



Nombre del alumno: Jacqueline Domínguez Arellano

Nombre del profesor: Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Nombre del trabajo: Control de lectura del tema “Plantas medicinales”

Materia: Interculturalidad y salud II

Grado: 2°

Comitán de Domínguez Chiapas a 10 de noviembre de 2020

Plantas medicinales

En México, el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan las diferentes partes de la planta, según sea la afección o la receta 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 las 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 México, existe un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbaria precolombina y la europea. Las especies seleccionadas son: árnica, epazote, hierbabuena, insulina, lavya, manzanilla, Stcua y sábila. En general, se desconoce la variabilidad genética de estas especies. La Arnica, la literatura describe al menos dos especies de África: *Heteroteca Inulaoides* o *Arnica mexicana* y *Arnica montana* L. de origen europeo. Las dos especies de *Arnica* han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o como antimicrobianos (*Staphylococcus aureus*, *Escherichia coli*) y antioxidantes, así como el tratamiento de contusiones, esguinces y problemas reumáticos, heridas, hematomas, dolor y angina. La palabra epazote proviene del Nahuatl *epatl*,

hierbaefélida y tzoll, dulce, lo cual se refiere al olor tan fuerte que tiene esa hierba y que para muchos es desagradable. El epazote pertenece a la familia Chenopodiace. En México, se le conoce como epazote o yerba del zorillo, paico, bitia o caa-na. Es una planta aromática, perenne más o menos pubescente, con el tallo usualmente prostrado, olor fuerte y de aproximadamente 40 cm de altura. Las tes de las hojas, raíces e inflorescencia del epazote han sido utilizados por siglos, en los primeros años del siglo XX, el aceite esencial del epazote se utilizó como anti-helminético en humanos, perros, gatos, caballos y cerdos. Su uso pasó a hacer recomendada como emenagogo y abortificante. El género Mentha, uno de los miembros más importantes de la familia Lamiaceae, está representado por 14 miembros y 13 híbridos naturales. Su nombre común es hierbabuena. Por sus características de aroma, la hierbabuena es utilizada ampliamente en el tratamiento de diversos padecimientos como vómito, náuseas y trastornos gastrointestinales. La hoja seca en polvo se llegó a utilizar para emblanquecer los dientes. La planta y el aceite de hierbabuena también se han utilizado como repelente de hormigas, mosquitos y cucarachas. La especie *Costus igneus* Nak. Esta planta es conocida comúnmente como planta de la insulina. Las hojas de insulina se utilizan como suplemento en el tratamiento de la diabetes; se sabe que las personas diabéticas se comen una hoja diaria para mantener bajos los niveles de glucosa en la sangre. Se ha recomendado como diurético, antioxidante

anti-microbiano y anti-cancerígeno. En la medicina tradicional de nuestro país, la parte aérea de la Insulina es utilizada como infusión para tratar desórdenes renales. El género Lavandula agrupa plantas de la familia Lamiaceas la cual incluye un gran número de especies diferentes que pueden crear confusión. Históricamente las plantas de Lavya son utilizadas como plantas de ornato y para la obtención de concentrados aromatizantes o con fines de condimentación. La esencia se utiliza en la industria de la cosmología y muy ocasionalmente en pomadas y otros productos para enmascarar olores desagradables. El aceite inhalado ha sido recomendado para disminuir la ansiedad y mejorar la memoria. Las infusiones, decocciones, pomadas y lociones de flor de lavya también han sido recomendados como diuréticos, cicatrizante y analgésico. Los téis de flores y tallos también son recomendados para tratar dolores reumáticos, tortícolis, dolor de cabeza, heridas, quemaduras, picaduras de insectos, hematomas, caída de pelo, anginas y resfriados. Las preparaciones de la manzanilla se utilizan para tratar muchos padecimientos incluidos la fiebre, inflamación, espasmos musculares, espasmos, desórdenes menstruales, insomnio, úlcera, herida, desórdenes gastrointestinales, dolor reumático y hemorroides. Las hojas de estevia se utilizan como agente endulcorante en general. En años recientes, la raíz de estevia es consumida como tal o preparada en téis para pacientes diabéticos con el fin de reducir los niveles de glucosa en sangre.

Bibliografía

Maldonado, S. H., Huacuz, R. S., & Chavira, M. M. (2017). PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL. *INSTITUTO NACIONAL DE INVESTIGACIONES FORESTALES, AGRÍCOLAS Y PECUARIAS, CENTRO DE INVESTIGACIÓN REGIONAL CENTRO CAMPO EXPERIMENTAL BAJÍO*, 1-36.