



ARÁNDANO



DATOS GENERALES

| NOMBRE CIENTÍFICO | FAMILIA | PARTE EMPLEADA |
|-------------------------------|-----------|----------------|
| <i>Vaccinium myrtillus L.</i> | Ericáceas | Hojas |

DESCRIPCIÓN: Arbusto de porte modesto, entre 20 y 60 cm de alto, muy ramificado, con el tallo leñoso. Las hojas, alternas. Ovals, agudas y coriáceas, están finamente dentadas y son de color verde claro o algo amarillentas, caducas y con peciolo corto, despiden un agradable olor. En otoño se tornan de un bello color rojo.²

HÁBITAT: Forma setos mas o menos densos en ambientes húmedos de montaña. Junto a pastos, prados y brezales.¹

DISTRIBUCIÓN: Originario de Europa, en la Península se extiende por las montañas del tercio norte, desde los Pirineos y Prepireneos a Galicia.¹

TOXICIDAD: Ninguna.¹

FLORACIÓN Y RECOLECCIÓN: Se recolectan las hojas jóvenes en primavera.¹

PRINCIPIOS ACTIVOS: Ricas en hierro y manganeso, así como ácidos orgánicos. También contiene taninos, flavonoides, ácidos triterpénicos como los ácidos ursólico y oleanólico, arbutósido y un glucósido antociánico, la mirtilina. Finalmente

PROPIEDADES: Antiséptico urinario, antidiarreico, antihemorrágico, astringente, hipoglucemiante, antiinflamatorio, diurético, antifúngica y vasoprotector.¹

INDICACIONES: Las hojas presentan un efecto antidiarreico (por sus taninos), antimicrobiano y antiespástico a nivel del tubo digestivo, y están indicadas en caso de gastroenteritis y vómitos.

Antifúngico, hipoglucemiante, por su contenido en mirtilina y neomirtilina. Su uso, sin embargo, se deberá limitar a las formas ligeras de diabetes del adulto.

El arándano también posee propiedades vitamínicas P, y por ello se ha empleado en problemas de la circulación venosa y en afecciones vasculares del ojo.

Es además, un antiséptico urinario discreto, este efecto lo debe a la arbutina y la hidroquinona.²

PRECAUCIONES: El abuso indiscriminado de hojas de arandino puede provocar intoxicaciones por hidroquinona, que

BIBLIOGRAFÍA:

- 1.- Cebrián. J. Diccionario Integral de Plantas Medicinales. 1ra edición. Integral. Barcelona. 2002
- 2.- Berdonces I. Gran enciclopedia de las plantas medicinales. Tikal. Madrid, España.

Este producto lo puede encontrar en las siguientes presentaciones:

- ❖ Triturado
- ❖ Polvo
- ❖ Extracto Fluido
- ❖ Extracto Seco

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

(0155) 26032980 y 26032937