



Mi Universidad

Farmacopea Herbolaria

Nombre del Alumno: Sonia Palomeque Ochoa

*Nombre del tema: **Farmacopea Herbolaria***

Parcial: II

Nombre de la Materia: Antropología Medica II

Nombre del profesor: Dra. Irma Sánchez Prieto

*Nombre de la Licenciatura: **Licenciatura en Medicina Humana.***

Semestre: II

Lugar y Fecha de elaboración: Tapachula, Chiapas a 22 de Abril del 2024

FARMACOPEA HERMOLARIA

1.- AMAPOLA

Papaver Rhoëas L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Planta anual que alcanza los 90 cm de altura. Presenta raíz fina y fusiforme y tallo simple, erecto y veloso. Las hojas son alternas y punzantes. Las flores se desarrollan en las axilas de las hojas y son solitarias, colgantes cuando son jóvenes y erectas después. Suelen presentar una mancha negra en la base.

RECOLECCIÓN - Los pétalos de las flores abiertas durante el periodo de floración.

DROGA - Los pétalos de las flores.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Antocianósidos, alcaloides, mucílagos y flavonoides.

PROPIEDADES - Sedante ligero, hipnótico, antitusivo, emoliente y antiespasmódico.

USOS y APLICACIONES - Vía oral en el tratamiento de la tos espasmódica, tos ferina, asma, bronquitis, manifestaciones de nerviosismo excesivo en niños y adultos, así como en trastornos del sueño y la ansiedad. En uso externo para conjuntivitis.

FLORECE: mayo a julio.



2.- ARÁNDANO

Vaccinium Myrtillus L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Arbusto de hoja caduca, de 30 a 50 cm de altura, con tallos rectos muy ramificados, cubiertos por una fina corteza gris. Las hojas son alternas con el borde dentado, de forma oval, de color verde claro. Las flores son colgantes y solitarias, con forma de cascabel y de color verde-rosa. Los frutos son unas bayas negruzcas o azuladas, de carne jugosa.

RECOLECCIÓN - Las hojas se recogen de las ramas estériles y los frutos cuando están maduros.

DROGA - Los frutos y las hojas.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Taninos, antocianósidos, ácidos orgánicos, pectina, hidroquinona, flavonoides, ácidos triterpénicos.

PROPIEDADES - Antiinflamatoria, antihemorrágica, astringente, antiséptica, actividad vitamínica P, que mejora la circulación, aumenta la resistencia y controla la permeabilidad capilar.

USOS y APLICACIONES - En el tratamiento de los problemas de mala circulación venosa, en diarreas, diabetes, cistitis, uretritis. En uso externo para eczemas, heridas o úlceras dérmicas. Útil en oftalmología para el tratamiento de la miopía y de las retinopatías.

FLORECE: marzo a julio



3.- AGUACATE

Persea americana Lauraceae

DESCRIPCION BOTANICA: árbol frondoso y de hoja perenne; con floración generosa. Flores de color verde, aparecen en racimos. El fruto es de color verdoso, de superficie lisa o rugosa y piel fina o gruesa, dependiendo de la variedad.

DROGA: hoja.

USOS Y APLICACIONES: colesterol y diabetes.

PREPARACIÓN: para el colesterol hervir siete hojas en un litro de agua y tomar como agua de tiempo.

FLORECE de enero a marzo y fructifica de agosto a octubre.



El aguacate es de origen mexicano. Un árbol puede producir un millón de flores y solo una de cada mil se transforma en fruto.

En algunas zonas de Michoacán utilizan la pulpa para la articulación de la rodilla, cubierta con un lienzo caliente toda la noche. Así mismo lo utilizan para dolores de huesos: rallar medio hueso de aguacate y ponerlo en alcohol. Se deja 10 días en reposo, agitando de vez en cuando la botella. Pasado este tiempo, se masajea el líquido con las manos sobre la zona adolorida.

4.-ÁRNICA

Tithonia diversifolia

Familia: *Asteraceae*

Parte empleada: rama y hoja.

USOS: curar heridas y dolores.

PREPARACIÓN: Para heridas, hervir unas ramas añadiendo ramas de hierba cancerina y golondrina, y limpiar la herida con la preparación. Para dolores, machacar hojas y untar en la zona de dolor.

