

Plantas y remedios

- [Plantas medicinales y remedios naturales](#)
- [Remedios e incompatibilidades](#)
- [Informate sobre....](#)
- [Tés](#)

Enfermedad, plantas

- [Reforzar las defensas](#)
- [El sistema nervioso](#)
- [Corazón y circulación](#)
- [Trastornos digestivos](#)
- [Los riñones y la orina](#)
- [Huesos articulaciones](#)
- [Hígado y vesícula](#)
- [Trastornos femeninos](#)
- [Las vías respiratorias](#)
- [Cabello, piel y uñas](#)
- [Ojos, oído y boca](#)
- [Cefaleas y migrañas](#)
- [Colesterol, glucosa, ácido úrico....](#)
- [Cáncer](#)
- [Alergias](#)
- [Infertilidad](#)



La Echinacea o equinacea

Con la llegada de la estación invernal nuestro organismo, y en particular nuestras vías respiratorias, son amenazadas por bacterias y virus, provocando estados de constipación (resfriados) y estados gripales de origen viral, acompañado de fiebre y decaimiento general obligándonos al reposo forzado. Una característica de la gripe son sus síntomas: tos, fiebre, dolor de cabeza, inflamación de las vías respiratorias altas, dolor en las articulaciones y debilitamiento o malestar general.

El virus de la gripe, "varia su presentación" de año en año, no pudiendo ser reconocido por nuestro sistema inmunitario. Por este motivo existe la posibilidad de volver a contraer fácilmente la misma enfermedad.

Todos los años el Ministerio de Sanidad pone en el mercado vacunas que pretenden garantizar la inmunidad, contra la cepa que se supone será la más común durante el año, pero obviamente, tal vacuna no podrá garantizar la total inmunidad de las múltiples variedades de virus o bacterias que puedan invadir nuestro organismo provocando la mencionada enfermedad.

Por esta razón existe un interés creciente por todas aquellas plantas que poseen propiedades inmunoestimulantes, activando de forma natural las defensas de nuestro cuerpo; con la finalidad de proteger al organismo de agresiones de agentes externos, reduciendo los efectos nocivos que causa la enfermedad en sus diferentes estados.

La Equinacea es una de las plantas más conocidas por su acción inmunoestimulante, cabe destacar las tres variantes más comunes y más usadas en fitoterapia: Equinacea Angustifolia, Equinacea Purpúrea, Equinacea Pallida.

Un poco de historia

Contrario a otras plantas su uso se pierde en la noche de los tiempos, aunque las primeras referencias en torno a esta planta son bastante recientes: **hacia finales del 1.700 se descubre que era usada por los indios nativos de América del Norte,** considerándola sagrada, en vista de sus excelentes propiedades curativas.

Se sabe que 14 tribus Indias utilizaban la Equinacea como único remedio contra las mordeduras de serpiente e insectos venenosos.

Un uso muy frecuente estaba relacionado con los **problemas dentarios y encías dolorosas, también preparaban infusiones contra la gripe y los resfriados, la tos, mal de garganta y antiséptico de heridas infectadas,** en estos casos una aplicación de hojas y raíces sobre la zona afectada.

Será necesario esperar a 1904 para encontrar la primera información sobre la introducción de la Equinacea en la medicina práctica: **a comienzos del siglo XX la tintura de Equinacea es uno de los productos más vendidos en América.**

Hacia 1930 comienza el cultivo y la utilización de la Equinacea, sobre todo en Alemania, país este que aportará los estudios y la labor científica más importante de nuestros días respecto a su valor terapéutico. **Desde este momento la popularidad de la Equinacea crece rápidamente gracias a la eficacia de sus propiedades.**



Con la aparición en el mercado del primer antibiótico (1945) el entusiasmo por la Equinacea decayó notablemente, ante la eficacia, rapidez y garantías curativas del antibiótico. Con el tiempo ya hemos visto que los antibióticos no eran tan perfectos y que matan a los "malos" pero también a muchos de los "buenos".

Será a partir de 1970 que productos a base de Equinacea vuelven a ocupar un lugar importante gracias al interés de las personas en buscar una solución terapéutica de origen "natural".

Actualmente las propiedades terapéuticas de esta planta son documentadas científicamente aconsejándose su uso como antibacteriano, inmunoestimulante, y para combatir todas aquellas enfermedades de tipo invernal, así como en la cura de procesos infecciosos ya sean estos sistémicos o superficiales.

