



Mi Universidad

Flashcards

Nombre del Alumno: Genesis Alyed Hernandez Martinez

Nombre del tema: Hierbas medicinales

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Interculturalidad

Nombre del profesor: Dra. Jacqueline Gonzalez

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

Semestre: 2

ÁRNICA

Planta herbácea vivaz originaria de Europa donde crece de forma silvestre y puede llegar a alcanzar medio metro de altura.

Se utiliza con fines medicinales principalmente de forma externa aplicando cataplasmas, ungüentos, tinturas, infusiones, etc.

Posee triterpenos, fenoles, flavonoides, cumarinas, fitosteroles, taninos, carotenos y principios amargos como la arcinina.

Tiene una potente acción antiinflamatoria, fungicida, astringente, febrífuga, antiagregante plaquetario, cardiotónica, vulneraria, antiespasmódica, rubefaciente, antibiótica, colerética, antihistamínica, cicatrizante, inmunoestimulante, sedante y analgésica.



HIERBABUENA

Planta nativa de Europa, África y Asia, planta es que es aromática, presenta un aroma fresco e intenso.

El principio activo de la planta es un aceite esencial que contiene componentes químicos como mentona, felandreno, limoneno y en mayor medida mentol, que es el principal componente activo que le otorga la mayoría de sus propiedades.

Algunas de ellas: Antiandrogénica-Antiespasmódica-Carminativa-Antiséptica-Antiinflamatoria-Estimulante-Hipostenizante-Antidismenorreica-Colerética-Diurética-Antihipocondríaca

Propiedades: Ayuda a tratar problemas digestivos y gases intestinales., Estimula la producción de bilis., Ayuda al tratamiento del resfriado y constipaciones., Alivia mareos y dolores., Ayuda a tratar el síndrome de colon irritable, Alivia dolores menstruales., Ayuda a tratar inflamaciones del hígado., Alivia dolores de cabeza., Ayuda a reducir la tensión nerviosa, la ansiedad e histeria gracias a su acción tranquilizante.



MANZANILLA

Es una planta medicinal originaria de Europa central y el norte de Asia, pero en la actualidad se puede encontrar en casi todo el mundo.

La manzanilla cuenta con propiedades antiinflamatorias, antibacterianas y sedantes, y en la actualidad se utiliza para aliviar una gran cantidad de molestias corporales.

Principales propiedades medicinales de la manzanilla:

Propiedades digestivas

Propiedades relajantes al aumentar los niveles de serotonina, por lo que se usa para tratar el estrés, la ansiedad y el insomnio.

Antiinflamatorio y un apoyo al sistema inmunitario cuando combate contra infecciones.



STEVIA

La estevia es una planta originaria del Paraguay que se utiliza por sus propiedades medicinales.

Se ha utilizado tradicionalmente por sus efectos cardiotónicos, hipotensores y contra la acidez estomacal. Además, es un endulzante adecuado para personas con diabetes, ya que no afecta los niveles de glucosa ni la secreción de insulina. La stevia también tiene propiedades antioxidantes, digestivas, hipotensoras y antimicóticas²³. Es un edulcorante natural seguro cuando se usa con moderación⁴.

Las hojas de Estevia tienen acción:

Antidiabética-Antiinflamatoria-Anticarcinogénica-Hipoglucemiante-Antioxidante-Antimicrobiana-Antitumoral-Hipotensiva



VAPORRUB

La planta de Vaporub, científicamente conocida como "Eucalyptus globulus.

Es originaria de Australia y pertenece a la familia de los eucaliptos.

Esta planta es famosa por su distintivo aroma refrescante y sus propiedades medicinales

tratar afecciones como resfriados, gripes, bronquitis y sinusitis.

Sus hojas contienen aceites esenciales ricos en eucaliptol, un compuesto conocido por sus propiedades antibacterianas y antiinflamatorias



BUGAMBILIA

La planta buganvilia recibe amplio uso medicinal en los estados del centro y sur del territorio mexicano.

Principalmente en casos de afecciones respiratorias como tos, asma, bronquitis, gripa y tosferina.

Para su tratamiento son empleadas las flores y brácteas, así como su preparación en té, el cual se administra por vía oral.

La buganvilia también sirve como un buen tratamiento para la piel ya que sus propiedades antisépticas por lo que ayuda a prevenir el acné y las descamaciones.



HOJA SANTA

La hoja santa es una planta endémica del territorio mexicano, se distribuye ampliamente en los bosques tropicales y los bosques mixtos, pero sus bondades de supervivencia permiten cultivarla en jardines ciudadanos.

La hoja santa tiene un alto contenido en safrol que ayuda a reducir los dolores de cabeza, además actúa como un anestésico por lo que se le usa en caso de picaduras de insectos o mordeduras de serpientes.

Entre sus fitocompuestos también encontramos ácido ascórbico, betacarotenos y niacina. En cuanto a minerales, es rica en calcio y hierro.



BARRAQUILLA O MAGUEY

Es una planta con usos medicinales muy conocida en Centroamérica y mucho más en México.

La planta puede ser utilizada con buenos resultados para combatir el cáncer y combinado con el muicle (ver beneficios aquí) ataca la leucemia.

Se ha encontrado que no afecta las células sanas cuando lucha contra las malignas y eso lo hace muy apetecido por quien.

El maguey morado en infusión es ideal para tratar heridas e inflamaciones en la piel.

Evita que se infecten y va cicatrizando de forma naturales luchan contra ésta enfermedad.

aliviar la tos y mejorar las crisis de asma, contiene mucha fibra lo que lo convierte en un remedio natural para mantener estable la glucosa, bajar



BIBLIOGRAFÍA

14 propiedades y usos medicinales de la Árnica o tabaco de montaña. (2016, octubre 4). ECOagricultor. <https://www.ecoagricultor.com/arnica-propiedades-beneficios-usos-medicinales/>

Agricultor, E. C. O. (2012, noviembre 29). Stevia, propiedades medicinales y beneficios de su consumo. ECOagricultor. <https://www.ecoagricultor.com/la-stevia-y-sus-propiedades/>

Desconocido, M. (2018, abril 10). La bugambilia y sus propiedades medicinales. México Desconocido. <https://www.mexicodesconocido.com.mx/buganvilia-propiedades-medicinales.html>

Manzanilla. (2021, agosto 12). Planta Medicinal. <https://plantamedicinal.net/manzanilla/>

Medicina Natural Alternativa. (2017, agosto 14). La penca de maguey o agave también conocido como fique, Leer más. Medicina Natural y Alternativa. <https://medicinatural-alternativa.com/para-que-sirve-el-maguey/>

Sfera, E. (2021, junio 29). Los beneficios de la hoja santa y para qué sirve esta planta medicinal. Ecoosfera. <https://ecoosfera.com/wellness/los-beneficios-de-la-hoja-santa-y-para-que-sirve-esta-planta-medicinal/>

UnTerra. (2023, agosto 27). Planta de Vaporub: Usos, Beneficios y Cuidados Detallados.

Yordán, E. (2022, diciembre 23). Hierbabuena: propiedades, beneficios y cómo tomarla. ecologiaverde.com. <https://www.ecologiaverde.com/hierbabuena-propiedades-beneficios-y-como-tomarla-4229.html>