



Nombre del alumno:

Johana Nazareth Vázquez Flores

Nombre del profesor:

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Nombre del trabajo:

Control de lectura

Materia:

Interculturalidad y salud II

Grado:

2do A

Comitán de Domínguez, Chiapas a 11 de Mayo 2021

plantas medicinales

El uso de plantas medicinales a través de la medicina es ancestral. Se utilizan diferentes partes de la planta, se consumen directamente o pueden prepararse como infusión o en presentación homeopática.

Árnica

Se usan para tratar cuadros inflamatorios o antimicrobianos, así como tratamiento de contusiones, esguinces & problemas reumáticos. Se ha demostrado que esta planta activa células del sistema inmune.

Epazote

Es utilizado como estimulador del flujo sanguíneo & fomenta la menstruación. La manera tradicional de preparar el epazote es a partir de las hojas secas en infusiones. El empleo del epazote crudo ya sea en té o agua es un remedio de uso ancestral para la eliminación de parásitos, hay que tener en cuenta que ingerirla en exceso causa daños en la salud.

Hierbabuena

Es utilizado ampliamente en el tratamiento de diversos padecimientos como náuseas, vómitos & trastornos gastrointestinales. En el pasado llegaron a usar la hoja como blanqueador de

dientes, la planta & el aceite se han utilizado como repelente de hormigas, mosquitos & avispas.

El aceite tiene actividad antimicrobiana contra microorganismos como bacterias Grampositivas & en un nivel mas alto en bacterias gramnegativas. La hierbabuena se considera una planta en excelencia con propiedades antioxidantes.

Las dos especies de hierbabuena *M. spicata* & *Menta x Peperita* son reconocidas como seguras.

Insulina

Las hojas se utilizan como suplemento en el tratamiento de la diabetes. Se recomienda como diurético, antioxidante, antimicrobiano & anticancerígeno, también es utilizada como infusión para tratar desórdenes renales. Las hojas de insulina contienen fibra, esteroide ergosterol.

Lavanda

Son utilizados con fines de aromatizantes & para la condimentación. La esencia se utiliza en la industria de la cosmetología & ocasionalmente en pomadas. El aceite inhalado ha sido recomendado para disminuir la ansiedad & mejorar la memoria. Los téis también se utilizan para tratar dolores reumáticos, tos, dolor de cabeza, heridas, quemaduras, hematomas, picadura de insecto, caída de cabello, anginas & resfriados.

Mamanilla

Se utiliza para tratar fiebre, inflamación, espasmos musculares, desordenes menstruales, insomnio, ulcera, heridas, desordenes gastrointestinales, dolor reumático & hemorroides. El aceite de manzanilla lo usan en cosméticos & aromaterapia, el aceite penetra hasta las capas más profundas de la piel.

Stevia

Se utiliza como edulcorante en general, la hoja es utilizada como té para pacientes diabéticos con el fin de reducir los niveles de glucosa en la sangre, la hoja contiene varios compuestos conocidos como glucósidos.

Sábila

Anteriormente la utilizaban para tratar quemaduras, heridas & para bajar la fiebre. Hoy en día a parte de usarse para tratar diversos males también se utiliza en la cosmología. La sábila contiene al menos 75 compuestos identificados con actividad biológica, presenta efectos antifúngicos, antisépticos, antibacterianos, antiinflamatorios, antioxidantes & para curar heridas, así como lo hacían en el ante pasado. La sábila se ha convertido en cultivo atractivo en el campo de los biomateriales & la ingeniería de tejidos debido a que promueve la migración celular.

Referencia bibliográfica

S. Horacio Guzmán Maldonado, Rocío S. Díaz Huacuz y Mario M. González Chavira (2017). PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL. [Fecha de consulta 11 de Mayo 2021]. Disponible en https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/media/folletoinformativo/1044_47_29_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf