



**Alumno: Pérez Girón Kevin**

**Profesora: Castro Venegas María De Los Ángeles**

**Trabajo: Importancia De Las Plantas Medicinales (Resumen)**

**Materia: Medicina Alternativa**

**Cuatrimestre: 5°**

**Licenciatura: Nutrición**

Comitán de Domínguez Chiapas A 17 De Abril Del 2021.

Yo creo que alguna vez nosotros hemos estado con cierta indigestión y a su vez nos han dado una infusión de anís o manzanilla, o bien nos han recomendado aloe para la resequedad de la piel.

Si bien es cierto, desde la antigüedad, las plantas han desempeñado un papel decisivo en las tradiciones sanitarias de muchas culturas. Ante esto, se especula que: la medicina natural lleva practicándose hace más de 3000 años. Ha sido y aún sigue siendo empleada por más de una cuarta parte de la población del mundo. Incluso ha sido seleccionada por la organización mundial de la salud para que sea empleada y divulgada en todo el mundo para satisfacer las necesidades sobre la salud en pleno siglo XXI.

Como podemos observar, el uso de las plantas con fines medicinales se encuentra asociada a todas las culturas humanas desde hace tiempos prehistóricos. No obstante, gracias a la capacidad de observación y comprensión de patrones, las culturas humanas fueron reconociendo descubriendo en las plantas muchas propiedades curativas que, al no tener mayor explicación sobre los mecanismos de acción, en su momento asociaron sus efectos a la magia o a la intervención de los dioses.

Sin embargo, hoy en nuestra actualidad sabemos que las propiedades medicinales que poseen algunas plantas se deben a compuestos químicos, llamados principios activos, que actúan de maneras específicas dentro de nuestro organismo.

Cabe mencionar que, lo que hace muy popular a estos métodos curativos es que:

- Son menos agresivas para el cuerpo. Suelen carecer o tener mínimos efectos secundarios.
- Promueven el bienestar general, no sólo combaten un síntoma.
- No tienen efectos a largo plazo.
- Son más económicos.
- Son holísticos, no específicos.
- No son agresivos con el cuerpo.
- Son preventivos.

Así pues, el uso de las plantas medicinales ha cobrado gran importancia y lo seguirán siendo a futuro debido a que representan un banco potencial de medicinas por descubrir, poseen un efecto cinagético, es decir, los componentes de las plantas interactúan en forma complementaria,

potenciando o neutralizando sus posibles efectos, también representan un apoyo para la medicina convencional y son la base de la medicina preventiva.

En base a lo anterior mencionado, considero que para un profesional de la salud es de suma importancia el poder contar con el conocimiento adecuado sobre el uso de la herbolaria. Personalmente, considero que el llevar a cabo estas prácticas, me va abrirá múltiples opciones al momento de tratar a los pacientes que presenten alguna enfermedad en específico puesto que, las plantas medicinales se utilizan tanto en la prevención y tratamiento de las enfermedades como en la mejora de la calidad de vida de los pacientes.

Aunado a esto, quiero dar algunos ejemplos sobre algunas plantas medicinales, así como también los efectos y propiedades curativas que estas poseen para el beneficio de la salud humana.

# Jícama

## *Pachyrhizus Erosus*

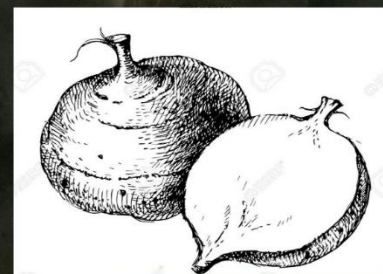
### Descripción biológica

Enredadera voluble, herbácea, escasamente pelosa o lampiña, delgada, de 1 a 2 m de largo, a menudo con grandes raíces tuberosas. Posee hojas pennadas, 3-folioladas, los folíolos delgados de 6 a 12 cm de largo gruesamente anguloso-dentados o casi enteros, los laterales oblicuamente rómbicos-aovados, el terminal cuneado-flabelado comúnmente más ancho que largo, los dientes en su mayoría agudos o acuminados, a veces con la punta aristada. El tallo suele ser unos pedúnculos robustos, comúnmente más largos que las hojas; racimos de 1 a 2 dm de largo. Sus flores azules, casi sésiles, cáliz aterciopelado, como de 8 mm de largo, 4-lobado, el lóbulo superior emarginado, los dientes inferiores acuminados.