En el año 1800 la Equinacea era comercializada a través de una fórmula farmacéutica conocida con el nombre de Aceite de Serpiente por sus excelentes cualidades para curar la mordedura de serpiente de cascabel. En realidad esta propiedad curativa nunca ha sido demostrada, pero a pesar de esta "laguna" muchos estudios concuerdan en reconocer que la Equinacea posee muchas y variadas propiedades terapéuticas, veamos algunas:

Acciones de la equinacea

Acción inmunoestimulante:

Si nuestro sistema inmunológico funcionara siempre al 100% de su capacidad, existiría la posibilidad de no enfermar nunca, pero en realidad otros factores como el frío, el agotamiento, el estrés, la mala alimentación pueden debilitarlo y esta circunstancia hará posible que ciertas bacterias y virus se desarrollen y proliferen en nuestro organismo causando la enfermedad.

La Equinacea posee la capacidad de reforzar todo el sistema inmunológico.

La importancia de este fortalecimiento radica en una mayor resistencia a todos los agentes externos que nos agredan como: virus, bacterias, sustancias tóxicas y diferentes bacilos.

Cuando las bacterias invaden nuestro organismo, las células encargadas de la defensa, los macrófagos, se activan para devorar y destruir dichas bacterias.

Acción antiséptica y antiinflamatoria

Aumenta la resistencia a la piel contra el ataque de bacterias, virus y hongos gracias a la inhibición de una enzima llamada hialuronidasa

La acción antiinflamatoria de la Equinacea viene referida desde 1950, donde se ponen de manifiesto sus excelentes resultados en la cura de pacientes afectados de artritis crónica.

En 1957 se demuestra que el extracto de Equinacea reduce aproximadamente un 22% la inflamación articular, comparable al efecto de la cortisona, como se sabe la cortisona tiene varios efectos colaterales entre ellos debilita el sistema inmunitario.

No provoca, como otros antiinflamatorios, acidez estomacal.

Acción cicatrizante

La Echinacea favorece la proliferación de fibroblastos (células de la piel que contribuyen a su rápida cicatrización). Ayudan a restaurar los márgenes de la herida abierta.

Protección del colágeno de la acción de los radicales libres y del oxígeno, actuando como un potente antioxidante.

La combinación de las dos Equinaceas, Purpúrea y Angustifolia, presenta además una acción sinérgica muy eficaz en el tratamiento por vía externa de úlceras, forúnculos, infecciones cutáneas y sabañones, reconstituyendo el tejido lesionado.

Diferentes verificaciones a nivel experimental han confirmado que el consumo de la Equinacea impide la propagación de diversos tipos de infección, como por ejemplo, resfriados, gripes e infecciones a nivel cutáneo.

Contribuye al control del *Estafilococcus aureus*, la *Escleritzia coli*, del *pseudomonas aeruginosa* y de la *Cándida Albicans*.

Acción antitumoral

La Equinacea contiene principios activos (arabinogalactano) que estimulan los macrófagos produciendo moléculas esenciales que estimulan otras células inmunitarias para la destrucción de células antitumorales.

El uso en terapia de estas moléculas para combatir el cáncer está actualmente en fase de estudios y discusión. La falta de toxicidad de estas moléculas es un incentivo válido para continuar adelante en dicha investigación.

Factor de seguridad

La Equinacea suele dar una sensación leve de picor en la lengua, se trata de un efecto del todo normal, no perjudicial ni nocivo para el organismo, en toda la literatura científica no existe ninguna referencia a casos de intoxicación por el consumo de Equinacea.

A excepción de personas en estado de gravidez o lactancia, la Equinacea es extremadamente segura en dosis terapéuticamente recomendadas.

Personas que presentan cuadros alérgicos provocados por la familia de las Asteraceae (margaritas, girasoles, etc.) deben vigilar el uso de esta planta.

Existen personas que por decenios la han utilizado sin percibir ningún efecto adverso y sin comprometer ninguna función de nuestro organismo.

Josep Vicent Arnau
Naturópata y Acupuntor
Articulista de Enbuenasmanos

Artículos relacionados

[Aloe Vera, 10 aplicaciones](#)
[Arbol del Neem](#)
[Botiquín natural](#)
[Formas de uso de las plantas medicinales](#)
[Árbol del té, Tea Tree](#)

Vinculos patrocinados

[Anuncios Goooooogle](#)

[Eliminar las Hemorroides](#)

Efectivo remedio contra las hemorroides, totalmente natural
www.forces-of-nature-es.com

[Bajar De Peso](#)

Desde solamente 1€! Regístrate gratis y sin compromiso.
www.eBay.es

[Reductil perdida di peso](#)

Reductil trata las formas severas de la obesidad. Envío gratuita
www.reductil.com.es

[Nueva Dieta Natural](#)

controle su peso sin pasar hambre ni dolores de cabeza.
afiliado
www.fuerakilos.com

Mandar artículo a un amigo • 4 6 8 10 **Puntua este artículo** • **Imprimir artí**

[Regístrate gratis](#) • [Sugerencias](#) • [Recomienda nuestro portal](#) • [Protección de datos](#)