



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: Meylin del Rocío Velázquez Rodríguez.*

*Parcial: IV.*

*Nombre de la Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud*

*Nombre del profesor: María Cecilia Zamorano Rodríguez.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 8vo A.*

***ALBUM DE  
PLANTAS  
MEDICINALES.***

# **INTRODUCCION.**

Durante el desarrollo de este álbum se darán conocer ciertas plantas medicinales ya que han sido un acompañante constante en la historia del ser humano como alimento, medicina, ornato y veneno. En efecto, desde muy antiguo es conocido que una misma especie vegetal puede tener cualquiera de estas características, dependiendo su actividad benéfica o perjudicial de la forma de usarla, así como de la dosis o cantidad en que es ingerida. El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continúa extendiéndose a nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta las más extremadamente bajas. Existe un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbolaria precolombina y la europea, en este trabajo se ofrece información de 50 de ellas, las cuales son recomendadas para tratar malestares o enfermedades muy comunes como la diabetes, quemaduras y problemas estomacales, entre otros.

# **JUSTIFICACION.**

La práctica de la medicina herbaria se basa en el uso terapéutico de las plantas medicinales como sustitutas de las medicinas farmacéuticas o en combinación. De las plantas se usa sus extractos en diversas formas de preparación, para mejorar el estado de salud, la medicina herbaria se utiliza desde tiempos remotos para curar o aliviar las enfermedades, dando lugar a los fitofármacos, y es apreciada por su costo bajo y por los reducidos índices de toxicidad, en comparación con los productos de síntesis.

Para el caso de las poblaciones rurales, el acceso a los medicamentos farmacológicos se torna restringido por múltiples razones, como el traslado a una farmacia, los costos altos, los aspectos culturales, el difícil acceso a centros de salud, entre otros, optando siempre por la medicina herbaria que está a su alcance. Además, las experiencias ancestrales acumuladas en el tiempo, su

accesibilidad, sus costos bajos, convierten a la medicina herbaria en la alternativa principal para la atención primaria de su salud, hechos que han permitido que estas prácticas se mantengan hasta la actualidad.

## **OBJETIVOS.**

- Conocer e identificar diversas plantas medicinales.
- Saber el uso terapéutico de las plantas.
- Conocer las propiedades de cada planta.

## **RESUMEN.**

En México, el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan las diferentes partes de la planta, según sea la afectación o la receta en cuestión. Lo más común es usar las hojas y las flores y esporádicamente, el tallo o la raíz. Las plantas medicinales se consumen directamente o pueden prepararse como infusiones o en presentación homeopática.

Según la OMS, los medicamentos herbarios abarcan las hierbas, material herbario, preparaciones herbarias y productos herbarios acabados, que contienen como principios activos partes de plantas u otros materiales vegetales, o combinaciones de esos elementos, y su uso está bien establecido y ampliamente reconocido como inocuo y eficaz.

En las comunidades todavía existe una gran riqueza de conocimientos sobre el uso de las diferentes plantas del bosque para curar enfermedades comunes de la zona. La mayor parte de estos conocimientos está en manos de los curanderos, quienes curan no solamente con medicinas elaboradas con plantas del monte, sino también con curaciones espirituales.

# Zarzamora.



**NOMBRE COMUN:** Zarzamora.

**NOBRE CIENTIFICO:** Rubus sapidus  
Schltdl. (Rosaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**  
Arbustos o plantas trepadoras, que se encuentran frecuentemente al lado de caminos y al borde del bosque en tierra templada y fría.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**  
Antiinflamatorio y antibacteriano.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Diarrea y desinteria.

**MODO DE PREPARACION.** Una decocción de la raíz en combinación con las hojas de guayaba o la corteza de nance o mango se toma de tipo caliente.

# Verbena.



**NOMBRE COMUN:** Verbena.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Verbena carolina L. o Verbena litoralis Kunth (Verbenaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:** Planta herbácea que puede alcanzar hasta 1 m de altura y que se encuentra frecuentemente al lado de carreteras, caminos y arroyos en tierra temblada y fría.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Analgésicas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** controlar la diabetes, la diarrea y dolores gastrointestinales.

