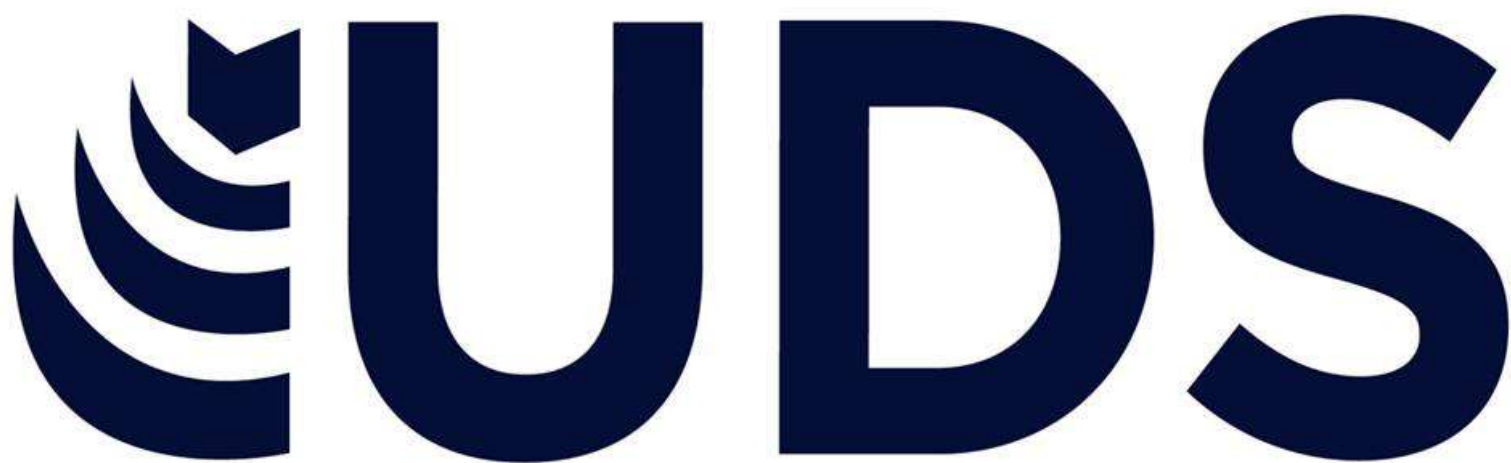




Mi Universidad

Nombre del Alumno: López Porraz Danna Paola

Nombre del tema:

Parcial: IV

Nombre de la Materia: Enfermería y practicas alternativas de salud

Nombre del profesor: Felipe Antonio Morales Hernández

Nombre de la Licenciatura: Lic. en Enfermería

Cuatrimestre: 8vo

Menta (Mentha)

Propiedades curativas

- Aliviar sensación de frío en los pies
- Digestión: gases, náuseas o cólicos.
- Estrés y ansiedad: reduce la presión arterial.
- Insomnio. - Dolores de cabeza.

Preparación.

- 1.- Lavar las hojas
- 2.- Hierve agua
- 3.- Agrega las hojas de menta al agua hirviendo.
- 4.- Deja reposar 10 mins
- 5.- Cuela la infusión
- 1.-a
- 2.- Pica la menta
- 3.- Coloca la menta en un frasco de vidrio esterilizado.
- 4.- Cubre la menta con alcohol.
- 5.- Tapa el frasco y guardarlo durante 1 semana.





Vaporub (Plectranthus oleraceo, tomentoso
o haidensis.

Propiedades curativas.

- Antiinflamatorios
- Antidiabéticos
- Descongestionantes



Hinojo (*Foeniculum vulgare*).

Propiedades

- Antiséptico y cicatrizante
- Aporta hierro y previene los cuadros anémicos.
- Relajante
- Tos
- estreñimiento

Preparación

1.- Hervir agua 2.- Añadir una ramita de hinojo y una cucharada de semilla.

