



**Nombre del alumno: Erika Patricia Altuzar Gordillo**

**Nombre del profesor: Sergio Jiménez Ruiz**

**Reporte de lectura**

**Materia: Antropología médica.**

**Grado: 2º semestre**

**PASIÓN POR EDUCAR**

Comitán de Domínguez Chiapas a 9 de Noviembre del 2020

## Plantas medicinales.

El uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan las diferentes partes de la planta, según sea la afectación o la recta en cuestión. Lo más común es usar las hojas y las flores y esporádicamente, el tallo o la raíz. Las plantas medicinales se consumen directamente o pueden prepararse como infusiones o en presentación homeopática. El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continúa extendiéndose a nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta las más extremadamente bajas. En la mayoría de los casos se desconoce el o los principios activos químicos relacionados con los efectos benéficos que se les atribuyen. En años recientes, diversos grupos de investigación realizan esfuerzos para identificar compuestos con actividad biológica en un intento de aportar mayor conocimiento a este campo. Sin embargo, la caracterización química exhaustiva de miles de especies utilizadas en la medicina tradicional está muy lejos de completarse. En México existen un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional, producto

de la combinación de la herbolaria Precolombina y la europea. Además de ser recomendadas para tratar malestares o enfermedades muy comunes como la diabetes, quemaduras y problemas estomacales, entre otros.

Las especies seleccionadas son: árnica, epazote, hierbabuena, insulina, leuca, manzanilla, stevia y sábila. En general, se desconoce la variabilidad genética de estas especies. A estas especies de plantas medicinales se les puede encontrar a lo largo del país, en lugares tan populares como los jardines de las grandes ciudades o en los trospatios de las casas de campo mexicano. Algunas de estas plantas se ofertan frescas en los puestos de los frangos o secas por los curseros o las tiendas naturistas. La comercialización tan generalizada y el uso indiscriminado puede ponerlas en extinción.

Antes de utilizar cualquier planta medicinal para tratar algún padecimiento, sobre todo aquellos que son de alto riesgo, se sugiere primero consulten con un facultativo ya que no se recomienda sustituir un tratamiento prescrito por un remedio casero que involucre cualquier planta medicinal.

**Árnica:** Las dos especies de Árnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o como antimicrobianos y

antioxidantes así como para el tratamiento de contusiones, esguinces y problemas reumáticos, heridas, hematomas, dolor y angina.

**Epazote:** Las tes de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote han sido utilizado por siglos, de manera tradicional por diferentes poblaciones de América latina y el Caribe como condimento y en la medicina tradicional. En los primeros años del siglo XX, el aceite esencial del epazote se utilizó como antihelmínticos en humanos, perros, gatos, caballos y cerdos.

**Hierbabuena.** La hierbabuena se utiliza ampliamente en el tratamiento de diversos padecimientos como náuseas, vómito y desórdenes gastrointestinales. La planta y el aceite de hierbabuena también se utiliza como repelente de hormigas, mosquitos y avispa.

**Insulina:** Las hojas de la insulina se utilizan como suplemento en el tratamiento de la diabetes; se sabe que las personas diabéticas comen una hoja diaria para mantener bajos los niveles de glucosa en la sangre, para tratar desórdenes renales.

**Lavanda:** Son utilizadas como plantas de ornato y para la obtención de concentrados aromatizantes o con fines condimentación. La especie que es más utilizada es *L. angustifolia* conocida como espliego. También se utilizan los lavayenes de origen híbrido. Super, y en menor medida, *L. dentata*, *L. stoechas*.

Referencias:

( Guzmán Maldonad, Díaz Huacuz, & González Chavira, 2017)

Guzmán Maldonad, H., Díaz Huacuz, R., & González Chavira, M. (2017). PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL. *SAGARPA*, 6.