

# *Encina (Quercus ilex)*

*Árbol perenne*



*Hojas*



*Corteza*



*Flor masculina*



*Fruto*



*Semilla*



*Flor femenina*



*Se multiplica bien por semillas, enterrando las bellotas bajo 3 cm de suelo una vez maduras.*

## *Propiedades de la encina*

Es muy rica en taninos, con propiedades antisépticas y astringentes. Pero por su elevado contenido en taninos, hay que administrarla bajo supervisión médica.

## *Formas de usos*

Decocción de 50 gr de corteza seca por 1 l de agua. Tomar una cucharada de ella, endulzada con miel antes de acostarse durante una semana es muy bueno para las inflamaciones del intestino, así como una Infusión de media cucharadita de hojas secas por taza de agua y tomar 3 al día entre comidas.

Un café de polvo torrefacto de bellotas, consiste en asar un puñado de bellota molerlas bien finas y preparar no más de 2 tazas al día. Muy bueno para la indigestión.

Decocción de 2 cucharadas de corteza seca por 1l de agua durante 6 min y con 2 tacitas al día se corta la Diarrea o comiendo unas pocas de bellotas dulces frescas. Si con esta decocción se hacen gargarismos sin tragar , favorece la curación de las anginas y la faringitis.

Compresas empapadas en una decocción de 4 cucharadas de corteza seca por 1l de agua sobre eccemas húmedos ayuda a secarlos, así como para eliminar el picor vaginal.

Baños de asiento con una decocción de 3 cucharadas de corteza seca por 1l y vertido en un para de litros de agua eliminan las hemorroides.

Aspirar una pizca de polvo de corteza seca machacado en un mortero y triturado en un molinillo por la nariz corta el sangrado de nariz.

Decocción de 200 gr de corteza seca en 4 l de agua durante 15 min para hacer baños de manos y pies contra los sabañones.