Preparación e emprego

Para as verrugas, mediante a aplicación directa sobre a zona para tratar, atópase en farmacoloxía en formato de pomada para a súa aplicación.

Para baños de pés, facendo unha infusión fría de 20 g de planta por litro, pode ata favorecer a aparición do período nas mulleres.



## **Couselo** *Umbilicus rupestris* L. Cast. Ombligo de venus.

### **Descrición**

Planta rupícola moi abundante en todos os muros galegos. Crece nos muros vellos e sobre os tellados, nos penedos e marxes sombrías. Ten a característica, como outras crasuláceas, de facer a fotosíntese durante a noite, co consecuente aforro de auga, aínda que coa perda natural de eficiencia.

### **Propiedades e indicacións**

As propiedades máis importantes polas que se coñece o couselo na actualidade son os seus efectos como diurético, cicatrizante e antiséptico. Se queremos aproveitar as bondades do couselo, o máis adecuado é utilizar esta planta en estado fresco: pódense empregar só as follas ou a planta enteira (talo con follas).

### **Preparación e emprego**

Para preparar unha mestura de gran efectividade en caso de feridas externas, o máis adecuado é machucar as follas de couselo nun morteiro e aplicalas en forma directa sobre a ferida en cuestión. Se o que se busca é o efecto diurético do couselo, entón o máis indicado é consumir un zume desta planta.

Para preparalo, hai que machucar os talos e follas da planta e coala través dun lenzo limpo. Este zume debe tomarse todos os días en xaxún ata obter o efecto desexado (unha cullerada diluída nun vaso de auga grande).



## Herba luísa *Aloysia citrodora* Palau

Cast. Hierba Luisa.

### Descrición

É un arbusto caducifolio, que crece en situacións asolladas e húmidas. É orixinaria de Sudamérica, onde medra espontaneamente. Posúe un marcado aroma de limos moi característico. Utilízase habitualmente en xardíns como planta ornamental.

O seu nome outorgouse en honra á esposa de Carlos IV de España, María Luísa de Parma e o seu epíteto significa “con aroma a limón”.

### Propiedades e indicacións

A herba luísa considérase calmante e tonificante, polo que se usa para infusións reconstituíntes. É moi útil para expulsar os gases do aparello dixestivo, evitando as flatulencias e a aerofaxia, mediante unha infusión dixestiva e refrescante, exerce unha función tónico-estomacal, dixestiva e tranquilizante, evitando os espasmos e a dispepsia, polo que é útil en caso de indixestión, axuda a combater a halitose ou mal alento, é moi útil contra as afeccións do aparello respiratorio, especialmente para expulsar as mucosidades, e para a tose, en infusión, axuda a relaxar e tonificar os nervios, resultando útil en caso de insomnio.

En uso externo o seu emprego fundamental é como relaxante e tonificante dos nervios, engadindo á auga do baño unha infusión da devandita planta.

### Preparación e emprego

En infusión utilízase media culleriña de follas secas por cunca tras as comidas para previr a flatulencia ou, polas noites, para o insomnio. Combínase con follas de dente de león e tómase 3 veces ao día para mellorar a función hepática. Pódese utilizar tamén para reducir a febre nos nenos, consultar un médico herborista acerca da dose.

Para baños engádense unha cunca de infusión á auga do baño para aliviar a ansiedade e a tensión.

En aceite de masaxe engádense 5 gotas en 15 ml de aceite de améndoas en masaxes para as cambras, a indixestión, ansiedade, insomnio e outras doenzas relacionadas coa tensión.