CARACTERÍSTICAS: Planta herbácea o arbustiva robusta, hojas alargadas y ovaladas. Las flores son grandes y amarillas. El tallo es erecto, ramificado, las ramas tiernas cubiertas de pelillos, que con la edad se pierden.

FLORECE Y FRUCTIFICA de enero a diciembre.



Es originaria del Sur de México hasta Centroamérica y el norte de Sudamérica (Colombia, Ecuador y Venezuela), incluyendo las Antillas.

En algunas zonas de México se emplea como forraje. También la cocción de las hojas en agua se usa contra vómito como agua de tiempo.

En Cuba se utilizan las hojas en maceración con alcohol, para dolores musculares.

En Costa Rica se está utilizando a nivel experimental para incrementar la producción de frijol en barbechos mejorados. Se considera que esta especie aporta nutrientes en especial fósforo, para el desarrollo del frijol .

5.- BUGANVILIA MORADA

Bougainvillea glabra

FAMILIA: *Nyctaginaceae*

PARTE EMPLEADA: flor.

USOS: tos.

PREPARACIÓN: hervir unas flores en un litro de agua. Tomar como agua de tiempo mientras se presenta la tos.

DESCRIPCION BOTANICA: arbusto extendido o trepador, con ramas leñosas provistas de espinas fuertes y generalmente rectas. Con flores pequeñas amarillas cubiertas de hojas modificadas de color llamativo, las cuales generalmente confundimos con la flor.

FLORECE: de marzo a diciembre.



La buganvilia es originaria de Brasil. Otra manera en que es empleada contra la tos es poniendo a hervir las flores con naranja, canela, orégano y tomillo y beber esta infusión como agua de tiempo.

No se ha corroborado experimentalmente los efectos que se le atribuyen. Sin embargo, otras acciones biológicas demostradas experimentalmente, indican que se debe restringir el uso en mujeres embarazadas y niños

6.- CALÉNDULA

Calendula Officinalis L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Planta anual. Raíz de forma ahusada. Tallo erecto o trepador, de 30 a 50 cm de altura, ramificado en la parte inferior. Hojas alternas, ligeramente dentadas y vellosas. Flores de color amarillento o naranja. Los frutos son unos aquenios cóncavos y acanalados.

RECOLECCIÓN - Las flores en el momento de la floración.

DROGA - Flores enteras.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Aceite esencial, flavonoides, saponósidos, alcoholes triterpénicos, pigmentos xantofílicos y taninos.

PROPIEDADES - Por el aceite esencial, acción antiséptica y parasiticida. Por los alcoholes y lactonas terpénicas, acción antibiótica y fungicida. Además antiinflamatoria, cicatrizante, emenagoga, espasmolítica, sudorífica, colerética e hipotensora.

USOS y APLICACIONES - Vía tópica; acné, irritaciones cutáneas, escaldaduras, quemaduras, contusiones, picaduras de insectos, desinfectante, cicatrizante. Vía interna para problemas menstruales y digestivos.

FLORECE: de julio a septiembre.



7.- COLA DE CABALLO

Equisetum Arvense L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Planta criptógama (sin hojas ni flores) y perenne. Planta vivaz de 10 a 60 cm de altura. Presenta dos tipos de tallos, los que salen a principios de la primavera son los tallos fértiles, que se diferencian del resto en que son de color amarillo pardo, erectos, ovals y anillados, que alcanzan una altura aproximada de 20 a 50 cm. Se encuentra en estos tallos una espiga cilíndrica con numerosos esporangios dispuestos en anillo. Cuando maduran las esporas, nacen los estériles, que son estriados y huecos, con ramificaciones a modo de cola de caballo.

RECOLECCIÓN - Los tallos estivales estériles en tiempo seco.

DROGA - Tallos estériles.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Abundantes sales minerales; silícicas, potásicas, magnésicas. Saponósidos, taninos, flavonoides, trazas de alcaloides, vitamina C.

PROPIEDADES - Los flavonoides y las sales minerales justifican su acción diurética. La abundancia de sales silícicas le confiere propiedades remineralizantes y contribuye al mantenimiento del colágeno, aumentando la elasticidad de los tejidos. Aumenta las defensas inespecíficas del organismo. Por la abundancia de taninos es astringente.

