



Mi Universidad

Tabla Comparativa

Nombre del Alumno: Hogla Rubí Sangeado Domínguez

Nombre del tema: Herbolaria; Plantas medicinales

Parcial: III Parcial

Nombre de la Materia: Medicina Alternativa

Nombre del profesor: L.E.Q Cecilia De La Cruz Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería





Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre





NOMBRE COMÚN Y CIENTÍFICO	CONCEPTO	FUNCIÓN Y PARA QUE SIRVE	CONTRAINDICACIONES
<p>COMÚN: ACÓNICO CIENTÍFICO: ACONITUM</p> 	<p>Planta herbácea de tallos erguidos, hojas palmeadas, flores azules o blancas y raíz fusiforme. "el acónito resulta venenoso cuando la semilla ha madurado".</p>	<p>Se ah Utilizado como analgésico, ya que la aconitina actua modificando las terminaciones nerviosas.</p>	<p>Debe usarse bajo indicación médica ya que debe usarse en dosis homeopáticas dada su toxicidad.</p>
<p>COMÚN: ALBAHACA CIENTÍFICO: OCIMUM BASILICUM.</p> 	<p>La albahaca es una hierba aromática que se emplea tanto con fines culinarios como medicinales ah demostrado tener propiedades atioxidantes.</p>	<p>Combate el cansancio, Favorece la buena digestión, Reduce la ansiedad, repele a los molestos mosquitos, Es un ingrediente estrella en la comida Italiana.</p>	<p>Contraindicado en el embarazo y la alcancia, En forma de aceite tiene contradicciones en personas que padecen afecciones intestinales ya que puede desencadenar brotes, ni en dermatitis y heridas.</p>
<p>COMÚN: ALOE VERA CIENTÍFICO: ALOE VERA</p> 	<p>Es una planta de gran interés medicinal utilizada como tal desde hace más de 3000 años, Se ah demostrado que es una de las especies con gran propiedad curativa.</p>	<p>Un gel transparente por lo general, las personas utilizan el gel transparente de la sábila de forma tópica en cremas y ungüentos para tratar quemaduras, la psoriasis e incluso el acné.</p>	<p>El extracto de hojas enteras o el látex de sábila tomados por vía oral podrían no ser seguros y es probable que no sean seguros en dosis altas, el latex de sábila también puede ser canceroso.</p>
<p>COMÚN: ARANDANO CIENTÍFICO: VACCINIUM MYRTILLUS.</p> 	<p>El arándano es una planta que puede alcanzar una altura de medio metro. Forma parte del grupo familiar de las ericáceas y es reconocida por sus frutos, que también reciben el nombre de arándanos.</p>	<p>Cuenta con nutrientes como vitamina C, Fibra y Antioxidantes. Se utiliza para el tratamiento de problemas urinarios y a optimizar el equilibrio bacteriano en el gtracto intestinal y contrarrestar los sintomas del resfriado.</p>	<p>Cuando se toma por vía oral: La fruta entera, el jugo y los polvos de arándanos azules se consumen comúnmente en los alimentos. Las bebidas hechas con arándanos azules liofilizados pueden causar estreñimiento, diarrea, náuseas o vómitos en algunas personas.</p>




