

glosario

Homeostasis* - la tendencia del estado interno del cuerpo a permanecer relativamente en constante movimiento y equilibrándose a pesar de condiciones externas y factores de estrés variables

Enfermedad - condición de un animal, planta o ser humano en la que su cuerpo o estructura resultan dañados porque un órgano o parte del cuerpo no puede trabajar como lo hace habitualmente. A menudo va acompañado de un distintivo grupo de síntomas, signos o cambios anatómicos

La Medicina Tradicional China, dice que las enfermedades tienen tres causas principales:

- 1 Factores externos o ambientales
- 2 Emociones internas
- 3 Factores del estilo de vida, como la dieta

Enfermedad aguda - aparición rápida
síntomas graves y breve duración

Enfermedad crónica - enfermedad de
larga duración o que se repite con
frecuencia

Tónico - hierba que fortalece el organismo mediante un efecto tonificante general o por afinidades específicas con ciertos órganos

Adaptógeno - una hierba que apoya mediante un aumento inespecífico de la resistencia y la capacidad de recuperación frente a factores estresantes externos, apoyando la capacidad del cuerpo para adaptarse al cambio

Hierba - en el contexto de la herbolaria, el término "hierba" incluirá todas las partes de una planta, incluidas hojas, semillas, raíces, frutos y corteza, así como setas y hongos

Tintura - un extracto concentrado de hierbas elaborado mediante infusión de hierbas en alcohol y agua, glicerina o en vinagre

Monografía de plantas - descripción básica de una hierba utilizada con fines terapéuticos. Tiende a incluir nombres, partes utilizadas, componentes, rango de aplicación, efectos secundarios, incompatibilidades con productos farmacéuticos u otras hierbas, cantidades, uso y acción de la hierba

Acción - utilizada para describir una propiedad o cualidad útil específica de una hierba. Muchas hierbas tienen varias acciones que actúan en sinergia
*lista de acciones herbarias con definiciones en urfradio.org/herbs

Energética - se refiere a los cambios a veces sutiles, a menudo en la temperatura o la humedad, que una hierba induce en los tejidos del cuerpo

Menstruo - el solvente o la mezcla de solventes utilizada para hacer un extracto líquido (por ejemplo, alcohol, vinagre, glicerina o agua)

urfradio.org

