

## Ortiga mayor (*Urtica dioica*)



**Otros nombres:** Cádiz sueco, pica-pica, puya-puya, quequeshque

**Nombre en inglés:** Nettle

**Partes Utilizables:** Hojas, Raíz



### Propiedades curativas

La ortiga mayor es una planta muy beneficiosa porque ayuda a expulsar del organismo abundantes impurezas, especialmente de la sangre, el estómago, el intestino, los pulmones y los riñones. Esta planta tiene propiedades expectorantes, ya que expulsa de los pulmones secreciones y flema, purifica la sangre, corta la diarrea, mejora las úlceras de los intestinos, alivia la disentería crónica, el asma y los sangrados de la nariz. Además, cura las afecciones de la piel, las quemaduras, elimina la caspa, evita la caída del cabello y produce alivio en casos de reumatismo y gota. El jugo extraído de las hojas frescas de ortiga mayor es diurético, restablece el flujo de orina, disuelve los cálculos de riñones y vesícula, y ayuda a detener las hemorragias uterinas. Tomar 3 cucharadas de jugo de ortiga mayor por la mañana y 3 por la noche. Es muy eficaz para aliviar los dolores reumáticos, la artritis, las pérdidas de sangre de la nariz y la boca, las manchas de la piel de la cara, depura la sangre y aumenta la secreción de leche en la mujer que amamanta



### Recomendada para las siguientes enfermedades

[Quemaduras](#)

[Hemorragias](#)

[Enfermedades de la vesícula biliar](#)

[Hipotiroidismo](#)

[Osteoporosis](#)

[Gota](#)



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

- **Infusión:** Se prepara vertiendo 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 2 cucharadas de hojas de ortiga mayor, se deja en reposo durante 5 minutos y luego se cuela, se endulza con miel y se toma en dosis de 2 a 3 tazas al día.
- **Jugo:** se extrae de las hojas frescas



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

Ver propiedades y preparación



#### Ingredientes Activos

Histamina, tiramina, metilamina, colina, flavones, indicios de aceite esencial y mucílago



#### Contraindicaciones

No comer las hojas crudas podrían causar daño a los riñones o producir síntomas de envenenamiento; cocinada, la ortiga mayor es muy alimenticia, depurativa y diurética. Las hojas frescas deben manejarse con cuidado para evitar que los vellos urticantes produzcan serias reacciones alérgicas en la piel