



# OLIVO

## DATOS GENERALES

NOMBRE CIENTÍFICO	FAMILIA	PARTE EMPLEADA
<i>Olea europaea L.</i>	Oleáceas	Hojas

**DESCRIPCIÓN:** Árbol perennifolio, de hasta 10 m de alto, con tronco grueso y retorcido, la corteza pardo grisácea, muy agrietada en los ejemplares maduros, y la copa redondeada. Hojas pequeñas, lanceoladas, verdes lustrosas por el haz y plateadas y vellosas por el envés. Flores blancas reunidas en racimos ligeros. Fruto ovado, carnoso, la aceituna, que en los ejemplares silvestres es mucho más pequeño que en los de cultivo.<sup>1</sup>

**HÁBITAT:** El olivo silvestre o acebuche aparece en terrenos pedregosos, garrigas y formaciones de litoral. La variedad de cultivo se planta en grandes extensiones. Se planta también en parques y jardines.<sup>1</sup>

**DISTRIBUCIÓN:** El olivo se localiza en toda la cuenca mediterránea. Es muy frecuente en las islas Baleares, Cataluña, Levante y Andalucía. Se cultiva industrialmente en muchas áreas de clima templado y es en Andalucía donde se localizan las más extensas plantaciones.<sup>1</sup>

**TOXICIDAD:** Ninguna<sup>1</sup>

**FLORACIÓN Y RECOLECCIÓN:** Florece a finales de primavera. Con fines medicinales se cosecha...<sup>1</sup>

**PRINCIPIOS ACTIVOS:** Oleoeuropeósido, ácido oleanólico, flavonoides como el olivol, principios amargos como la olivamarina.<sup>1</sup>

**PROPIEDADES:** Antihipertensivo, vasodilatador, antiarrítmico, hipocolesterolemizante, hipoglucemiante, diurético, antiespasmódico, digestivo, laxante, antiséptico, demulcente.<sup>1</sup>

**INDICACIONES:** Las hojas del olivo contienen una sustancia, conocida por oleoeuropeína, que ejerce una notable fuerza como vasodilatadora y reguladora de la tensión sanguínea. Ello explica el que olivo esté considerado probablemente como el remedio natural más importante para combatir la presión arterial. Tiene la capacidad de estimular la dilatación de las arterias coronarias, se recomienda para prevenir todo tipo de accidentes coronarios, como arteriosclerosis y la aparición de tromboembolias. Ayuda en el tratamiento de diabetes por cuanto reducen los niveles de glucosa en la sangre y orina. Es también diurético y depurativo, su consumo es una buena ayuda para el exceso de ácido úrico en la orina y para combatir la infección en el tracto urinario.<sup>1</sup>

**PRECAUCIONES:** Aunque no se han reportado casos de toxicidad con el consumo de este producto, se recomienda no sobrecargar la dosis señalada.<sup>1</sup>

### BIBLIOGRAFÍA:

1.- Cebrián. J. Diccionario Integral de Plantas Medicinales. 1ra edición. Integral. Barcelona. 2002

Este producto lo puede encontrar en las siguientes presentaciones:

❖ Triturado      ❖ Polvo      ❖ Extracto Fluído      ❖ Extracto Seco

Si desea más información, favor de comunicarse con nosotros a los teléfonos:

(0155) 26032980 y 26032937