

**Tema:**

**Beneficios de las plantas medicinales y comestibles en la salud**

**Nombre de alumnos:**

**Sissy Beatriz Villatoro Alvarado**

**Grado:**

**8vo cuatrimestre**

**Grupo: “A”**

**Nombre del profesor:**

**Cordero Gordillo maría del Carmen**

**Materia:**

**Seminario de tesis**

Comitán de Domínguez Chiapas a 17 de febrero 2020



**Hoja en blanco**

**Portadilla**

**Autorización de impecion**

**Dedicatoria**

**Índice tentativo**

CAPÍTULO I

1. Protocolo de investigación

1.1 Planteamiento del problema

1.1.1 Preguntas de investigación

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivos generales

1.2.2 Objetivos Específicos

1.3Justificación

1.4 Hipótesis

1.4.1 Variables

1.5 Metodología

1.5.1 Ubicación

CAPÍTULO II

2. Orígenes y evolución

2.1 Origen de la herbolaria en Egipto

2.1.2 Origen de la herbolaria en Grecia

2.1.3 Origen de la herbolaria en China

2.1.4 Origen de la herbolaria en México

2.2 Definición de herbolaria

2.2.1 Definición de hierbas

2.2.2 Definición de plantas medicinales

2.2.3 Definición de plantas comestibles

2.3 Fitoterapia ¿Qué es?

2.4 Medicina tradicional ¿Que es?

2.5 Medicina complementaria y/o alternativa ¿Qué es?

CAPITULO III

3. Nicolás MMonardes

3.1 Fray Bernardino Sahagún

3.2 Francisco Hernández

3.3 Juan de Esteyneffer

3.4 Tragus Hieronimus bock

3.5 Casimiro Gómez Ortega

3.6 karl von linneo

3.7 José Antonio alzate

3.8. Martín de la Cruz cuestionario

**Introducción**

En este apartado hablaremos sobre “los beneficios de las plantas comestibles y medicinales para la salud” en donde se dará a conocer la importancia de dicho tema ya que en la actualidad se ha difundido muy escasamente lo importante que aporta este tipo de consumo plantas naturales en el organismo y lo fácil que es obtenerlas ya que hoy en día, las personas debido a los fármacos han dejado de consumir estos remedios caseros y han hecho un lado los beneficios de estos y también se han basado en el marketing de las empresas para consumir alimentos chatarra y no obtener una alimentación saludable.

Por otra parte, de suma relevancia es brindar el conocimiento de todas las plantas que se encuentran alrededor de la población de Comitán de Domínguez, que como objetivo sobre este tema se dará la opción de dar a conocer esta información ya que muchas de estas plantas se utilizan de diferentes maneras para el consumo humano y brindará información de cada una de las plantas y las indicaciones de las cantidades necesarias para consumirlas, especificando cada una de estas, es importante también que el objetivo general de a analizar como conocer las propiedades fotoquímicas y ortomoleculares de las plantas y su efecto positivo en la salud.

Mi tesis se dividirá en cuatro capítulos, el cual comienza por el capítulo primero en donde contendré las bases principales y básicas de mi investigación, en donde también contendrá mi protocolo de mi investigación donde se plantea el problema, los objetivos a cumplir, la hipótesis, la justificación que habla de la importancia de la investigación sobre las plantas comestibles y medicinales junto con los beneficios de las mismas.

En el capítulo segundo se habla de los primeros inicios u orígenes o más bien antecedentes que hablan acerca de cómo empezó el consumo de las plantas comestibles y medicinales con los primeros hombres primitivos como lo era el homosapiens que poco a poco descubrieron las plantas para poder subsistir y que con el pasar de los tiempos esto fue evolucionando y transcurriendo de una etapa a otra, y que en cada lugar como lo era Egipto, Grecia y China, fueron dando a conocer diferentes conocimientos, tradiciones y costumbres con respecto al consumo de las plantas, y así sucesivamente hasta llegar a México en donde nuestros ancestros hicieron que poco a poco estas plantas se implementaran a la vida diaria y formaran parte importante de nuestra salud que hoy en día escasas personas se dedican a la herbolaria impartiéndola como, medicina alternativa, fitoterapia, medicina tradicional etc.

