



Nombre: Carlos Alberto Avendaño Ballinas.

Docente: María De Los Ángeles Venegas.

Materia: Nutrición y Medicina Alternativa.

Grado y Grupo: 5-A.

Licenciatura: Nutrición.

Universidad: UDS.

Actividad: Resumen.

Hablaremos sobre un conjunto de plantas que son medicinales, cada una tiene propiedades medicinales diferentes, este catálogo de plantas medicinales puede ser muy útil para saber que plantas de las que tenemos en casa son buenas por sus propiedades curativas, y usarlas en vez de consumir medicamentos que a largo plazo nos pueden afectar y mejor acudir a las plantas medicinales que nos pueden ayudar gracias a sus propiedades, muchas de estas plantas nos pueden ayudar a curar enfermedades o algún malestar, estaremos viendo una variedad de plantas que todas nos pueden ayudar de cierta forma. Algunas se preparan diferente para aliviar algún malestar que se pueda llegar a tener y también para aprender un poco sobre las plantas que tenemos en nuestro entorno y donde las podemos encontrar so no se tienen en casa disponibles, así como estaremos hablando de plantas medicinales también hay que tener en cuenta que también hay muchas plantas que pueden llegar a ser toxicas para nosotros, para eso es este manual para que sepamos cómo identificar a las plantas que son toxicas a las que son medicinales y saber cómo es su preparación y que planta es la indicada para usarse en algún malestar que se pueda llegar a presentar. En conclusión, me doy cuenta que este catálogo es de mucha ayuda y contiene mucha información sobre las plantas que son medicinales y el uso que tienen las mismas, hay muchas variedades de plantas que ayudan a aliviar diferentes molestias y hay algunas que pueden llegar a curar en su totalidad la enfermedad que se puede llegar adquirir, es interesante saber de dónde proviene originalmente estas plantas y ahora, sabemos que algunas plantas que podamos llegar a tener en casa nos pueden ayudar sin tener la necesidad de ir al médico pero eso si las plantas medicinales de las que habla el catalogo son para aliviar molestias o enfermedades algo leves ya enfermedades graves estas plantas ayudan junto con las ordenes que da el medico pero si fue muy interesante aprender sobre las propiedades que tiene muchas plantas que tenemos a nuestro alcance.