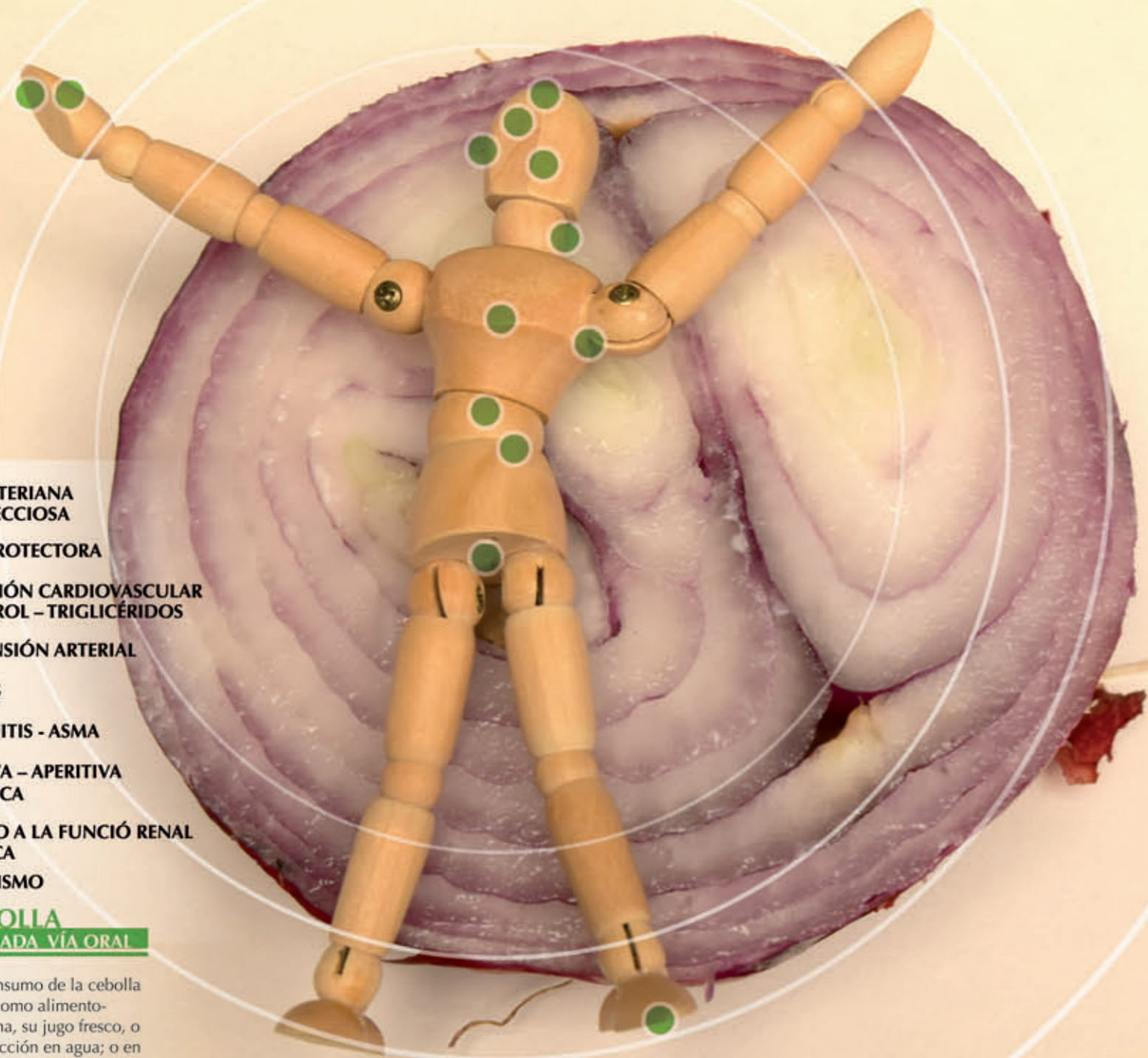


ANTIBACTERIANA  
ANTIINFECCIOSA  
NEUROPROTECTORA  
PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR  
COLESTEROL – TRIGLICÉRIDOS  
HIPERTENSIÓN ARTERIAL  
DIABETES  
BRONQUITIS - ASMA  
DIGESTIVA – APERITIVA  
PREBIÓTICA  
ESTÍMULO A LA FUNCIÓN RENAL  
DIURÉTICA  
PROSTATISMO

**CEBOLLA  
TOMADA VÍA ORAL**

El consumo de la cebolla fresca como alimento-medicina, su jugo fresco, o la decocción en agua; o en forma en jarabe, o con vino y miel.