USOS y APLICACIONES - Indicado en astenia, convalecencia, anemia, consolidación de fracturas, reumatismo, osteoporosis. Cuando se requiere un aumento de la diuresis; cistitis, uretritis, gota, edemas y sobrepeso acompañado de retención de líquidos. En uso tópico en heridas y ulceraciones dérmicas, bucales o corneales, blefaritis, conjuntivitis, faringitis, dermatitis, eritemas, prurito y vulvovaginitis.

FLORECE: Es fértil en los meses de marzo a abril.



8.- DIENTE DE LEÓN

Taraxacum Officinale

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA – Planta vivaz muy extendida. Presenta una raíz de tipo ahusada, marrón y poco ramificada, que deja escapar un látex blanco y amargo. La planta tiene una roseta radical de hojas simples, lobuladas y con dientes irregulares. La roseta basal produce varios tallos huecos y cilíndricos, coronados con grandes flores amarillas solitarias que se cierran al anochecer y cuando se avecina lluvia. Los frutos son unos aquenios ahusados, de color pardo-grisáceo y provistos de un pico y un vilano blanco en forma de paraguas.

RECOLECCIÓN – La hojas antes de la floración, la raíz en mayo o junio y desde el otoño a principios del invierno.

DROGA – Hojas y raíces.

PRINCIPIOS ACTIVOS – Dependiendo de la parte de la planta;

- Raíces: inulina, resina, principios amargos, triterpenos, fitosterol, carotenoides.
- Hojas: flavonoides, cumarinas, vitaminas B y C.

PROPIEDADES – Excelente depurativo o drenador hepato-renal. El principio amargo le convierte en estimulante del apetito y presenta actividad colerética y diurética.

USOS y APLICACIONES – Como tónico digestivo en casos de estreñimiento, en afecciones del hígado y la vesícula biliar, para aumentar la diuresis, afecciones genitourinarias, gota, sobrepeso acompañado de retención de líquidos. Por su acción depurativa en el tratamiento de fondo de enfermedades cutáneas.

FLORECE: a principios de mayo y con menor intensidad en verano y otoño.



9.- EPAZOTE

Chenopodium ambrosioides

DESCRIPCION BOTANICA: es una planta erguida o ascendente, de 40cm a 1m de alto. El tallo es simple o ramificado. Las hojas son aromáticas y tienen forma de lanza. Los frutos son pequeños, de 1mm de ancho. La planta tiene un olor fuerte.

FAMILIA: *Chenopodiaceae*

DROGA: hoja.

USOS: desparasitar.

PREPARACIÓN: hervir unas hojas en agua y tomarla en ayunas por la mañanas durante dos días.

FLORECE de junio a octubre.



UTILIDAD PARA EL HOMBRE: Los tarahumaras consideran que los tés concentrados de epazote son peligrosos y deben ser usados únicamente para severos casos de infección por lombrices, cuando no hayan sido eficaces otros tratamientos con hierbas.

También suele ser empleado para dolores menstruales, para lo cual se prepara un té junto con unas ramas de ruda.

En Morelos, las parteras nahuas recomiendan atole de chocolate con epazote, cuando las madres no tienen suficiente leche para amamantar a sus hijos.

Se han reportado casos de intoxicación en niños por haber bebido té de epazote, en Buenos Aires.

10.- CUAJILOTE

Parmentiera aculeata

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA: es un árbol de 4 a 9m o hasta 15m de altura, con un tronco grueso y leñoso y sus ramas son numerosas. Cada hoja está dividida en 5 hojuelas, de color verde claro. Los frutos son de 10 a 30cm de largo, parecidos a pepinos alargados, de color verde amarillento, que nacen directamente del tronco del árbol.

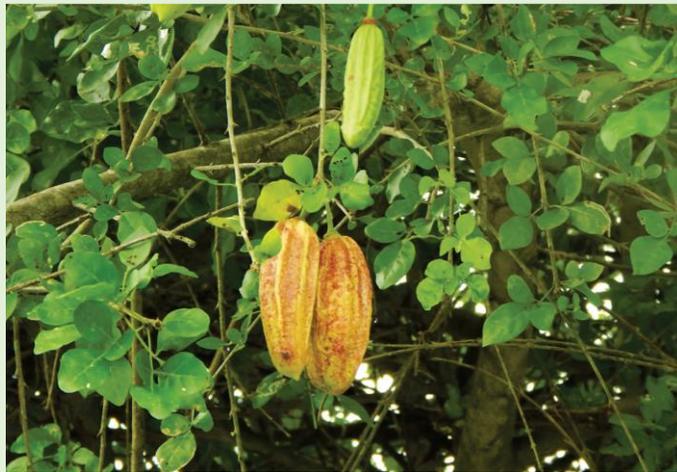
FAMILIA: *Bignoniaceae*

DROGA: fruto.

