



(<https://www.botanical-online.com>)



(<https://www.youtube.com/user/botanicalonline>)



(<https://twitter.com/BotanicalOnline>)



(<https://www.instagram.com/botanicalonline/>)



(<https://blog-de-plantas.blogspot.com.es/>)



(<https://www.facebook.com/Botanical.online>)

Inicio (<https://www.botanical-online.com/>) › Plantas medicinales (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/>) ›
Antibióticos naturales

ANTIBIÓTICOS NATURALES

Contenidos [mostrar]

Remedios con plantas medicinales con propiedades antibióticas

Los **antibióticos naturales** son aquellos remedios procedentes del mundo vegetal que son capaces de inhibir el crecimiento de microorganismos y de ayudar a nuestro organismo a eliminarlos. Estos preparados naturales pueden ser capaces de evitar o curar enfermedades.



Infusión de tomillo, una planta medicinal con propiedades antisépticas muy destacadas

Ventajas de las plantas antibióticas

La naturaleza ofrece un abanico de plantas con potentes propiedades antibióticas, que desde tiempos remotos han sido consideradas **remedios altamente desinfectantes e inmunoestimulantes**.

Siempre que sea posible, es preferible recurrir al uso de antibióticos naturales, antes que a los medicamentos antibióticos. Los remedios naturales son menos agresivos con el organismo e igual o más efectivos que los tratamientos farmacológicos.

¿Por qué es una buena opción utilizar remedios naturales?

Los componentes antibióticos de las plantas combaten muchos microbios y **estimulan las defensas naturales del organismo**, sin los efectos dañinos de los medicamentos antibióticos sobre la salud intestinal (<https://www.botanical-online.com/dietas/regenerar-flora-intestinal-dieta-alimentos-buenos>) y del organismo.

Los antibióticos naturales se diferencian de los antibióticos sintéticos, es decir aquellas moléculas químicas aisladas o producidas en laboratorios, por las siguientes características:

- **Respetan los microorganismos beneficiosos para el organismo**, por ejemplo, aquellos que son necesarios en la flora intestinal (<https://www.botanical-online.com/dietas/flora-intestinal-microbiota-caracteristicas-propiedades>). Los medicamentos antibióticos atacan a bacterias saludables que conviven en nuestro intestino.
 - **Son más seguros para la salud**: el uso de plantas medicinales presenta menor riesgo de reacciones adversas graves, siempre que se utilicen adecuadamente. Los medicamentos, en cambio, son sustancias más puras y potentes, que se deben utilizar con más precaución, solamente en casos puntuales.
 - **Las plantas son un recurso más asequible**, económico y fácil de conseguir que los medicamentos.
 - Otra gran ventaja que tiene el uso de plantas como antibióticos naturales, es que **no producen resistencia a los antibióticos**, un problema que ocurre por el uso desproporcionado de estos fármacos entre la población, y que es causante de muchas **infecciones recurrentes**.
-

Utilidad de los antibióticos naturales

Los **antibióticos naturales son la primera opción a elegir** cuando aparecen procesos infecciosos gripales o catarrales, caracterizados por dolor de cabeza, mucosidades, retención de líquidos y extremidades frías (manos y pies fríos). También se pueden utilizar preparados con plantas medicinales antibióticas cuando aparecen infecciones digestivas (gastroenteritis, diarrea (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/diarrea-remedios-plantas-medicinales>),...), genitourinarias o cutáneas.

El uso de estas medicinas naturales es **respetuoso con el organismo y con la piel** (en el caso de su uso externo), y **estimula la lucha de nuestro sistema inmunitario contra la infección**. Por todo ello, se puede concluir que, para la mayoría de procesos infecciosos, los preparados con plantas son una excelente opción.



Equinácea, una planta con flores muy vistosas, que actúa estimulando el sistema inmunitario.

¿Cuándo se deben usar medicamentos antibióticos?

A pesar de las grandes ventajas que tiene la fitoterapia (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/fitoterapia-beneficios>), **existen determinados microbios que requieren el uso de medicamentos**, bien porque sean difíciles de erradicar con medicinas naturales, o porque son capaces de producir enfermedades graves, y por lo tanto hay que actuar con rapidez. Otras veces hay situaciones que lo requieren, como puede ser el caso de **personas vulnerables, cuyo sistema inmunitario no puede hacer frente a las infecciones**.

Ante la duda, siempre conviene **consultar con un facultativo**. Algunas pautas que alertan de la necesidad de acudir al médico, son:

- Niños, mujeres embarazadas, personas que toman medicamentos
- Fiebre alta de más de 38°C
- Dolor, malestar o febrícula que no mejora o que empeora durante más de 2-3 días
- Retortijones intestinales dolorosos, diarrea de más de 3 días

- Haber estado en contacto con algún patógeno en el último mes (por ejemplo, un viaje a un país extranjero)
 - Tos que se cronifica (especialmente en niños (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/bronquitis-ninos>))
 - Heridas infectadas, malolientes, con pus o secreciones
-

Plantas medicinales con propiedades antibióticas

Equinácea, estimulante natural de las defensas

La principal virtud de la equinácea (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/equinacea-propiedades>) (*Equinácea angustifolia*) radica en sus propiedades antimicrobianas en contra de bacterias, hongos y virus que la configuran como un auténtica alternativa a los antibióticos químicos. La razón de esta propiedad se debe a su capacidad para estimular el sistema inmunitario, produciendo más glóbulos blancos.

Romero, potente antibiótico natural



El romero contiene potentes aceites esenciales y flavonoides antibióticos.

El **romero** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/romero-propiedades>) (*Rosmarinus officinalis*) contiene más de 40 principios antibacterianos y más de 20 antivíricos. En infusiones, ayuda a combatir los gérmenes de las enfermedades respiratorias e intestinales. Utilizado como aromatizante en la comida, impide la proliferación de gérmenes patógenos en los alimentos.

Esta planta tiene propiedades antimicrobianas muy potentes, además de ser un buen tónico hepático, antiinflamatorio, y estimular los procesos de desintoxicación hepática. (Infusión de romero) (Cocinar con romero (<https://www.botanical-online.com/alimentos/romero-propiedades-alimentacion>))

Tomillo, una valiosa planta antiséptica

El **tomillo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/tomillo-propiedades>) (*Thymus vulgaris* (<https://www.botanical-online.com/botanica/tomillo-caracteristicas>)) es una planta medicinal muy apreciada como antiséptico natural. Ya en el Antiguo Egipto era utilizada con esta finalidad. Toda la planta, hojas y flores, es rica en aceites esenciales, con propiedades antisépticas, expectorantes, antitusivas, mucolíticas, antimicrobianas y antivirales.

Tradicionalmente, el tomillo es considerado un fuerte antibacteriano, no mata las bacterias pero impide que estas se multipliquen (**propiedad bacteriostática**), además de incrementar las defensas naturales del organismo (**propiedad inmunoestimulante**). Usada externamente, es un **potente desinfectante** y ayuda a cicatrizar las heridas. Se puede tomar como una infusión de tomillo (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/tomillo-remedios>), o resulta deliciosa en una sopa de tomillo medicinal (<https://www.botanical-online.com/recetas/receta-tomillo-sopa-casera>).

Propiedades antibióticas de la canela

La **canela** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/canela-cinnamomum-verum-propiedades-caracteristicas>) (*Cinnamomum verum*), por su riqueza en aceites, es una potente planta antibiótica. Se considera una buena aliada para las infecciones respiratorias más comunes, debido a que posee componentes antisépticos, expectorantes y antiinflamatorios.



Árbol de la canela, que se extrae de la corteza del árbol

Jengibre como planta antibiótica

El **jengibre** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/jengibre-zingiber-propiedades-caracteristicas>) (*Zingiber officinale*) es una planta tropical muy popular por sus propiedades antiinflamatorias (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/antiinflamatorios-remedios-plantas>), pero lo que muchas veces se desconoce, es que el jengibre también tiene potentes propiedades para luchar contra las infecciones.

El poder antibacteriano del jengibre ha resultado **especialmente útil contra la infección por la bacteria *Helicobacter pylori*** (<https://www.botanical-online.com/dietas/helicobacter-dieta-alimentos-buenos>), causante de muchos casos de gastritis.

