

**Nombre de alumna: Sara Galilea Martínez Quevedo.**

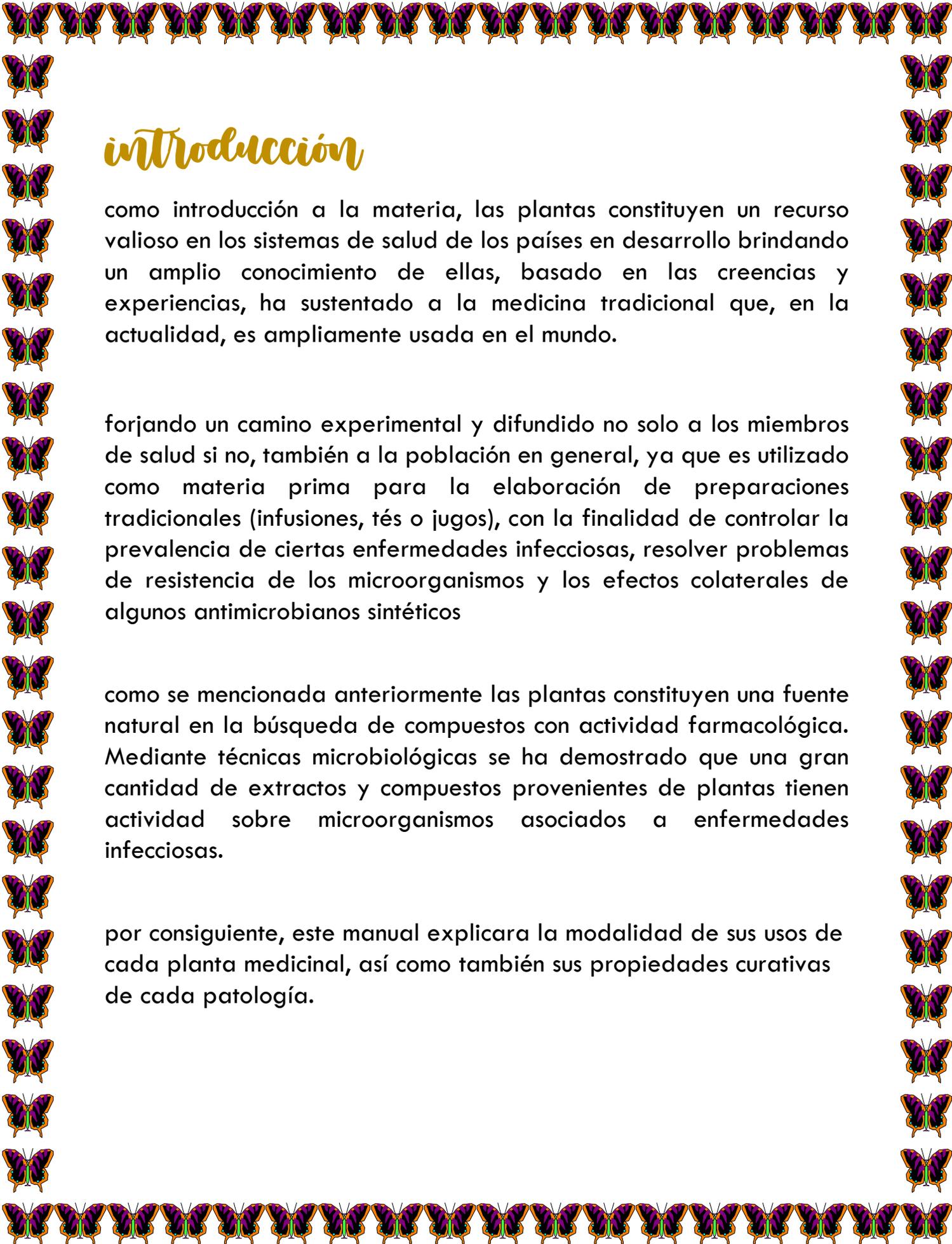
**Nombre del docente: Lic. Nancy Domínguez Torres**

PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del trabajo: manual de plantas**

**Materia: enfermería y practicas alternativas de enfermería**

**Grado: 8to cuatrimestre**

A decorative border of colorful butterflies (purple, orange, and black) surrounds the text. The butterflies are arranged in a continuous line along the top, bottom, and sides of the page.

## introducción

como introducción a la materia, las plantas constituyen un recurso valioso en los sistemas de salud de los países en desarrollo brindando un amplio conocimiento de ellas, basado en las creencias y experiencias, ha sustentado a la medicina tradicional que, en la actualidad, es ampliamente usada en el mundo.

forjando un camino experimental y difundido no solo a los miembros de salud si no, también a la población en general, ya que es utilizado como materia prima para la elaboración de preparaciones tradicionales (infusiones, tés o jugos), con la finalidad de controlar la prevalencia de ciertas enfermedades infecciosas, resolver problemas de resistencia de los microorganismos y los efectos colaterales de algunos antimicrobianos sintéticos

como se mencionada anteriormente las plantas constituyen una fuente natural en la búsqueda de compuestos con actividad farmacológica. Mediante técnicas microbiológicas se ha demostrado que una gran cantidad de extractos y compuestos provenientes de plantas tienen actividad sobre microorganismos asociados a enfermedades infecciosas.

por consiguiente, este manual explicara la modalidad de sus usos de cada planta medicinal, así como también sus propiedades curativas de cada patología.



# Contenido

introducción .....	2
ABRÓTANO HEMBRA.....	5
Acedera (Rumex acetosa) .....	6
Abeto (Abies alba) .....	8
Acelga (Beta vulgaris var. cicla) .....	10
Aciano (Centaurea cyanus).....	12
Acebo (Ilex aquifolium).....	14
CALÉNDULA .....	17
.....	18
Damiana .....	19
DIENTE DE LEON .....	20
ENELDO .....	23
EQUINACEA .....	24
EUCALIPTO.....	25
GENCIANA.....	27
GINKGO BILOBA.....	28
GINSENG .....	29
LIMONCILLO .....	31
LINAZA.....	33
MALVA.....	35
MANZANILLA CRIOLLA .....	37
ormidera (Papaver somniferum).....	39
conclusión.....	41
referencias bibliográficas .....	42







# ABRÓTANO HEMBRA

Santonina Chamaecyparissus



## DEFINICIÓN DE LA PLANTA Y SU ORIGEN.

Planta vivaz, de vistoso follaje, que alcanza los 60 cm de altura y crece en grandes matas agrupadas. El tallo, leñoso en su base, está recubierto por pequeñas hojas rugosas. Las inflorescencias en capítulos crecen al final de los tallos, son pequeñas florecillas de color amarillento que florecen en verano.

origen: región mediterránea

## PROPIEDADES

Antiinflamatorio, espasmolítico, aperitivo, digestivo, carminativo, expectorante, antiséptico, antifúngico, antihelmíntico y estrogénico.

En uso externo es antiflogístico y cicatrizante.

## INDICACIONES

En el tratamiento de la anorexia, dispepsias, flatulencia, espasmos gastrointestinales, gastritis, faringitis, bronquitis, asma, amenorrea, dismenorrea y menopausia.

## VÍAS DE ADMINISTRACIÓN Y PREPARACIÓN

Para uso interno se prepara en infusión, tomando 6 flores por taza. Se deja infusionar durante 10 minutos. Se toman 2-3 tazas al día.

En uso externo se prepara también por infusión de 20 g/l de agua. Se añaden 9 g/l de sal. Se aplica en forma de colirio, baño ocular, colutorio, irrigación vaginal o enema

## CONTRAINDICACIONES

No administrar, ni aplicar tópicamente a niños menores de seis años ni a personas con alergias respiratorias o con hipersensibilidad conocida a éste u otros aceites esenciales. Tampoco se debe usar el aceite esencial de esta planta durante periodos prolongados, debido a su posible neurotoxicidad.

# Acedera (*Rumex acetosa*)

## DEFINICION DE LA PLANTA Y

### ORIGEN

viene de origen catalán

Partes usadas: Hojas y raíz.

Hábitat: Planta nativa de Europa que puede crecer en cualquier tipo de suelo, aunque prefiere los ricos en hierro. Aparece en lugares húmedos y con mucha hierba. Común en la península Ibérica, aunque escasea algo hacia el sur.



Descripción: Planta de tallo erecto y estriado que puede alcanzar hasta un m de altura. Suele tener un color rojizo en la base. Posee una cepa tuberosa de la que arrancan numerosas raíces finas.

Hojas carnosas lanceoladas, comestibles y con sabor agrio. Las hojas inferiores están sostenidas por un largo peciolo que se va acortando en las hojas superiores, hasta casi desaparecer por completo.

### PROPIEDADES

Aperitiva y diurética, ligeramente laxante. Antiguamente tenía un gran valor como antiescorbútico debido a su alto contenido en vitamina C.

### INDICACIONES

Otras propiedades son: antianémica, depurativa de la sangre, remineralizante, mucolítica, descongestionante de la piel y estimulante de las defensas orgánicas.



## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION



Modo de preparación: Las hojas pueden hervirse como si fueran espinacas y consumirse. Hay que tirar el agua de cocción, pues es donde se encuentran los oxalatos. No debe consumirse esta agua ya que favorece la aparición de cálculos renales.

Polvo de raíz desecada. 1 g. de raíz de acedera, bien encapsulado, bien en cualquier otra forma sólida. Se toma una vez al día, por la noche antes de acostarse o por la mañana al despertar.

La infusión se prepara a partir de una cucharada de postre por taza de agua hirviendo. Se toman hasta dos tazas al día.

El vino de acedera se prepara dejando en maceración 15 g de la raíz seca en polvo durante 7 días en vino de buena calidad y posterior filtrado. Se toma un vasito en las principales comidas.



## Contraindicaciones

Debido al alto contenido en oxalatos no conviene el consumo de esta planta a los niños ni a personas que sufran de cálculos renales o arenillas.



# Abeto (*Abies alba*)

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Catalán: avet, Gallego: abetol, Vasco: izei.

Otros nombres: abeto blanco, abeto del Pirineo, pinabete, abeto europeo, abeto común, abeto macho, abetuna.

Familia: Pinaceae.

origen: regiones montañosas de Europa.



Hábitat: Especie muy frecuente en las cordilleras del centro y sur de Europa. En España ha quedado relegada a la cordillera pirenaica desde Navarra hasta Gerona, situándose su límite meridional en la Sierra del Montseny.

Descripción: Árbol de gran talla (hasta 60 m). Se mantiene siempre verde. Tronco recto de color grisáceo y corteza casi lisa. La copa tiene forma piramidal, con las ramas ordenadas por pisos y extendidas. Sus hojas, en forma de aguja, están unidas a la rama por una base y por un pie que recuerda una pequeña ventosa. Presenta flores macho y hembra sobre el mismo pie. Las piñas, de unos 5 cm, se yerguen erectas sobre las ramas, agrupadas cerca de la parte superior. no se desprenden y se descomponen en las ramas soltando los piñones.

La floración se produce en primavera y las piñas maduran durante el otoño siguiente..

Recolección y conservación: Las agujas pueden recogerse en cualquier época del año. Las yemas se recolectan en primavera.

## PROPIEDADES

Componentes: Las yemas contienen resina y una esencia que contiene limoneno y pineno.

Las hojas también contienen una esencia y además glucósidos y piceina.

La corteza contiene minerales, taninos y celulosa.

La resina contiene esencia de trementina que se acumula en vejigas corticales durante la primavera y el otoño. Se presenta como un líquido viscoso pero casi tan fluido como el aceite. Destilando esta trementina se obtiene la esencia y otros compuestos.



## INDICACIONES

En uso interno, el abeto tiene propiedades expetorantes, balsámicas, y se utiliza como antiséptico de las vías respiratorias, como diurético, contra la inflamación de la vejiga, reumatismo, escrófulas y afecciones cutáneas, la gota, las afecciones cloróticas, la cistitis y el escorbuto.

En uso externo es rubefaciente, es decir, aplicado sobre la piel la enrojece e inflama, lo que facilita la penetración de medicamentos por vía tópica.



## VÍAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de preparación: Para uso interno se preparan infusiones a partir de las hojas (pinocha) y de las yemas.

Jarabe de abeto: se deja en infusión 5-10 gramos de yemas de abeto en 200 cc de agua hirviendo, y se le añade una cantidad de miel de abeja. Se usa para catarros de las mucosas nasal y bronquial. Por el contenido en miel, aumenta también la fluidez de las secreciones.

De la tintura se toman 10-20 gotas, tres veces al día.

De forma externa se usa en forma de baños y ungentos

## Contraindicaciones

No existen suficientes estudios que avalen su seguridad durante el embarazo y la lactancia.



# Acelga (*Beta vulgaris* var. *cicla*)

## DEFINICIÓN DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Catalán: bleda, Gallego: acelga, Vasco: zarba.

Otros nombres: beta, bleda.

Familia: Chenopodiaceae.

origen : Europa y norte de Africa

Partes usadas: Hojas y raíz.



Hábitat: Esta planta tiene origen en la especie denominada *Beta marítima* Linn, que crece libremente en muchas zonas marítimas del sur de Europa y norte de África o en zonas acuosas y salobres del interior. Fue mejorada mediante su cultivo en huertos. Se cultiva en todas las partes del mundo.

Descripción: La acelga es una variedad de la *Beta vulgaris* (*cicla*), cultivada por sus hojas, otra variedad es la remolacha azucarera (variedad *altissima*) cultivada por sus raíces para obtener azúcar. Ambas variedades tienen raíces comestibles.

Es una planta herbácea bienal cultivada como anual, con hojas grandes, de color verde brillante y nervadas. Es una variedad de *Beta vulgaris*, al igual que la remolacha o betarraga, la remolacha azucarera y la remolacha forrajera. Los tallos (llamados pencas) son blancos, amarillos o rojos, según la variedad.

Las flores son pequeñas y de diferentes colores, verdosas o rojizas.

El fruto se adhiere al cáliz y llega a hacerse leñoso. Posee gran número de semillas que se encuentran en los extremos de los tallos.

## PROPIEDADES

Las acelgas son ricas en vitamina K, en  $\beta$ -carotenos (precursor de la vitamina A) y en minerales como calcio, potasio, hierro y magnesio. También contienen ácido fólico.

Otros componentes son: sacarosa (27%), coniferina, galactinol vanillina, ácidos orgánicos, saponinas y derivados de xantina y colina.

También contiene aminoácidos como guanidina, isoleucina, glutamina y arginina.



## INDICACIONES

Tiene propiedades hepatoprotectoras, antioxidantes, antitumorales y antidiabéticas. Aumenta la producción de bilis (colerético).



Disminuye los triglicéridos gracias a su contenido en betaína, la cual interviene en procesos de metilación hepática.



Está indicada contra las micosis interdigitales (pie de atleta)



El jugo está indicado en casos de esteatosis hepática (hígado graso), arterioesclerosis y trastornos circulatorios.



## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de preparación: Actualmente su principal uso es como alimento.



Aunque se la ha tachado de algo insípida, con las acelgas pueden prepararse todo tipo de platos.



Se utilizan en hervidos y aliñadas con aceite o rehogadas solas o con patatas. También resultan interesante combinarlas con legumbres. En la Comunidad Valenciana es típico "l' arròs amb bledes" (arroz con acelgas).



Para combatir caspa y liendres se prepara un cocimiento hirviendo 40 o 50 g de hojas y raíces en 1 litro de agua.



## CONTRAINDICACIONES

Su metabolismo puede producir cantidades importantes de oxalato cálcico por lo que no es recomendable su ingestión por personas que sufran de cálculos renales.



# Aciano (*Centaurea cyanus*)

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Catalán: blavet, Gallego: fidalguinhosl, Vasco: nabarr lore.

Otros nombres: azulejo, centaurea montana, ciano, azulete, azulejo, aldiza, ojeras, lindita, liebrecilla, botoncillo, baleo cabezudo, escobilla.

origen : Europa y Asia occidenta

Familia: Compositae.

Partes usadas: Sumidades floridas.



Hábitat: Planta originaria de Europa y Asia occidental. Se encuentra en casi todo el norte de la Península Ibérica. Suele aparecer en los campos de cereales antes y después de la siega. Muy común en nuestros prados y tierras abandonadas sin cultivar, bordes de caminos y de carreteras..

Descripción: Es una planta herbácea de la familia de las compuestas, que puede ser anual o bienal. Suele alcanzar hasta unos 90-100 cm de altura.

Sus tallos son delgados y flexibles y sus hojas algodonosas, con lóbulos agudos, lineales y dispuestas de forma alterna en el tallo. Las hojas inferiores son pecioladas y profundamente divididas.

Posee unas cabezuelas ovoides, con el involucre de hojas o brácteas bien solapadas, estrechas, y con un apéndice apical ciliado.

En esta cabezuela hay flores de dos clases: las periféricas, que son muy ostentosas y de un color azul intenso, aunque ocasionalmente blancas o rosadas y las del centro, mucho menores y de color púrpura azulado.

Florece a partir de mayo.

Los frutos son aquenios blanquecinos con un penacho.

Recolección y conservación: En verano se recogen las flores radiales y sumidades floridas y se dejan a secar a la sombra, bien esparcidas y en lugar ventilado. Se consevan en lugar oscuro y en frasco hermético.

## PROPIEDADES

Componentes: Esta planta contiene mucílago, taninos flavonoides (quercimetrina), pigmentos (antocianinas como pelargolina y cianina), lactonas sesquiterpénicas (entre las que se incluyen la cnicina o centaurina), compuestos acetilénicos, cumarinas (como la cichorina: esculetina-7-glucósido), sales minerales (entorno al 10%), y un principio amargo.



## INDICACIONES

Posee aplicaciones como aperitiva, diurética, antibiótica, antipirética y antiinflamatoria.

Sin embargo su uso más frecuente se da en el campo de la oftalmología para tratar conjuntivitis, blefaritis y vista cansada. Ello pudiera estar relacionado con los pigmentos encontrados, que tienen propiedades para mejorar la circulación de los vasos capilares, lo que contribuye a la regeneración de la capa vascular de la retina, aumentando así la agudeza visual.

