

## VIVIR H O Y

NOVEDAD

## Ticos hacen pastillas de tilo

La conocida planta para tranquilizar ya está en las farmacias

NEYSSA CALVO ACHÓY

ncalvo@aldia.co.cr

■ Si no tiene tiempo para hacer un té de tilo para bajar esos nervios que se lo comen de día o de noche, no se preocupe, desde ayer puede ir a las farmacias ticas y pedir tabletas "Estilo".

Este nuevo medicamento —hecho con nuestra popular mata de tilo— fue desarrollado por el Instituto Nacional de Biodiversidad (INBio) y Laboratorios Lisan, empresa farmacéutica nacional que produce medicamentos a partir de plantas medicinales.

La noticia fue dada a conocer ayer por las instituciones que tuvieron a cargo este proyecto.

El tilo es cultivado por el Grupo Ecológico de Mujeres de El Abanico (GEMA) de Peñas Blancas de San Ramón de Alajuela.

Esta planta, cuyo nombre científico es "Justitia pectoralis", se usa como relajante en nuestro país, Cuba, Venezuela y República Dominicana.

Juan Salas, gerente de mercado de Lisan, explicó que el tratamiento de la planta de tilo se inició en octubre del 2004 y hace 15 días se empezó a distribuir en casi todas las farmacias del país.

Asegura que es completamente natural, no causa adicción y

## Muy popular

■ El té de tilo se ha tomado, por lo general, para bajar la tensión.

■ Se ha comprobado que la cumarina extraída de la planta ayuda a cicatrizar al aplicarse sobre la piel.

■ La gente la utiliza también como sedante para aquellos que no pueden tener un sueño reparador.

■ El tilo combate el malestar estomacal y calma el dolor, por ejemplo en los cuadros de colitis.



La pastilla se puede consumir por tiempo indefinido y con el estómago vacío. ■ MANUEL VEGA

## Dosis y costos

Las pastillas cuestan \$180 cada una; se toma una cada seis horas. Para conciliar el sueño, debe ingerir dos tabletas por noche.

"baja el acelerador".

Sin embargo, no se recomienda que niños menores de 12 años, mujeres embarazadas o que se estén dando de mamar consuman estas tabletas.

También están contraindicadas, dice Salas, para aquellos que toman el anticoagulante Warfarina, porque puede provocar hemorragias en el paciente.