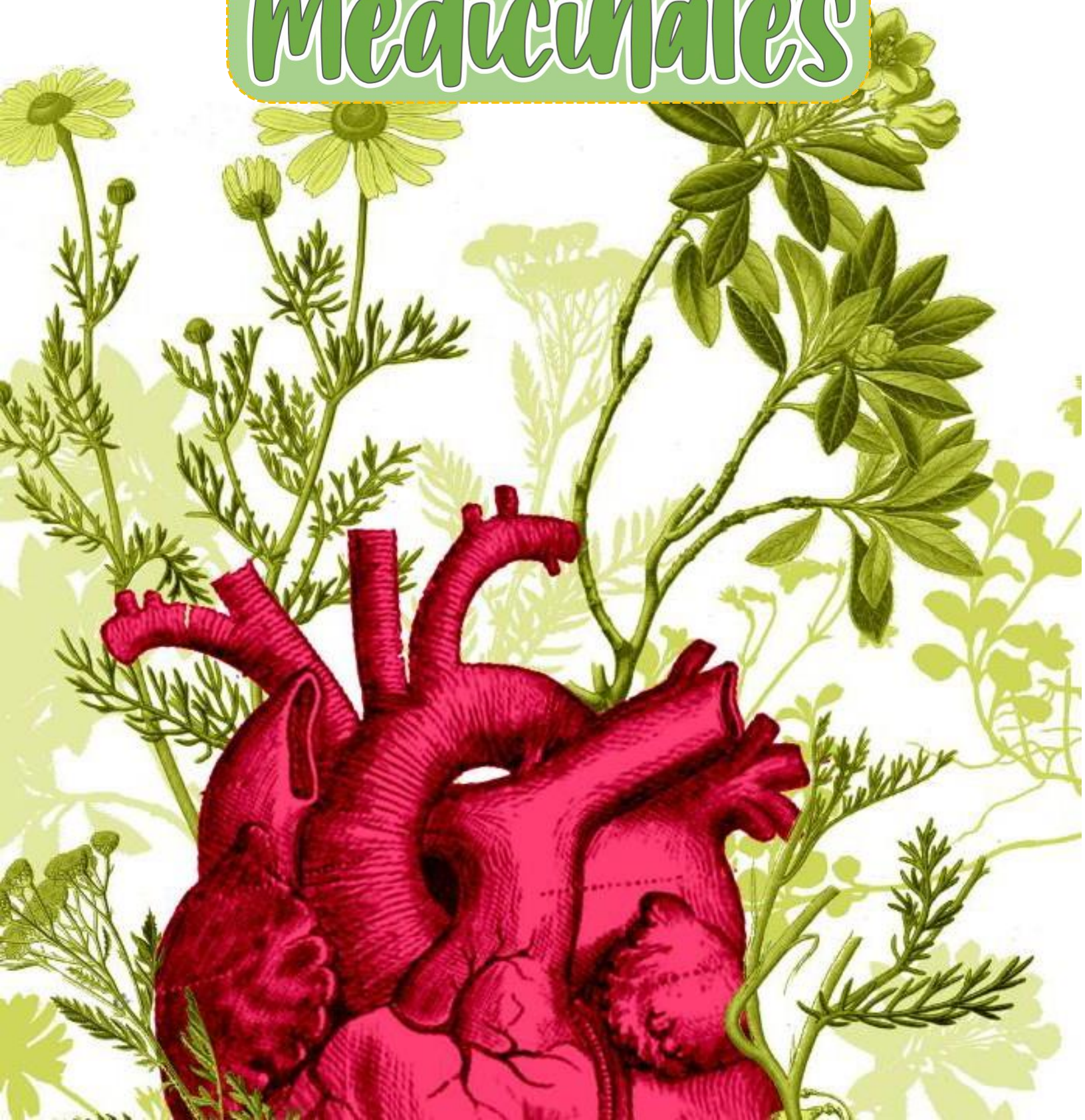


# Plantas Medicinales



Nombre de alumnos:  
Marleny Rodas De La Cruz

Nombre del profesor:  
Lic. Sandra Guadalupe Hernández Hernández

Nombre del trabajo:  
Cuadernillo de plantas medicinales

Materia:  
Enfermería y prácticas alternativas de salud

PASIÓN POR EDUCAR

8vo cuatrimestre grupo "B"

