

Juanilama (*Lippia alba*)



Otros nombres: Mirto, orozul, prontoalivio, quitadolor

Nombre en inglés: Lemon verbena

Partes Utilizables: Flores, Hojas



Propiedades curativas

La infusión de las hojas y las flores sirve para calmar los cólicos y producir sudoración. Se emplea con mucho éxito como sedante y antiespasmódico en afecciones gastrointestinales. Eficaz en el tratamiento de úlceras pépticas, colitis, gastritis y problemas irritantes del sistema digestivo. También tiene propiedades expectorantes en caso de tos rebelde



Recomendada para las siguientes enfermedades

Cólicos

Flatulencia

Colitis



Preparación ([Ver preparaciones](#))

- **Infusión:** Verter 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 1 cucharada de hojas y flores.
- **Maceración:** Se deja remojar 1 cucharada de hojas y flores en 1 taza (8 oz) de alcohol durante 24 horas. Se aplica en fricciones



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber 1 taza (8 oz) cada 8 horas. Niños: Mitad de la dosis