



NOMBRE DEL ALUMNO: Liliana Tomas Morales

TEMA: herbolario

PARCIAL: unidad IV

MATERIA: enfermería y practicas alternativas en salud.

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Felipe Antonio Morales Hernández

LICENCIATURA: Enfermería

CUATRIMESTRE: octavo "B"

Hoja de níspero



Nombre científico:

Eriobotrya japonica

Propiedad curativa:

ayuda con la diabetes, Regula la glucosa, la gastritis, la retención de líquidos, Aliviar la congestión bronquial y mejorar las defensas y el sistema inmune.

Modo de preparación:

Colocar agua en un recipiente y poner a hervir, Después de apagar el fuego, añadir las hojas de níspero, tapar el recipiente y dejar reposar durante 10 minutos. Colar y beber enseguida.

incienso



Nombre científico:

Artemisia thuscula

Propiedad curativa:

- Alteraciones hepáticas como disquinesia biliar, litiasis biliar, colelitiasis
- Falta de apetito o inapetencia
- Bronquitis, asma, diarrea, parasitosis intestinales
- Heridas y ulceraciones dérmicas
- Cólicos o dolor de estómago
- Fiebres tercianas

Modo de preparación:

Calienta agua hasta que hierva. Agrega una cucharadita de hojas de ajeno al agua hirviendo. Retira del fuego y tapa el recipiente. Deja reposar entre 5 y 10 minutos. Cuela la infusión para retirar las hojas.

Jengibre



Nombre científico:

Zingiber officinale

Propiedad curativa:

- Para resfriado y tos
- Alivia las náuseas
- Combate los resfriados
- Reduce los calambres
- Mejora el flujo sanguíneo
- Disminuye las migrañas

Modo de preparación:

Colocar el agua y el jengibre en una olla y calentar a fuego lento, después de 5 minutos agregar la miel y el limón, deje enfriar un poco y tomar.

o hervir solo el jengibre tomar como te.

Malva



Nombre científico:

Malva sylvestris

Propiedad curativa:

Tos con catarro, Bronquitis, estomatitis, Dolor de garganta, Estreñimiento, Colitis, Gastritis, Úlceras en el estómago, Dermatitis o quemadura, dolor estomacal fuerte.

Modo de preparación:

- Colocar las flores o las hojas de malva en una taza de agua hervida, y después dejar reposar durante 10 minutos. Colar y beber hasta 3 veces al día.
- Machacar las hojas y flores secas de malva y adicionar una pequeña cantidad de agua. Luego, aplicar en la región afectada.

Maguey morado



Nombre científico:

tradescantia spathacea

Propiedad curativa:

Lavar heridas, asma y tos, dolor de cabeza, es desinflamatorio y antiséptico y cura la disentería del calor, para el riñon.

Modo de preparación:

- Para tratar tos, se puede ingerir un té hecho con las hojas del maguey morado, miel y limón,
- Para tratar los síntomas de la gripe, se puede añadir cebollín y hierbabuena al té
- hervir con poquita agua y agregar los ingredientes.
- Para lavar heridas y llagas, se puede lavar con la cocción de las hojas tres veces al día o hasta que sane la zona afectada

manzanilla



Nombre científico:

Chamaemelum nobile

Propiedad curativa:

Para dolores menstruales, para tos como asma, ayuda a aliviar el estrés y la ansiedad, provocando una sensación de relajación y de calma, ayuda a promover el sueño,

Modo de preparación:

se recomienda poner de dos a cuatro gramos de flores secas por cada taza de agua. Deja que hierva, luego retira del fuego y deja reposar unos cinco minutos. Finalmente, colar y consumir el te.

y para la tos: el mismo procedimiento pero así caliente se pone en una bandeja y poner una toalla pequeña, exprimir y destenderlo en la espalda por 20 minutos.

Mil derrame



Nombre científico:
derrame

Propiedad curativa:

alivia el dolor de corazon cuando hay algún enojo, ayuda cuando no puedes respirar lo suficiente, para la bilis y para desinflamar el estomago cuando tiene aire.

Modo de preparación:

se pone a hervir en 1 vaso las hojas de mil derrame junto con una ramita de hinojo y ruda. o también licuar en un poco de agua las tres plantitas.

Orégano



Nombre científico:

Origanum vulgare

Propiedad curativa:

ayudan a disminuir dolores de cabeza, estómago, garganta, articulaciones y muelas.

Modo de preparación:

Comenzaremos hirviendo agua en una tetera o en una olla y colocaremos las hojas de orégano en una taza resistente al calor. Verteremos el agua caliente sobre las hojas de orégano y dejaremos que la infusión repose durante 5-10 minutos para permitir que los compuestos medicinales se liberen en el agua

Romero



Nombre científico:

Salvia rosmarinus

Propiedad curativa:

Reduce los cólicos, Combatir la acidez, el exceso de gases, el estreñimiento, la sensación de llenura y la falta de apetito, Mejorar la circulación de la sangre y evitar la formación de trombos y ayuda al crecimiento de cabello .

Modo de preparación:

- 1.Hervir agua
- 2.Agregar unas ramitas de romero seco o fresco
- 3.Tapar y dejar hervir 5 minutos
- 4.dejar reposar 5 a 10 minutos
- 5.Colar y tomar o aplicar (en cabello).

Ruda



Nombre científico:

Ruta graveolens

Propiedad curativa:

calmar los cólicos abdominales, regula la menstruación, Calma los síntomas de la menopausia, Baja la presión arterial en la sangre, estimula su circulación,

Modo de preparación:

1. Agregar una taza de agua en una olla y unas ramitas de ruda.
2. Mantenga el fuego encendido hasta que hierva.
3. Apague el fuego, tape la olla durante 10 minutos y deje reposar 5 a 10 minutos más.
4. Cuele y tome caliente.

Sábila



Nombre científico:

Aloe vera

Propiedad curativa:

fortalece el sistema inmunológico, ayuda a las afecciones en los ojos y desórdenes intestinales como el control del estreñimiento, ayuda en el sistema gastrointestinal, para las heridas, quemaduras y problemas de la piel, debido a su actividad contra enfermedades como dermatitis y psoriasis, controlar caspa del cabello y para el acné.

Modo de preparación:

Corta la hoja en varios trozos y corta también ambos lados y la parte de arriba para separar la piel o corteza y llegar a la pulpa. Con la ayuda de una cuchara retira la pulpa de la sábila , Licua el gel y aplicar en las zonas, o solo raspar con ayuda de una cuchara y consumir.

Te limón



Nombre científico:

Cymbopogon

Propiedad curativa:

alivia dolores estomacales, problemas respiratorios (tos y la gripa) y otros malestares como insomnio, fiebre e incluso reumatismo, dolor de cabeza, para detener alguna hemorragia vaginal y Para bajar los niveles de colesterol.

Modo de preparación:

1. Pon agua a hervir.
2. Cuando empiece a hervir añade la planta seca, retira del fuego y deja reposar durante 10-15 minutos.
3. colar y tomar una taza.

Verbena



Nombre científico:

Verbena

Propiedad curativa:

Antipirético: se usa para bajar la fiebre en caso de resfriados

Modo de preparación:

- Hierve el agua: lleva el agua en una cubeta machacamos la verbena lo agregamos al agua,
- revolvemos y movemos todo agregamos un poco de alcohol esperamos 4 minutos.
- empezamos a mojar los pies con el agua y cuando ya este menos caliente sumergimos los pies.
- o machacar ya que este listo poner en agua, colar y consumir.