- ORZUELO**
- OTITIS – DOLOR DE OÍDOS**
- SINUSITIS**
- FARINGITIS**
- ACNÉ – GRANOS**  
(piel de la cara sobretodo)
- ALOPECIA AREATA**  
(esto es en la piel de la cabeza)
- QUEMADURAS**  
(esto es en la piel de cualquier parte del cuerpo)
- PICADURAS DE INSECTOS**  
(esto es en la piel de cualquier parte del cuerpo)
- ABSCEOS – FORÚNCULOS**  
(también casi en cualquier parte)
- ADENITIS**  
(diversos sitios como cuello, axilas, ingles,)
- UÑEROS – PANADIZOS**  
(dedos, más frecuente en los de los pies)

**CEBOLLA  
APLICADA LOCALMENTE**

Con gasa o algodón embebidos en el jugo o decocción de cebolla y puestos a modo de apósito, o compresa, o en cataplasma, también la cebolla picada dentro de una gasa tras reblandecerla al fuego en un poco de agua. También la cebolla rallada cruda puede ser puesta sobre la piel sirviéndose también de una gasa. Otra forma tradicional de tratamiento es la utilización de la fina telita que se encuentra en medio de las capas de la cebolla, puede ser útil colocarla directamente sobre algunas lesiones en la piel.

5

Propiedades medicinales atribuidas a las cebollas.

S. JORGE CRUZ SUÁREZ

Algo de la historia medicinal de la planta

Alimento y medicina

Principios activos fundamentales

Propiedades e indicaciones terapéuticas

DERIVADAS DE LA EXPERIENCIA DE USO TRADICIONAL  
SEGÚN EL CONTENIDO EN PRINCIPIOS ACTIVOS O ENSAYOS FARMACOLÓGICOS

DERIVADAS DE ENSAYOS CLÍNICOS O ESTUDIOS EPIDEMIOLÓGICOS

AVALADAS POR AEM O COMISIÓN E U OMS

Práctica medicinal

EFFECTOS ADVERSOS, INCOMPATIBILIDADES Y PRECAUCIONES

DOSIS Y FORMA DE ADMINISTRACIÓN

EJEMPLOS DE UTILIZACIÓN

Testimonios de "Sabios" en Canarias



CEBOLLA  
Allium cepa L.  
FAMILIA: LILIACEAE

## Algo de la historia medicinal de la planta

Desde muy antiguo son conocidas las propiedades culinarias o nutritivas y medicinales de las cebollas. Desde tiempos de Herodoto (500 a.C.), según aparece en una inscripción, se detalla un gasto de 1600 taíles de plata en cebollas, ajos y puerros para los obreros que trabajaban en un monumento. Los trabajadores de la Gran Pirámide recibieron su salario en cebollas, ajo y perejil. restos de cebollas han sido encontrados en el interior de las tumbas junto a momias egipcias (Toussaint-Samat, 1992). Durante siglos la cebolla fue compañera de largos viajes a través de mares y océanos con la esperanza de prevenir el escorbuto, ...por carencias de vitamina C reconocemos ahora.



La cebolla, según Dioscórides.

*... es más acre la alargada que la redonda, la amarilla que la blanca, la seca que la verde, la cruda que la cocinada o conservada con sal. Todas ellas son mordicantes, flatulentas, provocan el apetito, diluyen los humores, provocan sed y náuseas, purifican, son buenas para el vientre, desopilativas de secreciones, incluidas las almeranas; se aplican directamente como un supositorio, una vez peladas y metidas en aceite. Su jugo en unguento con miel ayuda en la ambliopía, manchas blancas de la córnea, opacidades que empiezan a formar catarata y a los que sufren de anginas, extendido en unguento. Provoca la menstruación, e instilado por la nariz, purga la cabeza de humores; y es cataplasma con sal, ruda y miel para los mordidos por perros. Con vinagre, aplicado el unguento al sol, cura la lepra blanca; a partes iguales con cenizas vegetales, hace cesar la sarna de los ojos; con sal contiene el acné. Con grasa de gallina es útil para las rozaduras del calzado, además de esto sirve contra el flujo del vientre; su jugo conviene para la dificultad auditiva, zumbidos, oídos que supuran y para evacuar líquido de los oídos y, en fricción, para las calvas, pues provoca pelo más rápidamente que la falsa esponja. Produce también dolor de cabeza. Comida en exceso, estando enfermo, provoca letargos; cocida, se vuelve más diurética.*

Recopilado por la Universidad de Salamanca  
(López Eire 2006).

