

- 
- **Materia:** Seminario de tesis
 - **Docente:** Ruiz Guillen Mahonry de Jesus
 - **Carrera:** Enfermería
 - **Alumno:**
 - Leidy Marisol Hernández Sánchez
 - Henry Isaí López Pérez

8vo cuatrimestre grupo "C"

INTRODUCCIÓN

La medicina tradicional se ha propuesto, desde sus inicios, el analizar la problemática de la salud al estudiar al hombre como un todo, y en particular al hombre enfermo, reconociendo que el mismo debe ser analizado de conjunto con la enfermedad. De esta manera no solo se interesa por los síntomas físicos del trastorno sino también por el estilo de vida del sujeto, su forma de pensar, sus emociones o intereses, así como por sus reacciones ante el proceso morboso, lo cual es de importancia diagnóstica y terapéutica para la Medicina Tradicional (Corrales Reyes, Reyes perez, & Piña Gonzáles, 2014).

Hoy en día, las situaciones de estrés, la mala nutrición, los vicios u otras situaciones provocan que nuestra salud se vaya deteriorando, muchas veces no contamos con los recursos o el tiempo necesarios para acudir con un médico especialista que nos atienda; afortunadamente algunos males que aquejan nuestra salud pueden curarse con remedios naturales o herbolarios, no dejando de considerar que no son milagrosos.

Los procedimientos que conlleva tienen en común el objetivo de prevenir y tratar las enfermedades. Este tipo de medicina es una mezcla de todas aquellas artes curativas que han formado parte de los remedios o técnicas curativas de cada uno de los países del mundo. Su empleo como se mencionó anteriormente se da desde los tiempos más remotos en los que el hombre buscaba remedio para sus males, llegando a utilizar de esta manera las plantas que habían de acuerdo a su ubicación geográfica, llevándolo a adoptar conocimientos sobre el uso de cada una de estas.

Por lo antes mencionado, no importa qué tipo de región o cultura se estudie, siempre habrá datos históricos sobre el uso de la herbolaria en dichas regiones, aunque con el paso del tiempo se haya ido perdiendo la costumbre de usar elementos naturales para tratar diferentes síntomas que causan las

enfermedades, por ello es de interés indagar en comunidades y realizar investigaciones que ayuden a dar a conocer a la población sobre aquellos lugares en los cuales aún se practica el uso de la herbolaria para tratar los síntomas que ocasionan las enfermedades

CONTEXTO DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación tiene la finalidad de dar a conocer la práctica o la ausencia de ésta refiriéndonos al uso de la herbolaria en una de las comunidades aledañas a la ciudad de Comitán de Domínguez Chiapas; siendo esta una investigación de carácter mixto ya se recabarán datos estadísticos que representan lo cuantitativo y de igual manera datos cualitativos como son las opiniones generales de las personas sobre el uso de plantas medicinales.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Una forma de acercarse a la medicina es estudiar las ideas sobre la enfermedad y los tratamientos alternativos, conociendo los efectos nocivos o beneficios de algunas plantas. Varios estudios encuentran similitudes entre los pueblos primitivos en la herbolaria. La práctica desde tiempos remotos, diagnosticando y tratando las enfermedades con el complemento de la fitoterapia.

La gente las arranca, las explota, las destroza o las ignora, pero lo cierto es que las plantas son las infravaloradas heroínas de la medicina moderna. Desde tiempos inmemoriales, muchas especies con propiedades curativas se han utilizado para tratar a los enfermos y heridos. Y a pesar de que nuestro panorama actual en el mundo de la medicina no tiene nada que ver con el lento descubrimiento de los tratamientos curativos tradicionales indígenas, nuestra dependencia en las propiedades de estas plantas no está en absoluto obsoleta.

Al contrario: las plantas medicinales siguen jugando un papel integral en la protección de la salud humana. Aun así, aparentemente indiferentes ante este hecho, los seres humanos no protegen estas plantas como deberían. “Las plantas medicinales no tienen voz”, dice Manoj Kumar Sarkar, autor de *Estrategias de gestión para plantas medicinales endémicas y amenazadas en India*, en entrevista con Global Ideas. “Por todo el mundo, la inversión en protección de fauna es mucho mayor que la inversión protección de flora, donde se incluyen las plantas medicinales”.

Según el experto, esto es un gran fallo. Como ejemplo, Sarkar cita una especie llamada *Taxus Baccata* o *Taxus Wallichiana*, que crece en el Himalaya. Contiene una propiedad llamada Taxol, que se usan el tratamiento de cáncer uterino, de mama y de colon. “Pero la realidad es que, a causa de la

destrucción de biodiversidad, su hábitat está desapareciendo, y esto afecta al número de ejemplares”, añade.

La herbolaria como tratamiento principal tuvo su auge en la década de los 80's en México según Manuel Zúñiga, puesto que era la mejor manera de tratar las patologías conforme al conocimiento que en ese tiempo se tenían, pero su práctica ha ido descendiendo con el pasar de los años y todo esto gracias a la innovación médica y farmacológica de los profesionistas que se han ido desarrollando, también se le atribuye esto a las creencias que algunos han ido adoptando como que la cuantificación de las roturas de la cadena ADN probablemente sean los precursores de las aberraciones cromosómica y gracias a todo esto se ha ido perdiendo la práctica de utilizar estos métodos para la curación de algunas patologías así también se omite el compartir los conocimientos adquiridos con el tiempo a sus descendencias o conocidos sobre el uso de las plantas para el tratamiento de diversas patologías que se han preservado durante la historia.

La investigación se enfocó en SAN JOSE BERLIN se localiza en el Municipio TZIMOL del Estado de Chiapas México. Posiblemente persista la práctica con herbolaria como tratamiento principal para algunas de sus enfermedades más comunes, puesto que quizás por la falta de recursos económicos con la que la población cuenta se haga más habitual esta práctica y también hay que tomar en cuenta la variedad de cultura con la que esta cuenta.

Por estas razones principalmente se decidió realizar la investigación del trabajo en personas de esta comunidad que cuenten con una edad adulta (mayor de los 18 años de edad) para analizar y conocer el número y porcentaje de personas que utiliza la herbolaria como principal tratamiento de sus enfermedades y conocer la preferencia de esta según el sexo (género) de las personas ya que con el pasar de los años igual se va volviendo una práctica de

género hacia las mujeres a sus familias y los varones de la familia la van dejando atrás.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

1. ¿Cuál es el número de personas que usan la herbolaria como principal tratamiento?
2. ¿Qué influencia ha tenido la herbolaria para el tratamiento de enfermedades más comunes?
3. ¿Es importante la herbolaria en la vida cotidiana?

OBJETIVOS GENERALES

- Conocer la cantidad de personas que utilizan la herbolaria como principal tratamiento en enfermedades más comunes dentro de la colonia SAN JOSE BERLIN DE TZIMOL CHIAPAS.
- Reconocer las utilidades que tiene la herbolaria (plantas medicinales) como tratamiento para los adultos
- Obtener información necesaria para así lograr que el uso de la herbolaria aún sigue actualmente utilizado en zonas de bajo recurso

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar las preferencias entre hombres y mujeres del EJIDO SAN JOSE BERLIN sobre el uso de la medicina tradicional
- Confirmar nuestra hipótesis sobre la medicina tradicional
- Confirmar los beneficios que tiene la medicina tradicional como principal tratamiento en patologías y el alivio de síntomas de las enfermedades en los adultos
- Fomentar el uso racional de la herbolaria con el fin de mejorar el uso de las plantas en los tratamientos
- Promover la herbolaria en el empleo de plantas medicinales con el uso y fin de una mejor calidad en la vida de los pacientes adultos

- Saber la eficacia de las personas para el uso de la herbolaria desde que tiempo ha empleado estos tratamientos sobre la medicina tradicional
- Explicar la importancia de la herbolaria como se caracteriza su uso y beneficio para ciertas enfermedades comunes en la vida actual
- Lograr el reconocimiento de las prácticas de la medicina tradicional
- Fortalecer los conocimientos tradicionales en la comunidad y especialmente para que hagan un uso adecuado que tiene las plantas medicinales que tienen poder curativo para diferentes enfermedades

JUSTIFICACIÓN

El conocer el uso de la herbolaria como principal tratamiento en las personas de las comunidades a las afueras de Comitán de Domínguez suele no tener importancia, pero en realidad, si la debe de tener, ya que el conocer el número de personas que eligen un tratamiento herbolario, se puede deducir si se mantiene o no el rezago cultural en cuanto a la transición del uso de esta. Además, siendo Chiapas un estado policultural, se debería encontrar un número elevado de personas que utilizan la medicina herbolaria, pero no solo como tratamiento para algunos síntomas, sino también como tratamiento para las patologías más comunes.

Actualmente la medicina tradicional a pesar de su rezago ha sido utilizada ampliamente y se está extendiendo rápidamente en muchos países, sin embargo, las instancias normativas y las profesionales de la salud están afrontando cuestiones relativas a la seguridad, eficacia, calidad, disponibilidad, preservación y reglamentación de la medicina complementaria.

“Es por eso que la organización mundial de la salud efectúa un análisis general de la situación actual de la medicina tradicional en todo el mundo, colaborando con expertos y definiendo una estrategia sobre la medicina tradicional de 2014 a 2023” (Jimenez Silba, 2017)

Cabe precisar que estos sistemas de salud tradicionales cuentan con diversos componentes tales como: los síndromes culturales, los ritos y su cosmovisión, los agentes de medicina tradicional, los recursos curativos como las plantas medicinales, minerales, animales y las terapias. Todas estas existen y se desarrollan de forma interrelacionada (Salud, s.f.)

En México, la secretaria de salud durante la administración 1989-1994, estableció una clasificación mexicana de medicina tradicional: parteras,

herbolarios y curanderos y medicinas paralelas: acupuntura, homeopatía y quiropráctica, con la finalidad de orientar la tarea de definir la normatividad, mediante criterios sistemáticos y conforme a las reglas del derecho sanitario. “Por la urgente necesidad de normal la medicina herbolaria, se diseñó por la secretaria de salud el: PROYECTO DE NORMA OFICIAL MEXICANA PROY-NOM-248-SSA1-2006, BUENAS PRACTICAS DE FABRICACION PARA ESTABLECIMIENTOS DEDICADOS A LA FABRICACION DE REMEDIOS HERBOLARIOS”. (Carrillo Esper, Clara Caldera , & Ruiz Morales, 2010)

Sobre el registro taxonómico, México ocupa el segundo lugar a nivel mundial con 4500 plantas medicinales documentadas. Se estima que el 90% de la población ha optado por ellas por lo menos una vez en su vida, según lo indica la secretaria de salud. (direccion general de comunicacion social , 2017)

La importancia que tiene para el ser humano con relación al bienestar de su familia. La constante necesidad de obtener una mejor salud y mejoría sin ingerir sustancias químicas como lo son píldoras, jarabes, inyecciones, etc. La importancia de la medicina tradicional con el uso terapéutico de plantas es un recurso efectivo para suplir necesidades locales de medicamentos, que les resulta caros para la adquisición de ciertos medicamentos, por lo cual optan por el uso de la medicina tradicional.

La importancia de saber que el uso de medicina tradicional conlleva a la falta de conocimiento científico de las plantas y sus propiedades medicinales, la cual produce una preocupación social al poderse realizar un efecto adverso en las personas que consumen este tipo de medicamentos, tratamientos y otros.

El uso de las plantas como tratamiento a problemas de salud, siendo tratados en un contexto sociocultural y económico en donde es difícil tener un acceso al sistema de salud formal. La importancia de conocer que estos tratamientos son

adoptados en lugares de difícil acceso a sistemas de salud, por lo cual estas prácticas son aceptadas por pueblos, grupos indígenas o personas de campo.

La práctica herbolaria o medicina tradicional es un campo el cual ha ido persistiendo durante culturas y seguirá utilizando en culturas posteriores. Las propiedades de las plantas son curativas, pero el mal uso de ellas puede tener un efecto nocivo como lo es intoxicación, la falta de conocimiento por generaciones actuales y acuden a este tipo de tratamiento para cierta enfermedad o afección mínima de salud, puede producir una complicación de la misma.

El uso de la herbolaria con el paso del tiempo está comenzando a ser sustituida en ciudades más pobladas y de fácil acceso a sistemas de salud gubernamental, los tratamientos con plantas han disminuido en cantidad considerable, prefiriendo tratamientos médicos especializados y dejando la cultura de acudir a curanderos.

HIPÓTESIS.

“Las comunidades aledañas a la ciudad de Comitán de Domínguez Chiapas siguen practicando el uso de la herbolaria para tratar los síntomas de las enfermedades más comunes”.

MARCO TEORICO

CAPITULO I: ANTECEDENTES DE LA HERBOLARIA

Denominamos Herbolaria al conjunto de conocimientos relativos a las propiedades curativas de las plantas.

En México la herbolaria ha sido y sigue siendo un recurso para buscar la cura a las enfermedades más comunes. Nuestro país ha sido geográficamente privilegiado, ya que posee una de las floras más ricas en el plantea. Y su herbolaria se ha enriquecido por la observación y paciencia de los pueblos que durante siglos, han buscado su poder en la curación.

HERBOLARIA EN MESOAMÉRICA

El término Mesoamérica hace referencia al territorio comprendido de la mayor parte de México y lo que integra Guatemala, Nicaragua, Costa Rica y El Salvador

La medicina de Mesoamérica tuvo su propia raíz y evolución, pues se basa en conceptos específicos sobre la estructura del mundo y el origen de la vida.

Los antiguos habitantes de este territorio imaginaron que el mundo era un enorme cubo; a la mitad de ese cubo imaginario estaba una plataforma rectangular habitable por el hombre, donde ubicaban a la tierra propiamente dicha con sus montañas, plantas, animales, ríos y lagunas rodeada por el mar. Esa agua del mar se elevaba en el lejano horizonte hasta formar cuatro inmensas paredes azules que llegaban al cielo, concebido este como la tapadera del cubo. El techo celeste era sostenido por 4 enormes árboles, uno en cada esquina. Había un mundo subterráneo, la región por debajo de la plataforma de tierra habitable, que tenía nueve pisos o niveles fríos donde se formaban nubes, nacía el agua y habitaban seres acuáticos. Por encima de la plataforma imaginaron trece niveles celeste donde nacía la luz y el calor y era

por ese medio donde viajaban las estrellas, el sol, la luna y otros seres de la mitología mesoamericana.

En el mundo prehispánico la enfermedad los pueblos la concebían como producto de la acción de los seres que habitan los pisos celestes y el inframundo. Y que a través de los elementos de la plataforma: el viento, agua, sol, polvo, animales, etc. Daba como consecuencia un desequilibrio en el cuerpo del hombre. La enfermedad era producto del este desequilibrio corporal, que se mantenía gracias a la dualidad de los elementos vitales: el calor y el frío, la luz y la oscuridad, lo seco lo húmedo, arriba y abajo.

En este caso la medicina se ocupaba (en esta cosmovisión) de ayudar al enfermo a recuperar ese equilibrio que ya lo había perdido. Las plantas medicinales fueron un recurso al que los habitantes de Mesoamérica se auxiliaban para buscar la cura a sus enfermedades. Estas plantas se utilizaron de diferentes maneras, de ungüentos, para aliviar trastornos a través de la piel; como pócimas, como vaporizaciones, etc.

Los habitantes contaron que con sus plantas mantenían un orden y una organización casi perfecta, tenían médicos que dominaban ciertas especialidades, y estos eran: parteros, hueseros o yerberos.

Había incluso escuelas para enseñar a los jóvenes el uso y el arte de curar y había mercados de plantas medicinales donde el pueblo podía visitar, consultar, y comprar e incluso consultar a los médicos.

Las sociedades prehispánicas creadoras de grandes ciudades y centros ceremoniales, de una economía, una organización social y una religión complejas desarrollaron una tecnología capaz de lograr la supervivencia y el crecimiento de la población. El aprovechamiento de los recursos naturales - vegetales, animales y minerales-, para la salud incluía, además de tratamientos curativos, prácticas de higiene, cuidados y embellecimiento del cuerpo humano.

Uno de los centros ya mencionados donde se adquirirían las plantas (entre otros productos) eran los mercados. Era un sitio establecido en las ciudades, colonias, municipios, poblados, y rancherías, tiene una historia muy antigua.

Durante el reinado de Moctezuma de 1440-1469 se creó un lugar de descanso para la nobleza india en las tierras cálidas y bajas ubicadas al sur del valle de Tenochtitlán en el hoy nuestro estado de Morelos. El lugar: El jardín de Oaxtepec

Moctezuma ordenó que se usaran las aguas del manantial de Oaxtepec para formar un sistema de riego que permitiera el cultivo y la conservación de las más importantes especies vegetales del imperio azteca., las plantas se cultivaron en parcelas cuidadosamente diseñadas para conformar el primer jardín de América varios siglos antes de que Europa una idea semejante a esta se imaginara.

Durante el siguiente siglo los españoles quedaron maravillados de la belleza del lugar y tanto fue su simpatía por el lugar y porque eran numerosas las plantas medicinales que los aztecas habían conservado, que en ese mismo cerro los españoles edificaron un hospital. El hospital de la Santa Cruz de Oaxtepec. Fue en ese lugar donde durante el siglo XVI, se escribirían algunas de las obras más importantes sobre herbolaria medicinal de países más importante de la época.

En 1552 se elaboró en el colegio de la Santa Cruz en Tlatelolco de la ciudad de México un pequeño manuscrito que lleva por título de Libellus de medicina libusindorumherbis (librito de las yerbas medicinales de los indios) se conocerían cuatro siglos después como Códice badiano.

Estaba integrado con una descripción del uso medicinal de más de 150 plantas originarias de México y que se empleaban en la medicina prehispánica. En esta obra es considerada el primer libro de herbolaria medicinal azteca y una de las más importantes fuentes bibliográficas históricas de la materia médica en México. En esta obra nos ofrece información sobre plantas según el tipo de

enfermedad para la que se usan. La medicina indígena agrupaba las enfermedades conforme a un orden anatómico: de la cabeza a los pies.

Los interesados en el aprendizaje del idioma náhuatl y deseosos de conocer a fondo la ideología y cultura de los pueblos que debían evangelizar.

Los misioneros católicos desarrollaron en México una intensa labor de estudio de las tradiciones e ideas de los conquistados. Entre los más importantes, por la trascendencia, está Fray Bernardino de Sahagún. El código contiene una amplia sección dedicada exclusivamente a las plantas medicinales de los indios mexicanos. La característica más importante de esta obra es la que Sahagún escribió es que fue obtenido de los ancianos. El libro goza abundante información sobre los usos medicinales de las plantas, las propiedades y características de los medicamentos y esto hace reconocer la riqueza de la medicina azteca.

Durante los primeros cien años de la colonia, el uso que los indios hacían de algunas plantas medicinales se asoció con actos de idolatría, ya que las curaciones autóctonas conservaban rituales y prácticas de la religión anterior. El clero católico prohibió su uso para evitar prácticas e ideas que combatió durante el proceso de implantación forzada del cristianismo en pueblo conquistado.

Con tal de que no se le reprimiera los indios cambiaron su nombre por denominaciones asociadas a la religión.

La dieta de los mexicanos se modificó radicalmente después de la Conquista española; la herbolaria medicinal se enriqueció con la contribución de la flora europea y el árabe. De las cocinas españolas salieron el perejil, el tomillo, la albahaca, la manzanilla, la hierbabuena, el clavo, la mejorana, el laurel, el eneldo, y muchas más hierbas, aromáticas, de uso culinario y medicinal llegaron a México a través de la migración española.

Según estudios botánicos modernos, más del 50 por ciento de las plantas medicinales actualmente empleadas por los mexicanos provienen de Europa y se integraron a lo largo de toda la etapa colonial.

En el siglo XIX ocurrieron en Europa y principalmente en Francia, cambios importantes en el desarrollo de las ideas; la filosofía prospero en la búsqueda de nuevas ciencias que enriquecieron y modificaron el pensamiento ilustrado, sobre todo como consecuencia del desarrollo capitalista y el crecimiento del proceso de industrialización iniciado a finales del siglo XVIII

El nuevo orden económico y social influyo en todas las ciencias, pero de manera especial en la rama de la medicina. Las ideas positivistas llegaron a nuestro país durante la intervención francesa. La nueva forma de abordar el estudio de la naturaleza repercutió directamente en la herbolaria. Se apoyó en la química y se utilizó plantas que nunca se habían conocido. Así surge la industria químico-farmacéutica para producir formas medicamentosas a base de plantas nunca antes conocidas.

La tradición herbolaria y conocimiento tradicional de los habitantes de México contribuyeron a superar las difíciles condiciones de salud que predominaron durante la larga guerra civil y las intervenciones extranjeras en el siglo XIX. Por eso el General Carlos Pacheco, secretario del Fomento del gobierno de Porfirio Díaz, creó en 1888 el Instituto Médico Nacional.

El herbario medicinal del instituto contaba con varios miles de plantas curativas recolectadas y clasificadas por los botánicos. Este instituto fue el organismo del gobierno porfirista que mayor investigación científica realizó sobre la flora medicinal de México durante el siglo XIX.

Durante el decenio de los años sesenta el nombre de México apareció con frecuencia en los reportes científicos y médicos de la investigación de plantas en el mundo, debido al gran número de especies vegetales que contienen sustancias capaces de provocar alucinaciones. La ciencia médica se interesó en conocer y estudiar el uso que las culturas indígenas de México hacen de plantas como el peyote y el ololihuiquien sus fiestas ceremoniales y rituales. Durante años recientes eran frecuentes encontrar en México números investigadores extranjeros (antropólogos, médicos, químicos) que recolectaban la flora medicinal en regiones como Oaxaca, Chiapas, la tierra Tarahumara o

entrevistando a los miembros de comunidades indígenas ya que deseaban aprender de ellos el uso y la aplicación de estas plantas.

A partir de los años ochenta, el interés por conocer las plantas medicinales y su uso se ha propagado en todo el mundo. El desarrollo tecnológico ha dado paso a nuevas metodologías y procedimientos que han modificado sustancialmente el estudio de la herbolaria y permiten visualizar el papel de los nuevos medicamentos preparados a base de plantas. La herbolaria de México, afortunadamente no está tan lejana a este notable desarrollo científico y técnico. Hoy en día diferentes Instituciones como es el caso del Instituto Mexicano del Seguro Social, algunas facultades e institutos de la Universidad Autónoma de México, y el Instituto Politécnico Nacional, entre otras, llevan a cabo investigaciones sobre la flora medicinal del país en muy variados aspectos.

MEDICINA TRADICIONAL

En los años setenta de este siglo, se produjo un cambio importante en el empleo y estudio de la herbolaria en la mayor parte del mundo. Tal giro provino de la Organización Mundial de la Salud, la cual reconoció que las plantas medicinales usadas por las culturas autóctonas (llamadas medicina tradicional) desempeñaban un papel importante en la salud de muchos países. Se fundó en México el Instituto Mexicano para el Estudio de las Plantas Medicinales (IMEPLAM). Se recuperó la bibliografía histórica sobre la materia, se crearon nuevos bancos bibliográficos respecto a la flora mexicana., se fundó el Herbario de Plantas Medicinales, colección formada con colectas de los etnobotánicos y se establecieron laboratorios de química y farmacología en el mismo instituto.

EL USO DE PLANTAS MEDICINALES EN LA ANTIGÜEDAD

El empleo de las plantas en cuanto terapia de curación tiene su origen en los pueblos asiáticos como China. Esta se remonta a 8,000 años antes de Cristo, entre los egipcios y hebreos a 3,000 años antes de Cristo. No obstante, es con los griegos cuando empiezan a difundirse, de manera concreta en el mundo occidental, los usos medicinales de determinadas plantas curativas.

Posteriormente, a nuestro país llega junto con los españoles un caudal de conocimientos médicos, como los remedios de origen vegetal, mismos que se combinan en forma integral con las especies nativas usadas en esos tiempos por los tictl o médicos indígenas. A partir de la conquista empieza a fusionarse la herbolaria mexicana con las especies y con los conocimientos traídos del Viejo Continente.

La medicina prehispánica, al igual que la primitiva europea, estuvo íntimamente vinculada a la religión y a la magia, de manera que los pueblos mesoamericanos pudieron asociar e identificar cualidades y poderes de plantas, animales y elementos de su naturaleza a los de las especies vegetales introducidas por los europeos, incluyendo las traídas por naturistas y otros viajeros, las cuales han aportado nuevos conocimientos a la medicina local.

Las modalidades que se están empleando actualmente en el país están expresadas en la Resolución Ministerial No. 261 del 24 de agosto del 2009. Estas incluyen un conjunto de técnicas o procedimientos preventivos, diagnósticos, terapéuticos y rehabilitadores, conocidas como:

Fitoterapia: Uso de las plantas medicinales, enteras o sus partes, secas o frescas, solas o asociadas; así como sus extractos y formulaciones, que no se le adicionen otros principios activos industriales, para la prevención y/o tratamiento de problemas de salud.

Apiterapia: Uso de la miel y otros derivados apícolas como apitoxinas, polen, propóleos y jalea real, solos o asociados; que no se le adicionen otros principios activos Industriales, para la prevención y/o tratamiento de problemas de salud.

Medicina Tradicional Asiática: Comprende un rango de prácticas médicas tradicionales desarrolladas en esta región a lo largo de su evolución cultural. Tiene como base filosófica la observación y el conocimiento de las leyes fundamentales, las cuales controlan el funcionamiento del organismo y su interacción con el entorno.

Consiste en el empleo de técnicas y modalidades que incluyen la estimulación de puntos acupunturales con estímulos térmicos, mecánicos, eléctricos, magnéticos y luminosos, así como el empleo de ventosas, masajes y ejercicios terapéuticos tradicionales, trofoterapia, y plantas medicinales tradicionales, con el objetivo de prevenir, tratar o rehabilitar diversas enfermedades o sus complejos sintomáticos.

Ozonoterapia: Modalidad Terapéutica, que emplea el ozono y sustancias ozonizadas, producidas por equipos ozonizadores para uso médico, a una dosis óptima para lograr un efecto terapéutico.

Homeopatía: Sistema médico que utiliza el principio de los similares como fundamento de su diagnóstico y terapéutica. Los productos que emplea son a dosis mínimas y dinamizadas.

Terapia Floral del Sistema Diagnóstico Terapéutico del Dr. Bach: Es un sistema médico-terapéutico que utiliza preparados de flores, cuyo campo de acción se circunscribe a las características psico emocionales de los pacientes, siendo capaces de actuar integralmente en enfermedades tanto psíquicas como orgánicas. Su principal aportación consiste en conectar las causas físicas de la enfermedad con las alteraciones mentales y emocionales de los pacientes.

Hidrología Médica: Ciencia que estudia, dentro del campo de la Medicina, el uso del agua como agente terapéutico. Incluye las aguas y los fangos mineromedicinales, así como la influencia del Clima.

Heliotalasoterapia: Uso del sol y agua de mar como agentes terapéuticos.

Ejercicios Terapéuticos Tradicionales: Conjunto de métodos y técnicas que utilizan el movimiento con una finalidad terapéutica, modificables a cada sujeto

o paciente, orientados de acuerdo con el diagnóstico médico tradicional asiático. Se encuentran dentro de estos los siguientes: Taichi, Lian Gong Shi Ba Fa, WuShu, QiGong, Hatha Yoga.

Masajes Terapéuticos Tradicionales: Conjunto de métodos y técnicas que utilizan la fricción y manipulación con una finalidad terapéutica, modificables a cada sujeto o paciente, orientados de acuerdo con el diagnóstico médico tradicional asiático. Se encuentran dentro de estos los siguientes: Tuina.

Orientación Nutricional Naturista: Consejos sobre la alimentación y la Cocina Natural y Tradicional. La orientación lleva implícito más que seleccionar nutrientes hacer una selección de los alimentos adecuados a las condiciones individuales. Además debe cumplir con las exigencias nutricionales establecidas. Incluye la dieta vegetariana, macrobiótica, y las incluidas en las prácticas tradicionales según el diagnóstico tradicional asiático.

ESTRATEGIAS SOBRE LA MEDICINA TRADICIONAL EN MÉXICO

En México tenemos más de 60 pueblos indígenas que representan un 10% aproximado de la población total, es por eso que nos reconocemos como un país multiétnico y pluricultural, en el cual la medicina tradicional es un fenómeno de la cultura nacional que tiene características propias.

Por consiguiente es indispensable conocer con precisión la dinámica de este fenómeno de la cultura popular, así como su extensión, trascendencia social y médica, a la vez valorar los numerosos y recursos que, aunque evaluados por una práctica ancestral, han sido ignorados y menospreciados por la cultura medica dominante.

