

## Boldo (*Boldus fragans, peumus boldus*)



**Otros nombres:** Boldea, boldu

**Nombre en inglés:** Boldo

**Partes Utilizables:** Corteza, Hojas



**Propiedades curativas**

La infusión preparada con hojas de este árbol aromático, bebida después de las comidas constituye una excelente ayuda para la digestión y reemplaza con grandes beneficios el té y el café. En infusión preparada con una cucharadita de hojas trituradas por litro de agua y bebida varias veces durante el día, tonifica el estómago, estimula el apetito, favorece la digestión y limpia la sangre, el hígado y los riñones. Las compresas preparadas con un cocimiento de 6 cucharadas de hojas de boldo trituradas en 1 litro de agua, aplicadas sobre el abdomen tonifican el estómago, eliminan los gases y tranquilizan los nervios. El boldo regula las funciones biliares y hepáticas en general y combate los cálculos de la vesícula. El Dr. Silvio Rozzi Sachetti recomienda, para disolver los cálculos y combatir otras afecciones, la infusión con 3 hojas de boldo (o su equivalente en hojas trituradas o molidas) puestas en maceración en unas 2 tazas de 8 oz de agua durante toda la noche. Luego se calienta ½ taza (4 oz) y se toma en ayunas; el resto se bebe durante el día después de las comidas. Otros herbalistas recomiendan 5 cucharadas de hojas trituradas en 1 litro de agua. Para combatir los cálculos biliares, la inflamación de la vesícula biliar y los cólicos hepáticos, se hierve una cucharada de hojas trituradas en 1 litro de agua, durante 2 minutos; luego se cuela y se endulza. Se toma ½ taza (4 oz) 2 veces al día, después de las comidas



**Recomendada para las siguientes enfermedades**

[Enfermedades de la vesícula biliar](#)

[Gota](#)



**Preparación ([Ver preparaciones](#))**

**Infusión:** Tres hojas en 2 tazas de 8 oz de agua hirviendo; tapar y dejar reposar durante 5 minutos



#### Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber 1 taza (8 oz) 2 veces al día, después de las comidas



#### Ingredientes Activos

Contiene aceite esencial con escaridol, eucalipto y cimol, alcaloides (boldina) y flavonoides



#### Contraindicaciones

No administrar a niños menores de 12 años ni a mujeres embarazadas

[www.medicinalesplantas.com](http://www.medicinalesplantas.com)