

## **PLANTAS MEDICINALES Y AROMÁTICAS** **RECONOCIMIENTO Y FORMAS DE USO**

**Lugar:** Becerreá (Lugo)

**Fecha:** Del 17 de Septiembre al 2 de Octubre

**Duración:** 60 horas.

**Horario:** 17:30 – 21:30h

**Nº de alumnos:** 20

### **OBJETIVOS:**

- 1) Introducir al mundo de las plantas medicinales y aromáticas: historia, etnografía, propiedades...
- 2) Explicar las diferentes formas de preparación.
- 3) Conocer las plantas medicinales y aromáticas más importantes.
- 4) Elaborar productos con plantas: ungüento, crema labial, jabón antiséptico, aceites..

### **CONTENIDOS:**

- Dar a conocer la fitoterapia a lo largo de la historia y de las civilizaciones.
- Beneficios de la fitoterapia. Recolección de las plantas. Partes utilizadas.
- Formas de preparación: infusiones y tisanas, polvos, cremas, ungüentos, aceites, alcoholatos, vinos tónicos...
- Principales especies medicinales. Reconocimiento, propiedades y partes utilizadas.
- Fitoterapia accesible (aromaterapia)

### **TEMA 1 INTRODUCCIÓN A LA BOTÁNICA**

1. Historia de la botánica.
2. Morfología y anatomía de la planta.
3. La nutrición de las plantas.

### **TEMA 2 LAS PLANTAS MEDICINALES**

1. Formación de los principios activos.
2. Clasificación de las plantas.
3. Familias más importantes en Fitoterapia.

**Sesión Práctica** – suelo y cultivo

### **TEMA 3 EL CULTIVO Y SUS TÉCNICAS**

1. La multiplicación del material vegetal.
2. Viveros.
3. Elección y preparación del suelo.
4. Fertilización.
5. Plagas y enfermedades.

### **TEMA 4 LA RECOLECCIÓN**

1. La recolección manual y mecanizada.
2. Las máquinas recolectoras.
3. Técnicas de procesamiento.

**Sesión Práctica:** preparación de ungüentos, infusiones, cremas, tónicos...

### **TEMA 5 APROVECHAMIENTO TRADICIONAL**

1. Secado y conservación.
2. Envasado y almacenamiento.
3. Inconvenientes y problemas.

## **TEMA 6 EL SISTEMA INMUNOLÓGICO, DIGESTIVO Y LA PIEL**

1. Plantas para el sistema inmunológico.
2. Plantas para el sistema digestivo.
3. Plantas para la piel.

## **TEMA 7 EL SISTEMA RESPIRATORIO, Y EL NERVIOSO**

1. Plantas para el sistema respiratorio.
2. Plantas para el sistema nervioso.
3. Plantas excitantes.

## **TEMA 8 EL APARATO CIRCULATORIO, URINARIO, EL HÍGADO Y LA VESÍCULA BILIAR**

1. Plantas para el aparato circulatorio.
2. Plantas para el aparato urinario.
3. Plantas para el hígado y la vesícula biliar.

## **TEMA 9 ETNOBOTÁNICA**

1. Usos populares de las plantas aromáticas y medicinales.
2. Usos mágicos de las plantas.
3. Plantas tóxicas, alucinógenas y peligrosas

### **Salida de campo.**

## **TEMA 10 PRINCIPIOS MEDICINALES DE LOS HONGOS (I)**

1. Hongos silvestres comercializados.
2. Hongos cultivados: normativa española.
3. El consumo de hongos medicinales en el mundo.
4. Especies que se pueden consumir en fresco.

## **TEMA 11 PRINCIPIOS MEDICINALES DE LOS HONGOS (II)**

1. Principios antitumorales.
2. Principios que fortalecen el sistema inmunológico.
3. Otros principios activos.
4. Principales formas de envasado y comercialización.