LA AUYAMA Y SUS MÚLTIPLES PROPIEDADES CURATIVAS

Autor Miguel Espaillat
sábado, 16 de octubre de 2010
Modificado el sábado, 23 de marzo de 2013

Clik en Detalles para leer completo

A las semillas se le conocen como pepitas en México, "pipas" en España), en Venezuela se le llama auyama a la pulpa y pepas a las semilla. A estas semillas o pipas generalmente se las conoce como pipas de calabaza, mientras a las pequeñas se les llama calabaza o vitoria, si es alargada, color verde oscuro y rayas se le llama calabacín. En las regiones de Nariño, Cauca y Valle se le da el nombre de zapallo debido a la influencia de los Andes sudamericanos (principalmente de Ecuador). En Venezuela, repito, se le conoce como auyama pero sin la h intercalada. La pulpa de la calabaza es de fácil digestión, por eso se recomienda entre los primeros alimentos sólidos para los infantes.Propiedades e indicaciones: las semillas de calabaza, también llamadas pipas, y especialmente su germen, contienen hasta un 35% de aceite; prótidos ricos en aminoácidos esenciales, cucurbitacina, principio activo que presenta las siguientes propiedades:Indicaciones: es usado como antihelmíntico nematocida (ascaris, oxiuros), diurético, antiinflamatorio, emoliente, ligeramente sedante. Vermífugo. Indicado para parasitosis intestinales: oxiuriasis, ascaridiasis. Cistitis, prostatitis, hipertrofia benigna de próstata. InsomnioLas pipas o semillas constituyen el mejor vermífugo natural y se aplican en el tratamiento de prostatitis, cáncer, y problemas de riñones y vejiga entre otras muchas enfermedades las cuales detallaremos a continuación en orden alfabético:Anemia: comer su pulpa es un excelente tónico para combatir la anemia de los niños y ancianosAntihelmíntico): 30 a 40 g de semillas, descascarilladas trituradas y mezcladas con miel, cada hora, durante un día. A continuación tomar un purgante salino. En niños reducir la dosis y administrar varios días consecutivos, antes de tomar el purgante. Artritis: Un gran alcalinizante de la sangre, contribuye a liberar el ácido úrico, y a mejorar la circulación.Arrugas: El zumo de auyama aplicado al rostro refresca y desvanece las arrugas. Apoplejía: ayuda a reponer rápidamente el sistema después de un infarto.Arterias tapadas: comer las semillas machadas combinadas con azúcar moreno. Angina de pecho: las personas que sufren de angina de pecho o que hayan sufrido de un infarto, deberían comer auyama 3 o 4 veces por semana.Anemia: Comer diariamente la pulpa cruda rayada y aderezar con aceite de olivas y sal a gusto. La flor y el fruto de la auyama también pueden ser comidas como verdura para fortalecer el organismo. Son excelentes para combatir la desnutrición.Abscesos del hígado: las hojas cocidas de la auyama alivian el hígado rápidamente. De igual manera la pulpa machacada Antiflatulento: combate significativamente la flatulenciaCáncer: La auyama se recomienda para la prevención del cáncer, lo que demuestra sus grandes cualidades medicinales. Tomar ½ vaso de Jugo de auyama, ½ vaso de Jugo de alcachofa, 1 vaso de Agua de caléndula , y 1 vaso de leche de soya, mezcle todo en una licuadora, agregue miel de abejas, luego cuele y tome el contenido.Dosis: 3 tacitas de las de servir café diariamente.Cicatrizante: La baba que contiene la cáscara es un excelente remedio para cerrar las grietas de los pezones de las madres lactantes Circulatorias: comer auyama todos los días ayuda grandemente al aparato circulatorioCálculos renales: para desbaratar los cálculos renales es preciso dejar al sereno un trozo de auyama y al día siguiente comerlo. También las tisanas de semillas de auyama pulveriza las piedras o cálculos renalesCerebro: la auyama es buen alimento para el cerebro por su alto contenido en fósforo. Cistitis: las semillas de la auyama, al ser antiflamatoria urinaria, actúa sobre la vejiga de la orina, desinflamándola y relajándola. Las semillas o pipas de calabaza o auyama se indican en caso de cistitis, infecciones urinarias, incontinencia urinaria, cistocele (desprendimiento de la vejiga urinaria), vejiga neurógena (irritación que se manifiesta por un deseo constante de orinar).Depilatorio: aplicar sobre la piel el jugo que se extrae al cortar o raspar la concha. Desintoxicante: para desintoxicar el organismo de residuos morbosos, ingerir auyama solamente en sopa o hervida durante un par de días.Diarrea: hervir dos hojas en seis tazas de agua. Colar y endulzar con miel. Diurético: el comer auyama frecuentemente sirve como diurético ya que aumenta la producción de orina especial para aquéllos que sufren de retensión de líquidos..Enuresis infantil: machacar las semillas y hacer una tisana y luego mezclar con jugo de pepinos y darle a beber a su niño. Esto ayuda a aumentar la cantidad de orina. Estreñimiento: La fibra de la Auyama que posee es de tipo soluble y actúa como laxante suave, evitando irritaciones en los intestinos. Es muy buena para enfrentar el estreñimiento.Escaldadura: cataplasma de hojas o pulpaErupciones: use el aceite de las semillas.Delgadez: La auyama ayuda considerablemente a aumentar de pesoHemorroides: La pulpa mezclada con remolacha y aplicada a la zona alterada.Hígado: Inflamaciones del hígado: preparar un ungüento con la pulpa de la auyama, lechuga y verdolaga, y aplicar sobre la zona inflamada.Heridas: aplicar en la zona aceite de semillas de auyama. Inflamaciones: cataplasma de hojas o pulpa en el área afectada baja las inflamaciones.

