

Nombre: Abril Amely
valdez Maas

Materia:

Interculturalidad Y salud

Doctora:

katia paola martinez

lopez

SegundoSemestre



PLANTAS MEDICINALES



ARNICA

Desantiinflamatorios usados en su mayoría contra las contusiones y magulladuras.

- La gel de árnica se puede aplicar a la piel para la osteoartritis.
- Los químicos activos en la árnica pueden reducir la hinchazón, disminuir el dolor y actuar como antibióticos.

LAVANDA

- Ayuda a conciliar el sueño
- mejorar tu digestión y a gestionar problemas intestinales por nervios o por estrés.
- Calmante
- efectos tranquilizantes

SAVILA

Ayuda a la cicatrizar

- exfoliante
- reduce la acumulacion de grasa



EPAZOTE



- disminuir los dolores menstruales (cólicos), estomacales e intestinales;
- elimina los parásitos, calma el nerviosismo excesivo
- descongiona las vías respiratorias
- aumenta la producción de leche materna.

MANZANILLA

para tratar un gran número de afecciones:

- trastornos digestivos (dolor de estómago,
- indigestión, dispepsia, cólicos, diarreas)
- afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales



STEVIA

Ayuda a expulsar los

- gases intestinales,
- Regula la presión arterial. ...
- Ayuda a prevenir el cáncer.



HIERBA BUENA



Ayuda a expulsar los

- gases intestinales,
- disminuir los cólicos y aliviar las náuseas y vómitos.
- Disminuye la acidez y fomenta la buena digestión, por activar la producción de bilis y optimizar las funciones digestivas.
- Combate el dolor de cabeza.
- Mitiga el estrés y la ansiedad.