

Angélica (*Angelica archangelica*)



Otros nombres: Angélica de jardín, angélica europea

Nombre en inglés: Angelica

Partes Utilizables: Hojas, Raíz, Semillas



Propiedades curativas

Aunque en otros tiempos esta planta medicinal se consideró beneficiosa contra un gran número de enfermedades, en la actualidad el escrutinio científico ha descartado la mayor parte de su empleo. Los herbalistas modernos la recomiendan para aliviar problemas digestivos, eliminar el exceso de mucosidad en el organismo y aliviar afecciones del aparato respiratorio, por su acción relajante sobre los bronquios. Los investigadores científicos han encontrado que la angélica tiene efectos antiinflamatorios, por lo que puede usarse en el tratamiento de la artritis. Informes preliminares llegados de la China indican que la angélica aumenta el número de glóbulos rojos en la sangre, por lo que podría ser útil para combatir la anemia. Estos informes también revelan que esta planta aumenta la coagulación de la sangre



Recomendada para las siguientes enfermedades

Piojos

Flatulencia

Jaqueca

Fatiga mental

Alcoholismo

Anorexia

Artritis



Preparación ([Ver preparaciones](#))

1. **Infusión:** Se prepara con 1 cucharadita de hojas trituradas o de semillas en polvo para 1 taza (8 oz) de agua hirviendo; se deja reposar de 10 a 20 minutos.
2. **Cocimiento:** Hervir 1 cucharadita de té de raíz en polvo en 1 taza (8oz) de agua durante 2 minutos. Luego se retira del fuego y se deja reposar durante 15 minutos. El cocimiento de angélica tiene un sabor amargo



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

1. **Infusión:** Tomar 1 taza (8 oz) varias veces durante el día.
2. **Cocimiento:** ¼ de taza (2 oz ó 2 cucharadas soperas) varias veces al día



Ingredientes Activos

Aceite esencial con felandreno, ácido angélico, una cumarina (angelicina, principio amargo y tanino) y psoralinos.



Contraindicaciones

Los informes revelan que esta planta aumenta la coagulación de la sangre debido a lo cual no debe ser usada por personas enfermas del corazón o con riesgos de enfermarse, para evitar que disminuya el flujo sanguíneo hacia el corazón y exista la posibilidad de un ataque cardíaco. También se cree que estos compuestos promueven el crecimiento de tumores, lo que no los hace aconsejables para personas que tienen un historial de cáncer



Precaución

La angélica contiene unos productos químicos llamados psoralinos. Cuando personas que han ingerido psoralinos se exponen al sol, suelen desarrollar salpullidos en el cuerpo. Las raíces frescas de angélica son tóxicas, por lo que hay que secarlas bien antes de usarlas. No es aconsejable recoger hojas o raíces de angélica en el campo, porque es muy fácil confundir esta planta con la cicuta, que es venenosa