USOS Y APLICACIONES: dolores de riñón.

PREPARACIÓN: comer los frutos cuando existen dolores.

FLORECE Y FRUCTIFICA de marzo a diciembre.



USOS Y APLICACIONES EN EL HOMBRE : Esta planta es originaria de México. En el Estado de México se asa el fruto con las semillas y se comen, para aliviar el dolor de riñones.

También es empleado para cálculos en las vías urinarias, para lo cual se muele el fruto, se cuele y el extracto así obtenido se ingiere.

Un estudio experimental realizado en Morelos mostró la eficacia de su uso en pacientes con diabetes mellitus, a los que les administraron un té de la raíz en ayunas durante 15 días, después de los cuales se observó un descenso en los niveles de glucosa.

Para aliviar la tos, se hierve en agua las flores con manzanilla de tejocote y un poco de azúcar; se da tibio al paciente durante tres semanas seguidas, en ayunas.

En algunas regiones de Guatemala se utiliza como alimento para cerdos y ganado.

11.- GORDOLOBO

Verbascum Thapsus L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Planta bienal de hasta 2 m de altura. Su raíz cilíndrica produce durante el primer año una roseta de hojas ovales, que persiste durante el invierno y produce al segundo año un tallo erecto, simple y poco ramificado y de color blanco amarillento. Las hojas del tallo son alternas, lanceoladas y terminadas en punta. Los tallos y las ramas rematan en una larga espiga dividida en ramilletes de 2 a 7 flores. Las flores son regulares, hermafroditas y de color amarillo. El fruto es una cápsula marrón con dos celdas llenas de semillas. Florece de julio a septiembre.

RECOLECCIÓN - Las flores se recolectan en verano.

DROGA - Flores.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Mucílagos, saponinas, esencia, ácidos fenólicos y flavonoides.

PROPIEDADES - Suavizante, emoliente, expectorante, béquica, fluidificante de secreciones bronquiales y diurético.

USOS y APLICACIONES - Por sus propiedades emolientes y suavizantes vía oral para el tratamiento de irritaciones del aparato respiratorio. Vía tópica en irritaciones cutáneas, úlceras varicosas, llagas y maduración de granos.



12.- GOLONDRINA

Euphorbia prostrata

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA: es una planta pequeña que crece acostada sobre el suelo y tiene tallos de color rosa o púrpura, con pelos y jugo lechoso. Las hojas son diminutas, y las flores se encuentran en la parte terminal de las ramas. Los frutos son unas cápsulas pequeñas con tres semillas.

FAMILIA: *Euphorbiaceae*

PARTE EMPLEADA: todo.

USOS Y APLICACIONES: cálculos renales, cutis, diarrea, limpieza de heridas.

PREPARACIÓN:

Para el cutis, hervir la planta con hojas de árnica y manzanilla. Limpiar la cara por las noches.

Para la diarrea, hervir toda la planta con hojas de guayabo en un litro de agua y tomar.

Para la limpieza de heridas, hervir la planta con hojas de árnica y limpiar la herida con el agua.

FLORECE de abril a diciembre.



Se emplea para enfermedades oculares como ojos llorosos o nubes. Para ello se usa exprimiendo dos o tres hojas de la planta en los ojos. Esto se hace por las noches hasta que se siente mejoría. Con este tratamiento se debe tener cuidado de no recibir corrientes de aire frías en los ojos.

Existen reportes de intoxicación de ganado vacuno que consumió 3kg de la planta.

Se ha comprobado en estudios piloto que puede ser usada para los primeros grados de hemorroides.

13.- GUAYABA

Psidium guajava

DESCRIPCION BOTANICA: árbol o arbusto siempre verde y frondoso, que alcanza de 3 a 10m de altura.