En el capítulo tercero, abordaremos los conceptos principales como un indio de raza azteca fue quien realizo el primer libro herbolario en México acompañado por diferentes autores quienes ayudaron a complementar el libro de cada una de las plantas, además algunos de estos autores contribuyeron al descubrimiento de algunos beneficios de las plantas que hoy en día conocemos.

Y por último, en el capítulo cuarto hablaremos sobre las técnicas que en mi caso realizare, es la aplicación de un cuestionariol cual va dirigido a una población de 30 personas.

**CAPITULO I**

1. **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Desde hace muchas décadas muchos de nuestros ancestros realizaron descubrimientos los cuales estos se basaban de plantas, ellos al experimentar que estas plantas tenían un poder curativo, lo empezaron a implementar en su vida diaria en los momentos en los que podrían ellos tener una lesión por medio de heridas, también las mujeres que encabezaban algunas etnias también implementaban algunos tipos de plantas las cuales también podían curar o aliviar los dolores de cabeza, menstruales, etc.

Hoy en día, a estos tipos de plantas curativas se les dio el nombre de “medicina alternativa”, y a lo largo de todo este tiempo las personas siguen implementando estas plantas curativas para aliviar o contrarrestar cualquier tipo de malestares, en algunas partes de México por lo regular las mujeres de la casa que tiene un grado de mayor experiencia aconsejan a sus familias el consumir estas plantas en modo de tés para aliviar malestares, a ciencia cierta hasta hoy no hay como tal un documento científico que fundamente al 100% por ciento que estas plantas y sus terapias alternativas son buenas para el consumo humano y que estas logren curar por definitiva algunas enfermedades, también se dice que al consumir estas planta en exceso puede que en lugar de beneficiar la salud de una persona puede empeorarlas a tal grado de que cierta enfermedad se mas de gravedad .

La problemática de estas plantas seria que como tal no hay un método científico que avale que estas poseen un poder curativo y que realmente tenga beneficios saludables que repercutan en la salud de las personas de hoy en día, las personas de comunidades que están lejos de una ciudad ya sea por escasez de recursos o por alguna falta de diferentes recursos tienen más acceso a estos tipos de plantas. También no solo estas se utilizan de manera curativa sino también se consumen ya que como son de fácil acceso se pueden cosechar y obtener más fácil y naturalmente. Además, existen otros problemas los cuales han influido y han repercutido fuertemente en la salud de las personas y son los nuevos inventos de esta nueva era a los cuales le llaman “medicamentos”. Lo que se dice de estos es que por un lado pueden curar las enfermedades pero también así como curan hay otra parte la cual dañan y esto se debe al consumo excesivo es por ello que es fundamental que hoy por hoy se retome una ardua investigación con respecto a la herbolaria.

* 1. **PREGUNTASDE INVESTIGACION**

¿propiedades fotoquímicas y ortomoleculares de las plantas?

¿Qué beneficios tienen las plantas en la salud?

¿Qué tipos de plantas son comestibles?

¿Porque es importante el consumo de las plantas?

¿Qué variedades de plantas hay en Comitán?

**2. OBJETIVOS**

**2.1 OBJETIVO GENERAL**

Conocer las propiedades fotoquímicas y ortomoleculares de las plantas y su efecto positivo en la salud.

**2.2 OBJETIVO ESPECÍFICO**

Indicar las cantidades necesarias para el consumo

Describir los tipos de plantas que son comestibles

Especificar porque es importante el consumo de las plantas

Demostrar la variedad de plantas que hay en Comitán

**3. JUSTIFICACION**

Se ha descubierto la importancia de las plantas que poseen diversas propiedades que brindan vitaminas y minerales de manera comestible, nos aportan nutrientes a nuestro cuerpo ya que funcionan como método relajante o también como un limpiador o depurador interno para contrarrestar problemas digestivos y combatir la inflamación, y de manera medicinal estas tienen propiedades benéficas para la salud, los principales beneficios de las plantas medicinales son estimulantes, astringentes, antiinflamatorias, diuréticas que se obtienen por medio de fomentos que ayudan a calmar los cólicos o dolores musculares, los tés o infusiones que sirven también para contrarrestar malestares ya sea de dolor como por ejemplo: el dolor de cabeza, el dolor de estómago, dolores menstruales etc.

