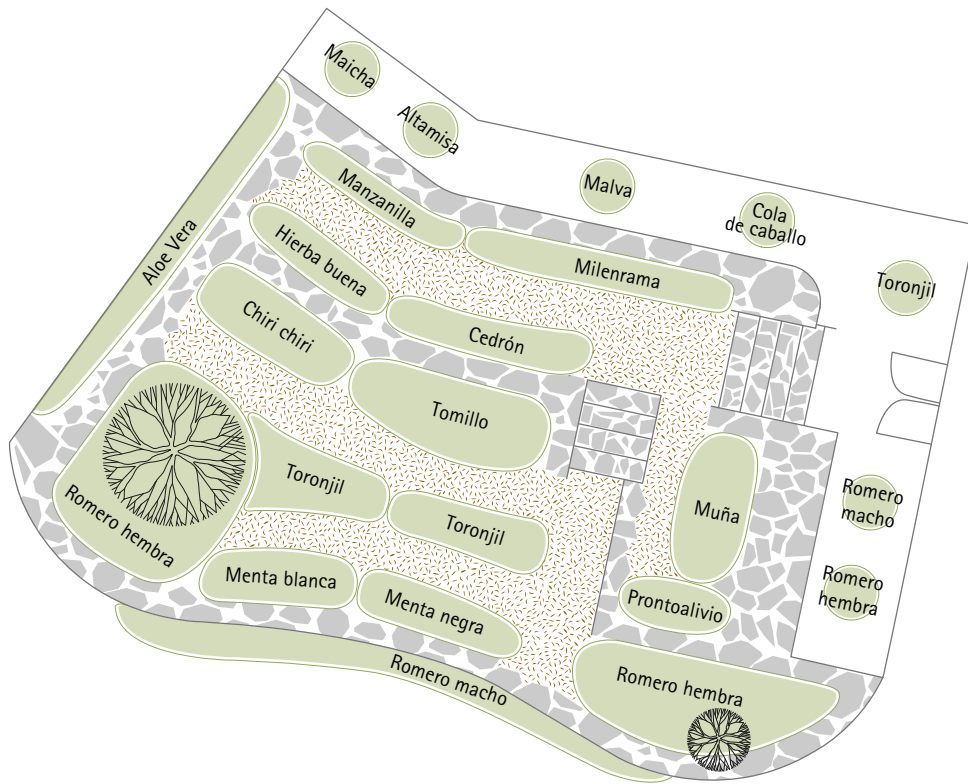
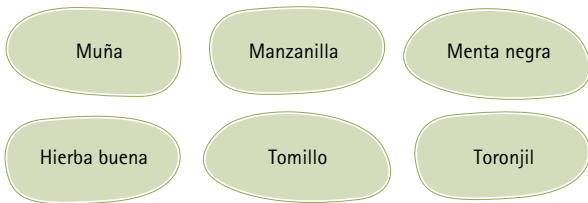


WALKING THE GREEN PATH



HEALING
GARDEN



› **INKATERRA** ‹
HACIENDA URUBAMBA
VALLE SAGRADO - PERU

ALOE VERA

Aloe vera

Familia / *Family* / *Famille*: Liliaceae

Fresco / *Fresh* / *Frais*:

- Quemaduras / *Burns* / *Brûlures*
- Antiinflamatorio (aplicar o beber) / *Anti-inflammatory (apply or drink)* / *Anti-inflammatoire (appliquer ou boire)*
- Artritis (consumir) / *Arthritis (drink)* / *Arthrite (boire)*
- Analgésico / *Analgesic* / *Analgésique*
- Cicatrizante / *Healing* / *Cicatrisant*

Cosmetología / *Cosmetology* / *Cosmétologie*:

- Tratamiento de piel y cabello / *Skin and hair treatment* / *Traitement cutané et des cheveux*

ALTAMISA

Ambrosia peruviana

Familia / *Family* / *Famille*: Liliaceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Infección intestinal / *Gastrointestinal infection* / *Infection intestinale*
- Alitosis / *Halitosis* / *Mauvaise haleine*
- Dismenorrea / *Dysmenorrhea (menstrual cramps)* / *Dysménorrhée (douleurs menstruelles)*
- Enfermedades hepáticas / *Liver conditions* / *Maladies hépatiques*

CEDRÓN / LEMON VERBENA / VERVEINE CITRONELLE

Aloysia citriodora

Familia / *Family* / *Famille*: Verbenaceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Malestares estomacales / *Stomach aches* / *Maux d'estomac*
- Carminativo / *Carminative* / *Carminatif*
- Insomnio / *Insomnia* / *Insomnie*
- Dolor de muela (enjuague) / *Toothache (rinse)* / *Mal de dents (bain de bouche)*