En México se han desarrollado algunos proyectos para poder conocer más sobre la medicina tradicional, un claro ejemplo lo tenemos por parte del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), iniciado con el programa de

solidaridad social IMSS COPLAMAR actualmente IMSS Prospera, el cual consciente de la trascendencia que tiene la interacción con la medicina tradicional creó en años previos una unidad de investigación biomédica en medicina tradicional y herbolaria, con el fin de buscar, diseñar y poner en práctica programas de investigación y desarrollo, para promover una colaboración entre la medicina institucional y la medicina tradicional. Los resultados de una encuesta¹ realizada durante los años 90's por esa institución en diversas zonas indígenas del país, ofrecen un perfil de la morbilidad indígena a partir del uso de plantas medicinales; estas se utilizaron en 38% de los casos contra trastornos digestivos; en 13.6% contra padecimientos de tipo respiratorio; en 13.5% para curar lesiones de la piel, infecciones cutáneas, traumatismos, dolor muscular o reumático y picaduras de animal; en 13% para el tratamiento de fiebre, dolor de cabeza y articulaciones en general, y en 5% para tratar síntomas relacionados con el aparato reproductor femenino.

El programa dio inicio en 1981 en el cual se buscó la integración de la medicina tradicional mexicana, a través de actividades en zonas rurales, diseñando acciones, conferencias, talleres y visitas, con la finalidad de una evaluación y diagnóstico en la identificación de los principales padecimientos predominantes que trata la medicina tradicional, con el propósito de la creación de unidades médicas del Instituto y jardines botánicos medicinales.

Los programas de atención de salud que contemplan la búsqueda de la interacción con la medicina tradicional resultan, a la luz de las experiencias desarrolladas, más congruentes con la realidad sociocultural de las comunidades en México; esto trae como consecuencia no solo una aceptación de políticas y estrategias para mejorar las condiciones de salud de la población, sino un enfoque diferente que recupera la medicina nacional a su identidad cultural.

Actualmente se cuenta con diferentes instrumentos para conocer más sobre la medicina tradicional mexicana, podemos nombrar el herbario medicinal del IMSS, el cual tiene registro de plantas medicinales de México, también la

biblioteca digital de la medicina tradicional mexicana realizada por la UNAM solo por mencionar algunas.

Entre 1990 y 1994 la Universidad Nacional Autónoma de México y el Instituto Nacional Indigenista (INI) elaboraron la base de la biblioteca de la medicina tradicional mexicana, la cual contiene información de consulta y un recorrido interactivo, ofreciendo nombres, conceptos, pueblos, enfermedades, recursos materiales y simbólicos.

Otro ejemplo muy claro con la medicina tradicional mexicana es la integración de mujeres parteras capacitadas por el IMSS, actualmente son siete mil veintiocho parteras, quienes juegan un papel muy importante en las áreas rurales, y que cada año atienden nueve mil partos en promedio, 90% de los partos son atendidos en el domicilio de las embarazadas, además fomentan la lactancia materna como alimento idóneo para cubrir la necesidades del recién nacido.

Sin embargo a pesar del conocimiento sobre la medicina tradicional aún no existe una reglamentación enfocada a la práctica de este tipo de medicina, en el plan nacional de desarrollo 2013-2018 en la estrategia 4.3 se reconoce el fortalecimiento de promoción y atención brindando a la población indígena y otros grupos en situación de vulnerabilidad.

Aunado a esto en el artículo 79 de la Ley General de Salud se hace referencia que “para el ejercicio de actividades profesionales en el campo de la medicina, se requiere que los títulos profesionales o certificados de especialización hayan sido legalmente expedidos y registrados por las autoridades educativas competentes”, olvidando que la medicina tradicional no es aprendida en alguna institución sino por la transmisión de persona a persona.

Así mismo es reconocido por la Ley General de Salud en su artículo 224 apartado B sección III medicamentos clasificados por su naturaleza en herbolarios, los cuales son productos elaborados con material vegetal o un derivado de este, cuyo ingrediente principal es la parte aérea o subterránea de

una planta o extractos y tinturas, así como jugos, resinas, aceites grasos y esenciales, presentados en forma farmacéutica, cuya ciencia terapéutica y seguridad ha sido conformada científicamente en la literatura nacional o internacional.

Conforme a esto se publicó en el Diario Oficial de la Federación el 15 de diciembre de 1999 una lista con 76 plantas prohibidas para infusión y sus derivados, sin embargo algunas de estas hierbas son utilizadas con éxito por la medicina tradicional.

CAPITULO II: LA HERBOLARIA EN MEXICO

La herbolaria ha existido desde tiempos remotos y ha sido en México donde se le ha dado un uso resaltante que hasta la actualidad sigue vigente, esto siendo una de las prácticas más utilizadas para tratar síntomas de muchas enfermedades. “En México la herbolaria ha sido y sigue siendo un recurso para buscar la cura a las enfermedades más comunes. Nuestro país ha sido geográficamente privilegiado, ya que posee una de las floras más ricas en el planeta. Y su herbolaria se ha enriquecido por la observación y paciencia de los pueblos que durante siglos, han buscado su poder en la curación”. (Desconocido, 1998)

Como se comento en el párrafo anterior la herbolaria ha sido realizada en México por la amplia diversidad de plantas de nuestro país, ya que contamos con diferentes tipos de clima, podemos decir que la diversidad floral es abundante, haciendo que estas fueran mucho mejor aprovechadas por nuestros antepasados, que en México son muchos, ya que de igual manera, México es un país multicultural, siendo la cultura Mexica, Olmeca y maya de las mas resaltantes, pero, no todas cumplían o tenían el mismo modo de utilizarlas plantas.

“Específicamente en México, la herbolaria surgió de la misma forma con los grupos prehispánicos. En esa época, la medicina primitiva se vinculaba de manera íntima con la religión y la magia, pues los pueblos concebían la enfermedad como producto de la acción de sus dioses y el desequilibrio corporal” (El club Planeta). Con lo anterior podemos confirmar el uso de las plantas medicinales por los antepasados y las culturas prehispánicas que un día poblaron México, esto como dice lo anterior, no era utilizado de la misma manera de cómo actualmente se utiliza, puesto que las creencias religiosas y sus prácticas cotidianas son muy diferentes a la de la población actual, como ya se menciono las enfermedades se atribuían a los dioses, y se creía que ellos podían un castigo divino a aquellos que enfermaban o que caían en algún maleficio que los agobiaba.

Así como las enfermedades agobiaban a muchas de las culturas antepasadas, de igual manera había médicos, curanderos o brujos encargados de combatir estas enfermedades que como nos dice el club planeta “tenían médicos o "tictl" que dominaban ciertas especialidades, por ejemplo, parteros, hueseros o yerberos. Incluso, tenían escuelas donde enseñaban a los más jóvenes el uso y el arte de curar”. Ellos realizaban pociones, ungüentos o pomadas con los que curaban a la gente que presentaba enfermedades, pidiendo a sus dioses bondadosos que aliviaran la enfermedad, porque así como tenían dioses que ponían maleficios, también había otros que lo quitaban.

“Durante el reinado de Moctezuma de 1440-1469 se creó un lugar de descanso para la nobleza india en las tierras cálidas y bajas ubicadas al sur del valle de Tenochtitlán en el hoy nuestro estado de Morelos. El lugar: El jardín de Oaxtepec Moctezuma ordeno que se usaran las aguas del manantial de Oaxtepec para formar un sistema de riego que permitiera el cultivo y la conservación de las más importantes especies vegetales del imperio azteca., las plantas se cultivaron en parcelas cuidadosamente diseñadas para conformar el primer jardín de América varios siglos antes de que Europa una idea semejante a esta se imaginara.” (Desconocido, 1998)

Uno de los escritos más importantes de las obras aztecas es el “el códice vadiano” que como nos dice el documento de donde se rescato mucha información obtenida en este capítulo, se elaboró en el colegio de la Santa Cruz en Tlatelolco de la ciudad de México un pequeño manuscrito que lleva por título de Libellus de medicinalibus indorum herbis (librito de las yerbas medicinales de los indios) se conocerían cuatro siglos después como Códice badiano. (Desconocido, 1998)

Este manuscrito contaba con casi 150 plantas o recetas de ellas, que se utilizaban como medicamento por nuestros antepasados, por ello quiero enfatizar el gran conocimiento que tenían las culturas Mexicanas sobre el uso de la herbolaria. Podemos decir que la innovación de ellas es mucho mejor, pero en realidad la farmacología ha sintetizado muchas de los principios activos

de las plantas utilizadas en la herbolaria tradicional, por lo que podemos decir que no es tan natural o no es tan orgánica como muchos pensamos.

“A partir del siglo XVI, con la llegada de los españoles, los remedios nativos y las especies prehispánicas se fusionaron o complementaron con los conocimientos de los conquistadores. Fue de esta forma, que la herbolaria mexicana se desarrolló notablemente, ya que los españoles, al quedar maravillados con la belleza y diversidad natural del territorio, construyeron hospitales de herbolaria medicinal”. (El club Planeta). Esto fue un cambio total en la creencias y la forma de curar las enfermedades y de utilizar las plantas medicinales de todas las culturas de México, ya que, como sabemos, la ideología y la Religión impuesta por los Españoles, fueron de mucha importancia para ver un cambio total en las creencias de nuestros antepasados, que de igual manera provocaría un gran incertidumbre.

Los encargados de realizar estas tareas ahora serian los monjes o sacerdotes que acompañaban a los españoles, que enseñarían también una nueva creencia Teísta de un solo Dios y que serias la Religión que hasta el día de hoy muchos de los países practican, además se innovó muchas de las técnicas de preparación de medicamentos, además de descubrir nuevas plantas medicinales y estudiar sus propiedades, que hasta la actualidad prevalecen. A mi juzgar es uno de los acontecimientos más importantes en la evolución de la herbolaria en México, de acuerdo a esto la mortalidad en las tribus de las diferentes culturas disminuyo notoriamente.

CÓDICE FLORENTINO

Rescatando más información sobre los sitios de consulta nos dicen que los mojes o sacerdotes que anteriormente se mencionaba, estaban tan interesados en el aprendizaje del idioma de las culturas prehispánicas y deseosos de conocer a fondo la ideología y cultura de los pueblos que debían evangelizar, que “los misioneros católicos desarrollaron en México una intensa labor de

estudio de las tradiciones e ideas de los conquistados. El códice contiene una amplia sección dedicado exclusivamente a las plantas medicinales de los indios mexicanos. La característica más importante de esta obra en la Sahagún escribió es que fue obtenido de los ancianos. El libro goza abundante información sobre los usos medicinales de las plantas, las propiedades y características de los medicamentos y esto hace reconocer la riqueza de la medicina azteca” (Desconocido, 1998).

Podemos resaltar nuevamente el amplio conocimiento de la herbolaria de los antepasados, así como mencionábamos anteriormente, estaba tan preparados medicamento que de igual cada uno de los misioneros religiosos que acompañaban a los españoles, realizaron estudios para conocer la vegetación de México, con el fin de tener registros herbolarios para innovarlos posteriormente.

Las comunidades comitecas, según los registros históricos, contaba con diferentes culturas y etnias rurales, de las cuales aun se conservan diversas tradiciones que hasta la actualidad siguen en práctica, la zona lacandona, es un claro ejemplo de las reservas protegidas en el estado de Chiapas, de las cuales muchas de las costumbres siguen siendo muy tradicionales, puesto que datan desde los inicios de sus culturas, haciendo que no utilicen los fármacos innovados y que el único método de tratar las enfermedades sea la herbolaria.

SITUACION ACTUAL DELA HERBOLARIA EN MEXICO

La herbolaria en México ha sufrido diversos cambios que han mejorado el uso de las plantas medicinales y en algunos casos también han dejado como resultado el desuso de algunas. La pluriculturalidad internacional en el país han dado como resultado, la mezcla de muchas de las culturas de otros países, así como la cultura asiática, la Europea, y otras, por lo que da como resultado la introducción de nuevas prácticas herbolarias para tratar las enfermedades, Las fuentes bibliográficas no dicen que “Según estudios botánicos modernos, más

del 50 por ciento de las plantas medicinales actualmente empleadas por los mexicanos provienen de Europa y se integraron a lo largo de toda la etapa colonial.” (Desconocido, 1998).

Sin mencionar tantas culturas, tenemos un claro ejemplo de la introducción de la herbolaria Europea a la Mexicana, a tal grado de que más del 50 por ciento de las plantas actuales, sean de origen Europeo, esto quiere decir que contando la herbaria de otras culturas en México, menos del 50 por ciento de las plantas mexicanas han estado en desuso actualmente, lo que para muchos que conservan muchas tradiciones mexicanas, esto es dato alarmante. Por ello la elaboración y concientización de las personas debe ser cada vez mayor, además se debe de rescatar plantas que tienen múltiples

“La tradición herbolaria y conocimiento tradicional de los habitantes de México contribuyeron a superar las difíciles condiciones de salud que predominaron durante la larga guerra civil y las intervenciones extranjeras en el siglo XIX. Durante el decenio de los años sesenta el nombre de México apareció con frecuencia en los reportes científicos y médicos de la investigación de plantas en el mundo, debido al gran número de especies vegetales que contienen sustancias capaces de provocar alucinaciones. La ciencia médica se interesó en conocer y estudiar el uso que las culturas indígenas de México hacen de plantas como el peyote y el ololihuiqui en sus fiestas ceremoniales y rituales. “ (Desconocido, 1998)

La herbolaria ha tenido siempre un gran impacto en la sociedad, y es que siempre ha sido utilizada cotidianamente por cada una de las personas de nuestro país, a pesar de que los conocimientos transmitidos en la utilización de las plantas para tratar las enfermedades son empíricos, han funcionado rutinariamente sin necesidad de que la persona justifique su uso científicamente.

Esto como vemos en el anterior párrafo ha llevado a los investigadores, científicos, botánicos y demás a la realización de una investigación sobre las propiedades tóxicas de cada una de las plantas que se utilizan cotidianamente. Esto debió haber sido desde hace mucho ya que hay plantas que tienen

funciones específicas, que cambian según la dosis o la forma de preparación de cada una de ellas. Lo anterior condicionaba a que algunas de las plantas con propiedades beneficiosas, se hayan dejado de usar, por el mal empleo de las mismas.

“El desarrollo tecnológico ha dado paso a nuevas metodologías y procedimientos que han modificado sustancialmente el estudio de la herbolaria y permiten visualizar el papel de los nuevos medicamentos preparados a base de plantas. La herbolaria de México, afortunadamente no está tan lejana a este notable desarrollo científico y técnico. Hoy en día diferentes Instituciones como es el caso del Instituto Mexicano del Seguro Social, algunas facultades e institutos de la Universidad Autónoma de México, y el Instituto Politécnico Nacional, entre otras, llevan a cabo investigaciones sobre la flora medicinal del país en muy variados aspectos.” (El club Planeta)

Por ello mismo resalto la gran importancia de investigaciones científicas, como evaluación de cada una de las propiedades de las plantas medicinales, y así mismo el fomento y promoción del uso de las mismas, con el fin de disminuir el uso de fármacos sintéticos, que cada vez se vuelven más necesarios e inocuos para el tratamiento de las enfermedades, esto en referencia a la farmacodependencia, tomando en cuenta que hay muchas plantas que pueden ser útiles al igual que los fármacos, y que no causan dependencia de ningún tipo, ayudando así al ser humano, contrarrestando aquellos síntomas que lo agobian y de igual manera impulsando un consumo más natural y orgánico. Aunque siempre hay que recordar que las enfermedades más crónicas o fuertes, no deben ser subestimadas, y es mejor el uso de medicamentos sintéticos, aprobados y avalados científicamente

Otro punto a rescatar sobre el uso de la herbolaria es que suele ser más barata a comparación de los fármacos sintéticos que actualmente se utilizan, ya que por el proceso de elaboración, y el capital que las empresa farmacológicas pagan por las patentes de cada uno, suele ser alto el precio en que se consigue en el mercado, por lo que las plantas medicinales pasan ser una buena opción

económica, ya que no suelen ser aparatosamente elevadas en precio económico, por lo que es de más fácil acceso para las personas de bajos recursos.

Tomando de igual manera la explotación de los suelos, es un tema bastante alarmante puesto que, como se sabe la flora y fauna del estado ha sido corrompida hasta cierto punto por el trabajo del hombre, haciendo que la vegetación y fauna hayan cambiado, siendo algunas plantas las más afectadas, esto a consecuencia de la deforestación. Por lo mismo en algunas ocasiones el encontrar plantas medicinales específicas, que suelen ser utilizadas, se ha vuelto un trabajo cada vez más difícil, que en consecuencia ha elevado los precios de las mismas y se han vuelto tan caros como algunos de los remedios sintéticos llamados fármacos. Y esto queda recalcado en una página web "Naturista el indio" de donde podemos rescatar:

"Sin embargo, la biodiversidad y la riqueza cultural que representa la herbolaria mexicana hoy se encuentra en riesgo ante el incremento de la mancha urbana, la deforestación, la sobre-explotación y contaminación del agua, situaciones que afectan su crecimiento", reiteró la funcionaria.

Destacó que "la importancia de la medicina tradicional es tal que la Organización Mundial de la Salud reconoce que es uno de los recursos de los servicios de atención primaria de salud para aumentar la disponibilidad y la asequibilidad y para contribuir al mejoramiento de los resultados sanitarios". Este organismo de Naciones Unidas exhorta a los Estados a respetar, conservar, promover y comunicar amplia y apropiadamente el conocimiento de la medicina tradicional.(Naturista "el indio")

MEDICINA TRADICIONAL EN CHIAPAS

En los años setenta de este siglo, se produjo un cambio importante en el empleo y estudio de la herbolaria en la mayor parte del mundo. Tal giro provino de la Organización Mundial de la Salud, la cual reconoció que las plantas medicinales usadas por las culturas autóctonas (llamadas medicina tradicional) desempeñaban un papel importante en la salud de muchos países. Se funda en México el instituto Mexicano para el Estudio de las plantas medicinales (imeplam). Se recuperó la bibliografía histórica sobre la materia, se crearon nuevos bancos bibliográficos respecto a la flora mexicana., se fundó el Herbario de Plantas Medicinales, colección formada con colectas de los etnobotánicos y se establecieron laboratorios de química y farmacología en el mismo (Desconocido, 1998)

Esto ayudo a que uno de los estados con mas diversidad fuera reconocido nacionalmente, ya que Chiapas, es un estado con una gran cantidad de flora silvestre y regional, por lo que muchas de las plantas medicinales o al menos un gran número de ellas, suelen encontrarse en el estado. Cada uno de los estudios y el realce de la herbolaria en México ha llevado a que cada vez, mas personas utilicen algún tipo de planta medicinal para tratar los síntomas de muchas de las enfermedades que los agobian.

“En el estado de Chiapas, al sur de México, la gran variedad de flora y la riqueza étnica propicia un extenso co-nocimiento de las plantas, base de su amplio uso como recurso y de la medicina tradicional. Allí, entre la gran variedad de flora utilizada por la población indígena y mestiza para el tratamiento de diarreas, disenterías, enteritis aguda, dolor de abdomen y tos está el cuaulote (*Guazuma ulmifolia*), conocido con diferentes nombres comunes de acuerdo con las regiones en donde se localiza. En diversos documentos se encontraron sesenta nombres, de los cuales veintinueve son de origen indígena escritos en lengua náhuatl, tzotzil, tzeltal, maya, tarasco, zapoteco, chontal, mije, tapegua, totonaca, huasteco, guarigio, mayo y popoluca; el resto son castellanizados o incluso derivados del náhuatl. Esto

denota una gran riqueza lingüística asociada a esta especie, y que es muy conocida entre la población indígena y mestiza de México. Particularmente, las etnias de Chiapas tienen un conocimiento tradicional del cuaulote que se refleja en la variedad de usos y nombres que le dan a esta planta, los tzotziles la llaman akit, los tzeltales, xu-yuy, k'olin kakaw, k'un kakaw, tzuny y tzuyui, los zoques la conocen como guácimo y cuaulote negro, mientras que la población mestiza como cuaulote y tapaculo.” (UNAM, 2019)

Recalcando lo anterior se puede ver reflejado la gran variedad de plantas del estado de Chiapas, ocupadas desde tiempo remotos por las culturas prehispánicas, que a pesar del paso del tiempo aún conservan la tradición o costumbre del uso de estas plantas, que muchos llaman milagrosas, por ello es preciso recalcar que aun sigue vigente las tradiciones culturales en muchos de los lugares de Chiapas, como por ejemplo la zona lacandona, que es una reserva privilegiadas por el gran numero de flora y fauna de la región, además de conservar ciertas características, ya que por ser una reserva protegida, el acceso de información o tecnología en el lugar es casi nulo. Por esto mismo las personas que habitan dicha región no suelen tener mucho contacto con lo que está fuera de su zona de habidad, siendo este el causal de la prevalencia de creencias y costumbres sobre el uso de la herbolaria

LA IMPOTANCIA DE LOS CURANDEROS Y HIERBEROS DENTRO DE LA MEDICINA TRADICIONAL EN CHIAPAS

Un aspecto más a considerar en cuanto a la medicina tradicional en Chiapas es el de las personas que practican y se dedican a usar la herbolaria como practica laboral y tradicional para curar enfermedades en personas que asisten a ellos para curar sus males. Esto debido a que en el estado de Chiapas aun se puede estimar en gran medida esta práctica.

La página web de “sin embargo” nos dice en uno de sus párrafos “Los curanderos o sanadores son muy reconocidos y solicitados en sus

comunidades porque muchos de ellos ya tienen décadas en servicio, y se concentran principalmente en las zonas rurales e indígenas.

Este noble oficio no necesita más que de la sabiduría que da la experiencia, además del conocimiento y uso adecuado de los recursos que proporciona la naturaleza a través de las plantas medicinales.” (SinEmbargo.mx, 2018)

Cada uno de ellos comparte conocimientos empíricos, que han aprendido con la experiencia a lo largo de sus vidas, y que también fueron enseñados por algún curandero que les compartió aquellos conocimientos. Algunas personas dan referencia a que dicha práctica se debe a un “Don” espiritual que solamente algunas personas adquieren desde el momento de su nacimiento, esto puede o no influir en la calidad de la práctica en el uso de la herbolaria según refieren.

Dichos curanderos suelen tener conocimiento de hasta 250 plantas diferente con las que curan lo males o maleficios, físico o espirituales, que los agobian según nos dice la referencia anteriormente citada, por lo que podemos decir que ellos poseen un conocimiento único, ya que utilizan únicamente hierbas que su experiencia les ha dado como beneficiosas

“La supervivencia de este tipo de médicos y de esta medicina se encuentra actualmente en riesgo no obstante que el gobierno del estado de Chiapas ha tomado varias medidas para darle legitimidad y valor entre las comunidades.” (SinEmbargo.mx, 2018). Esto como medida de prevalencia de esta práctica, en referencia a que ellos son los encargados de dar atención en las poblaciones más rurales y de difícil acceso en el Estado, puesto que en muchos de estos lugares el sector salud no tiene el acceso completo o no es posible la atención medica en esas comunidades, ya sea por el difícil acceso a ellas o por la costumbre de no gobierno en alguna de ellas, como lo es el caso de la zona zapatista, donde no permiten la entrada a personal de gobierno de ningún tipo. Esto hace que la atención a la salud en este lugar sea menos eficiente, por lo que los encargados de dar atención a la salud son los hierberos o curanderos.

Su importancia suele ser cada vez mayor, y su realce y conocimientos suelen serlo también, por lo que considerarlos patrimonio del Estado es de igual manera importante, esto encaminado a preservar a cada uno de los mismos y evitar perder las costumbres y conocimientos heredados de generación en generación de estos a los que llaman curanderos.

CAPITULO III: FARMACODINAMIA Y FARMACOCINETICA

“La Farmacología es una ciencia que utiliza fundamentalmente la observación y la experimentación con el fin de analizar la acción de los principios activos provenientes de productos vegetales o sintéticos sobre los organismos vivos, recurriendo a las técnicas habituales de la física, química, fisiológica y clínica.”(Soler Cano, macias bestard, & dranguet olivero, 2005)

Los experimentos farmacológicos pueden ser cualitativos y cuantitativos, los primeros para demostrar la actividad o efecto existente y los segundos para determinar la concentración ideal a la que se produce el mejor efecto.

El uso de las plantas como tratamiento alternativo de algunas enfermedades más comunes se ha hecho una práctica muy común ya que durante los últimos años ha aumentado significativamente.

El uso de las plantas suele usarse para síntomas leves o pasajeros y en ocasiones como tratamiento preventivo, al igual que personas usan las plantas como en dolencias crónicas y de mayor importancia, (diabetes, cáncer o hipertensión)

LAS PLANTAS COMO TERAPIA FARMACOLÓGICA.

“La fitofarmacología es la rama de la farmacología que se orienta al estudio de los extractos estandarizados de plantas medicinales. Sostiene que la acción médica de una planta viene determinada de forma exclusiva por sus contribuyentes activos.(perez rubio & hernandez chavez, 2011)”

Los fitofármacos son medicamentos cuya sustancia activa contiene el extracto de una determinada planta, a diferencia de un fármaco químico que proviene de una molécula químicamente sintetizada.

Desgraciadamente son pocos los conocimientos de principios activos de origen vegetal, en algunas plantas que ya han sido rigurosamente analizados ya se conocen los principios activos y contraindicaciones.

La mayoría de plantas como lo es la canela, ruda entre otras plantas sus usos más frecuentes se basan simplemente en la tradición, de manera que por la historia que han tenido estas plantas se refiere a que son seguras en su uso.

Efectos no deseables de las plantas medicinales

A pesar de que la mayoría de las personas que utilizan las plantas como tratamientos medicinales son inocuas y que no producen efectos adversos, ya que creen que por ser naturales y están avaladas por su uso tradicional, se han encontrado que su uso puede ocasionar problemas como, la intoxicación, confusión de las plantas, o en algunas plantas contaminadas por pesticidas.

Las interacciones con plantas medicinales pueden ser más complejas que con medicamentos, ya que al ingerir alguna planta cambia la dosificación por lo que suelen aumentarle o disminuir la cantidad de su uso a manera propia y dependiendo de la sintomatología que presente, a comparación de un medicamento prescrito por un médico.

INTERACCIONES CON PLANTAS MEDICINALES.

Una interacción farmacológica es el efecto que tiene un fármaco sobre otro cuando se administran juntos a un mismo individuo y que desencadena una variación cualitativa o cuantitativa de los efectos del primero. (Plantas medicinales, offarm 2015)

En algunas ocasiones las plantas medicinales suelen interaccionar con medicamentos farmacológicos y como tal pueden responder a la farmacodinamia, farmacocinética o a ambos.

Las farmacodinamias pueden causar una potenciación de la actividad y de los efectos tóxicos, o un antagonismo y disminución de la respuesta farmacológica.

El conocimiento de la farmacología de la planta y del medicamento implicado normalmente permite predecir las interacciones farmacodinámicas, aunque no su importancia clínica. Así, por ejemplo, es posible prever que el consumo de plantas que tengan la misma actividad terapéutica que un medicamento potenciarán los efectos del mismo. Sin embargo, las interacciones farmacocinéticas, aunque más frecuentes que las anteriores, no se pueden predecir con facilidad. Se pueden producir sobre el proceso de absorción, distribución, metabolismo o excreción del medicamento.

Cuando la interacción farmacocinética afecta a la distribución, suele deberse a la competición de los principios activos por el sitio de unión a las proteínas plasmáticas.

Las plantas actúan de manera muy diferente en cada persona ya que algunas de ellas producen un efecto placebo, las plantas pueden ser de un tratamiento de elección en algunas patologías pero sin dejar a un lado los efectos adversos que puede producir esta.

Las plantas pueden producir un efecto de intoxicación por lo cual hay que tener cuidado en el uso de ellas.

La interacción en el uso de las plantas debe ser el correcto, para poder evitar y prevenir alguna complicación en la salud, el conocer la base histórica de dichas plantas le ayudara a utilizarla de manera correcta, ya que las plantas tienen diferentes métodos de empleo, ejemplo: piel, tés, untables, bebibles, aromatizante, etc.

Al igual que cada planta tiene su parte activa y curativa en diferentes partes de la misma, como lo puede ser la raíz, las hojas, el tallo, la flor, etc. Las plantas tienen un uso muy efectivo, sabiéndolas usar.

La efectividad de las plantas una vez cosechadas depende del modo de prepararlas; no es igual una infusión a un cocimiento, porque del tiempo de exposición a altas temperaturas de una parte o partes vegetales dependerá la pérdida o conservación de sus principios activos.

Los profesionales de la salud, deberían tener un conocimiento amplio al uso de la herbolaria, ya que se podría emplear como un tratamiento preventivo de enfermedades comunes, evitar complicaciones para enfermedades persistentes y apoyo en tratamiento farmacológico.

Según el criterio de expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) los medicamentos herbarios o fitomedicamentos se definen como: “productos medicinales acabados y etiquetados cuyos ingredientes activos están formados por partes aéreas o subterráneas de plantas u otro material vegetal, o combinaciones de éstos, en estado bruto o en forma de preparaciones vegetales. Por material vegetal se entienden: jugos, resinas, aceites vegetales y cualquier otra sustancia de naturaleza semejante, estos pueden contener excipiente además de los ingredientes activos.”

METODOS PARA EL ESTUDIO DE PLANTAS MEDICINALES

En Farmacología existe una gran variedad de métodos que se utilizan en el estudio de plantas medicinales. Se puede mencionar dos clases importantes de estos:

1.- En órgano o tejido aislado, denominados también estudios in vitro. Ejemplos:

- Experimentos en músculo liso intestinal: íleon de *Cavia porcellus*, íleon de *Rattusrattus* y yeyuno de *Oryctolaguscuniculus*; los cuales son utilizados para medir el movimiento o reflejo peristáltico. En estos experimentos se pueden utilizar sustancias patrones contracturantes como acetilcolina, histamina y cloruro de bario y relajantes como atropina, antihistamínicos, adrenérgicos y otros.
- Experimentos en músculo cardíaco: aurícula aislada de *Cavia porcellus* o *Oryctolaguscuniculus*, corazón aislado o perfundido de *Buffusspinolosus* y *O. cuniculus*, utilizados para evaluar ritmo cardíaco y trabajo de corazón.

- Experimentos en músculo esquelético: preparaciones en nervio frénico diafragmático de *Rattusrattus*, útiles para ensayar agentes bloqueadores neuromusculares y drogas que afectan la unión neuromuscular; músculo abdominal recto de *Buffusspinolosus*, para demostrar la hidrólisis de acetilcolina por la colinesterasa y para demostrar las acciones de compuestos como ésteres de colina y otros; también para diferenciar el modo de acción de algunos agentes bloqueadores neuromusculares; músculo gastrocnémico de *B. spinolosus*, para evaluar sustancias relajantes y contracturantes musculares.
- Experimentos en tejido uterino: útero de *Rattusrattus* y de *Cavia porcellus*, para determinar el comportamiento del tejido uterino frente a determinadas sustancia estimulantes como oxitocina, ergotamina, prostaglandinas o relajantes como salbutamol y ritodrina.
- Experimentos en tejido traqueal: cadena traqueal de *Cavia porcellus*, para determinar el comportamiento del tejido traqueal frente a determinadas sustancia broncodilatadoras tales como salbutamol, teofilina y otros; o broncoconstrictoras como acetilcolina, histamina y leucotrienos.
- Otros tejidos: nervio ciático de *Buffusspinolosus*, vesícula seminal de *Rattusrattus*, vaso deferente de *Cavia porcellus*, y otros.
- Estudios de actividad antimicrobiana, antimicótica, antiviral y antiparasitaria que pueden realizarse utilizando diversas técnicas *in vitro* y con un sinnúmero de agentes patógenos, en los cuales se analiza no sólo actividad sino también concentración mínima inhibitoria.
- Acción sobre radicales libres: en las que existe un alto número de técnicas para la generación de radicales libres en diversos tejidos (microsomas hepáticos, eritrocitos, leucocitos, tejido cerebral).

2.- Estudios "in vivo", denominados así a todos aquellos en que se utiliza el animal completo, sin quitarle la vida. Las ventajas de estos estudios en relación a los de órgano aislado son:

a) La respuesta es global, es decir, no responde un solo sistema u órgano, sino el organismo como un todo.

b) Permite cuantificar dosis con mayor precisión ya que la sustancia está sometida a todo el proceso ADME (Absorción, Distribución, Metabolismo y Excreción).

c) Se pueden observar reacciones adversas inmediatas, sobre todo aquellas de comportamiento u observables a los sentidos.

d) Posibilita detectar efectos adversos mediatos y endógenos mediante técnicas auxiliares.

e) Permite evaluar diversos parámetros y sistemas al mismo tiempo.

Presenta también algunas desventajas y limitantes, entre ellas se puede mencionar:

a) Requieren mayor presupuesto.

b) Requieren ambiente especial para mantener los animales y personal auxiliar para atenderlos.

c) La sociedad protectora de los animales y algunas disposiciones gubernamentales que restringen el uso de animales para experimentación.

“Quizá uno de los problemas a los que tradicionalmente se ha enfrentado el sector de los herbolarios y la medicina natural sea, precisamente, negar su realidad y su encuadre directo como “alternativa terapéutica”, con evidente intención de descrédito. Por tanto, un amplio conocimiento del sector es imprescindible para alejar esa imagen, así como para conocer las motivaciones de cada uno de los integrantes del mismo, particularmente los usuarios finales de los herbolarios.(HERNANDO PERTIERRA, 2007)”

Estudios de plantas medicinales con toxicidad comprobada:

- Pruebas de toxicidad sistémica. Se refiere a alteración de la fisiología, anatomía (macro o microscópica) o química clínica (incluyendo hematología)

que resulta de cambios patológicos en cualquier órgano distante del sitio en el cual se ha administrado un medicamento herbario. Las pruebas de toxicidad aguda ayudan a determinar las manifestaciones tóxicas de la prueba de la sustancia que ocurren cuando se expone a los animales a una o más dosis dentro de un período de 24 horas. Las pruebas de toxicidad de largo plazo ayudan a determinar las reacciones tóxicas cuando los animales son expuestos a un tratamiento prolongado. Se realizan observaciones periódicas durante la administración continua de la droga y, luego, a intervalos después que la droga ha sido retirada para determinar si tal patología es reversible.

- Las pruebas de toxicidad local. Se hacen para determinar la irritación local y/o la absorción sistémica de una medicina herbal usada para aplicaciones locales (tales como inhalantes respiratorios, drogas aplicadas a piel o mucosa). Los requerimientos regulatorios para las pruebas de toxicidad especial varían entre los estados miembros de la OMS. Para medicamentos herbarios que contienen hierbas usadas comúnmente que han sido usadas clínicamente por largo período de tiempo, algunos países pueden no requerir pruebas especiales. Las pruebas de mutagenicidad, sin embargo, son requeridas comúnmente. Si se contemplara cualquier desviación del uso tradicional (tal como un nuevo uso, nueva preparación, nueva ruta de administración o administración más prolongada), las pruebas de toxicidad adicional tales como carcinogenicidad, teratogenicidad y estudios de la reproducción pueden recomendarse.

Durante el paso de los años la ciencia y la medicina han ido adquiriendo nuevos conocimientos de diversas plantas aunque, la mayoría de las personas en ciudades mayor desarrolladas han concluido en el miedo del uso de las herbolarias, sin embargo la OMS cada año hace un gran descubrimiento de plantas medicinales las cuales son publicadas y a medida del tiempo se van utilizando con medicamentos ya patentados.

PREPARADOS DE PLANTAS MEDICINALES

La efectividad de las plantas una vez cosechadas depende del modo de prepararlas; no es igual una infusión a un cocimiento, porque del tiempo de exposición a altas temperaturas de una parte o partes vegetales dependerá la pérdida o conservación de sus principios activos.

En forma similar a los medicamentos químicos, los preparados con plantas medicinales pueden ser administrados por vía oral, vía tópica (a través de la mucosa oral), vía local a través de la piel o por vía inhalatoria.

En la mayor parte de casos la planta es empleada en forma seca, lo que posibilita contar en cualquier momento con el insumo.

De administración oral

Infuso (tisana): Es un preparado en el que se extrae los principios medicinales de una planta mediante agua hirviendo o muy caliente. Se prepara vertiendo agua caliente en la cantidad indicada para cada caso al recipiente que contiene la droga (parte de la planta a utilizar) y dejándola reposar, tapado, durante 10 a 15 minutos.

Cocimiento (decocción): Es un preparado en el que se extrae los principios medicinales de una planta mediante agua a temperatura de ebullición. El tiempo de cocción será de 15 a 20 minutos si se trata de flores, hojas o raíces tiernas, y de 30 a 40 minutos, si se trata de raíces duras leñosas o cortezas.

Macerado Consiste en tener en contacto prolongado la droga con un líquido frío o caliente (agua, vino, vinagre, aceite, alcohol, éter). Una maceración en agua fría se obtiene vertiendo sobre determinada porción de la planta, una cantidad adecuada de agua y dejándola reposar de 12 a 24 horas. Las maceraciones en vino se preparan de manera similar pero se deja reposar durante 10 a 15 días. Se recomienda que el vino sea tinto si las propiedades de la planta son astringentes y vino blanco cuando son diuréticas.

Extracto crudo: Es la obtención del extracto sin hacer uso de solventes y a temperatura ambiente. Se puede utilizar extractor eléctrico o rallador; el extracto obtenido debe ser filtrado.

Extracto fluido: Se obtiene por la extracción de los principios activos de las diferentes partes de la planta con alcohol, manteniendo una relación constante entre el peso de la droga y el extracto (1 cm³ de extracto fluido corresponde a 1 g de droga).

Extracto alcohólico: Se obtiene de dos maneras: 1ro. El zumo exprimido de la planta se añade a la misma cantidad en peso de alcohol de 90 °, y se deja reposar durante varios días. Se hierve y se filtra. Se conserva en botella oscura con cuentagotas. 2do. Una cantidad de la planta fresca con igual peso de alcohol de 95 ° se pone en maceración de 8 a 15 días y transcurrido el tiempo se filtra y se conserva de igual manera. Los extractos alcohólicos se administran por gotas.

Jarabe: Se obtiene disolviendo 180 g de azúcar en 100 ml de agua. A este jarabe se le añade los principios activos en forma de infusión, cocimiento, maceración o zumo.

Tintura: Son soluciones hidroalcohólicas. Se obtiene macerando en alcohol, de adecuada graduación, una cantidad de planta seca y desmenuzada (lo usual es que el peso de la planta sea el 20 % del peso del alcohol), durante el tiempo suficiente para permitir que los principios activos pasen de la planta al alcohol. Después se filtra y se añade alcohol de la misma graduación hasta llegar al peso inicial.

Zumo: Es la parte líquida de un vegetal fresco. Se obtiene mediante la presión o estrujamiento de partes vegetales frescas. Se conserva poco tiempo y en refrigeración en recipientes de vidrio. En esta forma se emplea aquellas plantas que pueden perder parte o toda su actividad medicinal con el secado.

Aceite medicinal: Se prepara disolviendo los principios activos de la planta en aceite. Generalmente de oliva.

Esencia: Llamado también aceite esencial o volátil, es de olor intenso, se extrae de las plantas por diversos procedimientos como por ejemplo mediante arrastre de vapor de agua. Requiere procedimientos de laboratorio.

De administración tópica en la mucosa oral

Gargarismos, colutorios: Líquido empleado para gárgaras que consiste en mantener el líquido en la garganta y agitarlo por la contracción del velo del paladar y la acción del aire espirado. Se utilizan las infusiones o cocimientos mezclados con glicerina (1:1).

De administración local en la piel

Cataplasma: Preparado que se obtiene machacando una o varias partes de plantas frescas hasta formar una masa blanda, muchas veces adicionando polvos o harinas u otros elementos, especialmente aplicadas en las inflamaciones superficiales de la piel. Generalmente se prepara en caliente y pocas veces en frío.

Emplasto: Preparado a base de sustancias reblandecidas por el calor y luego esparcidas sobre un paño para ser aplicado.

Pomada o unguento: Preparación blanda de uso externo compuesta de uno o más extractos vegetales mezclados con grasa animal o vaselina.

De administración por vía inhalatoria

Inhalaciones: Consiste en aspirar el vapor procedente de la infusión o conocimiento de plantas medicinales o aspirar el aroma restregando plantas aromáticas o también de las maceradas en alcohol.

Baños: Consiste en la inmersión total o parcial del cuerpo en un medio líquido o gaseoso con fines terapéuticos. Una vez probados científicamente los efectos terapéuticos de un producto natural es esencial el conocimiento de los criterios que van a permitir su posterior aplicación clínica.

Hasta el día de hoy los profesionales se registran para poder utilizar la herbolaria como tratamiento.

El hablar de farmacología en plantas es un ámbito muy complicado debido a que cada planta tiene sus partes activas en diferentes lugares de la planta por lo cual uno de los métodos más usados por los médicos es no recetarlas como tratamiento principal, pero dichas personas que no pueden acudir a un médico, acuden al uso de la herbolaria y uno de los efectos principales de las plantas son las siguientes:

1. Antipirético: se utilizan para disminuir la temperatura de un paciente ya sea en te o tópicos.
2. personas que conocen del tema refieren que el uso del te es hirviendo diversas plantas y beber el agua. Y en tópicos realizar lavados de pies.
3. Antigripales: algunas plantas mezcladas con otras sugieren la mejora como antigripal.
4. Dolores menstruales: en mujeres este es uno de los usos más comunes ya que durante la menstruación tienden a tener cólicos y con un te pueden controlarse.

Pudiéramos nombrar muchísimos más beneficios farmacológicos de las plantas sin embargo todo lo que se pueda ingerir tiene que ser totalmente adecuado ya que puede ser un riesgo para la vida si la práctica se realiza mal.

Existen problemas de estandarización de principios activos en los preparados de plantas medicinales. Incluso cuando se intenta asegurar un contenido mínimo o máximo de determinada sustancia activa, no se sabe en qué proporción esa sustancia u otras contenidas en la planta son las responsables de los efectos. Así, después de estandarizar los preparados de hipérico en función de su contenido en hipericina y de haber realizado ensayos clínicos con dichos productos, ha resultado ser otra sustancia, la hiperforina, a la que se atribuye mayor potencia como inhibidora de la

recaptación de serotonina, actividad farmacológica que parece ser la responsable del efecto antidepresivo del hipérico.

Existen interacciones potenciales basadas en el conocimiento de la farmacodinamia del producto y la aplicación de principios básicos de la farmacología. Así, todas las plantas que poseen efecto laxante por aumentar el bolo intestinal (sen, cáscara sagrada, plantagoovata, fragula, anís verde,...) podrían disminuir la absorción de determinados medicamentos (calcio, hierro, litio, digoxina y anticoagulantes orales). En aquellos productos con una actividad farmacológica identificada son posibles las interacciones debidas al efecto aditivo de plantas con medicamentos habituales, como por ejemplo los productos con efecto antiagreganteplaquetar o los hipoglucemiantes.

Este consumo frecuente choca con el escaso conocimiento que sobre el mismo tienen los profesionales sanitarios responsables de la atención del paciente. En el estudio de Puerta de Hierro, el consumo de plantas medicinales no se reflejaba en ninguna de las historias clínicas de los pacientes, a pesar de estar teniendo lugar algunas de ellas incluso durante el ingreso hospitalario. El creciente consumo de plantas medicinales, los riesgos e incertidumbres acerca de sus efectos farmacológicos y el riesgo de interacciones conocidas o desconocidas con los medicamentos habituales deben hacer cambiar nuestra mentalidad sobre el modo de registrar el consumo de estos productos en la historia clínica y la consideración de estos productos como posibles causas de efectos indeseables o interacciones.

Debido al uso de las plantas la OMS hace un estudio en el cual el 80% de las personas utilizan plantas medicinales, la cual utilizan las plantas como tratamiento primario a enfermedades más comunes.

Existen muchos métodos por los cuales se podría decir que las plantas son mejores que las medicinas convencionales pero la disposición de cada persona cuenta en la economía de cada uno de ellas.

Las plantas son usadas en tiempos pasados, deberíamos utilizarlas igual con su debida dosificación y método correcto de aplicación.

CAPITULO IV: ENFERMEDADES COMUNES Y PRINCIPALES PLANTAS

Las enfermedades más comunes que se pueden presentar en el ser humano a veces son terribles para la salud de ellos y frágiles, el cuerpo humano está preparado para afrontar situaciones en enfermedades como un dolor de cabeza, dolor articular o en casos una gripa común pro cabe mencionar que también es vulnerable a agentes externos y a sus mecanismos biológicos, debido a esto la salud es tan importante siendo así que no todos estamos sanos como tal cual quisiéramos estarlo

El número de enfermedades no tienen un número por lo que hay un sinfín de enfermedades que podemos padecer desde los más pequeños hasta adultos, con el paso de los años la medicina ha tenido un crecimiento muchos de ellos para establecer alguna enfermedad, para sanar y curar de cierta manera para así poder estar de nuevos sanos y asiendo lo rutinario en casa ser viviente

Para muchas de las enfermedades que se creían que serían mortales en un tiempo atrás u antiguo hoy en día no es así tiene cura gracias a la ciencia pero también con el paso del tiempo quizá los antepasados descubrieron através de las plantas con cuál de ellos podía ser efectiva para que esas enfermedades no solieran ser mortales y tener una cura ora la humanidad

La medicina tradicional ha tenido un papel muy importante ya que esta se basa en un tratamiento de hierbas, pantas, raíces, entre otras es una técnica y una práctica fundamentada por el ser humano, al igual que es una creencia y experiencias propias de diferentes culturas, y que se utilizan para mantener la salud, tanto física como mental

La enfermedad se refiere a la anormalidad en la estructura de la función del órgano o sistema de órganos, Es la forma en que los practicantes de la medicina oficial interpretan un problema de salud. El padecimiento es la experiencia subjetiva de los síntomas y del sufrimiento, es decir, cómo la persona enferma los presenta, qué perciben los miembros de su familia o de la

comunidad, cómo viven y reaccionan frente a los síntomas y a las incapacidades que estos generan

Gracias a los síntomas que presenta la persona pueden saber que planta le haría bien un dolor de estómago entre otras más gracias a ello la medicina tradicional es conocida hoy en día como una de las principales formas importantes gracias a ellos conocemos ahora los fármacos derivados de ellos por su acción en la curación de las enfermedades que hay más comunes

Actualmente la medicina tradicional está siendo utilizada ampliamente y se está extendiendo rápidamente en muchos países, sin embargo las instancias normativas y los profesionales de la salud están afrontando cuestiones relativas a la seguridad, eficacia, calidad, disponibilidad, preservación y reglamentación de la medicina complementaria

Es por ello que la organización mundial de la salud (OMS) claramente efectúa la práctica de ello en todo el mundo que va enfocado a poder ayudar a los países con bajos recursos y así ayudarse con la medicina tradicional que bien sabe que ayuda demasiado por el fuerte contenido que tiene las plantas para la salud y el bienestar, podemos encontrar muchísimas plantas curativas como bien decíamos hay un sinfín

Podemos encontrar una amplia gama de “especialistas” considerados terapeutas tradicionales, entre los cuales se encuentran los curanderos, yerberos, sobadores, rezadores, hechiceros, parteras etc., todos ellos además de utilizar la herbolaria realizan ceremonias o rituales con un alto contenido de simbolismos curativos, así mismo la utilización de recursos animales como huevos, leche o miel, productos que se emplean para lograr la curación del enfermo y aliviar sus malestares. En general, pero hay otras hierbas o productos de ellos los cuales pueden utilizar

El tipo de enfermedades que conlleva el ser humano es muy amplio en eso ya que por lo cual se distingue gracias a los parámetros que se pueden clasificar por medio del órgano que sientas la molestia o alguna zona de su cuerpo o el

malestar que genera la patología esto también depende a si tiene o no tiene cura o por la rápida capacidad de contagia que hay de persona a persona

También se puede clasificar por el modo contrajo la enfermedad o por si es hereditario de este modo se puede saber la forma en que lo padece o por ya sea comido o se haya accidentado por ello la medicina indígena o tradicional es reconocida, un entendimiento de las causas de enfermedades que toma en cuenta mecanismos que rompen equilibrio del cuerpo derivados del comportamiento individual y de las relaciones sociales, ambientales y espirituales así otras como los desórdenes alimenticios

La medicina tradicional constituye un elemento básico de afirmación cultural por lo que los establecimientos de los sistemas pluriculturales de salud se ha convertido en una demanda de los pueblos indígenas para recibir los tratamientos adecuados hasta la fecha, así mismo como practica de atención de salud las terapias tradicionales reconocidos por sus pueblos indígenas o ya sea por enseñanzas, la salud y enfermedad como estados de equilibrio y desequilibrios entre distintos factores derivados del comportamiento individual en la medicina tradicional los procesos terapéuticos son restablecimientos de la fuerza vital se utiliza a través de la limpia al que llaman el recogimiento del espíritu y del llamado de la sombra

La herbolaria que a través de las plantas ya sean frías o calientes y plantas que según movilizan el viento el uso también es importante de minerales y animales, los masajes que son para acomodar, fricción o pellizcamientos entre otros para aso aliviar síntomas del cuerpo y expulsar los males que está presente conforme a esto ellos pueden regresar si sienten algún alivio de ello el día que sea necesario o el practicante le dice el día que tiene de nuevo que presentarse

Entonces por qué nos enfermamos es una pregunta que nos hacemos de vez en cuando que según ellos dice que la enfermedad es la consecuencia de alguna ruptura y de un desequilibrio que es provocado por tanto a nivel interno como a nivel externo ya sea por diversos elementos que pueden tener origen ya sea del cuerpo ,mentalmente o espiritualmente

El curandero moderno El cuerpo es la sede material que aloja el espíritu y al alma, en el cerebro y en la columna vertebral respectivamente, la movilidad es una cualidad compartida por el cuerpo y el alma, lo que contrasta con lo estático del espíritu. De naturaleza visible, el cuerpo es considerado como el escenario donde fuerzas o elementos externos no visibles entran en relaciones contradictorias con el alma y el espíritu

En el alma como consecuencia de las alteraciones corporales y en el espíritu como producto de su debilidad. Puede existir la posibilidad de que otro u otros espíritus ajenos se apoderen del cuerpo y lo posean temporalmente, sin embargo ni alma ni espíritu pueden ser objeto de posesión o atrapamiento por aquellos. En estos términos, el cuerpo solo es un vehículo ocupado por el espíritu propio y en condiciones anormales por uno o varios espíritus.

La enfermedad es percibida como parte del proceso vital. Como una acompañante indeseable pero en ocasiones necesaria. No deseable porque se vincula con la tristeza y a veces con la pérdida física del individuo, pero necesaria porque se puede asociar con la expulsión de elementos potencialmente dañinos o bien con el pago de un karma. La enfermedad constituye una señal de aviso que indica disfuncionalidad del todo, del organismo como unidad, cuerpo, alma y espíritu. Las enfermedades se clasifican como comunes, raras

ENFERMEDADES COMUNES Y PLANTAS PARA ESTAS ENFERMEDADES

Las enfermedades más comunes y raras a la vez debido a que no estamos acostumbrados a saber de ellos hasta que podemos ir con algún practicante y nos diga y explique de qué se trata que ello corresponde a las tradicionales esto

es un acceso para el curandero para así identificar de curar y controlar estas dichas enfermedades en el sentido religioso las enfermedades contribuyen a un castigo divino de los tiempos por obrar de mala manera o entre otros aspectos

ENFERMEDAD DIGESTIVA

Mal de ojo: afecta principalmente a los niños menos de 3 años pero también afecta en adultos pero en niños son más propensos a padecer del mal de ojo que es provocada por una persona que es fe una mirada intensa fuerte esta son causas de atención de la salud reconocidas en México especialmente reconocidos por los habitantes de zonas rurales y por los médicos tradicionales

Estas condiciones son consideradas síndromes ligados a la cultura en los que se presenta un estado de intranquilidad caracterizado por ansiedad, depresión, insomnio y pérdida del apetito, además de otros síntomas como fiebre, vómito y diarrea. Las plantas medicinales son el recurso terapéutico de elección para atender estas afecciones, con este fin, se emplean preparados herbolarios con distintas especies y se aplican de manera diversa: por administración interna, vía oral y rectal, o de forma externa mediante limpias, baños, masajes, frotaciones, aspersiones y sahumeros.

Los síntomas también pueden ser gastroenteritis probablemente infecciosa las plantas que se utilizan de forma externa para el tratamiento del mal de ojo y el susto. Las especies más frecuentemente mencionadas y con antecedentes las plantas que son utilizadas para esta enfermedad y que en las zonas rurales utilizan son la albaca, el epazote el famoso pericón, romero, ruda y el pirúl que es lo que más se utiliza algunas plantas se conocen pero otras no se saben ni cuáles son y se desconocen de donde se podrían conseguir cierta planta alternativa

Empacho seco: esta enfermedad es una afección gastrointestinal que es manifestado por la indigestión los síntomas son vómito, falta de apetito diarrea y estreñimiento Para curarlo se recurre a remedios a base de hierbas, así como el uso de aceites y masajes en la zona abdominal. Además de la causa más común que es comer de más, también puedes sufrir de eso por lo siguientes:

- ✚ Comer demasiado deprisa.
- ✚ Comer alimentos muy grasos.
- ✚ Comer en movimiento.
- ✚ Comer al mismo tiempo que se fuma.
- ✚ Ingerir alimentos con exceso de alcohol, o de estimulantes tipo cafeína o picantes.
- ✚ Comer con ansiedad o estrés

Este empacho se puede curar solo dejando que pase el tiempo y que el estómago realice la digestión aun que los síntomas no son agradables y seguirán ahí sintiendo la molestia de tal manera que con el paso de los días se quite o se desvanezca solo , el tratamiento de esta enfermedad son :

Las infusiones: para desalojar y limpiar el tubo digestivo, se emplean infusiones con un efecto purgante, laxante, calmante y digestivo. Entre ellas están las de hierbabuena, rosa de castilla, manzanilla y canela que son las plantas más adecuadas para esta patología

La acupuntura también es un tratamiento para ello ya que se ubica la región en la cual tiene demasiado dolor y los puntos estratégicos del meridiano de la vejiga. Dichos puntos son estimulados para tratar el empacho y la hinchazón abdominal el bicarbonato de limón se mezcla un vaso de limón con una cucharadita de bicarbonato de esta manera los ácidos del estómago y el empacho se disolverá, al igual las semillas de cilantro que de la misma manera se mezcla en un vaso de leche y beberlo puede ser un buen remedio para las indigestiones que producen el empacho.

Caída de la mollera: es un signo característico de una severa deshidratación en menos de un año puede ser un hundimiento una caída de la fontanela usualmente eso es acompañada de diarrea fiebre y vomito en cuyo caso es una manifestación de una gastroenteritis probablemente infecciosa la caída de la mollera es muy común en pueblos indígenas o en las comunidades la mayoría afecta a los bebés que ellos manifiestan estos síntomas por medio del llanto.

El bebé no tiene el mismo apetito que solía tener sin embargo son la mayoría de los síntomas estos pueden variar en casos como no en todas las veces pueden presentar fiebre y esto solo es en los bebés ya que en adultos no se presenta esta enfermedad o problema así pues porque a los bebés se les cae la mollera son las siguientes:

- ✚ él bebé se lastima en una caída el golpe fue en la cabeza
- ✚ se golpeó la cabeza
- ✚ se detiene al bebé inadecuadamente
- ✚ se retira muy rápido el biberón de la boca cuando el niño se está alimentando

Tratamiento: la mollera caída se trata yendo con un curandero o chaman ya que ellos saben cómo poder estos pueden ser hombres o mujeres se encargan de mejorar el malestar por medio de diferentes técnicas el enfoque es de levantar la mollera empujar el paladar hacia arriba para poder levantar la mollera; esto es hecho aplicando agua o aceite de olivo en los dedos para empujar el paladar con ellos

Él bebe se pone boca bajo y se detiene de los pies; se le palmean los pies levemente hacia abajo, Estos son algunos de las técnicas usadas para mejorar la mollera caída. Normalmente se hace el tratamiento por tres días. La técnica es usada los tres días. Si no se hace por tres días, la mollera caída puede que no esté completamente sanada.

INESPECÍFICOS

Aire: se atribuye a la acción de una entidad nociva exterior no siempre física ósea aire que se penetra o adhiere a una parte del cuerpo en la mayoría de los casos se refiere a trastornos cutáneos, respiratorios o musculares también se puede ser conocido como el mal del aire

El mal de aire se contrae cuando las personas caminan por lugares pesados, donde hay maldad cuando se está en contacto con un difunto, o al pasar por un lugar donde ha sido asesinada alguna persona. Los lugares malos o solitarios se hacen particularmente peligrosos a ciertas horas: las 12 de la noche, El aire con esas características malignas entra al cuerpo del sujeto que transita por allí y lo enferma. Es un mal considerado como de intrusión.

Los síntomas son que las personas se sienten mal de repente le comienza un dolor en forma de punzadas en alguna parte, generalmente en la cabeza y en el cuerpo. Se siente débil y con escalofríos sus evacuaciones son espumosas diarreicas, sus señales son de que si presenta diarrea espumosa puede ser esta enfermedad, la vía de diagnóstico:

- ✚ El terapeuta palpa con el dedo pulgar en los distintos sitios de pulso del brazo del enfermo, si nota un brinco fuerte y anormal significa que existe mal de aire, pues este se manifiesta en la sangre con un salto inusual.

- ✚ Limpia con huevo: el terapeuta pasa el huevo por el cuerpo del paciente por unos cinco minutos; después el huevo se vacía en un vaso con agua, si en la clara aparecen unas formaciones opacas, como gergajo, quiere decir que el sujeto tiene un “aire malo

El tratamiento de ello consiste en realizar limpiezas. Suele tratarse por medio de hierbas directamente barridas en la persona pero también que purifiquen el ambiente como la sahumada o la soplada; en ocasiones también acompañada con baños o ingesta de té así como también limpiar con ramos. Se “barre” todo el cuerpo del enfermo con un ramo formado por tallos de plantas olorosas; se inicia por la cabeza y termina en los pies. Para este suelen emplearse el pirul, albahaca, romero, mirto, ruda, alcanfor, zomiate, tacoyo, hinojo, estafiate y granada.

Daño o brujería: se conoce como brujería o mal puesto es una creencia cultural sobre la brujería manifiesta en la voluntad de producir molestias, enfermar, lesionar, dañar a una persona víctima de procedimientos que pueden ser naturales o sobrenaturales. Síndrome cultural. Son prácticas mágicas. La brujería está asociada a la creencia en el Diablo o en demonios, ya que la práctica se asocia con hechizos que buscan causar el mal. Existe la magia blanca y la magia negra que la blanca es hacer el bien a las personas mientras la negra se encarga de lo contrario a lo bueno. Las prácticas de la brujería son similares a las acciones que realizan los magos, los hechiceros y los chamanes, ya que todas implican algún tipo de lógica que escapa a lo que se considera normal o natural.

En el mundo actual, la brujería considerada como una práctica capaz de incidir en la realidad es algo marginal. En cambio, estos fenómenos aparecen con frecuencia en la cultura popular a través de series de televisión, historietas, libros o películas. La brujería tiene un tratamiento que consta de los siguientes:

- ✚ Herbolario y tratamiento durante 60 días

✚ 12 noches en imán

✚ Amuleto para la salud

OTRAS ENFERMEDADES COMUNES

Los pies rajados: esto pasan mucho en las comunidades que por bajos recursos ellos no están acostumbrados a utilizar algún calzado y caminan descalzos para ello se emplea el romero también esta planta se puede tomar con chocolate para los gases excesivos o para las mujeres que estén en trabajo de parto o tiene dolores

Dolor de cuello .cabello y otros dolores: se utiliza el betabel para el ciclo de la menstruación en dolores intensos para las varices esto se toma para que las varices no haga una ulcera o llega hacer un cáncer se toma por 40 días

Algodoncillo: cosa blanca que les sale en la lengua o boca a los bebes de 3 a 6 meces y tienen que estar checándolos se utiliza el piñon el procedimiento es de 3 semillas de piñon tostada lo machacan y 7 ramitos de epazotes

Susto: se considera como susto a las causas de atención a la salud reconocidas en México especialmente por los habitantes de las zonas rurales y por los médicos tradicionales. Estas condiciones son consideradas síndromes ligados a la cultura en los que se presenta un estado de intranquilidad caracterizado por ansiedad, depresión, insomnio y pérdida del apetito, además de otros síntomas como fiebre, vómito y diarrea

Las plantas medicinales son el recurso terapéutico de elección para atender estas afecciones, con este fin, se emplean preparados herbolarios con distintas especies y se aplican de manera diversa: por administración interna, vía oral y

rectal, o de forma externa mediante limpias, baños, masajes, frotaciones, aspersiones y sahumeros. El susto, lo desencadena una fuerte y repentina impresión, un episodio traumático que amenaza la integridad física y emocional del individuo, es el caso de encuentros peligrosos e inesperados con animales, objetos inanimados o alguna entidad sobrenatural, o bien, por sufrir una caída, un accidente, vivir situaciones violentas, desastres naturales o pesadillas.

Aunque los cuadros sintomáticos son heterogéneos, generalmente se menciona que el enfermo sufre la “pérdida del alma” lo que se traduce en debilidad, ausencia del apetito, pérdida de peso, desinterés en el trabajo, en la sexualidad, en la vida, genera tristeza, depresión, apatía, insomnio y/o pesadillas, nerviosismo, además de palidez, desmayos, dolor de cabeza, caída del cabello, y otros procesos morbosos como diarrea, náuseas o vómito

El uso tradicional de los aceites esenciales de algunas plantas empieza a ser corroborado y considerado de gran potencial en el tratamiento de desórdenes psiquiátricos por su eficacia y seguridad (usados en dosis adecuadas), mediante pruebas experimentales en modelos animales y sobre todo en experiencias clínicas.

Reuma: el reuma Los aceites vegetales de sésamo y almendras son el medio que usamos para diluir los aceites esenciales que son los encargados de dotar de propiedades a este remedio para reuma casero. En este caso hemos optado por principios activos que calmen la inflamación y el dolor de las articulaciones.

- ✚ Aceite de sésamo (60 gr.)
- ✚ Aceite de almendras (30 gr.)
- ✚ Aceite esencial de lavanda (10 gotas)
- ✚ Aceite esencial de romero (10 gotas)
- ✚ Aceite esencial de tomillo (10 gotas)
- ✚ Aceite esencial de clavo (10 gotas)

+ Aceite esencial de eucaliptus (10 gotas)

+ Envase

Frialdad en la matriz : esto es una creencia mexicana del frío y del calor corporal es una condición indispensable que refleja un buen estado de salud y que, al verse afectado por determinados factores externos, se traduce en enfermedad, La frialdad suele concentrarse en un órgano o región determinada cuando se localiza en la matriz o en los ovarios, la mujer sufre una serie de irregularidades, como regla retrasada, frialdad en la matriz o en los ovarios y embarazo falso, que la imposibilitan para concebir.

La frialdad origina problemas músculo esquelético y reumático; torceduras o zafaduras favorecen la entrada de frío y aumentan sus molestias, al igual que males respiratorios, como asma, anginas, bronquitis, gripa, pulmonía y tos ferina. El tratamiento se basa en extraer el frío y proporcionar el calor necesario para lograr un estado saludable, mediante la administración de infusiones herbolarias, preparadas con plantas catalogadas como calientes, baños de vapor o con cocciones de plantas de la misma calidad, frotaciones o masajes con aceites, grasas o enjundias y aplicación de fomentos, parches, emplastos y ventosas. Las terapias se acompañen de una dieta equilibrada que recupere el calor necesario.

HERRAMIENTA DE INVESTIGACIÓN: ENCUESTA

USO DE LA HERBOLARIA EN ADULTOS COMO PRINCIPAL TRATAMIENTO PARA LAS ENFERMEDES MAS COMUNES.

Nombre:

Sexo:

Edad:

1. ¿Usted ha usado algún tipo de planta medicinal para tratar sus padecimientos?

- a) Si
- b) No

2. En caso de haber respondido de manera positiva, ¿qué planta ha utilizado con más frecuencia?

3. ¿En qué tipo de enfermedades o síntomas la ha utilizado?

4. ¿En una escala del 1 al 5 que tan útil considera el uso de la herbolaria?

- 1. Nada
- 2. Un poco
- 3. Considerable
- 4. Útil

5. Muy útil

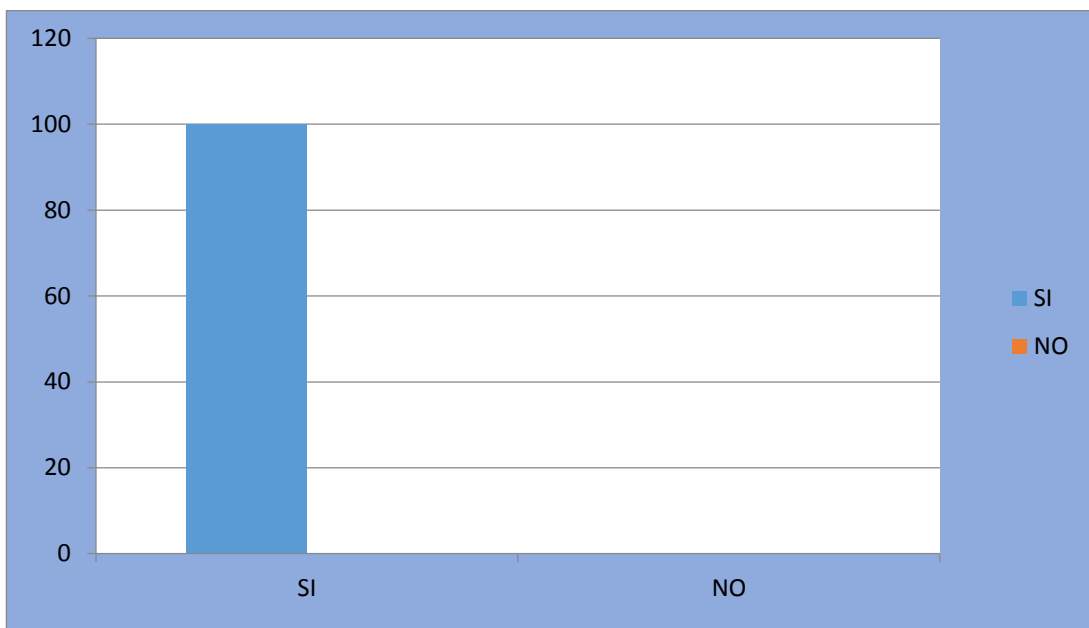
6. En una escala del 1 al 10 donde 1 es nunca y 10 es siempre, ¿usted recomendaría el uso de la herbolaria para tratar las enfermedades más comunes?

7. ¿considera que la herbolaria es un tratamiento mejor que los fármacos que actualmente se utilizan?
 - a) Si
 - b) No

INTERPRETACION DE DATOS

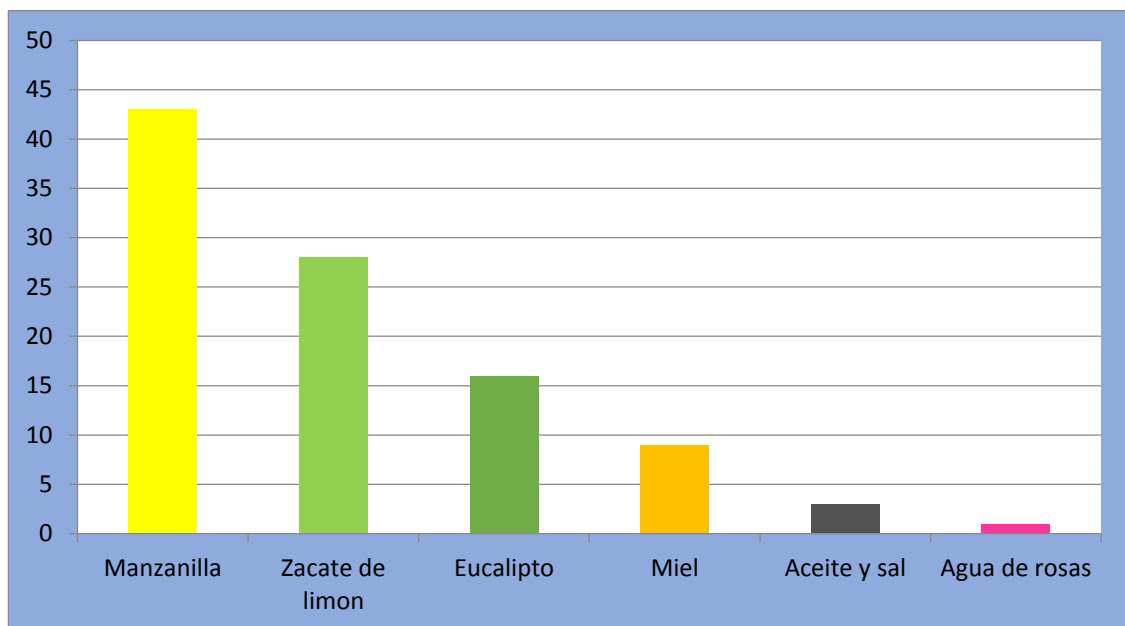
1.-¿Usted ha usado algun tipo de planta medicinal para tratar sus padecimientos?

De un total de 100 encuestas realizadas a personas de diferentes edades un 100% afirmo que ha usado algun tipo de planta medicinal para tratar sus padecimientos.



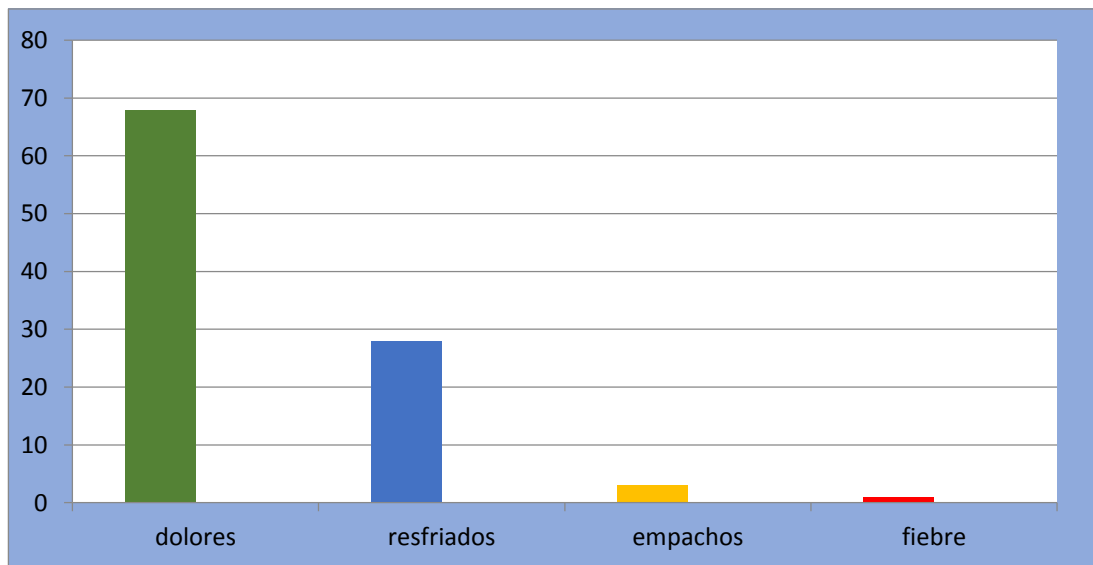
2.- En caso de haber respondido de manera positiva, ¿qué planta ha utilizado con más frecuencia?

De un total de 100 encuestas de personas que afirmaron utilizar una planta medicinal, 43 personas dijeron utilizar manzanilla, 28 zacate de limón, 16 personas eucalipto, 9 personas miel, 3 personas aceite y sal y una persona agua de rosas, por lo que podemos decir que la manzanilla es la planta más utilizada por las personas de la comunidad



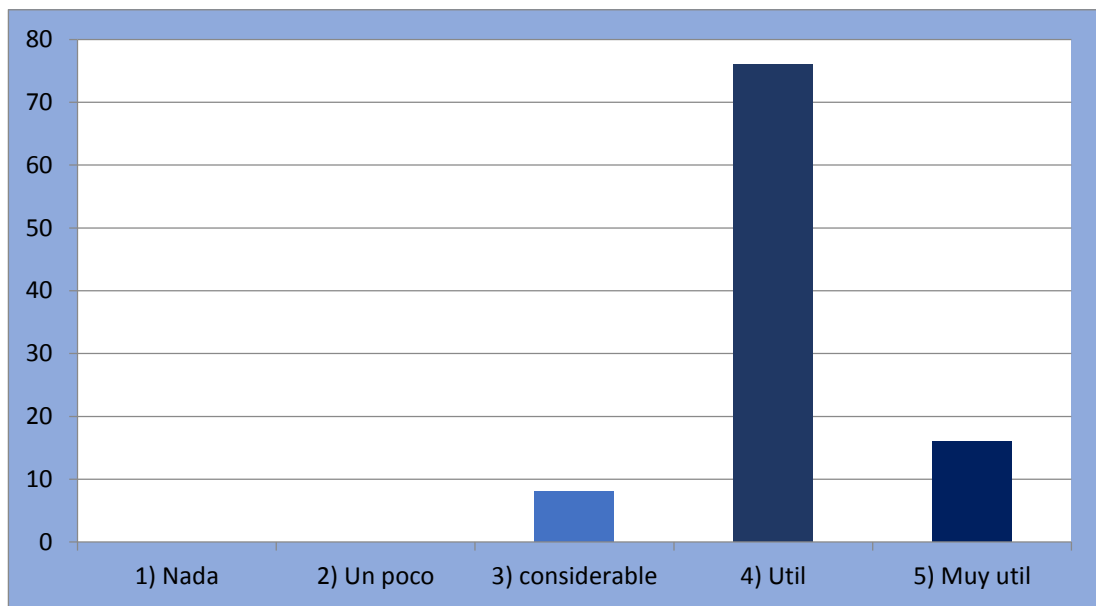
3.- ¿En qué tipo de enfermedades o síntomas los ha utilizado?

De un total de 100 encuestas realizadas 68 personas refirieron ocupar las plantas anteriormente mencionadas para el dolor, 28 para tratar los resfriados, 3 personas para empachos y 1 persona para tratar la fiebre por lo que podemos decir que, de los síntomas más comunes, el dolor es el más controlado con plantas medicinales



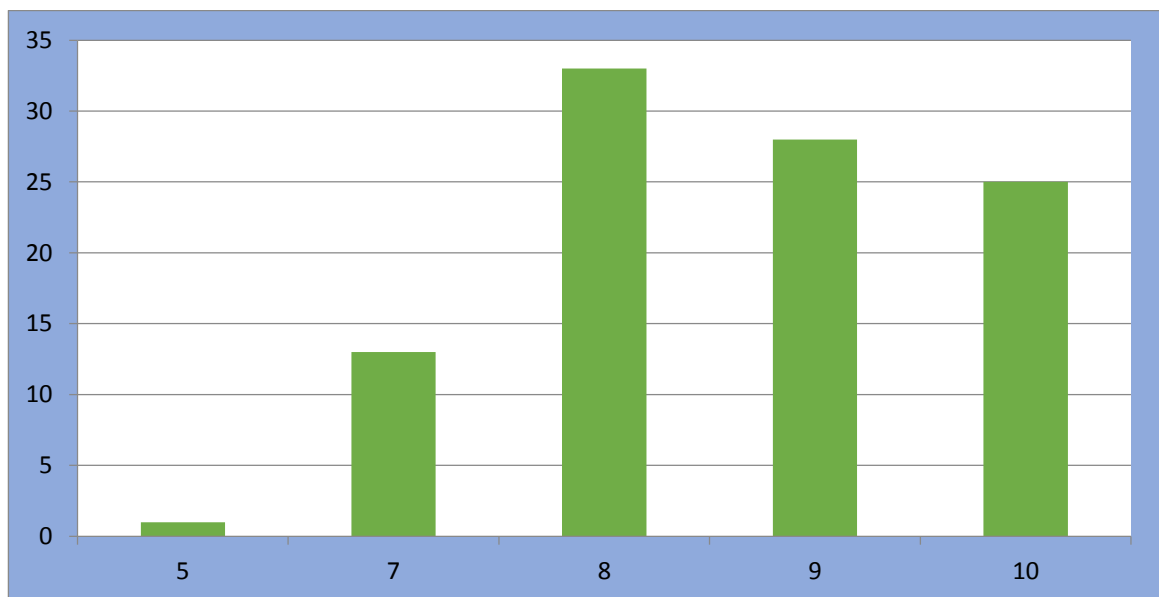
4.- En la escala del 1 al 5, ¿Qué tan útil considera el uso de la herbolaria?

De un total de 100 encuestas 8 personas dicen que la utilidad de la herbolaria es “considerable”, 76 personas dicen que es “útil” y 16 personas dijeron considerarlas “muy útil”, por lo que podemos decir que la mayoría de las personas consideran útil el uso de la herbolaria.



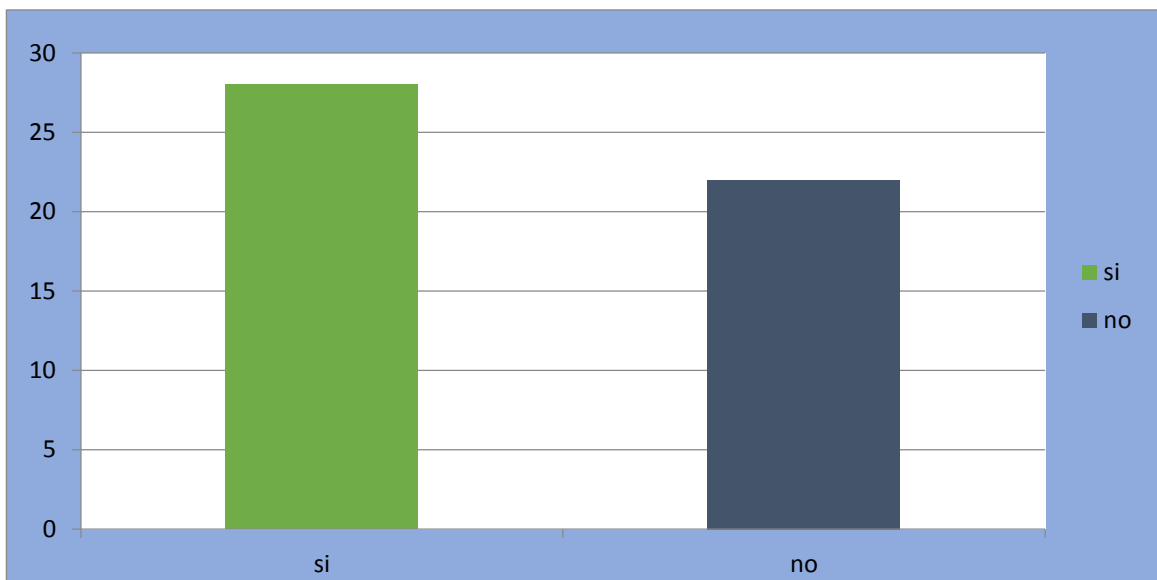
5.- En una escala del 1 al 10, donde 1 es nunca y 10 es siempre, ¿Usted recomendaría el uso de la herbolaria para tratar las enfermedades más comunes?

De un total de 100 encuestas que se realizaron 5 personas de 1(nunca) recomendaron el uso de la herbolaria, 18 personas de 7 afirmaron que eran muy útiles, 33 personas de 8 recomiendan el uso de la herbolaria, 28 personas de 9 recomiendan el uso de la herbolaria, 25 personas de 10 recomiendan que siempre se debería de utilizar la herbolaria como tratamiento de las enfermedades más comunes.

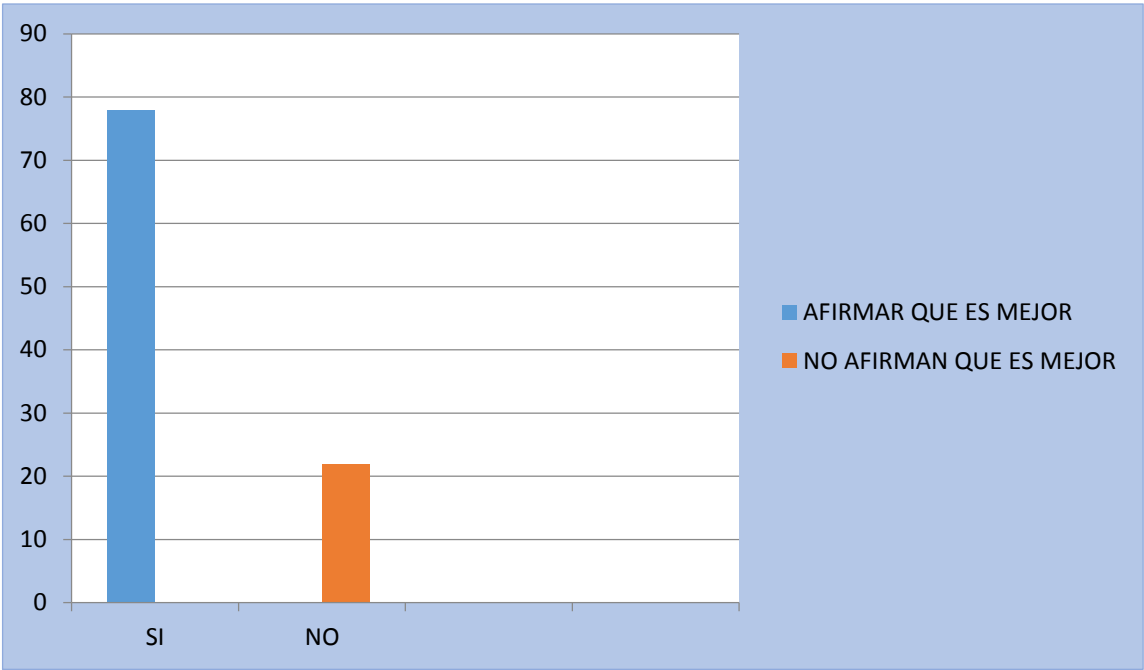


6.- ¿Considera que la herbolaria es un tratamiento mejor que los fármacos que actualmente se utilizan?

De las encuestas realizadas 28 personas afirmaron que el uso de la herbolaria era el principal tratamiento para algunas enfermedades y 22 personas dijeron que no es el principal tratamiento para tratar enfermedades



7 ¿considera que la herbolaria es un tratamiento mejor que los fármacos que actualmente se utilizan? Del total de las 100 personas encuestadas 78 personas afirman que las plantas son mejor que los medicamentos convencionales y 22 personas afirman que los medicamentos recetados por un medico son mucho mejor.



CONCLUSIÓN.

Debido a la interpretación y datos recabados durante la encuesta realizada en san jose berlin, tzimol, Chiapas el uso de la herbolaria es muy común dentro de esa región debido a la escasas del personal sanitario y el único lugar para acudir a un centro de atención a la salud queda retirado de su ubicación y su único traslado a ese lugar son motocicletas, caballos, bicicletas y les toma un tiempo aproximado de 25 minutos, por lo cual han optado por el uso de la herbolaria y han aprobado los beneficios que han tenido en su salud con enfermedades comunes como lo son: resfriado común, dolor de estómago, diarrea, cefalea, etc.

La investigación aplicada a dicha región geográfica recabo datos precisos y conclusos en el uso de la herbolaria.

Bibliografía

Pascual Casamayor, M., Pérez Campos, M., Morales Guerrero, M., Castellanos Coloma, M., & González Heredia, M. (2014). *HISTORIA DE LA MEDICINA*. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v18n10/san191810.pdf>

CONABIO. (2005). *P L A N T A S UTILIZADAS EN LA MEDICINA*. Obtenido de

<https://www.biodiversidad.gob.mx/Biodiversitas/Articulos/biodiv62art3.pdf>

DEMEX. (17 de 03 de 2016). *Guía práctica de plantas medicinales mexicanas*. Obtenido de <https://masdemx.com/2016/03/guia-practica-plantas-medicinales-mexicanas/>

Jiménez Cabrera, P., Hernández Juárez, M., Espinosa Sánchez, G., Mendoza Castelán, G., & Torrijos Almazán, M. (2015). *Revista mexicana de ciencias agrícolas*. Obtenido de Los saberes en medicina tradicional y su contribución al desarrollo rural: estudio de caso Región Totonaca, Veracruz: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342015000801791

Desconocido. (1998). *La herbolaria en mexico*. Obtenido de file:///C:/Users/Servidor/Downloads/cf8143_la-herbolaria-en-mexico.pdf

El club Planeta. (s.f.). *El club Planeta*. Recuperado el 03 de Abril de 2020, de El club Planeta: clubplaneta.com.mx/cocina/la_herbolaria_en_mexico.htm

Naturista "el indio". (s.f.). *Naturista "el indio"*.
Recuperado el 02 de Abril de 2020, de Naturista "el
indio":

[https://naturistaelindio.jimdofree.com/noticias/en-
peligro-la-herbolaria-mexicana/](https://naturistaelindio.jimdofree.com/noticias/en-peligro-la-herbolaria-mexicana/)

SinEmbargo.mx. (30 de Abril de 2018). *SinEmbargo.mx*.
Recuperado el 2020 de Abril de 03, de SinEmbargo.mx:
<https://www.sinembargo.mx/30-04-2018/3413732>

UNAM. (Septiembre de 2019). *RevistaCiencias*.
Recuperado el 03 de 04 de 2020, de RevistaCiencias:
[https://www.revistaciencias.unam.mx/es/52-
revistas/revista-ciencias-83/330-el-cuaulote-recurso-
herbolario-de-chiapas.html](https://www.revistaciencias.unam.mx/es/52-revistas/revista-ciencias-83/330-el-cuaulote-recurso-herbolario-de-chiapas.html)

[https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-plantas-medicinales-
13120069](https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-plantas-medicinales-13120069)

[file:///C:/Users/Henrry%20Isai/Downloads/1213-4397-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Henrry%20Isai/Downloads/1213-4397-1-SM%20(1).pdf)

<https://www.fitoterapia.net/archivos/200701/260307libro-2.pdf?1>

[https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1489§io
nid=96949390](https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1489§ionid=96949390)

[https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/docs/vol27_6plantas
medicinales.pdf](https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/docs/vol27_6plantasmedicinales.pdf)

[http://www.who.int/medicines/areas/traditional/denitions/en/ht
tp://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=4958062&fecha=15
/12/1999](http://www.who.int/medicines/areas/traditional/denitions/en/ht)

http://www.cdi.gob.mx/dmdocuments/pueblos_indigenas_mexico_navarrete_c1.pdf

[http://www.cdi.gob.mx/dmdocuments/monograa_nacional_pueblos](http://www.cdi.gob.mx/dmdocuments/monograa_nacional_pueblos_indigenas_mexico.pdf)

[_indigenas_mexico.pdf](#)