

*CURSO*  
*FITOTERAPIA Y*  
*HERBODIETÉTICA*  
*ENERGÉTICA*





# **MÓDULO 3. SISTEMAS Y TRATAMIENTO NATURAL DE LOS TRASTORNOS**

## TEMA 3.6 APARATO UROGENITAL

### Aparato urogenital: trastornos y plantas utilizadas

El **aparato urogenital** los componen los **riñones**, los **conductos urinarios o uréteres** y la **vejiga** junto con los **órganos sexuales**. Su **función principal es la de regular el contenido de agua en el organismo**, y su relación con éste es fundamental para que se puedan llevar a cabo el resto sus funciones de forma estable y eficaz asegurando la supervivencia del resto de órganos y tejidos.



**Esta relación de simbiosis de los riñones con el cuerpo humano es semejante a la relación que tienen los seres humanos con su entorno o ecosistema.** Se encargan de recibir, regular y desechar sustancias exógenas para poder llevar a cabo las funciones vitales propias, conservando aquellos elementos que más necesita y desechar todo lo que es inservible.

**Es por eso, que la relación debe ser estable a todos los niveles:** preventiva para evitar saturaciones o mal funcionamientos que mermarían las funciones del resto del cuerpo, activa para mejorar la eficiencia del sistema y mejorar los rendimientos, así como paliativa para corregir mal funciones indebidas.

Los **riñones** son verdaderos filtros de gran capacidad que desempeñan importantísimas funciones:

- **Se encargan de eliminar sustancias exógenas** que pueden perjudicar al organismo (diversos residuos metabólicos del organismo, como son la urea, el ácido úrico, la creatinina, etc.) mediante la orina a través de un complejo sistema que incluye mecanismos de filtración, reabsorción y excreción. Diariamente los riñones filtran unos 200 litros de sangre para producir hasta 2 litros de orina.
- A través de este complejo mecanismo también **se encargan de evacuar otras sustancias exógenas nocivas**; restos de medicamentos, toxinas, nicotina, cafeína, etc.
- **Retienen compuestos necesarios para el organismo**: las proteínas y sus componentes esenciales, los aminoácidos, así como los glúcidos necesarios son retenidos en los filtros de los riñones).
- **Los riñones tienen la importante misión de regular los niveles agua**: la mayor parte del agua que pasa por los riñones se reabsorbe y aprovechada para el resto del organismo, y sólo una pequeña parte pasa a la vejiga.
- **Intervienen en la regulación de los niveles de sal**, eliminando el exceso.



- **Se encargan de regular el equilibrio ácido-básico en la sangre**, para que ésta siempre tenga un ligero contenido básico sin volverse excesivamente ácida.

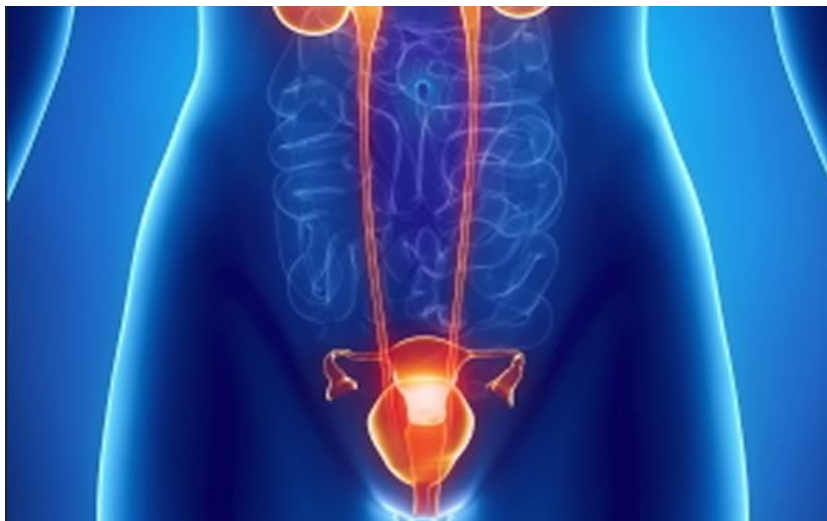
- **Intervienen en el metabolismo hormonal**, sintetizándolas y regulándolas. (Intervienen en la síntesis de la renina, hormona encargada de regular la presión sanguínea).

**Todas estas funciones reflejan la complejidad de los mecanismos de funcionamiento de estos órganos.** Cuando funcionan bien, el resto del organismo lo agradece y todo marcha correctamente. Cuando, por el contrario, éstos empiezan a fallar o algún mecanismo no funciona como debiera, el propio cuerpo se intoxica, agravando la situación con el paso del tiempo.

Una vez que los riñones resultan gravemente dañados ya no es posible su curación, o al menos con el conocimiento de la medicina alopática actual. Por lo que la prevención de enfermedades renales con plantas medicinales adquiere mayor importancia.

La **vejiga urinaria** es un órgano hueco músculo-membranoso que **recibe la orina de los uréteres o conductos urinarios**, la **almacena** y la **expulsa a través de la uretra al exterior** del cuerpo durante la micción.

La **vejiga urinaria está situada** en la excavación de la pelvis. Por delante está fijada al pubis, por detrás limita con el recto, con la parte superior de la próstata y las vesícula seminales en el hombre, y con la vagina en la mujer.



---

La capacidad de la vejiga de almacenar orina se denomina continencia, y su incapacidad, incontinencia. Esta pérdida de capacidad de acumulación aparece con la edad, a causa de determinadas enfermedades, alteraciones nerviosas o tras el embarazo.

### ¿Cuál es la función de la fitoterapia en el tratamiento de trastornos urinarios?

Ante los primeros síntomas de **infección**, o de **inflamación** de los órganos y vías urinarias, así como ante la aparición de **cálculos renales o arenillas**, la aplicación de las terapias depurativas y desintoxicantes con plantas medicinales es muy recomendable y suele ser suficiente para contrarrestar los efectos.

En estos casos, ante la prevención y la lucha directa de los primeros síntomas, es preciso beber grandes cantidades de agua (también en forma de infusiones herbales), entre 2-3 litros diarios, para orinar tantas veces como sea posible y expulsar los gérmenes que se puedan encontrar en las zonas infectadas.

**El tratamiento de las patologías del tracto urinario pertenece al ámbito tradicional de aplicación de la fitoterapia.** En comparación con los remedios sintéticos, los remedios de origen vegetal son iguales o más eficaces, sin tener tantos efectos secundarios y ayudando a unos mayores procesos de depuración sistémica (donde se influye de manera sobre otros órganos y sistemas del organismo, ya que las propiedades medicinales de las plantas ofrecen un amplio espectro de acción).

Así por ejemplo, la Vara de oro, una de las mejores plantas en fitoterapia para tratar trastornos urinarios, destaca por su acción diurética-depurativa urinaria siendo además un excelente antioxidante que permite luchar contra los procesos inflamatorios y degenerativos del sistema motriz (artritis, lumbagos, artrosis, etc.).

Así mismo, las enfermedades a este sistema siempre deben ser consideradas como una manifestación de problemas sistémicos del organismo: si el sistema circulatorio, por ejemplo, no funciona correctamente, se verá afectado el aparato urinario por acumulación en la necesidad de desintoxicación de sustancias nocivas.

---

## Trastornos del aparato urogenital

### Retención de líquidos (Hidropesía)

**Cuando los riñones no eliminan suficiente agua**, ésta queda retenida en el organismo y normalmente se suele acumular en los pies y la parte inferior de las piernas, aunque también en el abdomen o las manos, ocasionando los denominados edemas.

**A veces, estas retenciones ocasionan una hinchazón en los tobillos**, lo cual debe controlarse adecuadamente porque podría ser una señal de que nos encontramos en un caso de insuficiencia cardiaca.