Tiene el tronco generalmente torcido y muy ramificado. Los frutos son redondos, un poco achatados en los polos, de color crema amarillenta, y pueden pesar aproximadamente cien gramos. Tienen una pulpa gruesa, de color crema, sabor dulce y textura crujiente antes de su completa madurez, que es el momento ideal para el corte. La madurez se observa en la cáscara cuando alcanza un color verde amarillento o amarillo rosado. Son olorosos y muy sabrosos.

FAMILIA: *Myrtaceae*

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS Y APLICACIONES: cabello y colitis.

PREPARACIÓN: preparar un té con las hojas o el fruto y tomar como agua de tiempo.

FLORECE de mayo a septiembre, y fructifica de octubre a diciembre.



En términos generales, una planta puede producir cien guayabas en el primer año. Con el paso del tiempo esta cantidad se va incrementando en forma gradual. Después de cinco años alcanza a dar hasta quinientos frutos y así se mantiene durante el resto de su vida.

Si se da a tomar la cocción de las hojas a una persona que ha ingerido bebidas alcohólicas puede tener efecto vomitivo.

Es utilizada con frecuencia en enfermedades gastrointestinales como diarrea, escalofríos y dolor de estómago, mediante la infusión de las hojas tres veces al día o como agua de tiempo.

En la zona de la Huasteca, la cocción de las hojas sirve para la disentería y los cólicos.

Las hojas masticadas se usan para curar heridas en la boca.

14.- HINOJO

Foeniculum Vulgare

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Planta herbácea, bianual. Raíz grande y bífida. Tallos ramosos y compactos, que alcanzan hasta 2 m de altura. El tallo presenta hojas envainantes en forma de finos hilos, de color verde claro. La flor se reúne en inflorescencias, con 5 pétalos amarillos. El fruto es un diaquenio de forma ovoidal.

RECOLECCIÓN - Los frutos se recolectan en agosto.

DROGA - Frutos.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Aceite esencial rico en acetol, proteínas, ácidos orgánicos, flavonoides, azúcares y sales minerales.

PROPIEDADES - Carminativo, eupéptico, galactógeno, antiespasmódico, expectorante, fluidificante de las secreciones y antiséptico.

USOS y APLICACIONES - Vía oral en trastornos digestivos, dispepsias y aerofagia. Vía tópica en blefaritis y conjuntivitis, junto con la eufrasia, llantén o manzanilla



15.- NEEM

Azadirachta indica

DESCRIPCION BOTANICA: árbol de 15 a 20m de altura. El fruto es en forma de aceituna, lisos y de un color de amarillo verdoso a amarillo cuando maduran.

FAMILIA: *Meliaceae*

DROGA: hoja.

Usos Y APLICACIONES: diabetes.

PREPARACIÓN: hervir en dos litros de agua 10 hojas y tomar como agua de tiempo.

FLORECE de abril a mayo y fructifica de mayo a agosto.



La corteza tiene 12 a 14% de una sustancia llamada taninos y es usada para fabricar pasta dental. Es utilizado para evitar el crecimiento de plagas como alacranes, moscas de frutas, langostas, pulgas, garrapatas, ácaros de almohadas, pues contienen un agente llamado Azadiractin. Para eliminar plagas en cultivos, se pulveriza las semillas y las hojas del árbol y se esparce en el cultivo. Se utiliza el aceite de las semillas para untar localmente en caso de reumatismos y de enfermedades de la piel. Además es la materia prima para la manufactura de cosméticos, lubricantes, ceras y otros productos. En algunos estudios se ha demostrado que puede reducir la cantidad de espermas en ratones y monos. En el norte de la India, la savia obtenida después de la incisión de la base del tronco se usa como tónico estomacal y como un refresc

16.- NONI

Morinda citrifolia

FAMILIA: *Rubiaceae*

DROGA: fruto.

USOS: varias enfermedades y reforzar el cuerpo.

PREPARACIÓN: licuar el fruto con jugo de uva y tomar por las mañanas.

DESCRIPCION BOTANICA: es un arbusto o árbol pequeño, de 3 a 10m de altura, con abundantes hojas anchas, elípticas. Sus flores son aromáticas y de color blanco. Los frutos son de forma ovoide, y son amarillos cuando están maduros, luego se vuelven blancos, con una cáscara cubierta de pequeñas protuberancias, cada una de las cuales contiene una semilla.

