



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre de alumno (a): Seidy Jamin
Ramírez.**

**Nombre del profesor: Silvino
Domínguez Pérez**

Nombre del trabajo: Herbolaria.

**Materia: enfermería y practicas
alternativas de salud.**

Grado: 8°

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas 11 de febrero del
2022.

HERBOLARIA

ALOE VERA: es una planta es utilizada de forma natural o mediante presentaciones de Jabón, Champú, Cremas, mascarillas, etc. Contribuye a la cicatrización atenúa los estrías, arrugas, fortalece el cabello, entre otros usos y beneficios en la cosmética.

ARANDANO: es una planta. Generalmente, la fruta se consume como alimento. El arándano se usa para tratar el envejecimiento, la memoria y las capacidades intelectuales y muchas otras condiciones.

ARNICA: es una hierba que a veces se usa para dar sabor a los alimentos. Puede ser venenoso cuando se consume en grandes cantidades. Se puede aplicar a la piel para la osteoartritis. Pueden reducir la hinchazón, disminuir el dolor y actuar como antibióticos.

AJO: es una planta de la Madre Tierra que más allá de ser un condimento, aporta con muchos beneficios para la prevención y contrarrestar enfermedades, es un antiviral por excelencia, sirve para infecciones respiratorias, dolores de garganta y dificultades respiratorias.

AJENJO: es muy conocido por su sabor amargo que sirve como repelente de parásitos. Esta planta posee tallos erectos y blanquecinos y unas hojas con vellocidades y tienen flores amarillas, este repele los parásitos, Ayuda a mejorar problemas digestivos.

HERBORARIO

CANELA: es una de las más utilizadas en todo tipo de Preparaciones. Rica en calcio, manganeso y fibra. Tiene propiedades antioxidantes que fortalecen el sistema inmunológico y ayudan a prevenir Cáncer y enfermedades del corazón.

CARDAMOMO: es utilizado como remedio para diversos malestares físicos pues ayuda a contrarrestar malestares físicos pues ayuda a aportar grandes beneficios a la salud gracias a su alto contenido de vitaminas y minerales.

CLAUO: es un árbol originario de Indonesia. Sus corollos de flores secas son una especia popular, se usa el Clavo de olor para el dolor de muelas, la placa dental, la resaca, la indigestión y muchas otras condiciones.

DIENTE DE LEON: Se caracteriza por ser una planta herbácea que crece con facilidad en climas templados. En la medicina tradicional ocupa un lugar destacado por sus aportes al tratamiento de problemas estomacales, dolores articulares, infecciones virales y dérmicas.

EUCALIPTO: es una hierba medicinal que destaca por sus acciones, antiséptica, descongestiva, antibiótica y estimulante, entre otras cosas.

ESPINACA: La espinaca es un superalimento. Está cargada de nutrientes y es baja en calorías. Las espinacas son importantes para la salud de la piel, el cabello y los huesos. También son una fuente de proteínas, hierro, vitaminas y minerales.

HIERBABUENA: Esta es una planta medicinal y aromática que tiene propiedades que ayudan en el tratamiento de enfermedades digestivas y es reconocida por poseer efectos calmantes, antiespasmódicos y expectorantes.

HINOJO: es conocido desde antiguo como un remedio casero para los problemas estomacales, es una planta silvestre aromática, de origen mediterráneo, que puede usarse como condimento en la cocina y como componente para la cosmética.

JENGIBRE: es un tallo comestible que cuando se incluye en la dieta, puede traer diversos beneficios para la salud para favorecer la pérdida de peso y tratar la mala digestión, acidez, mareos, gastritis, resfriados, colesterol alto, presión alta, tos y problema de circulación sanguínea.

LAUANIDA: es una planta medicinal muy versátil, ya que puede ser usada para tratar varios tipos de problemas como la ansiedad, depresión, mala digestión o incluso picaduras de insecto en la piel, debido a sus propiedades relajantes, calmantes, antiespasmódicas, analgésicas y antidepresivas.

MANZANILLA: es una de las más populares en el uso contra afecciones internas y externas. Esta planta de utilización medicinal sirve tanto para tratar problemas digestivos, los nervios o el colesterol, como para el cuidado de la piel o de los ojos.

MENTA: es una de las plantas más utilizadas por la población del país en todo tipo de trastornos digestivos como antiparasitario y para combatir cefaleas. Las hojas y sumidades floridas tienen propiedades estimulantes, estomacales, carminativas y antisépticas.

ROMERO: es carminativo, digestivo y antiespasmódico y tiene propiedades coleréticas, colagogas y hepatoprotectoras. El efecto favorable que ejerce en la digestión se produce al actuar sobre varios. En primer lugar estimula la producción de los jugos gastrointestinales.

RUDA: es una planta que ha sido empleada tradicionalmente como medicamento natural y hierba protectora por algunas propiedades que posee. Debido a su acción sedante, la infusión de ruda también se emplea para combatir los síntomas propios de ansiedad, el estrés, el nerviosismo y el insomnio.

TE VERDE: es un producto derivado de la Camellia sinensis. Se usa como infusión o directamente como una medicina natural. Al té verde se le dan propiedades para mejorar la agilidad mental y el pensamiento para poder perder peso y para los trastornos intestinales, los dolores de cabeza, la osteoporosis, etc.