La **caléndula, maravilla** (*Calendula officinalis)* es una mata anual, erecta y aromática que se extiende de 50 a 70 cm. El nombre genérico caléndula deriva del latín calendulae que significa "a lo largo de los meses”, con lo que se quiso subrayar el largo período de floración que tiene la planta, y el nombre específico officinalis, expresa su carácter medicinal.

Su tallo es piloso y las hojas finamente pilosas y las flores de color anaranjado de 2-5 cm de diámetro. Se recolecta y usa toda la planta y conviene recolectarla a pleno sol (desde mediados de primavera hasta finales de verano) cuando más eficacia tienen sus principios activos: aceites esenciales, saponina, glucósidos, carotinoides, resinas, grasas, ceras. Ocupa un puesto de primer plano entre las hierbas medicinales

 

#### Beneficios y usos de Caléndula

-Resulta muy beneficiosa para las **quemaduras de la piel**, reduciendo la inflamación, calmando el dolor y estimulando la regeneración y recuperación de la piel.

-Alivia las **picaduras** de insectos

-Mejora las afecciones cutáneas

-Se usa para los casos de **acné**

-Estimula la secreción de bilis

-Está indicada para el **reúma**

-Calma la **indigestión** y la gastritis

-Se recomienda para **úlcera de estómago**

-Regula la menstruación y reduce los dolores

-Ayuda a **cicatrizar y curar heridas**

-Haciendo un lavado de ojo con la infusión de caléndula se alivia la **conjuntivitis**

-Se recomienda para **eliminar hongos**

-Regenera las células de la piel y favorece la producción de colágeno

-Es excelente para mantener una piel suave, con elasticidad e hidratada

-Se utiliza para **eliminar las verrugas** víricas

-Es un remedio natural para prevenir las náuseas y los vómitos

-La caléndula es tónica del **hígado**, favoreciendo su correcto funcionamiento

-Está indicada para combatir el pié de atleta u **hongos**

-Ayudan en la recuperación de gingivitis, laringitis, amigdalitis y llagas en la boca.

-Mejora los abscesos, forúnculos, dermatitis y otros problemas en la piel como grietas, sequedad o llagas.

. Muchos médicos indican que esta planta representa un buen remedio contra el **cáncer** en los casos en los que ya no se puede operar y recomiendan beber la infusión durante un tiempo prolongado; el **jugo fresco** se emplea con muy buenos resultados contra el cáncer de la piel. Los nebus pigmentarios y las manchas ásperas y cancerosas de la piel se combaten untándolos varias veces al día con jugo fresco

#### Cómo tomar la Caléndula

La forma más común de consumirla es elaborando una **infusión**con la flor seca o fresca, a una cucharadita por cada taza de agua caliente.

Con la infusión también se pueden hacer **buches y gárgaras** para mejorar las afecciones de la boca y garganta.

Por sus cualidades medicinales se utilizan las hojas, las raíces y las flores.

Se utiliza externamente aplicando **cataplasmas** hechas con las hojas y las flores

Por ejemplo para **quitar las verrugas**, se machacan las hojas y se aplican sobre la zona a tratar. Se pone por encima una gasa limpia, se fija con un poco de esparadrapo y se deja por una hora. Se debe repetir dos veces al día.

También pueden prepararse **baños de asiento**, como **tintura** macerando en un litro de aguardiente 15 días al sol o a una temperatura de 20º, en **pomada** y el **jugo fresco.**