



WDS
Mi Universidad

Nombre del alumno: Jeniffer Yuleni Maldonado Zunun

Nombre de la materia: Enfermería y practicas alternativas de salud

Nombre del profesor: Felipe Antonio Morales

Nombre de la licenciatura: Licenciatura en Enfermería

Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre





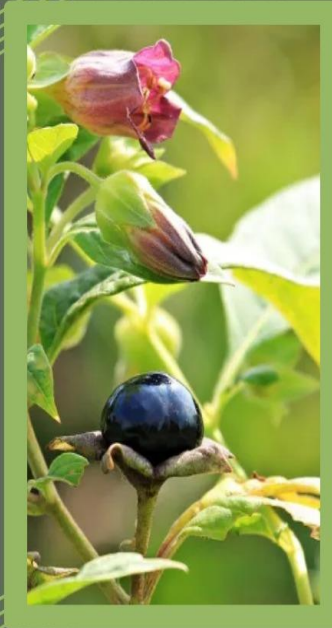
ANIS ESTRELLA


BENEFICIOS

- ESTIMULANTE
- ANTIESPASMÓDICO, ANTI FLATULENTO, PURGANTE, PARASITICIDA DIURÉTICO, REMEDIO PARA LA TOS, LA BRONQUITIS Y EL ASMA.


NOMBRE CIENTIFICO
ILLICUM VERUM, OIMOINELLA ANISUM, TAGETES
FILOFOLIA 

BELLADONA




**ANTIESPASMÓDICA,
CALMANTE, DIAFORÉTICA,
DIURÉTICA, CONTRA EL
ASMA BRONQUIAL,
CÁLCULOS RENALES,
EPILEPSIA, ESPASMOS Y
CONVULSIONES**

Nombre científico:
ATROPA BELLADONA


los preparados mas
utilizados son las
tinturas, el jarabe y la
infusión.

CINCO NEGRITOS

PROPIEDADES CURATIVAS:

- TIENE UN EFECTO ANTI-FLATULENTO, SIRVE COMO BUEN TÓNICO DIGESTIVO, SE USA EN LAS AFECCIONES GASTROINTESTINALES

NOMBRE CIENTÍFICO:

CORIANDRUM SATIVUM

EN INFUSION 2
CUCHARADITAS DE
SEMILLAS Y FLORES
EN 1 TAZA (8 OZ DE
AGUA)



CHIQUIZA

LEONORUS CARDIACA, LEONORUS SIBIRICUS

**SE UTILIZA COMO ANALGÉSICO, PARA PROBLEMAS
CARDÍACOS (ANGINA DE PECHO), COMO SEDANTE Y
TRANQUILIZANTE SUAVE EN PROBLEMAS
NERVIOSOS, TAMBIÉN SE EMPLEA EN AFECCIONES
DEL ESTOMAGO, FLATULENCIA Y CALAMBRES
ABDOMINALES.**

COMO INFUSION, VERTER 1 TAZA (8 OZ) DE AGUA
HIRVIENDO SOBRE 1 CUCHARADITA DE HOJAS Y
FLORES TRITURADAS



ARNICA

BENEFICIOS

- SE USA ESPECIALMENTE EN POMADAS PARA CURAR HERIDAS, CORTADURAS, ESCORIACIONES, E IRRITACIONES, PARA ALIVIAR DISLOCACIONES Y CONTUSIONES PRODUCIDAS POR GOLPES

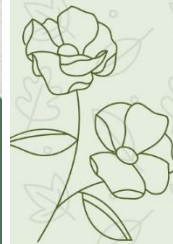
NOMBRE CIENTIFICO
ARNICA MONTANA L. 



AZAFRAN

PROPIEDADES CURATIVAS:
FORTALECE EL CORAZÓN Y EL ESTOMAGO,
AYUDA A LA DIGESTIÓN, LIMPIA LOS PULMONES
Y TAMBIÉN ES ÚTIL EN CASO DE TOS

CROCUS SATIVA



MANZANILLA

PROPIEDADES CURATIVAS:

- AYUDA EN LA DIGESTIÓN, SE RECONOCE SU UTILIDAD PARA PREVENIR LAS ULCERAS DEL ESTOMAGO Y APRESURAR SU CURACIÓN

NOMBRE CIENTÍFICO:

MATRICARIA CHAMOMILLA.

