



Mi Universidad

Herbolario

Nombre del Alumno: Mariana Itzel Hernández Aguilar.

Nombre del tema: Plantas medicinales

Parcial: Unidad 3.

Nombre de la Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud.

Nombre del profesor: Felipe Antonio Morales Hernández.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 8 cuatrimestre.



"Plantas
medicinales"

Ajo



Nombre científico:
Allium sativum.
Familia:
Amaryllidaceae.

Propiedades curativas

Antiséptico, hipotensor y diurético, también posee beneficios rejuvenecedores y sus propiedades son capaces de restaurar las arterias. Auxiliar en el tratamiento de diabetes, dolor de oídos, arterioesclerosis, hipertensión, pérdida de memoria en la vejez, gripe, resfriados, también ayuda a eliminar los parásitos intestinales, vrices, reumatismo, parásitos internos, granos, mezquinos, callos, tos, asma, anginas, bronquitis, anemia, caries, caspa, promueve la menstruación, acelera el parto

Modo de preparación

Consumir dos dientes antes de cada alimento o 40 gotas del bulbo, macerado en alcohol, en medio vaso de agua

Hoja de aguacate



Nombre científico:
Persea americana.

Familia:
Lauraceae.

Propiedades curativas

Antioxidante, digestivo, analgésico para los cólicos menstruales, tos, acidez estomacal, diabetes, mejorar el insomnio, ayuda a calmar el nerviosismo, para tratar la hipertensión.

Modo de preparación

Ingredientes: dos tazas de agua, dos cucharadas de miel y cuatro hojas de aguacate.

Preparación:

Poner a calentar la miel en una cacerola a fuego lento, hasta que se haga caramelo, en ese punto agrega el agua y las hojas de aguacate y dejar hervir por 20 minutos, cuele y sirva su infusión.

Albahaca



Nombre científico:
Acimun basilicum.
Familia: Lamiace

Propiedades curativas

Internamente ayuda a la lenta digestión, gases intestinales, espasmos gástricos, dolor de cabeza, tos y también es buen auxiliar en casos de depresión. Para uso externo sirve para limpiar heridas, eccemas y bajar la fiebre. Mareos, gastritis, parásitos, diarrea, empacho, antiinflamatoria, problemas renales, dolores reumáticos, tensión nerviosa, uso místico (limpias).

Modo de preparación

En dos litros de agua, hacer hervir de 9 a 12 gramos de la planta por 6 minutos; hacer beber 4 vasos de infusión al día por 15 días.

Nispero



Nombre científico:
Eriobotrya
japónica. Familia:
Rosaceae.

Propiedades curativas

Diabetes, actividad hipoglicémica, afecciones renales, cálculos biliares, amigdalitis, diarrea, mejora la digestión, antiinflamatorio, hipotérmica, antihipercolesterolémica, actividad antibiótica.

Modo de preparación

En litro y medio de agua, se harán hervir 8 gramos de la planta por diez minutos a fuego bajo; al colar se beberán 4 vasos de infusión al día por 20 días.

Avena



Nombre científico:
Avena sativa.
Familia:
Gramineae.

Propiedades curativas

Rejuvenecedora, diurética, energética, calma la ansiedad, alivia trastornos de la menopausia, empleada en casos de bronquitis; es un laxante suave, ayuda a controlar la hipertensión; se puede aplicar directamente sobre la piel para tratar la dermatitis, control hormonal en mujeres

Modo de preparación

Cruda o cocida; infusión: en una taza de agua hirviendo se agregan dos cucharadas de avena, se deja reposar durante cinco minutos, puede endulzarse o beberse así; otra forma de tomarlo es en un vaso de agua: agregar tres cucharadas de avena, se deja reposar treinta minutos y posteriormente se licúa, se bebe en ayunas.

Berro



Nombre científico:
Nasturtium
officinale. Familia:
Brassicaceae.

Propiedades curativas

Estimula el apetito y la secreción de los jugos gástricos, control de azúcar en la sangre, diurético, auxiliar en el tratamiento de bronquitis, reumatismo, bajar la fiebre, caídas y aliviar el malestar ocasionado por quemaduras de sol.

Modo de preparación

Crudo, en ensaladas y licuados.

Bougambilia



Nombre científico:
Bougainvillea.
Familia:
Nyctaginaceae.

Propiedades curativas

Útil para el tratamiento de dolor de garganta, tos, asma, posee cualidades expectorantes; también actúa como un eficaz fluidificante de la sangre, cistitis, acné, aliviar la indigestión, diarrea y leucorrea.

Modo de preparación

Infusión: se pone a hervir un litro de agua, se baja la flama y se agregan de 25 a 30 flores, se retira del fuego cuando el agua se pigmenta, se deja reposar de cinco a diez minutos, se filtra y se bebe, se puede endulzar con miel.

Orégano



Nombre científico:
Origanum vulgare.

Familia:
Lamiaceae.

Propiedades curativas

Internamente ayuda con la mala digestión, evita la formación de gas intestinal, produce la menstruación; externamente sirve para lavar heridas y quemaduras, aliviar dolores reumáticos y dolor de oídos.

