

**FICHA TECNICA DE GOTU - KOLA****FIT-EFG-004****DATOS GENERALES****NOMBRE CIENTIFICO:** *Centella asiatica (L.) Urban*  
**FAMILIA:** Apiaceae**PROPIEDADES  
TERAPEUTICAS:**Reducción de la permeabilidad cutánea, anti inflamatorio, astringente, antiséptico y hemostático (por el ácido gálico y los taninos), venotónico natural, vasoconstrictor.<sup>3</sup>**DIVERSOS USOS EN LA INDUSTRIA****FARMACEUTICA:** Es útil en diferentes medicamentos que son usados para contra restar a Insuficiencia crónica venosa.<sup>1,3</sup>

Es un remedio eficaz para combatir afecciones respiratorias. Su contenido en mucílagos hace de esta planta una opción para ablandar mucosidad pectoral y expulsar la flema, gracias a los estornudos y la tos. Se dice que provoca estornudo, lo cual es una forma sencilla y rápida de despejar los conductos respiratorios en las personas con gripe.

**COSMETICA:** En cosmética, la gotu kola o centella asiática se emplea como ingrediente de cremas y sérums orientados a regenerar la piel, como aftersun, cremas para curar tatuajes o para disimular cicatrices después de un tratamiento médico estético. Pero también se utiliza en productos para retardar el envejecimiento. Y el ácido asiático que contiene ayuda a la producción de colágeno, previniendo además la aparición de arrugas.

**PRECAUCIONES**

No se recomienda su uso en mujeres embarazadas y lactantes.

**PRESENTACIONES**Frasco gotero 30 mL /Botella vidrio ámbar 1 L.; Garrafa plástica / 5 L y 20 L.  
Planta Entera, Triturada, Pulverizada, Extracto fluido, Extracto Seco.**ALMACENAMIENTO****Consérvese en un lugar fresco, seco y protegido de la luz.****REFERENCIAS  
BIBLIOGRAFICAS**

- 1) Braun L. and Cohen Marc. 2015. Herbs and natural supplements: an evidence-based guide. Fourth edition, Volumen 2. Elsevier Australia. 1177-1179 p.
- 2) Cebrián. J. Diccionario Integral de Plantas Medicinales. 1ra edición. Integral. Barcelona. 2002
- 3) Jet C. N. y Aziz Z. 2013. A systematic review of the efficacy of *Centella asiatica* for improvement of the symptoms of Chronic venous insufficiency. Evidence-Based Complementary and alternative Medicine.2013:10p