## **MODO DE PREPARACION.**

Una infusión o decocción de las partes aéreas se toma frío.

# Tronadora.



**NOMBRE COMUN:** Tronadora.

**NOBRE CIENTIFICO:** *Tecoma stans* (L.) Juss. ex Kunth (Bignoniaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arbusto o árbol pequeño, crece en estado silvestre en bosques secos de tierra caliente y es cultivado como planta ornamental en jardines y parques.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**  
Antibacterianas y antiinflamatorias.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** controlar la diabetes y cura la piel contra granos.

**MODO DE PREPARACION:**

Una decocción de las hojas se toma o para lavar la piel.

# Tripa de Ratón.



infectados.

## **MODO DE PREPARACION:**

Una maceración en agua fría de la planta entera para frotar o para lavar la cabeza y los ojos.

**NOMBRE COMUN:** Tripa de ratón.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Clinopodium brownei (Sw.) Kuntze syn.

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Planta herbácea, crece extendiéndose sobre la tierra y se encuentra frecuentemente al lado de carreteras y caminos en tierra templada a fría.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**  
Antiinflamatorio y antibacteriana.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Mal de ojo, calentura, dolor de cabeza y ojos

# Telimon.



**NOMBRE COMUN:** Te de limón.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Cymbopogon citratus (DC.) Stapf (Poaceae).

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Planta herbácea con la apariencia típica de un zacate, su probable origen es la India; se ve frecuentemente cultivada en huertos, debido a su agradable aroma. Se propaga por esquejes subterráneos.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**

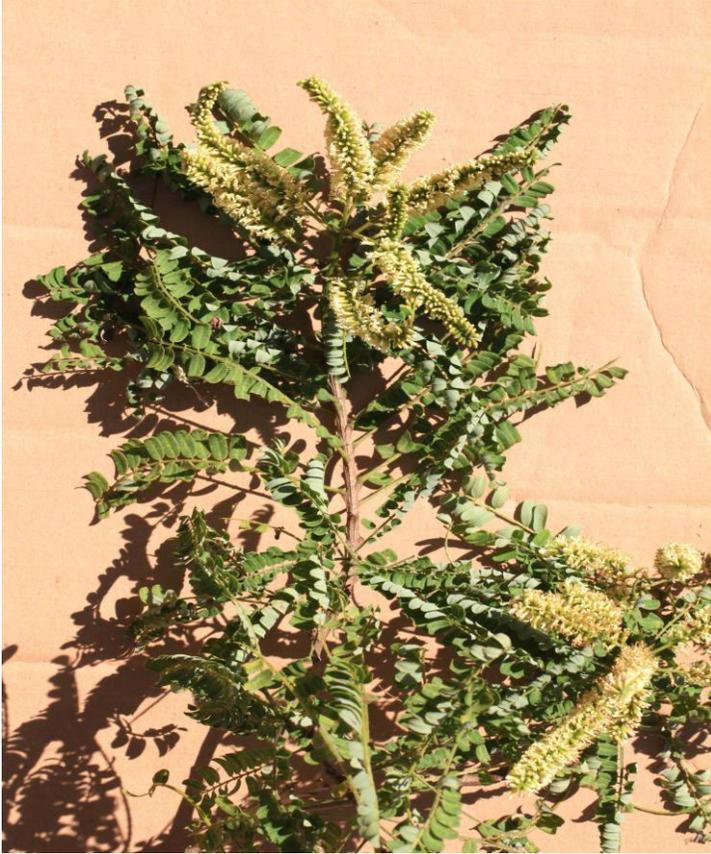
Antimicrobianas, analgésicos y antiinflamatorios

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Tos, gripa, resfriado, calma los nervios y contra la presión alta.

**MODO DE PREPARACION:**

Se realizan infusión de tes de limón es de tipo caliente.

# Taray.



**NOMBRE COMUN:** Taray.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Eysenhardtia polystachya (Ortega) Sarg. (Fabaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arbol de porte mediano, que alcanza hasta

12 m de altura y se encuentra en potreros y cerca de arroyos en tierra templada.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Diuréticas y antimicrobianas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** mal de orín y enfermedades del riñón.

**MODO DE PREPARACION:**

Una decoccion de pedazos de madera y se toma.

# Tabaco.



**NOMBRE COMUN:** Tabaco.

**NOMBRE CIENTIFICO:** *Nicotiana tabacum*  
L. (Solanaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**

Planta herbacea erguida, que puede alcanzar hasta 3 m de altura, se encuentra en estado silvestre al lado de caminos y carreteras y es cultivada en huertos.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Analgesicas y antiinflamatorias

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Mordedura de víbora, dolores reumáticos o una fractura de un hueso.

**MODO DE PREPARACION:**

Una decocción de la hoja se usa para lavar una mordedura de víbora, después de haber cortado la piel en forma de cruz. Luego se coloca la hoja en el lugar de la mordedura y a través de ella se chupa la sangre para que salga el veneno, el cual se escupe. hoja de tabaco en maceración alcohólica o una decocción.

# Suelda con suelda.



**NOMBRE COMUN:** Suelda con suelda.

**NOBRE CIENTIFICO:** Agdestis clematidea  
Moc, (Phytolaccaceae).

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**  
Planta trepadora, que se encuentra cerca de rios y en otros lugares arenosas de tierra caliente.

**PROPIEDADES**  
Antiinflamatorios.

**CURATIVAS:**

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Fracturas.

**MODO DE PREPARACION.**

El tubérculo machucado se aplica en forma de cataplasma sobre huesos fracturados para acelerar la curacion.

# Sosa o lavaplatos.



**NOMBRE COMUN:** Lavaplatos.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Solanum spp.  
particularmente Solanum torvum Sw.  
(Solanaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**

Plantas herbáceas, que se encuentran frecuentemente al lado de carreteras y caminos; pueden alcanzar hasta mas que 3 m de altura. Hojas simples, grandes, de forma y color variados.

**PROPIEDADES**

**CURATIVAS:**

Antibacterianas, anti-inflamatorias y analgésicas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** inflamaciones gastrointestinales, infecciones vaginales, de matriz, heridas, golpes, inflamaciones y hongos de la piel.

**MODO DE PREPARACION:**

Una decoccion de las hojas se toma o se administra en forma de un baño de asiento o lavado vaginal, se lava la parte afectada con una decoccion de las hojas. Contra la inflamacion debido a un golpe, se prepara una decoccion de las hojas para dar un bano y tomar un vaso.

# Sauco.



**NOMBRE COMUN:** Sauco.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Sambucus canadensis L. syn. Sambucus mexicana

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**

Arbusto grande, que puede alcanzar mas que 5 m de altura y se encuentra frecuentemente al lado de carreteras y caminos en tierra templada y fria.

**PROPIEDADES**

Antiinflamatorias

**CURATIVAS:**

**PATOLOGIAS QUE CURA:** infecciones de las vías respiratorias, infecciones vaginales o una inflamación de matriz y espanto.

**MODO DE PREPARACION:**

Infusiones de las flores se toman, una decoccion de las flores en combinacion con otras hierbas, como manzanilla y cola de alacran, se administra en forma de un baño de asiento o lavado vaginal. se baña con una maceración en agua tibia de las hojas de sauco. Las ramas se usan también para hacer limpias.

# Sanalotodo o belladona.



**NOMBRE COMUN:** Sanalotodo.

**NOBRE CIENTIFICO:** Bryophyllum pinnatum (Lam.)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Planta herbacea, de origen africano, que puede alcanzar hasta 2 m de altura, se encuentra frecuentemente al lado de carreteras y caminos.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**

Anti-inflamatorias, cicatrizantes, antimicrobianas y analgésicas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:**

Quemadura o escaldadura, un sarpullido o una infección de la piel como la disípela o la sarna Y dolor de cabeza.

**MODO DE PREPARACION:**

Se frota suavemente la piel con unas hojas machucadas, Las hojas se colocan en la frente para aliviar un dolor.

# Sábila.



**NOMBRE COMUN:** Sabila.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Aloe vera (L.)  
Burm.f. (Xanthorrhoeaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y  
CRECE:** Planta suculenta, de origen  
africano, que se cultiva frecuentemente en  
huertos y jardines. El tallo es muy corto o  
ausente.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**  
Antibacterianas, cicatrizantes, anti-  
inflamatorias y analgesicas

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Heridas,  
quemaduras, escaldaduras e infecciones  
de la piel, como la disípela, inflamación

gastrointestinal, dolores reumáticos, caspa y la caída del cabello.

