

Avellano (Corylus avellana)

Arbusto caducifolio que necesita riegos en verano

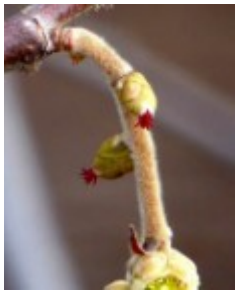


Flor femenina

Corteza



Hojas



Flor masculina

Fruto



Semilla



La forma tradicional de multiplicación del avellano es a través de hijuelos o 'chupones' (brotes que aparecen en la base del árbol) o mediante semillas.

Propiedades del avellano

Las hojas, corteza, semillas y flores masculinas son las que contienen las cualidades medicinales. Todas estas partes deben estar secas antes de usarse. Las propiedades medicinales del avellano son antiinflamatorios, antihemorrágica, diuréticas, astringente, tónico, vasoprotectores, anti-edematosos, antioxidante.

El avellano es eficaz para tratar hemorroides, varices, mejora el sistema circulatorio, retención de líquidos, cicatriza heridas, llagas y úlceras, gripe, reduce el colesterol, previene la osteoporosis y la descalcificación de los huesos, anemia, regula la menstruación.

Además reduce los síntomas del estrés, mejora el funcionamiento del tránsito intestinal, es útil en casos de insuficiencia renal, afecciones cardiovasculares degenerativas, detiene diarreas, inflamación del intestino grueso, bajar la fiebre. Hay varias formas de aprovechar las cualidades medicinales de este árbol como preparar infusiones, gargarismos, lavados y compresas.

Formas de usos

Si se consumen 25 gramos al día de avellanas es posible evitar la aparición de varias enfermedades y mejorar el funcionamiento del organismo por lo que vale la pena incluirlos en nuestra dieta.

La infusión de hojas se puede preparar con 25 gramos de hojas por cada litro de agua y se debe dejar 10 minutos hervir.

También se puede preparar una decocción de las raíces con 30 gramos por 1 litro de agua (debe hervir 15 minutos). Esta tisana es para uso interno para un modo externo se realiza una decocción igual a la anterior pero se le agrega ½ litro de alcohol de 40 %volúmenes y se mezclan para luego realizar compresas.