## Alimento y medicina

Se atribuye a Hipócrates (siglo V a.C.), considerado el padre de la medicina clínica, la sugerente máxima: *“Que el alimento sea tu medicina, ... que la medicina sea tu alimento”*. Esto es lo que hoy en día se considera el ideal de alimentación saludable, esto es, que logremos adecuar nuestros gustos gastronómicos a estrategias preventivas de salud; de hecho la cebolla, con los ajos, y el aceite de oliva, forman parte fundamental de la salutífera y reconocida Dieta Mediterránea, importantes exponentes de alimento cotidiano, preventivo de salud, y medicina socorrida ocasionalmente en el entorno doméstico para muy diversas enfermedades.

### DESCRIPCIÓN

Planta herbácea, que no alcanza el metro de altura. Sobre unas raicillas menudas y filamentosas, se desarrolla un bulbo subterráneo característico formado por capas jugosas concéntricas. Las hojas son largas, huecas y cilíndricas. El tallo central también es hueco y termina en una inflorescencia globosa blanquecina o blanco verdosa hacia el final del ciclo vital de la planta, en su interior los frutos con diminutas semillas aplanadas.

### ORIGEN Y ECOLOGÍA

La cebolla, como el ajo, nos viene desde Asia occidental, desde donde se ha extendido a todos los países del mundo. Cultivada con finalidad alimenticia, rara vez se la encuentra silvestre.

### LOCALIZACIÓN

Se cultiva en huertas de todas las Islas Canarias con finalidad comercial y alimentaria, en lugares de clima moderado.

### PARTE UTILIZADA

El bulbo

## Principios activos

Los principios activos en las plantas medicinales son aquellas sustancias químicas que las plantas producen en su sistema metabólico para responder a necesidades de subsistencia, adaptación, o defensa frente a animales, insectos o enfermedades, en el medio en que viven. Sustancias que a la postre, por los usos tradicionales transmitidos por nuestros ancestros, los estudios farmacológicos en el laboratorio, y finalmente los ensayos clínicos en humanos, han demostrado propiedades terapéuticas. La acción terapéutica de una planta o alimento medicinal es tanto más fidedigna cuando se halla respaldada, además de por su uso tradicional, por los ensayos farmacológicos en laboratorio y, sobre todo, por las pruebas clínicas en las personas o estudios epidemiológicos.

Los principales componentes químicos responsables de actividad terapéutica en las cebollas son los que a continuación se detallan:

COMPONENTES SULFURADOS: tiosulfatos, tiosulfonatos, cepaenos, sulfóxidos, dióxidos de azufre, monosulfuros, disulfuros, trisulfuros, zwielanos.

ACEITE ESENCIAL: disulfuros, alicina.

FLAVONOIDES: quercetina, kaempferol, isorhamnetina.

ANTOCIANINAS.

ÁCIDOS FENÓLICOS: ácido ferúlico, ácido gálico, protocatéquico.

SAPONINAS Y/O SAPOGENINAS: sitosterol, ácido oleanólico, gitogenina.

FRUCTOSANOS Y FRUCTOOLIGOSACÁRIDOS: glucoquina, pectina, inulina, acroleína, adenosina.

VITAMINAS: Vit. C, complejo B, Vit. E, provitamina A.

MINERALES: Azufre, Fósforo, Sodio, Calcio, Potasio, etc.

## Propiedades e indicaciones terapéuticas:

### DERIVADAS DE LA EXPERIENCIA DE USO TRADICIONAL

Las plantas constituyen, en la historia y la vida del ser humano, el nexo de unión entre el cielo y el planeta que habitamos: la luz, el agua, la tierra y el aire. Las plantas han sido dotadas por la naturaleza con la capacidad para la transformación de la energía de la luz, procedente del sol, en energía química, y esta a su vez en energía nutritiva que los animales y el ser humano finalmente utilizamos para nuestra alimentación y subsistencia. El ser humano a lo largo de la historia, mediante la observación de la conducta instintiva de los animales, y a través del ensayo y error, hallazgos casuales, etc. fue adquiriendo costumbre y conocimiento del valor nutritivo, y también preventivo o curativo, de muchas plantas de su entorno.