También se usa para casos de digestiones lentas, reumatismo, anorexia, varices hemorroides y fragilidad capilar..

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de preparación: Para uso interno se puede preparar una infusión a partir de una cucharada de postre por taza de agua hirviendo. Se toman hasta tres tazas al día.

También pueden prepararse decocciones usando para un litro de agua las siguientes cantidades de hojas y flores frescas (30 g para catarrros bronquiales e hidropesías, 20 g como antineurálgico).

Para uso externo en forma de baños oculares puede prepararse de igual manera que la infusión, pero extremando los cuidados higiénicos.

## CONTRAINDICACIONES

No se conocen contraindicaciones a las dosis terapéuticas.



# Acebo (*Ilex aquifolium*)

## DEFINICIÓN DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Catalán: grèvol, gallego: acibo, Vasco: gorosti.

Otros nombres: agrifolio, aquifolio, cardón, cebro, caedón, cardonera.

Familia: Aquifoliaceae.

origen: centro y sur de Europa

Partes usadas: Corteza, bayas y hojas.



Hábitat: Especie propia de zonas umbrías y húmedas. Frecuente en bosques de hayas y robles en el norte de la península ibérica. Es una especie protegida y hay que evitar recolectarla.

Descripción: Árbol o arbusto de hoja perenne. Alcanza normalmente los 10 m de altura, aunque puede llegar a 25. La corteza es lisa y grisácea y las ramas son de un color verde brillante.

Las hojas son duras y tiesas, alternas, de forma elíptico oval, con color verde brillante y con espinosos dientes en su contorno (especialmente las inferiores, las superiores algunas veces no presentan espinas).

Florece de abril a junio. Las flores dioicas (machos y hembras separadas) son de color blanquecino o rosado, pequeñas, agrupadas en corimbos situados en las axilas de las hojas.

Los frutos son bayas, de color rojizo, globulosas, del tamaño de un guisante, pero lisas y brillantes. Se mantienen en el árbol durante gran parte del año. Son tóxicos y debe evitarse que los niños los coman, atraídos por su color. En gandes dosis pueden llegar a ser mortales.

Es uno de los símbolos de la navidad, junto con el muérdago y el musgo.

Recolección y conservación: Las hojas se recogen entre mayo y junio. Se dejan a secar a la sombra y al sol.



## PROPIEDADES

Contiene teobromina (aunque menos que otras especies de su familia), cafeína, rutina, taninos, resina, ilicina y ácidos ilexico, ursólico, cítrico y málico.



## INDICACIONES

Presenta propiedades diuréticas, aperitivas, cardiotónicas, tranquilizantes, purgantes y sudoríficas.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de preparación: Para su uso como diurético se prepara una decocción a partir de 4 cucharadas de hojas secas. Se toman tres tacitas al día. También se puede preparar una decocción hirviendo durante media hora 3 cucharadas de raíces secas por litro de agua. Estas preparaciones se usan para tratar dolencias como reuma, gota e hidropesía.

Para su uso como purgante se prepara una maceración en frío durante 12 horas de corteza seca. Beber 2 tazas al día entre las comidas principales.

Las infusiones tienen acción tranquilizante y han sido utilizadas en casos de histerismo y epilepsia. Se prepara a partir de 2 cucharadas de corteza seca en agua hirviendo durante 10 minutos.

Las hojas reducidas a polvo se pueden consumir a razón de 1-2 gr. al día, bien directamente o encapsulado.

Nunca hay que preparar infusiones o decocciones a partir de los frutos.

## CONTRAINDICACIONES

No utilizar nunca en caso de embarazo o lactancia ni con menores.

Las bayas son muy tóxicas, en grandes dosis pueden provocar la muerte.







# CALENDULA

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico

Calendula officinalis

Nombres vulgares

botón de oro, caléndula, mercadela o maravilla.

origen : región mediterránea (posiblemente proviene de Egipto)

## PROPIEDADES

Sus hojas frescas y machacadas se utilizan para los callos y verrugas, destruyéndolas. Se consume en forma de té durante el día, hace sudar y aumenta los niveles de glóbulos rojos cuando se padece de anemia. 30 En algunas especies, los pétalos florales y las hojas tiernas son comestibles y se utilizan para decorar ensaladas y otros platos, por su intenso color. Se emplean también medicinalmente. Tradicionalmente se recomendaba su utilización como emplasto de tallos y hojas para irritaciones, eczemas, pequeñas heridas y cicatrización

## INDICACIONES

En medicina popular se utiliza por su acción antibacteriana, fungicida y antiespasmódica. Se considera también emenagoga, como regulador y calmante de los dolores menstruales. Es un buen emoliente, ya que suaviza, tonifica e hidrata la piel. De hecho, cada vez son más los productos cosméticos que la incluyen entre sus componentes. También se ha considerado callicida, ayudando a la desaparición de verrugas víricas de la piel, debido a su contenido en ácido acetilsalicílico

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Administración tópica en forma de infusión, extracto líquido, tintura o pomada.

Según la EMA, la posología recomendada es:

De la droga: Infusión para aplicación tópica, como gargarismos o compresas (1-2 g/150 mL).

Para sus preparaciones:

Extracto fluido (1:1, 40-50% etanol): en formas semisólidas, cantidad equivalente a 2-10% de la droga.

Extracto fluido (1:1,8-2,2, 40-50% etanol): en formas semisólidas, cantidad equivalente a 2-5% de la droga.

Tintura (1:5, etanol 70-90%): diluida en hasta tres partes de agua hervida para aplicar en forma de compresas o bien en formas semisólidas, cantidad equivalente a 2-10% de la droga.

Extracto fluido (1:10, extractante aceite vegetal, por ejemplo aceite de oliva): en formas semisólidas, cantidad equivalente a 2-8% de la droga.

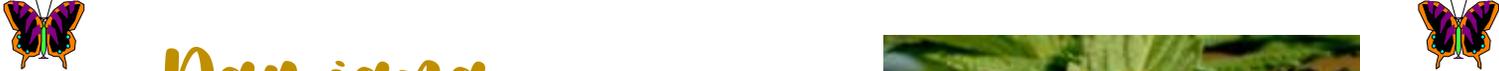
Pomada: equivalente a 4-20% de droga

## CONTRADICACIONES

A falta de estudios rigurosos que lo contradigan, los expertos recomiendan evitar esta planta durante el embarazo y la lactancia. Su efecto emenagogo o regularizador de la menstruación podría presentar algún inconveniente, y en cualquier caso se impone la prudencia, a fin de evitar el mínimo riesgo para la embarazada







# Damiana

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Castellano: Damiana, Hierba de la pastora, Té de México

Nombres botánicos: Turnera diffusa

origen : Baja California Sur



## PROPIEDADES

Se considera tradicionalmente tónico general, antidepresivo y afrodisíaco. Esta última actividad dependería en parte de los efectos tónicos generales

## INDICACIONES

se ha usado en la medicina alternativa para mejorar la función mental, o para tratar el dolor de cabeza, la depresión, el malestar estomacal, el estreñimiento, o el orinarse en la cama. Damiana también se ha usado como un "afrodisíaco" para mejorar la satisfacción sexual o para ayudar con problemas sexuales

## VÍAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Hojas secas para infusión, no más de una cucharada de postre por taza; tomar una o dos tazas al día, en periodos de una o dos semanas.

Extracto fluido en gotas, hasta 15 a 30 gotas al día en tres dosis.

Tintura alcohólica, entre 40 y 60 gotas al día, con agua o zumo de frutas.

Extracto seco en cápsulas.

## CONTRAINDICACIONES

Debe ser evitada en caso de ataques de ansiedad, insomnio frecuente, taquicardias e hipertensión nerviosa, porque en lugar de ayudar podría contribuir a empeorar los síntomas. No se debe compatibilizar con medicamentos ansiolíticos, antidepresivos, o estimulantes.





# DIENTE DE LEON

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico.

Taraxacum officinale Weber

Sinónimos: Leontodon taraxacum

Nombres comunes: Diente de león, dandelion, lechuguilla, mírame pero no me toques.

origen: Eurasia y probablemente de Norteamérica.

Parte utilizada: Hojas y raíz

## PROPIEDADES

Usos tradicionales.

Se emplea como tónico, diurético, contra enfermedades del hígado y de la piel, para disminuir niveles de ácido úrico en la sangre en pacientes con gota, para tratar afecciones gástricas, erradicar verrugas y para tratar el paludismo

Principales constituyentes.

La raíz contiene lactonas sesquiterpénicas (germacranólidos, taraxacina o eudesmanólido), triterpenos pentacíclicos (taraxasterol, pseudotaraxasterol y sus derivados hidroxilados), fitosteroles: sitosterol, estigmasterol,  $\beta$ -sitosterol, sales potásicas, resina, flavonoides, taninos, carotenoides, vitaminas, mucílago, inulina

## INDICACIONES

Uso interno : Diurético. Coadyuvante en el tratamiento de alteraciones de la secreción biliar.

## VÍAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

400mg-1g de droga al día

Extracto (1:1 en alcohol): 4-10mL al día

Tintura (1:10): 50-100 gotas cada 8 horas

Decocción o infusión: Una taza tres veces al día





## CONTRADICCIONES

Embarazo, lactancia, pacientes con desequilibrios hidroelectrolíticos, obstrucción de las vías biliares.  
La planta puede ocasionar dermatitis de contacto en personas sensibles.





# ENELDO



Nombre científico.

Anethum graveolens L.

Sinónimos: Pucedanum graveolens Beth., Anethum sowa (Roxb. ex Fleming), Nombres comunes: Eneldo, anega, aneto.

Parte utilizada: Semillas

origen: India e Irán

## PROPIEDADES

La planta se usa tradicionalmente en infusiones que se toman como estimulantes y galactogogas. Se le atribuye actividad antiflatulenta, diaforética, calmante, antiséptica y colerética. Se ha empleado en caso de espasmos gastrointestinales, meteorismo y ulceraciones dérmicas

Principales constituyentes.

La planta contiene flavonoides (kanferol, quercetina e iso-ramnetina), cumarinas (escopoletina, esculetina, bergapteno y umbeliferona), ácidos fenólicos (caféico y clorogénico), aceites fijos, proteínas, beta-sitosterol, triterpenos y aceite esencial con carvona, d-limoneno, felandreno, eugenol, anetol, cariofileno, miristicina, alfa-pineno y mirceno. Contiene también compuestos con selenio

## INDICACIONES

Uso interno: Antiflatulento. Coadyuvante en el tratamiento de dispepsias.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

1-4g de droga, tres veces al día

Aceite esencial: 0.5-2mL, tres veces al día

Infusión: una taza, dos a tres veces al día

infusión: verter 15-20 g de frutos sobre 1 litro de agua hirviendo. Reposar 10-15 minutos antes de filtrar. Ingerir 100-200 mL al día repartidos en 2 dosis.

## CONTRAINDICACIONES

El aceite esencial induce aberraciones en los cromosomas de linfocitos humanos e inhibe parcialmente la actividad mitótica (Lazutka J. y col., 2001). Puede producir fotosensibilización. Contraindicado en pacientes que requieren dieta baja en sodio

# EQUINACEA

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico.

Echinacea purpurea L.

Nombres comunes: Equinacea, echinacea, purple cone flower.

Parte utilizada: Raíz

origen : procedente del este de América del Norte

Usos tradicionales.

La planta se ha utilizado para curar heridas, abscesos, quemaduras, eczema y úlceras, para tratar el resfriado común y como carminativo, antiinflamatorio, antibacteriano, antifúngico, antiviral e inmunoestimulante .

## PROPIEDADES

En la planta se encuentran alquilamidas, isobutilamidas, fenilpropanoides o derivados del ácido caféico, polisacáridos, lectinas, flavonoides, aceite esencial, poliacetilenos, ácidos clorogénico y caféico, trazas de alcaloides y glicoproteínas

## INDICACIONES

Uso interno: Coadyuvante en el tratamiento del resfriado común.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

500-1000mg de droga, tres veces al día

Extracto de la planta: 6-9mL diariamente

Tintura (1:5): 0.75-1.5mL, 2 a 5 veces al día

Modo de preparación:

Colocar 1 cucharadita de la raíz u hojas de la Equinácea en una taza de agua hirviendo. Dejar reposar por 15 minutos, colar y beber 2 veces por día. Conozca otras opciones naturales para la gripe y el resfriado.

## CONTRAINDICACIONES

No utilizar en pacientes con enfermedades autoinmunes o de tipo alérgico, asma bronquial, esclerosis múltiple, tuberculosis y VIH, ni en pacientes con historia de atopía o alergia a esta planta o similares. No se recomienda su uso en embarazo y lactancia. No usar por más de una semana.



# EUCALIPTO

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

(Vademecum escanear)

Nombre científico.

Eucalyptus globulus Labill.

Nombres comunes: Eucalipto, ocalito ucal, eucaliptus.

Parte utilizada: Hojas

origen: Australia y de Tasmania



## PROPIEDADES

Principales constituyentes.

El aceite esencial contiene cineol (eucaliptol), terpineol, pineno, canfeno, eudesmol, aldehídos y alcohol etílico, amílico e isoamílico. La planta contiene además ácidos fenólicos (gálico, gentísico, cafeico y ferúlico), flavonoides (rutina, quercitrina, isoquercitrina, eucaliptina), terpenos, sesquiterpenos y taninos

## INDICACIONES

Uso interno: Expectorante.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

Extracto fluido (1:1): 20-30 gotas cada 8-12 horas

Decocción 3g de hojas: una taza cada 8 horas

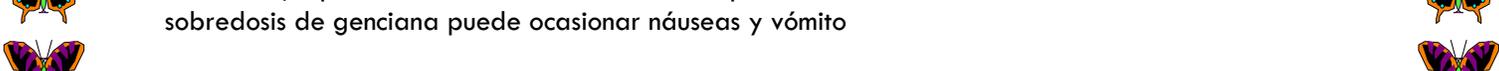
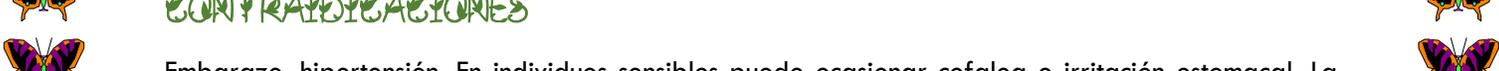
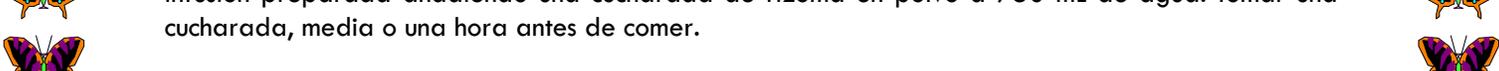
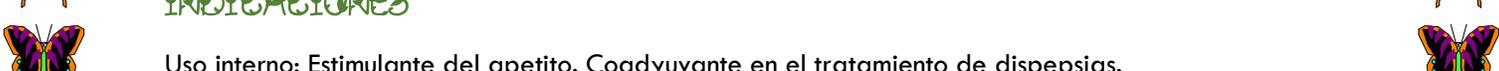
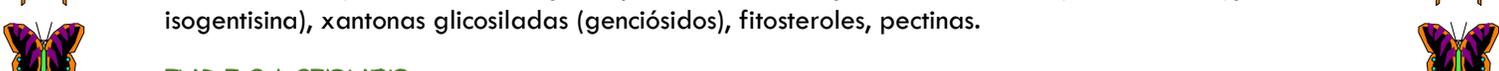
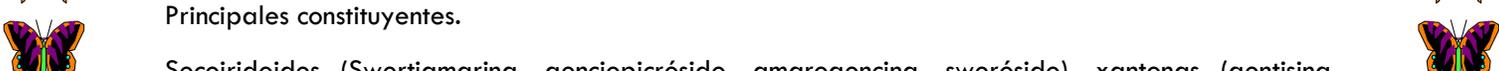
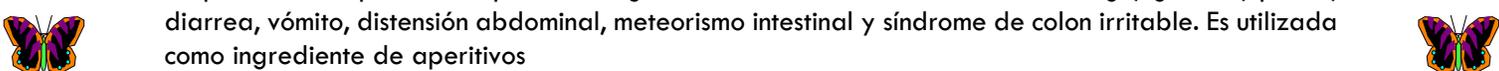
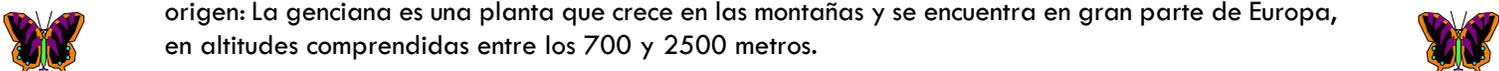
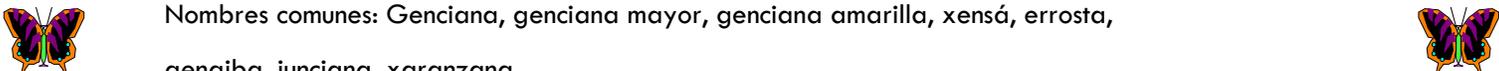
para la inhalación se hierve el agua agregando las hojas de eucalipto ,prosiguiendo a tapan la olla dejándolo reposar por unos tres minutos ,se retira la tapa para acercar el rostro cubriendo tu cabeza con la toalla, trata de inhalar el vapor el mayor tiempo que puedas.

## CONTRAINDICACIONES

Embarazo y lactancia. Inflamaciones del tracto gastrointestinal o de las vías biliares y

Insuficiencia hepática.





# GENCIANA

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico.

*Gentiana lutea* L.

Nombres comunes: Genciana, genciana mayor, genciana amarilla, xensá, errosta, gengiba, junciana, xaranzana.

Parte utilizada: Raíces y rizomas

origen: La genciana es una planta que crece en las montañas y se encuentra en gran parte de Europa, en altitudes comprendidas entre los 700 y 2500 metros.

