



Nombre de alumnos: **Flor Marisol López Hidalgo**

Nombre del profesor: **Silvino Domínguez Pérez**

Nombre del trabajo: **Plantas medicinales**

Materia: **Enfermería y Practicas Alternativas de salud**

Carrera: **Licenciatura en enfermería**

Grado: **8vo cuatrimestre**

Grupo: **A**

Comitán de Domínguez Chiapas a 21 de Enero de 2022

10 PRINCIPALES PLANTAS MEDICINALES

1. Ciruela: Las hojas de este árbol sirven para eliminar el sarpullido. Se cuecen en abundante agua, se dejan reposar, y al estar a temperatura agradable para el paciente, se aplican baños por todo el cuerpo. Es importante que después del baño el paciente no se exponga a corrientes de aire para no bloquear el efecto de esta preparación.

2. Bugambilia: Esta pequeña y hermosa flor blanca a la que dan vistosidad y colorido sus hojas modificadas o brácteas de variados colores, crece en racimos de una planta trepadora y es utilizada, principalmente la de color fucsia, magenta y roja, como antitusígeno, antipirético y expectorante, es decir, que combate la tos seca, reduce la fiebre y ayuda a eliminar la mucosidad de las vías respiratorias altas.

3. Pomolché: La savia de esta planta sirve para el tratamiento de granos difíciles y la viruela.

4. Azahar: Es la flor de la naranja agria. Se mezcla un puñado de hojas de la naranja con un puñado de flores del mismo árbol, se agrega menta y se cuece a fuego lento. Se deja reposar y se toma. Es un calmante para los que padecen tensión nerviosa.

5. Tomillo: Yerba aromática de uso alimenticio, es también excelente antibiótico, antibacteriana, antivírica, antiinflamatoria, expectorante, digestiva, mucolítica, hipotensiva, antioxidante, carminativa, analgésica, antiséptica, antifúngica, demulcente (protector de las mucosas digestivas), antitusiva y diurética.

6. Guayaba: El cocimiento de las hojas de esta planta sirve para el tratamiento de la escabiosis (enfermedad de la piel causada por Ácaros). Se cuecen las hojas, se deja reposar y al estar templada la cocción se preparan baños con ella

7. Belladona: Se utiliza para el tratamiento de las paperas. Se soasan las hojas, se aplican en la parte afectada y se cubren con vendas para mantenerlas en su lugar. Mientras se sigue este tratamiento el paciente no debe exponerse a corrientes de aire.

8. Kitinché y Bel sinik ché: Se mezclan las hojas de esta planta y se preparan baños con el cocimiento, una vez reposado y teniendo temperatura agradable. Sirve para eliminar el mal olor del sudor.

9. Cebolla: Este bulbo de color blanco o morado, además de utilizarse ampliamente en la cocina, es un excelente antibiótico. Atrae a los microbios, por lo que si alguien enferma en casa se recomienda purificar el ambiente colocando en cada esquina de la habitación del o la paciente una cebolla partida en cuatro para que atraiga los microorganismos nocivos; se debe tirar cada día y colocar una nueva.

10. Momo, acuyo, tlanepa o yerba santa: es una planta aromática de uso comestible, que también ayuda a disminuir la fiebre, es relajante, ayuda al buen funcionamiento intestinal y reducir el dolor estomacal. Desde la época prehispánica se conocían sus usos medicinales y, durante la Colonia, los sacerdotes españoles le llamaron Santa al maravillarse con sus propiedades curativas.

Bibliografía: Uds. Antología. Enfermería y practicas alternativas de salud. Utilizado el 21 de enero 2022 pdf.