



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Katherine Patricia Giron Lopez

Nombre del tema: Hierbas medicinales

Parcial: III

Nombre de la Materia: Interculturalidad y Salud

Nombre del profesor: Dra. Jacqueline González Pérez

Nombre de la Licenciatura: Medicina humana

Semestre: II

Hierbas medicinales



Arnica

Nombre científico: Heterotheca inuloides Cass.

Usos tradicionales: Sólo se usa en forma externa en moretones (hematomas) producidos por golpes, en hinchazón local (edema) asociado a fractura y en inflamación de mucosas (bucal, genital, anal).

La infusión se prepara con 1 cucharada de flores para 1 litro de agua hirviendo. Se usa en forma de lavado.

Efectos: Analgésico, anti-inflamatorio.

Precauciones: Planta tóxica por vía oral (no debe tragarse), sólo para uso externo y en concentraciones diluidas. No usar en heridas abiertas. Puede producir reacciones alérgicas.



Manzanilla

Nombre científico: Matricaria chamomilla

Usos tradicionales: Cuidado del estómago y al tratamiento de padecimientos como úlceras gástricas, gastritis etc.

Efectos: Antibacteriano , antiespasmódico, diurético suave, carminativo, anti-inflamatorio, cicatrizante.

Precauciones: Almacenar en envases bien cerrados y protegidos de la luz. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad.



Hierbabuena

Nombre científico: *Mentha spicata*

Usos tradicionales: Desórdenes digestivos (gases, náuseas, mal aliento y dolores estomacales); tónico. La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal (ó 6 a 8 hojas frescas) para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: antiespasmódico, carminativo.

Precauciones: no se debe administrar a niños menores de 2 años. Cuidado con personas con cálculos biliares y madres que amamantan (puede reducir el flujo de leche). Almacenar en un lugar fresco y protegido de la luz.



Vaporub

Nombre científico: Plectranthus coleoides c.v. mintleaf.

Usos tradicionales: Alivio sintomático de la tos y la congestión nasal existente en el resfriado y la gripe.

Efectos: Propiedades expectorantes

Precauciones: Se debe evitar el contacto con ojos y mucosas. Repetir hasta 3 veces al día.



Stevia

Nombre científico: Stevia rebaudiana

Usos tradicionales: se utilizan como agente edulcorante en general, igualmente, por sus propiedades medicinales, reducen los niveles de glucosa en sangre en pacientes con diabetes tipo II y protegen contra el daño renal y hepático, además de presentar efectos terapéuticos contra diversas enfermedades como el cáncer, hipertensión, inflamación, cística, fibrosis, la obesidad y la caída de dientes.

Efectos: Antiinflamatorio, Diurético

Precauciones: No se conocen contraindicaciones ni efectos secundarios en el uso de la stevia natural, se considera un alimento seguro incluso durante el embarazo, lactancia y por niños.



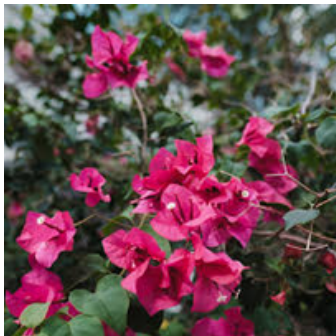
Bugambilia

Nombre científico: Bougainvillea glabra Choisy

Usos tradicionales: Ayuda a eliminar la mucosidad alojada en las vías respiratorias altas. Mejora el sistema respiratorio colaborando con el correcto funcionamiento de los pulmones y de su capacidad de oxigenar el cuerpo.

Efectos: propiedades antitusígenas, antipiréticas y expectorantes.

Precauciones: No se ha establecido la seguridad durante el embarazo y la lactancia de los productos elaborados con esta planta. El jugo del tallo de la planta puede causar dermatitis serias. Las espinas de las ramas pueden herir la piel.



Hoja santa y omequelite

Nombre científico: Piper auritum

Usos tradicionales: ayuda a disminuir la fiebre, es relajante, ayuda al buen funcionamiento intestinal y disminuye el dolor estomacal. Desde la época prehispánica era muy popular por sus usos medicinales.

Efectos: Antiinflamatorio

Precauciones: Debido a que la hoja santa contiene compuestos que pueden afectar al hígado, las personas con trastornos hepáticos o que toman medicamentos hepatotóxicos deben evitar su consumo o usarla con precaución.



BARQUILLA O MAGUEY

Nombre científico: Tradescantia spathacea,

Usos tradicionales: Se utiliza para disminuir el dolor de estomago. También para curar heridas.

Efectos: Propiedades antisépticas y antiinflamatorias.

Precauciones: El jarabe de agave es conocido por su alto contenido de fructosa. El consumo excesivo de fructosa se ha asociado con problemas de salud, como resistencia a la insulina y otros riesgos metabólicos.



Bibliografía

- De Investigaciones Forestales Agrícolas y Pecuarias, I. N. (s. f.). Plantas medicinales, tradición ancestral. gob.mx. <https://www.gob.mx/inifap/articulos/plantas-medicinales-tradicion-ancestral>
- Una guía sobre las hierbas medicinales: MedlinePlus enciclopedia médica.(s. f.).<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000868.htm>
- Vida, S. (s. f.). Plantas medicinales: Nuestro patrimonio. gob.mx. <https://www.gob.mx/bienestar/sembrandovida/articulos/plantas-medicinales-nuestro-patrimonio>