



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

MATERIA: MEDICINA ALTERNATIVA

ACTIVIDAD: MAPA CONCEPTUAL

DOCENTE: L.N. NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ GORDILLO

ALUMNA: XOCHITL PEREZ PASCUAL

QUINTO CUATRIMESTRE

GRUPO: "A"

TAPACHULA CHIAPAS 10/04/2021

Fitoterapia

Descripción

- La Fitoterapia consiste en el tratamiento de las dolencias con los recursos que nos ofrece la naturaleza, a través de los vegetales.
- La Fitoterapia no es una terapia moderna.
- Surgió ante la imperiosa necesidad de recuperar y mantener la salud.
- La Fitoterapia no es una terapia exclusiva del hombre, los animales también aprovechan las virtudes de muchos vegetales para mejorar su salud.
- Es la terapia basada en las plantas (del griego Phytos, planta, vegetal y therapeia, terapia). En realidad, la Fitoterapia constituye una parte de la Materia Médica, siendo la Materia Médica, el conjunto de remedios, tanto de origen vegetal, como de origen animal y mineral.

Criterios para encontrar las plantas medicinales adecuadas

Teoría del signo o de las señales (Teoría de la signatura).

Esta teoría es tan antigua que se pierde en la lejanía de los tiempos. Paracelso la resume en esta frase: —todo vegetal está señalado por la Naturaleza y para lo que él nos significa, para ello es bueno. Así el foliolo de la hoja trifoliada del trifolium pratense para las cataratas, tiene la señal de las cataratas.

Señales que se basan en la forma de la planta o de sus partes

Por ejemplo, las nueces son un claro ejemplo de la Medicina de las similitudes. Las nueces fueron así utilizadas para las afecciones de la cabeza. El fruto corresponde al cuero cabelludo, la cáscara leñosa de la semilla a los huesos de cráneo, el tegumento marrónceo corresponde a las meninges y la almendra corresponde a los hemisferios craneales.

Señales basadas en el color de la planta

Por ejemplo, las cabezuelas florales del edelweiss tienen una blancura tal que se utilizaron en los Alpes para favorecer la producción de leche tanto en las vacas como en las mujeres lactantes.

Señales basadas en el sabor y olor

Por ejemplo, atendiendo al criterio oposicionista popular se consideraba que las plantas amargas tenían la propiedad de contrarrestar dolencias de signo contrario.

Introducción a la fitoterapia

Son prótidos, glúcidos, lípidos, minerales, y vitaminas que, si bien no ejercen una actividad farmacológica directa, son imprescindibles para mantener la vida del reino animal. Son los sustratos nutricionales de éste, al ser la base nutritiva de los animales herbívoros.

Principios activos

Son principios activos aquellas sustancias presentes en las plantas, que son responsables de la acción o acciones farmacológicas. Unas veces el principio activo es una sustancia concreta, como puede ser un alcaloide, y en otras ocasiones, es una mezcla compleja de sustancias, como son los aceites esenciales.

Aspectos fitoquímicos

En un vegetal superior, la raíz absorbe del suelo, agua y minerales creando la savia bruta que asciende por todo el vegetal. En las hojas tiene lugar la mayoría de procesos metabólicos.

Principios activos de origen vegetal

Son compuestos formados por la asociación de un glúcido y de un cuerpo activo no azucarado, llamado genina o aglicona. Parece ser que las geninas son productos de excreción que se asocian a un glúcido para neutralizarse y no resultar tóxico al vegetal.

Alcaloides con núcleo tropánico

Derivados del tropano: Como la Belladona (*Atropa belladonna*). Sus hojas contienen los alcaloides atropina-hiosciamina y escopolamina. Derivados de la cocaína: Coca (*Erythroxylon coca*). Los alcaloides se encuentran principalmente en las hojas. Derivados de la quinoleína: Como la Quina (*Cinchona succirubra*), árbol andino en cuya corteza se encuentran los alcaloides quinoleínicos como la quinina y la quinidina.

Grupo de la morfina

Morfina: Actúa como analgésico sedante, depresor respiratorio, antitusígeno débil, bradicardizante, inhibidor del peristaltismo intestinal (emetizante y antidiarreico). Genera dependencia.

- Codeína: antitusígeno con acción analgésica, anti diarreaica y depresora respiratoria, genera poca dependencia.
- Tebaína: convulsivante, genera dependencia.
- Grupo de la papaverina: espasmolítico.
- Grupo de la noscapina: sedante de la tos, no genera dependencia.

Bases púricas

Son derivados de las bases púricas y se presentan asociados a taninos. No son estrictamente alcaloides, bajo el punto de vista químico. Las principales bases púricas son la cafeína (semillas de café, hojas de té, nuez de cola, hojas de mate y semillas de guaraná), la teobromina (semillas de cacao), y la teofilina (hojas de té, hojas de mate).