También es interesante su uso en diversas infecciones digestivas, como casos de diarrea (<https://www.botanical-online.com/medicina-natural/remedios-diarrea-infantil>), especialmente en los niños, y de muchos casos de gastroenteritis. Combate las bacterias patógenas y no daña la flora intestinal saludable (<https://www.botanical-online.com/dietas/regenerar-flora-intestinal-dieta-alimentos-buenos>).

En **procesos gripales y catarros**, esta planta resulta muy útil para quitar la fiebre, la congestión nasal y la mucosidad acumulada en las vías respiratorias. La infusión de limón y jengibre (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infusion-jengibre-como-preparar>), servida bien caliente, ayudará a expectorar el pecho cargado y a **rebajar la fiebre**, especialmente si le añadimos una buena cucharada de miel.

Berberina, potente antibiótico y antimicótico natural

La **berberina** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/berberina-propiedades>) es un alcaloide (<https://www.botanical-online.com/alcaloides/alcaloides-propiedades>) que se extrae de algunas plantas como el agracejo (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/agracejo>) (*Berberis vulgaris*). Ha demostrado ser eficaz contra una amplia variedad de bacterias, hongos, levaduras y parásitos, entre las que se incluye la *Candida* (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/candidiasis-vaginal>), *Helicobacter pylori*, colera, *Giarda*, malaria, intoxicaciones alimentarias, etc.

* Véase: **Berberina para las infecciones** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/berberina-parasitos>)

Antibióticos en la cocina

Se recomienda, en general, el uso de **hierbas aromáticas** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/hierbas-aromaticas-cocina>) en la alimentación. Cada vez son más los estudios que advierten del potencial de las hierbas aromáticas en la alimentación, hasta el punto de que, para muchos investigadores, son consideradas auténticos alimentos funcionales. Otros se refieren al uso de estas plantas como «**la fitoterapia en la despensa**»:

- **Ajo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/ajo-allium-sativum-propiedades-caracteristicas>) (*Allium sativum*): Sin duda alguna el mejor bactericida y antiviral natural. Contiene más de 20 componentes con propiedades antivirales y casi 40

componentes antibacterianos (Aliicina, ajoeno, ácido caféico, ácido ascórbico, ácido clorogénico, quercetina, etc.). Todo ello lo hace ideal para el tratamiento interno de enfermedades respiratorias.



Cebolla morada, muy rica en quercetina

- **Cebolla** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/cebolla-allium-cepa-propiedades-caracteristicas>) (*Allium cepa*): De la misma familia que el ajo y con una composición similar, la cebolla constituye otro antibiótico natural. Rica también en componentes sulfurados, ácidos y flavonoides (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/flavonoides-propiedades-caracteristicas>) (principalmente quercetina (<https://www.botanical-online.com/alimentos/quercetina-propiedades-caracteristicas%0D>)), la cebolla es uno de los mejores remedios naturales para combatir procesos infecciosos del aparato respiratorio (gripe, bronquitis, faringitis, etc.). La cebolla morada es más rica en estos principios. Además, la cebolla, usada externamente, se considera un excelente desinfectante y expectorante de los pulmones.
- **Orégano** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/oregano-propiedades>) (*Origanum vulgare*): Planta digestiva que, por su contenido en carvacrol y timol (abundantes en su aceite esencial de la planta: en el tallo, hojas y flores), el orégano es un potente expectorante, antiinflamatorio y antiséptico de las vías respiratorias.
- **Estragón** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/estragon-propiedades>) (*Artemisia dracunculus*): Debido a que actúa como **antibiótico natural**, el estragón antiguamente se utilizó como condimento medicinal para prevenir intoxicaciones y conservar los alimentos. Ayuda a tratar el **exceso de fermentación intestinal** y también se utiliza contra la tuberculosis (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/tuberculosis-plantas-antituberculosas>).

- **Ajedrea** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/ajedrea-propiedades-medicinales>) (*Satureja montana*, *Satureja hortensis*): El aceite esencial de ajedrea es antimicrobiano, antifúngico y estimula las defensas.



Ajedrea

- **Capuchina** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/capuchina-propiedades>) (*Tropaeolum majus*): Su sabor picante es debido al contenido en compuestos azufrados (<https://www.botanical-online.com/dietas/glucosinolatos-propiedades>) (glucotropaelósido) con propiedades antibióticas.
- **Hinojo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/hinojo-foeniculum-propiedades-propiedades>) (*Foeniculum vulgare*): La planta es muy rica en aceites esenciales, con alto contenido en anetol, que le otorga propiedades expectorantes, antisépticas, espasmolíticas y carminativas.
- **Menta** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/mentastro-propiedades>) (*Mentha spp.*): Las mentas también son muy ricas en principios antibacterianos, especialmente indicadas para prevenir putrefacciones intestinales.
- **Pimienta** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/pimienta-propiedades>) (*Piper nigrum* L.): Tiene propiedades antibióticas muy apreciadas, y es especialmente recomendable en caso de problemas respiratorios, como asma o bronquitis, por sus propiedades expectorantes, diaforéticas y antiinflamatorias. Se deberá tener la precaución, en estos casos, de consumir la pimienta bien diluida dentro de cremas de verduras (<https://www.botanical-online.com/recetas/receta-crema-verduras-propiedades>) o similares, para evitar una broncoaspiración, que podría ser muy perjudicial.



Lámina resumen con las principales plantas antibióticas o para aumentar las defensas, entre las que se encuentran: el romero, jengibre, equinácea, ajedrea, canela, orégano, boldo, menta, ajo, anís, tomillo y la cúrcuma.

- **Anís** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anis-pimpinella-propiedades-caracteristicas>) (*Pimpinella anisum*): Por las propiedades expectorantes del anetol resulta muy adecuado en el tratamiento de enfermedades respiratorias. También es sedante ya ayuda a calmar los retortijones y espasmos digestivos en caso de infecciones digestivas.
- **Salvia** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/salvia-officinalis-propiedades>) (*Salvia officinalis*): Antibiótico usado contra las afecciones respiratorias en general, de garganta, gripe, etc. Se prepara una decocción (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/preparaciones-internas-decocciones>) de una cucharada de hojas secas por taza, dos tazas al día. (Gargarismos con esta decocción para el tratamiento de las anginas, faringitis, laringitis, ronquera o afonía)

Algarroba para las infecciones digestivas

La **algarroba** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/algarrobo-ceratoniasiliqua-propiedades-caracteristicas>) (*Ceratoniasiliqua*) constituye un remedio tradicional muy efectivo en caso de gastroenteritis y diarrea, o cualquier tipo de infección intestinal. en estos casos es la papilla con harina de algarroba. La papilla de algarroba o chocolate de algarroba **acorta el tiempo de diarrea a la vez que nutre**. (Receta de chocolate de algarroba (<https://www.botanical-online.com/recetas/receta-tableta-chocolate-algarroba>))



Algarroba, remedio para las infecciones digestivas (diarrea)

Propóleo, el antibiótico de las abejas

Desde la antigüedad se han mencionado las propiedades del **Propóleo** (<https://www.botanical-online.com/productos-naturales/propoleo-caracteristicas>) en la curación de las heridas u otras lesiones externas del cuerpo humano.

Seguramente, los antiguos debieron descubrir estas propiedades cuando se dieron cuenta que los cadáveres encontrados en el interior de los enjambres permanecían sin pudrir al estar envueltos de una sustancia pegajosa. (Véase propiedades del propóleo (<https://www.botanical-online.com/productos-naturales/propoleo-propiedades>))

La **miel** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/miel-caracteristicas>) también se considera un buen alimento contra las bacterias, pero solamente cuando está cruda, ya que la temperatura deteriora las propiedades de la miel (<https://www.botanical->

online.com/productos-naturales/miel-propiedades).