FRUCTIFICA todo el año.



Noni es el nombre Hawaiano que recibe la fruta. Los polinesios la han usado durante más de 2000 años con propósitos alimenticios y medicinales. Se utiliza como suplemento alimenticio, hidratante de la piel, suplemento nutritivo, shampoo y como limpiador.

En Hawai obtienen un aceite de la planta que es utilizado como repelente de insectos o como insecticida.

Sabías que a pesar de los múltiples beneficios que se le atribuyen a la planta, aún la información científica no permite validarlos, porque está limitada a estudios preclínicos farmacológicos y por tanto son insuficientes.

17.- MANZANILLA

Chamaemelum Nobile L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Planta herbácea, vivaz, que puede alcanzar los 50 cm de altura. Muy aromática y cubierta de pequeños pelos de color verde claro. El rizoma profundo tiene muchas ramificaciones y origina raíces rastreras y tallo aéreos. Los tallos son extendidos. Las hojas son alternas, de color verde claro. Los tallos están rematados por unas cabezuelas solitarias, que presentan flores periféricas de lígulas blancas y flores centrales tubulosas y amarillas. El fruto es un aquenio casi triangular y brillante. Florece en el mes de julio.

RECOLECCIÓN - La cabezuela cuando está en plena floración.

DROGA - Capítulos florales.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Aceite esencial, lactonas sesquiterpénicas y flavonoides.

PROPIEDADES - El acción esencial es muy aromático y le confiere acción espasmolítica, carminativa y aperitiva. Además es colagoga, antiséptica, antiparasitaria y antiinflamatoria.

USOS y APLICACIONES - Flatulencia, malas digestiones, espasmos gastrointestinales, jaquecas de origen hepatoiliar, dismenorreas, neuralgias. En aplicación tópica en blefaritis, conjuntivitis y limpieza de heridas.



18.- ORÉGANO

Lippia graveolens

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA: Características: pequeño arbusto perenne -dura más de un año- de 40cm a 1.5m de altura. Las hojas son simples, de color verde cenizo y muy olorosas. Las hojas brotan de dos en dos en cada nudo, una frente a otra; son enteras, ovaladas, acabadas en punta. Están cubiertas de pelusilla por ambas caras y miden hasta 4 cm. Toda la planta desprende un aroma agradable y especial.

FAMILIA: *Lamiaceae*

DROGA: hoja.

USOS Y APLICACIONES : dolor de oído y tos.

PREPARACIÓN: para dolor de oído, frotar la hoja y exprimir en el oído el agua que sale de la hoja.

Para tos, se soasan (calentar un poco en fuego) siete hojas pequeñas y se exprimen en una cuchara y se toman.



En Michoacán, Nayarit y Tlaxcala se emplea para la tos. Se usa la cocción de las ramas con hojas y se toma tibio como té. El jugo de las hojas soasadas mezclado con miel y jugo de hoja de maguey morado se toma contra el asma.

Se ha demostrado científicamente que el orégano posee actividad relevante sobre el sistema nervioso central, lo que refuerza su uso como ansiolítico o depresor del sistema nervioso.

El nombre de orégano proviene del griego “oros” (montaña) y “ganos” (ornamento), la decoración o la belleza de las montañas.

El aceite esencial obtenido de la hoja se emplea en la industria refresquera, licorera, cosmetológica y farmacéutica.

19.- PALMA DE COCO

Cocos nucifera

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA: la palma tiene un solo tronco, casi siempre inclinado, liso o áspero, y alcanza gran altura, de 10 a 20m. Es delgado - aproximadamente 50cm, y se va adelgazando conforme sube. El coco es casi una esfera muy grande, de 20 a 30cm y pesa hasta dos y medio kilogramos. Está cubierto de fibras. Adentro se aloja el agua de coco.

FAMILIA: *Arecaceae*

DROGA: fruto.

USOS: para el cabello y desparasitar.

PREPARACIÓN: para desparasitar, preparar un licuado de agua de coco, con unas hojas de epazote y semillas de calabaza. Esto se toma por tres días en ayunas.

FLORECE de noviembre a marzo.



