



Nombre del alumno: Jazmín Alejandra Aguilar Hernández



**Nombre de la materia:
Nutricion y medicina
alternativa**

**Nombre del profesora:
Daniela Monserrat Guillen**

**Nombre de la licenciatura:
Licenciatura en Nutricion**



Cuatrimestre: 5 cuatrimestre

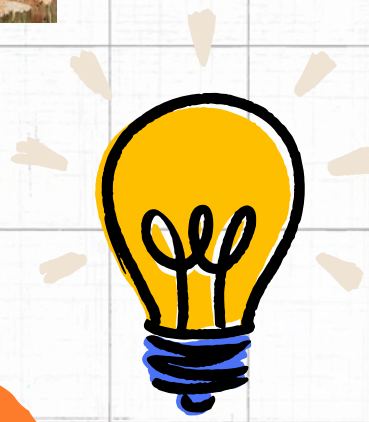


FITOTERAPIA

4.1 CONCEPTOS GENERALES

La Fitoterapia no es una terapia exclusiva del hombre, los animales también aprovechan las virtudes de muchos vegetales para mejorar su salud.

La Fitoterapia, como su nombre indica, es la terapia basada en las plantas (del griego Phytos, planta, vegetal y therapeia, terapia). En realidad, la Fitoterapia constituye una parte de la Materia Médica, siendo la Materia Médica, el conjunto de remedios, tanto de origen vegetal, como de origen animal y mineral.



4.2 INTRODUCCION A LA FISIOTERAPIA

La fitoterapia consiste en usar especies vegetales y sus derivados para prevenir, curar o aliviar síntomas y enfermedades.

Esta ciencia nace del hombre ya que desde la prehistoria siempre se ha tratado de mitigar las enfermedades. Para ello, tenían que aprender a reconocer las plantas útiles para curar y prolongar su vida.



4.3 EMPLEOS Y FORMA DE PREPARACION DE LAS PLANTAS MEDICINALES

HIDROLITOS: Son soluciones cuyo disolvente es el agua. Sin duda es la forma líquida más difundida en Fitoterapia. Se trata de una solución acuosa extemporánea en la que se encuentran disueltos los principios activos.

TIPOS:

- 1- **INFUSION:** método termobil consiste en poner en ebullición y dejar en reposar 30 min.
- 2- **INFUSO:** se coloca en ebullición el agua, posteriormente agrega la droga, se deja reposar de 3 a 5 min.



- 3- **Decocción:** se realiza sometiendo la droga a la acción del agua destilada a temperatura próxima a la ebullición. Esto se realiza en el caso de drogas compactas y duras, en las que el acceso del agua a los principios activos está dificultada por la estructura histológica de la droga.
- 4- **decocto:** es una simplificación de la decocción. Se procede de la siguiente manera, se calienta el agua hasta la ebullición y se vierte la droga tapando el recipiente, se deja hervir durante 5 a 20 minutos, se apaga el fuego y se deja macerar durante 15 minutos.
- 5- en la preparación de la tisana se agrupan varias drogas (unas activas y otras coadyuvantes o correctoras) con el fin de potenciar la acción y/o corregir los efectos adversos que pudieran tener algunas drogas que forman parte de la composición. La tisana tiene que presentar unas cualidades organolépticas agradables. Se procede del mismo modo que en el proceso extractivo del infuso o del decocto.
- 6- **Decocción:** se realiza sometiendo la droga a la acción del agua destilada a temperatura próxima a la ebullición. Esto se realiza en el caso de drogas compactas y duras, en las que el acceso del agua a los principios activos está dificultada por la estructura histológica de la droga.

4.4 FITOTERAPIA EN AFECCIONES DIGESTIVAS

El aparato digestivo dispone de un conjunto de nervios, verdadera red de control integrado que trabaja conjuntamente con una amplia serie de hormonas, tanto locales como sistémicas. Entérico significa relacionado con el intestino y en este contexto se aplica al sistema nervioso local del aparato digestivo. Esta inteligencia a nivel intestinal suele dirigir el aparato digestivo con bastante eficacia.



Fitoterapia para el Aparato Cardiovascular

- Nombre científico: *Camellia sinensis*
- Nombre vulgar: "Té verde"
- Principio activo: Teanina, teobromina
- Función: Disminuye el colesterol, fluidifica la sangre, tonifica el corazón protegiéndolo contra los infartos.



4.5 FITOTERAPIA PARA AFECCIONES EL SISTEMA CARDIOVASCULAR

La fitoterapia es una disciplina terapéutica que utiliza plantas medicinales para tratar diferentes enfermedades y promover la salud. En la fitoterapia, se utilizan diferentes partes de las plantas, como las hojas, flores, tallos, raíces y semillas, para preparar infusiones, tés, extractos, tinturas y cápsulas. Estos productos se administran por vía oral, tópica o inhalatoria, dependiendo del tipo de dolencia y la forma de acción deseada.

FITOTERAPIA

4.6 FITOTERAPIA PARA PATOLOGIAS RESPIRATORIAS

bronquitis es la inflamación aguda o crónica de la membrana mucosa de los bronquios. Puede tener un origen infeccioso, que es lo habitual, y cursar con fiebre, tos y dolor al expectorar, y dificultades para respirar normalmente. La inflamación puede ser de la parte superior de los bronquios, de donde parte la tráquea, y en ese caso estaríamos hablando de una traqueitis

