



**Montero Gómez María Fernanda**  
**Méndez Guillen Daniela Monserrat**  
**Nutrición y medicina alternativa**  
**“Fitoterapia”**  
**5to Cuatrimestre**  
**4to parcial**  
**Licenciatura en Nutrición**



# Fitoterapia

## Conceptos fitoterapia, planta medicinal, droga vegetal principio activo

La Fitoterapia consiste en el tratamiento de las dolencias con los recursos que nos ofrece la naturaleza, a través de los vegetales. La Fitoterapia no es una terapia moderna. Surgió ante la imperiosa necesidad de recuperar y mantener la salud.



## Introducción a la fitoterapia

Son proteínas, glúcidos, lípidos, minerales, y vitaminas que si bien no ejercen una actividad farmacológica directa, son imprescindibles para mantener la vida del reino animal. Son los sustratos nutricionales de éste, al ser la base nutritiva de los animales herbívoros.

- Principios activos
- Aspectos fitoquímicos
- Principios activos de origen vegetal



## Empleo y formas de preparación de plantas medicinales

- Hidrolitos
- Cápsulas de glicerogelatina endurecidas
- Comprimidos con polvo de droga
- Aceites y oleatos
- Tinturas y alcoholatos
- Acetolitos y glicerolados
- Extractos
- Formas complejas para uso interno y externo



### **Fitoterapia en afecciones digestivas: dispepsia, flatulencia, gastritis, úlceras, vómitos, disfunciones biliares, diarrea y estreñimiento**

El aparato digestivo dispone de un conjunto de nervios, verdadera red de control integrado que trabaja conjuntamente con una amplia serie de hormonas, tanto locales como sistémicas. Entérico significa relacionado con el intestino y en este contexto se aplica al sistema nervioso local del aparato digestivo.

## Fitoterapia para afecciones el sistema cardiovascular

Hipertensión Arterial: es el término empleado para describir la presión arterial alta

- Ajo
- Jengibre
- Alcachofa
- Té verde
- Alfalfa

Estas son algunas de las plantas que ayudan a la hipertensión



## Fitoterapia para patologías respiratorias: resfriado, gripe, tos, bronquitis

Tipo de enfermedad que afecta los pulmones y otras partes del aparato respiratorio.

- Eucalipto
- Menta
- Propóleo
- Equinácea

## Bibliografía

Antología (UDS) Comitán Chiapas, 2023