Usos tradicionales.

La planta es empleada en problemas gastrointestinales como dolor de estómago, gastritis, pirosis, diarrea, vómito, distensión abdominal, meteorismo intestinal y síndrome de colon irritable. Es utilizada como ingrediente de aperitivos

## PROPIEDADES

Principales constituyentes.

Secoiridoides (Swertiamarina, genciopicrosido, amarogencina, swerósido), xantonas (gentisina, isogentisina), xantonas glicosiladas (genciósidos), fitosteroles, pectinas.

## INDICACIONES

Uso interno: Estimulante del apetito. Coadyuvante en el tratamiento de dispepsias.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

Extracto seco (5:1): 0.3-1.0g al día

Tintura (1:5) en alcohol : 1-4mL tres veces al día

Polvo de la raíz: 25mg tres veces al día.

Infusión preparada añadiendo una cucharada de rizoma en polvo a 750 mL de agua: tomar una cucharada, media o una hora antes de comer.

## CONTRAINDICACIONES

Embarazo, hipertensión. En individuos sensibles puede ocasionar cefalea e irritación estomacal. La sobredosis de genciana puede ocasionar náuseas y vómito





# GINKGO BILOBA

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico.

Ginkgo biloba L.

Nombre común: Ginkgo.

Parte utilizada: Hojas.

origen: es originario del sudeste de China en las montañas Tianmushan

Usos tradicionales.

Históricamente las hojas de esta planta han sido empleadas en el tratamiento de palpitations y disnea debida a congestión y opresión del pecho. Hoy en día se usa principalmente para mejorar la circulación y la agudeza mental, en la prevención y tratamiento de la enfermedad de Alzheimer, tratamiento de neuropatía periférica, disfunción sexual y desórdenes relacionados con falta de atención, prevención de infartos y como agente antioxidante. También se emplea en casos de nefropatías ocasionadas por diabetes, vértigo, tinnitus, alergias y asma.

## PROPIEDADES

Los principales compuestos responsables de la actividad biológica del Ginkgo son los flavonoides glicosilados y las lactonas terpénicas. Las hojas contienen además ácidos orgánicos, derivados poliacetilénicos y carbohidratos. Las lactonas terpénicas más importantes son los ginkgólidos A,B,C, J y la bilobalida. Se encuentran flavonas (luteolina, apigenina y glicósidos de las mismas) y flavonoles, entre ellos quercetina, kamferol, isoramnetina y miricetina. Dentro de los derivados poliacetilénicos se encuentran: ácido ginkgólico y ácido resorcílico, 3-alkilfenoles conocidos como ginkgoles y 5-alkilresorcinoles, conocidos como biloboles. Adicionalmente se encuentran ácidos ascórbico, butírico, p-hidrobenczoico y protocatéquico

## INDICACIONES

Uso interno: Vasodilatador periférico.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

120-240mg de extracto seco, 2-3 veces al día, durante 8 semanas.

## CONTRADICACIONES

No utilizar extractos de la planta cuando las arterias presentan alto grado de arteriosclerosis y hayan perdido su capacidad de respuesta. Hipersensibilidad a los componentes.



# GINSENG

Nombre científico.

*Panax ginseng* C.C. Mey.

Nombres comunes: Ginseng, mandrágora.

Parte utilizada: Raíz.

origen: El Ginseng es una planta que procede de la medicina tradicional China

Usos tradicionales.

El Ginseng ha tenido diferentes usos, muchos de los cuales no tienen sustentación científica; entre estos usos se encuentra el tratamiento de anemia, asma, diabetes, dispepsia, tos, debilidad, impotencia, poliuria, neurastenia, hiperglicemia, fiebre, caquexia, malaria, náuseas, aterosclerosis y úlceras. También se ha empleado como cardiotónico, afrodisíaco, tranquilizante, expectorante, sialogogo, demulcente, hipolipemiente, aperitivo y para incrementar la energía física y mental, fortalecer la memoria y en caso de situaciones que involucren estrés físico y emocional.

## PROPIEDADES

Principales constituyentes.

La raíz contiene compuestos triterpénicos conocidos como panaxósidos o ginsenósidos los cuales pueden hidrolizarse liberando las agliconas que se denominan panaxadióles o panaxatrióles. Contiene además aceite esencial, polisacáridos, proteínas, ácidos fenólicos y esteroides .

## INDICACIONES

Uso interno: Estimulante del sistema nervioso central. Coadyuvante en el tratamiento de estados de agotamiento físico, agotamiento mental y astenia.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

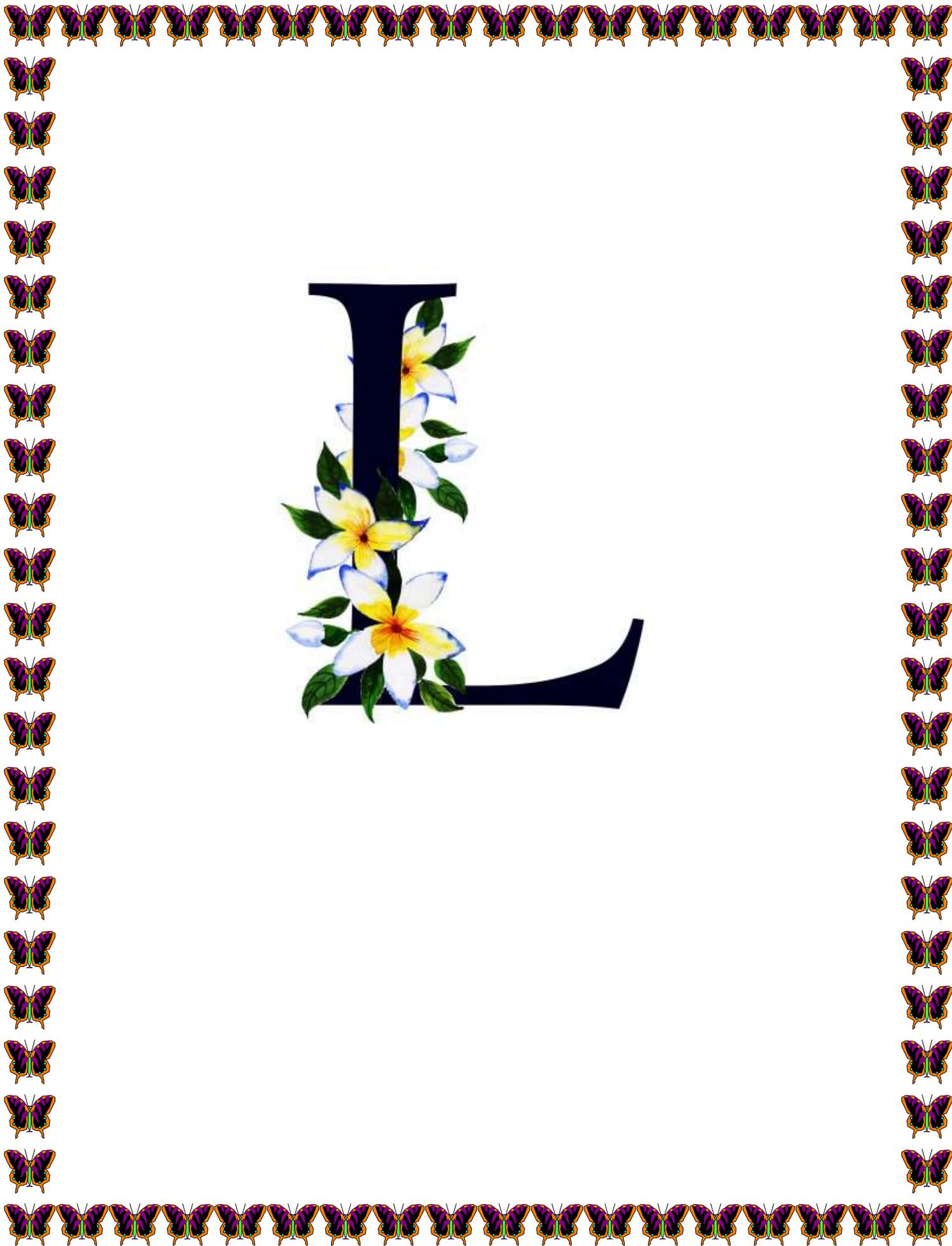
1-2g de droga o su equivalente en preparaciones, diariamente.

## CONTRAINDICACIONES

Embarazo, lactancia, hipertensión y ansiedad.



L





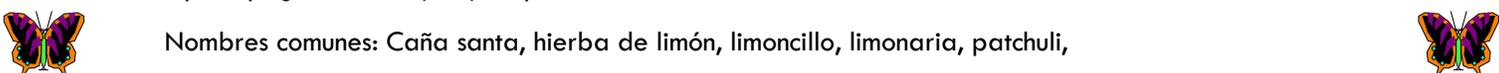
# LIMONCILLO



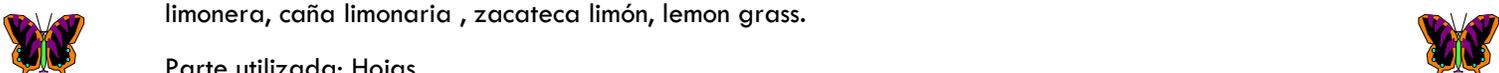
## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN



Nombre científico.



*Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf.



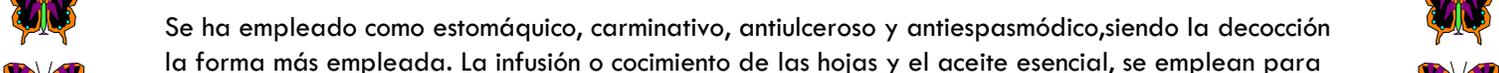
Nombres comunes: Caña santa, hierba de limón, limoncillo, limonaria, patchuli, limonera, caña limonaria , zacateca limón, lemon grass.



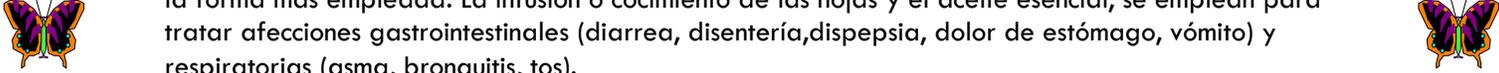
Parte utilizada: Hojas



origen :india (Cymbopogon flexuosus)



Usos tradicionales.



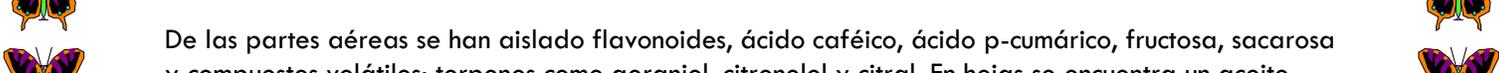
Se ha empleado como estomáquico, carminativo, antiulceroso y antiespasmódico, siendo la decocción la forma más empleada. La infusión o cocimiento de las hojas y el aceite esencial, se emplean para tratar afecciones gastrointestinales (diarrea, disentería, dispepsia, dolor de estómago, vómito) y respiratorias (asma, bronquitis, tos).



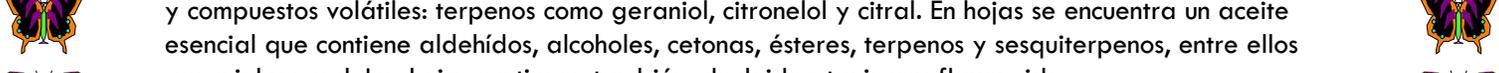
## PROPIEDADES



Principales constituyentes.



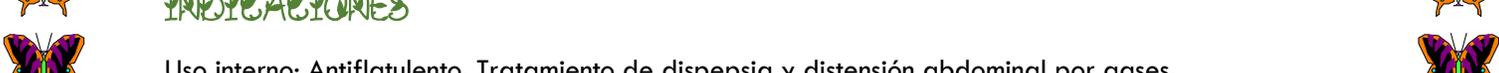
De las partes aéreas se han aislado flavonoides, ácido caféico, ácido p-cumárico, fructosa, sacarosa y compuestos volátiles: terpenos como geraniol, citronelol y citral. En hojas se encuentra un aceite esencial que contiene aldehídos, alcoholes, cetonas, ésteres, terpenos y sesquiterpenos, entre ellos geraniol y nerol. Las hojas contienen también alcaloides, taninos y flavonoides.



## INDICACIONES



Uso interno: Antiflatulento. Tratamiento de dispepsia y distensión abdominal por gases.





## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION



Modo de empleo: Oral



Decocción de las hojas: 50-70 mL/kg, dos veces al día



Te con las hojas frescas: beber a voluntad



Infusión: 4 tazas de hojas picadas en un litro de agua: una taza 2-3 veces al día



Tintura : 1-3 mL diarios.



## CONTRAINDICACIONES



Contraindicaciones y precauciones.



Hipersensibilidad a los componentes de la planta. Niños menores de 2 años. Lactancia.



# LINAZA

Nombre científico.

*Linum usitatissimum* L.

Nombres comunes: Linaza, lino.

Parte utilizada: Semillas.

origen: Mediterráneo

Usos tradicionales.

Las semillas en infusión o maceración son empleadas en el tratamiento de estreñimiento, colon irritable e inflamaciones gastrointestinales y como mucílago en caso de gastritis y enteritis. Se usan además como demulcentes, laxantes y emolientes. Externamente se usan como cataplasma en el tratamiento de afecciones cutáneas e inflamaciones locales. El aceite se emplea como laxante, purgante, emoliente y demulcente tópico

## PROPIEDADES

Principales constituyentes.

Las semillas contienen cerca de 40% de aceite con ácidos grasos poliinsaturados, lignanos, fibra soluble e insoluble, mucílago (polisacáridos neutros y ácidos compuestos principalmente por arabinorramosa, galactosa, xilosa y ácidos galacturónico y manurónico), aceite fijo, heterósidos cianogenéticos, proteínas, esteroides y triterpenos. Las semillas jóvenes contienen monoglucósidos y diglucósidos, mientras que las maduras solo contienen diglucósidos cianogenéticos (Niedzwiedz-

## INDICACIONES

Uso interno: Laxante. Coadyuvante en el tratamiento del estreñimiento crónico, colon irritable y gastritis.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

5g de droga tres veces al día, acompañados de abundante líquido.

como se prepara :

- Moliendo una taza de semilla de lino, licuándola con un litro de agua y dejando reposar el líquido entre 2 y 3 horas. Así de fácil.
- Mezclar un vaso de agua caliente, un cuarto de limón y una cucharadita de linaza molida.

## CONTRAINDICACIONES

Ileo paralítico o dolor abdominal agudo de cualquier origen





# MALVA

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico.

Malva silvestris L.

Nombres comunes: Malva

origen : planta nativa de Europa

Parte utilizada: Hojas y flores.

Usos tradicionales.

La planta se usa por sus propiedades emolientes, expectorantes y laxantes. Se emplea en el tratamiento de bronquitis, estreñimiento, abscesos, tos, quemaduras, inflamaciones de la cavidad bucofaringea. Tópicamente se utiliza para reducir edemas

## PROPIEDADES

Principales constituyentes.

Contiene mucílagos de naturaleza urónica, taninos, antocianas (malvina), flavonoides y leucocianinas. La hidrólisis del mucílago proporciona galactosa, arabinosa, glucosa, ramnosa y ácido galacturónico





## INDICACIONES

Uso interno: Expectorante.



## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

Infusión 3-5g de hojas secas en 150mL de agua: una taza antes de acostarse.

Jarabe: una cucharada tres veces al día.



## CONTRAINDICACIONES

Embarazo y lactancia



# MANZANILLA CRIOLLA

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Nombre científico.

Tanacetum parthenium (L.) Sch. Bip.

Nombres comunes: Manzanilla criolla, manzanilla amarga, altamisa, altamisa mexicana, amargosa, artemisia, matricaria común.

origen: Europa occidental y el norte de Asia

Parte utilizada: Partes aéreas.

Usos tradicionales.

Tradicionalmente la planta se emplea en el tratamiento de migraña, irregularidades menstruales, afecciones estomacales, fiebre, vértigo, picaduras de insectos y dermatitis. Además, se usa como laxante, vermífugo, antiinflamatorio y antiespasmódico

## PROPIEDADES

Principales constituyentes.

Lactonas sesquiterpénicas de las cuales el partenólido es el más importante, flavonoides (santina, jaceidina, centaureidina, luteolina, apigenina) guaianólidos, aceite esencial el cual contiene alcanfor, acetato de crisantenilo,  $\alpha$ -pineno, limoneno,  $\beta$ -cariofileno y eugenol (Christensen L. y col., 1999; Long C. y col., 2003; Tiunan T. y col., 2005).

## INDICACIONES

Uso interno: Coadyuvante en el tratamiento de la migraña.

## VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION

Modo de empleo: Oral

Sumidades floridas: 200-400 mg al día.

## CONTRAINDICACIONES

Embarazo y lactancia. Hipersensibilidad a los compuestos de la planta.





# dormidera (*Papaver somniferum*)

## DEFINICION DE LA PLANTA Y SU ORIGEN

Catalán: cascall, Gallego: dormidera, Vasco: Lobelarr.

Otros nombres: Dormidera, babolones, amapola blanca, apio dormidera, opio, papaver blanco, papola.

Familia: Papaveraceae.

Partes usadas: Las semillas o cápsulas inmaduras y el opio o látex desecado de la cápsula inmadura.

hábitat: Parece ser originaria de las regiones mediterráneas desde donde se extendió al sur y oeste de Asia. Se cultiva extensamente en Asia Menor, Turquía, Persia y otros países del lejano Oriente.



Descripción: Es una planta herbácea anual, que alcanza una altura por encima del metro. Sus hojas son glabras y cubiertas con cera lo que les da un aspecto brillante. Las flores pueden ser blancas, pero las más comunes son de color lila (rosa pálido), con un centro de color violeta oscuro. La cápsula, redonda y gruesa, contiene numerosas semillas pequeñas y negras.

Recolección y conservación: La recolección se realiza cuando las semillas están todavía inmaduras.

Al hacer pequeñas incisiones en la cápsula, brota un jugo lechoso o látex que, al contacto con el aire, se torna marrón. Este látex constituye el opio crudo, que se convierte en opio cocido al fumarlo en pipas especiales o al cocerlo en agua durante un tiempo determinado, sin pasar de los 80 ° C.

## PROPIEDADES

Componentes: El látex contiene muchos alcaloides, entre los que destaca la morfina. Otros alcaloides que contiene son: codeína, tebaína, papaverina, narcotina y noscapina. gracias a la tecnología farmacéutica, se ha logrado obtener un sinfín de derivados semisintéticos, cuyos efectos beneficiosos son cada vez mayores a la par que menores sus efectos secundarios.

## INDICACIONES

Analgésico a nivel del SNC, antitusivo, antidiarreico, antiespasmódico

La morfina un analgésico muy potente pero de gran toxicidad cuando se usa para fines distintos a los médicos, por ello su uso se encuentra muy restringido y su uso se reserva para casos de pacientes con intensos dolores a los que previamente se les han aplicado otros tratamientos alternativos sin ningún



éxito. Sin embargo, el uso de la codeína se encuentra muy extendido y suele aparecer en las formulaciones de muchos antigripales. También se utiliza como analgésico moderado.



.La heroína, derivado de la morfina, resulta altamente tóxica y su uso está totalmente prohibido, sin ninguna aplicación médica.



### VIAS DE ADMINISTRACION Y PREPARACION



Modo de preparación: Para la administración de la morfina, existen comprimidos que proceden a su liberación lenta y también inyectables.



La codeína se administra en forma de jarabes, comprimidos, cápsulas, etc. Sola o asociada a otras sustancias en formulaciones antigripales..



### Contraindicaciones

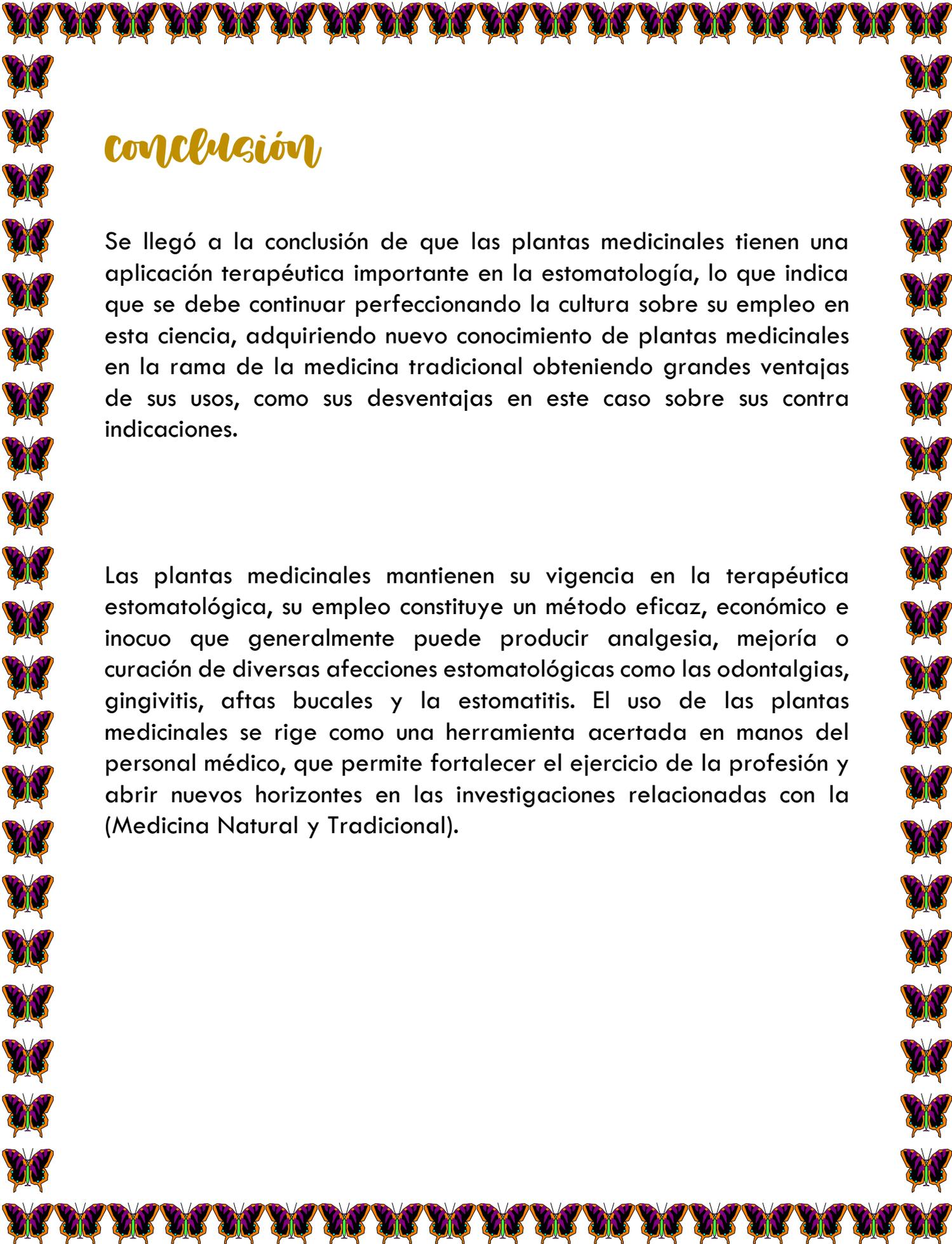


El opio es una droga que provoca dependencia física y psíquica (adicción). El adicto siente pronto la necesidad de dosis superiores, lo que produce una degradación física con síntomas de falta de apetito, delgadez, pupilas contraídas, intolerancia a la luz, palidez, falta de memoria, dificultad respiratoria, problemas en la piel, envejecimiento prematuro etc.



La supresión brusca de la droga provoca síndrome de abstinencia caracterizado por nerviosismo, alucinaciones y ansiedad, además de otros síntomas secundarios como dolores de cabeza, temblores, náuseas , fiebres, insomnio y diarreas.



A decorative border of colorful butterflies (purple, orange, and black) surrounds the text. The butterflies are arranged in a continuous line along the top, bottom, and sides of the page.

## conclusión

Se llegó a la conclusión de que las plantas medicinales tienen una aplicación terapéutica importante en la estomatología, lo que indica que se debe continuar perfeccionando la cultura sobre su empleo en esta ciencia, adquiriendo nuevo conocimiento de plantas medicinales en la rama de la medicina tradicional obteniendo grandes ventajas de sus usos, como sus desventajas en este caso sobre sus contra indicaciones.

Las plantas medicinales mantienen su vigencia en la terapéutica estomatológica, su empleo constituye un método eficaz, económico e inocuo que generalmente puede producir analgesia, mejoría o curación de diversas afecciones estomatológicas como las odontalgias, gingivitis, aftas bucales y la estomatitis. El uso de las plantas medicinales se rige como una herramienta acertada en manos del personal médico, que permite fortalecer el ejercicio de la profesión y abrir nuevos horizontes en las investigaciones relacionadas con la (Medicina Natural y Tradicional).



# referencias bibliográficas

- Blair S., Correa A., y Madrigal B., (1989), Plantas Antimaláricas: Revisión Bibliográfica. Universidad de Antioquia. Convenio Colombo-Holandés. Programa de Pequeños Proyectos Productivos. Medellín, pp. 194,195.
- Cáceres, A., (1996), Plantas de Uso Medicinal en Guatemala. Editorial Universitaria. Universidad de San Carlos de Guatemala, pp.77.
- Del Rio Perez, P., (2005), Vademecum de Fitoterapia. Quintana de Rueda. León España, pp. 75,76.
- Krapp K., Longe J., (2005), Enciclopedia de las medicinas alternativas. Editorial Océano. Barcelona, pp. 432-434..
- Medline Plus (08-2007). [Http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/natural/patient-dandelion.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/natural/patient-dandelion.html)
- Missouri Botanical Garden (08-2007). [Http://mobot.mobot.org/cgi-bin/search\\_vast](http://mobot.mobot.org/cgi-bin/search_vast)
- Ocampo R., Maffioli A., (1987), El Uso de Algunas Plantas Medicinales en Costa Rica. Volumen 1. Segunda Edición, Editorial Trejos Hnos., San José de Costa Rica, pp.31-33.
- Roig, J., (1988), Plantas Medicinales, Aromáticas o Venenosas de Cuba. A-L, M-Z. Editorial Científico Técnica, La Habana, pp. 383, 384.
- Seo, S., Koo, H., An H., (2005), Taraxacum officinale protects against cholecystokinin-induced acute pancreatitis in rats, World J. Gastroenterol., 11 (4) 597-599.
- Trojanova, I., Rada, V., Kokoska, L., Vlková, E., (2004). The bifidogenic of Taraxacum officinale root, Fitoterapia, 75 760-763.
- Vanaclocha, B. y Cañigueral, S., (2003), Fitoterapia. Vademécum de Prescripción. 4ª Edición, Ed. Masson, Barcelona, pp. 204-206.
- Cankur O., Yathavakilla S., Caruso J., (2006), Selenium speciation in dill (Anethum graveolens L.) by ion pairing reversed phase and cation exchange HPLC with ICP-MS detection, Talanta 70, 784-790.
- Fetrow C., Ávila J., (2000), Manual de Medicina Alternativa Para o Profissional. Editora Guanabara Koogan S.A., Rio de Janeiro, pp. 87-89.



