

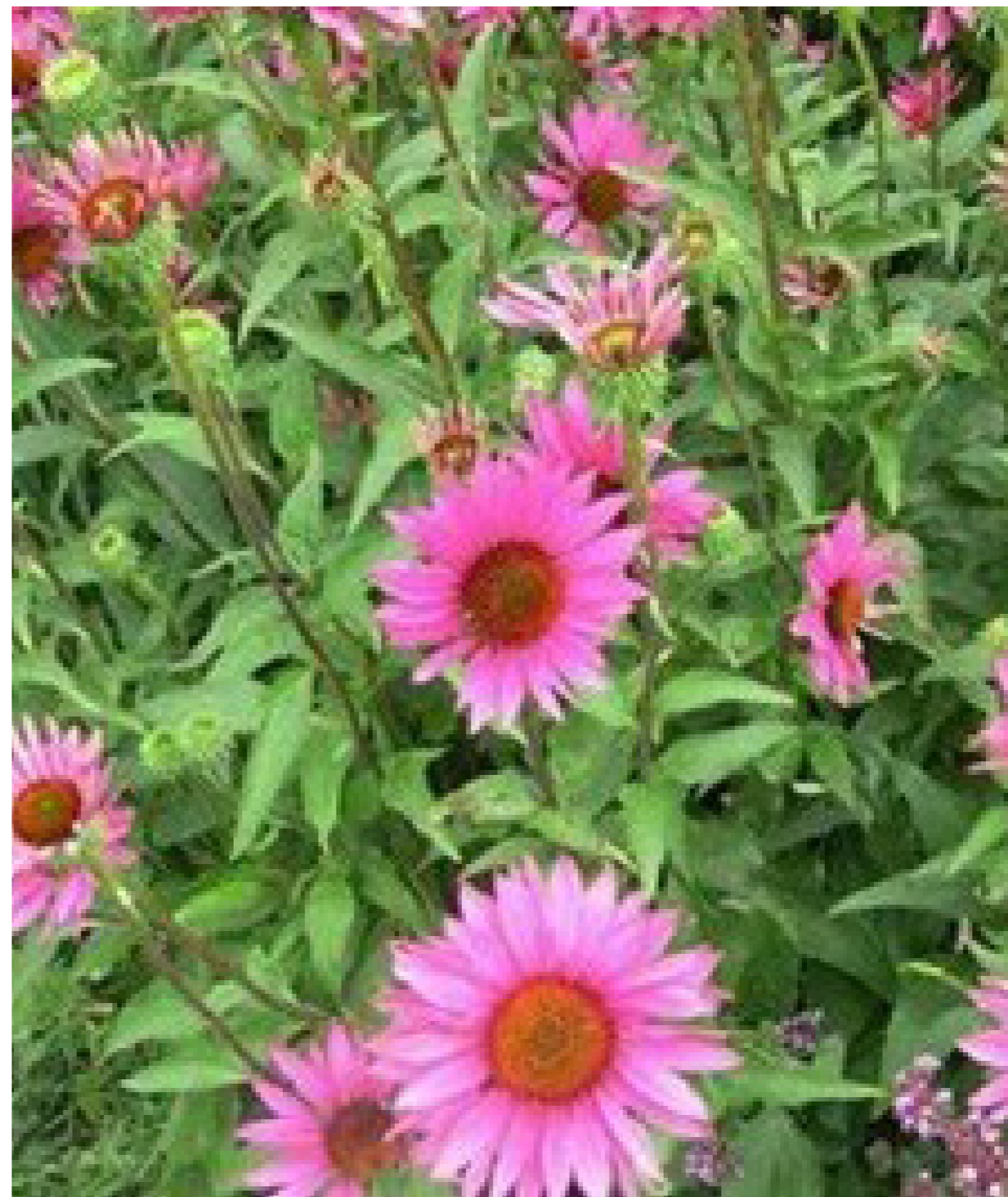
# Equinacea:

## *fortaleciendo el sistema inmune*

Le debemos a los indios americanos la utilización de esta planta como medio para curar las heridas y picaduras de los insectos, para reforzar el sistema inmunológico, evitar o mejorar rápidamente los procesos de gripe y resfriados, la cicatrización de heridas, eczemas, y úlceras en la piel, entre otras propiedades.

Actualmente la *equinácea* ha sido una de las plantas más estudiadas y valoradas en Europa recomendada en casos de gripe y procesos infecciosos, como anti-estimulante, antibacteriana y antiinflamatoria.

Su importancia en el campo antitumoral se sigue desarrollando en nuestro días, ya que la *equinácea* contiene ingredientes activos que ayudan a destruir las células tumorales. Precisamente la estimulación del sistema inmune que ofrece esta planta hace que pueda ser usada en el tratamiento del cáncer especialmente en las personas debilitadas por la acción de la quimioterapia o radioterapia.



### Características:

La *equinácea* o *echinácea* ha crecido de forma silvestre en las praderas y caminos en la zona oeste de América y en la actualidad es cultivada en numerosas regiones del mundo. Su flor es parecida a la familia de las margaritas y crece entre finales de mayo, y junio.

Es una planta muy conocida y sagrada para los indios nativos de América del Norte por sus grandes cualidades curativas. Ya desde antiguo utilizaban la raíz de la planta para combatir las mordeduras de las serpientes e insectos venenosos, y para las heridas y quemaduras.

Desde principios del siglo XIX se ha comercializado farmacéuticamente siendo recomendada en estados de gripe, intoxicaciones, sarampión, varicela, malaria, entre otras. Posteriormente la *equinácea* quedó en el olvido siendo sustituida por los antibióticos hasta la década de 1970 donde comienza a reconocerse nuevamente en occidente las grandes propiedades curativas de la planta.

### Usos y presentación:

La equinácea es una de las plantas más estudiadas y numerosos estudios han probado y confirmado las propiedades terapéuticas de la planta. Entre sus usos más comunes destaca:

- ✓ Una de las principales características beneficiosas para el cuerpo que ofrece la equinácea es que refuerza el sistema inmunológico, fundamental para nuestra salud, impidiendo que los virus y sustancias tóxicas se desarrollen en nuestro organismo. A través del fortalecimiento del sistema inmune se refuerza la resistencia del cuerpo a la intervención de estos y otros agentes externos, siendo muy útil para combatir todo tipo de infecciones.
- ✓ Tratamiento de la gripe y de resfriados, inhibiendo el proceso de infección y acelerando el tiempo de recuperación.
- ✓ Entre sus propiedades también encontramos que ayuda a cicatrizar las heridas. Los cataplasmas de equinácea fresca son muy efectivos en la piel en casos de corte, quemaduras, psoriasis, eccemas...
- ✓ Se aplica también la raíz de esta planta para los dolores de muelas y de garganta.
- ✓ Estimula la producción de células blancas de la sangre.

La forma de presentación en que podemos encontrar la equinácea es en flores frescas, cápsulas, crema y tintura ■

