



**Nombre de alumno: Rafael Alejandro Velazco
Bermúdez**

**Nombre del profesor: Lic. Nancy Domínguez
Torres**

PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del trabajo: Manual de plantas
medicinales**

**Materia: Enfermería y practicas alternativas de
salud**

Grado: 8vo cuatrimestre

Grupo: A

Pichucalco, Chiapas a 12 de febreroro del 2020



PLANTAS MEDICINALES

INTRODUCCIÓN

Actualmente la medicina tradicional es un recurso fundamental para la salud humana. Las plantas y árboles empleados son la base para el desarrollo de la medicina moderna, y en algunas zonas rurales e indígenas, son el único recurso del que disponen a falta de instituciones médicas y recursos monetarios para la adquisición de medicina moderna.

En algunas de las comunidades de nuestro municipio de pichucalco, aún se mantiene viva la medicina tradicional. Sin embargo, las especies empleadas se han modificado a la par de los ecosistemas. En años anteriores las especies utilizadas eran solo nativas, actualmente también se emplean algunas introducidas. Así mismo las especies de amplia distribución en el país son empleadas en gran medida, por lo que los beneficios son diversos y de gran importancia. El presente listado es sólo una muestra del conocimiento que algunas personas de estas comunidades tienen acerca de la medicina tradicional.

La difusión de esta información busca que los pobladores tengan acceso a los conocimientos de sus propias regiones y que se generalice el conocimiento en las distintas comunidades, a fin de que su uso se difunda y con ello se cree la necesidad de mantener esta diversidad vegetal en los potreros y en los huertos familiares. Gracias al conocimiento que mantienen estas personas, hoy en día podemos beneficiarnos a través del uso de plantas medicinales, y no solo para combatir enfermedades, pues algunas también son empleadas como parte de los alimentos y en cercas vivas.

Índice.

Presentación.....	1
Introducción.....	2
Índice.....	3
Desarrollo.....	4 - 23
Conclusión.....	24
Bibliografía.....	25

AGUACATE

FAMILIA: Lauraceae

NOMBRE CIENTÍFICO: Persea americana

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: colesterol y diabetes.

PREPARACIÓN: para el colesterol hervir siete hojas en un litro de agua y tomar como agua de tiempo. Características: árbol frondoso y de hoja perenne; con floración generosa. Flores de color verde, aparecen en racimos. El fruto es de color verdoso, de superficie lisa o rugosa y piel fina o gruesa, dependiendo de la variedad. Florece de enero a marzo y de agosto a octubre.

DEFINICIÓN: Árbol tropical de tronco erecto, copa dilatada y globosa, hojas perennes y grandes, en forma elíptica o de lanza, flores verdosas en espiga y fruto comestible, en forma de drupa carnosa; puede alcanzar hasta 20 m de altura.

ORIGEN: México es el centro de origen del aguacate. La evidencia más antigua del consumo de esta fruta data de 10,000 años A. C. y fue encontrada en una cueva localizada en Coxcatlán, Puebla. El origen del aguacate tuvo lugar en las partes altas del centro y este de México, y partes altas de Guatemala.

CONTRAINDICACIONES: Vómitos, diarrea o fiebre son algunos de los síntomas que podrían surgir si se consume una semilla con toxinas como la del aguacate



ALACRANCILLO

NOMBRE CIENTÍFICO: Heliotropium indicum

FAMILIA: Boraginaceae Parte empleada: raíz.

USOS: asma y próstata.

PREPARACIÓN: para el asma, se hierve un pedazo de raíz con una ramita de jícaro y se toma una cucharada sopera, dos o tres veces al día, durante dos o tres días, dependiendo la gravedad del asma.

CARACTERÍSTICAS: planta anual, de tallo erecto, con un crecimiento de no más de 50cm. Presenta flores pequeñas de color lavanda suave a blanco, las cuales crecen en la parte final de la ramas. Florece y fructifica de enero a diciembre.

DEFINICIÓN:

Planta silvestre americana, de la familia de las boragináceas, como de unos 30 cm de altura, hojas lanceoladas y velludas, y florecillas en una espiga encorvada a manera de cola de alacrán.

ORIGEN: Heliotropium angiospermum es una especie de planta herbácea perteneciente a la familia de las boragináceas. Es originaria de América.

CONTRAINDICACIONES: El consumo de esta planta está contraindicado en mujeres embarazadas y en niños menores de 5 años. En el resto de las personas no se debe beber más de una taza de infusión diaria preparada con no más de 5 gramos de hojas secas o frescas por cada taza de agua hervida.



ANILILLO

NOMBRE CIENTÍFICO: Blechum brownei

FAMILIA: Acanthaceae

PARTE EMPLEADA: rama y hoja.

USOS: anemia y riñón.

