



**Universidad del sureste
Campus Comitán
Medicina Humana**



Herbolaria.

**Xóchitl Monserrath Jiménez del Agua
y Culebro.**


PASIÓN POR EDUCAR




Interculturalidad y Salud II.




2°





“A”

Dr. Gerardo Cancino Gordillo

NOMBRE	FOTO	SU USO	ESTUDIO CIENTÍFICO	SINTOMAS O EFECTOS ADVERSOS
Valeriana		<p>Aquellas personas que sufren de ansiedad, nerviosismo o depresión.</p>	<p>Evaluando su actividad y destacando que <i>V. officinalis</i> posee propiedades sedantes y antiespasmódicas. La actividad sobre el sistema nervioso central se ha demostrado mediante diversos ensayos farmacológicos.</p>	<p>Dolor de cabeza, mareos, problemas estomacales o insomnio.</p>
El ginseng		<p>Bebidas energizantes, ya que es una de las plantas más indicadas para combatir el cansancio y mantener a las personas activas. Quienes sufren del corazón o de depresión pueden encontrar una buena solución y beneficios en esta planta natural.</p>	<p>Numerosos estudios han evaluado los efectos del ginseng oral en animales bajo condiciones de extremo estrés. Los resultados sugieren que el ginseng incrementa el rendimiento físico y causa cambios fisiológicos que pueden ayudar al cuerpo a adaptarse a condiciones adversas.</p>	<p>Diarrea, insomnio, dolor de cabeza, latido cardíaco rápido, aumento o disminución de la presión arterial, dolor en las mamas y sangrado vaginal.</p>
Aloe vera		<p>Ayuda a aliviar las quemaduras y los problemas de piel, motivo. Además contribuye a mejorar algunas condiciones respiratorias.</p>	<p>Algunos de los componentes de la planta de áloe tienen la estructura del ácido acetilsalicílico que, cuando se combina con el magnesio, mineral que también está presente en la planta, le proporcionan un efecto anestésico y analgésico.</p>	<p>Tomar 1 gramo de látex de sábila al día durante varios días puede provocar insuficiencia renal aguda y puede ser mortal. El látex de sábila también podría causar cáncer. Otros efectos secundarios comprenden: cólicos y diarrea.</p>

<p>El cannabis</p>		<p>Propiedades analgésicas. es anti-cancerígeno y anti-tumoral y reduce los vómitos y las náuseas, tales como los que se producen con el tratamiento de radioterapia. Además está indicado para aliviar los síntomas de la esclerosis múltiple, como los espasmos musculares, la espasticidad y el dolor.</p>	<p>Estos estudios demostraron que THC es, por lo menos, igual de efectivo que la terapia convencional con antagonistas de dopamina</p>	<p>Hipertensión arterial repentina con dolor de cabeza. Dolor torácico y perturbaciones del ritmo cardíaco. Hiperactividad extrema y violencia física. Ataque cardíaco. Convulsiones. Accidente cerebrovascular. Desmayo súbito (paro cardíaco) por las irregularidades en el ritmo cardíaco.</p>
<p>El romero</p>		<p>Es una hierba más conocida por sus usos en la cocina y también ayudando a mejorar problemas digestivos, respiratorios y musculares.</p>	<p>No tiene estudio científico pero la planta ejerce también un efecto diurético, antiinflamatorio, antiulcerogénico y antioxidante.</p>	<p>Por vía tópica, la esencia de romero puede causar dermatitis y eritema en personas hipersensibles. El romero no debe usarse en el transcurso del embarazo, ya que existe la posibilidad de que induzca un aborto espontáneo por su posible efecto estrogénico. Tampoco debe emplearse durante la lactancia.</p>
<p>La manzanilla</p>		<p>Ayuda a mejorar trastornos digestivos, calmar los nervios y disminuir la irritación.</p>	<p>La investigación científica llevada a cabo por el Imperial College de Londres del Reino Unido, determinó que cuando se ingiere manzanilla se registra un aumento en los niveles de dos sustancias en el organismo, estas son la glicina y el hipurato, las cuales actúan como</p>	<p>El efecto secundario más probable es una reacción alérgica.</p>

			un potente relajante nervioso y muscular.	
Diente de león		Ayuda a depurar, mejorar el tránsito intestinal y favorece a las personas con problemas de colesterol.	Estudios realizados in vitro han demostrado que el extracto de raíz de diente de león posee la capacidad de reducir drásticamente el crecimiento de las células cancerosas en el hígado, el colon, la piel, la sangre y el tejido pancreático.	Se cree que la raíz y hojas del diente de león son bastante seguras, sin ningún efecto secundario ni probables riesgos además de reacciones alérgicas raras.
La menta		Aliviar problemas estomacales y está indicada para casos de congestión nasal, flema e irritación de garganta, utilizándose como hierbas medicinales.	Los estudios experimentales realizados con extractos y principios activos aislados de menta verde han puesto de manifiesto diversas actividades farmacológicas, entre las que destacan los efectos espasmolíticos y relajante de musculatura lisa en el tracto digestivo, las propiedades coleréticas y carminativas	Trastornos renales: El té de menta verde podría aumentar el daño renal. El uso de grandes cantidades de té de menta verde podría empeorar los trastornos renales. Enfermedad hepática: El té de hierbabuena podría aumentar el daño hepático.
La equinácea.		Estimular y beneficiar al sistema inmunológico. aliviar los síntomas del resfriado.	Estudios de probeta y en animales han encontrado que los diferentes componentes de la equinácea puede incrementar la producción de anticuerpos, elevar los conteos de glóbulos blancos y estimular la actividad de los glóbulos blancos clave.	Puede provocar aumento de la secreción de saliva y tiene un sabor bastante desagradable, pero además de esto, no se han descrito reacciones adversas a las dosis terapéuticas recomendadas. A altas dosis o en individuos especialmente sensibles pueden aparecer náuseas, vómitos, gastralgias o dispepsia.