<p>COMÚN: ARNICA CIENTÍFICO: ARNICA (ACAHUAL).</p> 	<p>hierba aromática siempreverde de hasta 60 cm de altura. Tallo erguido, vellosa, con pocas ramas y en cuya base se ubica una roseta de hojas lanceoladas extendidas sobre el suelo. Flores de color amarillo, a veces anaranjado.</p>	<p>Es reconocida por ser analgésica y antiinflamatoria. Por consiguiente se aplica una función en cualquier herida, raspon, golpe, desgarr muscular o lesiones por el frío y ayuda a disminuir lass molestias.</p>	<p>Cuando se toma por vía oral, puede causar vómitos, daño cardíaco, insuficiencia orgánica, aumento del sangrado, coma y muerte. Cuando se aplica a la piel: Árnica posiblemente sea segura cuando se aplica a la piel intacta, a corto plazo.</p>
<p>COMÚN: AJENJO CIENTÍFICO: ARTEMISIA ABSINTHIUM.</p> 	<p>Planta perenne de la familia de las compuestas, como de un metro de altura, bien vestida de ramas y hojas un poco felpudas, blanquecinas y de un verde claro, amarga, algo aromática y de uso medicinal.</p>	<p>Es conocida por mejorar la salud y rendimiento del sistema digestivo, ayuda a los problemas menstruales, Se puede usar como unguento para tratar heridas externas o dolores muesculares.</p>	<p>no es aconsejable su uso durante los periodos del embarazado y lactancia. También las personas que sufren epilepsia, por una posible interacción con los medicamentos indicados para este tipo de dolencia.</p>
<p>COMÚN: AJO CIENTÍFICO: ALLIUM SATIVUM.</p> 	<p>Planta europea que tiene un bulbo que se usa para dar sabor a los alimentos. Es rico en vitamina C, B6 y Magnesio.</p>	<p>Es usado para reducir la presión arterial, los niveles de colesterol, y previene la formación de coagulos que pueden llegar a tapar las arterias y venas.</p>	<p>El ajo no tiene otros efectos nocivos que hacer que el aliento, el cuerpo y la leche materna huelan a ajo. el consumo de grandes cantidades puede causar náuseas y ardor en la boca, el esófago y el estómago.</p>
<p>COMÚN: BELLADONA CIENTÍFICO: ATROPA BELLADONNA.</p> 	<p>La belladona (Atropa belladonna) es una planta que crece desde Europa occidental hasta el Himalaya. También se cultiva en los Estados Unidos. Todas las partes de la planta son venenosas.</p>	<p>En la antigüedad se utilizaba para dilatar las pupilas y como sedante. Relaja los musculos del tracto respiratorio lo cual es de gran ayuda y alivio para quienes padecen de asma o tos convulsiva.</p>	<p>Efectos secundarios graves pueden incluir visión borrosa, fiebre, latidos cardíacos acelerados, incapacidad para orinar o sudar, alucinaciones, espasmos, problemas mentales, convulsiones, coma y otros</p>

<p>COMÚN: CANÉLA CIENTÍFICO: CINNAMOMUN VERUM.</p> 	<p>Parte interior de la corteza de las ramas del canelo; es muy aromática y de sabor agradable y se emplea como condimento.</p>	<p>La canela es un potente anticoagulante, por lo cual favorece la circulación sanguínea. Por otra parte se usa para tratamientos cosméticos por ejemplo remedios caseros para el acné.</p>	<p>Si comemos demasiada canela, podremos provocar una bajada del nivel de azúcar en sangre. Esto se llama hipoglucemia y puede provocar cansancio, mareos y desmayos.</p>
<p>COMÚN: Caléndula CIENTÍFICO: CALENDULA OFFICINALIS.</p> 	<p>Es una planta conocida como maravilla. No es lo mismo que las caléndulas ornamentales del género Tagetes cultivadas en huertos.</p>	<p>Ayuda a agilizar la digestión, combatir dolores menstruales, y tratar distintos problemas de la piel. Gracias a sus propiedades analgesicas, antisépticas, antiinflamatorias.</p>	<p>La caléndula puede causar somnolencia y respiración lenta.</p>
<p>COMÚN: CARDAMOMO CIENTÍFICO: ELETTARIA CARDAMOMUM.</p> 	<p>Lanta medicinal, especie de amomo, con el fruto más pequeño, triangular y correoso, y las semillas esquinadas, aromáticas y de sabor algo picante.</p>	<p>Ayuda a mejorar la digestión o si algún día tienes la boca seca o con mal aliento, el cardamomo será tú mejor amigo.</p>	<p>No obstante, el cardamomo puede estar contraindicado en mujeres gestantes o con menstruación abundante, por su efecto sobre vata dosha. También en pacientes diagnosticados de enfermedades inflamatorias del intestino.</p>
<p>COMÚN: CLAVO CIENTÍFICO: SYZYGIIUM AROMATICUM.</p> 	<p>Pieza pequeña de metal, larga, delgada, con cabeza por un lado y punta por el otro, que sirve para clavar cosas, colgar cosas de ella o para fines ornamentales.</p>	<p>Es utilizado como antiséptico, Su uso más común en úlceras, las caries, y las picaduras de escorpión. Ayuda a aliviar las nauseas y el dolor de estómago.</p>	<p>La ingesta de aceite de clavo de olor puede provocar hemorragias en personas con trastornos hemorrágicos.</p>