### Clasificación botánica

Reino: Plantae.  
Subreino: Traqueobionta.  
Superdivisión: Spermatophyta.  
División: Magnoliophyta.  
Clase: Magnoliopsida.  
Subclase: Asteridae.  
Orden: Lamiales.



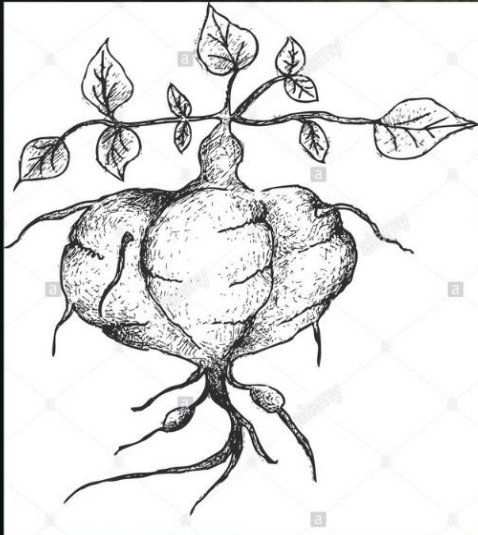
### Propiedades

Es analgésica, calmante, antiinflamatoria y febrífuga.



## Usos medicinales

La jicama se ha empleado para tratar dolores en los riñones, para la gota, fiebres e inflamaciones musculares.



## Principio activo

El principio activo de la jicama no ha sido identificado aún, sin embargo los autores sugieren, que este actúa mejorando, la concentración de insulina en la sangre

## Origen

La jícama o nabo mexicano es una planta leguminosa originaria parte de la familia de las legumbres, su origen es de Centroamérica y México. Se cultiva especialmente por sus raíces tuberosas, las cuales son comestibles.







# Menta

## *Mentha*



### Descripción biológica

La *Mentha* es un género de plantas herbáceas vivaces, perteneciente a la familia Lamiaceae (lamiáceas o labiadas). 1. Hojas: Suelen ser lisas, de color verde intenso, opuestas, lanceoladas y con los bordes levemente dentados. 2. Flores: La flor es menudita, de color pálido tirando a rosa o a lila y a veces del todo blanca. El cáliz con forma de cencerro, tiene aproximadamente dos o tres mm, con cinco dientes en su extremo. La garganta del cáliz, antes de abrirse la flor, está cerrada por una espesa mechita de pelos blancos. La corola es de una pieza y se divide en cuatro lóbulos casi iguales. 3. Frutos: Generalmente esta planta no posee frutos o es muy rudimentario. Es muy aromática.

### Usos medicinales

**Uso interno:** Se calienta y mejora la circulación. También constituye un buen remedio para los dolores de cabeza y por sus propiedades anti-inflamatorias y relajantes es idónea para las dolencias asociadas con dolor y espasmo. Alivia las molestias de la menstruación.

**Uso externo:** El aceite de menta se emplea para inhalar en los desvanecimientos. Las hojas frescas machacadas se pueden aplicar sobre articulaciones inflamadas por artritis o gota. Es un buen desinfectante de heridas y ayuda a aliviar dolores de oídos y muelas. La menta amortigua la sensación de dolor: por ejemplo se recomienda introducir un poquito de algodón empapado con una gota de esencia en la muela cariada y dolorosa.

O cuando tratándose de personas que sienten frío en los pies se les aconseja que se pongan hojas de menta entre la piel y los calcetines, para atajar aquella sensación de frío insoportable







## Clasificación botánica

Reino: Plantae.  
Subreino: Traqueobionta.  
Superdivisión: Spermatophyta.  
División: Magnoliophyta.  
Clase: Magnoliopsida.  
Subclase: Asteridae.  
Orden: Lamiales.