Tradicionalmente se considera que el jugo o decocción en agua de la cebolla, consumida fresca, posee propiedades: diuréticas, antihipertensivas, expectorantes, hipolipemiantes, hipoglucemiantes, antiinfecciosas o antibióticas, digestivas o aperitivas, antiprostáticas. Aplicada también sobre la piel es útil en la cicatrización de heridas, picaduras de insectos, forúnculos, hasta favorecer el crecimiento capilar en alopecias localizadas, verrugas, etc.

En **Marruecos**, para las inflamaciones del interior de la boca o las aftas bucales, mastican cebolla cruda varias veces durante el día. También en este país ante las picaduras de insectos frota en la zona con cebolla recién cortada.

(Cabezón Martín, 1997).

En **Camerún** emplean el guiso de 200 gramos de cebolla en un litro de agua para la hipertensión arterial y para alguna enfermedad de transmisión sexual.

(Noumi et al., 1999).

En **Méjico** *“se pica la verruga con una espina de limón hasta sangrarla y luego se le pone encima la savia de la cebolla morada con sal”*

(Waizel-Bucay, 2007).

En **Perú** hierven cebolla en vinagre y luego, ya tibia, la exprimen para aplicar el jugo en compresas sobre los callos en los pies. En forma de jarabe también para anginas o faringitis, infecciones de la garganta o la boca.

(Alonso, 2007).

En **Ecuador** y **Perú** una decocción de leche, con un trozo de cebolla y miel, la utilizan para combatir resfriados y alergias bronquiales. Una ensalada de lechuga y cebolla es recomendada para conciliar un buen sueño. El consumo de jugo de cebolla lo consideran un buen digestivo, antifatulencias, y antiparásitos intestinales.

En la **India** se prepara una decocción en agua al 5% para tomar tres tazas al día con fines afrodisíacos.

(Germosen Robineau, 1996).



SEGÚN EL CONTENIDO EN PRINCIPIOS ACTIVOS O ENSAYOS FARMACOLÓGICOS

En el laboratorio, los investigadores botánicos, biólogos, farmacéuticos, médicos, etc. a través del estudio de los principios activos de las plantas, y su experimentación sobre tejidos o células, animales o humanas, y también animales en vivo; pueden determinar probables aplicaciones terapéuticas de las plantas sometidas a estudio, en el caso que nos ocupa, la cebolla.

Los componentes azufrados de la cebolla, que se desprenden mayoritariamente al cortarla o picarla para su utilización o consumo, son principalmente responsables potenciales aplicaciones terapéuticas como antiespasmódica bronquial o antiasmática, antialérgica cutánea, antiagregante plaquetaria, etc. También entre las sustancias que se forman al cortar la cebolla se encuentra el S-óxido de propanetial, responsable de la acción lacrimógena sobre los ojos.

Además los componentes azufrados y el aceite esencial participan de la acción antimicrobiana frente a diversas especies bacterianas, hongos, incluso ácaros o garrapatas según diversos estudios en laboratorio.

La alicina, los flavonoides de quercetina, la glucoquinina, y otros, promueven acciones que activan la función pancreática y mejoran las curvas de tolerancia a la glucosa, siendo potencialmente útiles en el tratamiento de la diabetes.

El flavonoide quercetina y los ácidos fenólicos, son sustancias de fuerte actividad antioxidante y antiinflamatoria que promueve la detoxificación hepática de sustancias cancerígenas, participando además de la acción antialérgica que muestra la cebolla.

Sitosteroles, fructosanos y fructooligosacáridos como pectina, inulina, etc. son probablemente responsables, además de la modulación de la glucemia, de acciones prebióticas como nutrientes de la flora bacteriana benefactora de nuestro intestino y de sus acciones en la mejora del metabolismo lipídico, con reducción de los niveles de triglicéridos.

Los flavonoides de quercetina y también los fructosanos le otorgan a la cebolla un efecto diurético suave. También a la quercetina, seguramente en conjunción con otras sustancias se la considera causante del efecto antihipertensivo de la cebolla.

Dentro de los flavonoides, las antocianinas son aquellas sustancias químicas que en las plantas son responsables de los colores violáceos, rojos, azules, rosas, etc. El consumo humano de estas sustancias se considera que aportan a la salud efectos positivos antioxidantes, antiinflamatorios, antitumorales, antidiabéticos, etc.

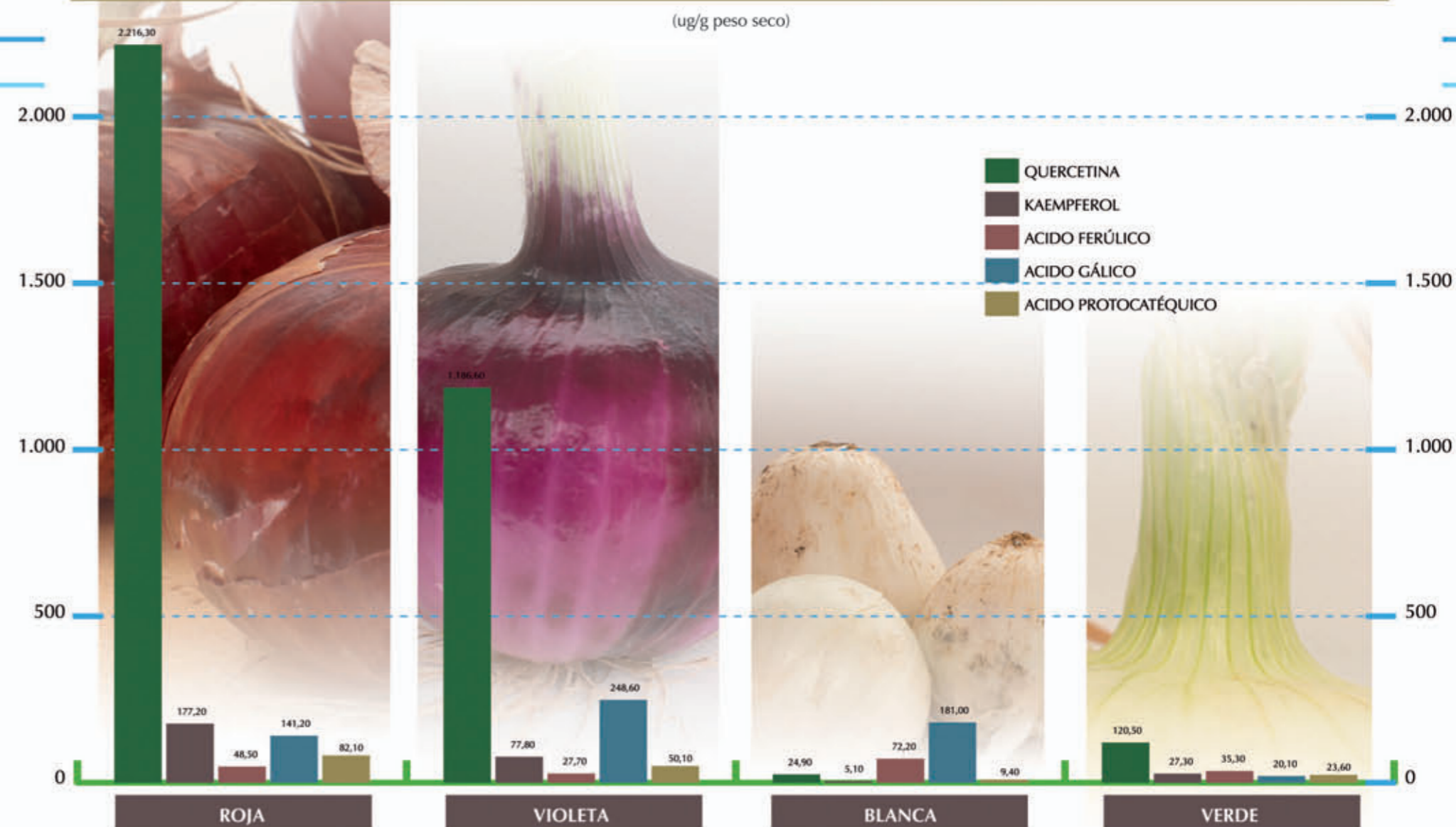
Los minerales como fósforo o azufre favorecen la regeneración del sistema nervioso y el trabajo intelectual.

(Alonso, 2007)

Estudios realizados con cebollas en Canarias muestran además que "la actividad antioxidante de la cebolla es mayor en su capa externa y va disminuyendo hacia su interior, ...se observó además un incremento en la actividad antioxidante a medida que el color rojizo de la cebolla aumentaba".  
(Lorenzo León, HC et al. 2009)

PRINCIPIOS ACTIVOS QUE CONTIENE LA CEBOLLA

COMPOSICIÓN COMPARATIVA DE SUSTANCIAS FENÓLICAS EN DIFERENTES VARIEDADES DE CEBOLLA.



Modificado: D.Prakash et al. Food Chemistry 102 (2007) 1389-1393



DERIVADAS DE ENSAYOS CLÍNICOS O ESTUDIOS EPIDEMIOLÓGICOS

Por último y, con seguridad, las pruebas más eficientes en la determinación de la eficacia curativa de una planta medicinal son los ensayos clínicos realizados en personas sanas o enfermas, o también los estudios epidemiológicos que valoran durante un periodo de tiempo el consumo de cebolla p. ej. y el grado de protección que confiere, o el riesgo de padecimiento de alguna enfermedad que pudiera relacionarse con ese consumo.

● **Descenso de la tensión arterial y de la viscosidad sanguínea:** la administración en cápsulas de una maceración de cebolla en aceite de oliva produce a las 5 horas una vasodilatación seguida de un descenso moderado en la tensión arterial acompañada de una reducción del hematocrito y de la viscosidad de la sangre. (Kalus et al., 2000).

● **Triglicéridos:** la investigación ha constatado una marcada reducción en los triglicéridos sanguíneos después del consumo de 200 ml/día de un extracto de cebolla equivalente a la toma de 500 gr de cebolla diarios durante 8 semanas. (Shirin Anil 2017).

● **Cáncer de estómago:** un estudio estadístico sobre 150.000 personas observó una menor incidencia de este cáncer en consumidores habituales de cebolla. (Alonso, 2007).

● **Hiperplasia prostática benigna:** un estudio multicéntrico sobre 1361 personas efectuado en Italia demostró que quienes consumían regularmente ajos y cebollas tenían una menor incidencia de esta enfermedad. (Galeone et al., 2007).

● **Alopecia areata:** estudio clínico controlado sobre 46 pacientes. La aplicación tópica de jugo de cebolla dos veces al día durante dos meses en zonas alopécicas resultó en un crecimiento capilar del 86,9% respecto del 2% observado en el grupo placebo. (Sharquie et al., 2002)

AVALADAS POR AEM O COMISIÓN E U OMS

● La Agencia Europea del Medicamento (AEM) no estima suficiente la evidencia de los datos que justifique recomendaciones terapéuticas.

● La comisión E del Ministerio de Salud alemán considera probadas sus indicaciones como:

- antibacteriana
- antihipertensiva
- hipolipemiente
- inhibidora de la agregación plaquetaria.

● La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera indicada la cebolla en:

- prevención de la arteriosclerosis
- estimulante del apetito



Práctica medicinal

EFFECTOS ADVERSOS, INCOMPATIBILIDADES Y PRECAUCIONES

No se le conocen efectos secundarios. En casos muy, muy aislados ha provocado reacciones alérgicas tipo dermatitis de contacto o asma bronquial.

Consumir con precaución en casos de gastritis o inflamaciones de la mucosa del estómago.

No tomar conjuntamente cantidades abundantes de cebolla si se siguen tratamientos anticoagulantes.

La amplísima utilización de la cebolla a través del tiempo a lo largo de todo el mundo es el mejor aval de seguridad de su consumo en cantidades moderadas. No se han reportado casos de carcinogénesis, de compromiso de la fertilidad, o daños al embrión o fetales.

DOSIS Y FORMA DE ADMINISTRACIÓN

**Cebolla cruda fresca:**  
50 gramos / día.

**Jugo fresco exprimido del bulbo:**  
1 cucharada de 5 ml,  
3-4 veces / día.

**Decocción de cebolla,**  
hervida a fuego bajo hasta reblandecerla, en proporción del 5% = una parte de cebolla para veinte partes de agua: 1-4 tazas / día.

**El jugo de cebolla**  
recién extraído o los bulbos frescos con fines medicinales es aconsejable introducirlos en el frigorífico (2-10°C) si no fueran a consumirse de manera inmediata.

EJEMPLOS DE UTILIZACIÓN



**Jarabe de cebolla, miel y limón:**  
Se pica la cebolla finamente y se coloca en una taza mediana; cubrir con miel de eucalipto u otra, añadir el zumo de un limón y dejar en maceración en la nevera durante unas horas. Al final colamos y obtenemos un jarabe muy útil para combatir la tos y los catarros respiratorios en el ámbito familiar. Este jarabe se puede mejorar añadiendo una infusión a la que hemos puesto una cucharadita de las de café de orégano y otra de tomillo.

**Cataplasma de cebolla hervida:**  
Se pica la cebolla y se pone a hervir con muy poca agua; cuando toda la cebolla está tierna y se haya consumido casi toda el agua, la colocamos sobre una gasa o paño poroso que luego aplicaremos directamente sobre la piel. Ideal para madurar abscesos o forúnculos y facilitar su resolución.

**Caldo depurativo de apio, cebolla, puerros, ajos,...**  
Poner a hervir en un caldero alrededor de dos litros de agua donde guisarán hasta comprobar que están tiernos los siguientes vegetales: cebolla, apio, puerro, ajo, col, alcachofa, zanahoria, calabaza, perejil. Tomar a tazas este caldo calentito a lo largo del día. Luego se puede tomar este guiso también como un puré o crema de verduras, añadiendo una vez en el plato un poco de aceite de oliva virgen extra. Mejorará la función detoxificante del hígado, la función renal, la actividad digestiva, etc.

**Vino de cebolla y miel:**  
Poner en un tarro de cristal 300 g de cebolla bien picadita, 600 ml de vino blanco y 100 g de miel blanca líquida. Dejar en maceración, durante 48 horas y luego filtrar. Tomar entre 2 a 4 cucharadas soperas por día.



## Testimonios de “Sabios” en Canarias:

*“El zumo de cebolla es pectoral, aperitivo, diurético, admirable en las hidropesías, asma pituitosa y epidemias pestilenciales”*

(Viera y Clavijo, José de. 2004)

*“Para la ronquera, ...remedio eficaz es agua hervida de cebolla, blanca preferentemente, hay que tener cuidado de no coger aire tras tomarla”.*

(Concepción, José L. 1997)

*“Cuando el mal de garganta se hace insoportable, entonces no hay nada mejor que el jugo de cebolla blanca y 200 gramos de berros recién exprimidos con una cucharadita de canela en polvo”.*

(Jaén, José 1989)

*“Si el dolor de oídos es muy fuerte, se pueden aplicar cataplasmas de cebolla y manzanilla calientes sobre la zona”.*

(Jaén, José 1989)

*“Para las quemaduras les ponían sal, ... o muchas freían cebolla y cuando estuviera tibia la ponían ahí, y no se levantaba bolsa ni quedaba señal”.*

(D<sup>o</sup> Celestina Hernández Jorge “Tina”.  
www.agaetespacioweb. 2014)

*“Pa los oídos yo oí una vez que era bueno el zumo de cebolla”.*

(D. Pedro Rodríguez Santana.  
www.agaetespacioweb. 2015)

La pastora Rosarito Lorenzo natural de Tejeda, hierbera, estelera, y partera (ya fallecida), nos ofrece sus recetas con cebolla tomada o localmente sobre la zona afectada; para la memoria, para el pelo, el movimiento intestinal, o la irritación del ano.

*... “La cebolla crece la memoria, hace que el pelo crezca como la gloria, y vientre lo mueve como una noria, agua bendita la de la cebollita, agua bendita para los que el culo se le irrita”...*

*... “se pica una cebolla y limón rallado como limonada, se pone en una palangana de la noche a la mañana, luego, cataplasma en la zona afectada”...*

(Banco de Saberes  
Jardín Botánico Canario Viera y Clavijo -1978).