PREPARACIÓN: Para anemia se hierve un poco de agua con una rama grande y se toma como agua del día. Para el riñón calentar un litro de agua y cuando esté hirviendo, colocar una ramita por unos segundos y retirarla para que no se pierdan las propiedades. Se toma un vaso dos veces por día durante una semana.

CARACTERÍSTICAS: arbusto o arbolito de hasta 3m de altura, con las hojas en grupos. Sus flores son rojas o naranjas y están en las partes terminales. Los frutos son globosos o alargados y de color rojo cambiando a negro. Florece de enero a diciembre.

DEFINICIÓN: es una hierba medicinal que mide 3m de altura sus hojas son alargadas y puntiagudas de color verde a pálido, estas hojas están dobladas como si estuvieran marchitadas estos están envueltos en capullos el uso mas importante de esta planta es para problemas de la piel y las heridas. En algunas zonas de México también se le conoce como Cancerillo y olotillo.



ÁRNICA

NOMBRE CIENTÍFICO: Tithonia diversifolia

FAMILIA: Asteraceae

PARTE EMPLEADA: rama y hoja.

USOS: curar heridas y dolores.

PREPARACIÓN: Para heridas, hervir unas ramas añadiendo ramas de hierba cancerina y golondrina, y limpiar la herida con la preparación. Para dolores, machacar hojas y untar en la zona de dolor.

CARACTERÍSTICAS: Planta herbácea o arbustiva robusta, hojas alargadas y ovaladas. Las flores son grandes y amarillas. El tallo es erecto, ramificado, las ramas tiernas cubiertas de pelillos, que con la edad se pierden

DEFINICION: El árnica es una planta medicinal muy utilizada para tratar contusiones, dolores reumáticos, escoriaciones y dolores musculares, debido a que posee un potencial antiinflamatorio significativo y propiedades analgésicas

ORIGEN: A pesar de ser endémica de Europa central y meridional se ha logrado introducir y cultivar con éxito en Estados Unidos de América y Escocia

CONTRAINDICACIONES: La intoxicación con árnica, sobre todo en dosis altas, puede provocar, en efecto, irritación de las mucosas gástricas, trastornos digestivos acompañados de vómitos o diarreas, pero también alteraciones nerviosas, vértigo, alucinaciones, disnea y fallos cardíacos.



BUGAMBILIA

NOMBRE CIENTÍFICO: Bougainvillea glabra

FAMILIA: Nyctaginaceae

PARTE EMPLEADA: flor.

USOS: tos.

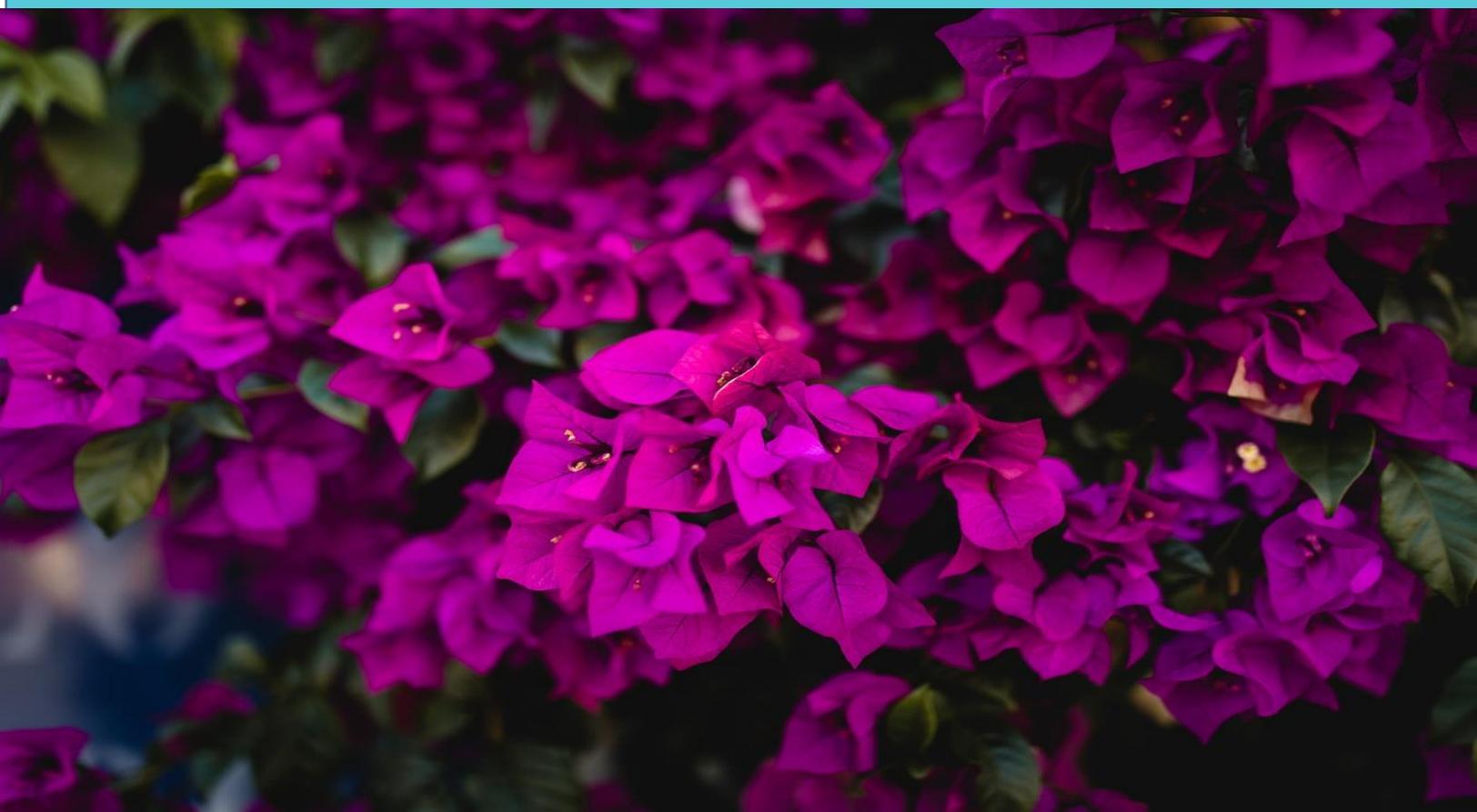
PREPARACIÓN: hervir unas flores en un litro de agua. Tomar como agua de tiempo mientras se presenta la tos.