Licenciatura en enfermería



# Albahaca



- **NOMBRE COMÚN:** Albahaca
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Basílica  
Al falfa, alhá bega, alfébreba, albaraka
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Ocimum basilicum* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Planta completa

## • USO TERAPÉUTICO EN LA COMUNIDAD:

- Tiene diversos usos en el tratamiento de afecciones gastrointestinales. (náuseas/digestión)
- Las semillas son empleadas como carminativas, (medicamento que favorece la expulsión de los gases del tubo digestivo.) espasmolíticas y estomáquicas
- Relajante, infusión en momentos de estrés, nervios o espasmos musculares
- Se puede combinar con otras hierbas para prevenir el catarro y flemas.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL SER HUMANO:

- El aceite esencial está contraindicado en el embarazo, lactancia y niños. (contracciones)
  - Dermatitis por contacto
  - Dolor de cabeza
  - Desórdenes digestivos
  - Posible toxicidad a largo plazo.
  - Posible aumento del efecto de los medicamentos para la hipertensión y con fármacos anticoagulantes. (warfarina), produciendo hipotensión o hemorragia
- Consultar al especialista antes de tomar un tratamiento natural.



# Boldo

- **NOMBRE COMÚN:** Boldo
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Boldo
- **NOMBRE CIENTÍFICO:**  
*Peumus boldus* Molina

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas

## • USO TERAPÉUTICO EN LA COMUNIDAD:

- Las hojas y el té son usados especialmente para afecciones hepáticas como ictericia y para la dispepsia.
- Uso como colerético y hepatotónico.
- La infusión se emplea para tratar problemas estomacales y hepáticos.
- Laxante
- Colerético.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL SER HUMANO:

- Esta contraindicado para personas con afecciones intestinales. (Síndrome del intestino irritable o la colitis)
- Debido a los efectos laxantes de esta planta se podría incrementar la presencia de deposiciones frecuentes.
- No debe ser ingerida por embarazadas (Abortiva), ni en la lactancia y en niños menores de 12 años
- Irritación de los riñones
- Dermatitis por contacto
- Alergia → Anafilaxia
- Somnolencia, cefalea, mareo, vómitos
- Obstrucción conductos biliares
- Laxante suave.





# Caléndula



• **NOMBRE COMÚN:** Caléndula.

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Maravilla del Crisol, Flor de todos los meses.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Calendula officinalis* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Flores.