VERTER 1 TAZA (8 OZ)
DE AGUA HIRVIENDO
SOBRE 2 CUCHARADAS
DE FLORES Y DEJAR
REPOSAR DE 10 A 20
MINUTOS.



ENEBRO

JUNIPERUS COMMUNIS.



PROPIEDADES CURATIVAS:
LA INFUSIÓN DE LAS HOJAS
SERVE PARA EL TRATAMIENTO
DE REUMATISMO, TAMBIÉN
TIENE PROPIEDADES
ANTISÉPTICAS, DIURÉTICAS Y
CONTRA LAS MOLESTIAS
CAUSADAS POR LA
MENOPAUSIA.

VERTER 1/2 LITRO DE
AGUA HIRVIENTE SOBRE
1 CUCHARADA (30
GRAMOS) DE FRUTOS
LIGERAMENTE
TRITURADOS Y DEJAR
REPOSAR 20 MINUTOS.

BOLDO



PROPIEDADES CURATIVAS:
AYUDA PARA LA DIGESTIÓN, TONIFICA EL ESTOMAGO, ESTIMULA EL APETITO, FAVORECE LA DIGESTIÓN Y LIMPIA LA SANGRE, EL HÍGADO Y LOS RIÑONES.

BOLDUS FRAGANS, PEUMUS BOLDUS.

3 HOJAS EN 2 TAZAS DE 8 OZ DE AGUA HIRVIENDO Y DEJAR REPOSAR DURANTE



BORRAJA

BENEFICIOS

- EXPECTORANTE, CALMANTE, DIURÉTICA, FEBRÍFUGA, SUDORÍFICA, ESTIMULANTE DE LA MENSTRUACIÓN, DEPURATIVA DE LA SANGRE, NEUTRALIZA ENVENENAMIENTOS.

NOMBRE CIENTIFICO
BORRAGO OFFICINALIS.

CARDOSANTO

ARGEMONE MEXICANA,
CARDUS
BENEDICTICUS.

Parte utilizable:
hojas, savia,
semillas

LA SECRECIÓN AMARILLA QUE PRODUCE EL TALLO SE USA EN FORMA DE INFUSIÓN COMO SEDANTE DE LA TOS Y ANTIASMÁTICO, OUEDE APLICARSE XTERNAMENTE PARA COMBATIR VERRUGAS Y ULCERACIONES DE LA PIEL

LAUREL



PUUEDE USARSE EN UNGÜENTO O LINIMENTO PARA EL REUMATISMO, CONTUSIONES Y PROBLEMAS DE LA PIEL, PUEDE USARSE COMO REPELENTE NATURAL.

Nombre científico:
LAURUS NOBILIS L.

1 A 2 CUCHARADITAS DE HOJA MACHACADA PARA UNA TAZA DE AGUA HIRVIENDO.



CIPRÉS

BENEFICIOS

- LAS HOJAS DE CIPRES MACERADAS EN JUGO DE UVA O MANZANA DAN MAGNIFICO RESULTADO EN EL ALIVIO DE LOS PROBLEMAS DE LA PRÓSTATA, TAMBIEN AYUDA A CONSERVAR EL COLOR DEL CABELLO, EVITA LAS CANAS..

NOMBRE CIENTIFICO
CUPRESSUS SEMPERVIRENS.



DIENTE DE LEÓN

TARAXACUM
OFFICINALIS.

Parte utilizable:

Verter 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 2 cucharaditas de toda la planta desmenuzada o de la raíz.

PROMUEVE LA FORMACIÓN DE BILIS, REMUEVE, EL EXCESO DE AGUA EN EL CUERPO EN CONDICIONES EDEMATOSAS, ES ÚTIL EN INFLAMACIONES DEL HÍGADO Y LA VESÍCULA BILIAR, ESTA PLANTA ES MUY VALIOSA COMO TÓNICO GENERAL.



HISOPO



PROPIEDADES CURATIVAS:

ES UN ASTRINGENTE, ANTI-FLATULENTO, SE USA PARA INDUCIR LA MENSTRUACIÓN, COMO EXPECTORANTE, ESTIMULANTE, E INCLUSO PARA ATAQUES DE EPILEPSIA.

HYSOSOPUS OFFICINALIS.

PONER EN REMOJO 1 CUCHARADA DE HIERBAS SECAS EN MEDIA TAZA DE AGUA.

LINO

LINUM
USITATISSIMUM.



