



PASIÓN POR EDUCAR

NOMBRE DEL ALUMNO: Edman Uriel
Morales Aguilar

NOMBRE DEL PROFESOR: Sergio
Jiménez Ruiz

NOMBRE DEL TRABAJO: Plantas
medicinales

PASIÓN POR EDUCAR

MATERIA: Interculturalidad y Salud II

GRADO: Segundo semestre grupo A

PLANTAS MEDICINALES

El uso de las terapias que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continúa extendiéndose a un nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación que incluyen las dosis que llegan hasta las más extremadamente bajas. En nuestro México existe un sin número de plantas que tienen efecto medicinal de uso tradicional, producto en la combinación de la herbolaria precolombiana y la europea.

Las especies seleccionadas son: arnica, epazote, hierbabuena, insulina, lavya, manzanilla, stevia y sábila.

La literatura describe al menos dos especies de arnica: *Heterotelea inuloides* o arnica mexicana y arnica montana de origen europeo, las dos especies de arnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o como antimicrobianas.

Los compuestos bioactivos indentificados en ambas especies de arnica con propiedades anti-inflamatorias pertenecen a la familia de las lactonas sesquiterpenas como la chamissonolida, helenalina e hidrohelenalina. Los estudios científicos que apoyan el uso del arnica son variados, por ejemplo la planta fue utilizada en formulaciones homeopáticas para tratar dolencias

inflamatorias en humanos con buenos resultados. La palabra Epazote proviene del Nahuatl *epatl*, lo cual se refiere al olor tan fuerte que tiene esta hierba y que para muchos es desagradable. El epazote es una planta aromática, perenne, mas o menos pubescente con el tallo usualmente prostrado, olor fuerte y de aproximadamente 40 cm de altura. Los tes de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote han sido utilizado por siglos, de manera tradicional por diferentes poblaciones de América Latina y el Caribe como condimento en la medicina tradicional.

La manera tradicional de preparar el epazote es a partir de las hojas secas en infusiones.

El género *Mentha*, uno de los miembros más importantes de la familia *Lamiaceae*, está representado común y popular es *M. spicata* de origen europeo. La hierba buena es utilizada ampliamente en el tratamiento de diversos padecimientos como náuseas, vómito y trastornos gastrointestinales. Los principales componentes químicos de la hierba buena y su aceite son compuestos fenólicos como el carvoneo y el limoneno.

La insulina. Es originaria de centro y Sudamérica y tradicionalmente se utiliza como planta ornamental, 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.

La hoja de la insulina es rica en proteína, hierro y compuestos antioxidantes como el ácido ascórbico, esteroides y flavonoides.

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 indentificar una planta de lauga en particular. Las plantas de lauga son utilizadas como plantas de ornato y para la obtención de concentrados aromatizantes.

Las preparaciones de la manzanilla se utilizan para tratar muchos padecimientos incluidos la fiebre, inflamación, espasmos musculares, desordenes menstruales, insomnio, úlceras, entre otros.

Las hojas de estevia se utilizan como agente edulcorante en general. La sabila contiene al menos 75 compuestos indentificados con actividad biológica, incluidos varios polisacaridos, vitaminas, enzimas aminoácidos y minerales.

BIBLIOGRAFÍA

Guzmán Maldonado, H., Díaz Huacuz, R., & González Chavira, M. (noviembre de 2017). *PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL*. Obtenido de SECRETARÍA DE AGRICULTURA, GANADERÍA,: https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf