



ENELDO SEMILLAS

En comparación con otras especies puede decirse que el eneldo contiene un porcentaje elevado de aceite esencial. Dicho aceite es rico en eugenol, limoneno, anetol, felandreno, carveol o miristicina, entre otros, lo que le confiere propiedades carminativas y lo hace adecuado en su uso para digestiones difíciles, acidez y flatulencias.

Otra de sus características, debido al contenido de cumarinas, flavonoides y ácidos cafeico y clorogénico, reside en su capacidad, como lactogogo, de facilitar el aumento de la leche materna. Es igualmente popular su utilización como diurético, así como en edemas, retención de líquidos y pequeñas alteraciones de la tensión arterial.

Otros empleos tradicionales del eneldo se dan en los casos de ulceraciones dérmicas, quemaduras, dispepsias, meteorismos o limpieza y desinfección de heridas. También con el hipo espasmódico parece ser efectivo.

Composición:

Eneldo semillas.

Presentación:

Envase con 50 gramos.

Modo de empleo:

Poner 1 cucharadita de planta por taza. Añadir agua hirviendo, dejar reposar de 5 a 10 minutos y filtrar.

Se puede preparar como infusión con las semillas para las inflamaciones bucales, haciendo gárgaras entre 4 y 6 veces al día. También como infusión es útil para las náuseas.