## • USO TERAPÉUTICO EN LA COMUNIDAD:

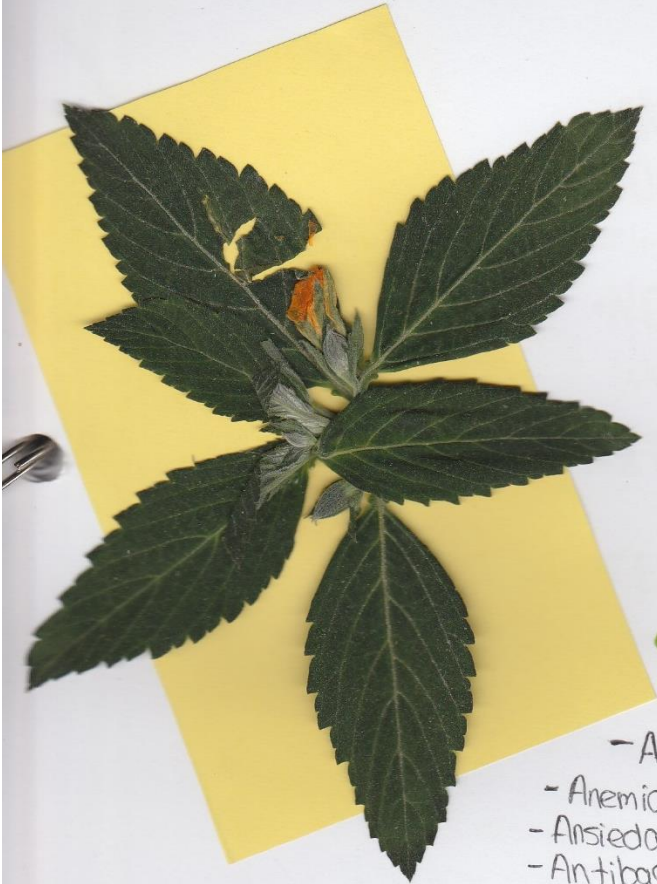
- Las flores se usan por sus propiedades antiflogística, antiséptica, antiespasmódica, astringente, diaforética, antibacteriana, cicatrizante, antiinflamatoria, emenagoga e inmunomoduladora.
- Se usa en caso de acné, contusiones, golpes, torceduras, eczemas, quemaduras, picaduras de insectos, irritaciones cutáneas, amenorrea, dismenorrea y vulvovaginitis.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL SER HUMANO:

- Somnolencia
- Bradipnea
- Tomarla junto con otro sedante (Medicamento) causa problemas respiratorios.
- Alergia o sensibilidad
- Dermatitis o sarpullido
- No se debe tomar caléndula durante el embarazo



# Damiana



• **NOMBRE COMÚN:** Damiana

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Damiana de California, hierba de la pastora, pastorcita, hierba del venado, oreganillo

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Amphipterygium adstringens*

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas y tallos.

## • USO TERAPÉUTICO EN LA COMUNIDAD:

- Adaptógena (contra el estrés)
- Anemia
- Ansiedad
- Antibacteriana
- Antidepresiva
- Antioxidante
- Para bajar de peso
- Contra bronquitis u tos
- Cistitis crónica
- Expectorante
- Para bajar la fiebre.
- Eleva la potencia sexual

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Taquicardias
- Agudiza la ansiedad
- Insomnio crónico
- Esta contraindicada en embarazadas, lactantes y niños

# Diente de león



- **NOMBRE COMÚN:** Diente de león
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Dandelion, lechugilla, mírame pero no me toques.
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Taraxacum officinale* Weber.
- **PARTE UTILIZADA:** Hojas y raíz.

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

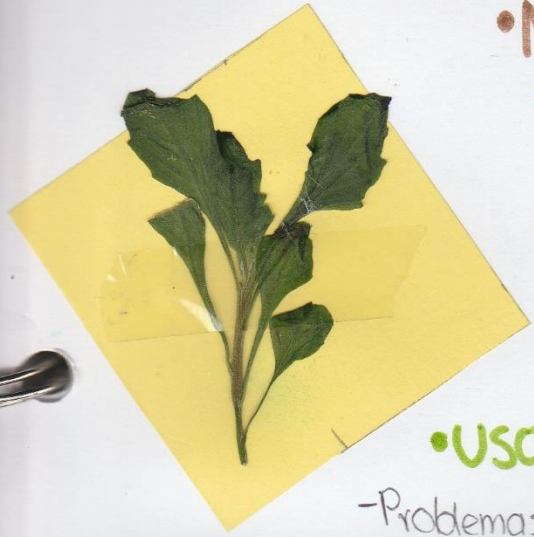
- Se emplea como tónico
- Diurético
- Contra enfermedades del hígado y la piel
- Disminuir ácido úrico en la sangre en pacientes con gota.
- Afecciones gástricas
- Erradicar verrugas
- Tratar el paludismo

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Posible toxicidad a largo plazo
- Diarrea
- Malestar gastrointestinal
- Acidez estomacal, gases y dolor
- Alergias
- Picor
- Ojos irritados
- Boca seca
- Mucha saliva



# Epazote



• **NOMBRE COMÚN:** Epazote.

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Paico, paico macho, ipazote.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Chenopodium ambrosioides* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Las hojas (tallos y semillas)

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

- Problemas gastrointestinales (Diarrea, Flatulencias)
- Contra parásitos intestinales
- Disminuir los cólicos
- Calma el nerviosismo excesivo
- Descongestiona las vías respiratorias
- Aumenta la producción de leche materna.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

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



# Eucalipto



• **NOMBRE COMÚN:** Eucalipto

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Ocalito  
Ucal, eucaliptus.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:**  
*Eucalyptus globulus* Labill

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas

• **USO TERAPÉUTICO EN LA COMUNIDAD:**

- Expectorante
- Febrífugas
- Hipoglucemiantes.
- Mucolítica
- Antihelmínticas.
- Antiséptico

• **EFFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:**

- Mareos
- Debilidad muscular
- Asfixia
- Náuseas
- Vómitos



# Hinojo



• **NOMBRE COMÚN:** Hinojo

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Hinojo

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Foeniculum*  
Vulgare Mill

• **PARTE UTILIZADA:** Raíz y frutos

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

- Las semillas se emplean como carminativas
- Tratamiento de afecciones digestivas (aerofagia, cólicos, dispepsia, enteritis, flatulencias, gastritis, náuseas, tenesmos).

- Resfriados, tos y antidiarreico.

- Problemas digestivos y cólicos.

- Purgantes, carminativo y estimulante.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Si se consume en altas dosis causa arritmias y convulsiones
- Reacciones fotosensibles en la piel
- Manchas en la piel
- Puede presentar alergias
- Dermatitis.



# Limon

• **NOMBRE COMÚN:** Limon

• **NOMBRE ALTERNATIVO:**

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** Citrus limon

• **PARTE UTILIZADA:** Fruto, cáscara, hoja.

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

- Alivia la acidez
- Ayuda a dormir
- Equilibra la presión arterial y el colesterol.
- Alivia la migraña la migraña
- Ayuda al sistema inmunológico.
- Mejora la digestión.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Sensibilidad de dientes
- Dolor de estómago
- Irritación en la piel (remedios cutáneos)
- Hipersensibilidad al limón



# Limoncillo

• **NOMBRE COMÚN:** Limoncillo

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Caña santa, hierba de limón, limoncillo, limonaria, patchuli, limonera, Caña limonaria, zacate de limón.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Cymbopogon citratus*

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas

## • USO TERAPÉUTICO EN LA COMUNIDAD:

- Se ha empleado como estomáquico
- Carminativo
- Anticancerígeno
- Antiespasmódico
- El aceite se emplea para tratar afecciones gastrointestinales (diarrea, disentería, dispepsia, dolor de estómago, vómito)
- Afecciones respiratorias (asma, bronquitis, tos)
- Regula la presión arterial.
- Alivia la gripe
- Disminuye la hinchazón.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Mareos
- Boca seca
- Disminución de la presión arterial
- Desmayos
- Quemaduras (remedios cutáneos.)



# Manzanilla



• **NOMBRE COMÚN:** Manzanilla

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Manzanilla.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Matricaria chamomilla* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Flores.

• **USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:**

- Se emplea para dolores menstruales.
- Dolor de estómago
- Flatulencias
- Diarrea
- Antiinflamatorio
- Cólicos
- Fungicida
- Úlceras gástricas
- Bactericida
- Dispepsia
- Espasmo litéico
- Cefalea
- Expectorante.
- Hemorroides

• **EFFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:**

- Reacciones alérgicas
- No tomarla con anticoagulantes
- Náuseas y vómitos
- Somnolencia
- Reacciones al mezclarlo con medicinas



# menta

- **NOMBRE COMÚN:** Menta
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Menta
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Mentha piperita* var.
- **PARTE UTILIZADA:** Hojas

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

- Es empleado como carminativo
- Anti flatulento
- Dolor de estómago
- Náuseas
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Diaforético
- Estomáquico

