

Perejil (*Apium petroselinum*, *petroselinum crispum*)



Otros nombres: Apio, apio de piedras, ligustico do reino, ligustico peregrino, peregil, perejil, perexil, petroselino, prejil, prexil

Nombre en inglés: Parsley

Parte Utilizable: Toda la planta



Propiedades curativas

El perejil contiene abundancia de vitamina C, limpia el estómago y estimula la producción de jugo gástrico. El cocimiento se prepara hirviendo 30 gramos de raíz en 1 litro de agua, en un recipiente tapado, hasta que el líquido quede reducido a sus dos terceras partes. La dosis de 2 cucharadas soperas cada 4 horas, es beneficiosa para remediar la retención de orina. Actúa como sudorífico, alivia la hidropesía (retención de líquido), la ictericia, la hipertensión arterial, las afecciones hepáticas, afecciones de las vías urinarias, gota, reumatismo, reglas escasas, menstruación dolorosa, impotencia, orina escasa o turbia. También mejora la memoria. Las semillas secas en infusión de 10 a 20 gramos por litro de agua, ejercen efectos tónicos estomacales, vermífugos; calman los nervios y alivian los dolores neurálgicos. Dice el Dr. Eugenio Arias Alzate que el perejil tonifica las glándulas suprarrenales y las vigoriza. Evita los cólicos menstruales y los cura. Fortifica los ovarios y los sana. Sin embargo las mujeres embarazadas no deben ingerirlo. En caso de menstruaciones tardías, beber dos tazas (1/2 litro) diarias de una infusión preparada vertiendo 200 gramos de agua hirviendo sobre 5 gramos de raíz y hojas de perejil



Recomendada para las siguientes enfermedades

Hemorragia nasal

Hepatitis

Ictericia

Edemas

Osteoporosis

Gota

Artritis



Preparación ([Ver preparaciones](#))

Infusión para uso general: Verter 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 1 ó 2 cucharaditas de hojas y dejar

reposar de 10 a 15 minutos. En las propiedades se presentan otros preparados útiles para combatir diversas afecciones



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber ½ taza (4 oz) 3 veces al día. En caso de usar tintura, tomar 3 veces al día de 4 a 6 gotas de tintura disuelta en agua. La infusión también se puede aplicar localmente como gotas por la nariz o en compresas frías



Ingredientes Activos

Aceite esencial con apiol, miristicina, pimeno, glucósidos flavolínicos, bergapteno, aceite fijo con ácido petroselinico