• Hajhashemi V., Abbasi N., (2007), Hypolipidemic activity of *Anethum graveolens* in rats, *Phytotherapy Research*, Published Online: Dec 2007 (12-2007)  
[Http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/abstract/117352189/ABSTRACT](http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/abstract/117352189/ABSTRACT).

• Lazutka J.R., Mierauskienė J., Slapsytė G., Dedonytė V., (2001), Genotoxicity of dill (*Anethum graveolens* L.), peppermint (*Mentha x piperita* L.) and pine (*Pinus sylvestris* L.) essential oils in human lymphocytes and *Drosophila melanogaster*, *Food and Chemical Toxicology*, 39, 485-492.

• Missouri Botanical Garden (11-2007). [Http://mobot.mobot.org/cgi-bin/search\\_vast](http://mobot.mobot.org/cgi-bin/search_vast)

• Vanaclocha B., Cañigüeral S., (2003), 'Fitoterapia. Vademécum de Prescripción. 4a edición, Editorial Masson, Barcelona, pp. 217

• Yili A., Aisa H.A., Imamu X., Maksimov V.V., Ziyavitdinov Z.F., Veshkurova O.N., Sagdiev N.Z., Salikhov S.I., (2006), Isolation of biocidal peptides from *Anethum graveolens* seeds, *Chemistry of Natural Compounds*, 42(5), 588-591.

• Barrett B.P., Brown R.L., Locken K., Maberry R., Bobula J.A., D'Alessio D., (2002), Treatment of the common cold with unrefined *Echinacea*. A randomized, double-blind, placebo-controlled trial, *Ann. Intern. Med.*, 137, 939-946.

• Brousseau M., Miller S.C., (2005), Enhancement of natural killer cells and increased survival of aging mice fed daily *Echinacea* root extract from youth, *Biogerontology*, 6, 157-163.

• Carr R.R., Nahata M.C., (2006), Complementary and alternative medicine for upper respiratory tract infection in children. *Am. J. Health Syst. Pharm.*, 63, 33-39.

• Caruso T.J., Gwaltney J.M., (2005), Treatment of the common cold with *Echinacea*: a structured review, *Clin. Infect. Dis.*, 40, 807-810.

• Chow, G., Johns, T., and Miller, S. C. (2006). Dietary *Echinacea purpurea* during murine pregnancy: effect on maternal hemopoiesis and fetal growth, *Biol. Neonate*, 89, 133-138.

• Classen B., Thude S., Blaschek W., Wack M., Bodinet, C., (2006), Immunomodulatory effects of arabinogalactan-proteins from *Baptisia* and *Echinacea*, *Phytomedicine*, 13, 688-694.

• Del Río Pérez, P., (2005), Vademécum de Fitoterapia. Quintana de Rueda (León - España), (09-2007), [Http://users.servicios.retacal.es/pdelrio/VF.pdf](http://users.servicios.retacal.es/pdelrio/VF.pdf).





• Delorme D., Miller S.C., (2005), Dietary consumption of Echinacea by mice afflicted with autoimmune (type I) diabetes: effect of consuming the herb on hemopoietic and immune cell dynamics, *Autoimmunity*, 38, 453-461.

• Drug Digest: Echinacea purpurea (11-2007).  
[Http://www.drugdigest.org/DD/PrintablePages/herbMonograph/0,11475,4028,00.html](http://www.drugdigest.org/DD/PrintablePages/herbMonograph/0,11475,4028,00.html)

• Goel V., Lovlin R., Barton R., Lyon M.R., Bauer R., Lee T.D., Basu T.K., (2004), Efficacy of a standardized Echinacea preparation (Echinilin) for the treatment of the common cold: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial, *J. Clin. Pharm. Ther.*, 29, 75-83.

• Blair S., Correa A., Madrigal B., (1989), Plantas Antimaláricas: Revisión Bibliográfica. Universidad de Antioquía. Convenio Colombo-Holandés. Programa de Pequeños Proyectos Productivos, Medellín, pp. 91-92.

• Del Rio Pérez, P., (2005), Vademécum de Fitoterapia. Quintana de Rueda. León, España, (08-2007). Pg. 34. [Http://www.users.servicios.retacal.es/pdelrio/VF.pdf](http://www.users.servicios.retacal.es/pdelrio/VF.pdf).

• González D.J., (1988), Plantas Medicinales. Un Resumen de Farmacognosia. Tercer Mundo Editores. 2ª Edición, Bogotá, Pg. 249.

• Ikawati Z., Wahyuono S., Maeyama K., (2001), Screening of several Indonesian medicinal plants for their inhibitory effect on histamine release from RBL-2H3 cells. *Journal of Ethnopharmacology*, 75, 249–256..

• Jouad H., Maghrani M., Eddouks M., (2004), Hypoglycemic Activity of aqueous extract of Eucalyptus globulus in normal and streptozotocin-induced diabetic rats, *Journal of Herbs, Spices & Medicinal Plants*, 10(4), 19-28.

• Missouri Botanical Garden (08-2007). [Http://mobot.mobot.org/cgi-bin/search\\_vast](http://mobot.mobot.org/cgi-bin/search_vast)

• Ponce A.G., Fritz R., Del Valle C., Roura S.I., (2003), Antimicrobial activity of essential oils on the native microflora of organic Swiss chard, *Lebensm. Wiss. Technol.*, 36, 679–684.

• Salari M.H., Amine G., Shirazi M.H., Hafezi R., Mohammadypour M., (2006), Antibacterial effects of Eucalyptus globulus leaf extract on pathogenic bacteria isolated from specimens of patients with respiratory tract disorders, *Clinical Microbiology and Infection*, 12(2), 194-196.

• Silva J., Abebe W., Sousa S.M., Duarte V.G., Machado M.I.L., Matos F.J.A.,





(2003), Analgesic and anti-inflammatory effects of essential oils of Eucalyptus, *Journal of Ethnopharmacology*, 89, 277–283.

- Vanaclocha, B., Cañigueral S., (2003), *Fitoterapia. Vademécum de Prescripción*. 4ª Edición. Ed. Masson, Barcelona, pp. 235-237.
- Blumenthal M., Busse W., Goldberg A., Gruenwald J., Hall T., Riggins C., Rister R., (1998), *The Complete German Commission E Monographs. Therapeutic Guide to Herbal Medicines*. American Botanical Council (Austin, Texas). Integrative medicine communications. Boston, Massachusetts, pp. 135.
- Cañigueral S., Vila R. Wichtl M., (1998), *Plantas Medicinales y Drogas Vegetales Para Infusión y Tisana. Un Manual de Base Científica para Farmacéuticos y Médicos*. Editorial OEMF International, Milan, Italia, pp. 243-245.
- Chang K., (1993), *The Pharmacology of Chinese Herbs*. CRC Press. Boca Raton, pp. 160 – 161.
- Correa J., Bernal H., (1993), *Especies Vegetales Promisorias de los Países del Convenio Andrés Bello. Tomo IX. SECAB, Ministerio de Educación y Ciencia de España, CAF., Bogotá, pp. 37-42.*
- De Faria García E., (1983), *British Herbal Pharmacopoeia*. Publisher by The British Herbal Medicine Association, United Kingdom, pp. 99-100.
- Del Río P. *Vademécum de Fitoterapia*. Quintana de Rueda, León, España, (12-2005) <http://users.servicios.retacal.es/pdelrio/VF.pdf>. Pg. 38-39
- DerMarderosian A., (2001), *Guide to Popular Natural Products*, 2nd edition. Published by Facts and Comparisons, St. Louis, Missouri, pp. 99.
- DerMarderosian A., Beutler J., (2002), *The Review of Natural Products. The Most Complete Source of Natural Product Information*, Published by Facts and Comparisons. St Louis, Missouri, pp. 275-276
- Fetrow C., Avila J., (2000), *Manual de Medicina Alternativa para o Professional*. Editora Guanabara Koogan S.A., Rio de Janeiro, pp. 359-360.
- Haraguchi H., Tanaka Y., Kabbash A., Fujioka T., Ishizu T., Yagi A., (2004), Monoamine oxidase inhibitors from *Gentiana lutea*, *Phytochemistry*, 65: 2255-2260. .
- Krapp K, Longe J., (2005), *Enciclopedia de las Medicinas Alternativas*, Editorial Océano, Barcelona, pp. 671-673.





• Mathew A., Taranalli A., Torgal S., (2004), Evaluation of anti-inflammatory and wound healing activity of *Gentiana lutea* rizhome extracts in animals, *Pharmaceutical biology*, 42(1), 8-12.

