



**Nombre de alumnos:** Esmeralda Monserrat  
Navarro Avendaño

**Nombre del profesor:** María de los Ángeles  
Venegas Castro

**Nombre del trabajo:** Supernotas “Unidad 2”

**Materia:** Nutrición y medicina alternativa

**Grado:** 5 Cuatrimestre

**Grupo:** “A”

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 05 de marzo de 2021.

# Vaporúb



Nombre científico:  
Plectranthus tomentososa

Planta ornamental



Usada en la  
medicina popular

Tiene un fuerte  
y agradable olor

## La característica distintiva del género Plectranthus



La flor

Con cuatro lóbulos  
en el labio superior y  
uno en el inferior.

## Sus características anatómicas:



Epidermis de raíz, tallo y hoja uniestratificada con tricomas no glandulares de tipo uniseriado, tricomas glandulares capitados y peltados.

En tallo, la colénquima es subepidérmica, de tipo angular en bandas discontinuas.

## El género Plectranthus L' Her



Pertenece a la tribu Ocimeae de la familia Lamiaceae

Comprende 300 especies entre herbáceas y subarborescentes

Se distribuyen en regiones:

Tropicales y subtropicales de Asia, África, Australia e Islas del Pacífico.

## Cultivo



En macetas o en jardines al aire libre, crece rápidamente



Le gusta el sol o sombra parcial y se puede propagar fácilmente mediante esquejes de tallos.

Se debe regar con regularidad, 2 veces a la semana, al ser una suculenta puede aguantar más tiempo sin riego

## Usos en la medicina popular:

Contra: vómito, náusea, infecciones del oído, dolor de muelas o garganta, quemaduras, dermatitis y como antiséptico.

Recetas: infusión, inhalación, ungüento.



Propiedades de la planta:

- Antiinflamatoria
- Antidiabéticas
- Descongestionante
- Anti-ansiedad

# Manzanilla

Nombre científico:  
Chamaemelum nobile

Nombre botánico  
es: Matricaria  
Recutita



Hierba aromática

Utilizada desde hace siglos con fines

## Características:

Planta herbácea anual

Mide hasta 40 cm de altura

Tallo cilíndrico, erecto y ramificado

Sus hojas se encuentran alternadas y tienen un color verde intenso

Parte medicinal que se utiliza son las flores.



## Su uso anteriormente:

Remonta al antiguo Egipto y la época greco-romana.



Egipcios la utilizaban como remedio curativo para las fiebres.



Los romanos la utilizaban en la elaboración de inciensos y para condimentar bebidas



## Origen

Originaria de Europa



Introducida en América, donde es muy comercializada y cultivada



## Usos de la manzanilla en la actualidad

Cuidado del cutis: porque ayuda a limpiar impurezas y regenerar las células. sus flores secas se pueden elaborar mascarillas.



La elaboración de champús, para dar brillo al cabello, tintes naturales, para aclarar el color del pelo, y para minimizar las canas.



## usos culinarios

El preparado de infusiones con fines terapéuticos



La elaboración de licores como el vermú, confituras, golosinas, helados y otros dulces, gracias a sus propiedades aromáticas.



Se emplean las flores y hojas para tratar un gran número de afecciones: trastornos digestivos, afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales.

## Buganvillas



Nombre científico:  
Bougainvillea

Descubiertas por  
Louis Antonie de  
Bougainville en  
Brasil

En el año 1768

Originarias de los bosques  
tropicales de América del Sur



## Características



Arbustos espinosos,  
trepadores, que pueden  
llegar a alcanzar hasta  
12 metros de longitud



Sus hojas alternas, simples,  
ovado acuminadas, de 4 a  
13 cm de largo por 2 a 6 cm  
de ancho.

Las flores son pequeñas  
y están formadas por  
un tubo alargado y  
estrellado en el ápice.

## Especies de buganvillas

Más comunes son:



Bougainvillea glabra

B. spectabilis

B. buttiana

B. peruviana

Lo más espectacular  
de la buganvilla

Brácteas que rodean las flores  
son de color de rosa, fucsia,  
lavanda, magenta, rojo,  
naranja, amarillo y blanco.

## Remedio casero

### Infusión



Ingredientes

- 6 flores de bouganvilla bien lavada
- 1 taza de agua

Procedimiento:

- Pon a hervir la taza de agua, cuando suelte el hervor añade las flores.
- Cuando el agua cambie de color, retira del fuego.
- Deja reposar de 5 a 10 minutos, cuela y sirve.
- Puedes añadir una cucharadita de miel para darle más sabor.

## Planta con propiedades

antimicrobianas

antidiarreica

antiulcerosa

El extracto de las  
hojas, flores y  
brácteas inhibe la  
actividad de algunos  
microorganismos

Como Escherichia coli, Bacillus subtilis, Klebsiella pneumoniae, Staphylococcus aureus y Proteus vulgaris.

## BENEFICIOS DE LA BUGANVILIA

Tiene propiedades antibióticas naturales por lo que puede usar para tratar enfermedades respiratorias.

Reduce la fiebre, gracias a que es antipirética.

Mejora el funcionamiento de los pulmones ya que aumenta su capacidad de oxigenación.

Combate el estreñimiento.



## Bibliografía

- Bonells, J. (19 de enero de 2018). *Las buganvillas*, especies, híbridos formas y usos. Jardines sin fronteras. Recuperado en <https://jardinessinfronteras.com/2018/01/19/las-bouganvilleas-especies-hibridos-formas-y-usos/>
- Diaz, W. (7 de febrero 2017). *Conoces la planta vaporub*, Wendygrafias. Recuperado en <http://wendygrafia.com/conoces-la-planta-vaporub/>
- Vega, R. (octubre 2014). *La manzanilla*, flores. Recuperado en <https://www.flores.ninja/la-manzanilla/>