Modo de preparación

Infusión, maceración,
pomada.

Canela



Nombre científico:
**Cinnamomum
ceylanicum.**
Familia: Lauraceae.

Propiedades curativas

Es un estimulante general, ayuda a regularizar los periodos menstruales irregulares, antiséptico, antiespasmódica, afrodisiaco en las mujeres, mejora la digestión, tos, gripa, digestión, diarrea, fiebre, dolores, nervios.

Modo de preparación

En litro y medio de agua hacer hervir de 6 a 8 gramos de corteza por 4 minutos, enfriar y colar para beber 4 vasos al día por 15 días. Para aplicación en zona localizada usar 16 gramos de la planta.

Perejil



Nombre científico:
Vetroselium
sativum. Familia:
Umbilice

Propiedades curativas

Gota, reumatismo,
insuficiencia renal,
prostatitis, hepatopatías,
provoca la menstruación,
buen digestivo y diurético.

Modo de preparación

Se utiliza en diversas
recetas culinarias;
infusión y licuados.

Laurel



Nombre científico:

Laurus nobilis.

Familia:

Lauraceae.

Propiedades curativas

Tos, gastritis, vómitos provocados por la digestión, crisis asmáticas, palpitaciones cardiacas, diarrea, parálisis, esterilidad, reumas, epilepsia, hidropesía, uso místico.

Modo de preparación

En litro y medio de agua, hacer hervir de 6 a 8 gramos de hojas por 5 minutos; colar y beber 4 vasos de infusión al día por el tiempo que sea necesario. Para baños usar 25 gramos de la planta por 5 días consecutivos.

Cilantro



Nombre científico:
**Coriandrum
sativum.** Familia:
Umbelliferae.

Propiedades curativas

Trastornos digestivos, falta
de apetito,
antiespasmódico y
fortalece el sistema
nervioso.

Modo de preparación

En un litro de agua hirviendo
se agrega una cucharada de
semilla de cilantro, se deja dos
minutos, se apaga el fuego, se
deja reposar de cinco a diez
minutos, se filtra y se bebe.

Romero



Nombre científico:
Rosmarinus
officinalis. Familia:
Lamiaceae.

Propiedades curativas

Hipotensión, decaimiento físico, insuficiencia biliar, mala memoria, colesterol elevado, amenorrea, espasmos estomacales, estimulante del sistema nervioso, padecimientos respiratorios, afecciones digestivas, inflamación estomacal, problemas hepáticos, lavado vaginal post parto, cicatriza heridas, sarampión, alopecia, reumatismo, artritis.

Modo de preparación

En dos litros de agua, hacer hervir de 8 a 9 gramos de la planta por 5 minutos; beber tres veces al día. Para baños, usar 30 gramos de la planta.

Comino



Nombre científico:
Cominum
cymimum. Familia:
Umbelliferae.

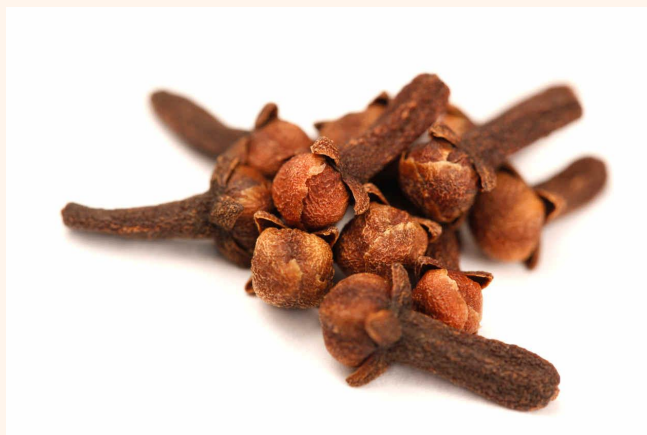
Propiedades curativas

Digestivo, favorece la eliminación de gas intestinal, estimula la producción de leche durante la lactancia, provoca la menstruación, diuresis y favorece la expulsión de parásitos intestinales.

Modo de preparación

Extracto 50 gotas tres veces al día, en recetas culinarias, aceite esencial, decocción.

Clavo



Nombre científico:
*Eugenia
caryophyllata.*
Familia: Myrtaceae.

Propiedades curativas

Internamente es buen expectorante y auxiliar en el tratamiento de la tos, cólicos, mala digestión, eliminación de gas intestinal; para uso externo es un potente analgésico y antiséptico.

Modo de preparación

Infusión, extracto,
aceite esencial.

Chayote



Nombre científico:
Sechium edule.
Familia:
Cucurbitacea.

Propiedades curativas

Inflamación renal, cálculos renales, mal de orín, disminuye la presión arterial, actividad diurética, efecto hipotensor, actividad vasodilatadora y espasmogénica, estimulación cardíaca.

Modo de preparación

En litro y medio de agua hacer hervir de 8 a 10 gramos de la planta durante 5 minutos; colar y beber 4 vasos de infusión al día por 20 días. Consumir el fruto hervido con sal natural (tequesquite) preferentemente para atención por retención de líquidos y problemas renales.

