

Azafrán (*Crocus sativa*)



Otros nombres: Achiote, azafrán de la tierra, tintoria, urucú

Nombre en inglés: Saffron

Parte Utilizable: Flores



Propiedades curativas

El azafrán fortalece el corazón y el estómago, ayuda a la digestión, limpia los pulmones, y también es útil en caso de tos; promueve el flujo menstrual, tiene acción sedante, es expectorante. Aplicado externamente tiene efecto desinflamatorio sobre la gota. La crocetina, uno de los componentes del azafrán, combate la formación de colesterol en las arterias y aumenta la cantidad de oxígeno en la sangre



Recomendada para las siguientes enfermedades

Psoriasis

Hipo

Colitis

Amenorrea



Preparación ([Ver preparaciones](#))

Para prevenir enfermedades del corazón o para promover la menstruación, preparar una infusión con 12 a 15 estigmas por taza (8 oz) de agua hirviendo y dejar reposar durante 10 minutos o usar el extracto o polvo comercial



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Tomar hasta 1 taza (8 oz) al día en pequeñas dosis



Ingredientes Activos

La crocetina



Contraindicaciones

No debe darse a niños menores de 2 años ni a mujeres embarazadas. El azafrán contiene un tóxico que actúa a nivel del sistema nervioso central, que puede perjudicar cuando se ingiere en grandes dosis

www.medicinalesplantas.com