

Enebro (*Juniperus communis*)



Otros nombres: Junípero

Nombre en inglés: Juniper

Partes Utilizables: Frutos, Hojas



Propiedades curativas

La infusión de las hojas sirve para el tratamiento del reumatismo. También tiene propiedades antisépticas (útiles en caso de cistitis), diuréticas, y contra las molestias causadas por la menopausia. Como el aceite esencial que contiene es muy estimulante de los nefrones del riñón, esta planta debiera ser evitada por los enfermos de los riñones. En casos de reumatismo y artritis se la usa en aplicaciones externas que alivian el dolor



Recomendada para las siguientes enfermedades

Menopausia

Infecciones del sistema urinario



Preparación ([Ver preparaciones](#))

Para infusión, verter ½ litro de agua hirviendo sobre 1 cucharada (30 gramos) de frutos ligeramente triturados y dejar reposar 20 minutos. La infusión de las hojas se prepara con 1 cucharada de hojas en 1 litro de agua



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber 1 taza (8 oz) por la noche y otra por la mañana. En reumatismo crónico, este tratamiento debe continuarse durante 4 a 6 semanas en la primavera y el otoño



Ingredientes Activos

Aceite esencial con monoterpenos y sesquiterpenos, glucosa, azúcar invertido, flavonoides, resina, tanino y principio amargo



Contraindicaciones

No administrar a niños pequeños ni a las mujeres embarazadas. Los enfermos de los riñones no deben usar esta planta

www.medicinalesplantas.com