<p>COMÚN: DIENTE DE LEÓN CIENTÍFICO: TARAXACUM OFFICINALE.</p> 	<p>Hierba siempreverde. Raíz subterránea vertical, cónica, larga y muy ramificada, de sabor agridulce. Hojas de sabor amargo, que salen de la raíz en roseta, de márgenes profundamente dentados, de tamaño muy variable.</p>	<p>Es rica en vitamina A, C y Magnesio, Hierro, Zinc, Calcio y Fibra. Incluso tiene más proteínas que la espinaca.</p>	<p>Tampoco se recomienda a personas con úlcera digestiva o acidez estomacal ni a las que son alérgicas a las plantas compuestas. El uso de esta planta, en casos de obesidad o hipertensión, debe estar supervisado por un profesional de la salud.</p>
<p>COMÚN: EUCALIPTO CIENTÍFICO: EUCALYPTUS GLOBULUS.</p>  <p>Eucalipto <small>www.herbsazet.com</small></p>	<p>Tipo de árbol perenne que es miembro de la familia del arrayán. El eucalipto contiene muchas sustancias químicas diferentes. Estos productos químicos pueden tener varios efectos en el cuerpo.</p>	<p>Es eficaz contra problemas respiratorios y fiebre. Sus hojas tienen propiedades mucolíticas (disminuye secreción nasal) Antisépticas y Broncodilatadoras. Funciona en la bronquitis, Rinitis y sinusitis.</p>	<p>No se recomienda administrar durante el embarazo y lactancia, ni a niños menores de dos años.</p>
<p>COMÚN: ESPINACA CIENTÍFICO: SPINACIA OLERACEA.</p> 	<p>Spinacia oleracea L. Espinaca es el nombre común de una planta anual de la familia de las quenopodiáceas que se cultiva por sus hojas, nutritivas y sabrosas.</p>	<p>Dentro de sus nutrientes destaca el Magnesio, Fósforo, Hierro, Potasio y Calcio. Además de varias vitaminas A, B, C, K y alto contenido de ácido fólico. Ayudan a transportar oxígeno en los tejidos, mejoran la visión, Aumenta la fuerza muscular.</p>	<p>Disminución de la absorción de minerales. Si consumimos espinacas en exceso, esto puede hacer que nuestro organismo tenga dificultades a la hora de absorber los minerales de otros alimentos, Dolencias en el estómago, Producción de gota, Diarrea.</p>
<p>COMÚN: HIERBABUENA CIENTÍFICO: MENTA SPICATA</p> 	<p>Es una hierba de olor y un condimento muy apreciado por el aroma y el contenido de aceite de sus hojas.</p>	<p>Es otra de las plantas ancestrales, la cual usaban los egipcios y romanos para tratar los problemas estomacales. Por ejemplo, la colitis y los cólicos espasmódicos, también el dolor de cabeza y muscular, el asma y el estrés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Está contraindicada en personas con patologías serias como úlceras estomacales o intestinales. • Debido a que se sospecha que puede ser abortiva, se debe evitar su uso en el embarazo. • .

