

## **MÓDULO 2: PLANTAS MEDICINALES PARA CANTANTES, ACTORES Y PROFESIONALES DE LA VOZ**

**Domingo 26 de Febrero**

16:00 a 20:30h (4,5h)

En este taller no sólo haremos una síntesis de lo que son las plantas medicinales y cómo actúan en nuestro organismo, sino que aprenderemos como prevenir y tratar patologías relacionadas con la voz, modos de preparación, empleo y dosis de las plantas.

Las plantas medicinales son recursos biológicos cuyos principios pueden utilizarse en la curación de enfermedades, como acción terapéutica (alivio o mejora) o incluso preventiva.

Desde tiempos remotos el hombre ha experimentado con diferentes partes de hierbas, arbustos o árboles para encontrar solución a sus problemas de salud y a través de esta experimentación. Esto le ha permitido, a lo largo de los siglos, crear un "herbario de la salud" con multitud de soluciones a los males que nos aquejan.

Un factor muy importante es aclarar qué poder curativo y tóxico tienen las plantas medicinales, qué plantas pueden utilizarse en una determinada enfermedad y cuáles no, dado que las plantas medicinales no son inocuas y un mal uso de las mismas podría resultar inefectivo o, en el peor de los casos, contraproducente.

### **Programa:**

- **¿Qué son las plantas medicinales?**
- **Propiedades curativas de las plantas.**
- **Como actúan las plantas en nuestro organismo/aparato respiratorio.**
- **Formas de preparación, empleo y dosis de las plantas medicinales.**
- **Compendio de plantas medicinales y remedios naturales para la voz.**