Hoy en día es importante dar a conocer este tipo de información con respeto a las plantas ya que estas tienen propiedades curativas y mucha de la información que hay actualmente es muy escasa y solo las personas que son de bajos recursos están más allegados a el consumo de las plantas, es por eso la importancia de que se dé la investigación para conocer la variedad de las plantas que hay en la región, también por otro lado muchas de las personas que ingresan a los centros de salud son de zonas rurales por lo cual tienen más accesibilidad a estas plantas y así el personal de salud tendría conocimiento de estas, por otra parte se ha tenido un gran impacto con respecto a los diferentes estilos de vida que se han dado por moda como por ejemplo el vegetarianismo o el veganismo que implementan diversidad de plantas tanto para consumo alimenticio, como para consumo medicinal por medio de infusiones, tés. Es por ello que es importante el consumo de este medio de medicina alimentaria ya que se le facilita al público y es de manera natural que no perjudicara a la salud ni mucho menos causara un efecto secundario como lo hacen los medicamentos o los alimentos procesados que en cierto punto en lugar de beneficiar causan otros problemas en el organismo provocando que al consumir alimentos dañen este problema que dejo repercutido en la salud, también es necesario que así como el personal de salud sepa de la importancia de estos beneficios a la gente le facilitaría el trabajo y la necesidad de buscar estas plantas, porque también existen plantas silvestres las cuales estas se pueden cosechar o plantar en el mismo patio de la casa sin necesidad de ir a comprar a un lugar caro, ya sea un supermercado , también económicamente le sería más útil de conseguir de acuerdo a la zona geográfica en la que estamos, porque en el estado de Chiapas hay una gran diversidad de plantas silvestres las cuales se utilizan y/o consumen hoy en día.

Pero si hablamos de un lugar más cerca, Comitán también posee diversidad de plantas las cuales también funcionan perfectamente para la salud de las personas como por ejemplo la manzanilla, el zacate o mejor conocido como te de limón, el diente de león etc.

1. **Hipótesis**

El consumo de las plantas medicinales y comestibles beneficia la salud en el cuerpo humano.

* 1. **variables**

Variable independiente: el consumo de plantas medicinales y comestibles

Variable dependiente: beneficios en la salud del cuerpo humano

1. **Marco de la investigación**

**5.1 Marco histórico**

El conocimiento y la utilización de las plantas por las sociedades humanas tiene una larga e interesante historia, reconociéndose que los vegetales satisfacen diversas necesidades y algunas de ellas es la recuperación y el mantenimiento de la salud.

En esta historia sobre las plantas es milenaria ya que se remonta a los tiempos en que dominaban los grupos humanos, que eran nómadas o seminomadas que recorrían el territorio buscando cobijo temporal en cuevas y sustento en la práctica de la caza, la pesca y la recolección de plantas silvestres. Estos grupos, grandes conocedores de las posibilidades alimenticias y propiedades curativas de la flora silvestre.

En la antigüedad el empleo de las plantas en cuanto a terapia de curación tiene su origen en pueblos asiáticos como china. Esta se remonta a 8000 años antes de cristo, entre los egipcios y hebreos a 3000 años antes de cristo. No obstante, con los griegos que empezaron a difundir, de manera concreta en el mundo occidental sobre los usos medicinales de determinadas plantas curativas y/o botánica con fines medicinales.

Fue así los conocimientos sobre la fitoterapia se han transmitido de generación tras generación, y aunque los registros más fiables de este concepto datan muchos textos de antigüedad, henri laclerc, médico francés, fue el primero en usar el término en su obra “précis de phytothérapie”.

Posteriormente llega a nuestro país junto con los españoles un caudal de conocimientos médicos, como los remedios de origen vegetal, mismos que se combinan de 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 las plantas, animales y elementos de su naturaleza a los de las especies vegetales introducidas por los europeos, incluyendo las traídas por los naturistas y otros viajeros, las cuales han aportado nuevos conocimientos a la medicina local.

Con la llegada de los españoles a México en el siglo XVI se solicita que el vasto conocimiento del país sea escrito, creando documentos importantes sobre el tema. Este es el caso de Fray Bernardino de Sahagún quien se interesó desde el inicio los mitos, Las costumbres y por supuesto, las enfermedades y los recursos vegetales que se utilizaban para atender la salud de la población.

En la obra de Sahagún, denominada “historia general de las cosas de la nueva España”, escrita en 1548, dedica el libro “undécimo a las hierbas medicinales” mencionando los nombres de las lenguas en nahua, que habla de su utilización y su forma de uso: por este libro y por la manera de investigar de Sahagún, tomando del saber de los ancianos podemos decir que fue el primer libro etnobotánico médico de la época

Otra de las obras fundamentales del siglo XVI es el famoso librito de las “Hierbas Medicinales de los indios” de Martin de la Cruz, un curandero indígena que se editó en 1552. Este fue un regalo de los indios al rey de España para que suspendiera la orden de retirar a los indígenas que asistían al Colegio de Santiago Tlatelolco. Además de estos textos hay un tercer libro que también hablaba de los árboles, hierbas y arbustos medicinales, el nombre era “historia natural de la nueva España, escrita por Francisco Hernández.

Por otra parte, uno de los libros más importantes es el libro azteca herbolario llamado “Códice Badiano” por Juan Badiano quien era un xochimilca que lo tradujo al latín y lo termino el 22 de julio de 1553. El contenido de este libro tiene una gama de ilustraciones las cuales están llenas de colores que se basan en las plantas muy bien detalladas y la información del capítulo 1 hasta el 8 habla específicamente del cuerpo comenzando con la cabeza y terminando con los pies y después de esos 8 capítulos se basa en enfermedades generales y como estas plantas actúan.

Actualmente la herbolaria es investigada a profundidad por varias disciplinas científicas como química, biología, botánica y como principal la farmacología, que trabaja en líneas de investigación dirigidas por la clasificación de vegetales y hierbas medicinales. Las cuales hoy en día son utilizadas regularmente más por las personas indígenas y personas que están al alcance de sus manos para poder aguantar malestares y poder llegar a un lugar de salud o también hoy en día estos métodos de implementar la medicina sobre plantas lo usan para el consumo de día como método de relajación, de terapia entre otros métodos que a la población hace que consuma y que le beneficio obteniéndolo de manera económica y que no perjudique la salud y el bienestar de las personas.

**5.2 Marco Conceptual**

Para el consumo de las plantas tanto medicinales como comestibles se emplea varias definiciones las cuales estas se obtienen de ellas para saber la importancia de su consumo.

Nutrición según la OMS, es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición, entendida como una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular, es un elemento fundamental para mantener una vida saludable.

La nutrición es el proceso en el que nuestro organismo utiliza el alimento para mantenerse en buen funcionamiento y reparar zonas deterioradas. Para ello se llevan a cabo diversos procesos entre los que se incluye la absorción, asimilación y transformación de los alimentos, que permiten al organismo incorporar los nutrientes destinados a su mantenimiento, crecimiento y correcto funcionamiento el cual da beneficios se refiere a **un bien que es dado o que es recibido**.

El beneficio siempre **implica una acción o resultado positivo** y que por consiguiente es buena y puede favorecer a una o más personas, así como satisfacer alguna necesidad.

Las vitaminas son**sustancias orgánicas esenciales para el funcionamiento normal del cuerpo, se encuentran en pequeñas cantidades en todos los alimentos, son importantes para la vida del organismo y para la función metabólica.**

Los minerales son **sustancias naturales de origen inorgánico**, por lo general sólidos, que poseen una composición química definida, una estructura cristalina y homogénea, y superficies planas en su mayoría.

Los minerales surgen de la unión de elementos químicos simples, por esta razón pueden tener diferentes propiedades tanto físicas como químicas.

El consumo consiste en la satisfacción de las necesidades presentes o futuras.

Las hierbas comprenden materiales vegetales brutos, tales como hojas, flores, frutos, semillas, tallos, madera, corteza, raíces, rizomas y otras partes de plantas, enteros, fragmentados o pulverizados.Estas se llaman plantas y se dividen en medicinales de acuerdo con la OMS (1979) es definida como cualquier especie vegetal que contiene sustancias que pueden ser empleadas para propósitos terapéuticos o cuyos principios activos pueden servir de precursores para la síntesis de nuevos fármacos. Y comestibles son aquellas que sirven para el consumo. Estas pueden tener una parte comestible, como puede ser su raíz, sus hojas o su fruto; o puede ser comestible totalmente.