CHIRI CHIRI

Grindelia boliviana rusby

Familia / *Family* / *Famille*: Asteraceae

Emplasto / *Plaster* / *Plâtre*:

- Contusiones / *Bruises* / *Contusions*
- Inflamaciones / *Inflammations* / *Inflammations*

Infusión de la flor / *Flower infusion* / *Infusion de la fleur*:

- Calma los ataques asmáticos / *Asthma attack relief* / *Calme l'asthme*

COLA DE CABALLO / *FIELD HORSE TAIL* / *PRÊLE*

Equisetum arvense

Familia / *Family* / *Famille*: Equisetaceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Diurético / *Diuretic* / *Diurétique*
- Gota / *Gout* / *Goutte*
- Hemorragia / *Hemorrhage* / *Hémorragie*
- Antiséptico / *Antiseptic* / *Antiseptique*
- Calmante / *Relaxant* / *Calmant*

CUPHEA

Cuphea cordata

Familia / *Family* / *Famille*: Litraceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Apetito / *Appetite* / *Appétit*
- Epilepsia / *Epilepsy* / *Épilepsie*
- Laxante / *Laxative* / *Laxatif*

Compresa / *Compress* / *Compresse*:

- Fracturas / *Fractures* / *Fractures*

DIENTE DE LEÓN / *DANDELION* / *PISSENLIT*

Taraxacum officinale

Familia / *Family* / *Famille*: Fabaceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Desinflamante hepático / *Liver anti-inflammatory* / *Anti-inflammatoire hépatique*
- Digestivo / *Digestive* / *Digestif*
- Diabetes / *Diabetes* / *Diabète*
- Diurético suave / *Gentle diuretic* / *Diurétique doux*
- Tónico hepático / *Liver tonic* / *Tonifiant hépatique*
- Profiláctico dental / *Dental care* / *Prophylactique dentaire*
- Estreñimiento / *Constipation* / *Constipation*
- Hepatitis / *Hepatitis* / *Hépatite*
- Nefritis / *Nephritis* / *Néphrite*
- Estimula la secreción biliar / *Decongestant* / *Stimule la sécrétion biliaire*

HIERBABUENA / SPEARMINT / MENTHE VERTE POIVRÉE

Mentha spicata

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Procesos respiratorios / Respiratory issues / Problèmes respiratoires
- Antiséptico / Antiseptic / Antiseptique
- Antiinflamatorio / Anti-inflammatory / Anti-inflammatoire
- Malestar estomacal / Stomach aches / Maux d'estomac
- Insomnio / Insomnia / Insomnie
- Calmante / Relaxant / Calmant
- Antihelmíntico / Anthelmintic / Anthelminthique
- Antiemético (náusea, vómito) / Antiemetic (nausea, vomit) / Antiémétique (nausées, vomit)

LAVANDA / LAVANDER / LAVANDE

Lavandula

Familia / Family / Famille:

Infusión / Infusion / Infusion:

- Relajante / Calming / Calmant
- Antidepresivo / Antidepressant / Antidépresseur
- Insomnio / Insomnia / Insomnie
- Fortalece el corazón y la mente / Strengthens the heart and mind / Renforce le cœur et l'esprit
- Antibacteriano / Antibacterial / Antibactérien
- Digestivo / Digestive / Digestif
- Quemaduras / Burns / Brûlures
- Picaduras de insectos / Insect bites / Piqûres d'insectes

LLANTÉN / BROADLEAF PLANTAIN / PLANTAIN

Plantago major

Familia / Family / Famille: Plantaginaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Afecciones renales / Kidney problems / Troubles rénaux
- Infecciones urinarias / Urinary infections / Infection urinaire
- Antipláudico / Antimalarial / Antipaludique
- Tuberculosis / Tuberculosis / Tuberculose
- Leucorrea / Leucorrhoea / Leucorrhée
- Antidiarreico / Antidiarrhoea / Antidiarrhéique
- Úlceras gástricas / Stomach ulcers / Ulcères gastriques
- Astringente / Astringent / Astringent
- Expectorante / Expectorant / Expectorant
- Cólicos renales / Kidney colic / Coliques néphrétiques
- Hepatitis / Hepatitis / Hépatite
- Ictericia / Jaundice / Jaunisse
- Antiemético (náusea, vómito) / Antiemetic (nausea, vomit) / Antiémétique (nausées, vomit)

Compresa / Compress / Compresse:

- Dermatitis / Dermatitis
- Abscesos / Abscesses / Abscès

MAICHA

Senesio pseudotites

Familia / *Family* / *Famille*: Asteraceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Emenagogo / *Emenagogo (stimulates menstruation)* / *Emménagogue (stimulant menstruel)*
- Diurético / *Diuretic* / *Diurétique*

Emplasto / *Plaster* / *Plâtre*:

- Fracturas / *Fractures* / *Fractures*

MALVA / MALLOW / MAUVE

Malva sylvestris

Familia / *Family* / *Famille*: Malvaceae

Compresa / *Compress* / *Compresse*:

- Sudorífico / *Sudorific* / *Agent sudorifique*
- Inflamaciones urinarias (baños de asiento) / *Urinary inflammations (sitz baths)* / *Inflammations urinaires (bains de siège)*
- Inflamaciones bronquiales (beber) / *Bronchial inflammations (drink)* / *Inflammations bronchiales (boisson)*
- Inflamaciones de la piel (baños) / *Skin inflammation (bath)* / *Inflammation cutanée (bain)*

MANZANILLA / CHAMOMILE / CAMOMILE

Matricaria chamomilla

Familia / *Family* / *Famille*: Compositae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Antiespasmódica / *Antispasmodic* / *Antispasmodique*
- Sedante / *Sedative* / *Sédatif*
- Malestares estomacales / *Stomach aches* / *Maux d'estomac*
- Colitis / *Colite* / *Colite*
- Inapetencia / *Lack of appetite* / *Manque d'appétit*
- Fatiga / *Fatigue* / *Fatigue*
- Dolores menstruales / *Menstrual pains* / *Douleurs menstruelles*
- Neuralgia / *Nerve pains* / *Névralgie*
- Asma / *Asthma* / *Asthme*
- Fiebres periódicas / *Periodic fevers* / *Fièvres périodiques*

Compresa / *Compress* / *Compresse*:

- Conjuntivitis / *Conjunctivitis* / *Conjonctivite*
- Inflamaciones de los párpados / *Inflammation of the eyelids* / *Inflammation des paupières*

MATICO / MATICO PEPPER / BUDDLEIAS D'ÉTÉ GLOBULEUX

Buddleja globosa

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Infecciones / Infections / Infections

Compresa / Compress / Compresse:

- Cicatrizante / Healing / Cicatrisant

MENTA BLANCA / WHITE MINT / MENTHE BLANCHE

Menta longifolia

Familia / Family / Famille: Labiatae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Antiséptico / Antiseptic / Antiseptique
- Expectorante / Expectorant / Expectorant

MENTA NEGRA / BLACK MINT / MENTHE NOIRE

Mentha x piperita

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Antiséptico / Antiseptic / Antiseptique
- Antiinflamatorio / Anti-inflammatory / Anti-inflammatoire
- Carminativo / Carminative / Carminatif
- Antitusígeno / Cough suppressant / Antitussif
- Digestivo / Digestive / Digestif
- Cólicos estomacales / Stomach cramps / Douleurs d'estomac
- Mareos / Dizziness / Vertige
- Antihelmíntico / Eliminates intestinal parasites / Élimine les parasites
- Calmante / Relaxant / Calmant
- Analgésico / Analgesic / Analgésique
- Antipirético / Antipyretic (reduces fever) / Antipyrétique (réduit la fièvre)
- Antiespasmódico / Relieves spasms / Antispasmodique
- Antiemético (náusea, vómito) / Antiemetic (nausea, vomit) / Antiémétique (nausées, vomi)

MILENRAMA / YARROW PLANT / MILLEFEUILLE

Achillea millefolium

Familia / Family / Famille: F. Asteraceae

Emplasto / Plaster / Plâtre:

- Acné / Acne / Acné

Infusión / Infusion / Infusion:

- Presión alta / High blood pressure / Hypertension
- Circulación / Circulation / Circulation
- Memoria / Memory / Mémoire
- Astringente / Astringent / Astringent
- Antidiarreica / Antidiarrheal / Antidiarrhéique
- Digestiva / Digestive / Digestif
- Antihelmíntico / Anthelmintic (eliminates intestinal parasites) / Anthelminthique (elimine les parasites intestinaux)
- Podobromhidrosis (baños) / Foot odor (baths) / Podobromhidrosis (bains)

MUÑA / ANDEAN MINT / MENTHE DES ANDES

Minthostachys mollis

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Carminativo / Carminative / Carminatif
- Mala digestión / Indigestion / Mauvaise digestion

ORTIGA / NETTLE / ORTIE

Urtica sp.