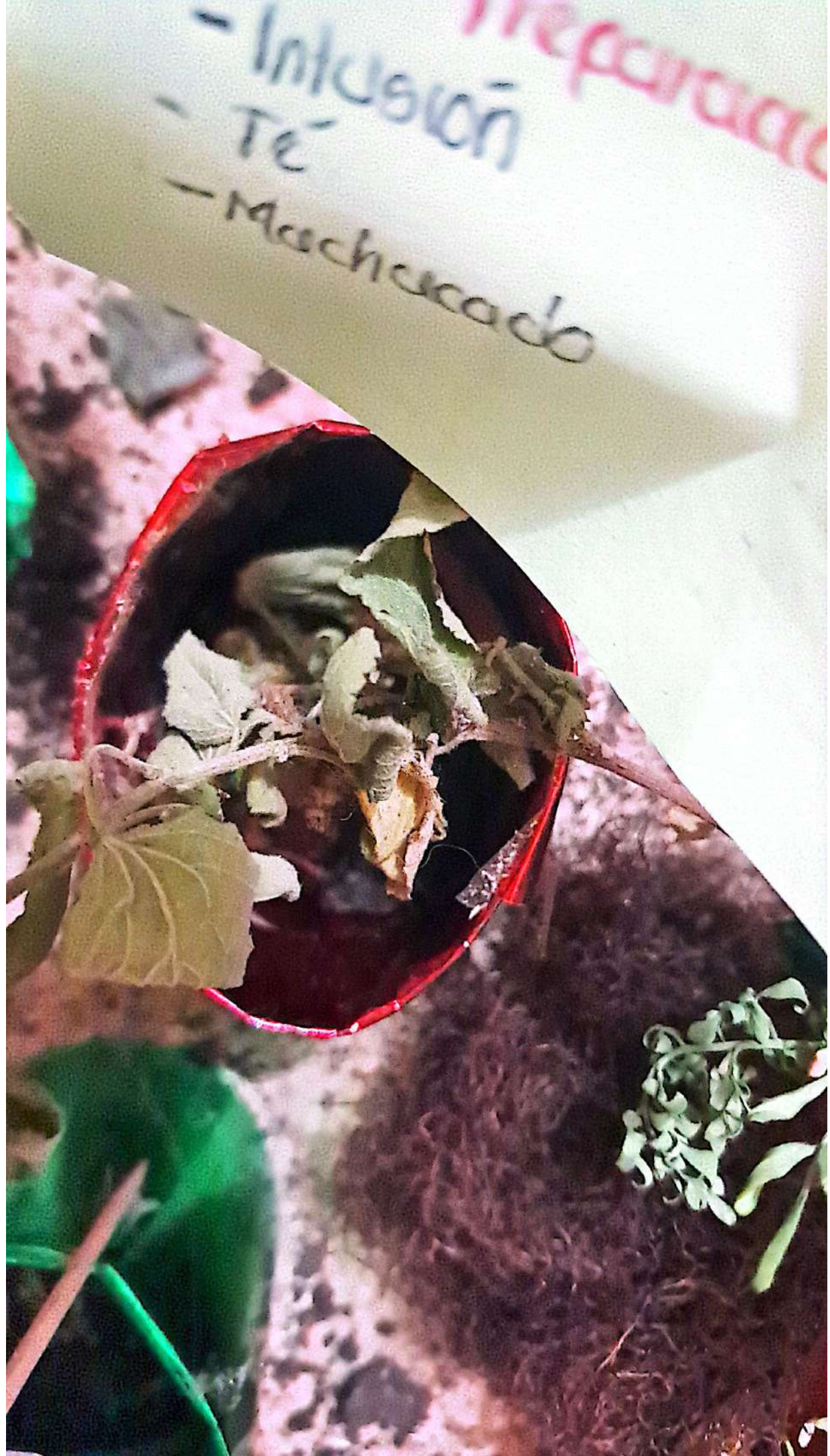
Herba de cáncer (Luphea aequifolia)

Propiedades curativas

- Dolores causados por el cáncer
- Desintoxicación de heridas
- llagas - golpes, inflamaciones,
- erupciones cutáneas
- antitumoral.

