



(<https://www.botanical-online.com>)



(<https://www.youtube.com/user/botanicalonline>)



(<https://twitter.com/BotanicalOnline>)



(<https://www.instagram.com/botanicalonline/>)



(<https://blog-de-plantas.blogspot.com.es/>)



(<https://www.facebook.com/Botanical.online>)

Inicio (<https://www.botanical-online.com/>) › Plantas medicinales (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/>) ›
Propiedades medicinales de los mangos

PROPIEDADES MEDICINALES DE LOS MANGOS

Contenidos [mostrar]

Uso del mango en medicina tradicional

Preparados con mango para uso interno

El **mango** (<https://www.botanical-online.com/alimentos/mangos-caracteristicas>) (*Mangifera indica*) es una fruta (<https://www.botanical-online.com/alimentos/frutas-propiedades>) muy rica y nutritiva. Además, las flores y las hojas del árbol del mango también tienen usos en la medicina tradicional.

En el siguiente artículo se destacan, además, los **usos de toda la planta en medicina tradicional**, incluyendo las hojas y las flores:



Árbol de mangos con los frutos todavía inmaduros, de color verde. Se aprecia cómo son las hojas.

Mango para el aparato respiratorio

Comer mango es adecuado para aquellas personas con **problemas respiratorios**, pues, además de ser un alimento que nutre y alimenta, también tiene componentes interesantes para este tipo de afecciones.

Las hojas y flores del árbol del mango tienen propiedades como remedios:

- **Antibronquítico:** Las flores del mango son ricas en ácido gálico. Este ácido tiene propiedades antibronquíticas por lo que la **infusión de las flores del mango** puede utilizarse para combatir la bronquitis.
- **Mucolítico:** Su elevado contenido en ácido ascórbico (vitamina C (<https://www.botanical-online.com/dietas/vitamina-c-propiedades-caracteristicas>)) le otorga propiedades mucolíticas, lo que resulta ideal para disolver las mucosidades en caso de problemas de resfriado o pecho cargado. (Comer mango) (Infusión ([<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/mangos-propiedades-medicinales>](https://www.botanical-</div><div data-bbox=)

online.com/plantas-medicinales/infusiones-como-preparar) de una cucharadita de flores secas por vaso de agua. Un par de vasos diarios)

Comer mango es muy bueno para la salud cardiovascular

Por su valor nutricional y medicinal, tanto la fruta como distintas partes del árbol del mango se utilizan en distintas afecciones del **aparato cardiocirculatorio**:

Venta de mangos y kat en un mercado de Etiopía

- Todo el mundo puede disfrutar de comer un rico mango, pues tiene muy pocas contraindicaciones. No obstante, esta fruta **se recomienda especialmente a todas aquellas personas con problemas de corazón**, pues es muy rico en antioxidantes (<https://www.botanical-online.com/dietas/antioxidantes-naturales-propiedades-tipos>).
 - **Presión arterial alta:** Las hojas de mango poseen propiedades hipotensivas, es decir tienen capacidad de rebajar la hipertensión (<https://www.botanical-online.com/salud/hipertension-causas-sintomas>). (Decocción (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/preparaciones-internas-decocciones>) durante 20 minutos de un par de hojas semisecas al sol durante 14 horas cortadas en trocitos en un litro de agua. Dejar reposar durante 60 minutos y tomar un par de vasos al día durante 3 días. Descansar durante una semana y repetir el tratamiento anterior.)
 - **Hemorragias** (<https://www.botanical-online.com/dietas/hemorragias-alimentos-buenos>): Este misma preparación mezclada con jugo de piña o de mango se utiliza para el fortalecimiento de los capilares y ayuda a impedir que se rompan las pequeñas venitas, en caso de problemas de coagulación de la sangre, tal como aparece en la púrpura o cuando se toman medicamentos o remedios anticoagulantes (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anticoagulantes-plantas>).
-

Hojas de mango para la diabetes

Existen estudios realizados sobre la aplicación de extractos realizados a partir de las hojas de esta planta para tratar la diabetes (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/diabetes-plantas-medicinales>) y sus efectos sobre el organismo. Parece ser que estos extractos han resultado positivos en su influencia sobre el páncreas. También se ha comprobado que estos compuestos ejercen un poder preventivo en la degeneración de la retina causada por esta enfermedad (retinopatía diabética).

Mangos para el aparato digestivo

Las propiedades del mango para el **aparato digestivo** son:

- **Laxante:** La mencionada riqueza en fibra, junto con su riqueza en fructosa y alfa-felandreno, le otorgan propiedades laxantes ideales para evitar el estreñimiento (<https://www.botanical-online.com/dietas/estrenimiento-tratamiento>). Esta propiedad se viene incrementada cuando se comen los frutos un poco tirando a verdes. (Comer mangos a voluntad)
- **Nervios estómago:** Con problemas estomacales producidos por nervios en el estómago, como vómitos , indigestión (<https://www.botanical-online.com/dietas/indigestion-tratamiento>), gases, estreñimiento crónico, espasmos, etc., la ingestión de jugo de mango ayuda a calmar el estómago y evitar estas reacciones.
- **Enfermedades digestivas:** El mango contiene enzimas digestivas, unas sustancias capaces de digerir los alimentos ayudando al proceso digestivo. El mango es adecuado para tratar la indigestión, en gastritis (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/gastritis-remedios-plantas-medicinales>), úlcera de estómago (<https://www.botanical-online.com/dietas/ulcera-estomago-dieta>), pancreatitis, hígado inflamado, etc.

Preparados con mango para uso externo

La **resina obtenida por la exudación del árbol** se utiliza en la india para el tratamiento de las grietas (<https://www.botanical-online.com/cosmetica/grietas-piel-plantas-medicinales>) de la piel de los pies. Igualmente esta sustancia se utiliza externamente en este país para el tratamiento de la sarna.

Toxicidad del mango

Las ramas, las hojas y la piel verde de los frutos contienen una resina rica en **mangiferina, ácido mangiférico y mangiferol** que posee propiedades irritantes para la piel pudiendo causar dermatitis por contacto en algunas personas, incluso con aparición de ampollas.

La floración del mango produce reacciones alérgicas (<https://www.botanical-online.com/dietas/alergia-alimentos-tipos-sintomas>) que se atribuyen a las emanaciones del ácido esencial de las mismas, rico en mangiferol y mangiferona. Por ejemplo, **las personas con alergia a los anacardos o a los pistachos, también pueden serlo al mango debido a que pertenecen a la misma familia botánica.**

El humo que se desprende del fuego realizado con madera de mango también resulta irritante.

Más información sobre las propiedades de los mangos y sus beneficios.

✓ Este artículo ha sido avalado por Elisenda Carballido (<https://www.botanical-online.com/author/elisenda-carballido>) - Dietista nutricionista. Postgrado en Fitoterapia y máster en Nutrición y Metabolismo.

Escrito por **Editorial** (<https://www.botanical-online.com/quienes-somos>)
Equipo de Botanical-online encargado de la redacción de contenidos



bronquitis (<https://www.botanical-online.com/tag/bronquitis>)

diabetes (<https://www.botanical-online.com/tag/diabetes>)

enfermedades (<https://www.botanical-online.com/tag/enfermedades>)

mango (<https://www.botanical-online.com/tag/mango>)

propiedades (<https://www.botanical-online.com/tag/propiedades>)

Sistema nervioso (<https://www.botanical-online.com/tag/nervioso>)

Plantas medicinales (<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/>)



Otros artículos de interés

Algas para bebés y niños

(<https://www.botanical-online.com/alimentos/algas-para-bebes>)

Efectos secundarios de la cúrcuma

(<https://www.botanical-online.com/alimentos/curcuma-efectos-secundarios>)

Contraindicaciones del Sintrom

(<https://www.botanical-online.com/dietas/sintrom-warfarina-contraindicaciones>)

Aditivos antioxidantes

(<https://www.botanical-online.com/alimentos/aditivos-antioxidantes>)

Ácido lipoico para la esclerosis múltiple

(<https://www.botanical-online.com/dietas/acido-lipoico-esclerosis-multiple>)



Menú para prevenir el cáncer de mama y de próstata

(<https://www.botanical-online.com/dietas/cancer-mama-prostata-prevencion>)

Dieta para el cabello

(<https://www.botanical-online.com/dietas/cabello-saludable-dieta-alimentos-buenos>)

Características de los espárragos

(<https://www.botanical-online.com/botanica/esparragos-caracteristicas>)

El material que aquí se trabaja tiene carácter informativo. En caso de duda, consúltese con el facultativo.

"Botanical-online" no se hace responsable de los perjuicios ocasionados por la automedicación.

Especial

(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/antibioticos-naturales>)

Artículos destacados



Plantas para repeler a los mosquitos

(<https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/picadura-mosquitos-repelentes-plantas-medicinales>)



(<https://www.facebook.com/Botanical.online>)



(<https://www.youtube.com/user/botanicalonline>)



(<https://twitter.com/BotanicalOnline>)



(<https://www.instagram.com/botanicalonline/>)



(<https://blog-de-plantas.blogspot.com.es/>)

MÁS SECCIONES

Nutrición y dietética (<https://www.botanical-online.com/educacion/nutricion-dietetica-definicion>)

Adelgazar (<https://www.botanical-online.com/dietas/adelgazar-guia>)

[Cosmética natural \(https://www.botanical-online.com/cosmetica/cosmetica-natural\)](https://www.botanical-online.com/cosmetica/cosmetica-natural)

[Infusiones \(https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infusiones-como-preparar\)](https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/infusiones-como-preparar)

[Remedios caseros \(https://www.botanical-online.com/medicina-natural/remedios-plantas-medicinales\)](https://www.botanical-online.com/medicina-natural/remedios-plantas-medicinales)

[Anemia \(https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anemia-remedios-plantas\)](https://www.botanical-online.com/plantas-medicinales/anemia-remedios-plantas)

[Embarazo \(https://www.botanical-online.com/dietas/embarazo-dieta-alimentos-buenos\)](https://www.botanical-online.com/dietas/embarazo-dieta-alimentos-buenos)

[Contacto \(https://www.botanical-online.com/contactar\)](https://www.botanical-online.com/contactar)

[Quiénes somos \(https://www.botanical-online.com/quienes-somos\)](https://www.botanical-online.com/quienes-somos)

[Cómo citar artículos \(https://www.botanical-online.com/como-citar\)](https://www.botanical-online.com/como-citar)

©1999-2023 Botanical-Online SL - Todos los derechos reservados

[Condiciones de uso \(https://www.botanical-online.com/politica-uso\)](https://www.botanical-online.com/politica-uso)

[Política de privacidad \(https://www.botanical-online.com/politica-privacidad\)](https://www.botanical-online.com/politica-privacidad)

[Política de cookies \(https://www.botanical-online.com/politica-cookies\)](https://www.botanical-online.com/politica-cookies)