

TALLER DE PREPARADOS MEDICINALES NATURALES .



ALCIMIAS TRES HERBAS. A FONSAGRADA. 8 AGOSTO 2024

ALCIMIAS TRES HERBAS. A FONSAGRADA. 8 AGOSTO 2024



Recolección

Plantas en buen estado, limpias, sin insectos, días soleados	Descartar las partes que estén deterioradas.
Momento idóneo de la planta	Hojas: antes de la floración. Flores: principio de la floración. Raíces y cortezas: principio de la primavera y otoño. Frutas: momento de maduración. Semillas: cuando la planta esta seca.
	Hora del día.
	Momento de la luna.
Recolectar lo que creas que vas a utilizar hasta la próxima temporada.	Renovar cada año.
No utilizar bolsas de plástico para trasladarlas	Sudan y se ponen negras

NOTAS:



Conservación

Podemos emplear la planta fresca o seca.	Mejor en fresco, secamos las que no disponemos de ellas todo el año.
Secado de la planta	Colgadas en ramilletes, Extendidas en cajas con telas o papel, rejillas...
	En el caso de las raíces lavar y cortar en trocitos para un mejor secado.
	En el caso de que la planta este sucia lavar y secar rápido.
	En un lugar oscuro, evitando la luz del sol. Ni superar los 35°
Embotar	En cristal (esterilizado) o cartón, en un lugar oscuro y colocar papel de estraza en contacto con la tapa para absorber humedades.
	Etiquetado (nombre y fecha)

Extracción de las propiedades

Agua	Infusión, decocción, maceración, baños, cataplasmas, vaporizaciones, jarabes...
Alcohol	Tinturas, alcohol uso externo... 
Aceite/grasas	Cremas, ungüentos, aceite masaje...
Otros métodos	Zumos de planta fresca, cápsulas de planta en polvo, emplastos con arcillas o aceites, vinos y vinagres, destilaciones, esencias florales...



Recetas

Ungüentos (oleomacerado + cera de abeja)

Para el oleomacerado:

- En frío: llenamos un recipiente de vidrio con la planta, cortada en pequeños trozos, sin aplastarla. Cubrimos con aceite y dejamos macerar durante 40 días, removiendo de vez en cuando.

- En caliente: rellenamos el recipiente con la planta de igual modo y rellenamos de aceite. Calentamos al baño maría a fuego lento sobre 3-4 h, dejamos reposar toda la noche. Al día siguiente volvemos a calentar y colamos. Guardamos en un frasco en lugar oscuro.

Para el ungüento:

1. Por cada 100ml de oleomacerado, 15g de cera de abeja

2. Calentamos el aceite al baño maría a fuego lento, añadimos la cera de abeja y vamos removiendo hasta que se derrita por completo.

3. Vertemos la mezcla en tarros de cristal y (opcional) añadimos un a.e. Aprox 20 gotas de aceite esencial (1ml)

4. Tapamos, dejamos enfriar y etiquetamos.

Tinturas (aguardiente uso alimentario + planta)

Rellenamos un frasco de vidrio con la planta picada, sin aplastarla. Cubrimos con aguardiente y maceramos al menos 15 días en un lugar oscuro, agitando de vez en cuando.

Pasado este tiempo filtramos la planta y guardamos en frascos de cristal que no dejen pasar la luz solar. Etiquetamos.

Alcoholes (alcohol 96°, planta y agua)

Rellenamos un frasco de vidrio con la planta picada, sin aplastarla. Cubrimos con alcohol de farmacia y maceramos al menos 15 días en un lugar oscuro, agitando de vez en cuando.

Pasado este tiempo filtramos la planta y mezclamos con agua siguiendo esta proporción. Embotamos y etiquetamos. Para uso externo



GLOSARIO DE LAS PLANTAS

Planta	Beneficios	Notas
CALÉNDULA <i>Caléndula officinalis</i>	<p>Antiinflamatoria, antiséptica, depurativa, antiespasmódica y calmante.</p> <p>Ayuda al intestino, úlceras y gastritis. Regula el hígado, el ciclo menstrual y sus desequilibrios emocionales.</p> <p>A nivel externo, vulneraria. Para cortes, picaduras, inflamaciones, verrugas...</p> <p>Colirio.</p>	
DIENTE DE LEÓN <i>Taraxacón officinale</i>	<p>Estimulante poderoso del hígado. Cualidades depurativas de la sangre. Diurético, gota y reuma.</p> <p>Mejora los jugos gástricos y depura el estómago.</p> <p>Reconstituyente gracias a sus minerales y otras sustancias.</p> <p>Quita los picores y las erupciones de la piel (cataplasmas)</p>	
HIPÉRICO <i>Hipericum perforatum</i>	<p>El aceite de Hipérico es el mejor aceite vulnerario: calma los dolores, reduce la inflamación y cura. Indicado para quemaduras y escoceduras. Dolores de espalda, el lumbago, la ciática y el reumatismo, llagas abiertas, heridas recientes y hematomas.</p> <p>La infusión de Hipérico se utiliza en toda clase de trastornos nerviosos, para la enuresis (orinarse en la cama) y las depresiones. También para el herpes zóster.</p> <p>Ayuda con el ardor de estómago.</p>	
LAVANDA <i>Lavandula angustifolia</i>	<p>Aceite esencial: quemaduras, picaduras, heridas y contusiones. Otitis y catarros. Limpia el hígado. Estrés en general y regula los periodos menstruales escasos.</p>	

LLANTÉN <i>Plantago major,</i> <i>Plantago lanceolata</i>	<p>Expectorante bronquial. Depurativo, diurético y antiinflamatorio. En compresas actúa como vulnerario para llagas, quemaduras, picaduras, mordeduras, varices y hemorroides. En infusión para encías inflamadas y garganta inflamada. Antitumoral (jugo de las hojas).</p>	
MALVA <i>Malva sylvestris</i>	<p>Inflamaciones de las mucosas en general: estómago (gastritis), vejiga, intestino y boca. Catarros pulmonares, bronquiales, tos y ronquera, además de laringitis, anginas y boca seca. Para que no se destruya el mucílago se macera la hierba en frío durante la noche. Sobre los bronquios y los pulmones se preparan cataplasmas hechas con los residuos de la maceración de hojas y flores, en caliente durante toda la noche.</p>	
MANZANILLA <i>Matricaria chamomilla</i>	<p>Digestiva, ayuda a combatir los gases, la diarrea, parásitos intestinales y otras enfermedades del estómago. Los trastornos de la menstruación. Analgésica, en dolores debidos a heridas y dolores de muelas. Remedio para tratar catarros y la fiebre (sudorífico). Tranquilizante y antiespasmódico. Calma los nervios inmediatamente. Insomnio. Además es un desinfectante y combate toda clase de inflamaciones, sobre todo las de las mucosas y erupciones en la piel. En uso externo se utiliza para hacer compresas y lavados en las inflamaciones de los ojos, la conjuntivitis.</p>	
MILENRAMA <i>Aquilea millefolium</i>	<p>Contiene amargos que estimulan la secreción de bilis y favorecen la actividad digestiva. Aumenta también la actividad de las glándulas intestinales y favorece así una evacuación regular. Para hemorragias tanto externas como internas: estómago, almorranas (baños de asiento), heridas. Dolor de cabeza cuando es relacionado con hígado. Depurativa de la sangre y regula los riñones. Inflamación de los ovarios, menopausia, útero caído, leucorrea, miomas. Uso externo como antiséptica y vulneraria. Para combatir los resfriados y los dolores de espalda o dolores reumáticos hay que beber mucha cantidad de infusión de Milenrama bien caliente.</p>	

ROMERO <i>Rosmarinus officinalis</i>	<p>Antirreumático, dolores musculares, articulaciones, contracturas. Digestivo y ayuda en los problemas hepáticos. Es antiespasmódico, se usa en caso de tos, asma y migrañas. Antiséptico, para enfermedades infecciosas. Vulnerario en uso externo. Estimula la circulación. Eleva los ánimos.</p>	
RUDA <i>Ruta graveolens</i>	<p>En gargarismos o infusión como estomacal, carminativa y para tratar parásitos. Regula el ciclo menstrual (emenagogo) y abortiva. En infusión suave se usa para limpiar ojos cansados y como compresa para torceduras. En aceite, para el reuma. Estimula la circulación. Potencia las propiedades de otros preparados (una ramita). Tomar en dosis suaves ya que tiene un pequeño grado de toxicidad.</p>	
SALVIA <i>Salvia officinalis</i>	<p>Fortalece todo el organismo. La infusión actúa favorablemente sobre el hígado enfermo, purifica la sangre. Digestiones difíciles, elimina los gases, limpia el estómago, abre el apetito, corta la diarrea. Es expectorante. Es un remedio excelente contra las anginas, flemones, la atrofia de las encías y demás inflamaciones de boca y garganta. En casos de sudor excesivo o sudores nocturnos por infecciones. Dolores menstruales, regulación del ciclo y para los sofocos menopáusicos. Las picaduras de insectos se cubren con hojas frescas machacadas.</p>	

COMO OBTENER 1L DE ALCOHOL DE DIVERSAS GRADUACIONES

GRADO ALCOHÓLICO	ALCOHOL DE 95°	AGUA
20 GRADOS	210 ML	790 ML
30 GRADOS	310 ML	690 ML
40 GRADOS	410 ML	590 ML
50 GRADOS	510ML	490 ML
60 GRADOS	615 ML	385 ML
70 GRADOS	720 ML	280 ML
80 GRADOS	380 ML	170 ML

RELACIÓN ENTRE LA LUNA Y LAS CONSTELACIONES. Según la agricultura Biodinámica (Rudolf Steiner) Cuando la Luna pasa ante una constelación, activa las influencias del elemento propio de esa constelación, para transmitirlos a la Tierra.

