



# Fórmulas para tratar la Hipertensión arterial

## 1. Limón

Sacar el zumo a un limón *pajarito*, y con él se toman tres pepas de ajo. Si el limón es grande puede ser uno, si es mediano se utilizan dos y así según el tamaño de los limones, teniendo en cuenta que alcance para tomarse tres pepas de ajo.

## 2. Cogollos de la guadua amarilla

Machacar tres cogollos viches de esta guadua; agregar un punto de azúcar al zumo que se haya sacado. Después de tomar esto, meter los pies durante quince minutos en agua y a temperatura ambiente.

## 3. Cogollos de agua de guanábano y cogollos de almendro

*Apagar* tres cogollos de cada uno en un litro de agua y tomar como agua ordinaria.

## 4. Pepino

Lavar bien el pepino, licuar y agregar el zumo de un limón *pajarito*; es opcional dejarle la concha o cáscara. Tomar este jugo por quince días en ayunas.

## 5. Banano de Castilla o guineo

Licuar diez bananos con cáscara en un litro de agua; agregar dos limones *pajarito*; envasar y tomar por quince días una copa diaria; después de los quince días hacerse revisar por el médico. Si aún continúan las molestias o enfermedades repetir la misma dosis.

## 6. Limón

Cocinar las cáscaras de dos limones y medio en medio litro de agua durante diez minutos; dejar enfriar y poner en un recipiente de vidrio. Tomar tres veces al día, en la mañana, al medio día y en la noche.

## 7. Caña agria

Cocinar tres cascotes de caña agria en un litro de agua; tomar como agua ordinaria por ocho días.

## 8. Cedrón

Lavar bien, pelar y echar la pepa en una jarra de agua; tomar esto como agua ordinaria. También se sacan pastillas que se toman para controlar la presión.

## 9. Lulo

Preparar jugo de lulo, y tomarlo constantemente.

## 10. Mandarina

Lavar bien la mandarina, y sin quitarle la cascara licuarla y dar a beber este jugo una vez al día por tres días.

## 11. Flor de clavel blanco

Agregar la flor a una taza de agua para hacer una infusión y tomarla antes del desayuno durante quince días.

## 12. Limón

Sacar el zumo a un limón *pajarito*, machacar dos pepas de ajo y mezclar; esta toma sirve para controlar la presión cuando está muy alta.

## 13. Cogollo de pega-pega, de orégano y de *sanatodo*

Colocar a cocinar seis cogollos de cada uno y envasar cuando esté frío; tomar esto durante dos meses.

## 14. Limoncillo

Lavar bien media libra de limoncillo con raíz, machacar y cocinar en un litro de agua. Tomar como agua ordinaria.



## 15. Limón pajarito

Exprimir cinco limones *pajarito* y agregar a este zumo un *puntico* de sal; tomar una vez diaria durante cinco días.

## 16. Apio

Lavar muy bien el apio; poner a hervir agua; colocar el apio en un pocillo y agregar agua caliente; tapar y esperar a que esté tibio. Tomar Esta infusión varios días hasta que se estabilice la presión.

## 17. Pacunda

Cocinar siete hojas de pacunda; dar a tomar fría tres veces diarias durante quince días. Es eficaz para mantener controlada la presión.

## 18. Ajo macho

*Apagar* nueve ajos machos con tres limones *pajarito*; cuando esté frío poner en un recipiente de vidrio. Tomar durante nueve días un ajo y un poco del líquido.

## 19. Cogollos de blanca mula

Cocinar tres cogollos de blanca mula y tomar como agua ordinaria.

## 20. Hoja de badea

Preparar en infusión tres hojas de badea; tomar tres veces al día por tres días.

## 21. Pulpa de sábila

Licuar el cristal de una penca de sábila; toma tres veces al día hasta regular la presión.

## 22. Guanábano, almendra, sanalotodo y aguacate

Cocinar tres cogollos de sanalotodo, una hoja de aguacate, una hoja de almendra seca y tres de guanábano; dejar enfriar y tomar como agua ordinaria hasta que la presión se controle.

## 23. Borojó

Preparar un jugo de borojó sin azúcar, tomar tres veces al día, hasta mejorar.

## 24. Ajo

*Apagar* nueve dientes de ajo macho y dos limones pajaritos partidos en cruz. Tomar en ayunas.

## 25. Alcachofa

Preparar cinco hojas secas de alcachofa en una infusión o té; tomar una vez diaria, durante tres días.

## 26. Algarrobo

Preparar la cascara del algarrobo en una infusión o té y tomar tres veces al día, por tres días.

## 27. Hoja de badea

Preparar tres hojas de badea en té o infusión; tomarla por tres días antes del desayuno y después de la cena.

## 28. Murallón y bocadillo

Tomar agua *apagada* de murallón y bocadillo como agua ordinaria.

## 29. Jugo de limón y pepa de marañón

Sostener el jugo de limón sin azúcar en la boca por minuto y medio y luego tomar agua de la pepa de marañón.

## 30. Agua de pipa

Echar tres *Sal de Frutas* en el agua de pipa; revolver y tomar tres veces al día por la mañana.

## 31. Orégano

*Apagar* el orégano y tomar esto durante el día.

## 32. Celedonio

Cocinar el Celedonio con *prontoalivio* y hojas de guanábano; tomar esta agua durante todo el día.

## 33. Heliotropo

Echar siete *huevos* del heliotropo y bañarse con esa agua en una lancha.

## 34. Cogollo

Hervir cinco cogollos de toronjil con un poquito de manzanilla; *apagar*, echarle valeriana y tomar.

## 35. Tomate de árbol

Cocinar tres tomates de árbol y tomar como agua ordinaria.

## 36. Lulo maduro

Rallar el lulo maduro y tomar como agua ordinaria.

## 37. Agua de panela

Hacer la toma de agua de panela con clavo de olor o canela.

## 38. Leche

Leche klim con azúcar caliente.

## 39. Pepa de aguacate

Cortar la pepa del aguacate en cuatro partes; botar una parte y hervir el resto en agua.

## 40. Naranja dulce

Mezclar la hoja de naranja dulce con panela.

## 41. Hoja de balsamina

Lavar bien siete hojas de balsamina; moler y hervir; dejar enfriar y tomar

## 42. Caña agria

Cortar la caña agria, pelar y machacar sin el nudo; luego echar en un recipiente y tomar.

## 43. Valeriana

Cocinar la valeriana y tomar.

## 44. Toronjil

Cocinar juntos el toronjil, el alca negra y la valeriana; echar varias gotas al agua que se toma ordinariamente; sirve para la presión alta.

## 45. Hojas de Santa María de anís

Colocar al fogón dos hojas de Santa María de anís, tres cogollos de guayaba y un pedazo de panela; tomar calientico.

## 46. Avena

Comerse un plato de avena en las mañanas, sirve para bajar la presión alta y el colesterol.

## 47. Chocolate negro

Consumir chocolate negro, bien sea líquido o en barra. Evitar consumirlo si se sufre de colesterol.