CARACTERÍSTICAS: arbusto extendido o trepador, con ramas leñosas provistas de espinas fuertes y generalmente rectas. Con flores pequeñas amarillas cubiertas de hojas modificadas de color llamativo, las cuales generalmente confundimos con la flor.

DEFINICION: Arbusto trepador, de tallos leñosos muy ramificados, hojas pequeñas y lanceoladas; sus flores, pequeñas y blancas, están rodeadas de brácteas que semejan flores, de color solferino, rojo, anaranjado, lila, etc. Es muy apreciado como ornamento en los jardines

ORIGEN: Es originaria de Brasil y habita en climas cálido, semicálido, semiseco y templado

CONTRAINDICACIONES: hay que tener cuidado de no tomar mucha y de ver que no provoque ninguna alergia. No se recomienda que las mujeres embarazadas la usen, ni aquellos que tengan afecciones renales, osteoporosis o algún problema en el hígado. Con un poco de cuidado de no tomar demasiada puede ayudar muchísimo



EPAZOTE

NOMBRE CIENTÍFICO: Chenopodium ambrosioides

FAMILIA: Chenopodiaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: desparasitar.

PREPARACIÓN: hervir unas hojas en agua y tomarla en ayunas por la mañanas durante dos días.

CARACTERÍSTICAS: es una planta erguida o ascendente, de 40cm a 1m de alto. El tallo es simple o ramificado. Las hojas son aromáticas y tienen forma de lanza. Los frutos son pequeños, de 1mm de ancho. La planta tiene un olor fuerte

DEFINICION: Planta aromática, de tallo ramoso y hojas lanceoladas, flores aglomeradas en racimos laxos y sencillos, y semillas de margen obtuso; sus hojas y flores se toman en infusión o se usan como condimento.

ORIGEN: Esta planta es originaria de América, y ya era conocida y utilizada por los aztecas en el actual México

CONTRAINDICACIONES: tomado en exceso puede causar náuseas, vómitos, intenso dolor abdominal y de cabeza e incluso, trastornos neurológicos con crisis convulsivas, parálisis y en casos extremos, coma



CEDRO

NOMBRE CIENTÍFICO: Cedrela odorata

FAMILIA: Meliaceae

PARTE EMPLEADA: corteza. Usos: quitar hernias y quistes. Preparación: frotar una tirita roja en la hernia.

CARACTERÍSTICAS: árbol caducifolio, de 20 a 40m de altura. De copa grande, redondeada, robusta. El tronco es recto y robusto y presenta corteza fisurada de color pardo a rojiza.

DEFINICION: Árbol que puede alcanzar los 40 m de altura, de tronco grueso en forma piramidal. Es de hoja perenne y su madera es duradera y muy aromática.

ORIGEN: Se origina en Michoacán, Veracruz, Puebla, Oaxaca, Campeche, Yucatán y Chiapas

CONTRAINDICACIONES: Las contraindicaciones en el exceso en el uso del cedro es no tomarlo personas embarazadas y personas que parecen de la presión arterial alta ya que este tiene a aumentar la presión.



EPAZOTE

NOMBRE CIENTÍFICO: Chenopodium ambrosioides

FAMILIA: Chenopodiaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: desparasitar. Preparación: hervir unas hojas en agua y tomarla en ayunas por la mañana durante dos días.

CARACTERÍSTICAS: es una planta erguida o ascendente, de 40cm a 1m de alto. El tallo es simple o ramificado. Las hojas son aromáticas y tienen forma de lanza. Los frutos son pequeños, de 1mm de ancho. La planta tiene un olor fuerte.

DEFINICIÓN: Es una planta herbácea natural de America Central y México. Su cultivo se ha extendido a Estados Unidos, Sudamérica y algunos países del Mediterráneo, especialmente Francia

ORIGEN: El lugar de origen del epazote aún está siendo investigado por expertos mediante un estudio genético de tal planta en todos los lugares en que se ha comprobado ha estado desde hace siglos, la cual si bien desde siempre se ha pensado es originaria de México

CONTRAINDICACIONES Por su acción irritante no debe exagerar su uso ni en periodos de tiempo muy largos, porque puede provocar cólicos y diarrea, y mucho menos si existe alguna enfermedad del hígado, pues puede resultar muy peligrosa.

No debe usarse en caso de nefritis. Su uso está totalmente desaconsejado durante el embarazo (puede provocar aborto), tampoco en la lactancia.



GOLONDRINA

NOMBRE CIENTÍFICO: Euphorbia prostrata

FAMILIA: Euphorbiaceae

PARTE EMPLEADA: todo.

USOS: cálculos renales, cutis, diarrea, limpieza de heridas.

PREPARACIÓN: Para el cutis, hervir la planta con hojas de árnica y manzanilla. Limpiar la cara por las noches. Para la diarrea, hervir toda la planta con hojas de guayabo en un litro de agua y tomar. Para la limpieza de heridas, hervir la planta con hojas de árnica y limpiar la herida con el agua.

CARACTERÍSTICAS: es una planta pequeña que crece acostada sobre el suelo y tiene tallos de color rosa o púrpura, con pelos y jugo lechoso. Las hojas son diminutas, y las flores se encuentran en la parte terminal de las ramas. Los frutos son unas cápsulas pequeñas con tres semillas.

DEFINICIÓN: también conocida como celidonia mayor o golondrina, es una planta herbácea perenne de la familia de las amapolas (Papaveraceae). Es la única especie del género Chelidonium.

ORIGEN: planta herbácea de regiones templadas de Sudamérica, actualmente naturalizada en varias regiones del Viejo Continente

CONTRAINDICACIONES: A grandes dosis puede provocar somnolencia, bradicardia y parálisis de las terminaciones nerviosas sensitivas. Debe consumirse mezclada con otras **plantas** y no en dosis elevadas y por tiempos prolongados.



GUAYABA

NOMBRE CIENTÍFICO: Psidium guajava

FAMILIA: Myrtaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: cabello y colitis.

PREPARACIÓN: preparar un té con las hojas o el fruto y tomar como agua de tiempo.

CARACTERÍSTICAS: árbol o arbusto siempre verde y frondoso, que alcanza de 3 a 10m de altura. Tiene el tronco generalmente torcido y muy ramificado. Los frutos son redondos, un poco achatados en los polos, de color crema amarillenta, y pueden pesar aproximadamente cien gramos. Tienen una pulpa gruesa, de color crema, sabor dulce y textura crujiente antes de su completa madurez, que es el momento ideal para el corte. La madurez se observa en la cáscara cuando alcanza un color verde amarillento o amarillo rosado. Son olorosos y muy sabrosos

DEFINICION: árbol tropical que corresponde a la familia de las mirtáceas y al orden de los mirtales, rica en azúcares y proteínas, en forma ovalada, de color rojo claro, su tamaño equivalente a una pera mediana de diversos colores, de sabor dulce, su pulpa sabrosa constituida por semillas pequeñas

ORIGEN: La guayaba corresponde a un género de al menos cien especies de árboles de variados tamaños e índole tropical, originarias del continente americano

CONTRAINDICACIONES: las personas que sufren del síndrome del colon irritable, hinchazón abdominal, flatulencia (gases) o de frecuentes diarreas, deben evitar el consumo de la fruta de guayaba, ya que al ser rica en fibra fomenta el movimiento de tracto intestinal lo que causa efectos secundarios digestivos en personas con los trastornos antes descritos.



HINOJO

NOMBRE CIENTÍFICO: Foeniculum vulgare

FAMILIA: Apiaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: DOLORES.

PREPARACIÓN: hervir unas hojas con hierba maestra, ruda, estafiate, manzanilla y ajo.

CARACTERÍSTICAS: planta herbácea de hasta 2m de alto. El tallo brillante, finamente estriado, con franjas azulosas. Las hojas están divididas en segmentos y presenta flores amarillas.