<p>Común: HIERBA DE SAN JUAN. CIENTÍFICO: HIPERICUM PERFORATUM.</p> 	<p>Es un arbusto con flores nativo de Europa. Lleva su nombre debido a que suele florecer el día del cumpleaños del bíblico Juan Bautista. Las flores y hojas de la hierba de San Juan contienen ingredientes activos, como hiperforina.</p>	<p>Su uso es cutáneo para tratar heridas en la piel como la dermatitis, también ingerida es una gran aliada contra la depresión leve o moderada.</p>	<p>Puede llegar a causar agitación y ansiedad, Fatiga e insomnio, Cefalea y Fotosensibilidad.</p>
<p>COMÚN: HINOJO CIENTÍFICO: FOENICULUM VULGARE.</p> 	<p>Hierba siempreverde de hasta 2 m de altura, lisa, erecta, muy olorosa como el anís. Hojas de hasta 30 cm de largo. Flores amarillo-intenso, de 2 mm de longitud, cuya inflorescencia crece adoptando una forma que recuerda un paraguas.</p>	<p>Ayuda a la producción de leche materna en la lactancia. Por otro lado, es excelente en el tratamiento contra los problemas digestivos, como la diarrea, los gases o cólicos.</p>	<p>Su influencia en procesos hormonales, no se recomienda su utilización para niños, mujeres embarazadas y lactantes sin supervisión profesional. Tiene dos componentes, anetol y estragol, que en cantidades excesivas pueden comportarse como una neurotoxina, produciendo somnolencia, arritmias o convulsiones.</p>
<p>COMÚN: JENGIBRE CIENTÍFICO: ZINGIBER OFFICINALE.</p> 	<p>Hierba cuya raíz se usa para cocinar y, en algunas culturas, para tratar las náuseas, los vómitos y ciertas otras afecciones médicas.</p>	<p>Se usa para tratar diferentes tipos de problemas estomacales, por ejemplo, las náuseas, mareos, malestar estomacal, cólicos, diarrea o gases. No obstante, lo puedes preparar en una infusión para bajar de peso.</p>	<p>Puede provocar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • acidez estomacal. • gases. • dolor de estómago. • ardor en la boca.
<p>COMÚN: LAVANDA CIENTÍFICO: LAVANDULU.</p> 	<p>Planta con hojas y flores aromáticas que pertenece a la familia de la menta.</p>	<p>ingerido en infusión calma los nervios y el estrés. Su uso cutáneo elimina el mal olor en pies y combate infecciones en la piel, Así mismo, se usa en aromaterapia.</p>	<p>Los efectos secundarios por intoxicación son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visión borrosa. • Disnea • Confusión • Ardor y dolor en la garganta • Diarrea

<p>COMÚN: MANZANILLA CIENTÍFICO: CHAMAEMELUM NOBILE.</p> 	<p>es una planta con florecillas de blancos pétalos, parecidas a las margaritas, que se utiliza sobre todo con fines medicinales y terapéuticos. Su nombre se debe a que su aroma recuerda al de una manzana.</p>	<p>sus efectos sedantes y antiinflamatorios, además de ser útil para tratar cólicos menstruales y la artritis. También, puedes usarla para disminuir la mucosa en los ojos o curar heridas externas causadas por piquetes de insectos o golpes.</p>	<p>El efecto secundario más probable es una reacción alérgica, sobre todo en personas que son alérgicas a la ambrosía o a los girasoles. Esta reacción alérgica puede incluir irritación de la piel y de los ojos, estornudos y secreción nasal excesiva (rriorrea).</p>
<p>COMÚN: MENTA CIENTÍFICO: MENTHA</p> 	<p>hierba siempreverde muy aromática, de 20 - 100 cm de alto, erecta y lisa. Esta especie es rica en hierro, calcio, potasio, magnesio.</p>	<p>Es una de las plantas medicinales más efectivas contra el mal aliento, ya que mata las bacterias que lo ocasionan. Por otro lado, su uso interno ayuda contra el nerviosismo, el insomnio, la tos, la migraña y los calambres</p>	<p>El uso de grandes cantidades de té de menta verde podría empeorar los trastornos renales. El uso de grandes cantidades de té de menta verde podría empeorar la enfermedad hepática.</p>
<p>COMÚN: ROMERO CIENTÍFICO: SALVIA ROSMARINUS.</p> 	<p>arbusto ramoso siempreverde, aromático, de tallo leñoso. Ramas nuevas cuadrangulares, de corteza grisácea cuando adulto. Hojas perennes, opuestas, lineales, verde oscuras, de haz brillante y envés blanquecino velludo.</p>	<p>Se uso medicinal es para tratar problemas urinarios y de hígado. Por otro lado, combate la calvicie, oscurece el cabello y es un gran aromatizante.</p>	<p>no debe usarse en embarazo y lactancia, ya que puede inducir a un aborto espontáneo por su posible efecto estrogénico. El romero está íntimamente vinculada al sistema digestivo por estimular y favorecer las secreciones y la producción de jugos gastrointestinales.</p>
<p>COMÚN: RUDA CIENTÍFICO: RUTA GRAVEOLENS.</p> 	<p>Arbusto siempreverde, ramoso, de 30 - 60 cm de altura, liso, fuertemente oloroso, leñoso con el tiempo. Hojas de 2 - 15 cm de largo, alternas, compuestas, de lóbulos oblongo- cuneados.</p>	<p>Por vía oral se utiliza para aliviar dolores menstruales, parásitos intestinales y problemas digestivos. No obstante, su uso externo sirve para tratar la conjuntivitis y los piojos. Estimula la función biliar.</p>	<p>debido a sus propiedades emenagogas la ingesta de ruda está contraindicada durante el embarazo. puede producir irritaciones estomacales, náuseas, vómitos, problemas en el sueño y dañar</p>

