

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

Lugar: Grado (Asturias)

Fecha: Del 4 al 16 de Junio

Duración: 60 horas.

Horario: 17:00 – 21:00h

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. Evolución de las plantas.
3. Morfología y anatomía de la planta.

TEMA 2 LAS PLANTAS MEDICINALES

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

TEMA 3 LA RECOLECCIÓN

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

TEMA 4 APROVECHAMIENTO TRADICIONAL

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

TEMA 5 USOS EN FITOTERAPIA

1. Plantas que ayudan a dejar de fumar.
2. Prevenir y tratar el exceso de peso.
3. Tónicos y reconstituyentes.

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

TEMA 6 EL SISTEMA RESPIRATORIO, Y EL NERVIOSO

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

TEMA 7 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 8 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 9 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 10 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.

Sesión Práctica: etnobotánica (usos populares, mágicos, plantas tóxicas, alucinógenas...)

TEMA 11 EL CULTIVO Y SUS TÉCNICAS

1. La multiplicación del material vegetal.
2. Viveros.
3. Plagas y enfermedades.

TEMA 12 EL SUELO

1. Elección y preparación del suelo.
2. Fertilización.