



Nombre del alumno: Jhoana Guadalupe Arreola Mayorga

Nombre del profesor: Sergio Jiménez Ruíz

Nombre del trabajo: Plantas medicinales

Materia: Interculturalidad y salud II

Grado: 2do semestre Medicina Humana

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de mayo del 2021

Plantas medicinales

Plantas medicinales. La realidad de una tradición ancestral.

S. Horacio Guzmán Maldonado, Rocío S. Díaz Huacuz, Mario M. González Chavira

En México, el uso de plantas medicinales como terapias complementarias es muy común y continúa extendiéndose a nivel mundial. Se emplean diferentes partes de la planta, y pueden consumirse directamente o a través de infusiones o preparaciones homeopáticas. En nuestro país existe un gran número de plantas medicinales, las cuales son una combinación de la herbolaria precolombina y la europea. De las cuales se explicará un poco de algunas. Aunque se señala a la herbolaria medicinal lo suficientemente capaz para curar cualquier enfermedad o malestar según dichos populares, se debe tener presente que varios grupos de investigación convergen en que aún no hay suficiente información y estudios clínicos para elaborar conclusiones concretas.

Árnica

Nombre científico y nombre común. Se describen al menos dos clases de árnica: *Heterotelea inuloides* (árnica mexicana) y *Arnica montana* L. (origen europeo), ambas especies pertenecen a la familia Asteráceas.

Uso tradicional. Se han recomendado para tratar enfermedades inflamatorias y antimicrobianas, además de emplearse como antioxidante. Comúnmente se usa para el tratamiento de contusiones, esguinces y problemas reumáticos, así como para aliviar el dolor.

Composición química. Los compuestos bioactivos del árnica que poseen propiedades antiinflamatorias pertenecen a la familia de las lactonas sesquiterpenas. Mientras que la actividad antimicrobiana y antioxidante del árnica mexicana proviene de los compuestos fenólicos y flavonoides.

Evaluación científica. Existe una gran variedad de estudios realizados sobre esta planta medicinal. Se ha empleado para tratar dolencias en hu-

manos con resultados favorables. También se ha demostrado que activa células inmunitarias y facilita al combate de daños al organismo. Se demostró la reducción de edemas inducidos por sangre con su aplicación. Sin embargo, se tiene poca evidencia de su uso en niños. La recomendación es evitar su uso en niños sin haber consultado previamente.

Epaote

Nombre científico y nombre común. La palabra epaote proviene del nahuatl "epatl" (hierba fétida) y "tzotl" (dulce), lo cual se refiere al olor penetrante que suele tener esta planta. El nombre científico de esta planta es *Chenopodium ambrosioides* L. En México se le conoce como epaote o yerba del zorrillo, paico, bitra o caa-ne.

Uso tradicional. Esta hierba se ha utilizado en té de las hojas, tallos, raíces e inflorescencias y se ha venido practicando desde hace siglos en la medicina tradicional. En un inicio se utilizaba como antihelmíntico (que atacaba a las lombrices) pero se dejó en desuso por el hallazgo de recursos más eficaces. Se ha recomendado también como estimulante del flujo sanguíneo y fomentar la menstruación, además de usarse como abortificante.

Composición química. Contiene cuatro monoterpénos hidroperoxidados además del ascaridol. El ascaridol tiene efectos analgésicos con dosis de 100 mg/kg y que a dosis de 300 mg/kg genera convulsiones y toxicidad letal en ratones.

Evaluación científica. Diversos estudios científicos demostraron la actividad antiparasitaria contra *Trypanosoma cruzi*, *Plasmodium aleiparum* y *Leishmania amazonensis*. Sin embargo, en dosis elevadas puede causar graves daños a la salud, algunos síntomas pueden ser náuseas, vómitos, cefalea, dolor abdominal, convulsiones, parálisis y en casos extremos coma.

Hierba buena

Nombre científico y nombre común. Su nombre científico es *M. spicata*

de origen europeo. Por sus características aromáticas es comúnmente usada en alimentos para dar olor y sabor, aunque también presenta propiedades "curativas".

Uso tradicional. Se usa para el tratamiento para diversos síntomas como náuseas, vómito y desórdenes gastrointestinales. La hoja seca en polvo se llegó a emplear para blanquear dientes. y su aceite como repelente.

Composición química. Sus principales componentes químicos son compuestos fenólicos como el carvone y el limonene. También contiene ciertos ácidos cinámicos, agliconas y flavonoides. El ácido rosmarínico es el más abundante.