Otras plantas con propiedades antibióticas

Además de los principales antibióticos naturales mencionados, existen muchas otras plantas con estas propiedades, entre las que se destacan:

- **Boldo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/boldo-peumus-boldus-propiedades-curativas>) (*Peumus boldus*): El intenso aroma que desprende la planta advierte de sus componentes para luchar contra sus depredadores naturales. El boldo contiene al menos 11 componentes nematocidas en sus aceites esenciales (destaca el cineol y ascaridol), que combaten los gusanos intestinales (<https://www.botanical-online.com/animales/gusanos-intestinales-caracteristicas>). La medicina tradicional de donde es endémica, en Chile, se utiliza como un remedio contra la gonorrea. El ascaridol, presente en el aceite esencial es un componente contra la malaria (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/malaria-remedios-plantas-medicinales>). El extracto de la planta se ha demostrado efectivo contra *Candida albicans*, *Escherichia coli*, *Pseudomonas aeruginosa* y *Staphylococcus aureus*. También tiene grandes usos para enfermedades respiratorias.
- **Llantén** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/llanten-propiedades>) (*Plantago major*): su contenido en taninos ejerce un efecto antibiótico. A su vez, su contenido en aucubina y mucílagos, lo convierte en una planta muy adecuada en infusiones para el resfriado y la tos.
- **Cardamomo** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/cardamomo-especia>) (*Elettaria cardamomum*): El cardamomo es una de las fuentes de cineol más rica que nos ofrece la naturaleza. El cineol es un potente componente antiséptico natural que elimina las bacterias causantes del mal aliento, siendo un reconocido remedio para la halitosis

(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/halitosis-mal-aliento-remedios>). También resulta adecuado para el tratamiento de la caries, o dolores de estómago causados por el *Helicobacter pylori*.

- **Melisa** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/melisa-propiedades>) (*Melissa officinalis*): La melisa, por su contenido en timol, tiene cualidades antibacterianas. El extracto acuoso se ha utilizado vía tópica para tratar el virus del herpes simple (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/herpes-tratamiento-plantas>) (Más información (<https://www.botanical-online.com/dietas/herpes-suplementos-vitaminas>)). El aceite esencial de melisa (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/aceite-esencial-melisa-propiedades>) también se utiliza en baños para tratar la candidiasis.
- **Drosera** (<https://www.botanical-online.com/botanica/drosera-rotundifolia-caracteristicas>) (*Drosera* spp.): El extracto de drosera contiene plumbagina, que es un principio antibiótico contra una amplia gama de bacterias y virus. Se utiliza como remedio para la gripe (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/gripe-remedios>), resfriados, y para tratar infecciones respiratorias.
- **Hisopo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/hisopo-propiedades>) (*Hyssopus officinalis*) Su aceite esencial es antimicrobiano y se ha comprobado su efecto contra ciertas bacterias. (Infusión: 1 cucharadita de sumidades florales por taza de agua, 3 tazas al día)
- **Ulmaria** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/filipendula-ulmaria-propiedades>) (*Filipendula ulmaria*): El extracto de esta planta tiene efectos antibióticos contra *S. aureus*, *E. coli*, *P. vulgaris* y *P. aeruginosa*, bacterias causantes de intoxicaciones alimentarias (<https://www.botanical-online.com/dietas/intoxicacion-alimentaria-tipos>) e infecciones urinarias. También tiene salicilatos (ácido salicílico), con propiedades para bajar la fiebre.
- **Serpol** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/serpol-propiedades>) (*Thymus serpyllum*) El timol y el carvacrol, presentes en el aceite esencial, son sustancias estudiadas como potentes antisépticos capaces de luchar contra microbios y hongos. Las infusiones con serpol pueden ayudar a vencer las infecciones que afectan a distintos sistemas del cuerpo.
- **Tila** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/tila-propiedades>) (*Tilia* spp.): La tila posee propiedades antivirales y antibacterianas (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/plantas-antibacterianas>) capaces de inhibir el crecimiento de virus y bacterias, por lo que resulta muy útil su administración durante los periodos en

que el organismo se ve obligado a luchar contra las infecciones. En este sentido se puede considerar esta planta como un buen antibiótico natural.

