

GIRASOL

Nombre científico:
Helianthus
annuus L



Benefician a los pulmones, util en alimentos y para el sistema respiratorio.

Tiene fuerte acción en el sistema nervioso

Composición química:
Ácidos grasos, proteínas, magnesio, fósforo y selenio, vitamina E, tiamina y niacina.

ARNICA

Nombre científico:
Heterotheca inuloides



util para tratar
cuadros inflamatorios,
y hematomas

Tiene fuerte acción en
aliviar los dolores
musculares

Composición química:

- aceites esenciales,
- ácidos fenólicos,
- cumarinas,
- flavonas,
- flavonoides,
- glucósidos,
- mucílagos,
- fitosteroles

LAVANDA

Nombre científico:
Lavandula angustifolia



Util para para combatir
trastornos nerviosos
(insomnio, palpitaciones)
y estomacales, y también
como emenagogo.

Ayuda a calmar y
equilibrar

Composición química:
compuestos aromáticos
como los terpenos,
terpenoides y moléculas
alifáticas de bajo peso
molecular

ALBAHACA

Nombre científico:
Ocimum basilicum



Alivia la bronquitis, el
catarro y la
inflamación de
garganta

Tiene fuerte acción para
tratar malestares del
aparato digestivo.

Composición química:
metil chavicol, conocida
también como estragol, de
fórmula química $C_{10}H_{12}O$

ROMERO

Nombre científico:
Salvia rosmarinus



Eficaz para la caída de
cabello, dolor
premenstrual y
digestivo.

combate afecciones
respiratorias

Composición química:
taninos (un principio
amargo), vitamina C, ácido
rosmarínico, una saponina
y el alcaloide rosmaricina

OREGANO

Nombre científico:
Origanum Vulgare



Trata el dolor de muelas, bronquitis, oído, alergia y dolores de cabeza.

Disminuye el dolor de cabeza y garganta.

Composición química:
carvacrol, timol, r-cimeno y g -terpineno

TOMILLO

Nombre científico:
Thymus



Eficaz antiseptico,
antiflamatorio y
disminuye la ansiedad.

Tiene fuerte acción en
tratamiento de ciertas
afecciones de las vías
respiratorias altas

Composición química:
aceite esencial y los
flavonoides.

MENTA

Nombre científico:
Mentha spicata L.



Alivia los dolores de cabeza al elevar los vasos sanguíneos.

Reduce el estrés mental al reducir la presión arterial y la temperatura corporal

Composición química:
Flavonoides derivados del ácido cafeico.

ANIS

Nombre científico:
Pimpinella anisum



Eficaz para
desinflamar el
estomago, limpia el
aparato respiratorio.

Ayuda a controlar
problems del acne

Composición química:
Linalol, meltibultirato.

PEREJIL

Nombre científico:
Petroselinum crispum



Limpia los riñones,
previene el cancer,
ayuda a bajar de peso.

Ayuda a fortalecer el
sistema inmunológico,
Controla la hipertension.

Composición química:
flavonoides, apiol, fitol,
aceites esenciales,
cumarinas y ácido
petroselínico