



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del alumno: Brissa del Mar
Antonio Santos**

**Nombre del profesor: Sergio Jiménez
Ruíz**

**Nombre del trabajo: Reporte de
lectura**

Materia: Interculturalidad y salud

Grado: Segundo semestre

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 1 de Marzo del 2021

Plantas medicinales

En México es muy común utilizar plantas medicinales para tratar dolencias, estas comúnmente se usan en infusiones o presentaciones homeopáticas.

En la mayoría de los casos no se sabe cuales son los principios activos químicos relacionados con los beneficios que se atribuye.

En nuestro país existen muchísimas plantas medicinales de uso tradicional. En el documento se hablarán de las más reconocidas como el ajenjo, epazote, hierbabuena, insulina, lavya, manzanilla, stevia y sabela.

Antes de usar cualquier planta medicinal para tratar cualquier tipo de padecimiento se sugiere primero consultar con algún facultativo ya que no se recomienda sustituir un tratamiento prescrito por un remedio casero el cual involucre cualquier planta medicinal.

Epazote: Pertenece a la familia *Chenopodiaceae*. Es una planta aromática, perenne más o menos pubescente, con el tallo usualmente postrado, olor fuerte y 40 cm de altura.

En los primeros años del siglo XX el aceite esencial de este se utilizó como antihelmínticos en animales y humanos, sin embargo su uso disminuyó.

Estudios científicos demostraron actividad parasitaria contra varios parásitos como el *Trypanosoma cruzi*, *Plasmodium*, *Leishmania* entre otros.

Hierbabuena: Es utilizada en diversos alimentos y para dar sabor a productos industriales como antisépticos, enjuagues bucales y pasta de dientes. Es ampliamente utilizada para tratamientos de diversos alimentos como náuseas, vomito, repelente. El aceite esencial presenta efectos antiinflamatorios.

Insulina: Se utilizan como suplemento con el tratamiento de la diabetes. La hoja de la insulina es rica en proteína, hierro y compuestos antioxidantes. Existen estudios científicos para evaluar el efecto anti-diabético de la planta de insulina en ratas, no se observaron ningún efecto negativo ni ninguno visible, sin embargo en dos estudios realizados reportaron cierto grado de toxicidad y se dice que el nivel de ácido palmítico presente en la hoja provoca desórdenes cardíacos.

Lavanda: Es utilizada para obtención de concentrados aromatizantes o con fines de condimentación. El aceite inhalado ha sido recomendado para disminuir la ansiedad y mejorar la memoria. Los téis para tratar dolores.

Manzanilla: Se trata la fiebre, inflamación, espasmos musculares, desórdenes menstruales, insomnio, úlceras, etc. Un estudio realizado reveló que el aceite penetra las capas de la piel, es por eso que es usado para inflamaciones.

Stevia: Se utiliza como edulcorante, reduce los niveles de glucosa en la sangre, protege contra daño renal y hepático, etc.

Sábila: Antiguamente se utilizaba para tratar quemaduras, heridas. Hoy en día también se utiliza cosmetológicamente.

La sábila presenta efectos antivirales, antisépticos, antiinflamatorios, antibacterianos, antioxidantes para curar heridas.

Referencias

Chavira, S. H. (2017). *PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL*.
Guanajuato : inifap.