



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del alumno: Jesús Eduardo  
Gómez Figueroa**

**Nombre del profesor: Sergio  
Jiménez Ruiz**

**Nombre del trabajo: Plantas  
medicinales**

**Materia: Interculturalidad y Salud 2**

**Grado: 2 A**

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de mayo del 2021



## PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL.

En México, el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan las diferentes partes de la planta, según sea la afectación o la receta en cuestión. Lo más común es usar las hojas y las flores y es paradójicamente, el tallo o la raíz. Las plantas medicinales se consumen directamente o pueden prepararse como infusiones o en presentación homeopática.

El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continúa extendiéndose a nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta las más extremadamente bajas.

En la mayoría de los casos se desconoce el o los principios activos químicos relacionados con los efectos beneficios que se les atribuyen. En años recientes, diversos grupos de investigación realizan esfuerzos para identificar compuestos con actividad biológica en un intento de aportar mayor conocimiento a este campo. Sin embargo, la caracterización química exhaustiva de miles de especies utilizadas en la medicina tradicional está muy lejos de completarse. La Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria

(EFSA, por sus siglas en inglés) publicó un compendio de especies vegetales que contienen sustancias que presentan un posible riesgo o se tiene cierta sospecha de algún efecto negativo sobre la salud. Esto debe obligar al público en general a tener ciertas reservas al momento de consumir estas plantas; en particular, aquellas poco estudiadas.

En México, existe un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbolaria precolombina y la europea.

### ARNICA.

Uso tradicional. Las dos especies de arnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o antimicrobianos (*Staphylococcus aureus*, *Escherichia coli*) y antioxidantes, así como para el tratamiento de contusiones, esguinces y problemas reumáticos, heridas, hematomas, dolor y angina.

### EPAZOTE.

Uso tradicional. Los tes de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote han sido utilizados por siglos, de manera tradicional por diferentes poblaciones de América Latina y el

caribe como condimento y en la medicina tradicional. En los primeros años del siglo XX, el aceite esencial del epazote se utilizó como antihelmínticos (contra las lombrices) en humanos, perros, gatos, caballos y cerdos.

### HIERBABUENA.

Uso tradicional. La hierbabuena es utilizada ampliamente en el tratamiento de diversos padecimientos como náuseas, vómitos, y trastornos gastrointestinales. En el pasado, la hoja seca en polvo se llegó a utilizar para blanquear los dientes. La planta y el aceite de hierbabuena también se han utilizado como repelente de hormigas, mosquitos y arañas.

### INSULINA.

Uso tradicional. Las hojas de la insulina se utilizan como suplemento en el tratamiento de la diabetes; se sabe que las personas diabéticas se comen una hoja diaria para mantener bajos los niveles de glucosa en la sangre. En años recientes se le ha recomendado como diurético, antioxidante, anti-microbiano y anti-cancerígeno. En la medicina tradicional de nuestro país, la parte aérea de la insulina utilizada como infusión desordena renales.

S. Horacio Guzmán Maldonado Rocío S. Díaz Huacuz Mario M. González Chavira. (Noviembre 2017). PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL. 14 de mayo de 2021, de SEGARPA, inefap Sitio web: [https://vun.inifap.gob.mx/VUN\\_MEDIA/BibliotecaWeb/media/folletoinformativo/1044\\_4729\\_Plantas\\_medicinales\\_la\\_realidad\\_de\\_una\\_tradici%C3%B3n\\_ancestral.pdf](https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/media/folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf)