

Malva



1.-NOMBRE CIENTIFICO: *Malva silvestrys.*

2.-CLASIFICACION BOTANICA:

-**Familia:** Malvaceas.

-**Género:** Malva.

-**Especie:** silvestrys.

- **SUDORIFICA, EXPECTORANTE, INFLAMACIONES URINARIAS- BRONQUIALES- DE LA PIEL, EXTREÑIMIENTO, GASTRITIS, ULCERAS, ALIVIA LAS HEMORROIDES, ADELGAZANTE.**

-Debido a sus propiedades suavizantes se ha utilizado tradicionalmente para aliviar las molestias que sufren los niños cuando les salen los dientes, dándoles la raíz descortezada para que la mastiquen y se froten con ella las encías.

-Tradicionalmente se emplea el cocimiento de la planta

-Como "desinflamante", para aliviar golpes, lavar heridas, para tratar "infecciones vaginales y renales", así como contra la fiebre. En algunas poblaciones las hojas tienen uso comestible en diversos guisos.

-Se emplean las flores y, en menor medida, las hojas.

-**Las hojas** tienen mucílagos, vitaminas A, B1, B2 y C, además un principio oxicotico y estimulante del intestino. Posee propiedades emolientes, antiinflamatorias, antitusivas y laxante ligero. Se utiliza en catarros, bronquitis, faringitis, gripe.

3.- DESCRIPCCION BOTÁNICA: La malva silvestre es una hierba anual. Su tallo es erguido y veloso. Las hojas presentan pecíolos largos, son palmilobuladas, dentadas y pelos toscos. Las flores son de color morado, con el cáliz de una sola pieza y con la corola de 5 pétalos. Los frutos son pequeñitos, arrugados que forman una rueda y están rodeados por el cáliz.

Recolección y conservación: La primavera es la mejor estación para recolectar las flores antes que se hayan abierto. Las hojas deben recogerse cuando la planta se encuentre bien florecida en primavera o verano. Guardarlas en un recipiente seco y

4.-COMPONENTES ACTIVOS: Las hojas de la malva contienen mucílagos, taninos, aceite etéreo, vitaminas A, B1, B2, y C. Las flores contienen: mucílagos, maluina, glucosa, maldina, y éteres dimetilicos delfinidina.

5.-PARTES UTILES: Las flores y las hojas.

6.- DISTRIBUICION: Costa, Sierra, como maleza en los campos y lomas costeras.

17.2 Té y Hierbas para infusiones

Agentes microbianos	Categoría	Clases	n	c	m	Limite por g/ml
						M
Aerobios mesofilos	5	3	5	2	10 ⁴	10 ⁵
Mohos y Levaduras	5	3	5	2	10 ²	10 ³
Salmonella en 25g.	10	2	5	0	0
Echerichia coli.	10	2	5	0	0

7.- USOS:

Gripe, resfriados, faringitis, enfisema, asma. Estreñimiento, gastritis, úlceras gastroduodenales, diarreas; oliguria, cistitis, obesidad. En uso tópico: faringitis, glositis, estomatitis, aftas bucales, bulbo vaginitis, blefaritis, conjuntivitis, heridas, abscesos, forúnculos, picaduras de insectos.

USO TRADICIONAL

- **Afonía:** Hacer gárgaras con la infusión de una cucharada de flores de malva con dos hojas de eucalipto por 5 minutos. Tomar un par de tazas al día y agregar miel.

- **Anticatarral, Béquica, Pectoral, Garganta:** Suaviza las mucosas del aparato respiratorio. Hacer gárgaras con la infusión de una cucharada de flores de malva con dos hojas de eucalipto por 5 minutos. Tomar un par de tazas al día y agregar miel.
- **Cuidado de los Ojos:** Trata la sequedad del ojo. Infusión de la planta seca. Aplicar como colirio.
- **Catarros:** Hacer gárgaras con la infusión de una cucharada de flores de malva con dos hojas de eucalipto por 5 minutos. Tomar un par de tazas al día y agregar miel.
- **Dolor de Garganta:** Gárgaras con la decocción de las flores y hojas secas. Tomar con miel.
- **Dolor en el Pecho:** Infusión durante 10 minutos de dos cucharadas de hojas secas por taza de agua. Tomar con miel.
- **Eczemas:** Aplicar una compresa fría con la decocción de un puñado de hojas secas y flores por litro de agua.
- **Emolientes:** Ablanda lesiones de la piel. Cataplasma de la planta tierna machacada sobre la parte de la piel afectada.
- **Estreñimiento:** Decocción durante 20 minutos de 30 gramos de flores y hojas secas por litro de agua. Tomar 3 tazas al día.
- **Hinchazón del Rostro:** Compresas calientes de agua de malva en la cara y emplastos de la misma planta.
- **Inflamaciones de la Boca:** Enjuagues con la decocción durante 10 minutos de una cucharadita de flores por taza de agua.
- **Ronquera:** Hacer gárgaras con la infusión de una cucharada de flores de malva con dos hojas de eucalipto por 5 minutos. Tomar un par de tazas al día y agregar miel.
- **Sibilancia:** Hacer gárgaras con la infusión de una cucharada de flores de malva con dos hojas de eucalipto por 5 minutos. Tomar un par de tazas al día y agregar miel.

Cosméticas:

Por sus propiedades emolientes, es muy utilizada en cosmética. Tónicos faciales: Se pueden elaborar compresas para ponerlas sobre el rostro con la decocción de un puñado de hojas secas por litro de agua. El líquido que resulta de hervir un puñado de flores también constituye un buen tónico facial.

8.- PREPARACION Y DOSIS: Formas de uso recomendadas: decocción, infusión, extracto líquido, jarabe y varias preparaciones farmacológicas.

Posología: infusión en dosis de 15 g por 1 de agua, distribuida

cuatro veces al día.

Uso interno:

- Infusión: una cucharada de postre por taza. Hervir dos minutos e infundir durante diez. Cuatro o más tomas al día.
- Extracto fluido (1:1) estabilizado: una cucharadita de café, dos o tres veces al día, con infusión.
- Jarabe (5% de extracto fluido): 1 a 3 cucharadas al día.

Uso externo:

- Decocción: 30 a 50 g/l, hervir durante quince minutos. Aplicar en forma de compresas, lavados, baños oculares (isotonizar), colutorios, gargarismos, irrigaciones vaginales, enteroclistmas, etc.
- Cataplasmas calientes de hojas de malva con harina de lino. En abscesos y forúnculos.
- Jugo de planta fresca, contra la picadura de insectos.

“si necesita más información contáctese con Info@inkaplus.com”