## BIBLIOGRAFÍA

1. Alonso J. Tratado de Fitofármacos y Nutracéuticos. Corpus Edi. Rosario; 2007.
2. Anil S, editor. Healthful Eat in As Lifestyle. Boca Ratón; 2017.
3. Blumenthal M, Busse W, Goldberg A, Gruenwald J, Hall T, Ringgins C, et al. The Complete German Commission E Monographs. Therapeutic Guide to Herbal Medicines. American B. Austin; 1998.
4. Cabezón Martín A. Diccionario de Plantas Medicinales según la Medicina Tradicional Marroquí. Noesis, editor. España; 1997.
5. Concepción JL. Remedios Medicinales Canarias. Plantas Curativas. La Laguna: José Luis Concepción; 1996.
6. Cruz Suárez SJ. Más de 100 plantas medicinales. Medicina popular canaria. Monografías. Las Palmas de Gran Canaria: Obra Social de la Caja de Canarias; 2007.
7. De Viera y Clavijo J. Diccionario de historia natural de las Islas Canarias, o índice alfabético descriptivo de sus tres reinos animal, vegetal y mineral [Internet]. La Laguna. Nivaria ediciones; 2005.
8. Eire AL. Dioscórides Interactivo sobre los remedios medicinales: manuscrito de Salamanca. Salamanca, Available <http://dioscorides.usal.es> .... 2006;
9. European Medicines Agency. Assessment report on Allium cepa L., bulbos. 2012 [cited 2017 May 23]; Available from: [http://www.ema.europa.eu/docs/en\\_GB/document\\_library/Herbal\\_-\\_HMPC\\_assessment\\_report/2012/05/WC500127893.pdf](http://www.ema.europa.eu/docs/en_GB/document_library/Herbal_-_HMPC_assessment_report/2012/05/WC500127893.pdf)
10. Galeone C et al. Onion and Garlic intake and the odds of benign prostatic hyperplasia. Urology. 2007;70(4):672–6.
11. Gerosen Robineau L. Farmacopea Caribeña. Editorial. Santo Domingo; 1996.
12. Jaén Otero J. Manual de Medicina Popular Canaria. Centro de. Santa Cruz de Tenerife; 1989.
13. Kalus U et al. Influence of de onion as an essential ingredient of the Mediterranean diet on arterial blood pressure and blood fluidity. Arzneimittelforschung. 2000;50(9):795–801.
14. Leclerc H. Précis de phytothérapie. Masson, editor. París; 1976.
15. Lorenzo León H, Rodríguez Galdón B, Rodríguez Rodríguez E, Díaz Romero C. Capacidad antioxidante de diferentes variedades de cebolla. CyTA-Jourmas Food. 2009;7(1):53–8.
16. Noumi E, Houngue F, Lontsi D. Traditional medicines in primary health care: plants used for the treatment of hypertension in Bafia, Cameroon. Fitoterapia. 1999;70(2):134–9.
17. Pérez de Paz PL, Hernández Padrón C. Plantas medicinales o útiles en la flora canaria. Aplicaciones populares. La Laguna: Francisco Lemus Editor; 1999.
18. Prakash D, Singh BN, Upadhyay G. Antioxidant and free radical scavenging activities of phenols from onion (Allium cepa). Food Chem [Internet]. 2007 Jan [cited 2017 May 15];102(4):1389–93. Available from: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0308814606006005>
19. Salter, A; Wiseman, H; Tucker G, editor. Phytonutrients [Internet]. John Wiley & Sons; 2012 [cited 2015 Aug 16]. 312 p. Available from: <https://books.google.com/books?id=5QOONd19mhMC&pgis=1>
20. Sharquie K et al. Onion Juice (Allium cepa) a new topical treatment for alopecia areata. J Dermatol. 2002;29(6):343–6.
21. Toussaint S. History of Food. Oxford; 1992.
22. Valnet J. Aromathérapie. S.A. M, editor. 1980.
23. Viera y Clavijo J de. Historia Natural de las Islas Canarias.
24. Waizel Bucay J. Plantas utilizadas popularmente en el tratamiento de las verrugas. Rev Fitoter [Internet]. 2007 [cited 2017 May 17];7(2):153–70. Available from: about:home
25. World Health Organization. WHO Monographs on Selected Medicinal Plants - Volume 1: Bulbus Allii Cepae [Internet]. 1999 [cited 2017 May 23]. Available from: <http://apps.who.int/medicinedocs/es/d/Js2200e3.html>