



Nombre de alumnos: Anallely Álvarez Aguilar

Nombre del profesor: Sandra Guadalupe
Hernández

Nombre del trabajo: Cuadernillo plantas
medicinales

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Enfermería y practicas alternativas de salud

Grado: 8vo. Cuatrimestre

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas de 29 de enero del 2022

Romero

Uso terapéutico:

- * combate reumatismos articulares
- * combatir las aftas
- * Antiespasmódico
- * Alivia tos convulsiva

Efectos adversos:

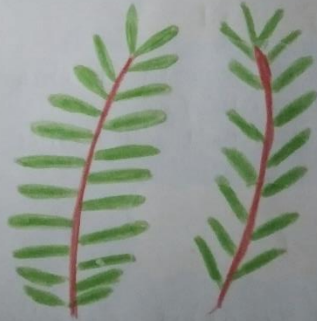
- * Vómitos
- * Gastroenteritis
- * Hemorragia uterina e irritación renal.

Nombre alternativo:

- Bendito
- Romiru
- Rosa de mar

Nombre científico:

✓ *Salvia rosmarinus*



Hoja de guayaba

Uso terapéutico:

- * Evita caída del cabello
- * Cura heridas y úlceras
- * Controla el colesterol
- * problemas de encías, caries y granos

Efectos adversos:

- * Hipertensión arterial
- * Trastornos cardíacos
- * Aumento de azúcar
- * Eleva la cantidad de potasio

Nombre científico:

✓ *Psidium guajava*

Nombre alternativo:

- Guayabo
- güisaro
- arrayana
- guara



canela

Uso terapéutico:

- * Favorece la circulación sanguínea
- * Tratar el acné
- * Ayuda a conciliar el sueño
- * Controla el azúcar en sangre
- * Reduce el colesterol
- * Refuerza el sistema inmunitario

Efectos adversos:

- * Daña el hígado
- * Aumenta riesgo de cáncer
- * puede causar úlceras bucales
- * puede causar bajo nivel de azúcar en sangre.
- * problemas respiratorios

Nombre científico:

✓ *Cinnamomum Verum*

Nombre alternativo:

- Cassia
- Ceilán
- Saigón
- Korintje



Berro

Uso terapéuticos:

- * controla anemia
- * Trata afecciones respiratorias.
- * Trata anemia, debilidad y el cansancio

Efectos adversos:

- * Irritación gástrica
- * Inflamación renal
- * Irritar vías urinarias

Nombre alternativo:

- Berro
- Cresón

Nombre científico:

✓ *Nasturtium officinale*



Hoja de magüey

Uso terapéutico:

- * Controla diabetes
- * Baja niveles de colesterol
- * Mejora la circulación
- * Limpia los riñones y las vías urinarias.
- * Desinflamante

Efectos adversos:

- * Alergias
- * Reducción del potasio
- * Irritación digestiva
- * Daño en el hígado
- * causa de desequilibrio en la glucosa.

Nombre alternativo:

- Magüey morado

Nombre científico:

✓ *Tradescantia*
Spathacea



EPASOTE

Uso terapéutico:

- * Tratar heridas
- * Trata dolores estomacales, cólicos y parásitos intestinales.
- * Alivia diarrea, vómito, dolor de estómago.
- * Alivia disipela
- * Trata heridas e infección.

Efectos adversos:

- * Irritación en la piel
- * Dolor de cabeza
- * Vómitos
- * Náuseas
- * Daño en el hígado o riñones
- * Trastornos visuales
- * Convulsiones.

Nombre alternativo:

- paico
- Ipazote
- paico macho

Nombre científico:

✓ *Dysphania ambrosioides*



Menta

Uso terapéutico:

- * combatir cefaleas
- * Dolor de cabeza
- * Alivia tos, bronquitis, gripe y resfriado
- * Elimina hongos de la piel y uñas
- * Trata dermatitis y urticaria

Nombre alternativo:

- Bergamota de Chile
- Monte Yuyo
- Zoronjil de menta

Nombre científico:

✓ *Mentha piperita*



Efectos adversos:

- * picazón en la piel
- * Temblores musculares
- * Intoxicación en dosis muy altas
- * Tóxico e incluso abortivo
- * Efectos tóxicos renales

Clavo

Uso terapéutico:

- * Alivia náuseas
- * Alivia dolor de estómago
- * Usado como antiséptico para tratar caries, úlceras y picadura de escorpión.
- * Acelera el metabolismo
- * Mejora la digestión
- * Alivia problemas de ingestión.

Nombre científico:

✓ *Syzygium aromaticum*

Nombre alternativo:

- Clavero
- Clavo de especia
- Clavo de olor

Efectos adversos:

- * Daño hepático
- * Desequilibrio de líquidos
- * Trastornos hemorrágicos
- * puede provocar convulsiones



AJO

Uso terapéutico:

- * Reduce la presión arterial
- * Disminuye niveles de colesterol
- * previene la Formación de coágulos que pueden llegar a taponar arterias y Venas
- * promotor de leucocitosis

Nombre científico:

✓ *Allium sativum*

Nombre alternativo:

- Rocambola
- Ajo andaluz
- Ajo blanco
- Hortense

Efectos adversos:

- * puede causar náuseas
- * Ardor en la boca, el esófago y el estómago.



Hoja de aguacate

Uso terapéutico:

- * Alivia la tos y la acidez estomacal
- * Elimina glucosa en sangre.
- * Evita el Vomito
- * Alivia el dolor de cabeza.

Nombre científico:

✓ *Persia americana*

Nombre alternativo:

- Quilaguacate
- hoja de palta

Efectos adversos:

- * Alergia o sensibilidad a los aguacates
- * El aguacate engorda



Chaya

Uso terapéutico:

- * Limpia los riñones
- * Controla grasa en sangre
- * Tratamiento de anemia
- * Ayuda al tratamiento de cálculos renales, diabetes mellitus tipo 2, hipercolesterolemia.

Nombre alternativo:

- chayamansa
- candelero
- chichicaste
- Mala mujer

Nombre científico:

✓ *Cnidoscolus aconitifolius*

Efectos adversos:

- * puede causar daños colaterales secundarios en personas con deficiencia renal



Hoja de naranja

Uso terapéutico:

- * Evita el vómito
- * Disminuye la fiebre
- * Trata la pérdida de apetito.
- * Combate problemas digestivos.
- * Mejora los síntomas de la gripe.
- * Combate el colesterol

Nombre científico:

✓ *Citrus reticulata*

Nombre alternativo:

- Naranja dulce
- Naranja dulce

Efectos adversos:

- * Riesgo de hipertensión
- * Efectos cardiovasculares adversos.
- * Contraindicado para la úlcera
- * El jugo daña el esmalte dental



Hinojo

Uso terapéutico:

- * Trata la diarrea
- * Gases o cólicos
- * Excelente contra problemas digestivos.
- * Malestares estomacales

Efectos adversos:

- * puede causar arritmias y convulsiones
- * Alergia y sensibilidad
- * Dermatitis

Nombre científico:

✓ *Foeniculum vulgare*

Nombre alternativo:

- Hinoja
- hierba santa
- hinojera
- jinojo
- jenojo
- linojo



Hoja de chicozapote

Uso terapéutico:

- * Controla el colesterol
- * Alivia la diarrea
- * Auxiliar en el tratamiento de la presión alta.
- * Baja la Fiebre
- * Calma el dolor
- * Fortalece las defensas

Efectos adversos:

- * No presenta efectos indeseables secundarios, cuando se toma en dosis controladas. En altas dosis puede ser mortal

Nombre científico:

✓ *Manilkara zapota*

Nombre alternativo

- Chicle
- Zapotilla
- achras zapota
- mamey
- sapote



Tomillo

Uso terapéutico:

- * Útil para destruir hongos
- * Destruir bacterias como el pie de atleta
- * Expulsa Flema y moco de los bronquios
- * Calma el dolor
- * Disminuye la inflamación

Efectos adversos:

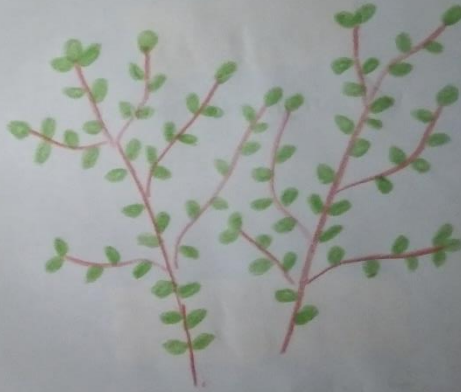
- * causar náuseas
- * Vertigo
- * Fenómenos convulsivos
- * Gastralgias
- * dolor de cabeza
- * Mareos

Nombre alternativo:

✓ Thymus

Nombre alternativo:

- Boja
- Timoncillo
- Tomello
- Tomillo ansero
- Tremoncillo



Hoja de mango

Uso terapéutico:

- * Evita la gripe y tos
- * Alivia dolor de estómago
- * Mejora circulación sanguínea
- * Fortalece vasos sanguíneos
- * Trata las varices
- * Favorece la salud de la piel

Efectos adversos:

- * Sueño
- * Dolor de cabeza
- * Sequedad en la boca
- * Diarrea
- * Cólicos
- * Dolor muscular

Nombre científico:

✓ Mangifera indica

Nombre alternativo:

- Mango



Hoja de noni

Uso terapéutico:

- * purifica la sangre
- * potencia el sistema inmune
- * Expectorante
- * Trata infecciones
- * Trata el dolor, estreñimiento y artritis.

Efectos adversos:

- * puede lesionar el hígado.
- * puede causar niveles elevados de deshidrogenasa láctica y transaminasas.

Nombre alternativo:

- Noni

Nombre científico:

✓ *Morinda citrifolia*



Hierbabuena

Uso terapéutico:

- * Trata la colitis
- * Dolor muscular
- * Trata el asma y el estrés.
- * Alivia el dolor de cabeza
- * Alivia cólicos espasmodicos

Efectos adversos:

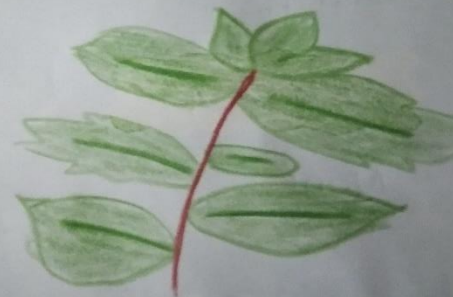
- * puede ser abortiva
- * Náuseas
- * Heces blandas
- * Alergias

Nombre alternativo:

- Hierba romana
- Hortelana
- menta
- sándalo

Nombre científico:

✓ *Mentha spicata*



Albahaca

Uso terapéutico:

- * Ayuda a reducir inflamación
- * Estimula el apetito
- * Ayuda a prevenir colitis y úlceras.
- * Combate el cansancio
- * Mejora el sistema inmune
- * Repela mosquitos
- * Aumenta las defensas

Nombre alternativo:

- Albacar
- Albacar corriente
- Albahaca arribeno

Nombre científico:

✓ *Ocimum basilicum*

Efectos adversos:

- * Somnolencia
- * Hipotensión arterial
- * Hipoglucemia moderada-severa
- * poder narcótico



Aloe Vera

Uso terapéutico:

- * Tratar quemaduras
- * Cicatrizar heridas
- * Tratar piquetes
- * Ayuda a reducir la inflamación

Efectos adversos:

- * Daño renal que podría ser mortal
- * Cólicos
- * Diarrea

Nombre alternativo:

- Sábila
- Acibar
- Aloe de barbados
- Azabila
- Zabida

Nombre científico:

✓ Aloe



Ruda

Usos terapéuticos:

- * Calmar cólicos abdominales
- * Elimina parásitos intestinales
- * Problemas digestivos
- * Sirve para tratar conjuntivitis y piojos

Efectos adversos:

- * Irrita la mucosa intestinal
- * Produce daños en el aparato digestivo.
- * Causa dolor de cabeza
- * Dolor de estómago

Nombre científico:

✓ Ruta

Nombre alternativo:

- Hierba piojera
- Ruda pestosa



Manzanilla

Usos terapéuticos:

- * Útil para tratar cólicos menstruales
- * Tratar la artritis
- * Ponerse mucosa en los
- * Cura heridas externas causadas por picaduras de insectos o golpes

Efectos adversos:

- * Reacción alérgica que puede incluir irritación de la piel y de los ojos, estornudos y secreción nasal excesiva.

Nombre científico:

✓ *Chamaemelum nobile*

Nombre alternativo:

- Manzanilla alemana
- Cimarrona
- Camomila



Hoja de mispero

Uso terapéutico:

- * Controla la diabetes
- * Alivia la diarrea.
- * Buena salud de la piel
- * Reduce las náuseas y vómitos
- * Combate la diabetes y la urticaria.

Nombre alternativo:

- Cardápano
- Miézpola
- mispero
- Mispola
- Nispero

Nombre científico:

✓ *Eriobotrya japonica*

Efectos adversos:

- * Las hojas pueden contener glucósidos cianogénicos, lo que puede liberar cianuro.