Variedad se define a la cualidad, [estado](https://definiciona.com/estado/), característica e índole de vario. Diferencia dentro la unidad. Grupo de elementos y cosas diversas. Inestabilidad, variabilidad, irresolución, volubilidad, inseguridad o inconsecuencia de las cosas. Alteración, [cambio](https://definiciona.com/cambio/) o mudanza en la sustancia de las cosas o en su uso.

Las propiedades físicas son aquellas que se basa principalmente en la **estructura del objeto, sustancia o materia, que es visible y medible.**

Podemos definir las propiedades físicas de un objeto mediante la observación y la medición.

Toxicidad es una medida usada para medir el grado tóxico o venenoso de algunos elementos. El estudio de los venenos se conoce como [toxicología](https://www.ecured.cu/Toxicolog%C3%ADa). La toxicidad puede referirse al efecto de esta sobre un organismo completo, como un ser humano, una [bacteria](https://www.ecured.cu/Bacteria) o incluso una planta, o a una subestructura, como una (citotoxicidad).

Se considera herbolaria al uso extractivo de plantas medicinales o sus derivados con fines terapéuticos, para prevención o tratamiento de patologías. Además, la herbolaria es parte de la medicina tradicional.

Fitoterapia es la ciencia que estudia la utilización de los productos de origen vegetal con finalidad terapéutica, ya sea para prevenir, para atenuar o para curar un estado patológico. O es la intervención para mejorar la salud mediante el empleo de plantas con propiedades medicinales o sus derivados.

Medicina tradicional es la medicina tradicional es todo el conjunto de conocimientos, aptitudes y prácticas basados en teorías, creencias y experiencias indígenas de las diferentes culturas, sean o no explicables, usados para el mantenimiento de la salud, así como para la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas o mentales.

Medicina complementaria y/o alternativas son los términos de "medicina complementaria" y "medicina alternativa", utilizados indistintamente junto con "medicina tradicional" en algunos países, hacen referencia a un conjunto amplio de prácticas de atención de salud que no forman parte de la propia tradición del país y no están integradas en el sistema sanitario principal.

El té se considera como tal porque es una bebida que contiene Teína, esto es porque proviene única y exclusivamente de la Camellia Sinensis, si es que no se extrae de esta planta, entonces no tiene Teína, por lo tanto, no es té.

Las infusiones no necesariamente tienen Teína, son bebidas que se obtienen a través de hojas, flores, hierbas, plantas, frutos o semillas que se dejan reposar en agua caliente sin que llegue al punto de ebullición

**5.3 Marco teórico**

**Martín de la Cruz**

Mucho menos conocidas son las vidas de los sabios indígenas Martín de la Cruz y Juan Badiano, autor y traductor respectivamente del Libellus de Medicinalibus Indorum Herbis, que en castellano lleva el modesto título de "Librito de Hierbas Medicinales de las Indias" escrito en latín en 1552.

El Libellus Medicinalibus Indorum Herbis es un manuscrito que compila remedios o recetas para el tratamiento de distintas enfermedades en trece capítulos ordenados de la cabeza a los pies, en cierto sentido es un herbario con reminiscencias medievales pero ilustrado con dibujos de clara influencia indígena. Es una obra bella que trata de ser útil, pues se refiere al tratamiento de malestares comunes como "catarro", "lombrices", "tos", "pérdida del sueño", y accidentes como quemaduras, "fractura de la cabeza"; pero también raros incluye extraños padecimientos, como la "hérida del rayo" y otros que seguramente solo los españoles reconocían como la "podagra", "ectropia" o la "enfermedad del comicial". Esta última ha sido interpretada como "epilepsia: llamada comicial por los romanos, pues era común que durante los comicios alguien padeciera un ataque epiléptico".

