



GOTU-KOLA

DATOS GENERALES

NOMBRE CIENTÍFICO	FAMILIA	PARTE EMPLEADA
<i>Hydrocotyle asiática L.</i>	Umbelíferas	Planta

DESCRIPCIÓN: Planta trepadora o rastrera, de tallos nudosos de donde arrancan grupos de hojas. Éstas tienen forma de abanico, con los nervios muy marcados. Flores diminutas, de color blanco.¹

HÁBITAT: Crece en áreas pantanosas, en bosques de ribera y setos fluviales.¹

DISTRIBUCIÓN: Es originaria de la india. Variedades similares se encuentran en América del Sur, África y Australia. El cultivo con fines medicinales se ha extendido por todo el mundo.¹

TOXICIDAD: Leve.¹

FLORACIÓN Y RECOLECCIÓN: La recolección se realiza durante todo el año. Se aprovechan las hojas, tallos y ramilletes floridos.¹

PRINCIPIOS ACTIVOS: Saponinas triterpénicas como el centellósido y el asiaticósido, fitosteroles, alcaloides como la hidrocotilina, mucilagos, principios amargos y abundantes taninos.¹

PROPIEDADES: Sedante, antidepresiva, venotónica,
estabilizante antiépileptico, estimulante antiinsuficiencia.¹

INDICACIONES: La centella asiática o gotu-kola, como se le conoce a hindi, se ha utilizado en la india durante miles de años como remedio de la medicina ayurvédica para combatir la lepra y todo tipo de problemas de la piel. Contiene glucósidos como el centellósido, aceite esencial y abundantes taninos y mucilagos que le confieren capacidad para proteger las mucosas de la piel, lo que sumando a su condición antiséptica y cicatrizante hacen de ella un recurso inigualable para tratar las quemaduras, eccemas, heridas superficiales, llagas y como apoyo contra la psoriasis. La centella asiática limpia y tonifica la piel, eliminando las posibles impurezas. Está indicada también en caso de infecciones bucales y corneales, inflamaciones de los párpados y faringitis. Por otro lado, destaca por su fuerza como planta revitalizadora del sistema nervioso que actúa como un sedante útil para combatir el estrés y el insomnio, así como una ayuda para frenar procesos depresivos. Pero al mismo tiempo agudiza la memoria, nos permite retener mejor la información que percibimos a través de la lectura o de la escucha, nos mantiene más despiertos y perceptivos, e incluso se ha llegado a considerar que aviva el ingenio y activa la inteligencia. También se utiliza para corregir la mala circulación sanguínea y por su efecto antiinflamatorio, para tratar dolores reumáticos y artríticos.¹

PRECAUCIONES: Evitar si se padece gastritis o úlcera gastroduodenal. El contenido en taninos puede provocar irritación en las mucosas gástricas.¹

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 Fluido ❖ Extracto Seco

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

(0155) 26032980 y 26032937