

Pulmonaria



1.-NOMBRE CIENTIFICO: *Pulmonaria sp.*

2.-CLASIFICACION BOTANICA:

Familia: Boragináceas.

-Género: *Pulmonaria*.

-Especie: *officinalis*.

EMOLIENTE, EXPECTORANTE, BALSAMICA, DIURETICA Y SUDORIFICA. AFONIA, DIARREA, HEMORROIDES, CICATRIZANTE.

Pulmonaria (*Pulmonaria sp*): Por su alto contenido de saponina con propiedades expectorantes, esta planta sirve para tratar cuadros de pulmonía y bronquitis. Beber media taza de la infusión de las hojas, en la mañana y la noche, endulzada con miel de abeja, para potenciar su efectividad.

3.-DESCRIPCION BOTANICA: La pulmonaria es una planta herbácea perenne, de rizoma subterráneo muy grueso y ramificado, del que parten tallos angulosos y recubiertos de pelusilla, con hojas alternas, ovales, de superficie rugosa, largos peciolos y salpicadas de numerosas manchas blancas. Los tallos están rematados por inflorescencias terminales, de color rosa al principio y azul cuando se abren; es común la existencia simultánea de hasta tres colores distintos. Los frutos son tetraquenios.

Esta especie crece en bosques abiertos, robledales, hayedos, tierras de barbecho, próxima a ríos, arroyos y en general a zonas húmedas. También se cultiva como planta ornamental en parques y jardines. Otra especie igualmente cultivada es la *Pulmonaria saccharata*.

4.-OTROS NOMBRES: Pulmonaria.

5.-COMPONENTES ACTIVOS: Dentro de su composición química destaca su contenido en mucílagos y alantoína que le confieren propiedades emolientes y cicatrizantes. También lleva incluidos en su composición taninos que le proporcionan una ligera acción astringente.

6.-PARTES UTILES: Se utiliza la planta entera. Sumidades floridas (*herba pulmonariae*), hojas (*folium pulmonariae*).

7.-DISTRIBUICION: En las serranías del Perú, a más de 3,500 m.s.n.m: Tarma, Huancayo.

8.- LIMITES MICROBIOLÓGICOS: (Solo válido para el producto esterilizado)

DIGESA – NORMA SANITARIA SOBRE CRITERIOS MICROBIOLÓGICOS DE CALIDAD SANITARIA E INOCUIDAD PARA LOS ALIMENTOS Y BEBIDAS DE CONSUMO HUMANO.

Artículo 7°.- Los métodos de análisis utilizados deberán estar estandarizados según las normas establecidas por la **Comisión del Codex Alimentarius**, o falta de ellas por las establecidas por los organismos internacionales competentes en materia de microbiología de los alimentos.

Artículo 10 °.- Los microorganismos indicadores de higiene, son aquellos que no deben estar presentes en el alimento o bebida en límites superiores a los especificados en el cuadro adjunto.

Artículo 15°. El exceso de estos microorganismos indica que las condiciones de higiene en el procesamiento de los alimentos o bebidas son deficientes; estos productos deben ser rechazados, debiendo establecerse las medidas sanitarias que el caso amerite y disponerse de acuerdo al artículo 9° según corresponda. Son microorganismos indicadores de higiene:

- a) *Escherichia coli*
- b) *Staphylococcus aureus* coagulasa +
- c) *Bacillus cereus*
- d) *Clostridium perfringens*

Artículo 15°.- Los alimentos y bebidas deben cumplir con los siguientes criterios:

17.2 Té y Hierbas para infusiones						
Agentes microbianos	Categoría	Clases	n	c	Limite por g/ml	
					m	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

9.-USOS:

*USOS TERAPÉUTICOS: Emoliente y expectorante en afecciones respiratorias, catarros bronquiales, diurético suave, sudorífico, afonía, diarrea, hemorroides; astringente, uso externo como antiinflamatorio, cura de heridas.

*PROPIEDADES.- El nombre *pulmonaria* tiene su origen en las aplicaciones que, desde siempre, se le ha dado a esta planta para las enfermedades del pulmón, especialmente la tuberculosis. La antigua creencia de que la morfología de cada planta tenía relación con sus utilidades medicinales, hizo creer que las manchas que la pulmonaria posee en las hojas, en semejanza a los nódulos tuberculosos del pulmón, era un indicativo de sus virtudes en la cura de esta enfermedad. Actualmente se sabe que la planta posee propiedades emolientes y expectorantes, útiles contra las afecciones pulmonares, en caso de catarros bronquiales, tos, tos ferina, asma, etc., gracias a las sustancias que contienen. Éstas son básicamente taninos, mucílago, saponinas, ácido silícico y substancias minerales.

*Además, la pulmonaria también es antiinflamatoria, astringente, diurética suave, sudorífica y adecuada como antidiarreico y contra la hemorroides. Se emplea externamente contra la afonía, en compresas para la cura de heridas y baños emolientes.

*Por su contenido en saponinas posee acción expectorante, balsámica, diurética y sudorífica.

*La Pulmonaria es una planta remineralizante por su gran riqueza en sales minerales y sobre todo en sílice, que favorece la cicatrización de las lesiones óseas (actividad semejante a la Consuelda), aumenta la resistencia del tejido conjuntivo y aumenta la actividad leucocitaria frente a las infecciones.

*También posee cierta actividad antigonadotrópica.

*En uso externo es emoliente, antiinflamatoria y cicatrizante.

*Se utiliza sobre todo en afecciones de vías respiratorias: tos, bronquitis, faringitis, tuberculosis pulmonar, gingivitis. Reumatismos, fracturas óseas.

10.-PREPARACION Y DOSIS:

COCIMIENTO PARA USO INTERNO:

Para las aplicaciones internas ya descritas, se puede hacer un cocimiento hirviendo durante 20 minutos en medio litro de agua unos 30 gramos de pulmonaria. Endulzar con miel y tomar caliente unas tres tazas al día

11.-CUIDADOS Y PRECAUCIONES: Uso ordinario.

Al igual que con el Tusilago, hay que tener cuidado y no se aconseja dar durante mucho tiempo seguido debido a su contenido en alcaloides pirrolisidínicos, pues son hepatotóxicos.