DEFINICIÓN: Planta herbácea umbelífera que alcanza los 2 m de altura, aromática, de tallos erguidos y ramosos, hojas muy divididas en lacinias filiformes y flores pequeñas y amarillas, usada en medicina y como condimento: el **hinojo** es un buen diurético

ORIGEN: Recordemos que el hinojo es la única planta del género Foeniculum y pertenece a la familia de las Umbelíferas. Esta planta guarda su origen es la zona **meridional de Europa**, sin embargo, su cultivo se ha expandido por gran parte del planeta tierra

CONTRAINDICACIONES: Dos de los componentes químicos principales del hinojo, como son el anetol y el estragol, si bien pueden ser beneficiosos para la salud, en cantidades muy altas, sobre todo en productos concentrados como las esencias, pueden ser tóxicos.



MAGUEY MORADO

NOMBRE CIENTÍFICO: Rhoeo discolor

FAMILIA: Commelinaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: infección vaginal.

PREPARACIÓN: hervir una hoja en agua suficiente para emplear en baños de asiento.

CARACTERÍSTICAS: planta de tallo corto del que salen numerosas hojas empalmadas, arrosetadas, de 30 o más centímetros de largo. Tienen forma de espada, por encima verdes y el reverso violeta o morado púrpura.

DEFINICIÓN: llamada popularmente maguey morado es una especie herbácea perteneciente a la familia de las commelináceas

ORIGEN: México y Centroamérica, y naturalizada en Florida, Texas, Hawái y varias islas oceánicas

CONTRAINDICACIONES: Uno de las posibles contraindicaciones que puede haber en esta beneficiosa planta medicinal, es los posibles riesgos de alto nivel de fructuosa, que si se toma en grandes cantidades puede ocasionarte algunos malestares adversos en la salud.

Uno de ellos podría ser el daño al hígado, debido al alto consumo de fructuosa que contiene el jugo de maguey. Por lo tanto, se debe de tener en cuenta este factor.



MANGO

NOMBRE CIENTÍFICO: Mangifera indica

FAMILIA: Anacardiaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: sangrado de encías.

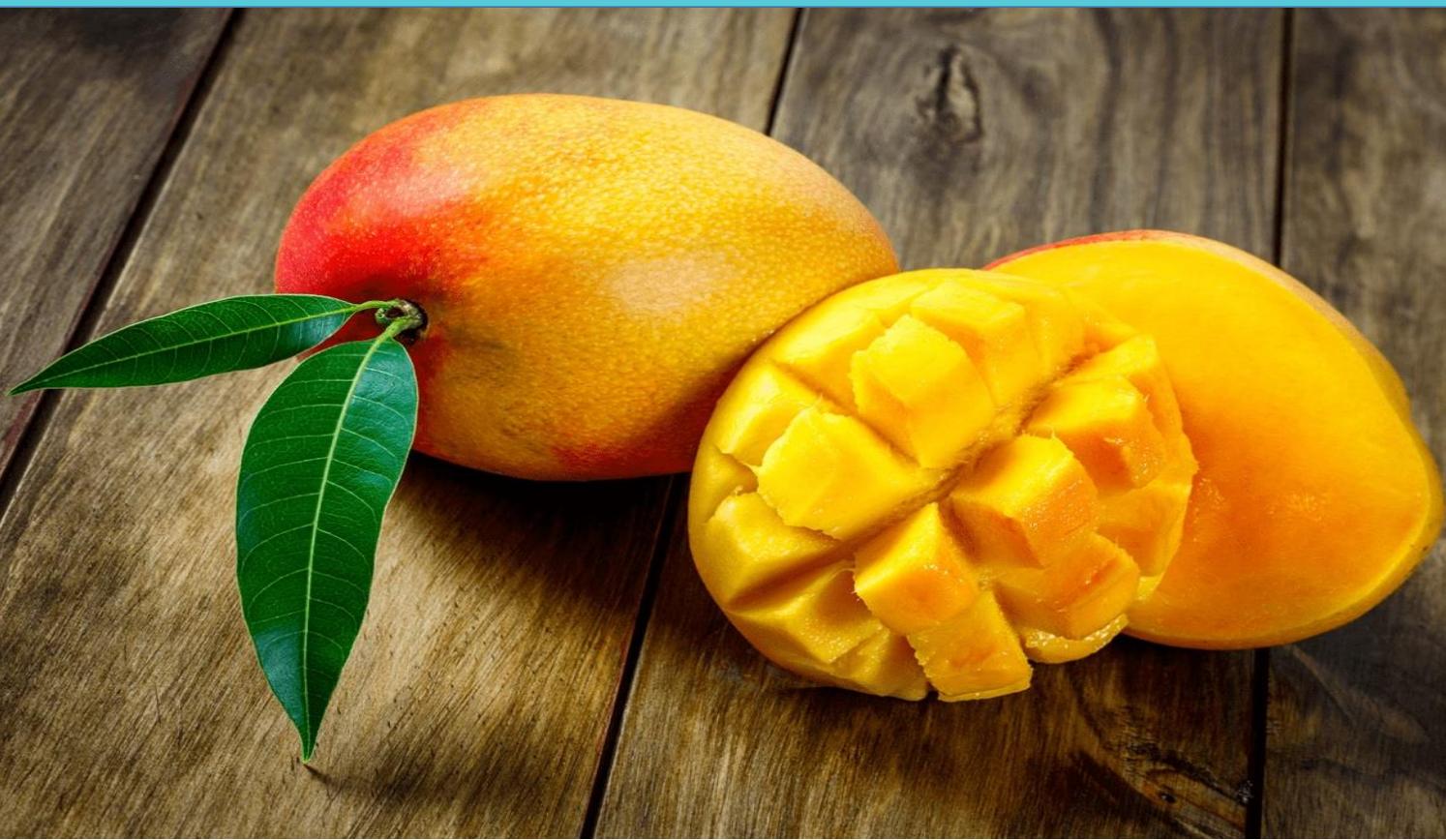
PREPARACIÓN: preparar un té de hojas y hacer enjuagues bucales.

CARACTERÍSTICAS: árbol de hasta 20m de altura, con el tronco grueso con un follaje denso y extendido. Tiene las hojas de 10 a 20cm de largo, de color verde oscuro o verde pálido sin pelos. Las flores son verde-blanquecinas o amarillentas, agrupadas en racimos muy grandes. Fruto succulento, carnoso, de forma ovalada, de 5 a 15 centímetros de largo de color verdoso, y amarillento o rojizo cuando maduro. Son frutos muy dulces. Encierran un hueso grande y aplanado, rodeado de una cubierta leñosa.

DEFINICION: El mango es el nombre de las frutas de varias especies de árboles del género Mangifera, especialmente de Mangifera indica, y sus numerosos cultivares.

ORIGEN: El origen del mango procede del idioma tamil Mangay que luego en portugués se le llama Manga. Los **mangos** son oriundos de Asia (sudeste), Birmania del Norte y de la india (noreste) donde actualmente hay especies silvestres.

CONTRAINDICACIONES: el mango no debe ser utilizado por personas que padecen diabetes, Incluso una persona sana no debe comer más de dos mangos pequeños por día. El hecho es que cuando se come en exceso, esta fruta puede causar acidez, estreñimiento e incluso gastritis.



NARANJA AGRIA

NOMBRE CIENTÍFICO: Citrus sp.

FAMILIA: Rutaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: nervios.

PREPARACIÓN: hacer un té con las hojas y tomar. **Características:** es un árbol con numerosas ramas. Las hojas son alargadas con bordes irregulares. Los frutos son grandes y jugosos, de color verde amarillento o anaranjado-rojizo al madurar, con cáscara rugosa.

DEFINICION: Fruto de la familia de las rutáceas de sabor agrio, ligeramente más pequeña que la naranja común, de piel rugosa; tiene muchas semillas y es poco jugosa.

ORIGEN: Es originaria del sur de China y, al igual que la naranja común, llegó a tierras americanas en el siglo XVI.

CONTRAINDICACIONES: hay varios informes de casos de accidente cerebrovascular isquémico y cardiotoxicidad que incluyen taquiarritmia, paro cardíaco, síncope, angina, infarto de miocardio, arritmia ventricular y muerte en pacientes por lo demás sanos que han tomado extracto de naranja amarga solo o en combinación con otros estimulantes como la cafeína



NEEM

NOMBRE CIENTÍFICO: Azadirachta indica

FAMILIA: Meliaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: diabetes.

PREPARACIÓN: hervir en dos litros de agua 10 hojas y tomar como agua de tiempo.

CARACTERÍSTICAS: árbol de 15 a 20m de altura. El fruto es en forma de aceituna, lisos y de un color de amarillo verdoso a amarillo cuando maduran

DEFINICIÓN: Es un árbol perteneciente a la familia Meliaceae originario de la India y de Birmania, que solo vive en regiones tropicales y subtropicales.

ORIGEN: originario de la India y de Birmania,

CONTRAINDICACIONES: El extracto de la hoja de nim también provoca bradicardia (ritmo cardíaco lento), irregularidades en el ritmo cardíaco o presión arterial baja. Aunque no se ha estudiado bien en seres humanos, el nim puede provocar aumentos en los niveles de amoníaco en el cuerpo o disminuciones del azúcar en la sangre.



NONI

NOMBRE CIENTÍFICO: Morinda citrifolia

FAMILIA: Rubiaceae

PARTE EMPLEADA: fruto.

USOS: varias enfermedades y reforzar el cuerpo.

PREPARACIÓN: licuar el fruto con jugo de uva y tomar por las mañanas.

CARACTERÍSTICAS: es un arbusto o árbol pequeño, de 3 a 10m de altura, con abundantes hojas anchas, elípticas. Sus flores son aromáticas y de color blanco. Los frutos son de forma ovoide, y son amarillos cuando están maduros, luego se vuelven blancos, con una cáscara cubierta de pequeñas protuberancias, cada una de las cuales contiene una semilla.

DEFINICION: Arbusto tropical. Un extracto de su fruto está en estudio para el tratamiento de cáncer; y, los extractos del fruto, la hojas o las raíces se han usado en algunas culturas para tratar otras enfermedades.

ORIGEN: originaria del sudeste asiático, ha sido introducida a la India y la Polinesia

CONTRAINDICACIONES: Las raíces del Noni contienen antraquinones que lesionan el hígado.

El jugo puede causar niveles elevados de deshidrogenasa láctica y transaminasas.

Tiene niveles elevados de potasio, por lo que no debe de ser usado en pacientes con enfermedades renales (del riñón).



OREGANO

NOMBRE CIENTÍFICO: *Lippia graveolens*

FAMILIA: Lamiaceae

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: dolor de oído y tos.

PREPARACIÓN: para dolor de oído, frotar la hoja y exprimir en el oído el agua que sale de la hoja. Para tos, se soasan (calentar un poco en fuego) siete hojas pequeñas y se exprimen en una cuchara y se toman.

CARACTERÍSTICAS: pequeño arbusto perenne -dura más de un año- de 40cm a 1.5m de altura. Las hojas son simples, de color verde cenizo y muy olorosas. Las hojas brotan de dos en dos en cada nudo, una frente a otra; son enteras, ovaladas, acabadas en punta. Están cubiertas de pelusilla por ambas caras y miden hasta 4 cm. Toda la planta desprende un aroma agradable y especial.

DEFINICION: Planta aromática de tallos vellosos, hojas pequeñas y ovaladas, flores rosadas o malvas, agrupadas en espiga y fruto seco y globoso.

ORIGEN: nativa del oeste o suroeste de Eurasia y la región mediterránea. Se usa como condimento y en la preparación de infusiones herbales.

CONTRAINDICACIONES: Se deben evitar las dosis altas de orégano –en todas sus formas, pero especialmente el aceite esencial– porque podría provocar alteraciones gástricas de consideración, e intoxicación hepática. Se dan casos de alergia a las plantas de la familia de las labiadas, incluido el orégano



PALMA DE COCO

NOMBRE CIENTÍFICO: Cocos nucifera

FAMILIA: Arecaceae

PARTE EMPLEADA: fruto

USOS: para el cabello y desparasitar.

PREPARACIÓN: para desparasitar, preparar un licuado de agua de coco, con unas hojas de epazote y semillas de calabaza. Esto se toma por tres días en ayunas.

CARACTERÍSTICAS: la palma tiene un solo tronco, casi siempre inclinado, liso o áspero, y alcanza gran altura, de 10 a 20m. Es delgado -aproximadamente 50cm, y se va adelgazando conforme sube. El coco es casi una esfera muy grande, de 20 a 30cm y pesa hasta dos y medio kilogramos. Está cubierto de fibras. Adentro se aloja el agua de coco

DEFINICION El cocotero es una sola especie con múltiples variedades, diferenciadas básicamente por el color del fruto (amarillo o verde). Las plantas sólo presentan diferencias en el tallo.

ORIGEN: Sea cual sea su origen, hoy se encuentra distribuido por las costas intertropicales de todo el mundo, y es probable que su extensión se haya debido a la gran resistencia de su semilla, adaptada a ser diseminada a gran distancia por las corrientes marinas



PLATANILLO

NOMBRE CIENTÍFICO: Indigofera suffruticosa

FAMILIA: Fabaceae

PARTE EMPLEADA: frutos.

USOS: asma.

PREPARACIÓN: hervir tres frutitas en agua y tomar.

CARACTERÍSTICAS: hierba de 1.5m de altura, con tallos cuadrados. Las flores se encuentran en la unión del tallo y las hojas. Los frutos son pulposos, miden de 1 a 1.5cm, y las semillas son cilíndricas. Son conocidas como maleza de algunos cultivos

DEFINICION: Planta de lugares cálidos y húmedos , de hojas similares a las del plátano , largas hasta de un metro , que se usan para envolver especialmente alimentos , así como para fabricar techos rústicos .

ORIGEN: nativa del sur de América del Sur. Fue introducida a Inglaterra desde Sudamérica en 1731



RUDA

NOMBRE CIENTÍFICO: Ruta graveolens

FAMILIA: Rutaceae

PARTE EMPLEADA: rama.

USOS: dolor de estómago y gastritis.

PREPARACIÓN: para dolor de estómago, se hierven unas ramas en leche o agua, se deja enfriar por unos minutos. Posteriormente batir el preparado con un huevo y tomarlo mientras se presente el dolor. Para gastritis, preparar un té con unas hojas y tomarlo por las mañanas.

CARACTERÍSTICAS: arbusto de 50 a 90cm de altura, con un tallo muy ramificado. Las hojas están muy divididas, de color verde azulado y con aroma fuerte. Las flores son amarillas con el centro verde. Los frutos se abren en cuatro partes al madurar

DEFINICION: Planta aromática de hojas perennes, muy divididas, con numerosas glándulas esenciales, flores amarillas, agrupadas en ramilletes terminales, fruto en forma de cápsula redondeada, con lóbulos visibles, y semilla en forma de media luna.

