



Il cumino è una pianta erbacea che viene utilizzata come infuso per problemi digestivi come gas o flatulenza, come mucolitico ed espettorante.

DESCRIPCIÓN

Cos'è il cumino dei prati e a cosa serve?

L'Alcavarea o scientificamente *Carum carvi*, è una pianta erbacea la cui radice spunta a livello del terreno. Il suo fusto è eretto. Le sue foglie formano una rosetta che si distribuisce lungo il fusto. Il fusto e i rami principali terminano in un umbrella da otto a sedici fiori bianchi o rossastri. Il frutto è molto aromatico.

L'Alcavarea fiorisce tra maggio e giugno. I frutti si raccolgono tra luglio e agosto. Maturano al sole o all'ombra e poi sgusciano i semi del frutto già maturo.

Quale parte del cumino viene utilizzata?

I frutti sono usati.

Quali sono i principi attivi di Alcavarea?

- Olio essenziale (3-7%):
- Monoterpeni: a e b pinene, fellandreni, limonene (30-40%), sabinene, 3-carene.
- Monoterpenoli: cis-carveolo, diidrocarveolo.
- Monoterpenoni: (+)-carvone (50-65%), diidrocarvone.
- Metossicumarine: erniarina.
- Furanocumarine (tracce)
- Composti furanici: anetofurano.
- Acidi fenolcarbossilici: caffeico.
- Flavonoidi: derivati del kenferolo e del quercetolo (quercetina-3-gluconide).
- Isoquercitrina.
- Lipidi: acido oleico, linoleico, palmitico e petroselinico (15%), carboidrati e proteine.
- Altri: tannini, ossalato di calcio, sostanze coloranti e resina.

A cosa serve il cumino?

Il cumino è preso come infuso. Infusi di cumino:





- Favoriscono l'eliminazione dei gas.
- Favoriscono la digestione del cibo.
- È antispasmodico.
- Ha attività antibatterica.
- Ha attività antimicotica e antielmintica.
- È mucolitico ed espettorante.
- Ha attività estrogenica.
- È diuretico.

Quando è indicato che prendo un infuso di Algarovea?

Puoi prendere un infuso di cumino se hai gas, flatulenza, aerofagia, spasmi gastrointestinali, gastroenterite.

Gli infusi di Alcarovea sono indicati quando c'è mancanza di appetito o mancanza di appetito.

Anche in caso di patologie respiratorie come bronchite, enfisema o asma.

Gli infusi di cumino vengono utilizzati anche per aiutare a controllare i livelli di zucchero nel sangue, motivo per cui è indicato per le persone con diabete.

Efficace anche nei casi di dismenorrea e ipomenorrea.

Il cumino ha controindicazioni?

Le infusioni di cumino sono controindicate durante la gravidanza e l'allattamento, poiché non ci sono dati clinici sufficienti.

L'infusione di Carvi è controindicata in caso di ipersensibilità alla pianta, oa qualsiasi pianta della stessa famiglia.

Le infusioni di cumino non devono essere assunte in caso di dispepsia ipersecretoria o in caso di ostruzione dei dotti biliari.

Alcarovea non deve essere assunto per via interna nei bambini di età inferiore ai sei anni o nei pazienti con gastrite, ulcere gastroduodenali, sindrome dell'intestino irritabile, colite ulcerosa, morbo di Crohn, malattie del fegato, epilessia, morbo di Parkinson o altre malattie neurologiche.