Iinflamaciones de las vías urinarias. El mismo procedimiento acotado arriba. Tomar tres tazas diarias

Inflamaciones de tumores, abcesos: aplicar la pulpa sobre las zonas.

Insomnio: emulsión de semillas (descascarilladas, trituradas): cocer 100 g de semillas en 500 cc de agua. Tomar durante las primeras horas de la tarde y una taza antes de ir a dormir.

Hidropesía: Comer una porción diariamente de auyama cruda. Hipertensión: comer auyama hervida pero sin sal todos los días normaliza la presión arterial. Auyama está indicada en los casos de Hipertensión arterial por contener muy poco sodio y bastante potasioLaxante: La auyama frita o azada, y/o rellena con jugo de limón, limpia los intestinos.Mareos: comer la pulpa y masticar las semillas le libran de los mareos. (Bueno es ir al médico para cerciorarse cuál es la causa porque podría solucionarse de otro modo en caso que sea debido al oído entaponado de cerilla.Manchas y pecas faciales: el zumo aplicado directamente elimina las arrugas y desvanece las pecas.Ninos: para un sano fortalecimiento y desarrollo de sus hijos, prepare crema de auyama todos los días y dele a comer en el desayuno. Esto también fortalece los huesos, nervios e intestinos. Parásitos: la cucurbitacina actúa soltando la cabeza de la tenia (solitaria) de la pared del intestino. Resulta así mismo efectiva contra otros parásitos intestinales, como los áscaris. Una vez sueltos los gusanos, se debe administrar un purgante para favorecer su expulsión. La eficaz acción vermífuga de las semillas de calabaza se halla exenta de riesgos. Por eso las pipas de calabaza resultan ideales para los niños que sufren de parásitos intestinales, en especial tenias o áscaris (lombrices). Comer 1 taza diaria de semillas tostadas, durante cinco días. También se pueden hervir dos cucharadas de semillas en dos tazas de agua y reducir a la mitad. Los niños deben tomar ½ dosis. La pulpa de la calabaza, asada o hervida, es muy rica en glúcidos (hidratos de carbono). Es un emoliente (suavizante) de todo el conducto digestivo, y posee un ligero efecto diurético y antinflamatorio. Conviene pues, a quienes padecen: problemas digestivos, como dispepsia (digestión difícil), acidez de estómago, estreñimiento, fermentaciones o putrefacciones intestinales. Hemorroides: por su acción suavizante y ligeramente laxante. Afecciones renales: (como tratamiento complementario): insuficiencia renal, nefritis y glomerulonefritis, edemas (retención de líquidos), cálculos renales”Próstata: la afección más frecuente de la próstata el adenoma (tumoración benigna). Se presenta en los hombres de edad madura por: pérdida de fuerza del chorro de la orina; polaquiuria, (necesidad de orinar a menudo y solo una escasa cantidad), especialmente por la noche y después de viajes sentado; y en casos avanzados, imposibilidad completa de orinar. La cucurbitacina contenida en las semillas de calabaza actúa en particular sobre la próstata desinflamándola y frenando su hipertrofia (crecimiento excesivo). Esto se debe a que la cucurbitacina bloquea la división de las células glandulares de la próstata (acción antimiotica), con lo que frena el crecimiento de esta importante glandula. Sin embargo, si bien hay que tener presente que las semillas de calabaza pueden frenar el crecimiento de la próstata, y con ello, aliviar las molestias citadas, en ningún caso pueden hacer desaparecer el crecimiento excesivo ya formado. Las semillas se pueden tomar frescas, secas o cocidas, en cantidad de 50 a 100 gramos, 2 o 3 veces diarias. Cuando se usan contra los parásitos intestinales, se recomienda seguir el siguiente plan: guardar 12 horas de ayuno (tomando únicamente agua), que se inicia la tarde anterior al tratamiento, pesar 200- 400 gramos de semillas o pipas con cáscara (los adultos hasta 800 gramos) que una vez peladas, se machacan en un mortero, pudiendo añadir azúcar moreno a la pasta que se forma; repartir esta pasta en 3 porciones iguales, para desayuno, comida y cena. No comer otra cosa en todo el día, excepto zanahoria que es antihelmíntica; una hora después de la primera toma se administra un purgante (por ejemplo, una toma de sen, o cáscara sagrada o sal de frutas, o un par de cucharadas de aceite de ricino, observar las heces ya que si no se ha conseguido la expulsión de los parásitos, se repite todo el proceso al cabo de 2 o 3 días.Picaduras de insectos: aplicar cataplasmas de la tripa cruda machacada.Piel seca: Monde las semillas y haga una pasta y aplique sobre el rostro. Gracias a los nutrientes la piel se torna suave y elástica. Irritaciones cutáneas: la pulpa mezclada con aceite de coco o de almendras libera las irritaciones de la piel.Pirosis o úlcera gastroduodenal: use auyama y verá que la salud gastro intestinal mejora notablemente.

Quemaduras: La pulpa machacada y aplicada como cataplasma, alivia el dolor de las quemaduras,Raquitismo: La pulpa es muy buena para combatir el raquitismo.Sarna: cataplasmas de hojas. Tenia o solitaria: emplear las semillas peladas y machacadas; haga una pasta y luego combine con agua de coco.Dosis: Tomar en ayunas una taza y luego de 3 horas horas tomar una cucharadita de aceite de castor. Otro remedio: mezcle 6 cucharadas de semillas frescas y peladas con una cucharada de en polvo de azúcar moreno.Dosis: antes de ir a la cama tomarse el preparado y al día siguiente y en ayunas tomar solo agua; al medio día tomarse un purgante de aceite de castor. Visión: el comer las semillas y la auyama mejora considerablemente la visión gracias a las propiedades de la vitamina A