

Lavanda



Propiedades medicinales de la lavanda:

- Posee propiedades antiinflamatorias, es cicatrizante y anticonséptico, por lo que es útil para evitar ampollas, evita infecciones en heridas
- Sirve para dormir por propiedades relajantes, ansiolíticos y sedantes, Analgésico natural.
- Es antivírico y antibacteriano, propiedades antioxidantes la hacen útil para combatir problemas de la piel como "acné", protege las células del organismo, ayuda para los resfriados en forma de cataplasma aplicada en el pecho.
- En la medicina árabe se usa como expectorante y antiespasmódico, en la actualidad se usa para combatir artritis, inflamación, retención de líquidos...

Precauciones: las infusiones en dosis altas pueden producir estados de sedación.

¿Cómo se utiliza?

Se puede utilizar de forma natural, mediante infusiones o tratamientos farmacéuticos.

• Tintura, infusión, cosmética, el aceite esencial, en baños de vapor.