ORIGEN: nativa del sur de Europa. Se suele cultivar como planta ornamental de jardín, en especial por sus hojas azuladas y por su tolerancia a suelos secos y al calor

CONTRAINDICACIONES: puede producir irritaciones estomacales, náuseas, vómitos, problemas en el sueño y dañar tanto el hígado como los riñones del niño



CONCLUSION

En este álbum mencionamos algunas de las plantas medicinales más usadas en América latina y en México, usada para cierto tipo de enfermedades más comunes.

Las plantas medicinales se han usado desde hace varios años, pero al siglo XXI en donde estamos, siguen sirviendo y utilizándose para las mismas enfermedades, claro, la medicina ha ido evolucionando y con estas plantas podríamos salir de una emergencia y es muy fácil de conseguir en los centros comerciales.

Mientras la medicina herbal tradicional utilizaba partes o extractos vegetales, la necesidad de comprender con precisión el uso de los distintos componentes, de graduar con precisión la dosis empleada y de elaborar de manera estandarizada fármacos homogéneos han llevado a que la mayoría de las drogas producidas por la industria farmacéutica contengan sólo el o los principios activos. En algunos casos, éstos aún se obtienen del procesamiento de las plantas medicinales; en otros casos, éstos se investigan para aislar el principio activo, y éste se sintetiza luego de manera artificial.

Los principios activos de las plantas pueden ser sustancias simples como alcaloides o bien mezclas complejas resinas, aceites esenciales, etc.. Los principios activos de las plantas, a los que hay que atribuir sus efectos curativos, pueden utilizarse en el tratamiento de gran número de enfermedades o dolencias.

Las preparaciones más frecuentes, que se pueden llevar a cabo en casa, son: Infusión, Decocción, Reducción, Maceración, Tintura o vinos medicinales, Jarabes, Zumo, Aceites medicinales, Vahos, Cataplasma y emplasto, Cocimiento, Compresa, Ensalada, Extracto, Gargarismo o enjuague, Jugo, Lavados, Lavativa o enema, Polvos, Preparados fitofarmacéuticos, Tintura y Vapores.

El estudio de los componentes de las plantas medicinales se centra en las sustancias que ejercen una acción farmacológica sobre el ser humano o los seres vivos en general. Algunos ejemplos de las propiedades medicinales de las plantas, presentan estas propiedades; Pectorales y antitusivas, Tónicas y digestivas, Laxantes, Diuréticas, Abortivas, Hipnóticas, Antirreumáticas, Vermífugas Y Vulnerarias.

BIBLIOGRAFÍA

AGUACATE Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera. 2014. México. En línea:
http://www.siap.gob.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=77&Itemid=427

Continental Trading S.A. de C.V. En línea:

<http://www.continentaltrading.com.mx/productos/tag/aguacate/page/2> Revista electrónica

Tlahui. El Aguacate (Persea americana Mill.), no sólo un alimento. 2009. En línea:

<http://www.tlahui.com/medic/medic28/aguacate.htm>

ALACRANCILLO Trompang elepante. 2014. En línea:

<http://stuartxchange.com/TrompangElepante.html> Botánica Cubana. Uso en la creencia

Afrocubana (Lucerocongo). 2014. En línea:

<http://botanicacubana.blogspot.mx/2013/07/alacrancillo-heliotropium-indicum-lin.html> Global Information Hub on Integrated Medicine. 2010-2011. En línea:

http://www.globinmed.com/index.php?option=com_content&view=article&id=78943:heliotropium-indicum-l-boraginaceae&catid=710:h

ANILILLO Biblioteca Digital de la Medicina Tradicional Mexicana. 2009. En línea:

<http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx/monografia.php?l=3&t=Hamelia%20patens&id=7013> Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad 2014. En línea:

<http://www.conabio.gob.mx/malezasdemexico/rubiaceae/hamelia-patens/fichas/ficha.htm>

Plantas medicinales de la Gente de Hacha. 2009. Impresol. Bogotá-Colombia. En línea:

http://www.bdigital.unal.edu.co/2349/4/9789588546070_Parte_2.pdf

ÁRNICA Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad 2014. En línea:

<http://www.conabio.gob.mx/malezasdemexico/asteraceae/tithonia-diversifolia/fichas/ficha.htm>

Ríos Kato, C.I. 2009. *Tithonia diversifolia* (hems.) Gray, una planta con potencial para la producción sostenible en el trópico. Conferencia electrónica de la FAO sobre “Agroforestería para la producción animal en Latinoamérica”. Biblioteca Digital de la Medicina Tradicional Mexicana.

2009. En línea:

<http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx/monografia.php?l=3&t=%C3%81rnica&id=71>

21