ES EMOLIENTE Y LAXANTE, PUEDE USARSE PARA LA TOS, CATARRO, PROBLEMAS DEL PECHO Y PULMONES, PARA DESORDENES DIGESTIVOS Y URINARIOS

USE ÚNICAMENTE SEMILLAS MADURAS, 1 CUCHARADA DE SEMILLAS CON 1 LITRO DE AGUA, HASTA QUE SE CONSUMA A 1/2 LITRO.





HIERBA LUISA

BENEFICIOS

- ANTIESPASMÓDICA, SEDANTE Y DIGESTIVA, SE UTILIZA EN COMBINACIÓN CON OTRAS HIERBAS PARA MEJORAR EL SABOR,, SE UTILIZA MUCHO EN BEBIDAS Y COMO ESPECIA AROMÁTICA.

NOMBRE CIENTIFICO
ALOYSIA TRIPHYLLA.



TIENE PROPIEDADES DESINFECTANTES, ESPECIALMENTE PARA CONTRARRESTAR LA DESCOMPOSICIÓN O PUTREFACCIÓN DE MATERIA EN EL INTESTINO, SE USA COMO LAXANTE, DIURÉTICO Y ANTISÉPTICO PARA ALIVIAR EL HIGADO ENFERMO Y EN CASO DE ICTERICIA.

MAGUEY

Nombre científico:
AGAVE AMERICANA



preparar un cocimiento de 1 cucharada de hoja de la planta en 1/2 litro de agua durante 10 minutos.



OLIVO

OLEA EUROPEA



DEL FRUTO SE EXTRAER UN ACEITE QUE TIENE AMPLIO USO DIURÉTICO POR SER MUY DIGESTIVO Y CARECER DEL COLESTEROL.

PINO

PINUS STRUBUS, PINUS SYLVESTRIS.

LA INFUSIÓN PREPARADA CON LA CORTEZA O CON LOS BROTES TIERNOS INHIBE LAS SECRECIONES BRONQUIALES Y ACTÚA COMO ANTISÉPTICO BRONQUIAL

REMOJAR 1 CUCHARADA DE CORTEZA O BROTES TIERNOS EN 1 TAZA DE AGUA DURANTE VARIAS HORAS, LUEGO HERVIR POR 5 MINUTOS.



ROMERO

ROSMARINUS
OFFICINALIS.

MODO PREPARACIÓN:
VERTER 1 TAZA DE AGUA
HIRVIENDO SOBRE 1 O 2
CUCHARADITAS DE
HOJAS Y FLORES Y DEJAR
REPOSAR DE 10 A 15
MINUTOS.

TIENE ACCIÓN
ANTIESPASMÓDICA,
ANTIDEPRESIVA,
ANTISÉPTICA,
ANTIHelmíNTICA, PREVIENE
LA FORMACIÓN DE GASES EN
EL TUBO DIGESTIVO, ES ESTI
MULANTE, ENROJECE LA PIEL
Y MEJORA LA CIRCULACIÓN.



RUDA

RUTA
CHALAPENSIS, .

ESTIMULA LA CIRCULACIÓN EN
CASO DE VARICES, FLEBITIS,
MOLESTIAS DE LA MENOPAUSIA Y
PARA PRODUCIR LA
MENSTRUACIÓN, ESTIMULA LA
CIRCULACIÓN PERIFÉRICA.

VERTER 1 TAZA DE AGUA HIRVIENDO
SOBRE 1 O 2 CUCHARADITAS DE HOJAS Y
DEJAR REPOSAR DE 10 A 15 MINUTOS.



AABLLA

ALOE FEROS, ALOE VERA.

PROPIEDADES CURATIVAS:
EL EXTRACTO GELATINOSO DE
LAS HOJAS O PENCAS
DESINFECTA Y DESINFLAMA EL
ESTOMAGO, ES ÚTIL PARA LA
GASTRITIS Y ULCERAS
GÁSTRICAS, SE EMPLEA PARA
ESTIMULAR LA VESÍCULA
BILIAR.

DEJAR REMOJAR 1
CUCHARADA DE TROZOS
DE HOJA O PENCA EN 1
TAZA (8 OZ) DE AGUA
DURANTE 4 HORAS.



TAMARINDO

TAMARINDUS INDICA

LA PULPA DEL FRUTO COMBINADA CON LA INFUSIÓN
DE HOJAS DE SEN ES UN PURGANTE EFICAZ DE
SABOR AGRADABLE, ESPECIALMENTE PARA LOS
NIÑOS. TIENE, ADEMÁS, PROPIEDADES DIURÉTICAS.

