



UDS

PASIÓN POR EDUCAR

Consejo Académico. En enfermería

Nombre de alumno: Antonia Viridiana Pérez Jiménez

Nombre del profesor: Sandra Guadalupe Hernández H.

Nombre del trabajo: Herbolario (coadernillo).

Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud.

Grado: 8vo Cuatrimestre

Grupo: B

Compan de Dominguez Chiapas a 29 de enero de 2022.

ALBAHACA

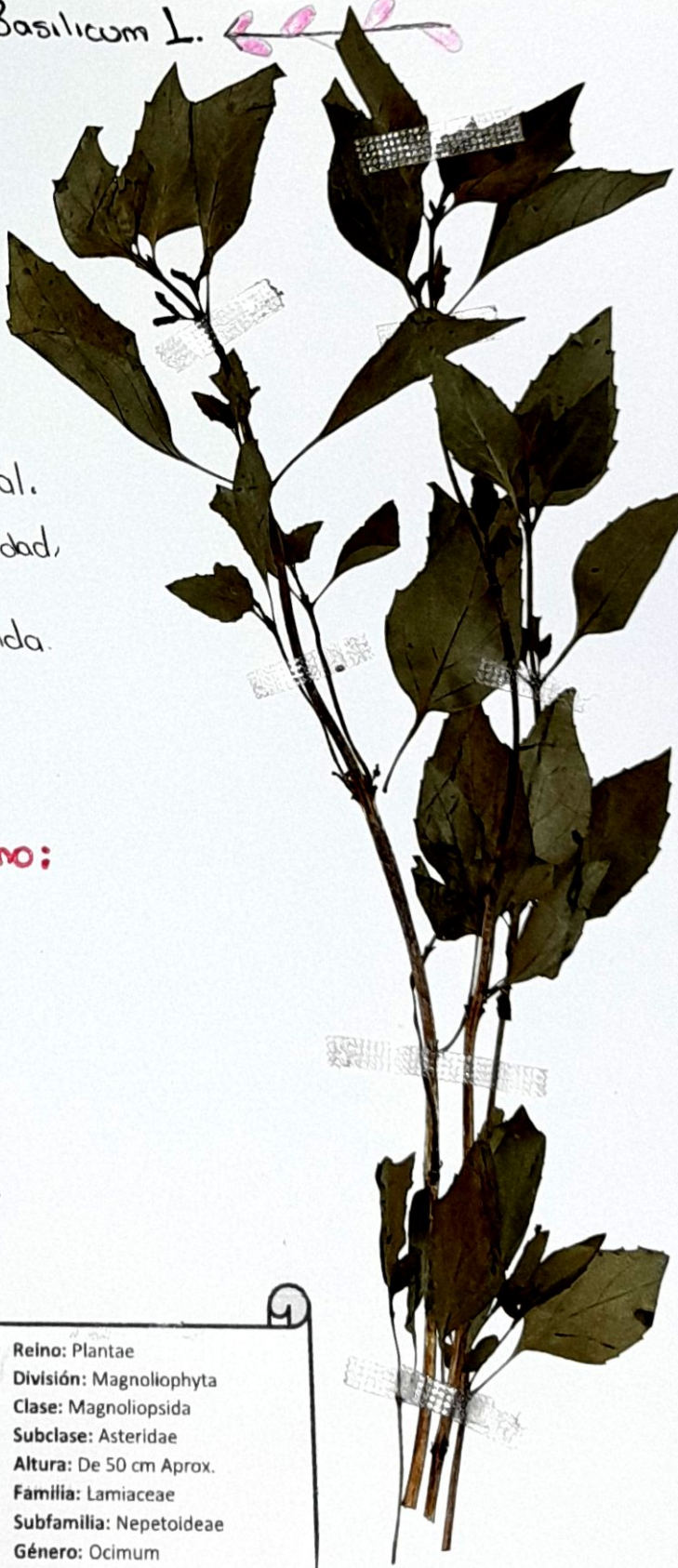
→ Ocimum Basilicum L. ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Favorece la digestión.
- Previene y favorece la expulsión de gases en estómago e intestinos.
- Calma los retorcijones intestinales.
- Estimula y favorece el flujo menstrual.
- Actúa en casos de insomnio, ansiedad, fatiga física y mental.
- Fortalece el cabello y evita su caída.

Efectos adversos en el ser humano:

- * Reacciones alérgicas.
- * Somnolencia.
- * Acción narcótica.
- * Hipotensión arterial.
- * Irritación de la mucosa digestiva.
- * Dolor de cabeza.



Reino: Plantae
División: Magnoliophyta
Clase: Magnoliopsida
Subclase: Asteridae
Altura: De 50 cm Aprox.
Familia: Lamiaceae
Subfamilia: Nepetoideae
Género: Ocimum

AJENJO

→ *Artemisa absinthium* ←

Uso terapéutico en comunidad:

- ✦ Malestares estomacales.
- ✦ Eliminar parásitos intestinales.
- ✦ Regular el ciclo menstrual.
- ✦ Tratamiento del resfrío con tos.
- ✦ Malestares hepáticos.

Efectos adversos en el ser humano:

- Inflamación
- Indurecimiento del estómago.
- Eructos.
- Flatulencias.
- Fatiga.
- Insomnio.
- Dolor de cabeza.
- Fotosensibilidad.



Clasificación superior: *Artemisia*
Categoría: Especie
Altura: De 80-120 cm.
Reino: Plantae
Familia: Asteraceae
Especie: *A. absinthium*; L., 1753
Clase: Magnoliopsida

AJO

→ Allium Sativum ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Infecciones.
- Eliminar toxinas del organismo.
- Mejora la circulación de la sangre.
- Controlar la fiebre.
- Antioxidante.
- Normaliza los niveles elevados de glucosa en sangre.
- Regular la función tiroidea.

Efectos adversos en el ser humano:

- Irritación en el estómago
- Alergias.
- Náuseas.
- Ardor en la boca, el esófago y el estómago.



Clasificación superior: Allium
Familia: Amaryllidaceae
Especie: Allium sativum; L., Sp. Pl., 1:
296, 1753
Reino: Plantae

ANIS DE ESTRELLA

Illicium Verum

Uso terapéutico en comunidad:

- Mejorar la digestión
- Alivia el dolor y los espasmos intestinales.
- Aumento de secreción de leche en lactancia.
- Contra la diarrea.

Efectos adversos en el ser humano:

- Síntomas neurológicos (irritabilidad, movimientos anormales, nistagmo o convulsiones).
- Síntomas gastrointestinales (vómitos y/o diarrea).



Clasificación superior: Illicium
Familia: Illiciaceae
Especie: I. verum; Hook.f.
Orden: Austrobaileyales
Clase: Magnolopsida

APIO

→ Apium graveolens ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Diurético vegetal
- Calmar la acidez estomacal
- Disminuye la retención de líquidos
- Actúa como relajante natural.
- Buen funcionamiento del estómago.

Efectos adversos en el ser humano:

- * Dificulta la absorción del calcio.
- * Resulta abortivo.
- * Agotamiento de ciertos minerales - en el organismo.
- * Afectaciones en la piel.



Clasificación superior: Apium
Familia: Apiaceae
Especie: Apium graveolens;

BUGAMBILIA

→ Bougainvillea ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Combatir la tos.
- Aliviar el dolor de garganta.
- Tratar problemas estomacales.
 - (reflujo ácido, indigestión)
- Control de la diabetes.
- Control de la fiebre.

Efectos adversos en el ser humano:

- Alergias.
- Erupciones.
- Vómitos.
- Diarrea.
- Afectación de la fertilidad.
- Afectación de la salud renal.



Reino: Plantae
División: Magnoliophyta
Clase: Magnoliopsida
Orden: Caryophyllales
Familia: Nyctaginaceae
Tribu: Bougainvilleae
Género: Bougainvillea

COPALCHI

→ *Hintonia latiflora* ←

Uso terapéutico en comunidad:

- * Tratamiento contra la diabetes.
- * Niveles elevados de azúcar en la sangre.
- * Efecto diurético.
- * Digestión.
- * Resfriados comunes.
- * Tratamiento del dolor.

Efectos adversos en el Ser humano:

- Toxicidad hepática (hepatitis).
- Hemólisis.



Clasificación superior: Hintonia
Orden: Gentianales
Familia: Rubiaceae

CANELA

→ Cinnamomum verum ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Anticoagulante.
- Insomnio.
- Control de la azúcar en sangre.
- Reducción del colesterol.
- Infecciones vaginales.
- Hongos en los pies o en los uñas.
- Disfunción erectil.
- Regular el periodo.

Efectos adversos en el ser humano:

- * Riesgo de padecer cáncer.
- * Daño hepático
- * Provocar daños mecánicos en los pulmones.
- * Irritación de la garganta.



Clasificación superior: Cinnamomum
Especie: Cinnamomum verum; J. Presl
Familia: Lauraceae
Clase: Magnoliopsida
Orden: Laurales

CLAVO

→ Syzygium aromaticum ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Mejorar el estado de ánimo.
- Mejora la digestión
- Alivia el dolor de muelas.
- Antiséptico natural.
- Aliviar síntomas de la gripe y resfriado.
- Dolor de cabeza.
- Escalofríos.

Efectos adversos en el ser humano:

- Convulsiones.
- Daño hepático
- Desequilibrio de líquidos.
- Trastornos hemorrágicos
- Irritación del estómago.
- Problemas respiratorios.



Especie: *Syzygium aromaticum*; (L.)
Merr. & L.M.Perry
Clasificación superior: *Syzygium*
Familia: Myrtaceae
Clase: Magnoliopsida
Reino: Plantae

EPAZOTE

→ *Chenopodium* ambrosioides L. ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Dolores menstruales (cólicos).
- Dolor estomacal.
- Elimina parásitos
- Calma el nerviosismo
- Descargena las vías respiratorias.
- Heridas tóxicas.
- Antiflatulento.
- Dolor intestinal.

Efectos adversos en el ser humano:

- Irritación en la piel y mucosas.
- Dolor de cabeza.
- Vómitos.
- Náuseas.
- Palpitaciones.
- Daños en el hígado o riñones.
- Trastornos visuales.



Clasificación superior: Dysphania
Familia: Amaranthaceae
Categoría: Especie
Especie: *Dysphania ambrosioides*;
(L.) Mosyakin et Clemonts, 2002
Reino: Plantae
Clase: Magnoliopsida

EUCALIPTO

→ Eucalyptus ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Síntomas de la gripe.
- Catarros.
- Resfriados.
- Sinusitis.
- Bronquitis.
- Quemaduras.
- Picaduras de insectos.
- Granos y Forúnculos.
- Infecciones de oído.

Efectos adversos en el ser humano:

- Náuseas.
- Vómitos
- Diarrea
- Intoxicación ocasionando dolor de cabeza, dolor de estómago, mareos.



Clasificación superior: Eucalypteae
Familia: Myrtaceae
Clase: Magnoliopsida
Reino: Plantae

HINOJO

→ *Foeniculum Vulgare* ←

Uso terapéutico en comunidad:

- * Digestivo y carminativo.
- * Diarrea.
- * Malestares estomacales.
- * Malestares hepáticos.
- * Cólicos.
- * Afecciones de las vías urinarias.
- * Favorecer la secreción láctea.

Efectos adversos en el ser humano:

- Somnolencia.
- Arritmias.
- Convulsiones.



Clasificación superior: *Foeniculum*
Reino: Plantae
Clado: Asteridas
Pedido: Apiales
Familia: Apiáceas
Género: Foenículo
Especie: Vulgare
Altura: Hasta 2 metros.

HOJA DE MANGO

→ Mangifera Indica ←

Uso terapéutico en comunidad:

- ✓ Control de la diabetes.
- ✓ Regular la presión arterial.
- ✓ Fortalecer el sistema inmunológico.
- ✓ Alivia el estrés, ansiedad.
- ✓ Ayuda al aspecto de la piel.

Efectos adversos en el ser humano:

- ✓ Problemas gástricos.
- ✓ Dolores de cabeza.
- ✓ Gases.
- ✓ Somnolencia.
- ✓ Diarrea.
- ✓ Acumulación de gases y flatulencias.

Clasificación superior: Mangifera
Especie: *M. indica*; L., 1753, non Blume,
1827 nec Wall., 1847
Familia: Anacardiaceae
Reino: Plantae



HOJA DE GUAYABA

→ Psidium ←

Uso terapéutico en comunidad:

- * Para curar heridas y úlceras.
- * Problemas de encías, caries.
- * Granos en la boca.
- * Alivia la tos.
- * Alivia el resfriado.
- * Desinfecta el tracto urinario, respiratorio, la garganta y los pulmones.

Efectos adversos en el ser humano:

- Estreñimiento.



Reino: Plantae
División: Magnoliophyta
Clase: Magnoliopsida
Subclase: Rosidae
Orden: Myrtales
Familia: Myrtaceae
Subfamilia: Myrtoideae
Tribu: Myrteae
Género: Psidium

HERBABUENA

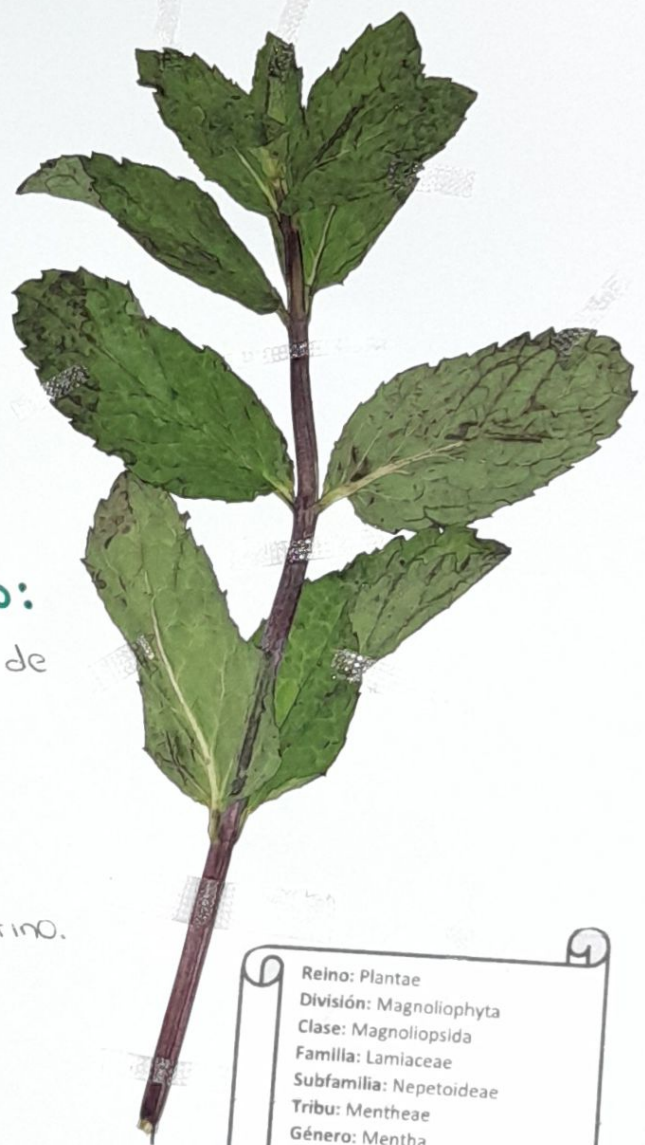
→ *Mentha spicata* ←

Uso terapéutico en comunidad:

- Calmante.
- Antiespasmódico.
- Mejora el mal aliento.
- Congestión nasal.
- Expulsión de flemas.
- Distensión abdominal.
- Náuseas.
- Vómitos.
- Indigestión.

Efectos adversos en el ser humano:

- * Alergias en la piel (Diar, irritación de la mucosa del estómago, ardor, enrojecimiento o urticaria).
- * Náuseas
- * Vómitos
- * Estimulación del flujo sanguíneo uterino.



Reino: Plantae
División: Magnoliophyta
Clase: Magnoliopsida
Familia: Lamiaceae
Subfamilia: Nepetoideae
Tribu: Mentheae
Género: Mentha
Especie: Mentha spicata L.

JENGIBRE

→ Zingiber Officinale ←

Uso terapéutico en la comunidad:

- Aliviar dolores digestivos.
- Combatir inflamaciones (faringitis, laringitis).
- Favorecer la expectoración (gripes y resfriados).
- Reducir los niveles de estrés.
- Disminuir migrañas.
- Aliviar dolor de artritis.
- Reducir el cólico menstrual.

Efectos adversos en el ser humano:

- Acidez estomacal.
- Gases.
- Dolor de estomago.
- Ardor en la boca.
- Dolor de cabeza.



Reino: Plantae
División: Magnoliophyta
Clase: Liliopsida
Orden: Zingiberales
Familia: Zingiberaceae
Subfamilia: Zingiberoideae
Tribu: Zingibereae
Género: Zingiber
Especie: Zingiber officinale Rosc., 1807

LLANTÉ

Plantago major

Uso terapéutico en comunidad:

- ✓ Es una de las plantas más utilizadas.
- ✓ Antiséptico.
- ✓ Desinflamante.
- ✓ Cicatrizante.
- ✓ Tratamiento de úlceras varicosas.
- ✓ Afecciones hepáticas y de la vejiga.

Efectos adversos en el ser humano:

- Somnolencia
- Cólicos intestinales
- Deshidratación.
- Hipoglucemia.
- Diarrea.
- Anorexia.
- Náuseas.
- Vómitos.
- Hipersensibilidad.



Clasificación superior: Plantago
Familia: Plantaginaceae
Altura: De 10 - 50 cm
Especie: Plantago major; L.
Orden: Lamiales
Reino: Plantae

LAUREL

Laurus nobilis

- Uso terapéutico en comunidad:**
- > Aliviar las úlceras del estómago.
 - > Flatulencias.
 - > Dolor menstrual.
 - > Tratamiento de la artritis.
 - > Dolor muscular.
 - > Bronquitis.
 - > Gripe.
 - > Combatir el resfriado.
 - > Regulación de la menstruación.

Efectos adversos en el ser humano:

- ⊗ Vómitos.
- ⊗ Náuseas.
- ⊗ Gastritis.
- ⊗ Ardor estomacal.



Clasificación superior: Laurus
Especie: Laurus nobilis; L., 1753
Familia: Lauraceae
Clase: Magnoliopsida
Reino: Plantae

MANZANILLA

← Chamaemelum nobile →

Uso terapéutico en comunidad:

- Trastornos digestivos; dolor de estómago, indigestión, dispepsia, cólicos, diarrea.
- Afecciones renales y de la vejiga.
- Dolores menstruales.
- Reducir niveles de estrés y ansiedad.
- Enrojecimiento de los ojos.
- Insomnio.

Efectos adversos en el ser humano:

- » Irritaciones oculares (conjuntivitis o irritación ocular)
- » Sueño excesivo (Somnolencia).
- » Efectos alérgicos (Dermatitis de contacto, estornudos, y secreción nasal excesiva.).



Clasificación superior: Chamaemelum
Familia: Asteraceae
Categoría: Especie
Especie: Chamaemelum nobile; (L.) All.
Reino: Plantae

MAGUEY MORADO

Trasdescantia Spathacea

Uso terapeutico en comunidad:

- Desinfectante.
- Afecciones relacionadas con pacientes con cancer.
- Desinflamatorio.
- Contra el tétanos.
- Dolores intestinales.

Efectos adversos en el ser humano:

- ⊙ Alergias: Irritación de la piel, erupciones cutáneas o enrojecimiento de la zona de los ojos.
- ⊙ Reducción del potasio.
- ⊙ Latidos irregulares del corazón.
- ⊙ Fatiga.
- ⊙ Debilidad.
- ⊙ Irritación digestiva.
- ⊙ Desequilibrio en la sangre.

Clasificación superior: Tradescantia
Categoría: Especie
Familia: Commelinaceae
Especie: Tradescantia spathacea; Sw.
Clase: Monocotyledoneae
Reino: Plantae



MALA MADRE

Kalanchoe

Uso terapéutico en comunidad:

- / Reduce el envejecimiento prematuro del organismo.
- / Antioxidante.
- / Eliminar la inflamación de zonas afectadas
- / Curaciones tópicas
- / Protección del hígado.
- / Actividad antihemorrágica.

Efectos adversos en el ser humano:

- ↔ Sistema cardiovascular (Incrementa la frecuencia cardíaca).
- ↔ Sistema endocrino (hipotiroidismo).
- ↔ Sistema Inmunitario (Inhibe la producción de linfocitos, provocando así una inmunosupresión generalizada).



Clasificación superior: Kalanchoideae
Familia: Crassulaceae
Clase: Magnoliopsida
Orden: Saxifragales

MARIHUANA

→ Cannabis Sativa ←

Uso terapéutico en comunidad:

- ▲ Combatir la inapetencia.
- ▲ Controlar las náuseas y los vómitos.
- ▲ Anticonvulsivante.
- ▲ Relajante muscular.
- ▲ Antiespasmódico.

Efectos adversos en el ser humano:

- Dolor de cabeza.
- Dependencia.
- Perturbaciones del ritmo cardíaco.
- Hiperactividad extrema.
- Convulsiones.



Clasificación superior: Marihuana
Categoría: Especie
Especie: C. sativa; Carlos Linneo 1753
Clase: Magnoliopsida
Familia: Cannabaceae

OREGANO

Origanum Vulgare L.

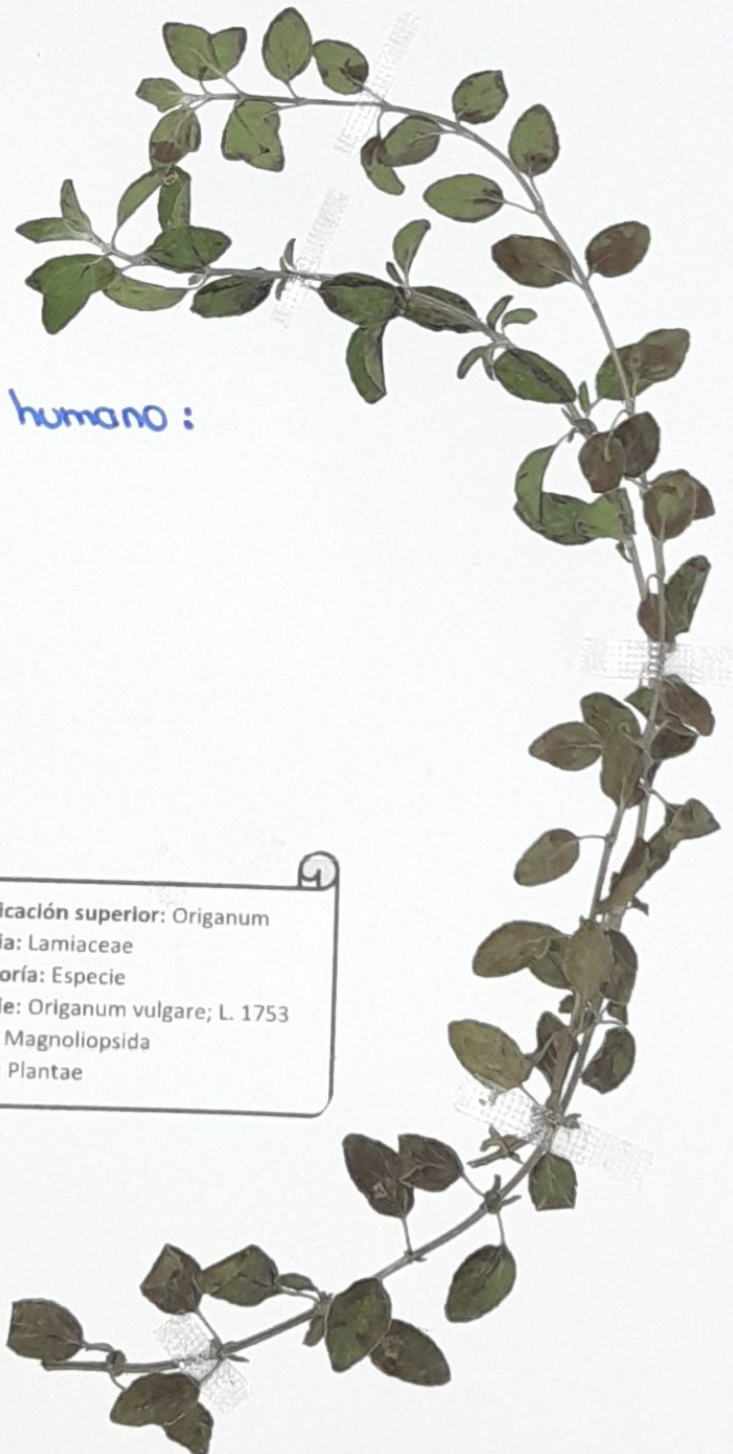
Uso terapéutico en comunidad:

- ◆ Dolores de garganta.
- ◆ Catarros.
- ◆ Problemas de tipo respiratorio.
- ◆ Mejora la circulación
- ◆ Depuración del hígado.
- ◆ Mejora los problemas menstruales.

Efectos adversos en el ser humano:

- Alergia
- Reglas abundantes.
- Dolor de estómago.
- Náuseas y vómitos.
- Diarrea.
- Dolor de cabeza.

Clasificación superior: Origanum
Familia: Lamiaceae
Categoría: Especie
Especie: Origanum vulgare; L. 1753
Clase: Magnoliopsida
Reino: Plantae

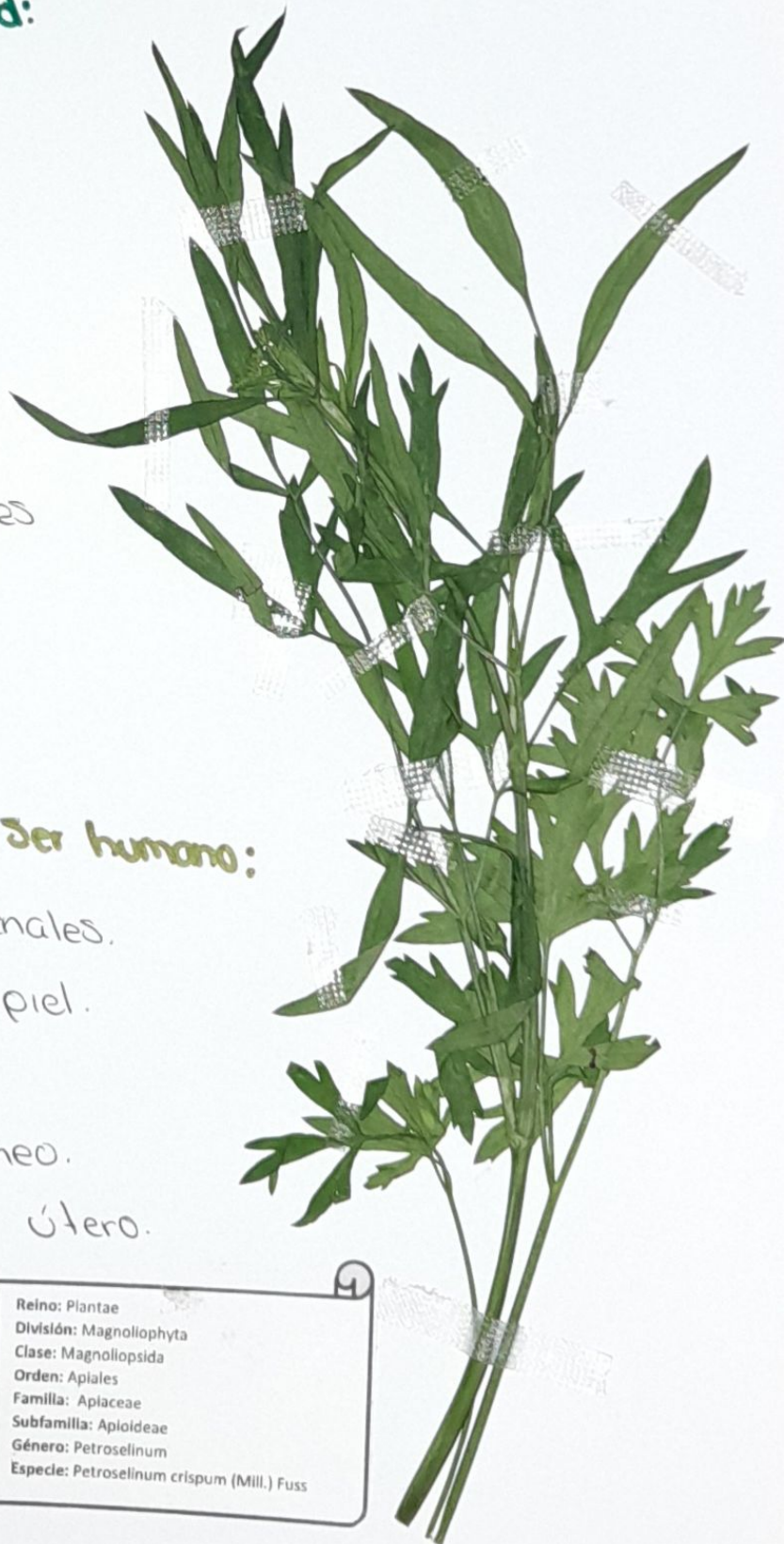


PEREJIL

Petroselinum Crispum

Uso terapeutico en comunidad:

- ✓ Limpiar los riñones.
- ✓ Eliminación de toxinas.
- ✓ Retención de líquidos.
- ✓ Beneficia la salud renal.
- ✓ Fortalece el sistema inmunológico.
- ✓ Tratamiento de Infecciones Urinarias y piedras en los riñones.



Efectos adversos en el ser humano:

- Formación de cálculos renales.
- Ronchas o rojes en la piel.
- Fotosensibilidad.
- Irritación a nivel cutáneo.
- Estimulación excesiva del útero.

Reino: Plantae
División: Magnoliophyta
Clase: Magnoliopsida
Orden: Apiales
Familia: Apiaceae
Subfamilia: Apioideae
Género: Petroselinum
Especie: Petroselinum crispum (Mill.) Fuss

RUDA

Ruta

Uso terapéutico en comunidad:

- Elimina los parásitos intestinales.
- Para el vitiligo.
- Estimula la circulación de la sangre.
- Mejora la otitis y el dolor de oídos.
- Baja la fiebre.
- Reduce la tensión muscular.
- Reduce los niveles de azúcar en sangre.

Efectos adversos en el ser humano:

- ~ Efecto hipotensor.
- ~ Neurotóxico.
- ~ Enrojecimiento de la piel.
- ~ Hemorragias.
- ~ Falta de sueño (insomnio).
- ~ Irrita la mucosa intestinal provocando náuseas, diarrea, dolor de cabeza y dolor de estómago.



Clasificación superior: Rutaceae
Familia: Rutaceae
Categoría: Género
Altura: De 20-60 cm de altura
Clase: Magnoliopsida
Reino: Plantae

ROMERO

Salvia rosmarinus

Uso terapéutico en comunidad:

- Alivia dolores musculares.
- Cicatrizante.
- Alivia afecciones dérmicas.
- Favorece el sistema digestivo.
- Reduce los episodios de acidez estomacal.
- Sirve para desintoxicar el hígado.

Efectos adversos en el ser humano:

- > Reacciones alérgicas, como dermatitis por contacto y eritema.
- > Espasmo abdominal, vómitos, gastroenteritis, hemorragia uterina e irritación renal.
- > Convulsiones.
- > Obstrucción de los conductos biliares.
- > Coma y edema pulmonar.

Clasificación superior: Salvia
Especie: Salvia rosmarinus; (L.)
Schleid., 1852
Familia: Lamiaceae
Categoría: Especie
Clase: Magnoliopsida
Reino: Plantae