



SALVIA REAL

DATOS GENERALES

NOMBRE CIENTÍFICO	FAMILIA	PARTE EMPLEADA
<i>Salvia Officinalis L.</i>	Labiadas	Tallos, hojas y flores

DESCRIPCIÓN: Mata aromática, de entre 20 y 70 cm de alto, de tallos tiesos y cuadrangulares, con espigas densas de flores violetas o púrpuras, agrupadas en verticilos. Hojas gruesas, de color verde azulado por el haz y blanquecinas por el envés, lanosas y pubescentes, las inferiores oblongas, con los márgenes dentados, y las superiores mas estrechas.¹

HÁBITAT: Crece en ambientes secos y soleados, prados, pedregales y matorrales. Planta con frecuencia en huertos, bordes de sembrados, parques y jardines.¹

DISTRIBUCIÓN: Europa mediterránea, desde Portugal a Bulgaria. En España es mas común en la mitad este, de Cataluña a Andalucía.¹

TOXICIDAD: Ninguna.¹

FLORACIÓN Y RECOLECCIÓN: Florece a partir del mes de mayo y hasta mediados del verano. Hojas y sumidades floridas se cosechan en verano y se dejan a secar a la sombra.¹

PRINCIPIOS ACTIVOS: Aceite esencial con tuyoona, alcanfor y borneol, ácidos fenólicos (rosmarínico, clorogénico y cafeico), flavonoides, principios amargos como la pricosalvina, taninos.¹

PROPIEDADES: Digestiva, carminativa, colerética, hipoglucemiante, antiséptica, estrogénica, estimulante uterino, antisudoral, antiespasmódica, astringente, tónica.¹

INDICACIONES: Se recomienda como apoyo en la menopausia por como elimina o disminuye los sudores nocturnos, los sofocos y el exceso de salivación y prepara al cuerpo para los cambios hormonales que en él se están produciendo. La salvia reduce la secreción de leche materna en las lactantes y actúa como un estimulante uterino que favorece el flujo menstrual e impide que se produzcan irregularidades. Ayuda a recobrar el apetito, a aliviar los trastornos digestivos, como gastroenteritis, nauseas y diarreas y a evitar la hinchazón abdominal y los gases. Sirve además para estimular la secreción de bilis y reducir el contenido de glucosa en la sangre, por lo que debe ser tenida en cuenta por los diabéticos. Es también una solución contra las picaduras de insectos, la irritación ocular y para tratar la caída del cabello.¹

PRECAUCIONES: Evitar durante el embarazo, pues es un estimulante del útero. Tomar en dosis moderadas y en periodos breves de tiempo.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