## Hábitat

Existen muchos tipos de menta pero la más conocida es la menta piperita. No crece en estado silvestre, tolera los climas extremos aunque su cultivo se ha adaptado a la tierra húmeda y sombreada, protegida del viento; en huertas. El suelo debe ser húmedo, rico en humus y cal.

## Principio activo

Aceite esencial. Contiene mentol y una cetona terpénica, la pulegona (70%- 80%). En menor cantidad contiene mentona, isomentona, piperitona, 3-octanol y trans-isopulegona.

## Parte util

Las hojas y las inflorescencias.



## Origen y distribución geográfica

Es de origen europeo de Asia central y de la región del Mediterráneo.



# Marihuana

## *Cannabis Sativa*



### Descripción biológica

*Cannabis sativa* L. es una planta anual que pertenece a la familia Cannabaceae. *C. sativa* es una planta herbácea anual de hasta 4 m de alto, dioica, de tallo erecto y hojas palmadas estipuladas, las inferiores opuestas y las superiores alternas. Las hojas se encuentran sobre pecíolos de hasta 7 cm de largo. Cada hoja se compone de entre 3 a 9 folíolos angostos, de ápice agudo, con márgenes serrados y tricomas glandulares recostados sobre el haz y el envés de un color más claro. Tiene inflorescencias en las axilas de las hojas superiores o al terminar las ramas, con brácteas herbáceas y glandulosas. Las inflorescencias masculinas son ramificadas, laxas y con muchas flores; mientras que, las femeninas son densas, pero con pocas flores (de 5 a 8). Las flores masculinas son pediceladas, con perianto de 5 tépalos; y las femeninas son sésiles, con perianto entero, membranáceo y pegado al ovario, persistente en el fruto, ovario con un sólo óvulo y 2 estigmas. El fruto es un aquenio, con una sola semilla, ovoide, algo comprimida, blanco o verdoso teñido de púrpura, encerrado en el perianto.



### Clasificación botánica

Reino: Plantae.  
Familia: Cannabaceae.  
Genero: Cannabis.  
División: Magnoliophyta.  
Clase: Magnoliopsida.  
Especie: Cannabis sativa.  
Orden: Urticales



### Efectos medicinales

Anti inflamatorio. Analgésico. Protector y reparador del tejido nervioso.  
Anticonvulsivante. Relajante muscular. Antitumoral. Anti náusea  
Antiespasmódico. Estimulante del apetito.



## Principio activo

El THC es uno de los ingredientes activos de cáñamo más conocidos, principalmente debido a su posible detección en pruebas toxicológicas. Actúa en el cerebro induciendo la liberación de dopamina, un neurotransmisor que actúa sobre el sistema nervioso simpático y es responsable de la sensación típica de euforia después de la ingesta de marihuana.



## Parte util

Hojas



## Origen y distribución geográfica

El cannabis es originario de Asia central y del sur. En México su distribución se encuentra en Se reporta en Chiapas, Distrito Federal, Durango, Jalisco, Nayarit, Querétaro, Sinaloa y Yucatán.







# Sauco

## *Sambucus*

### Descripción biológica

Arbusto muy ramoso o pequeño arbolillo que alcanza 5 m de altura, con la copa redondeada y muy densa. El tronco tiene corteza corchosa, agrietada y de color pardo grisáceo. Las hojas son compuestas, de gran tamaño, formadas por 5 ó 7 hojuelas dispuestas por parejas, con una impar en la terminación, de forma ovoida con el borde regularmente aserrado. Las flores son de color blanco, dispuestas en gran número de inflorescencias terminales aplanadas, con todas las flores a la misma altura. El fruto es una baya negra que encierra de 3 a 5 huesecillos. Florece de abril a junio y los frutos maduran en agosto y septiembre



### Clasificación botánica

Reino: Plantae  
Subreino: Traqueobionta  
Superdivisión: Spermatophyta  
División: Magnoliophyta  
Clase: Magnoliopsida  
Subclase: Asteridae  
Orden: Dipsacales



### Principios activos

Flavonoides.  
Ácido clorogénico.  
Hiperósido.  
Aceite esencial.  
Triterpenos.  
Ácido ursólico.  
Mucílagos.  
Taninos





## Usos medicinales

Baja la fiebre y calma las congestiones de las vías respiratorias altas. Uso externo para calmar irritaciones de los ojos y para inflamaciones e infecciones superficiales de la piel.



## Partes utiles Hojas y frutos



## Origen y distribución geográfica

El sauco tiene sus orígenes en el hemisferio norte, tanto América como Eurasia. La variedad canadensis se extiende de Canadá hasta Panamá y las Antillas Dado que es ampliamente cultivada, los límites de su distribución natural no están claros. También es posible que se encuentren en México poblaciones europeas, traídas por los españoles, o híbridas. Se considera introducida en África, Asia, Nueva Zelanda y las islas del Pacífico.







# Toloache

## *Datura Ferox*



### Descripción biológica

Tamaño: De 30 cm a 1 m de alto.

Tallo: Glabrescente (con pelos).

Hojas: Con láminas ovadas, de 2.5 a 20 cm de largo por 1 a 18 cm de ancho, ápice agudo, margen sinuado a ligeramente lobado, base atenuada, a veces oblicua, membranáceas, sin pelos, de color verde oscuro en el haz, un poco mas claro en el envés; pecíolos de 1 a 6 (7) cm de largo.

Flores: Erectas, sobre pedúnculos de 5 a 10 mm de largo; cáliz tubular, casi cilíndrico, de 1.5 a 5 cm de largo por 0.5 a 1 cm de diámetro con diente de sierra de alrededor de 5 mm de largo por 1 a 3 mm de ancho, circuncísil (se abre transversalmente) poco arriba de la base del tubo y cayendo junto con la corola, pero dejando un reborde a modo de collar doblado hacia abajo y que persiste en el fruto; corola blanca o violácea, de 6 a 10 cm de largo, limbo plegado, pentalobado, con los ápices de los lóbulos subulados, de 3 a 8 mm de largo; estambres unidos un poco por debajo de la mitad del tubo de la corola, filamentos de 2.2 a 3.5 cm de largo, anteras de 3 a 5 mm de largo por 1 a 2 mm de ancho; ovario imperfectamente tetralocular, de placentación parietal, estilo simple, de 4 a 5 cm de largo, estigma con dos pliegues (bilamelado), de alrededor de 3 mm de alto y ancho

Frutos y semillas: Fruto en forma de cápsula erecta, ovoide, de alrededor de 4 cm de largo por 2.5 cm de diámetro, dehiscente por 4 valvas, armada con espinas largas y agudas, subyúgales o poco desiguales, hasta de 1 cm de largo; semillas reniformes, aplanadas, de 3 a 4 mm de largo, negras, finamente reticuladas.

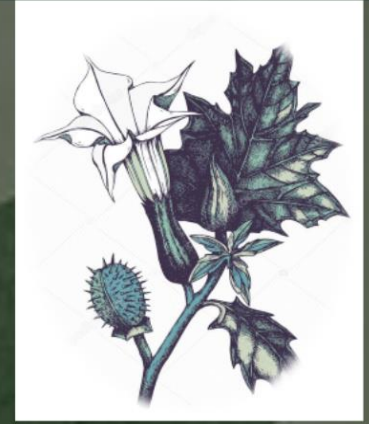
Plántulas: Hipocótilo de 10 a 45 mm de largo; cotiledones opuestos, lámina lanceolada, base cuneada, ápice acuminado; epicótilo ausente o hasta de 3.5 mm de largo; hojas alternas, lámina elíptica a estrechamente elíptica de 11 a 15 mm de largo y 6 a 8.5 mm de ancho, ápice agudo, haz sin pelos, envés con pelos (Espinosa y Sarukhán, 1997).



## Clasificación botánica



Reino: Plantae  
Subreino: Traqueobionta  
Superdivisión: Spermatophyta  
División: Magnoliophyta  
Clase: Magnoliopsida  
Subclase: Asteridae  
Orden: Solanales



## Propiedades medicinales

El toloache suele emplearse (para inflamación de las glándulas, las hojas y semillas se utilizan como narcóticos y calmantes) y melífera. Así pues esta planta puede ser: Analgésico. Antiinflamatorio. Antiasmático. Vulnerario. Antiparasitario. Vermífugo. Narcótico. Antimicótico y antirreumático. Antitusígeno.



## Principios activos

La atropina, hioscina, hiosciamina y escopolamina son responsables de la actividad anticolinérgica, analgésica, espasmolítica, depresora y estimulante del S.NC, antiespasmódica, antiasmática, antisecretora, midriática, analgesica local, antiparkinsoniana y anticolinérgica. Por otro lado, la escopolamina actúa como sedante de los nervios y a altas dosis provoca la elocución, locomoción y sensibilida



## Origen y distribución geográfica.

Cabe destacar que el toloache crece en hábitats abiertos; en condiciones naturales se encuentran con mayor abundancia en los cauces de grava de los ríos y arroyos. En el Estado de México crece en las faldas de los volcanes, en los campos cultivados, aparecen entre la hierba silvestre; sus flores tienen forma de trompeta y varían en tamaño, longitud y color.





# Tronadora

## Tecoma Stans



### Descripción biológica

**Forma.** Arbol pequeño o arbusto bajo, perennifolio o caducifolio, de 1 a 10 m (hasta 20 m) de altura, con un diámetro a la altura del pecho de hasta 25 cm. **Copa / Hojas.** Hojas compuestas, opuestas e imparipinnadas, 5 a 13 folioladas; los folíolos aserrados y lanceolados, el folíolo terminal de 2.4 a 15 cm de largo. **Corteza.** Corteza dura y acostillada.

**Flor(es).** Inflorescencia en racimo terminal o subterminal, con 20 flores aproximadamente, sólo algunas abriendo al mismo tiempo; cáliz corto-cupular, de 4 a 7 mm de largo; corola color amarillo vivo, con 7 líneas rojizas en la garganta, tubularcampanulada, de 3 a 5 cm de largo. Las flores son muy vistosas pero débilmente fragantes. **Fruto(s).** Fruto una cápsula alargada, cilíndrica y dehiscente, café, ahusada hacia los extremos, de 7 a 21 cm de largo por 5 a 7 mm de ancho, la superficie lenticelada; se abre a lo largo para liberar muchas semillas muy finas. **Semilla(s).** Semillas pequeñas, aplanadas y aladas; cuerpo de la semilla de 7 a 9 mm de largo, alas blancoamarillentas, hialinomembranáceas, agudamente demarcadas del cuerpo de la semilla e incrementan el tamaño en 8 a 10 mm de ancho por 2 a 2.5 cm de largo.

### Partes empleadas

Principalmente se emplean las flores y hojas, aunque la raíz también se usa medicinalmente, especialmente por su acción diurética (facilita la expulsión de orina).

### Usos Medicinales

A esta planta se le atribuyen 54 usos medicinales diferentes. Algunos la emplean como: **Diurético:** para tratar dolores de estómago, asma, tos, curar enfermedades de la piel, tatar llagas de viruela, desinflamar golpes, purificar la sangre y para tratar la diabetes.







## Clasificación botánica

Reino: Plantae  
Subreino: Tracheobionta  
División: Magnoliophyta  
Clase: Magnoliopsida  
Subclase: Asteridae  
Orden: Lamiales  
Familia: Bignoniaceae

## Partes empleadas

Hojas y flores, aunque la raíz también se usa medicinalmente, especialmente por su acción diurética (facilita la expulsión de orina).



## Origen y distribución geográfica

Es originaria de México y se extiende de la parte más sureña de Florida, Texas y Arizona (Estados Unidos), a través de todo México y Centroamérica hasta el norte de Venezuela y a lo largo de los Andes hasta el norte de Argentina. Está presente en las Antillas.





De este modo, podemos observar la gran importancia que ha cobrado la medicina tradicional al momento de tratar enfermedades. No obstante, considero que la medicina tradicional constituye una alternativa viable de curación y sanación para los sectores populares en combinación con la medicina oficial. Ante esto, resulta pertinente que el ministerio de salud pública, realice todos los esfuerzos necesarios para incorporar a los médicos tradicionales en el sistema nacional de salud, buscando la armonía y el respeto de las tradiciones y costumbres de la medicina tradicional.