



La Albahaca se utiliza en infusión para problemas digestivos como los gases, espasmos gastrointestinales. Las infusiones de Albahaca también tienen propiedades diuréticas.

### DESCRIPCIÓN

#### ¿Qué es y para qué sirve la Albahaca?

La Albahaca o científicamente *Ocimum basilicum* es una planta herbácea que alcanza entre treinta y ciento treinta metros de altura, tiene las hojas ovaladas, dentadas, con textura sedosa. Las flores son tubulares, de color blanco o violáceo.

#### ¿Qué parte de la Albahaca ?

Se utiliza la sumidad florida.

#### ¿Cuáles son los principios activos de la Albahaca?

- Aceite esencial, de composición variable dependiendo de la procedencia
  - Origen mediterráneo: predomina el linalol (45-62%).
  - Origen Madagascar, Isla de Reunión, Islas Comores: contiene mayoritariamente estragol o metilcavicol (65-65%), junto con pequeñas cantidades de cineol, fenchol, linalol y metil-eugenol;
  - Zonas tropicales predominan el (E)-cinamato de metilo o el metil-eugenol.
- Flavonoides: xantomicol, heterósidos de quercetina y kempferol.
- Otros: taninos, ácido cafeico, esculósido.

#### ¿Qué propiedades tiene la albahaca?

- Digestiva y aperitiva.
- Carminativa.
- Diurética.
- Galactógena.
- Astringente.
- Analgésica y antiinflamatoria

#### ¿Cuándo está indicada la toma de Albahaca?



## Albahaca 40 g

EAN: 8435110840093    FABRICANTE: NATURLIDER



La Albahaca se toma a modo de infusión. Las infusiones de Albahaca están indicadas en caso de dispepsia, gases, espasmos gastrointestinales, falta de apetito.

La Albahaca también se puede utilizar como colutorio o para hacer gargarismos en caso de llagas o úlceras bucales.

### ¿Tiene contraindicaciones la Albahaca?

La Albahaca está contraindicada en el embarazo y en periodo de lactancia. No se han descrito interacciones con ningún medicamento.