Resinas

Son sustancias amorfas transparentes o translúcidas y sólidas a temperatura ambiente. Químicamente son mezclas complejas. Ejemplos de las cuales son: Pino resinero (*Pinus pinaster*) que produce una oleorresina que consta de una porción volátil (aguarrás o trementina) y otra sólida (colofonia). La trementina tiene propiedades antiséptica, expectorante y rubefaciente. La colofonia se emplea para fabricar adhesivos, chicles.

Empleo y formas de preparación de las plantas medicinales

Hidrolitos

- Infusión: la extracción se realiza por la acción poco prolongada del agua a temperatura próxima a la ebullición sobre las drogas, seguida de una maceración de unos 30 minutos
- Infuso: es una de las formas de administración más empleadas en Fitoterapia. Se lleva el agua a ebullición, acto seguido se apaga el fuego y se añade a droga que se deja macerar con el recipiente tapado, durante 3 a 5 minutos.
- Decocción: se realiza sometiendo la droga a la acción del agua destilada a temperatura próxima a la ebullición. Esto se realiza en el caso de drogas compactas y duras, en las que el acceso del agua a los principios activos está dificultado por la estructura histológica de la droga.
- Decocto: es una simplificación de la decocción. Se procede de la siguiente manera, se calienta el agua hasta la ebullición y se vierte la droga tapando el recipiente, se deja hervir durante 5 a 20 minutos, se apaga el fuego y se deja macerar durante 15 minutos.
- Tisana: en la preparación de la tisana se agrupan varias drogas (unas activas y otras coadyuvantes o correctoras) con el fin de potenciar la acción y/o corregir los efectos adversos que pudieran tener algunas drogas que forman parte de la composición. La tisana tiene que presentar unas cualidades organolépticas agradables. Se procede del mismo modo que en el proceso extractivo del infuso o del decocto.

Fitoterapia en afecciones digestivas

Dispepsia funcional

Regaliz y hoja de menta: EMA acepta su administración por su uso tradicional. Incluye también el aceite esencial de menta, pero en este caso lo califica como un uso bien establecido.

Cúrcuma india: aceptada por la OMS y la Comisión E. Esta última también aprueba la Cúrcuma de Java. Los ensayos clínicos indican: Es eficaz la combinación de 50 mg de aceite esencial de alcaravea y 90 mg de aceite esencial de menta. Los efectos de la alcaravea en monoterapia no están claros y es necesario seguir realizando estudios.

La manzanilla dulce está presente en preparaciones que han obtenido un alto nivel de evidencia clínica en su eficacia.

Úlcera gastroduodenal

Regaliz: uso aprobado por la Comisión E y ESCOP, como coadyuvante en el tratamiento. Cúrcuma india: se ha utilizado tradicionalmente, pero los ensayos clínicos realizados cuestionan su eficacia. Flatulencia y/o espasmos gastrointestinales.

Manzanilla dulce, manzanilla romana, anís verde, hinojo dulce o amargo, jengibre y alcaravea: uso aceptado por ESCOP y EMA, esta última basándose en su uso tradicional; por esta misma razón incluye también los aceites esenciales de anís verde y alcaravea. Además, considera el aceite esencial de menta como de uso bien establecido. Cúrcuma india, cúrcuma de Java y hoja de menta.

Naúseas y vómitos

Manzanilla dulce: ESCOP acepta su uso para el tratamiento sintomático de las náuseas. Jengibre: EMA acepta su administración, por su uso tradicional, en la profilaxis de la cinetosis entre los 6 y 18 años, mientras que en los adultos lo considera uso bien establecido. ESCOP también incluye las náuseas y vómitos postoperatorios en cirugía menor y los debidos al embarazo (en embarazo solo con supervisión médica). La evidencia clínica sugiere que reduce la posibilidad de náuseas y vómitos provocados por los tratamientos antirretrovirales. También los asociados al vértigo y al embarazo. Sin embargo, en los debidos a tratamientos de quimioterapia no se dispone de suficientes ensayos como para hablar de relevancia clínica.

Fitoterapia para las afecciones del sistema cardiovascular

Hipertensión

Es el término empleado para describir la presión arterial alta, es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a través del cuerpo, por lo que provoca una mayor posibilidad de ataque cardíaco, insuficiencia cardíaca, ictus y enfermedad renal. Las lecturas de la presión arterial se miden en milímetros de mercurio (mmHg) y generalmente se dan como dos números. Por ejemplo, 120 sobre 80 (escrito como 120/80).

