

Helecho hembra (*Polypodium vulgare*)



Otros nombres: Helecho, helechuna

Nombre en inglés: Fern

Parte Utilizable: Rizoma



Propiedades curativas

El cocimiento sirve para lavar heridas debido a las propiedades antisépticas de la planta. Para laxante y antihelmíntico, especialmente contra las tenías, se usa un cocimiento más concentrado



Recomendada para las siguientes enfermedades

[Lombriz solitaria](#)



Preparación ([Ver preparaciones](#))

El cocimiento se prepara hirviendo la raíz o rizoma del helecho en 2 tazas (1/2 litro) de agua, hasta que tenga una consistencia de jarabe



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Tomar de 6 a 8 cucharaditas al día. Niños: De 3 a 4 cucharaditas. (Para niños nunca se debe preparar un cocimiento más concentrado)



Ingredientes Activos

Filicina, bruta con aspirinal, albspideria, ácido flavaspídico, ácido felicínico, taninos, resina, almidón, azúcar



Contraindicaciones

La planta aquí descrita es el helecho hembra. El helecho macho tiene las mismas propiedades, pero debe tenerse sumo cuidado, pues las dosis inapropiadas de helecho macho pueden producir ceguera y envenenamiento. Tampoco se debe ingerir alcohol cuando se usan los preparados de esta planta

www.medicinalesplantas.com