

CUADERNILLO DE  
**PLANTAS**  
**MEDICINALES**



CASANDRA ORTIZ

CASANDRA GUADALUPE ORTIZ AGUILAR

SANDRA GUADALUPE HERNANDEZ HERNANDEZ

CUADERNILLO DE PLANTAS MEDICINALES

ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD

Grado: 8°

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de Enero de 2022.



PLANTAS  
MEDICINALES

Nombre común:

# Arnica



Nombre Alternativo:

- Acáhutal
- Ámica europea
- Acahual
- Perdición del leopardo
- Cuauteteco

Nombre Científico:

- *Arnica montana* - Asteraceae
- *Heterotheca inuloides*

## Uso terapéutico en comunidad:

- Golpes
- Moretones
- Luxaciones
- Reumatismo
- Venas varicosas
- Infecciones de la piel debidas a bacterias y hongos
- Efectos antiinflamatorios, analgésicos y antisépticos
- Afecciones estomacales (úlceras)
- Fiebre
- Cicatrizante
- Antioxidante

## Efectos adversos en el ser humano:

- Toxicidad
- Irritación (en heridas abiertas)
- Inflamación de la piel
- Reacción alérgica
- Mareos
- Vómito
- Diarrea
- Dificultad para respirar
- Dolor abdominal
- Nerviosismo
- Malestar general

Nombre común

# Boldo



Nombre Alternativo:

• Limoncillo

• Folo

• Boldo de Chile

• Boldus

Nombre Científico:

■ *Peumus boldus*

■ *Boldea fragans*

## Uso terapéutico en comunidad:

- Problemas de la vesícula biliar (cálculos biliares)
- Problema de hígado
- Antioxidante
- Anti-flatulento
- Diurético
- Laxante
- Desparasitante
- Sedante
- Para promover la digestión
- Para disminuir el nivel de glucosa en la sangre
- Contra las reumas
- Contra el paño
- Contra la gota
- Antiséptico
- Contra sífilis y gonorrea
- Enfermedades renales
- Cistitis

## Efectos adversos en el ser humano:

- Comportamiento anormal
- Alucinaciones
- Toxicidad
- Reacción alérgica
- Parálisis
- Perturbaciones del sistema nervioso central
- Efecto hipnótico
- Vómito
- Diarrea

Nombre Común:

# Borraja



Nombre Alternativo:

• Aborraja      • Lengua de buey

• Borraja blanca

• Borraja

Nombre Científico:

▪ *Borago officinalis*

Uso terapéutico en comunidad:

- Depurativo
- Diurética
- Antivirico (gripe, sarampión, rubéola)
- En patologías renales
- Contra la gota
- Contra la artritis
- Contra la obesidad
- En infecciones respiratorias de las vías altas
- Disminuye el dolor articular
- Reduce la hinchazón de las articulaciones
- Trata los síntomas de la artritis reumatoide
- Sudorífica
- Antiinflamatoria
- Cistitis
- Colitis

Efectos adversos en el ser humano:

- Problemas en el hígado
- Diarrea
- Náuseas
- Vómito
- Pesadez estomacal
- Dolor de cabeza
- Reacción alérgica



Nombre Común:

# Canela



Nombre Alternativo:

- Canelo
- Canela en rama
- Canela de Ceilán

Nombre Científico:

- *Cinnamomum verum*
- *Cinnamomum zeylanicum*

Uso terapéutico en comunidad:

- Antiinflamatoria
- Antioxidante
- Antimicrobiana
- Antifúngica
- Anticancerígena
- Contra enfermedades cardiovasculares
- Controlar la diabetes tipo 2
- Mantener el peso corporal
- Mejorar la capacidad cognitiva
- Proteger la salud del corazón
- Combatir infecciones
- Mejorar el funcionamiento sexual
- Mejorar el estado de ánimo

Efectos adversos en el ser humano:

- Alergias
- Irritación en la piel
- Hipoglucemia
- Dano hepático
- Irritación en la boca y los labios
- Puede causar llagas o úlceras bucales
- Problemas respiratorios

Nombre común:

# Caoba



Nombre Alternativo:

• Caoba de Ambrós • Zopiloto

• Caobo • Madera reina

• Aguano

Nombre Científico:

■ *Suiretonia macrophylla*

Uso terapéutico en comunidad:

- Estimulante
- Energizante
- Diurética
- Vasodilatadora
- Antitumoral
- Remedio contra la diabetes
- Tiene propiedades astringentes, tónicas y antifébriles
- Dolor en el pecho
- Regula el cáncer colorrectal
- Dolor dentario

Efectos adversos en el ser humano:

- Reacciones tóxicas
- Descenso en el nivel de glucosa sanguínea
- Debilidad
- Tensión baja
- Desmayos
- Mareos
- Formación de cálculos biliares

Nombre común:

# Caulote



Nombre Alternativo:

- Guásimo
- Majahua
- Guácima
- Pixoy
- Tapaculo

Nombre Científico:

- *Guazuma ulmifolia*
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Uso terapéutico en comunidad:

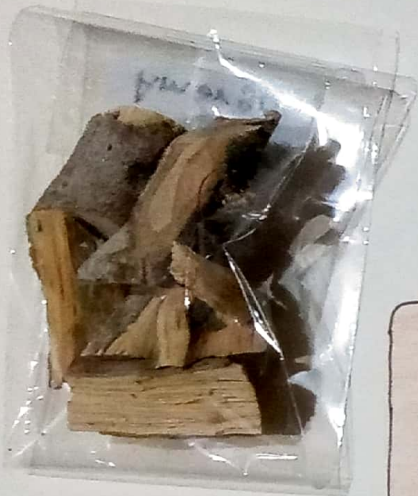
- Tratar la malaria
- Tratar la sífilis
- Contra la calvicie
- Tratar la gonorrea
- Para fracturas
- Afecciones respiratorias
- Contra la diarrea
- Dolor abdominal
- Tratar los cólicos intestinal
- Fortalece el sistema inmunológico
- Para los cólicos menstrual

Efectos adversos en el ser humano:

- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea con moco y sangre
- Causa la contracción del músculo uterino durante el embarazo

Nombre Común:

# Chapararro amargo



## Nombre Alternativo:

- Chapararro amargo
- Bisbirinda
- Chapararro prieto
- Hierba del perro
- Corona de cristo
- Palo amargoso

## Nombre Científico:

- Castela texana
- Castela tortuosa

## Uso terapéutico en comunidad:

- Anti-protozoario (amebas)
- Antiviral
- Astringente
- Anti-ecema
- Problemas gastrointestinales
- Como tónico para el hígado
- Contra la malaria (paludismo)
- Contra el catarro estomacal
- Para tratar el alcoholismo
- Para mejorar el apetito
- Para mejorar la visión
- Para tratar el ecema
- Contra la psoriasis
- Para tratar el acné
- Contra los raspones de la piel

## Efectos adversos en el ser humano:

- Disminución en la cantidad de glóbulos rojos
- Congestión venosa
- Inflamación de los riñones
- Inflamación del hígado

Nombre común:

# Clavo de olor



Nombre Alternativo:

- Clavero

- Giroflor

Nombre Científico:

▪ Syzygium aromaticum

Uso terapéutico en comunidad:

- Mejora la circulación sanguínea
- Analgésico
- Antiséptico
- Antioxidante
- Antiséptico bucal
- Auxilia el sistema digestivo
- Ayuda a la tiroides
- Controla el colesterol
- Antiinflamatorio
- Ayuda a aliviar síntomas de gripe y resfriado
- Dolor de oídos
- Dolor de encías
- Eliminar gases
- Dolor de dientes
- Dolor de cabeza
- Para las náuseas

Efectos adversos en el ser humano:

- Convulsiones
- Daño hepático
- Desequilibrio de líquidos
- Trastornos hemorrágicos
- Irritación
- Quemaduras
- Ampollas
- Gastritis
- Acidez y reflujo estomacal
- Alergias
- Problemas del sistema nervioso

Nombre Común:

# Cola de caballo



Nombre Alternativo:

• Equiseto

• Limpiaplata

Nombre Científico:

▪ *Equisetum arvense*

Uso terapéutico en comunidad:

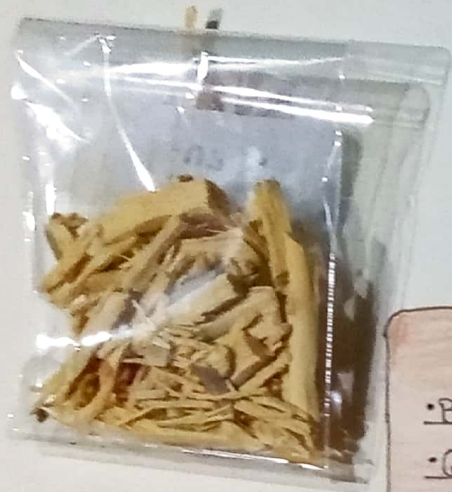
- Disminuir la retención de líquidos
- Para los cálculos renales y de vejiga
- Para infecciones del tracto urinario
- Para la incontinencia
- Como diurético potente y resolutorio
- Eliminación de toxinas
- Contrarvenir los edemas
- Antiinflamatorio
- Como fuente de vitaminas y minerales
- Para la tuberculosis
- Contra la hepatitis
- En enfermedades articulares
- Para la osteoporosis
- Para evitar hemorragias nasales

Efectos adversos en el ser humano:

- Intoxicación
- Puede generar trastornos nerviosos
- Cefaleas
- Dolores ventrales
- Cólicos
- Disminuye los valores de tiamina (vitamina B1) en el organismo
- Disminuye el contenido de potasio y electrolitos en el organismo
- Descompensación de la presión arterial
- Agravar problemas de corazón

Nombre Común:

# Cuasia



Nombre Alternativo:

- Bisbirinda
- Quina
- Quassia
- Hombre grande
- Copachtli

Nombre científico:

- Quassia amara

Uso terapéutico en comunidad:

- Para tratar la fiebre
- Contra los parásitos del pelo (piojos, pulgas)
- Aumentar la secreción de las glándulas salivales, jugos gástricos y biliares
- Para tratar afecciones digestivas
- Mejorar el tránsito intestinal
- Amebicida
- Antiséptica
- Depurativa
- Antimalárico
- Para la falta de apetito
- Problemas de la vesícula y el hígado
- Para la boca amarga
- Controla la anorexia nerviosa

Efectos adversos en el ser humano:

- Cólicos uterinos
- Vómito
- Disminución de la presión arterial
- Abortos
- Náuseas
- Diarrea

Nombre Común:

# Doradilla



Nombre Alternativo:

• Flor de peña      • Memasangre

• Flor de piedra      • Coralilla

• Hierba de oro

Nombre Científico:

■ *Asplenium ceterach*

■ *Ceterach officinarum*

■ *Selaginella lapidophylla*

Uso terapéutico en comunidad:

- Antihipertensivo
- Antiinflamatorio hepático
- Expectorante
- En la litiasis biliar y renal
- En disquinesias biliares
- En la bronquitis
- Para el catarro
- Para la fatiga
- Aumentar la diuresis
- Desparasitante

- En la convalecencia
- Para tratar la tisis negra (enfermedad del estado de ánimo)

- Dolores musculares, arteriales y lumbares

Efectos adversos en el ser humano:

- Según se ha comprobado no es tóxica, por lo que su consumo no tiene efectos adversos; ni contraindicaciones.
- Sin embargo, se recomienda no ser ingerida por niños muy pequeños, madres embarazadas o en periodo de lactancia.



Nombre Común:

# Eucalipto



Nombre Alternativo:

• Eucalypta      • Ocailito

• Calito

• Eucalito

Nombre Científico:

■ Eucalyptus

Uso terapéutico en comunidad:

- Anticatarral
- Vermífugo
- Balsámica
- Expectorante
- Antiséptico
- Se emplea en afecciones respiratorias
- Control de la brabates, cistitis, vaginitis y dermatitis
- Descongestionante
- Antiinflamatorio
- Estimulador de la inmunidad

Efectos adversos en el ser humano:

- Náuseas
- Delirio
- Vómito
- Mareos
- Diarrea
- Debilidad muscular
- Neurotóxico
- Somnolencia
- Acelera el metabolismo hepático
- Coma
- Dolor abdominal
- Problemas respiratorios
- Depresión respiratoria
- Taquicardia
- Convulsiones

Nombre Común:

# Flor de Corazón



Nombre Alternativo:

• Magnolia mexicana

• Hierba de las maternas

• Yoloxōchtli

Nombre Científico:

■ Syn. ~~Taberna~~ mexicana

■ Magnolia grandiflora

Uso terapéutico en comunidad:

- Para tratar problemas del corazón
- Epilepsia
- Para la gota
- Para la fiebre
- Para mejorar la circulación del corazón
- Como diurético
- Para tratar problemas menstruales
- Para tratar los nervios
- Para la infertilidad
- Para aliviar el estrés y la ansiedad
- Para mejorar el sueño
- Mejorar los síntomas de la menopausia

Efectos adversos en el ser humano:

- Los ingredientes activos de esta planta no han sido estudiados adecuadamente, por lo que no han encontrado efectos adversos para la salud del ser humano.
- Sin embargo, hay que evitar usar esta planta durante el embarazo y la lactancia; y si se está tomando medicamentos contra la hipertensión arterial, la epilepsia o para el corazón.

Nombre Común:

# FLOR de manita



Nombre Alternativo:

• Mano de dragón • Mano de león

• Palo de maraca • Mano de mono

• Palo de tiguaje

Nombre Científico:

• *Chiranthodendron pentadactylon*

Uso terapéutico en comunidad:

- Para la diarrea
- Nerviosismo
- Como anolítico
- Para el insomnio
- Para la depresión
- Contra el estrés
- Para la inflamación
- Las úlceras
- Para los hemorroides o almorranas
- Como estimulante para problemas del corazón
- Para regular la presión
- Post parto

Efectos adversos en el ser humano:

- Sin efectos adversos.
- No se debe usar en el embarazo y la lactancia.

Nombre común:

# Flor de tila



Nombre Alternativo:

• Tilo

Nombre Científico:

■ *Tilia platyphyllos*

Uso terapéutico en comunidad:

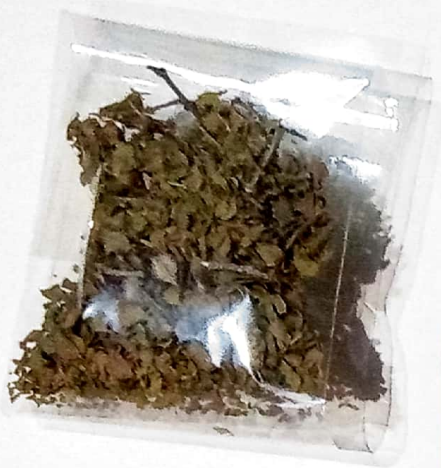
- Relajante
- Calmar estados de ansiedad
- Combatir el insomnio
- Calma los nervros
- Antiespasmódica
- Para la salud cardiovascular
- Antiinflamatoria
- Diurética
- Antioxidante
- Mejorar la digestión

Efectos adversos en el ser humano:

- Alergia
- Ardor en la piel
- Irritación de la piel
- Problemas cardiacos
- Náuseas
- Pesadez del cuerpo
- Toxicidad
- Alteración del sistema nervioso
- Dermatitis
- Hipotensión

Nombre Común:

# Gobernadora



Nombre Alternativo:

- Hedronella

- Arbusto de la creosota

- Chaparral

Nombre Científico:

■ Larrea tridentata

Uso terapéutico en comunidad:

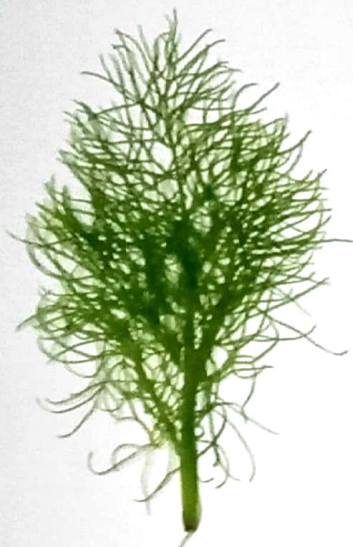
- Suplemento herbal
- En infecciones de transmisión sexual
- Para la tuberculosis
- En la varicela
- Para la dismenorrea
- En mordeduras de serpiente
- Para los cálculos en la vesícula
- En afecciones de las vías urinarias
- Reumas
- Hemorroides
- Catarros
- Anemias

Efectos adversos en el ser humano:

- Daños en el hígado y los riñones
- Daño en el sistema digestivo

Nombre Común:

# Hinojo



Nombre Alternativo:

• Henojo

• Fenhoga

Nombre Científico:

■ *Foeniculum vulgare*

Uso terapéutico en comunidad:

- Desórdenes digestivos
- Tónico
- Antiviral
- Antimicrobiano
- En la tuberculosis
- Aliviar resfriados
- Diurético y depurativo
- Combatir la anemia
- Aliviar la conjuntivitis
- Carminativo
- Antiespasmódico
- Potenciar la producción de leche materna

Efectos adversos en el ser humano:

- Neurotóxico
- Arritmias
- Convulsiones
- Reacciones fotosensibles en la piel
- Alergias
- Dermatitis
- Problemas intestinales

Nombre Común:

# Huachalalate



Nombre Alternativo:

• Cuachalalate      • Volador

• Chalalate

• Cuachalala

Nombre Científico:

• *Amphiterygium adstringens*

Uso terapéutico en comunidad:

- Enjuague bucal
- Para fortalecer las encías
- Infecciones renales
- Urticarias
- Problemas estomacales
- Úlceras gástricas
- Problemas hepáticos
- Purificador de la sangre
- Bajar niveles de colesterol
- Fiebres intermitentes
- Venas varicosas
- Rozaduras en los bebés
- Contra la alopecia
- Infecciones vaginales
- Cicatrizante
- Anticancerígeno

Efectos adversos en el ser humano:

- Vómito
- Diarrea
- Alergias
- Retrasa la coagulación de la sangre

Nombre Común:

# Laurel



Nombre Alternativo:

-Lauro                      -Lauredo

•Árbol de apelo        •Aurel

•Chorus

Nombre Científico:

■ *Laurus nobilis*

Uso terapéutico en comunidad:

- Aliviar la tortícolis
- Tónico digestivo
- Aliviar dolores en los huesos, articulaciones y músculos
- Para estimular el apetito
- Para mejorar la digestión
- Antiséptico
- Diurético
- Expectorante
- Caminativo
- Para solucionar abscesos
- Afecciones de la piel producida por hongos
- Estabilizar y suavizar la menstruación
- Parasitocida

Efectos adversos en el ser humano:

- Vómitos
- Náuseas
- Edema, eccema y eritema
- Perforación en el epitelio del intestino
- Obstrucción del esófago
- Gastritis
- Ardor estomacal
- Manchas en la piel



Nombre Común:

# Manzanilla



Nombre Alternativo:

• Camomila

• Manzana

Nombre Científico:

■ *Chamaemelum nobile*

Uso terapéutico en comunidad:

- Antiinflamatoria
- Espasmolítica
- Antituberculosa
- Carminativa
- Bactericida
- Fungicida
- Sedante suave
- Tratamiento de trastornos digestivos
- Tónico

Efectos adversos en el ser humano:

- Reacciones alérgicas
- Durante el embarazo puede causar contracciones uterinas y aborto espontáneo
- Náuseas
- Vómito
- Somnolencia

Nombre Comen:

# Melisa



Nombre Alternativo:

- Limoncillo
- Menta melisa
- Hoja de limón
- Toronjil

Nombre Científico:

- *Malissa officinalis*

Uso terapéutico en comunidad:

- Combatir problemas relacionados con los nervios
- Problemas de estrés
- Baños relajantes
- Para insomnio
- Indigestión o digestión pesada
- Calmar las náuseas en embarazadas
- Antiespasmodica
- Tónica muscular
- Disminuir ciertos dolores (cervical, lumbar o menstrual)
- Cicatrizante
- Para aliviar picaduras de insectos

Efectos adversos en el ser humano:

- Irritación en el estómago
- Toxicidad
- Foto sensibilizante
- Dolor de cabeza
- Confusión
- Falta de agilidad mental
- Nerviosismo
- Aborto
- Somnolencia

Nombre Común:

# Menta



Nombre Alternativo:

• Hierbabuena

• Yerbabuena

• Menta de jardín

Nombre Científico:

■ Mentha

Uso terapéutico en comunidad:

- Para la buena digestión
- Antiparasitario
- Para combatir cefaleas
- Expectorante
- Carminativa
- Nerviosismo
- Dolores de vientre
- Diarrea
- Menstruaciones
- Desinfectante
- Limpieza de los dientes
- Como calmante
- Antiespasmódica
- Tratar la gripe y resfriados
- Dolores articulares
- Combatir el estreñimiento
- Eliminar el mal aliento
- Aliviar las hemorroides

Efectos adversos en el ser humano:

- Desencadenamiento de episodios de nerviosismo
- Alergias
- Toxicidad renal
- Aborto
- Picaen en la piel
- Temblores musculares
- Insomnio
- Irritación de la mucosa del estómago
- Daño hepático
- Heces blandas
- Náuseas
- Acidez estomacal
- Cefalea

Nombre Común:

# Pelo de elote



Nombre Alternativo:

• Barba de maíz

• Jilote

• Barbas de choclo

Nombre Científico:

■ *Stigma maydis*

Uso terapéutico en comunidad:

- Como diurético
- Para limpiar las vías urinarias
- Tratar problemas del sistema renal
- Antiinflamatorio
- Antioxidante
- Para la gota
- En la incontinencia urinaria
- Para la hinchazón
- Disminuye los niveles de azúcar en la sangre
- Restaura el equilibrio de la flora intestinal
- Retardar el envejecimiento
- Depurativo
- Para la fatiga
- Hipotensor leve

Efectos adversos en el ser humano:

- Altera los niveles de la hormona oxitocina
- Gastroenteritis
- Diarrea
- Dolor estomacal
- Reacción alérgica

Nombre Común:

# Pumpumflor



Nombre Alternativo:

• Maravilla

• Clavellina

• Arreholera

Nombre Científico:

■ *Mirabilis jalapa*

Uso terapéutico en comunidad:

- Purgante
- Anticonceptivo
- Contra la disenteria
- En enfermedades del riñón
- Inflamación del hígado
- Males estomacales
- Dermatitis
- Contra la tos ferina
- Aliviar golpes, heridas y granos
- Dolor de muelas
- Diurético
- Tratamiento de la hidropesía
- Tratar los abscesos
- Laxante

Efectos adversos en el ser humano:

- Toxicidad
- Dolor de estomago
- Náuseas
- Vómito
- Diarrea
- Irritación del aparato digestivo
- Aborto

Nombre Común:

# Quina Amarilla



## Nombre Alternativo:

- Quinaquina
- Cáscara sagrada
- Cascarilla
- Copalchi
- Quina
- Palo amargo

## Nombre Científico:

- *Cinchona officinalis*
- *Hintonia latiflora*

## Uso terapéutico en comunidad:

- Antipirético
- Antipalúdica
- Analgésica
- Expectorante
- Mejora los problemas respiratorios
- Tónico
- Antiséptico
- Para tratar la fiebre tifoidea
- En la diabetes tipo 2
- En la gastroenteritis
- Para parásitos intestinales
- En infecciones venéreas
- Úlceras estomacales
- Problemas de la vesícula

## Efectos adversos en el ser humano:

- Degradación del tejido muscular
- Sangre en la orina
- Vómito
- Orina de color oscuro
- Náuseas
- Zumbidos en los oídos
- Gastritis
- Úlceras gastroduodenales
- Hemorragias
- Reacción alérgica cutánea

Nombre Común:

# Tumba Vaquero



Nombre Alternativo:

- Pantavaqueros
- Maromero
- Santa María del campo
- Manto
- Pegajosa
- Quebra plato

Nombre Científico:

■ Ipomoea stans

Uso terapéutico en comunidad:

- Como sedante
- Calmar los nervios
- Calmar el mareo
- Aliviar la tos
- Carraspeo de la garganta
- Dolor de cabeza
- Dolor de huesos
- Calmar la mordedura de víbora
- Relajar los calambres
- Anticonceptivo
- Calmar los cólicos menstruales
- Incrementar el volumen de orina
- Facilitar la pérdida de peso
- Reduce los cólicos intestinales
- Para los ataques epilépticos

Efectos adversos en el ser humano:

- Toxicidad
- Alucinaciones

# Plantas Medicinales



Sarula



Yerba Buena



Nopalitos



Manzanilla



Carola y Estrella de Anis