

**Nombre de alumno (a): Seidy Jazmín
Ramírez Castellanos**

**Nombre del profesor: Silvino
Domínguez Pérez.**

**Nombre del trabajo: 10 Plantas
Medicinales.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Materia: enfermería y prácticas
alternativas de la salud**

Grado: 8° Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 19 de enero del 2022.

LAVANDA



La lavanda es más que una planta medicinal que se caracteriza por sus propiedades calmantes. Pero no solo eso, la lavanda regenera células, es antiinflamatoria y cicatrizante. Se utiliza para tratar quemaduras, heridas, alergias, y también para dolencias como el reuma o la artritis.

ÁLOE VERA



Aloe vera es una planta medicinal refrescante y cicatrizante, se ha utilizado como antídoto del veneno en heridas de lanzas emponzoñadas. Destaca por sus acciones purgante, coláloga, tónico, demulcente, antibacteriana, fungicida, estíptica, sedante y antihelmíntica.

ROMERO



El romero es una de las plantas medicinales más versátiles. Por ejemplo, tiene propiedades **antiinflamatorias**, sirve para **combatir la caspa y repele los mosquitos** entre muchas otras.

MANZANILLA



La manzanilla se utiliza para desórdenes digestivos o nerviosos y para ungüentos antiinflamatorios. Tiene acciones antiinflamatoria, antiespasmódica, amarga, sedante, antiemética, carminativa y antialérgica.

MENTA



La menta piperita es una planta medicinal digestiva, analgésica y antiséptica. También constituye un excelente descongestionado nasal. También es antiespasmódica, antiemética, diaforética y colagoga.

ÁRNICA



El árnica es el primer remedio cuando se ha producido un daño en la musculatura o las articulaciones, contusiones, distensiones o torceduras. Se puede utilizar tanto en crema como en aceite macerado o pomada.

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. De sus pequeñas hojas se obtiene un aceite esencial útil para fortalecer las vías respiratorias aplicado en pecho, garganta, sienes, nuca y planta de los pies, principalmente.

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. Mejora el sistema respiratorio pues propicia el correcto funcionamiento de los pulmones y la oxigenación del cuerpo. Su uso medicinal tradicional es muy extendido en los estados del centro y sur del territorio mexicano, en casos de infecciones respiratorias como tos, asma, bronquitis y gripa.

GUAYABA. Las hojas del guayabo son ampliamente curativas. Son antisépticas ya que se utilizan para combatir la diarrea, el acné y las espinillas; impide los daños ocasionados en la piel por los radicales libres y la protege de la foto envejecimiento; por sus propiedades diuréticas y su alto contenido de potasio, la hoja de guayaba es ideal para evitar la retención de líquidos que provoca inflamación. Sus hojas masticadas ayudan a eliminar dolor de muelas y úlceras bucales.

VAPORUB. En la medicina popular se emplea contra vómito, náusea, infecciones del oído, dolor de muelas o garganta, quemaduras, dermatitis y como antiséptico. Descongestionante de las vías respiratorias, combate la tos seca y disminuye síntomas de resfriado. Se puede cultivar fácilmente en macetas o jardines al aire libre, donde crece rápidamente. Posee propiedades antiinflamatorias, antidiabéticas, descongestionantes y anti ansiedad.

BIBLIOGRAFIA: [Plantas medicinales de México | Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales | Gobierno | gob.mx \(www.gob.mx\)](#)