

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

Lugar: Cangas de Narcea

Fecha: Del 1 al 20 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.

TEMA 3 ETNOBOTÁNICA

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

TEMA 4 APROVECHAMIENTO TRADICIONAL

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

TEMA 5 LA RECOLECCIÓN

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

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.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA Y PESCA,
ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE



Fundación Biodiversidad

20
AÑOS

PROGRAMA
emplea
verde



UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO
El FSE invierte en tu futuro



adesper
AGRUPOCIÓN PARA EL DESARROLLO
SOSTENIBLE Y LA PROMOCIÓN
DEL EMPLEO RURAL

TEMA 7 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.

- **Sábado:** Sesión Práctica (6h) – suelo y cultivo

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 EL SISTEMA RESPIRATORIO, Y EL NERVIOSO

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

TEMA 10 OTROS USOS EN FITOTERAPIA

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

TEMA 11 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 12 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.

- **Sábado:** Sesión Práctica (6h): preparación de ungüentos, infusiones, cremas, tónicos...