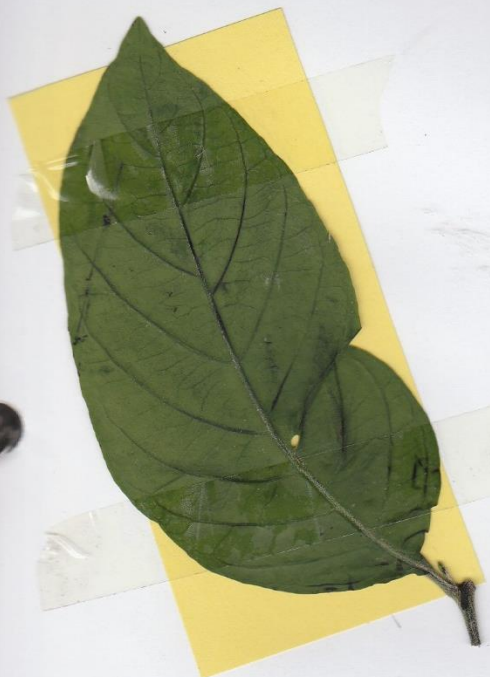
## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Asfixia (niños)
- Quemaduras (remedios cutáneos)
- Reflujo
- Náuseas
- Heces blandas
- Alergias
- Irritación en la piel
- Enrojecimiento.
- Dolor de cabeza.





# Muicle



• **NOMBRE COMÚN:** Muicle

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Jacobina, muttle

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Justicia spicigera*

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas

## • USOS TERAPÉUTICOS EN LA COMUNIDAD:

- Afecciones respiratorias (tos, gripa, bronquitis)

- Dolores de cabeza      - Desinflamación de golpes

- Antibiótico.

- Riñón

- Anemia

- Mareos

- Insomnio

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

\* Efectos ansiolíticos

- No se ha demostrado efectos adversos



# Orégano

• **NOMBRE COMÚN:** Orégano

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Orégano europeo, orégano de españa, mejorana silvestre, orégano silvestre.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Origanum vulgare* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Sumidades floridas

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

Vía oral:

- Estomacáquico
- Expectorante
- Antiespasmódico
- Anti flatulento
- Aperitivo
- Digestivo
- Vulnerario
- Tratamiento de afecciones respiratorias.

Externamente:

- Resolutivo
- Inflamación de los ganglios.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

En exceso:

- Náuseas y vómitos
- Molestia en el estómago
- Diarrea
- Dolor de cabeza
- Vértigo
- Fatiga
- Dolor muscular
- Dificultad para tragar.





# Papaya



• **NOMBRE COMÚN:** Papaya

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Papaya Lechosa.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Carica papaya* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Pulpa, hojas

## • USOS TERAPEÚTICOS EN LA COMUNIDAD:

- Utilizada en el tratamiento de constipación intestinal, dispepsia, enteritis, disentería, psoriasis y verrugas.

- La preparación de las hojas se emplean en tratamientos para el tracto gastrointestinal, infecciones intestinales (parásitos), antihelmíntico y diurético.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Irritación intestinal

- Hinchazón

- Dolores

- Diarrea

- Desarrollo de cálculos renales

- Parálisis

- Depresión cardíaca.



# Passiflora



• **NOMBRE COMÚN:** Passiflora

• **NOMBRE ALTERNATIVO:** Flores de la pasión, Maracuya, pasionaria, granadilla.

• **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Passiflora incarnata* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas

## • USOS TERAPEÚTICOS EN LA COMUNIDAD:

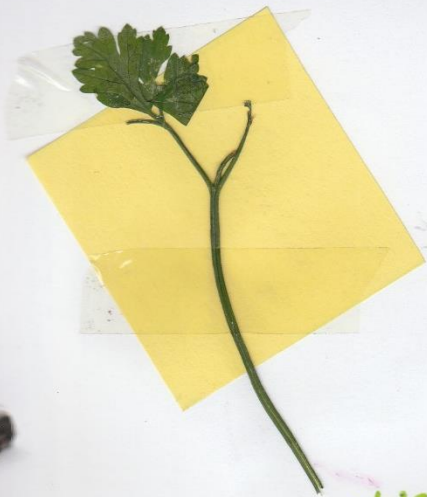
- La planta se emplea en forma de infusión como ansiolítico.
- Presenta propiedades antiespasmódicas y sedantes del SNC.
- Insomnio
- Espasmos musculares.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Somnolencia excesiva
- Náuseas
- Vómitos
- Dolor de cabeza
- Taquicardias.



# Perejil



- **NOMBRE COMÚN:** Perejil
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Perejil
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Petroselinum crispum*

• **PARTE UTILIZADA:** Hojas, frutos y raíces.

## • USOS TERAPEÚTICOS EN LA COMUNIDAD:

- Diurética
- Emenagoga (med. que favorece la menstruación)
- Sedante
- Emoliente
- Antiparasitaria
- Casos de bronquitis crónica, asma bronquial y dispepsia
- Dismenurias menstruales
- Cistitis, edemas, cálculos renales e indigestión
- Afecciones hepáticas, renales y vías urinarias.
- Antiinflamatorio
- Neuralgias.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Ronchas o rojez (tratamiento tópico)
- Fotosensibilidad
- Irritación a nivel cutáneo
- Abortiva en altas concentraciones.
- Arritmias
- Neuritis
- Daños hepáticos y renales
- Hemorragia intestinal.



# Romero



- **NOMBRE COMÚN:** Romero
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Romeo, rosmarino, aroma de mar.
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Rosmarinus officinalis* L.
- **PARTE UTILIZADA:** Hojas y flores

## • USOS TERAPEÚTICOS EN LA COMUNIDAD:

- Se emplea como colerético, colagogo (facilita la expulsión de bilis retenida en la vesícula biliar), estimulante del apetito y de las secreciones gástricas.

- Tratamiento de disidrenes digestivos.
- Flatulencias.
- En forma de apósito: tratar eczemas o acelerar la cicatrización de las heridas.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- Puede causar toxicidad en grandes cantidades.
- Irritación estomacal e intestinal
- Daño renal
- Eritema
- Dermatitis.



# Ruda



- **NOMBRE COMÚN:** Ruda.
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Ruda
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Ruta graveolens* L.

• **PARTE UTILIZADA:** Parte aérea.

## • USOS TERAPÉUTICOS EN LA COMUNIDAD:

- Desórdenes menstruales e inflamaciones
- Espasmolítico
- Antibacteriano
- Antifúngico
- Emenagogo
- Antitusivo
- Antihelmíntico
- Picaduras de insectos
- Artritis.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL SER HUMANO:

- Irrita la mucosa intestinal
- Vómitos
- Náuseas
- Diarreas
- Dolor de cabeza
- Dolor de estómago
- Contraindicado en problemas gástricos (úlceras y colitis)



# Verbena



- **NOMBRE COMÚN:** Verbena
- **NOMBRE ALTERNATIVO:** Verbena de la Costa, verbena blanca, yapo, yerba de hechizos.
- **NOMBRE CIENTÍFICO:** *Verbena littoralis*

• **PARTE UTILIZADA:** Sumidades floridas.

## • USO TERAPEÚTICO EN LA COMUNIDAD:

- Antiinfeccioso
- Antiinflamatorio
- Tratamiento de problemas gastrointestinales u hepáticos
- Diarrea
- Paludismo
- Fiebre
- Parasitismo
- Tos
- Contusiones
- Heridas
- Dermatitis
- Úlceras
- Erupciones cutáneas
- Desórdenes menstruales.

## • EFECTOS ADVERSOS EN EL HUMANO:

- En grandes cantidades puede provocar vómito
- Ligera depresión del SNC
- Dermatitis por contacto con la planta
- Metrorragia (Sangrado vaginal anormal)
- Embarazo (Abortiva)