Evaluación científica. El aceite de hierbabuena confirmó actividad antibacteriana para bacterias Gram positivas (*Bacillus*, *Clostridium*, *Corynebacterium*, *Lactobacillus*, *Listeria*, *Staphylococcus*) mejor que bacterias Gram negativas (*Neisseria gonorrhoeae*, *N. meningitidis*, *Moraxella catarrhalis*). Por otro lado, también se considera como una planta con propiedades antioxidantes. El aceite también presenta propiedades antiinflamatorias e inhibe los receptores de dolor en ratas.

Insulina

Nombre científico y nombre común. La especie *Costus igneus* Nak (también llamada *C. pictus* D. Don, *C. mexicanus* Liebm ex Petersen y *C. congnitus* Rowle) es la planta que comúnmente conocemos como insulina, es originaria del centro de Sudamérica.

Uso tradicional. Las hojas de insulina se emplean para el tratamiento de la diabetes; las personas diabéticas consumen una hoja diaria para mantener bajos los niveles de glucosa en sangre. También se ha recomendado como diurético, antioxidante, anti-microbiano y anticancerígeno.

Composición química. Una planta rica en proteínas, hierro y compuestos antioxidantes como el ácido ascórbico, α -tocoferol, β -caroteno, esteroides y flavonoides. Se demostró también que posee fibra y esteroide ergosterol.

Lavanda

Nombre científico y nombre común. El género lavandula agrupa plantas de la familia Lamiaceas la cual incluye un gran número de especies diferentes que pueden crear confusión al tratar de identificar una planta en particular.

Uso tradicional. La esencia se utiliza en la industria de la cosmetológica para aromatizar productos. Se ha utilizado para prevenir la ansiedad y mejorar la memoria; las lociones y pomadas han sido recomendadas como diuréticas, cicatrizante y analgésico. Esta hierba en té se emplea para atender dolores reumáticos, tortícolis, dolor de cabeza, heridas, quemaduras, hematomas y resfriados.

Composición química. Tiene una combinación variada de compuestos como terpenos, terpenoides, moléculas alifáticas de bajo peso molecular, limonene, aldehidos, linalol, vainillina y carvacrol.

Manzanilla

Nombre científico y nombre común. Es miembro de la familia Asteraceae y representada por dos variedades, la manzanilla alemana (*Chamomilla recutita*) y la manzanilla romana (*Chamaemelum nobile*).

Uso tradicional. La manzanilla se ocupa para tratar numerosos padecimientos como la fiebre, inflamación, espasmos, desordenes menstruales, insomnio, ulcera, herida, dolor reumático y hemorroides. El aceite de manzanilla es comúnmente usado en aromaterapia. En polvo se diluye con agua y alcohol al 12% y se utiliza para combatir la diarrea y prevenir calambres.

Composición química. En las flores secas contienen terpenoides y flavonoides que contribuyen a sus propiedades medicinales

Stevia

Nombre científico y nombre común. La estevia es una planta originaria de Paraguay. En los tiempos precolombinos se empleaban para endulzar los alimentos. Fue introducida a europa y se le asignó el nombre de *Stevia rebaudiana* Bertoni.

Uso tradicional. Se usa como agente endulcorante en general. Es preparada en té con el fin de reducir los niveles de glucosa en sangre.

Componentes químicos. Contiene varios compuestos conocidos como glucósidos de esteviol, los cuales no son calóricos y poseen un alto poder endulcorante.

Sábila

Nombre científico y nombre común. Es una de las plantas medicinales más antiguas, su nombre científico es *Aloe vera*, también se le conoce como *Aloe barbadensis* Miller.

Uso tradicional. Estudios demuestran que las antiguas civilizaciones china y egipcia usaban esta planta medicinal como tratamiento de quemaduras, heridas y para tratar la fiebre. Actualmente se usa en cosmetología.

Composición química. Tiene al menos 75 compuestos identificados, entre ellos polisacáridos, vitaminas, enzimas y minerales que actúan asociados a compuestos del cuerpo humano para beneficio de la salud.

Evaluación científica. Presentan efectos anti-fúngicos, antisépticos, antivirales, antibacterianos, anti-inflamatorios, antioxidantes y para curar heridas.

Referencias

Díaz Huacuz R. S., González Chavira M. M., y Guzmán Maldonado S. H. (2017) Plantas medicinales. La realidad de una tradición ancestral. Secretaría de agricultura, ganadería, desarrollo rural, pesca y alimentación. Recuperado de: https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folleto_informativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici3n_ancestral.pdf