



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Gabriel de Jesús Martínez zea

Nombre del tema: herbolaria

Nombre de la Materia: interculturalidad y salud II

Nombre del profesor: Dr. Katia Paola Martínez López

Nombre de la Licenciatura: medicina humana

Lugar y Fecha de elaboración

PLANTAS MEDICINALES

Albahaca

Nombre científico: *Ocimum basilicum* L.

Familia: Lamiaceae

Descripción: Hierbas anuales, de 50 cm de alto. Hojas verdes elípticas, de 3 cm de largo y 1-2 cm de ancho. Inflorescencia en panícula frondosa, flor blanca o violácea. Originaria de Irán, India, Pakistán y otras regiones tropicales de Asia (Tropicos, 2019; INECOL, 2020).

Referencias de uso medicinal: Se le atribuyen propiedades antiespasmódicas y antiinflamatoria (Sánchez et al., 2000). Esta planta es usada para rituales, además favorece la expulsión de gases del tubo digestivo (Juárez-Rosete et al., 2013).



Ajo

Nombre científico: *Allium sativum* L. Familia: Amaryllidaceae

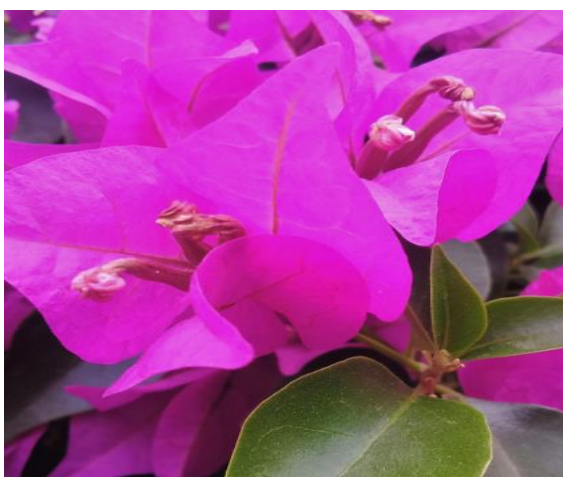
Descripción: Hierbas perennes; tallos subterráneos tipo bulbo de color blanco, forma una cabeza dividida en gajos que comúnmente son llamados dientes. Hojas planas y delgadas, de hasta 30 cm de largo. Flores blancas. Originaria de Asia Central (India) (Tropicos, 2019).

Referencias de uso medicinal: Es considerado como un anti séptico y antiespasmódico, reduce el colesterol y la hipertensión, sirve como expectorante en afecciones respiratorias (Gobierno del Edo. De Guerrero, 2001). Se ha comprobado que los suplementos con ajo tienen el potencial de reducir la presión arterial en personas con hipertensión, regular el colesterol levemente elevado y ayuda a mejorar el sistema inmunológico (Ried, 2016).

Árnica

Nombre científico: *Tithonia diversifolia* (Helms.) A. Gray. Familia: Asteraceae Descripción: Hierbas perennes, erectas, de 20-60 cm de alto; tallos acostillados y canaliculados. Hojas superiores reducidas, de 15 a 20 cm de largo y hasta 12 cm de ancho. Flores en capítulos (como un girasol), amarillos, grandes. Originaria de Centroamérica, sur de México hasta el norte de Suramérica (Colombia, Ecuador y Venezuela) incluyen do las Antillas (Tropicós, 2019).

Referencias de uso medicinal: En Guatemala, las hojas son usadas en cocción para la malaria y para heridas en la piel de animales domésticos (Pérez et al., 2009). Sirve para curar heridas, hirviendo unas ramas de árnica, combinando con otras de cancerina y golondrina. También sirve para los golpes, machacando las hojas y untando en la zona de dolor (Escamilla y Moreno, 2015). Otras formas de aprovecharla es prepararla por infusión, decocción o baños externos con las flores u hojas, ayuda a controlar la inflamación (Galvis y Torres, 2017).



Bugambilia Nombre científico: *Bougainvillea glabra* Choisy Familia: Nyctaginaceae Descripción: Trepadora, con espinas en las ramas. Hojas simples, lanceoladas. Inflorescencia con brácteas moradas (son de diversos colores dependiendo de la variedad); es dispersa a densamente puberulentas (provisto de pelos finos, cortos y en poca cantidad). Originaria de Brasil (Tropicós, 2019).

Referencias de uso medicinal: Tiene capacidad antioxidante (Escobar, 2016). Las hojas son usadas para aliviar el asma (Álvarez-Quintero et al., 2017). Es utilizada en afecciones respiratorias como tos, bronquitis, gripe y tosferina; en otros casos, es utilizada para el dolor de estómago y mal de orina, así como para el acné. Las hojas también se usan para lavar heridas; la raíz ayuda a controlar la fiebre y algunas veces es usada como laxante (ECURED, 2019).

Café

Nombre científico: *Coffea arabica* L. Familia: Rubiaceae Descripción: Arbustos de hasta 8 m de alto. Hojas opuestas, elíptico-oblongas, brillantes en su haz. Flores blancas y fragantes. Fruto carnoso, globoso u ovalado, rojo o amarillo al madurar, dos semillas, forma oliváceas. Nativa de África (Tropicós, 2019).

Referencias de uso medicinal: Esta planta es recomendada para el tratamiento de distintos padecimientos digestivos, respiratorios y nerviosos. Para aliviar la reuma, se emplea su infusión acompañada de otras especies medicinales (BDMTM, 2009). También es usada para el tratamiento de la malaria en Latinoamérica (Rojo-Jiménez, 2014).