PREPARAR EL FRUTO COMO PARA REFRESCO, LUEGO
MEZCLAR EN PARTES IGUALES COMO INFUSIÓN DE
HOJAS DE SEN.





TOMILLO

BENEFICIOS

- TIENE PROPIEDADES ESTIMULANTES DEL INTESTINO, ANTISÉPTICAS, EXPECTORANTES, EXTERNAMENTE SE APLICA SOBRE HERIDAS LEVES PARA DESINFECTARLOS.

NOMBRE CIENTIFICO
THYMUS VULGARIS.



TREBOL ROJO

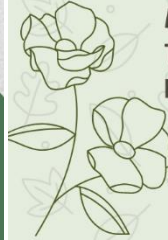


PROPIEDADES CURATIVAS:

ES UN REMEDIO EFICAZ PARA NIÑOS CON AFECCIONES DE LA PIEL. ES ÚTIL PARA EL TRATAMIENTO DE LA ARTRITIS, GRANOS, ECCEMA Y PSORIASIS

TRIFOLIUM PRATENSE..

VERTER 1 TAZA DE AGUA HIRVIENDO SOBRE 2 O 3 CUCHARADAS DE HOJAS SECAS Y DEJAR REPOSAR DE 10 A 15 MINUTOS.



NOMBRE CIENTIFICO:
VERBENA LITORALIS

VERBENA



LA INFUSIÓN DE LA VERBENA COMBATE LA FIEBRE Y LAS INFLAMACIONES DE LA BOCA Y LA GARGANTA.

VERTER 1 TAZA (8 OZ) DE AGUA HIRVIENDO SOBRE 1 A 3 CUCHARADAS DE HOJAS Y DEJAR REPOSAR DURANTE 10 A 15 MINUTOS.



SE USA CON PROVECHO EN EL TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES DE ORIGEN NERVIOSO, COMO EL INSOMNIO, LA EPILEPSIA Y EL ASMA.

VALERIANA

VALERIANA OFFICINALIS.

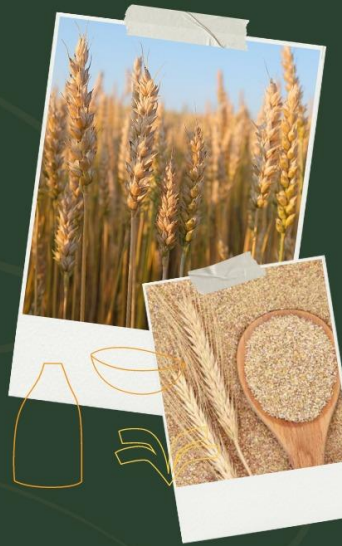
VERTER 1 TAZA DE AGUA HIRVIENDO SOBRE 1 O 2 CUCHARADAS DE RAÍZ, Y DEJAR EN REPOSO DE 10 A 15 MINUTOS.

TRIGO

**NOMBRE CIENTIFICO:
TRITICUM AESTIVUM.**

PREVENCIÓN Y
CURACIÓN DEL
ESTREÑIMIENTO, BAJA
EL CONTENIDO DE
COLESTEROL EN LA
SANGRE, CONTIENE
VITAMINA B, HIERRO Y
OTROS MINERALES.

SE UTILIZA EL SALVADO O
AFRECHO, SE PONE A HERVIR
UNA CANTIDAD EN SUFICIENTE
AGUA DURANTE 3/4 DE HORA.



SAUCO

**SAMBUCUS MEXICANA, SAMBUCUS
NIGRA L.**



**LA INFUSION PREPARADA CON
HOJAS Y FLORES ESTA INDICADA
EN CASO DE RESFRIADOS, GRIPE,
FIEBRE, REUMATISMO Y COMO
DEPURATIVO DE LA SANGRE.**

VERTER 1 TAZA (8 OZ) DE
AGUA HIRVIENDO SOBRE
UNA CUCHARADA DE
CUALQUIER PARTE DE LA
PLANTA O COMBINADA.

FUENTE BIBLIOGRAFICA: [file:///C:/Users/UserWin/Downloads/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC-LEN802%20ENFERME_240228_230354%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/UserWin/Downloads/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC-LEN802%20ENFERME_240228_230354%20(1).pdf)