**Francisco Hernández (1517-1587)**

En 1570, el rey de España, Felipe II, nombró a Francisco Hernández "Protomédico General de las Indias, Islas y Tierra Firme del Mar Océano" con el encargo de que examinara y describiera los géneros y las formas de plantas, animales y minerales de la Nueva España, e investigara sus virtudes y usos para beneficio de la humanidad. El rey no pudo haber escogido persona más adecuada para tan descomunal tarea. Francisco Hernández llegó a la Ciudad de México en 1571 precedido de una bien justificada fama como médico de la corte y naturalista. Durante siete años recorrió buena parte del actual territorio mexicano colectando especímenes de los tres reinos naturales y recabando información sobre ellos directamente de los indígenas. Hizo minuciosas descripciones de los ejemplares colectados y las acompañó de ilustraciones, muchas de ellas elaboradas por artistas nativos; estudió las propiedades y la utilidad de todos los ejemplares, especialmente de las plantas medicinales, registrando las virtudes que los indígenas les atribuían y el uso que hacían de ellas. No contento con esto, experimentó directamente con enfermos y consigo mismo, poniendo más de una vez en peligro su salud y su vida.

**El Dr. Nicolás Monardes**

 Residió en Ia ciudad de Sevilla, fue uno de los más destacados científicos andaluces y españoles del siglo xv. Allí según el mismo declara, desarrollo su labor investigadora sobre las "cosas" que se traían de América y tengan alguna utilidad medicinal.

**La botánica del padre Navarro**

Hacia fines del siglo XVIII llegó a México el lego franciscano fray Juan Navarro, apasionado por la historia natural. Había ya redactado, en Europa, los primeros cuatro volúmenes de su obra científica y decidió compilar aquí un quinto tomo con el título de "Jardín Americano". Cuando comenzó a redactar este último tomo, en el Colegio Apostólico de la Santa Cruz de Querétaro, pensó incluir dos índices: uno de las plantas y otro de las enfermedades en las que debería emplearse cada una de ellas. Esto facilitaría la consulta y rápida ubicación del remedio pertinente. El autor tendía así un puente de rescate con el pasado, como continuador de Hernández y Ximénez, pero dejando constancia de su enfoque personal.

En su propio herbario, Navarro dibujó con maestría y describió brevemente algunas plantas medicinales, como el yoloxóchitl**.**Según Abigail Aguilar, dicha planta es la Talauma mexicana, cuyas flores se usaban en la medicina tradicional para inducir alivio a losmalestares cardiacos.

**Hieronymus o Jerome Bock**

Conocido en latín como Hieronymus Tragus, nació en 1498 en Heidenheim (Baviera). Tras terminar sus estudios de medicina y botánica en la Universidad de Heidelberg, en 1532 fue nombrado médico del duque de Zweibrücken y responsable de la huerta del Palatinado, donde se cultivaban plantas medicinales. En 1533 recibió un puesto como ministro luterano en la aldea de Hornbach, donde permaneció hasta su muerte en 1554.

Bock pudo viajar por Alemania herborizando y realizando observaciones botánicas que plasmó, animado por [Brunfels](https://www.gabinetedelgrabado.com/galer%C3%ADa/renacimiento-cient%C3%ADfico-s-xvi/brunfels-1448-1534/), en su primera obra, *Das Kreütter Buch.* Publicada en Estrasburgo en 1539, en ella se describían en detalle unas 700 especies de vegetales acompañadas de sus aplicaciones farmacológicas.

**El Dr. Pedro María González (1764–1838)**

 médico de la Atrevida, había estudiado en el Real Colegio de Cirugía de la Armada sito en el Hospital Real de Cádiz; además de cirujano, era ornitólogo y se ocupaba también de botánica y zoología, en especial de la taxidermia. Durante las expediciones en que participó, investigó los casos de escorbuto, enfermedad conocida en esa época como la “peste del mar”, y comprobó que la comida con naranja, limón y vegetales mejoraba a los enfermos.

Fruto de las observaciones de ambos, fue el “Tratado de las enfermedades de la gente de mar (...)”, publicado en 1801 en Madrid. Se considera que la descripción que hizo Pedro María González de los síntomas y las fases de la enfermedad es la más completa en su época.

**la clasificación de Linneo**.

Álzate, quien era la máxima figura de la vida académica novohispana en su época, abogaba por seguir el sistema de los antiguos indígenas, que nominaron a las plantas de acuerdo con sus propiedades, en especial las curativas.

1. **Metodología**

**TAMAYO**, 1994 La investigación es un proceso que, mediante la aplicación del método científico, procura obtener información relevante y fidedigna, para entender, verificar, corregir y aplicar el conocimiento.

**Tipo de investigación**

Investigación teórica o básica: La investigación básica o teórica se produce cuando el conocimiento o la investigación se desarrolla sin el propósito de una aplicación inmediata. El progreso material de la humanidad está muchas veces en manos de la investigación científica sin ningún plan de aplicación inmediato, pero que en el futuro puedan servir de base para otras nuevas. Este tipo de investigación tiene como propósito aportar elementos teóricos al conocimiento científico, sin la intención de su corroboración directa e inmediata. Busca desarrollar determinada rama del sistema de conocimiento que comprende una ciencia. (antología,2020).

**Enfoque cualitativo:** utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación y puede o no probar una hipótesis en su proceso de interpretación(sampieri,2014).

**Investigación documental**

 Teórica-dogmática, depende fundamentalmente de la información recogida o consultada en documentos o cualquier material impreso susceptible de ser procesado, analizado e interpretado. Son los trabajos cuyo método de investigación se centra exclusivamente en la recopilación de datos existentes en forma documental, ya sea de libros, textos o cualquier otro tipo de documentos; su único propósito es obtener antecedentes para profundizar en las teorías y aportaciones, ya emitidas sobre el tópico o tema que es objeto de estudio, y complementarlas, refutarlas o derivar, en su caso, conocimientos nuevos. (antología,2020)

* 1. **Ubicación**

La realización de esta tesis se aplicará para la población de Comitán de Domínguez.

1. **Cronograma de actividades**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semanas | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 |
|  Actividades | Enero | Febrero | Marzo | Abril | Mayo | Junio | Julio |
| 1. Bases teóricas |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 2. Selección del tema |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 3. Delimitación del tema |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 4.Planteamiento del problema |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 5. Objetivos |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 6. Justificación |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 7. Hipótesis |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 8. Marco de la investigación |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 9. Metodología |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10. Primera entrega |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |

1. **Bibliografía:**

 <https://vitalia.es/b13m93/nutricion-que-es>

<https://www.significados.com/beneficio/>

<https://conceptodefinicion.de/vitaminas/>

<https://www.significados.com/minerales/>

<https://www.gestiopolis.com/que-es-consumo/>

<http://sgpwe.izt.uam.mx/files/users/uami/ifig/Plantas_medicinales_Seminario_Final_Silva_Nataly.pdf>

<https://www.tiposde.com/plantas-comestibles.html>

<https://definiciona.com/variedad/>

<https://www.significados.com/propiedad-fisica/>

<https://www.ecured.cu/Toxicidad>

<https://www.salud180.com/salud-z/herbolaria>

<http://www.scielo.org.mx/pdf/acm/v79s2/v79s2a18.pdf>

<http://metodos-comunicacion.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/219/2014/04/Hernandez-Sampieri-Cap-1.pdf>

<http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-01952012000300006>

Cuestionario sobre los beneficios de las plantas medicinales y comestibles en la salud.

Datos personales

Sexo: Femenino \_\_\_\_\_\_ Masculino\_\_\_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Marque las siguientes preguntas con una X

1. ¿Conoce los beneficios de las plantas medicinales y comestibles?

Sí\_\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

2. ¿A consumido algún tipo de plantas?

Sí\_\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_\_

3. ¿De qué tipo?

Comestibles\_\_\_\_\_\_\_\_ Medicinales\_\_\_\_\_\_\_

4. ¿Quién le ha transmitido estos conocimientos sobre el consumo de las plantas?

Bis Abuelos \_\_\_\_\_\_ Abuelos \_\_\_\_ padres \_\_\_\_ conocidos\_\_\_\_\_

5. ¿Le ha causado un beneficio positivo el consumir las plantas medicinales?

Sí\_\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

6. ¿Qué plantas comestibles consume más?

Frutas\_\_\_\_\_ verduras\_\_\_\_\_ tuberculos\_\_\_\_\_\_\_

Otros\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. ¿Qué plantas medicinales consume más?

Manzanilla\_\_\_\_\_\_ Té de Limón\_\_\_\_\_\_\_ Té de Canela\_\_\_\_\_\_\_

Otros\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. ¿le gusta consumir productos naturales o químicos?

Químicos\_\_\_\_\_\_ naturales\_\_\_\_\_\_\_\_

1. ¿consume tés, infusiones u otro de este tipo?

Si\_\_\_\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_\_\_\_ Otros\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nombre: Sissy Beatriz Villatoro Alvarado