

- Comunicado
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social -MSPAS-



## Incluye

- Fotografía

5 Junio, 2023

Son muchos los beneficios que las plantas proporcionan a las personas, desde lo económico hasta en tratamientos para mejorar la salud de los pacientes, sin los efectos secundarios que ocasionan los fármacos.

En ese sentido, la sábila, también conocida como aloe vera, es una de las plantas que se utiliza para diversos padecimientos, pues las sustancias que produce favorecen al cuidado de la salud de quienes así lo requieren.

El aloe vera es rico en vitaminas A, B, C y E y minerales como: el calcio, el magnesio, el potasio, el selenio, el zinc y el fosfato cuyas propiedades ayudan a fortalecer el sistema inmune.

Mantener una sábila en casa no necesita mucho trabajo, pues se alimenta principalmente del aire y posee reservas interiores de agua que utiliza en épocas críticas. De hecho, debe resguardarse del frío y asegurarse una temperatura de 15 grados centígrados.

Para Enrique Molina, coordinador del Programa Medicina Tradicional y Alternativa del ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS), dicha planta tiene características especiales y grandes bondades, pues su pulpa coadyuva a contrarrestar la acidez y la gastritis.

En un poco de agua se hierve, se le agrega miel blanca y aceite, luego se deja en reposo por 30 minutos, se deposita en un frasco de vidrio y se guarda en la refrigeradora por 24 horas, después se puede ingerir para aliviar dificultades gástricas o usarla en lesiones de la piel.

Sin duda, sus propiedades curativas tanto externamente como en su consumo funcionan como calmante, cicatrizante, humectante, regeneradora, es antiinflamatoria y es ideal para reducir problemas con el acné. Además, es depurativa, desintoxica y favorece a la digestión, señaló el profesional de la salud.

DESCARGAR ARCHIVOS (XLS y/o CSV)  
FOTOGRAFÍAS

- salud
- plantas

---

**Source URL:** <http://209.126.109.93/comunicado/una-planta-maravillosa>

#### **List of links present in page**

- <http://209.126.109.93/comunicado>
- <http://209.126.109.93/ministerio-de-salud-publica-y-asistencia-social-mspas>
- <http://209.126.109.93/fotografia>
- <http://209.126.109.93/salud>
- <http://209.126.109.93/plantas>