



**Nombre del alumno: Hernández Morales  
Jazmín**

**Nombre del profesor: Jiménez Ruiz Sergio**

**Nombre del trabajo: Plantas Medicinales**

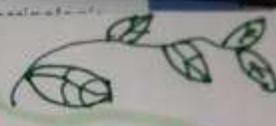
**Materia: Interculturalidad y Salud II**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado: 2°B**

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de mayo del 2021

# PLANTAS MEDICINALES



El uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan diferentes partes de la planta, lo más común es usar las hojas y las flores y esporádicamente el tallo o la raíz. Las plantas se consumen directamente o pueden prepararse como infusiones o en presentación homeopática, los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variación de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta las más extremadamente bajas.

En México existen un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional producto de la combinación de la herbolaria precolombiana y la europea. Las plantas medicinales son recomendadas para tratar malestares o enfermedades muy comunes como la diabetes, quemaduras y problemas estomacales. Las especies seleccionadas de plantas medicinales son: arnica, epazote, hierbabuena, inulina, lavaya, manzanilla, stevia y sábila.

## Arnica

Se describen dos especies de árnica: *Heterotelea inuloides* o árnica mexicana y *árnica montana* L. de origen europeo. Las dos especies de árnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o como antimicrobianas, así como el tratamiento de contusiones, esguinces y problemas reumáticos, heridas, hematomas, dolor y angina. Los compuestos bioactivos identificados en la árnica de ambas especies, con propiedades anti-inflamatorias pertenecen a la familia de las lactonas sesquiterpenas como la chamissonolida, helenalina e hidrohelenalina.

## Epazote

La palabra epazote proviene del Nahuatl *epatl*, hierba fétida y *tzotl*, dulce. Lo cual se refiere al olor tan fuerte que tiene esta hierba y que para muchos es desagradable. Los téj de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote han sido utilizados por siglos; el aceite esencial del epazote se utilizó como antihelmínticos (contra los lombrices).

## Hierbabuena

El género *Mentha*, está representando por 19 especies y 13 híbridos naturales. La hierbabuena es utilizada ampliamente en el tratamiento de diversos padecimientos como náuseas, vómito y dolores gastrointestinales. Los principales componentes químicos de la hierbabuena y su aceite son compuestos fenólicos como el caradonene y el limonene.

## Inulina

Las hojas de la inulina se utilizan como suplemento en el tratamiento de la diabetes, se debe que las personas diabéticas se comen una hoja diaria para mantener bajos los niveles de glucosa en la sangre.

## Lavanda

Historicamente las plantas de lavanda son utilizadas como plantas de ornato y para la obtención de concentrados aromatizantes o con fines de condimentación. La esencia se utiliza en la industria de la cosmética y muy ocasionalmente en pomadas.

## Bibliografía

Maldonado, .. H. (noviembre de 2017). *PLANTAS MEDICINALES*. Obtenido de LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL:

[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)