



**Ruiz Ballinas Carlos Fernando**

**Saucedo Dominguez Mariana  
Catalina**

**Infografía de herbolaria**

**Interculturalidad y Salud II**

**2**

**A**

# ALBAHACA

**Ocimum basilicum**

## ES

Es una hierba aromática de la familia de las lamiáceas nativas de las regiones tropicales de África central y el sureste asiático.



## SE UTILIZA...

- Para mejorar la digestión
- evitar los gases y las flatulencias
- previene el mal aliento

## CONSUMO

- Las hojas y sumidades, floridas secas para infusiones
- extracto de liquito en gotas
- untadas dejando reposar hasta 5 minutos

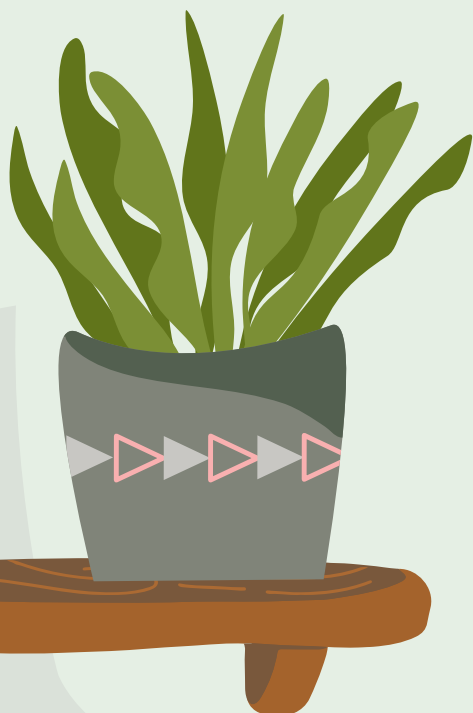


## CONTRAINDICACIONES

El aceite esencial está contraindicado en casos de embarazos, lactancia y en niños.

## TOXICIDAD

El aceite esencial de *ocimum basilicum* es rico en estragol y un potente carcinógeno y genotóxico natural en ratones y ratas.



## **Bibliografía:**

**Inerculturalidad en salud  
experiencias y aportes para el  
fortalecimiento de los servicios de  
salud, Dr Jose Alejandro Gonzalez**