- **Lima** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/lima-propiedades-caracteristicas>) (*Citrus aurantifolia*): La lima contiene al menos 10 componentes antisépticos. Junto con las propiedades de la vitamina C para prevenir resfriados, gripes e infecciones, esta fruta es muy adecuada para ayudar a combatir las enfermedades de invierno.
 - **Guayaba** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/guayabo-psidium-guajava-caracteristicas>) (*Psidium guajava*): Las hojas de guayabo son ricas en aceites esenciales de la planta y sustancias que actúan como antibióticos naturales.
 - **Pensamiento** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/pensamiento-propiedades>) (*Viola tricolor*): Esta planta contiene algunos principios antibióticos que ayudan a tratar enfermedades infecciosas.
 - **Lúpulo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/lupulo-propiedades>) (*Humulus lupulus*): Inhibe el desarrollo de numerosas bacterias, lo que explica su uso alimentario como conservante, y al mismo tiempo el motivo por el cual esta planta puede ser útil para evitar algunas infecciones intestinales y en el tratamiento de infecciones bacterianas, tanto en uso interno como externo.
 - **Genciana** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/genciana-propiedades-caracteristicas>) (*Gentiana lutea*): El uso tradicional de esta planta le otorga propiedades para luchar contra las infecciones de oído, anginas, otitis, etc.
 - **Camomila o manzanilla amarga** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/camomila-manzanilla-romana-propiedades-caracteristicas>) (*Chamaemelum nobile* L): Adecuada para los resfriados, por sus propiedades antibióticas. El azuleno, un componente abundante en su aceite esencial, tiene propiedades regeneradoras del hígado.
-

Plantas medicinales y suplementos que aumentan las defensas

Además de la ya comentada equinácea (principio del artículo), existen otras plantas que pueden ayudar al organismo a vencer la infección a través de proporcionar propiedades inmunoestimulantes o propiedades depurativas:

- **Cúrcuma** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/curcuma-propiedades>) (*Curcuma longa*): Con **propiedades inmunomoduladoras** debido a la presencia en la planta de unos principios activos de la planta llamados ukonan. (Leche de cúrcuma (<https://www.botanical-online.com/alimentos/leche-dorada-curcuma-contraindicaciones>)) (Recetas con cúrcuma (<https://www.botanical-online.com/recetas/recetas-curcuma-como-cocinar>))



Cúrcuma con una pizca de pimienta negra. Esta combinación permite que se absorban mejor los principios activos de la cúrcuma

- **Cardo mariano** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/cardo-mariano-propiedades>) (*Silybum marianum*): Gran desintoxicador hepático y antídoto contra diversos venenos. Recomendable su uso **tras tratamientos con antibióticos o consumo de fármacos o drogas**. (Suplementos de cardo mariano ricos en silimarina (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/cardo-mariano-silimarina-ficha-producto>))
- **Uña de gato** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/una-gato-propiedades>) (*Uncaria tomentosa*): Tiene propiedades para aumentar la inmunidad y las defensas naturales para eliminar sustancias potencialmente peligrosas para el organismo (contaminación, sustancias químicas ambientales, tóxicos en la alimentación, etc.).
- **Reishi** (<https://www.botanical-online.com/setas/reishi-ganoderma-lucidum-propiedades>) (*Ganoderma lucidum*): Es un hongo medicinal muy utilizado por la medicina tradicional

como adaptógeno, es decir, para ayudar al cuerpo a adaptarse a las condiciones ambientales o personales. Para ello fortalece la mayoría de los sistemas corporales, como el endocrino, el sistema nervioso, y el sistema inmunológico. Su principio activo son los betaglucanos, que también se encuentran en otros hongos medicinales como en el maitake (<https://www.botanical-online.com/setas/maitake-grifola-frondosa-propiedades>) y el shiitake (<https://www.botanical-online.com/setas/shiitake-lentinus-edodes-caracteristicas>).

Remedios antibióticos en uso externo

- **Aceite de hipérico** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/hiperico-propiedades>): Con propiedades vulnerarias y antibióticas, es una de las mejores armas de cicatrización de los cortes (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infecciones-cortes-tratamiento>), las heridas, las quemaduras, mordeduras de serpientes, las llagas en los pies (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/ampollas-pies-remedios>) o las manos (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/ampollas-manos-remedios>).