<p>El perejil</p>		<p>Antioxidante y una gran opción para mantener la salud renal.</p>	<p>Estudio de investigación, que el perejil ejerce un efecto antioxidante y hepatoprotector efectivo a nivel hepático</p>	<p>Tomar té de perejil podría provocar problemas gástricos, por lo que no se recomienda para personas con gastritis o reflujo. El perejil contiene una sustancia llamada apiol, que se ha comprobado que puede provocar abortos espontáneos.</p>
<p>La salvia</p>		<p>Combatir efectivamente las bacterias y cicatrizar heridas y cortes.</p>	<p>No tiene estudio científicos</p>	<p>Beber cantidades demasiado grandes de té de salvia, o bien consumirla en otra de sus formas, puede llegar a causar problemas en el corazón, vómitos, convulsiones y daño en los riñones: no obstante esto ocurre si se ingieren más de 3 gramos al día y en un litro de salvia sólo tenemos de 4 a 11 miligramos.</p>
<p>La hierbabuena</p>		<p>Cura problemas estomacales y respiratorios, y su capacidad para menguar el dolor.</p>	<p>Estudio descubrió que el aceite de yerbabuena reducía los espasmos en el estómago durante un procedimiento llamado endoscopia superior.</p>	<p>Desde el punto de vista toxicológico puede provocar irritaciones gastrointestinal y del tracto urinario, en caso de sobredosis por vía oral; tópicamente puede provocar daños en las pieles sensibles.</p>
<p>El tomillo</p>		<p>Mejorar la digestión y aliviar problemas respiratorios. Además, ayuda a mantener alejados a los insectos.</p>	<p>El tomillo es un fármaco con acción antiespasmódica, expectorante y antiséptica, entre otras. Está muy difundido en nuestro país, donde puede encontrarse solo (fármaco, extracto fluido, aceite esencial, etc.) y en numerosas asociaciones, especialmente mezclas para infusión destinadas al tratamiento</p>	<p>Por sobredosificación, el aceite esencial puro puede causar náuseas, vómitos, gastralgias, vértigo, fenómenos convulsivos e incluso coma por colapso cardiorrespiratorio. * En el tratamiento de la sinusitis, el aceite esencial de tomillo no</p>

			de afecciones respiratorias y digestivas o para lavados antisépticos tópicos (cutáneos, bucales, vaginales, etc.).	debe aplicarse de forma continua.
El cilantro		Mejorar diversos problemas estomacales, el insomnio e incluso la fatiga.	Los estudios realizados con extractos y principios activos aislados de esta planta medicinal, entre los que sobresale el linalol, han puesto de manifiesto diversas actividades farmacológicas, tales como antimicrobianas, antioxidantes, antiproliferativas, neuroprotectoras, ansiolíticas, analgésicas, antiinflamatorias.	En algunas personas el cilantro puede provocar reacciones alérgicas o producir irritaciones, por lo que no se aconseja tomarlo durante el embarazo o en períodos de lactancia.
Albahaca		Alivia el dolor de cabeza y los dolores menstruales, mejora la digestión, combate el insomnio, ayuda a evitar la caída del cabello y refuerza el sistema inmunitario A.	El grupo de investigación también analizó los componentes químicos que le dan a la albahaca silvestre ciertas propiedades para atender algunas infecciones cutáneas, observaron 24 componentes de la planta y los principales fueron el cariofileno, metileugenol, eugenol, humuleno y eucaliptol.	Entre sus reacciones adversas se citan la hipoglucemia moderada-severa, el poder narcótico, la somnolencia y la hipotensión arterial.
Hoja de guayaba		Ayuda a detener los síntomas de la diarrea, aliada para bajar de peso, mantiene los niveles de azúcar en la sangre Alivia los síntomas dolorosos de la menstruación, buena para el sistema digestivo. Buena para mantener una piel sana ayuda a matar las	Diversos extractos de la hoja de guayabo han demostrado actividad antibacteriana in vitro contra diferentes microorganismos, entre los cuales destacan Escherichia coli, Shigella disenteriae, Salmonella typhi, Staphylococcus aureus y Proteus mirabillis.	El té de hojas de guayaba se considera seguro y no cuenta con efectos secundarios. Aunque en algunas personas puede causar estreñimiento y no ha sido comprobado si tiene algún efecto sobre el embarazo o la lactancia.

		bacterias del acné. Previene resfriados. ayudar al corazón a prevenir enfermedades de radicales libres.		
--	--	---	--	--