## **MODO DE PREPARACION:**

Para heridas se aplica el gel de la sabila, se prepara un licuado para infección gastrointestinal, Contra dolores reumáticos se calienta una hoja en el comal, luego se la parte por la mitad y se fija en el lugar doloroso. Un champu casero, elaborado con el gel de sabila, se usa para lavar la cabeza.

# Ruda.



**NOMBRE COMUN:** Ruda.

**NOBRE CIENTIFICO:** Ruta graveolens L. y Ruta chalepensis L. (Rutaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Plantas herbáceas a arbustivas, muy ramificadas, que llegan a medir 1 m de altura, son originarias de la zona mediterránea y en México son frecuentemente cultivadas en huertos. Las

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Antimicrobianas, antiinflamatorias, Analgésicas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Mal de ojo, calentura, dolor de cabeza, dolores

gastrointestinales, dolor de ombligo, retraso de menstruación, alferecía y dolor de oído.

## **MODO DE PREPARACION.**

Unas ramitas de ruda se combinan con otras hierbas en una maceración en agua fría para frotar. Una maceración en fría de la ruda con otras hierbas también se ocupa para un baño.

se frie la ruda junto con otras hierbas en aceite de oliva para frotar el interior de la boca y la garganta de niños que sufren de alferecía. Contra un dolor de oído, se calientan unas hojas de ruda y se colocan dentro del oído exterior.

# Rosa de castilla.



**NOMBRE COMUN:** Rosa de castilla.

**NOBRE CIENTIFICO:** Rosa chinensis Jacq. y diversas variedades de Rosa spp. (Rosaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arbustos o plantas trepadoras, cultivados en muchas variedades, son las mas populares en la medicina tradicional zoque. Se considera una planta fresca.

**PROPIEDADES**

**CURATIVAS:**

Antivirales, antimicrobianas, analgesicas y antiinflamatorias.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Disentería, diarrea de tipo caliente, tos caliente,

calentura, mal de ojo y ojos infectados.

**MODO DE PREPARACION:**

Una infusión de las flores se toma.

Una maceración en agua tibia de las flores se usa para un baño o para lavarse la cabeza.

# Romero.



**NOMBRE COMUN:** Romero.

**NOBRE CIENTIFICO:** Rosmarinus officinalis L. (Lamiaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:** Planta arbustiva, aromática, de origen europeo, que se cultiva frecuentemente en huertos, debido a sus usos culinarios y medicinales.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Anti-inflamatorias, antimicrobianas y espasmolíticos.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Espanto, inflamación de matriz, dolores de menstruación y partos.

**MODO DE PREPARACION:**

Se prepara una maceración alcohólica (el espíritu de romero) que se

usa para soplar la cara y el cuerpo de un enfermo en ceremonias de curación, particularmente en caso de espanto.

# Rayanita.



**NOMBRE COMUN:** Rayanita.

**NOBRE CIENTIFICO:** Psidium salutare (Kunth) O.Berg (Myrtaceae).

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:** Arbusto pequeño, crece extendiéndose sobre la tierra, principalmente en cerros rocosos, pastizales y bosques de pino y encino.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Antibacterianas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Enfermedades diarreicas, dolores gastrointestinales y dolores

menstruales.

## **MODO DE PREPARACION:**

Una decoccion de la planta entera se toma. Generalmente se combina con otras plantas como la hoja sen, la pimienta o la manzanilla.

# Pimienta.



**NOMBRE COMUN:** Pimienta.

**NOBRE CIENTIFICO:** Pimenta dioica (L.) Merr. (Myrtaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arbol de porte mediano, hasta 12 m de altura, ampliamente cultivado en tierra caliente, debido al uso culinario de su fruta.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**  
Analgésicos, antimicrobianos, antivirales y anti-inflamatorios

**PATOLOGIAS QUE CURA:** frialdad

e inflamación después del parto, dolores menstruales y en caso de retraso de menstruación, inflamaciones gastrointestinales, enfermedades diarreicas y dolor de muelas.

