

Verbena (*Verbena litoralis*, *verbena officinalis*)



Otros nombres: Alacrán, borraión, milflor, miliflor, rabo de alacrán, tiraodes

Nombre en inglés: Vervain

Partes Utilizables: Flores, Hojas



Propiedades curativas

La infusión de verbena combate la fiebre y las inflamaciones de la boca y la garganta. Se prepara con 15 gramos de hojas para 1 litro de agua hirviendo; se toma 1 taza en ayunas durante los días que sea necesario. Las cataplasmas hechas con hojas frescas o secas hervidas en vinagre, alivian los dolores artríticos, la jaqueca y otros dolores del cuerpo como neuralgias, pleuresía y dolores de cabeza. El cocimiento hecho con 5 gramos de hojas en ½ litro de agua sirve para lavar el cabello y hacer fricciones que lo fortalecen y estimulan su crecimiento. También sirve para lavar heridas y desinfectarlas



Recomendada para las siguientes enfermedades

Caída del cabello

Lesiones abiertas de la piel

Inflamación de la faringe y las amígdalas

Laringitis



Preparación ([Ver preparaciones](#))

Infusión: Verter 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 1 a 3 cucharaditas de hojas y dejar reposar durante 10 a 15 minutos. Para otras indicaciones, favor de leer las propiedades curativas



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber 1 taza (8 oz) 3 veces al día



Ingredientes Activos

Glicósidos, amargos (verbelina), aceite esencial, mucílago y tanino



Contraindicaciones

En estudios realizados con animales se ha encontrado que la verbena disminuye la frecuencia cardíaca, aprieta los bronquios y estimula los intestinos y el útero. Debido a su acción depresora de los movimientos cardíacos, la persona con enfermedad congestiva del corazón, o con otra enfermedad cardíaca, no debe usarla. Su acción constrictiva sobre los bronquios puede causar dificultades a los asmáticos y a otros con afecciones respiratorias. La acción estimulante de la verbena sobre los intestinos podría agravar alguna afección intestinal crónica, como la colitis. Finalmente, las mujeres embarazadas deben abstenerse de usarla debido a su efecto estimulante del útero, que podría inducir un aborto