Ajo Familia: Alliaceae Nombre científico: *Allium sativum* Características generales: Es una planta perenne, con hojas son planas y delgadas, de hasta 30 cm de longitud. Las raíces alcanzan fácilmente profundidades de 50 cm o más, con un bulbo, de piel blanca, forma una cabeza dividida en gajos, los cuales se encuentran envueltos en una delgada película de color blanco o rojizo. Las flores son blancas, y en algunas especies el tallo también produce pequeños bulbos o hijuelos que emanan un fuerte olor al ser cortado.
Propiedades medicinales: es uno de los alimentos y remedios naturales más estudiados en el tratamiento de las enfermedades cardiovasculares como la Tensión arterial alta, el colesterol, cardiopatías, entre otras, y como principios activo más destacables del ajo esta la alicina.

Jengibre Familia: Zingiberaceae Nombre científico: *Zingiber officinale* Características generales: es una planta perenne que puede medir hasta 1.8 m de altura. Posee tallos rojizos con aspecto de hojas, presenta hojas lanceoladas y flores blanquecinas en espigas, tiene unos rizomas característicos que son los que se utilizan como especie y propiedades medicinales.
Propiedades medicinales: es un buen recurso para favorecer la circulación sanguínea, ayudando a disolver trombos en las arterias y disminuyendo los niveles de colesterol en sangre, anginas de pecho, además, ayuda a prevenir una serie de enfermedades vasculares

Alcachofa. Familia: Asteráceae Nombre científico: *Cynara scolymus* L. Características generales: es una planta perenne de hasta 2 m de altura, con hojas pinnado-lobuladas, con lóbulos sin espinas y envés tomentoso. Presenta flores azuladas y brácteas ovales.
Propiedades medicinales: tiene la capacidad de producir una disminución del colesterol en sangre, disminuir la presión arterial, y la prevención de la arterioesclerosis, esto se debe a sus componentes ácidos principalmente. Así mismo, ayuda en la recuperación de infartos, anginis de pecho y mala circulación.

Fitoterapia para las patologías respiratorias

Las enfermedades respiratorias pueden ser productos de infecciones, consumo de tabaco o inhalación de humo de tabaco en el ambiente, radón, amianto u otras formas de contaminación del aire. Las enfermedades respiratorias incluyen el asma, la enfermedad pulmonar, gripe tos bronquitis.

Eucalipto

- Es la planta más recomendable en cualquier afección respiratoria por ser expectorante (ayuda a expulsar el moco) y broncodilatador.
- Antiguamente se inhalaba el humo de eucalipto, por lo que se formaban cigarrillos de eucalipto para aliviar dolencias respiratorias.
- Administración: La forma más recomendable de utilizar eucalipto es en aceite esencial puro de cultivo ecológico, realizando friegas por el pecho y masajes en la espalda. Se pueden realizar inhalaciones de vapor con aceite esencial de eucalipto, junto con pino, por ejemplo. También se puede utilizar la planta seca en infusión.

Equinácea

- Tiene un gran poder inmunológico, protege el organismo mejorando la función de los leucocitos (defensas) y además es un extraordinario bactericida. Su uso más extendido es para tratar las enfermedades respiratorias típicas como gripe, resfriado, catarro, sinusitis, laringitis, elimina los síntomas de estas enfermedades ya que desinflama los cornetes nasales y es expectorante y a la vez ayuda al organismo a luchar contra el microorganismo que causa la enfermedad.

Propóleo

- El propóleo no es una planta, sino una sustancia obtenida por las abejas de las yemas de los árboles y que usan para evitar los hongos, bacterias y virus en la colmena a modo de antibiótico. La mencionamos en este bloque porque es un poderoso antibacteriano, y da muy buenos resultados en casos de faringitis, bronquitis, amigdalitis por su efecto antiinflamatorio, protector y analgésico

Menta

- La menta es ideal para casos de congestión nasal sinusitis o bronquitis. Produce un frescor inmediato con un efecto tónico que mejora la circulación de la sangre local, desinflamando los senos nasales que producen taponamiento y ayudando a expulsar el moco.
- Administración: Se puede utilizar el aceite esencial puro y ecológico de menta para masajear pecho y espalda, así como realizar inhalaciones. Una sola gota aplicada localmente por encima de las cejas y a los lados de la nariz alivia la congestión y sinusitis. También se puede utilizar la planta seca en infusión.

Bibliografía

- Webb (2002) nutrición. Una alternativa para promover la salud. Acribia.
 - Robbert owen (2010) historia de la medicina alternativa. Universal
 - Araceli Suaverza Karime (2010). Tratados de nutrición Mc Graw Hill.
- <https://www.bibliotecavirtualUNAMantropologia/herbolariamexicana/.com>