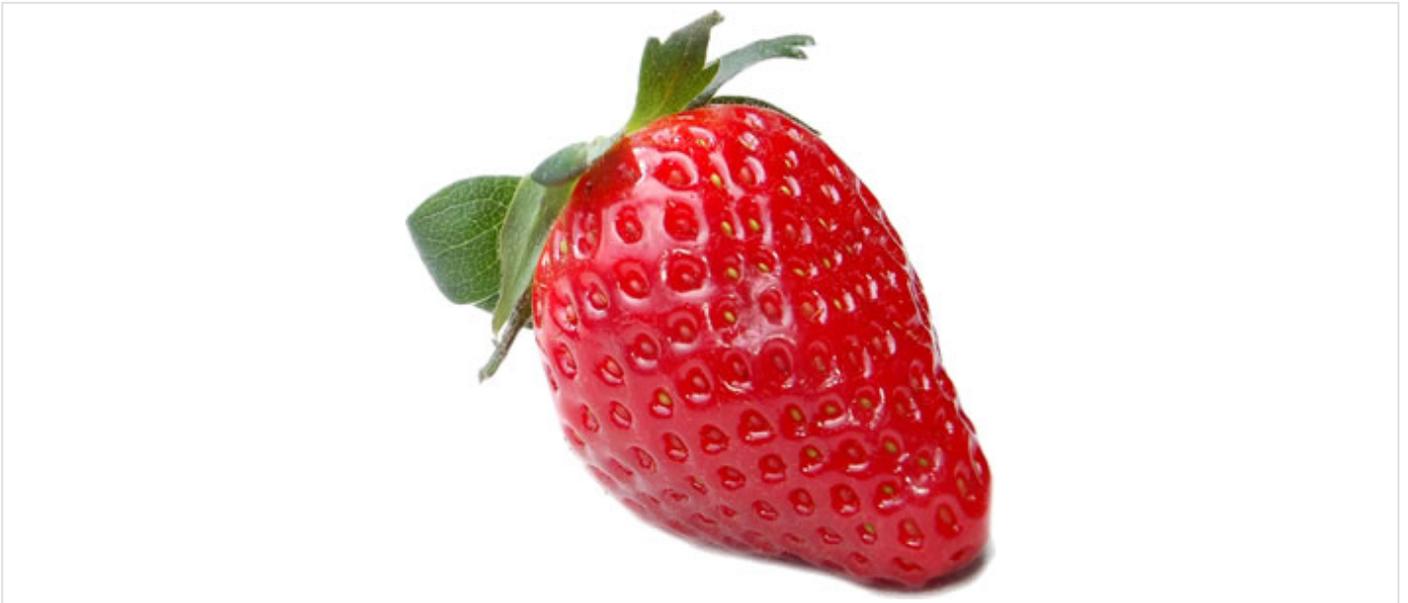


Fresa (*Fragaria vesca*)



Otros nombres: Frutilla

Nombre en inglés: Strawberry

Partes Utilizables: Frutos, Hojas



Propiedades curativas

La fresa debiera ser consumida por los que padecen de anemia y desnutrición. Debido a que posee abundancia de hierro y calcio es útil en casos de artritis, gota, reumatismo, cálculos y arenillas. Sus hojas en infusión tienen un efecto astringente, lo que la hace beneficiosa en caso de diarrea; también ejerce un efecto diurético y antiséptico que le da características importantes como auxiliar en las infecciones urinarias y de la piel, como manchas, pecas y resequedad. Para eliminar las manchas de la cara producidas por el aire y el sol, se aplica el fruto fresco machacado, por la noche



Recomendada para las siguientes enfermedades

[Eccema](#)

[Pie de atleta](#)

[Piel seca](#)

[Infecciones del sistema urinario](#)



Preparación ([Ver preparaciones](#))

Para infusión, se vierte 1 litro de agua hirviendo sobre 1 cucharada de hojas trituradas. También se usa externamente frotando las hojas. Otros usos locales se mencionan en las propiedades de la planta



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

3 a 4 tazas de 8 oz al día. Niños: Mitad de la dosis



Ingredientes Activos

La hoja contiene tanino, vitamina C, aceite esencial, ácido salicílico, flavona. El fruto tiene azúcar, pectina, vitamina C, ácidos, compuestos de hierro y principios aromáticos



Contraindicaciones

No se conoce ninguna