Familia / Family / Famille: Urticaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Diurético / Diuretic / Diurétique
- Soroche / Altitude sickness / Mal d'altitude
- Diabetes / Diabetes / Diabète

Compresa / Compress / Compresse:

- Asma / Asthma / Asthme
- Síntoma de resfrío / Cold synthoms / Symptômes du rhume

Emplasto / Plaster / Plâtre:

- Dolores musculares / Muscle pains / Douleurs musculaires
- Dolores artríticos / Arthritic pains / Douleurs arthritiques
- Úlcera nasal / Nasal ulcer / Ulcère nasal

Fresca / Fresh / Fraîche::

- Analgésico / Analgesic / Analgésique
- Antirreumático / Antirheumatic / Antirhumatismal

PAICO / *AMBROSIA* / *AMBROISIE*

Chenopodium ambrosioides

Familia / *Family* / *Famille*: Quenopodiaceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Malestar estomacal / *Stomach aches* / *Maux d'estomac*
- Gastritis / *Gastritis* / *Gastrite*
- Antiespasmódica / *Antispasmodic* / *Anti spasmodique*
- Diurética / *Diuretic* / *Diurétique*
- Hemorroides / *Hemorrhoids* / *Hémorroïdes*
- Antiemético (náusea, vómito) / *Antiemetic (nausea, vomit)* / *Antiémétique (nausées, vomit)*
- Carminativo / *Carminative* / *Carminatif*
- Dismenorrea / *Dismenorrhea (menstrual cramps)* / *Dysménorrhée (douleurs menstruelles)*
- Antiácido / *Antacid* / *Antiacide*
- Diabetes / *Diabetes* / *Diabète*
- Hepatoprotector / *Protects liver* / *Protecteur hépatique*
- Pulmonía / *Pneumonia* / *Pneumonie*
- Purgante (con limón y sal) / *Laxative (with lemon and salt)* / *Laxatif (avec du citron et du sel)*

Emplastro / *Plaster* / *Plâtre*:

- Artritis / *Arthritis* / *Arthrite*
- Fracturas y contusiones / *Fractures and bruises* / *Fractures et ecchymoses*

Compresa / *Compress* / *Compresse*:

- Antitusígeno / *Antitussive* / *Antitussif*
- Antipirético / *Antipyretic* / *Antipyrétique*
- Antiemético (náusea, vómito) / *Antiemetic (nausea, vomit)* / *Antiémétique (nausées, vomit)*
- Inflamación urinaria (baños) / *Urinary inflammation (baths)* / *Inflammation urinaire (bains)*
- Heridas y "pie de atleta" (baños con sal) / *Wounds and "athlete's foot" (wash salt bath)* / *Blessures et pied d'athlète (bains de sels)*

PRONTO ALIVIO / *BUSHY MATGRASS* / *BRISÉE*

Lippia alba

Otros nombres / *Other names* / *Autres noms*: Cidrarero, Pampa orégano

Familia / *Family* / *Famille*: Verbenaceae

Infusión / *Infusion* / *Infusion*:

- Malestar estomacal / *Stomach aches* / *Maux d'estomac*
- Antiemético (náusea, vómito) / *Antiemetic (nausea, vomit)* / *Antiémétique (nausées, vomit)*
- Cólicos / *Colics* / *Coliques*
- Insomnio / *Insomnia* / *Insomnie*
- Diarrea / *Diarrhea* / *Diarrhée*
- Taquicardia / *Rapid Heart Rate* / *Tachycardie*
- Carminativo / *Carminative* / *Carminatif*
- Fiebre / *Fever* / *Fièvre*
- Infecciones urinarias / *Urinary infections* / *Infections urinaires*
- Intoxicaciones leves / *Mild poisonings* / *Intoxications légères*
- Antipirético / *Antipyretic* / *Antipyrétique*
- Sedante / *Sedative* / *Sédatif*
- Antitusígeno / *Antitussive* / *Antitussif*

ROMERO / ROSMERY / ROMARIN

Rosmarinus officinalis thymus

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Diurético / Diuretic / Diurétique
- Antiviral / Antiviral / Antiviral
- Antiparásito / Antiparasite / Antiparasite
- Calmante / Relaxant / Calmant

Compresa / Compress / Compresse:

- Antioxidante / Antioxidant / Antioxydant

Aceite esencial:

- Dismenorrea / Dismenorrhea (menstrual cramps) / Dysménorrhée (douleurs menstruelles)

SALVIA / SAGE / SAUGE

Salvia officinalis

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Digestivo / Digestive / Digestif
- Dolores abdominales / Abdominal pain / Douleurs abdominales
- Inflamaciones bucales (gárgaras) / Canker sores (gargles) / Inflammation de la bouche (gargarismes)

TOMILLO / THYME / THYM

Thymus vulgaris

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Circulación / Circulation / Circulation
- Antihelmíntico / Antihelmintic / Anthelminthique
- Bronquitis / Bronchitis / Bronchite
- Laringitis / Laryngitis / Laryngite

TORONJIL / LEMON BALM / MÉLISSE

Melissa officinalis

Familia / Family / Famille: Lamiaceae

Infusión / Infusion / Infusion:

- Sedante / Sedative / Sédatif
- Antiespasmódico / Antispasmodic / Antispasmodique
- Digestivo / Digestive / Digestif
- Dismenorrea / Dismenorrhea (menstrual cramps) / Dysménorrhée (douleurs menstruelles)