



## ÑANDYPA (*Genipa Americana*)

Familia: Rubiaceae

### ➤ DESCRIPCION

Es un árbol nativo que crece muy bien en casi toda la Región oriental del país. Tiene una altura hasta unos 20 metros y tronco cilíndrico, recto de 60 cm de diámetro aprox.

### ➤ UTILIDADES

La hierba se usa en tratamientos para perder peso, ya que la traducción de su nombre del guaraní (Ñandypa) al castellano es hierba quema grasas. Asimismo, por sus propiedades antiinflamatorias, antisépticas y calmantes es indicada en el tratamiento de enfermedades degenerativas de las articulaciones y los huesos.



### ➤ OBSERVACIONES

No debe exagerar su consumo, puesto que tiene efectos secundarios, produce calambres, ya que se trata de un diurético muy fuerte y de esa manera debilita la absorción de vitaminas.

#### Dosis y forma de usar

Sus hojas en cocción (15 gramos por litro de agua) para tomarlo como té, en el mate y el tereré. La corteza (10 gramos por litro de agua) también se puede usar o en mezcla de 5 gramos de cada una de estas partes, en cocción, por cada litro de agua.