Aceite de hipérico

- **Anís estrellado** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anis-illicium-verum-propiedades-medicinales>) (*Illicium verum*): El anetol tiene efecto antimicrobiano y

se puede utilizar vía externa para tratar infecciones en la piel (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infecciones-remedios-plantas-medicinales>), cuando no existen heridas abiertas ni irritación en la piel. También tiene uso en enfermedades respiratorias.

- **Gordolobo** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/gordolobo-verbascum-propiedades-medicinales>) (*Verbascum thapsus*): Las hojas son ricas en saponósidos con propiedades antibióticas. (Preparación de Unguentum verbasci descrito en el estudio de la planta)
 - **Caléndula** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/calendula-propiedades>) (*Calendula officinalis*): El aceite de caléndula es regenerador a la vez que tiene propiedades antibióticas contra bacterias, hongos y propiedades antivíricas.
-

Propiedades de la vitamina C para curar las infecciones

La propiedad de la **vitamina C** (<https://www.botanical-online.com/dietas/vitamina-c-propiedades-caracteristicas>) para aumentar las defensas es probablemente la más popular conocida tanto de los alimentos que la contienen, como de los suplementos y medicinas que la incorporan (limón (<https://www.botanical-online.com/alimentos/limon-propiedades-medicinales>), kiwis (<https://www.botanical-online.com/alimentos/kiwis-propiedades>), suplementos,...).

Probablemente, los científicos empezaron a intuir los beneficios de la vitamina C para las defensas al descubrir que **esta vitamina se encuentra en gran concentración en el interior de los leucocitos**, las células inmunitarias.

Cabe mencionar que las fuentes más potentes de esta vitamina son el escaramujo (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/rosa-canina-propiedades>), la acerola (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/acerola-propiedades>), o suplementos

que contengan más de 250 mg de vitamina C natural por dosis. Los suplementos pueden tener incorporados bioflavonoides (<https://www.botanical-online.com/alimentos/bioflavonoides-propiedades-caracteristicas%0D>), que potencian sus efectos.

Por lo tanto, de esta observación se puede deducir que la vitamina C es necesaria para que el sistema inmunitario funcione adecuadamente. En la actualidad se han demostrado muchos beneficios que presenta esta vitamina para las defensas. Véanse más en el siguiente estudio.

***Más información: Vitamina C para las defensas** (<https://www.botanical-online.com/dietas/vitamina-c-propiedades-defensas>)

Alimentos con propiedades antibióticas

Además de los ajos y las cebollas, muy reconocidos por sus propiedades antibióticas, podemos señalar una serie de alimentos que nos ayudarán a combatir las enfermedades infecciosas.

Entre todos ellos podemos mencionar:



Foto de reishi

- **Setas medicinales** (<https://www.botanical-online.com/setas/setas-propiedades-medicinales>): Las propiedades antibióticas de las setas son muy destacadas. No solamente hay que resaltar el *Penicillium notatum* a partir del cual se sintetizó la penicilina sino que son muchas las setas comestibles o venenosas con los mismos principios. Hongos tan utilizados en la mesa como los **champiñones** (<https://www.botanical-online.com/setas/champinones-propiedades>) (*Agaricus bisporus*) o los **níscalos** (<https://www.botanical-online.com/setas/setas-comestibles-lista-nizcalos>) (*Lactarius deliciosus*) han demostrado tener en su composición antibióticos naturales.
- **Chirivía** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/chirivia-propiedades>): Contiene aceites esenciales ricos en terpinoleno y en miristicina, con propiedades antisépticas.

Ayuda a regenerar la flora intestinal (<https://www.botanical-online.com/dietas/regenerar-flora-intestinal-dieta-alimentos-buenos>).

- **Arándanos** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/arandanos-propiedades>): Contiene antocianidinas y ácido hipúrico, sustancias que actúan como antibiótico natural para muchas bacterias que habitan en las vías urinarias.
- **Guanábana** (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/guanabana-propiedades>) (*Annona muricata*): La planta tiene un fuerte poder antibiótico debido a su contenido en acetogeninas, especialmente en las hojas y las semillas. (Ver estudio de la planta)

Lista de remedios naturales (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/plantas-medicinales>)



(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/plantas-medicinales>)

➤ Más información sobre remedios naturales

✓ Este artículo ha sido avalado por Elisenda Carballido (<https://www.botanical-online.com/author/elisenda-carballido>) - Dietista nutricionista. Postgrado en Fitoterapia y máster en Nutrición y Metabolismo.

Escrito por Editorial (<https://www.botanical-online.com/quienes-somos>)
Equipo de Botanical-online encargado de la redacción de contenidos



📅 30 octubre, 2022



antibióticos naturales (<https://www.botanical-online.com/tag/antibioticos-naturales>)

preparados (<https://www.botanical-online.com/tag/preparados>)

remedios (<https://www.botanical-online.com/tag/remedios>)

sistema inmunitario (<https://www.botanical-online.com/tag/sistema-inmunitario>)

Plantas medicinales (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/>)



Otros artículos de interés



Cultivo de la crocosmia

(<https://www.botanical-online.com/cultivo/crocosmia-como-plantar-cuidados>)



Ácido alfa lipoico para los riñones

(<https://www.botanical-online.com/dietas/acido-lipoico-rinones>)



Sopa de zanahorias

(<https://www.botanical-online.com/recetas/receta-zanahoria-sopa>)



El cultivo del árbol del amor

(<https://www.botanical-online.com/cultivo/cercis-siliquastrum-como-plantar-cuidados>)



Efectos secundarios de la vara de oro

(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/vara-oro-efectos-secundarios>)



Suelo equilibrado

(<https://www.botanical-online.com/naturaleza/suelo-equilibrado>)



Características de la planta coronaria

(<https://www.botanical-online.com/botanica/coronaria-chrysanthemum-coronarum-propiedades-caracteristicas>)



Principales alimentos

(<https://www.botanical-online.com/alimentos/lista-alimentos-saludables>)

El material que aquí se trabaja tiene carácter informativo. En caso de duda, consúltese con el facultativo.

"Botanical-online" no se hace responsable de los perjuicios ocasionados por la automedicación.

Especial

(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/antibioticos-naturales>)

Artículos destacados



Plantas para repeler a los mosquitos

(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/picadura-mosquitos-repelentes-plantas-medicinales>)



(<https://www.facebook.com/Botanical.online>)



(<https://www.youtube.com/user/botanicalonline>)



(<https://twitter.com/BotanicalOnline>)



(<https://www.instagram.com/botanicalonline/>)



(<https://blog-de-plantas.blogspot.com.es/>)

MÁS SECCIONES

Nutrición y dietética (<https://www.botanical-online.com/educacion/nutricion-dietetica-definicion>)

Adelgazar (<https://www.botanical-online.com/dietas/adelgazar-guia>)

[Cosmética natural \(https://www.botanical-online.com/cosmetica/cosmetica-natural\)](https://www.botanical-online.com/cosmetica/cosmetica-natural)

[Infusiones \(https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infusiones-como-preparar\)](https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infusiones-como-preparar)

[Remedios caseros \(https://www.botanical-online.com/medicina-natural/remedios-plantas-medicinales\)](https://www.botanical-online.com/medicina-natural/remedios-plantas-medicinales)

[Anemia \(https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anemia-remedios-plantas\)](https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anemia-remedios-plantas)

[Embarazo \(https://www.botanical-online.com/dietas/embarazo-dieta-alimentos-buenos\)](https://www.botanical-online.com/dietas/embarazo-dieta-alimentos-buenos)

[Contacto \(https://www.botanical-online.com/contactar\)](https://www.botanical-online.com/contactar)

[Quiénes somos \(https://www.botanical-online.com/quienes-somos\)](https://www.botanical-online.com/quienes-somos)

[Cómo citar artículos \(https://www.botanical-online.com/como-citar\)](https://www.botanical-online.com/como-citar)

©1999-2023 Botanical-Online SL - Todos los derechos reservados

[Condiciones de uso \(https://www.botanical-online.com/politica-uso\)](https://www.botanical-online.com/politica-uso)

[Política de privacidad \(https://www.botanical-online.com/politica-privacidad\)](https://www.botanical-online.com/politica-privacidad)

[Política de cookies \(https://www.botanical-online.com/politica-cookies\)](https://www.botanical-online.com/politica-cookies)