Preparación

- Infusión
- Té
- Machucado



Adicki (Muta yradocoleng)

Propiedades curativas

Tonifica las arterias y normaliza la circulación

- Estimula la función biliar
- Dolores de cabeza, reumáticos
- Psoriasis
- Fiebre
- llagas

Preparación

- 1.- Hervir agua.
- 2.- Agregar una cucharada de raíz y dejar reposar el jugo
- 3.- Retirar y dejar reposar

Escaneado con CamScanner

Hoja de Inocina (Chamaecrista
coquimbensis)

Antioxidante
Antiinflamatoria,
Diarreicas,

- Hipotensión - Modular sudoración

Preparación

- Lavar las hojas
- Secado de hojas
- Hervir aprox 250ml de agua
- Añadir 10x hojas al agua hirviendo



Romero (Salvia rosmarinus).

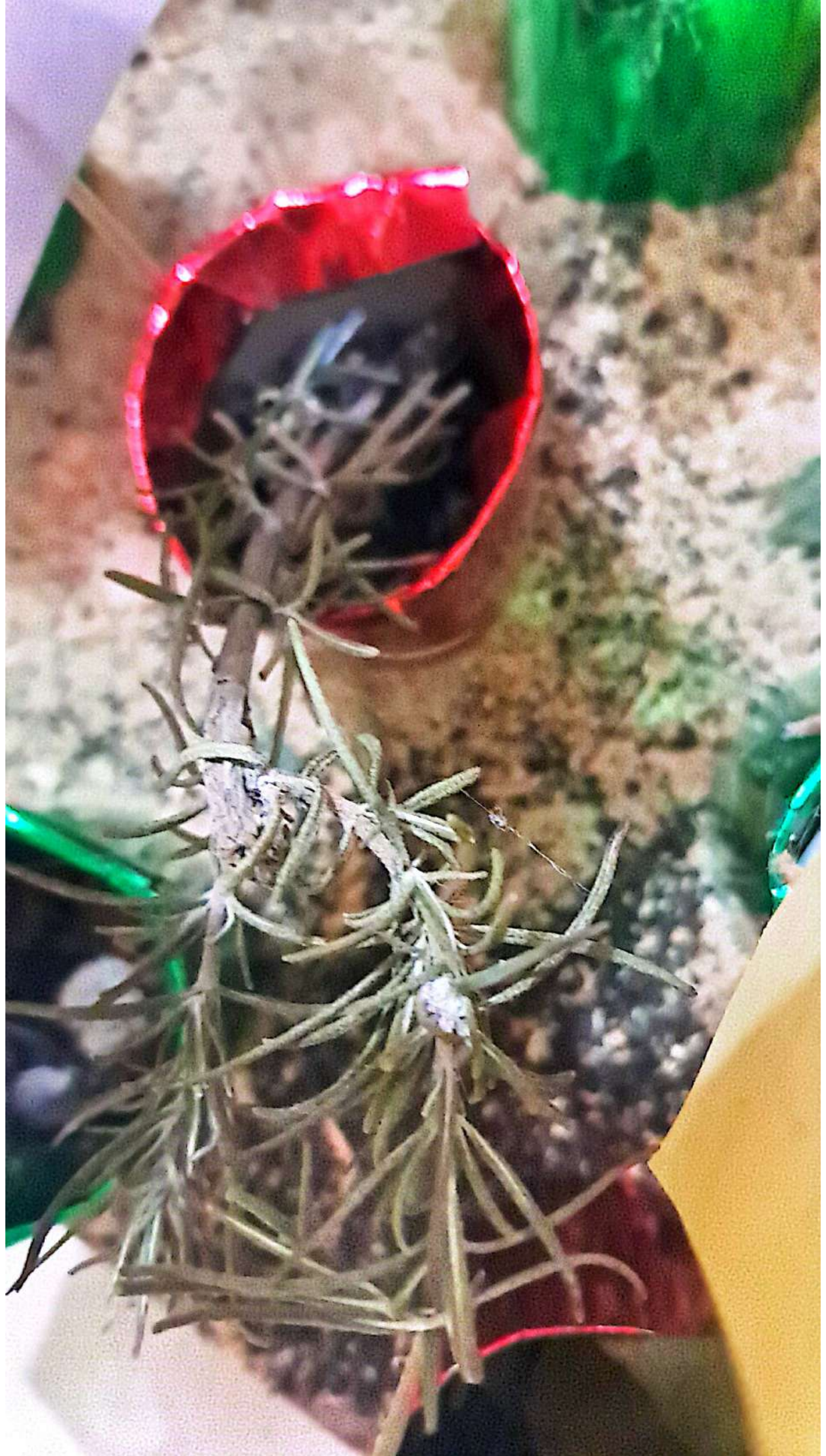
Propiedades curativas

- Reduce el estrés
- Cicatriza heridas, problemas de piel como acné y caspa,
- mejora concentración.

Preparación

Machacar 2-4 gramos de hojas secas de romero en 150ml de agua hirviendo

• reposar • filtrar • Tomar 2-3 veces



Hoja de mango (Mangifera indica)

- Tratar diabetes temprana
- Mantienen la salud del hígado
- Controlan la presión arterial
- Ayudar a perder peso
- Mejoran la memoria y concentración

Preparación

1. Calentar agua

2. Cuando hierva agregar 50g hojas de mango

3. Dejar

5 minutos

4. Colar.

5. Beber

Epazote (*Dysphania ambrosioides*)

- Alivia dolores estomacales
- Cúmul ansiedad
- Descongestiona las vías respiratorias
- Alivia cólicos
- Dolores de cabeza.
- Dolores de muelas

Preparación

- ✓ Infusión
- ✓ Tépo: Cocinar las hojas secas o machacadas para obtener el jugo

Codo de caballo (Equium arvense)

- Ayuda a eliminar toxinas de las vías urinarias
- Fortalece huesos, uñas, dientes
- Coagrizante
- Mejora el aspecto de las estrías
- Ayuda a detener hemorragias

Preparación

1. Hervir el agua
 2. Agregar codo de caballo al recipiente
 3. Verter el agua hirviendo
- Dejar reposar
 - Colar infusión

1000



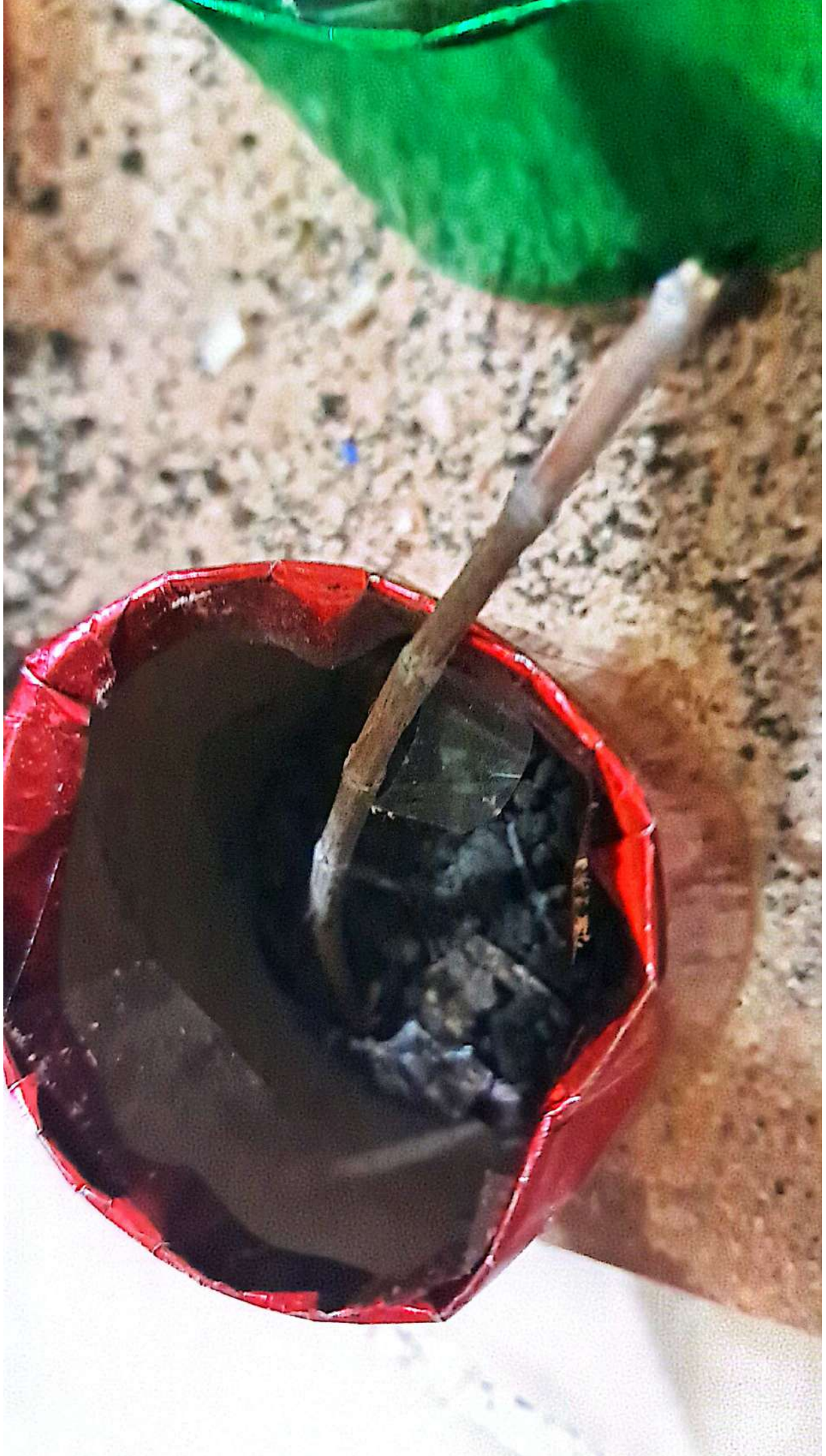
- ... (Crocata)
- Enfermedades gastrointestinales
 - Problemas ginecológicos.
 - Se usa contra el cáncer.
 - Celuleas
 - Antidivético.
 - Solipulido

Preparación.

- Infusión
- Agrega 1 cucharada de capihueja para en una tda de agua caliente.
- Reposo: Dejar reposar.

Antiox...
Antunilo
Diurético
- Hipoten...

- Lavar
- Secado
- Hervir
- Anado 10





Capitaneja (Verbena gracilis)

- Glandulas glandulosas
- Tuberosas grandes
- Se usa contra el cancer
- Glandulas
- Glandulas

Tip de mod

Ameliora
Antitubercular
Dermatosis
- Apoptosis -

Maravilla (Mirabilis de jacobus)

- Reducir inflamación
- Infusión o tintura para tratar afecciones dermatológicas
- Antiséptico

Preparación.

- Infusión 1-2g de maravilla en 150 mL de agua
- Dejar hervir por 10 minutos
- Tomar 2 o 3 veces al día
- Tintura: Aplicar 2-4 mL de tintura

recoñci de buey Ubuhinia
sarficatu.

Propiedades

- Antidiabética
- Diurética
- Antioxidante
- Digestiva
- Expectoante
-

Preparación

1 cucharada de hojas por litro
de agua recién hervida