**La retención de líquidos se debe principalmente a problemas** del propio funcionamiento de los riñones, en consecuencia estos **se ven inflamados**, por problemas circulatorios, o en situaciones de tensión premenstrual y durante el embarazo.

**Dentro de esta anomalía/síntoma se pueden encontrar dos tipos, según sus causas;**

- Factores orgánicos: trastornos articulares (artrosis, artritis), trastornos circulatorios, menstruación, embarazo, menopausia, obesidad, enfermedades propias de ciertos órganos (insuficiencia renal, hepática, cardíaca).
- Factores cotidianos: El sedentarismo, el estrés, la ingesta de medicamentos, factores climáticos.

**El tratamiento con plantas medicinales irá encaminado** a reducir los síntomas eliminando el líquido retenido, y una vez analizada la causa concreta, se podrá hacer mayor hincapié en los factores desencadenantes. Así, utilizaremos hierbas con acción:

- **Diurética**: Abedul, bardana, cola de caballo, diente de león, fresno, gatuña, llantén, estigmas de maíz, ortiga verde, ortosifón, tomillo, vara de oro, verdolaga, verbena, zarzaparrilla,.
- **Antiséptica-urinaria**: Abedul, bardana, cola de caballo, gatuña, llantén, estigmas de maíz, ortosifón, tomillo, vara de oro.
- **Depurativas**: Bardana, cola de caballo, diente de león, fresno, ortiga verde, verdolaga, zarzaparrilla.

- **Antiinflamatorias:** Abedul, fresno, gatuña, llantén, ortiga verde, ortosifón, tomillo, vara de oro, zarzaparrilla.
- **Espasmolítico:** Tomillo, vara de oro, maría luisa, manzanilla, verbena.
- **Demulcentes:** Llantén, malvavisco, malva, maíz.
- **Analgésicas:** Abedul, fresno, sauce blanco, verbena.
- **Tónico-circulatorias:** Alcachofa, alforfón, olivo, tilo, romero, jengibre.
- **Tónico-hepáticas:** Bardana, diente de león, cardo mariano, caléndula, menta.
- **Tónico-digestivas:** Diente de león, tomillo, maría luisa, manzanilla, melisa.
- **Sedantes:** Calabaza, vara de oro, maría luisa, manzanilla, melisa, verbena.

**Tratamiento interno:** Ante una afección de base tan genérica, que incluso puede ser consecuencia de otros trastornos o causante de otros tantos, deberemos buscar una acción base a través de plantas principalmente diuréticas, como es obvio, seguidas de aquellas con acción antiinflamatoria para reducir la hinchazón que produce la retención de líquidos en las zonas más comúnmente afectadas. Además todas las plantas estudiadas sirven a tal efecto por su amplio espectro de acción (si acaso hemos subsanado aquellas que por su acción tan específica las reservamos para otros trastornos).

Seguiremos entonces con el resto de acciones indicadas atendiendo a las causa más destacada en cada caso después de haber realizado un buen estudio y diagnóstico al paciente; desde las antisépticas-urinarias (ya que una infección podría inhabilitar el correcto funcionamiento del riñón y en consecuencia retener líquidos), hasta las sedantes (que estimulen la relajación para combatir el estrés, causante de un mal drenaje renal), pasando por todas las depurativas urinarias y desintoxicantes circulatorias, hepáticas y digestivas, o incluso las analgésicas en caso de querer evitar situaciones dolorosas por las inflamaciones. Las espasmolíticas servirían cuando la tensión menstrual, por ejemplo, no permite relajar la zona renal. Las demulcentes para suavizar las mucosas internas cuando aparece ardor o sangre.

**Tratamiento externo:** Si la retención produce inflamación en tobillos, piernas o incluso manos y caderas, zonas más afectadas, podremos realizar friegas con oleatos, linimentos o aceites esenciales para regular el movimiento circulatorio y así ayudar a evacuar los líquidos y promover el sistema de defensas. Las terapias a través del drenaje linfático son un buen complemento a la terapia.

---

## **Infecciones e inflamación: nefritis, cistitis y uretritis.**

Nos centraremos en el tratamiento de la cistitis por ser la patología más representativa respecto a la cual los síntomas de las otras patologías son relativamente parecidos, y por ser la causa principal del trastorno, la infección bacteriana. Antes es conveniente identificar cada patología:

- **Nefritis:** Inflamación de los tejidos del riñón. Frecuentemente causada por infecciones, toxinas o enfermedad autoinmune.

La nefritis intersticial puede ser temporal (aguda) o puede ser prolongada (crónica).

Los síntomas de esta afección abarcan: sangre en la orina, fiebre, aumento o disminución del gasto urinario, cambios en el estado mental ( somnolencia, confusión, coma), náuseas, vómitos, erupción cutánea, hinchazón del cuerpo en cualquier área, aumento de peso (por la retención de líquidos).

- **Cistitis:** La **cistitis** es la inflamación aguda o crónica de la vejiga urinaria, a causa de una infección, la más común, o también por toxinas o disfunción orgánica.

Se caracteriza por un fuerte dolor de ardor en la micción, así como dolor en la ingle antes, durante y justo después de orinar. Otro síntoma, es el fuerte deseo de orinar incluso estando la vejiga vacía.

- **Uretritis:** Inflamación de la uretra (el conducto por el que se elimina la orina del cuerpo) causada principalmente por infección bacteriana o por disfunción orgánica (estrechamiento de la uretra), así como por trastornos emocionales.

Los síntomas son parecidos a los de la cistitis: micción dolorosa y aumento de la frecuencia urinaria.

**El tratamiento con plantas medicinales irá encaminado** a reducir y/o eliminar el proceso infeccioso bacteriano, ya que es la primera causa de todos estos trastornos, seguido de la reducción de los síntomas como la irregular frecuencia de micción según el caso, la inflamación y el dolor en todos los casos, el ardor cuando se presente y para el resto de síntomas trataremos con aquellas plantas indicadas para cada sistema en particular. Las acciones más destacadas son:

- **Diurética:** Abedul, bardana, calabaza, cola de caballo, fresno, gatuña, gayuba, llantén, estigmas de maíz, ortiga verde, ortosifón, sabal, tomillo, vara de oro, verdolaga, verbena, zarzaparrilla.
- **Antiséptica-urinaria:** Abedul, bardana, calabaza, cola de caballo, gatuña, gayuba, llantén, estigmas de maíz, ortosifón, sabal, tomillo, vara de oro.
- **Depurativas:** Bardana, cola de caballo, fresno, ortiga verde, ortiga blanca, verdolaga, zarzaparrilla.
- **Antiinflamatorias:** Abedul, calabaza, fresno, gatuña, llantén, ortiga verde, ortosifón, sabal, tomillo, vara de oro, zarzaparrilla.
- **Demulcentes:** Llantén, malvavisco, malva, estigmas de maíz.
- **Analgésicas:** Abedul, fresno, sauce blanco, verbena.

**Tratamiento interno:** Ante una cistitis infecciosa la mejor planta es la gayuba, 1era opción ante las infecciones bacterianas urinarias. Pero como nuestro cometido es ofrecer un amplio espectro de acción atendiendo a todas las posibles causas y síntomas debemos destacar la acción del resto de plantas antisépticas por carencia o alternancia de la gayuba, así como el uso de plantas antiinflamatorias y analgésicas que ayudarán a mitigar los síntomas. Utilizar otras plantas diuréticas puede resultar interesante si no deseamos abusar de la gayuba por su alto contenido en taninos irritantes, en caso contrario podemos mezclarla con plantas demulcentes para suavizar este efecto.

**Tratamiento externo:** Podemos realizar frías en la zona vaginal con las propiedades antisépticas y antiinflamatorias de determinados aceites esenciales como el romero, ciprés e incienso.

---

## Cálculos renales y vesicales

Los **cálculos renales** “o piedras en el riñón” son formaciones de material sólido dentro del riñón a partir de sustancias, generalmente formadas por pequeños cristales de oxalato de calcio, que se forman y acumulan en exceso en la orina.

La piedra se puede quedar en el riñón o puede desprenderse e ir bajando a través del tracto urinario. La intensidad de la sintomatología (dolor) está generalmente relacionada con el tamaño del cálculo. En ocasiones se produce su expulsión casi sin sintomatología.

Los cálculos pueden quedarse trabados en uno de los uréteres, en la vejiga - **Cálculos vesicales** - , o en la uretra, produciendo la sintomatología de dolor (cólico nefrítico), disuria (dificultad al orinar), o signos como hematuria (presencia de sangre en la orina).

**Podemos clasificar los cálculos más comunes según su composición:**

- **Cálculos de calcio**

**Es el tipo de piedra más común.** El calcio que no se necesita para los huesos y los músculos pasa a los riñones. En la mayoría de las personas, los riñones eliminan ese calcio que sobra junto con el resto de la orina. Pero en caso de un exceso extralimitado de esta sustancia o porque el riñón se ve incapacitado para su correcta eliminación, se retiene en los riñones. **El calcio que no se elimina, se une a otros desperdicios para formar una piedra.**

Los cálculos por sales de calcio representan entre el 75 % y el 85 % de todos los tipos, es más frecuente en varones; y los tipos de sales son las de Oxalato de calcio y las de Fosfato de calcio. La edad de inicio de formación de estos cálculos está generalmente entre los 20 y los 39 años de edad.

El oxalato está presente en ciertos alimentos como las espinacas. También se encuentra en los suplementos de vitamina C.

- **Cálculos de ácido úrico**

Se puede formar **cuando hay demasiado ácido en la orina (pH < 5,4), debido a un exceso de ácido úrico en la sangre**. Representan entre el 5 % y el 10 % de los casos, y es más frecuente en varones. Las personas con cálculos de ácido úrico pueden tener o no gota, la frecuencia de gota en este grupo es de 50 %.

- **Cálculos de cistina**

Es una de las **sustancias que forman los músculos, nervios y otras partes del cuerpo**. La cistina se puede acumular en la orina hasta formar una piedra. La enfermedad que causa la formación de piedras de cistina es hereditaria y muy poco común (1% de los casos). Son consecuencia del transporte defectuoso de aminoácidos (cisteína, lisina, arginina) en el intestino y en los túbulos renales.

- **Cálculos de estruvita**

Este tipo de piedras es **producto de la infección del tracto urinario por bacterias** productoras de ureasa. Producen un cálculo mixto: carbonato de calcio ( $\text{CaCO}_3$ ) y estruvita ( $\text{MgNH}_4\text{PO}_4$ ) el cual forma un cristal en forma de prismas rectangulares. Es frecuente en mujeres.

## **Síntomas**

El principal síntoma es el dolor intenso. Este comienza de manera repentina y puede desaparecer súbitamente:

- El dolor puede sentirse en la zona abdominal o en un costado de la espalda.
- El dolor puede irradiarse a la zona de la ingle (dolor inguinal) o a los testículos (dolor testicular).

Otros síntomas pueden incluir:

- Color anormal de la orina
- Sangre en la orina (Hematuria)

- Escalofríos
- Fiebre
- Náuseas
- Vómitos

**El tratamiento con plantas medicinales irá encaminado** tanto a la prevención de la formación de cálculos en personas propensas a su aparición por factores de riesgo como una alimentación rica en oxalatos de calcio y/o ácido úrico principalmente, así como a la reducción o disolución de los cálculos o piedras en pacientes que ya los padezcan. Así mismo, la reducción del dolor cursara importancia al tratarse de uno de los trastornos que más dolor causan (se ha llegado a mencionar que el dolor provocado por un cólico nefrítico es mayor que las contracciones de un parto o de la herida provocada por un arma de fuego). **Las acciones más destacadas:**

- **Diurética:** Abedul, bardana, cola de caballo, diente de león, fresno, gatuña, gayuba, estigmas de maíz, ortiga verde, ortosifón, rompepiedras, tomillo, vara de oro, verdolaga, verbena, zarzaparrilla.
- **Analgésicas:** Abedul, fresno, sauce blanco, verbena, menta.
- **Espasmolítico:** Tomillo, rompepiedras, vara de oro, maría luisa, manzanilla, verbena.
- **Sedantes:** Vara de oro, maría luisa, manzanilla, melisa, verbena.
- **Depurativas:** Bardana, cola de caballo, diente de león, fresno, ortiga verde, verdolaga, zarzaparrilla.
- **Alterantes (limpieza de la sangre):** Alcachofa, ajo, alforfón, zarzaparrilla, bardana, ortiga blanca o verde.
- **Tónico-hepáticas:** Bardana, diente de león, cardo mariano, caléndula, menta.

**Tratamiento interno:** Como hemos mencionado, procederemos a la disolución de los cálculos mediante plantas diuréticas especialmente indicadas (mencionar que en el caso de formación de arenilla o piedras por oxalatos de calcio el rompepiedras es la 1ª opción, en cambio la verdolaga es muy buena para disolver cálculos excepto los formados por oxalatos ya que esta planta es rica en esta misma sustancia). Añadiremos a la mezcla hierbas analgésicas y espsmolíticas para la reducción del dolor sintomático, pudiendo añadir plantas sedantes con el mismo cometido a través

---

de la relajación nerviosa. La prevención viene reforzada mediante la detoxificación a través de hierbas depurativas, alterantes y hepatoprotectoras.

**Tratamiento externo:** Podemos utilizar ungüentos con propiedades de hierbas calmantes y analgésicas para aplicar sobre la piel de la zona dolorida: verbena y hojas de fresno serían las más indicadas, a las que podríamos añadir unas gotas de aceite esencial de manzanilla y por su poder antiinflamatorio y calmante.

### **Prostatitis – Hiperplasia prostática benigna (HPB)**

La prostatitis es una **inflamación (hinchazón) e irritación de la glándula prostática**, mayormente causada por infección bacteriana, denominándose entonces prostatitis bacteriana. **Ésta puede ser aguda o crónica:**

- La prostatitis bacteriana aguda comienza rápidamente.
- La prostatitis bacteriana crónica dura 3 meses o más.

Cuando la irritación continua de la próstata no es causada por bacterias, se denomina prostatitis abacteriana crónica.

La **hiperplasia benigna prostática (HBP)** consiste en un crecimiento no maligno (no cancerígeno) en el tamaño de la próstata. Éste crecimiento aumenta con la edad, y puede ir comprimiendo progresivamente la uretra y provocar, por tanto, dificultad al orinar. Sus causas más corrientes son el **envejecimiento** y por un aumento relativo de los estrógenos (hormonas femeninas) sobre la testosterona (hormona masculina), que aparece en los hombres con la edad.

**Las posibles consecuencias son** retenciones de orina en la vejiga o reflujo de la orina hacia los riñones y una necesidad de orinar frecuentemente. Si la inflamación es muy grave, puede bloquear por completo el aparato urinario. Además, se pueden presentar síntomas irritativos.

**El tratamiento con plantas medicinales irá encaminado** a reducir la inflamación de la próstata para aliviar los síntomas consecuentes. Ayudaremos también a tratar los propios síntomas, dificultad para orinar antes de esperar a que remita la hinchazón. Sí

---

la causa es bacteriana también buscaremos la acción antiséptica. **Así, utilizaremos plantas con acción:**

- **Antiinflamatorias:** Calabaza, fresno, llantén, ortiga verde, ortosifón, sabal, tomillo, vara de oro.
- **Diurética:** Bardana, calabaza, cola de caballo, diente de león, fresno, gayuba, llantén, ortiga verde, ortosifón, sabal, tomillo, vara de oro, verdolaga, verbena.
- **Antiséptica-urinaria:** Bardana, calabaza, cola de caballo, gayuba, llantén, ortosifón, sabal, tomillo, vara de oro.
- **Demulcentes:** Llantén, malvavisco, malva, maíz.
- **Analgésicas:** Fresno, sauce blanco, verbena, menta.

**Tratamiento interno:** La acción rápida de los síntomas y causas los atacaremos con mezclas de plantas primordialmente antiinflamatorias y diuréticas. Si existe infección bacteriana, antisépticas. Las demulcentes y analgésicas para reducir la irritación y proteger las mucosas de las vías urinarias además de calmar el dolor causado.

## Aparato urogenital: Fórmulas

### Retención de líquidos (Hidropesía)

#### USO INTERNO:

➤ **Fórmula completa:**

- *Abedul*.....10 gr
- *Bardana*.....10 gr
- *Diente de león*.....10 gr
- *Fresno*.....10 gr
- *Vara de oro*.....10 gr
- *Llantén*.....10 gr
- *Tomillo*.....10 gr
- *Olivo*.....10 gr
- *Melisa*.....10 gr
- *Verbena*.....10 gr

➤ **Fórmula sencilla (diurética-antiinflam.): a partes iguales**

- *Abedul*
- *Fresno*
- *Vara de oro*
- *Zarzaparrilla*
- *Tomillo*
- *Llantén*

➤ **Formula simple:**

- *Infusiones de vara de oro.*

➤ **Zumos:**

- *Cerezas, uvas, fresas.*
- *Apio, manzana, pera.*

#### USO EXTERNO:

➤ **AE:**

- *Geranio, ciprés, incienso, hinojo, lavanda en una base de aceite de pepita de uva.*

➤ **Linimentos:**

- *Romero, hinojo, albahaca.*

## Cistitis

### USO INTERNO:

➤ **Fórmula completa:**

- Vara de oro.....20 gr
- Abedul.....10 gr
- Estigmas de maíz.....10 gr
- Calabaza.....10 gr
- Bardana.....10 gr
- Zarzaparrilla.....10 gr
- Cola de caballo.....10 gr
- Malva.....10 gr
- Verdolaga.....10 gr

➤ **Fórmula antiséptica-antiinflamatoria: a partes iguales**

- Gayuba
- Vara de oro
- Ortosifón
- Gatuña
- Llantén

➤ **Formula simple antiséptica:**

- Extractos de gayuba.

### USO EXTERNO:

➤ **AE:**

- Ciprés, incienso, romero.

## Cálculos renales y vesicales

### USO INTERNO:

- **Fórmula completa:**
  - Gatuña.....30 gr
  - Gayuba.....15 gr
  - Estigmas de maíz.....10 gr
  - Llantén.....10 gr
  - Bardana.....10 gr
  - Zorzaparrilla.....10 gr
  - Cola de caballo.....10 gr
  
- **Fórmula (cálculos no oxálicos): a partes iguales**
  - Verdolaga
  - Vara de oro
  - Ortosifón
  - Malvavisco
  - Llantén
  
- **Formula simple cálculos oxálicos:**
  - Extractos de rompepiedras.

### USO EXTERNO:

- **Ungüento + AE:**
  - Verbena, fresno + ae de menta y manzanilla.

---

## Prostatitis

### USO INTERNO:

➤ **Fórmula prostatitis:**

- *Semillas calabaza*.....20 gr
- *Fresno*.....20gr
- *Raíz ortiga verde*.....10 gr
- *Llantén*.....10 gr
- *Tomillo*.....10 gr
- *Verbena*.....10 gr
- *Cola de caballo*.....10 gr

➤ **Formula simple:**

- *Extractos de frutos del Sabal.*