## **MODO DE PREPARACION:**

En Chiapas el uso principal de las hojas es en baños de asiento o de vapor.

Una infusión de las hojas o frutos se toma para facilitar el parto o para calmar dolores.

La fruta machucada, o una tintura alcohólica hecho de esta, se pone directamente en el diente en caso de un dolor de muelas.

# Pegajoso.



**NOMBRE COMUN:** Pegajoso.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Myriocarpa bifurca Liebm. (Urticaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:** Arbol de porte mediano, que se encuentra en tierra templada en la cercania de arroyos y manantiales.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**  
Analgésicos y antiinflamatorio.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Heridas, quemaduras y escaldaduras.

**MODO DE PREPARACION:**

Realizar una cocción de la planta y de la baba que suelte se aplica tópicamente en la parte afectada.

# Papaya.



**NOMBRE COMUN:** Papaya.

**NOMBRE CIENTIFICO:** *Carica papaya* L.  
(Caricaceae).

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y  
CRECE:** Es originaria de las zonas  
tropicales de Mexico y Centroamérica.  
Crece y se desarrolla mejor en zonas  
calidas y húmedas.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Anti-  
helmínticas.

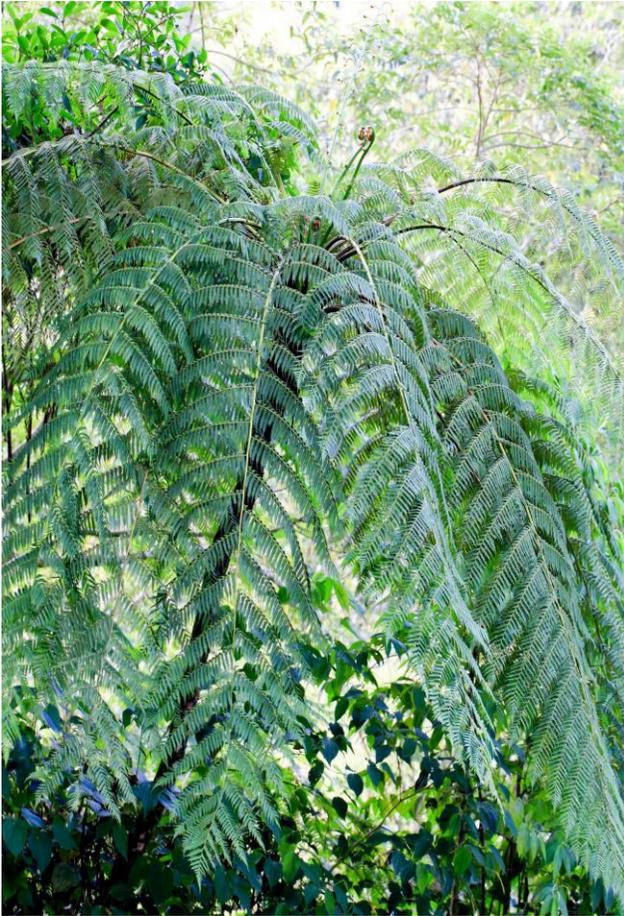
**PATOLOGIAS QUE CURA:** Parasitos  
gastrointestinales.

**MODO DE PREPARACION:**

Las semillas y la leche de papaya se toman crudas.

Una forma típica de preparación es en un licuado de leche con unos bulbos de ajo  
y semillas de calabaza, el cual se toma en ayunas.

# Palo de víbora o cola de caballo.



**NOMBRE COMUN:** Palo de víbora.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Cyathea spp.  
(Cyatheaceae).

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**

Helechos arboreos, bastante comunes en las selvas húmedas de tierra caliente y templada.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**

Antimicrobianos, antivirales y anti-inflamatorios

**PATOLOGIAS QUE CURA:** mal de orín y enfermedades de los riñones y para controlar la diabetes.

**MODO DE PREPARACION:**

Una decocción de pedazos del tronco se toma como agua.

# Orozus o hierba dulce.



**NOMBRE COMUN:** Hierba dulce.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Moldenke syn. Lippia dulcis Trevir. (Verbenaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:**

Planta herbacea, con la base de los tallos lenosa, en estado silvestre se encuentra al lado de caminos y carreteras, a veces se cultiva en huertos. Es una planta erecta o prostrada sobre el suelo.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Antibacterianas, antiinflamatorias.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Tos y dolor de

garganta.

**MODO DE PREPARACION:**

Se realiza una infusión con las hojas de esta planta, para después tomarla.

# Ocote.



**NOMBRE COMUN:** Ocote.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Pinus oocarpa Schiede y otras especies de Pinus (Pinaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y CRECE:** Arbol muy comun en tierra templada y fria, con un tronco grueso y erguido de hasta 35 m de altura.

**PROPIEDADES CURATIVAS:** Anti-inflamatorias, analgesicas, antimicrobianas y antivirales.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Tos, dolor de garganta, inflamación de la matriz, heridas e infecciones de la piel, dolor de muela y piquete de víbora.

## **MODO DE PREPARACION:**

Pedazos de la madera resinosa se usan en decocciones y pomadas.

Tambien se incluyen en decocciones de varias plantas para un baño de asiento o lavado.

En caso de piquete de víbora, se lava el lugar de la mordedura con un decoccion de ocote, combinado con hojas de la hierba borracha y de tabaco

# Naranja.



**NOMBRE COMUN:** Naranja.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Citrus sinensis (L.) Osbeck (Rutaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arbol frutal de porte mediano y de copa redonda, de origen asiatico, ampliamente cultivado por sus frutos jugosos y comestibles.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**

Antibacterianas, anti-diarreicas y espasmolíticos.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Tos,

gripa, diarrea fria, dolores gastrointestinales, controla los

nervios y la diabetes.

**MODO DE PREPARACION:**

El uso principal de las hojas es en infusiones. Tambien se agregan a una decoccion en combinacion con otras plantas como estafiate, manzanilla o hierbabuena.

# Nance.



**NOMBRE COMUN:** Nance.

**NOMBRE CIENTIFICO:** *Byrsonima crassifolia* (L.) Kunth (Malpighiaceae)

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arbol pequeno de un maximo de 10 m de altura, que se encuentra en estado silvestre en pastizales y ocotales de tierra caliente y que es frecuentemente cultivada por sus frutos comestibles. La corteza es escamosa y de color gris.

**PROPIEDADES CURATIVAS:**

Antiinflamatorias,  
antibacterianas y fungicidas.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Diarrea y disentería, dolor de muela, inflamación de encías.

**MODO DE PREPARACION:**

Una decoccion de la corteza se toma contra la diarrea y disentería, se usa para lavar la piel contra granos y se administra en forma de enjuague bucal contra el dolor.

Una decoccion de la corteza en combinacion con otras plantas, por ejemplo manzanilla, sosa o lavaplatos y hierba santa, se administra en forma de baño de asiento o lavado

# Mulato.



**NOMBRE COMUN:** Mulato.

**NOMBRE CIENTIFICO:** Bursera simaruba.

**LUGAR DONDE SE PRODUCE Y**

**CRECE:** Arboles de hasta 30 m de altura, muy comunes en bosques de tierra caliente y frecuentemente sembrados como cerca viva.

**PROPIEDADES**

**CURATIVAS:**

Antiinflamatoria.

**PATOLOGIAS QUE CURA:** Calentura, varicela, sarampión, colitis.

**MODO DE PREPARACION:**

Una maceracion en agua fria de la corteza se usa para un baño.

Tambien se administra en forma de lavado intestinal contra la colitis.

## Bibliografía

UDS. (04 de 04 de 2024). *UDS*. Obtenido de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC->

[LEN802%20ENFERMER%C3%8DA%20Y%20PR%C3%81CTICAS%20ALTERNATIVAS%20EN%20SALUD.pdf](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC-LEN802%20ENFERMER%C3%8DA%20Y%20PR%C3%81CTICAS%20ALTERNATIVAS%20EN%20SALUD.pdf)

[https://vun.inifap.gob.mx/VUN\\_MEDIA/BibliotecaWeb/\\_media/\\_folletoinformativo/1044\\_4729\\_Plantas\\_medicinales\\_la\\_realidad\\_de\\_una\\_tradici%C3%B3n\\_ancestral.pdf](https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf)