

**Lavanda** Antiinflamatorio, cicatrizante y antiséptico, para evitar ampollas tras una quemadura y evitar infecciones en heridas, relajante, ansiolítico y sedante.

**Manzanilla** Reduce estrés, ansiedad, previene problemas cardiacos, alivia malestares menstruales, Fortalece sis. inmunitario, regula glucemia en sangre.

**Menta** Antiinflamatoria, expectorante, antitusivo, posee potasio, cobre, calcio, magnesio, cuenta con vitaminas A, B, C y D.

**Romero** Alivia dolores musculares o articulares, salud al hígado, crecimiento del pelo, ayuda a bajar de peso, crecimiento del pelo, te e infusión

**Ruda** Aparato circulatorio: tonifica arterias y normaliza flujo de sangre. Sedante: ejerce un efecto relajante si se toma como infusión. Ap. Digestivo: Estimula la función biliar.

**Salvia** Antiséptico, antiespasmódico, analgésico, antibiótico, expectorante, acción relajante y ansiolítica, hipoglucemiante.

**Te Verde** Previene tipos de cáncer, enf. cardiacas, favorece pérdida de peso, retarda el envejecimiento celular, mejora salud dental, regula niveles de Azúcar.

**tilo** Ayuda a adelgazar, reduce p/a, baja niveles de ansiedad, combate resfriado común, Ayuda con la digestión

**tomillo**

alumna: Andrea Caballero

Profesor: Silvano

S = A