Se recomienda tumbar los cocos de la palma cada tres meses. Así la germinación de cocos es nula y la palma se mantiene en buen estado de salud.

En el Distrito Federal, Guerrero, Hidalgo, Michoacán, Morelos, Oaxaca, Quintana Roo y Tabasco, es importante el uso del fruto como antiparasitario, contra lombrices, solitarias y amibas. Se ha demostrado que el coco tiene propiedades antimicrobianas, antioxidantes, vaso relajantes y antihipertensivo.

20.- ROMERO

Rosmarinus Officinalis L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Arbusto que permanece verde todo el año. Ramas leñosas y de color parduzco. Alcanza 1,5 m de altura. Se ramifica abundantemente y sus ramas son cuadrangulares y están cubiertas de pelillos blancuecinos. Las hojas son estrechas y casi cilíndricas y de color verde por el haz y blanquecinas por el envés. Nacen enfrentadas y presentan el borde entero. Las flores nacen en cortos ramilletes axilares y son de color azul claro, rosa o blanquecinas. El fruto está formado por cuatro nuececillas de color parduzco. Florece casi todo el año.

RECOLECCIÓN - Las sumidades floridas.

DROGA - Sumidades floridas.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Aceite esencial, ácidos fenólicos, flavonoides, principios amargos, ácidos triterpénicos y polifenoles.

PROPIEDADES - Hepatoprotector, colagogo y diurético. Debido al aceite esencial efecto estimulante general del organismo, del sistema nervioso, aperitivo, carminativo, antiséptico emenagogo y expectorante. Vía externa, cicatrizante, antiinflamatorio, analgésico y estimulante del cuero cabelludo.

USOS y APLICACIONES - En disquinesias hepatobiliares, problemas digestivos, flatulencia, inapetencia y jaquecas asociadas a problemas hepatobiliares. En uso externo en inflamaciones osteoarticulares, neuralgias, heridas, alopecia, dermatitis seborreica y reumatismos musculares o articulares.



21.- SAUCE

Salix Alba L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Árbol de tamaño medio, que puede medir de 15 a 20 m. Tronco robusto con la corteza de color pardo-grisácea. Presenta la copa alargada, algo irregular, con ramas largas y flexibles. Las hojas son simples, alternas, caducas y con el borde finamente aserrado. Las flores son unisexuales y están dispuestas en finos amentos colgantes. El fruto es una cápsula. Florece en primavera, a partir de marzo.

RECOLECCIÓN - La corteza de las ramas de 2 a 4 de marzo a abril. También las hojas y los brotes jóvenes.

DROGA - Corteza de las ramas de 2 ó más años.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Heterósidos, alcohol salicílico, salicortina, flavonoides, ácidos vainílicos y cafeico.

PROPIEDADES - Analgésico, antipirético, antiinflamatorio y antirreumático.

USOS y APLICACIONES - Vía oral en el tratamiento de los síntomas en estados gripales, para aliviar todo tipo de dolores, sobre todo articulares. Vía tópica como coricida, para eliminar verrugas, callos, durezas.



22.- TOMILLO

Thymus Zygis L.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA - Semiarbusto que forma una mata muy tupida, de 20 a 30 cm de altura. Los tallos rectos y leñosos en la base, sostienen ramas herbáceas de sección cuadrangular, sedosas en toda su superficie. Las hojas son opuestas, ovaladas o lineales, con los bordes arrollados, por el haz son lampiñas y por el envés son vellosas y de color gris. En las extremidades de los tallos se forman las inflorescencias de 3 a 6 flores en espiga de color blanco. Los frutos son aquenios.

FLORECE en mayo y junio.

RECOLECCIÓN - El tallo al comienzo de la floración.

DROGA - Hojas y flores.

PRINCIPIOS ACTIVOS - Aceite esencial rico en timol y carvacrol, flavonoides, ácidos fenoles, taninos, triterpenos y saponinas.

PROPIEDADES - Antiespasmódico intestinal, estimulante de la circulación, estimulante del sistema nervioso central, antitusígeno, expectorante, antibiótico, antiviral, antifúngico, antihelmíntico, diurético, antioxidante, cicatrizante y antiinfeccioso.

USOS y APLICACIONES - Vía oral en trastornos gastrointestinales, asma, bronquitis, gripes, catarros, tos, infecciones microbianas.



23.- ROSA DE CASTILLA

Rosa sp.

Familia: *Rosaceae*

Parte empleada: flor.

Usos: limpieza de ojos.

PREPARACIÓN: hervir dos o tres rosas en agua y lavar los ojos con el agua.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA: arbusto pequeño de 90cm a 1.2m de altura. Las hojas son más largas que anchas, de color verde oscuro, con bordes dentados. Las flores son de color rosa pálido o rojo oscuro.



Los totonacos, mixes y zapotecos la emplean como cura para el empacho. En el Estado de México y Puebla se utiliza para el dolor de estómago. Para esto se emplea el cocimiento de tallos, hojas y flores, administrado por vía oral.

24.- RUDA

Nombre científico: *Ruta graveolens*

FAMILIA: *Rutaceae*

PARTE EMPLEADA: rama.

USOS: dolor de estómago y gastritis.

PREPARACIÓN: para dolor de estómago, se hierven unas ramas en leche o agua, se deja enfriar por unos minutos. Posteriormente batir el preparado con un huevo y tomarlo mientras se presente el dolor. Para gastritis, preparar un té con unas hojas y tomarlo por las mañanas.

CARACTERÍSTICAS: arbusto de 50 a 90cm de altura, con un tallo muy ramificado. Las hojas están muy divididas, de color verde azulado y con aroma fuerte. Las flores son amarillas con el centro verde. Los frutos se abren en cuatro partes al madurar.



En Guerrero, Michoacán y Morelos la emplean para el dolor de oído. Se soasa una rama de ruda que se envuelve en algodón y se coloca dentro del oído.

Para dolores de cólicos se prepara un té con las ramas de epazote, ruda y hojas de hierbabuena. Se toma cuando se tiene el dolor.

Se ha descrito su efecto como abortivo y tóxico al ingerir el extracto acuoso de las hojas en grandes dosis y con frecuencia, por lo cual se recomienda tener especial cuidado en mujeres embarazadas.

Si se tiene dolor de cabeza, mareos, nervios o palpitaciones fuertes se puede masticar una o dos hojas. El sabor es aromático y fuerte.

25.- SÁBILA

Aloe vera

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA: la planta se parece a un pequeño maguey. Sus pencas son grandes, gruesas, con dientes doblados hacia arriba; como otros magueyes, tiene puntas agudas y espinas en los bordes. Las hojas contienen una gelatina llamada acíbar, un jugo amarillo y amargo en donde se encuentra la aloína. Las flores son largas, en forma de tubo y de color rojizo anaranjado.

FAMILIA: *Xanthorrhoeaceae*

PARTE EMPLEADA: hoja.

USOS: dolores y heridas.

PREPARACIÓN: para dolores untar la salvia en la zona de dolor.

FLORECE septiembre a abril.



En Guerrero la emplean para quitar el pecho a los niños. Se aplica en los pezones de la mamá, lo que hace el sabor desagradable para el bebé.

En Morelos la aplican para procesos inflamatorios e hinchazones. Para el primero se saca la carnita de las hojas y se hierve, se toma como té o bien se puede usar la hoja abierta por la mitad aplicada como cataplasma, 1 o 2 veces al día.

Para evitar la caída del cabello se aplica la hoja de manera local. Además en barros y espinillas se coloca un pedazo de hoja fresca en el lugar afectado.

Se han validado sus usos en cicatrización, quemaduras, pérdida de cabello en pequeñas partes (alopecia areata) y laxante.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Plantas medicinales: *de La Matamba y El Piñonal, municipio de Jamapa, Veracruz*; Primera Edición 2015; ISBN 978-607-7579-44-1; D. A.P. 63, Xalapa, Veracruz, México.

Bruneton, J. (2001) Farmacognosia. Fitoquímica. Plantas Medicinales. 2ª Educación. Zaragoza. Acribia, S.A.

Taller La Farmacia De La Naturaleza; Nuria Linares Gimeno; Centro De Empresas De Loeches; Upa Madrid; Junio 2013

https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf

https://www.itto.int/files/itto_project_db_input/3000/Technical/Manual%20plantas%20medicinales.pdf

<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/568378/guia-ilustrada-de-plantas-medicinales-valle-de-mexico-inpi.pdf>