<p>COMÚN: SALVIA CIENTÍFICO: SALVIA</p> 	<p>Arbusto ramoso siempreverde de más o menos 50 cm de altura, con la parte baja leñosa y la superior con tallos cuadrados cubiertos con pelitos finos. Hojas de 2,5 – 5 cm de largo, opuestas, oblongo-lanceoladas, cubiertas de vellosidades verde-grisáceas.</p>	<p>Esta amiga color lila es perfecta para calmar todo el sistema nervioso. Además, ayuda contra los resfriados y la tos, combate las infecciones bacterianas y fúngicas (hongos). Por otra parte, su aceite también sirve para tratar los dolores musculares, pero su uso debe suspenderse en mujeres embarazadas o con epilepsia.</p>	<p>No se indica su uso en personas con problemas renales, alergias, epilepsia o en mujeres embarazadas o en periodo de lactancia. Su aceite no debe ingerirse, puesto que sus componentes como las cetonas terpénicas, la tuyoona o el alcanfor pueden ser tóxicos.</p>
<p>COMÚN: TÉ VERDE CIENTÍFICO: CAMELLIA SINENSIS.</p> 	<p>Es un producto derivado de la Camellia sinensis. Se usa como infusión o directamente como una medicina natural. Al té verde se le dan propiedades para mejorar la agilidad mental y el pensamiento</p>	<p>Es rico en antioxidantes y mejorar la salud cardíaca y del hígado. También para perder peso y para el tratamiento de trastornos intestinales, los dolores de cabeza, la osteoporosis, etc...</p>	<p>Los efectos secundarios están relacionados con los efectos (incluida la dosis) de la cafeína. Estos son: insomnio, ansiedad, frecuencia cardíaca rápida (taquicardia) y temblor leve.</p>
<p>COMÚN: TILO CIENTÍFICO: TILIA</p> 	<p>Es una planta que guarda propiedades que potencian la salud general.</p>	<p>Su uso más común es como sedante y para combatir el insomnio. Sin embargo, también es muy útil contra los resfriados y problemas digestivos.</p>	<p>La tila para dormir debe consumirse con moderación, ya que podría causar náuseas o hacer que el cuerpo se sienta más pesado. Además, las personas que sean alérgicas al tilo no deberían probar su infusión bajo ningún concepto.</p>

COMÚN: TOMILLO
CIENTÍFICO: THYMUS
VULGARIS



El tomillo común es una planta perenne de tipo subarborescente, con un tamaño que rara vez supera los treinta centímetros de altura. Sus tallos son leñosos en la base y herbáceos en la parte superior.

Esta planta es útil para destruir hongos y bacterias como el pie de atleta. trata malestares digestivos (cólicos, diarrea, dispepsia, flatulencia, parásitos, vómitos), respiratorios (amigdalitis, laringitis, bronquitis, catarro, tos, resfrío);

Del tomillo está totalmente contraindicado en personas que sufren del corazón, mujeres embarazadas o en período de lactancia, personas hipersensibles, niños menores de dos años y pacientes en rehabilitación del alcoholismo.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

<file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/ANTOLOGIA%20ENFERMERIA%20Y%20PRACTICA%20ALTERNATIVA%20DE%20SALUD.pdf>