

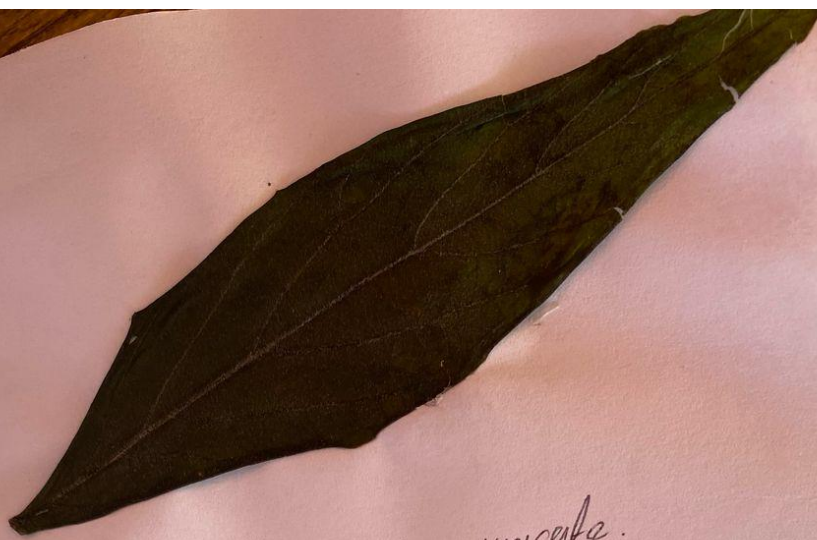
UDS mi Universidad
5/04/2025

tema: Plantas medicinales

Nombre del alumno: Mayra Lizeth Cenicó Gr.

Nombre del prof: Felipe Antonio Hernández H.

Grado: 8 Grupo: B



Nombre Común: Hoja de aguacate.

Nombre Científico: *Persea americana*

Propiedades curativas: *Persea americana* tienen propiedades medicinales se pueden utilizar para aliviar dolores, reducir la inflamación y combatir infecciones, alivia la digestión, combate contra la diarrea.

Qué enfermedades cura: Problemas digestivos.

Modo de preparación: - Lava las hojas de aguacate para eliminar cualquier impureza.

- Hierve el litro de agua en una olla.
- Una vez que el agua hierva, agregar las hojas.
- Deja hervir por 5-10 minutos a fuego lento.
- Retira la olla del fuego y deja reposar 5 minutos.
- Sirve el té caliente, si quieres se añade miel.



Nombre Común: Savila.

Nombre científico: Aloe Vera

Propiedades curativas:

- Cicatrización.
- Digestión.
- Dolores.
- Inflamación.

Enfermedades que cura: Quemaduras y la psoriasis e indigestión, acné, virus de herpes simple.

Modo de preparación:

- Lava la hoja de aloe vera con agua fría
- Corta los extremos y los laterales para quitar las espinas.
- Agrega el gel a la licuadora.
- Añade un poco de zumo de naranja o limón.
- Trifurra hasta obtener una mezcla homogénea.



Nombre común: Hinojo

Nombre científico: Foeniculum Vulgare.

Propiedades curativas: Regula el sistema digestivo, es un depurativo natural y tiene cierto poder antiinflamatorio.

Beneficios

- Combate la gingivitis y las infecciones bucales.
- Recomendado para menstruaciones dolorosas.

Modo de preparación

- 50 g de hinojo, con 250 ml de agua ponerlo en ebullición para infusión.



Nombre común: Bugumbilia.

Nombre científico: Bougainvillea.

Propiedades curativas:

- Alivia la tos, asma, la bronquitis, la gripe, el dolor de pecho.
- Digestivos, alivia la diarrea y dolor de estómago.
- Desinfecta heridas y previene el acné.

Enfermedades que cura:

Diabetes: Ayuda a controlar los niveles de glucosa.

Articulares: Alivia el dolor articular.

Modo de preparación:

- 1: Calentar aprox 250 ml de agua.
- 2: Agregar 8-10 flores de bugambilia.
- 3: Dejar hervir a fuego lento durante 1 min.
- 4: Retira del fuego y dejar reposar durante 10 min.
- 5: Cuele el té y endulce al gusto con miel.

Nombre

Propiedades

ad

div

Enf

-Ina

-go

-H

Modo

1 vez

una



Nombre común: Cardosanto Nombre C: Argemone

Propiedades curativas:

actúa como antibiótico, hipoglucemiante,
diurético, colagogo y antitumoral.

Enfermedades que cura:

- Inapetencia - Dispepsia - Espasmos
- gastrointestinales leves - Infecciones
- Hicidas, Tos Hinchazón - Anorexia

Modo de preparación:

1. Vertir 1 a 2 cucharadas de cardosanto en una taza de agua hirviendo. (tallos de plantas).
2. Dejar reposar durante 5 a 10 min.
3. Colar y beber.



Nombre común: Campasuchil

Nombre científico: Tagetes erecta

propiedades características:

Principalmente para el tratamiento de padecimientos digestivos, fiebre e incluso enfermedades respiratorias.

Enfermedades que cura:

- Aliviar problemas digestivos
- Dolores de periodo menstrual.
- Relajación

Modo de preparación:

Lavar bien los pétalos de Campasuchil con agua fría.

- Hierve 4 tazas de agua en un recipiente.

-Una vez que el agua está hirviendo, añade los patitos de comperschil.

-Reduce la temperatura y deja que los patitos hiervan a fuego lento durante 10 minutos.

-Cuela los patitos y sirve et te.

-Endulza con miel o azucar al gusto,
y añade un poco de jugo de limón.



Nombre común: Ajenjo

Nombre científico: *Artemisa Absinthium*.

Propiedades curativas:

- Afecciones digestivas
- Alteraciones hepáticas
- Falta de apetito.
- Infecciones parásitarias.
- Alteraciones de la regla.
- Fiebre.
- Infecciones respiratorias.

Enfermedades que cura:

- Dispepsia hiposecretora.
- Flatulencia.
- Atonía digestiva.
- Disquinestia biliar.
- Litiasis biliar.

- amenorrea o hipomenorrea.
- reglas dolorosas.
- Bronquitis, gripe.
- Otitis, faringitis, tonsilitis.

Uso externo:

- Dermatomycosis, otitis, heridas, quemaduras y ulceraciones dérmicas.
- Picaduras de insectos. (aplicada sobre la piel).

Modo de preparación:

- 1 calienta agua hasta que hiera.
- 2 agrega hojas y flores de ajeno.
- 3 Retira del fuego y cubre el recipiente.
- 4 Deja reposar durante 5 a 10 min.

Recomendaciones

- para un litro de agua agrega cucharada de ajeno.
- se puede beber hasta tres veces al día.
- No aconsejable en embarazo y lactancia.
- No administrar en niños con pequeños o personas con epilepsia.



Nombre científico: Ruta graveolens.

Nombre Común: Ruda

propiedades curativas:

- Tomada en infusión es abortiva.
- Planta con gran contenido de U.C
- Analgesia y desinflamatoria.
- Trata el dolor.

Enfermedades que cura:

- Amenorrea
- Espasmos gastrointestinales.
- Parasitosis.
- Varices, hemorroides.
- Infecciones de los ojos.

- Dolores estomacales

- Modo de preparación

- 1 Hervir agua en una olla.
- 2 Retirar del Fuego.
- 3 Añadir una cucharadita de ruda seca.
- 4 Tapar la olla y dejar reposar.
- 5 colar y tomar Frio.

También se puede usar para hacer compresas.



Nombre común: pimienta negra.

Nombre científico: *piper nigrum*.

propiedades curativas:

- alivio para la tos.
- inflamación
- prevención de envejecimiento.

Enfermedades que cura:

- Bronquitis crónica.
- Gonorrea.

Modo de preparación:

- Se recolectan las bayas de la pimienta antes de que estén maduras.

- se cocinan brevemente en agua para romper las paredes celulares.

- se secan al sol, lo que les da su característico color negro.

- se desgranan los granos, listo para prepararlo en té.



Nombre común: Hoja de guayaba.

Nombre científico: *Psidium guajava*.

Propiedades curativas

Las hojas se usan en infusión contra el ácido úrico, la hipertensión, hinchazón de piernas.

Enfermedades que cura:

- Elimina parásitos.
- Trata el ácido úrico.
- Trata la hipertensión.
- Cólico intestinal
- Antidiarreico.
- Inflamación abdominal.

Modo de preparación:

- Hervir entre 5 y 10 hojas en 1 lt de agua durante 10-15 min.
- Beber entre 1 y 2 tazas al día.
- Consumir directamente las hojas frescas para mejorar la salud bucal.
- Extracto: Disponible en forma de capsulas o líquidos como suplemento diabético.

Componentes bioactivos:

Saponina

- ✓ Taninos
- ✓ Flavonoides
- ✓ Eugenol
- ✓ Triterpenoides

Nombre común: Nís

propiedades cardíacas

la diuresis en niños

los nervios y sobre

Es un: Analgesico,

Enfermedades que co

• Diabetes • Hip

• Dolor de riñones.

• sangrado de encías.

• Desnutrición • De

• De



Nombre común: Nispero Nombre Cient: *Eriobotrya japonica*.

propiedades curativas: se emplea para curar la diarrea en niños, se utiliza para tratar los nervios y sobre todo para tratar la diabetes. Es un: Analgésico, antibacteriano, antiviral, etc.

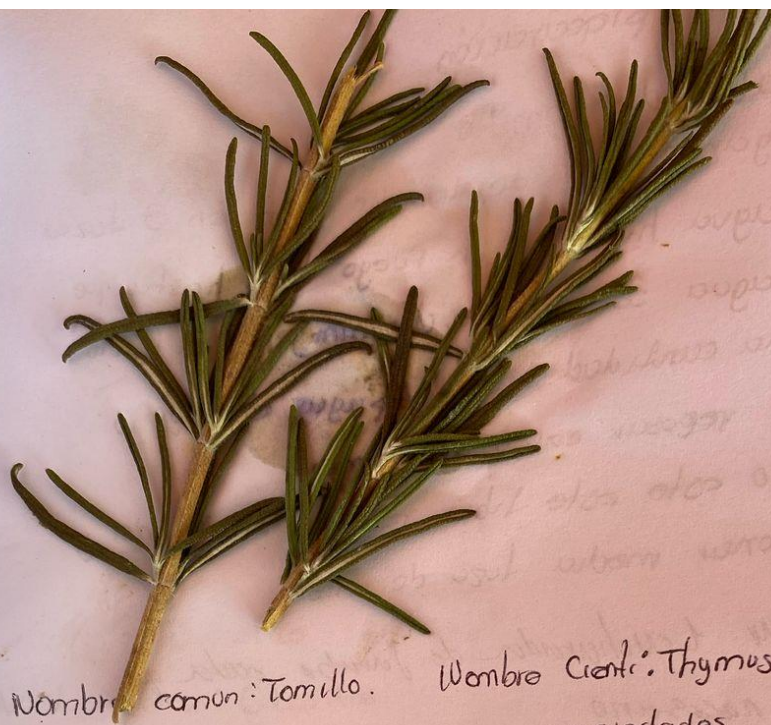
Enfermedades que cura:

- Diabetes • Hipertensión A.
- Dolor de riñones. • Diarrea
- Sangrado de encías. • Anemia.
- Desnutrición • Retención de líquidos.

Preparación.

-El té puede prepararse en hojas secas o frescas del nispero y es recomendado para mejorar la digestión.

10 g de hojas secas
1 lt de agua.



Nombre común: Tomillo. Nombre Científico: *Thymus Vulgaris*

propiedades: El tomillo posee propiedades antitumorales, antioxidantes, antiinflamatorias, antifúngicas, antibacterianas, neuro protectoras, anticancerígenas, antihipertensivas y hipolipémicas, estas propiedades se deben a que el tomillo posee diversos compuestos bioactivos.

- linalol
- linalool
- carvacrol
- kempferol.

Enfermedades que cura.

- Infecciones por hongos.
- Combatir acné.
- Enfermedades cardiovasculares.
- Control de presión Arterial.
- Combatir tos.

Modo de preparación

Jarabe de tomillo
agregar 1 rama de tomillo seco en 3 litros
de agua hirviendo en fuego bajo hasta que
el agua se evapore, disminuyendo un tercio
de la cantidad inicial. Apagar el fuego y
dejar reposar cerca de 3 min.
cuando este este tibio retirar la rama y
adicionar media taza de miel.

Tomar 1 cucharada de jarabe cada que
sea necesario.

Guardar el jarabe en un frasco de vidrio
limpio, y guardar hasta 2 meses.

~ Diure

Nombre Común: C

Nombre Científico

propiedades c

Acciones esen

-dodecainol

-huleno

Enfermedades

adidas

• Estron

• Hinchaz

• Dolores

• Infecc

• Previa

Modo de prepa

1 taza de agua

3 ramitas



~ "Diurético natural" ~

Nombre Común: Cilantro.

Nombre Científico: *Coriandrum sativum*.

propiedades curativas: Digestivo, antibióticas, depurativas.

Aceites esenciales

- dodecanal - decano - linanol. - ácido malico.
- huleño - gerofileno. - taninos.

Enfermedades que cura.

- diabetes • Estreñimiento.
- colesterol • Hinchazón
- obesidad. • Dolores articulares.
- Infecciones.
- Prevenir algunas.

Modo de preparación.

- 1 taza de agua.
- 3 ramitas de cilantro.

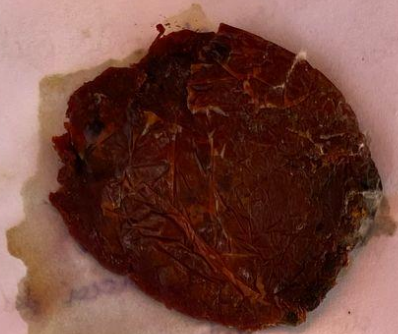
como consumir

- Fresco • tintura.
- seco • capsulas
- polvo • Aceite
- Infusión • esencial.

1 Lavar y desinfectar el cilantro

2 poner a hervir el agua con hojas de cilantro.

3 Dejar reposar 10 min.



Nombre científico: Karuland

Nombre común: Carissa carandas.

Propiedades medicinales: Usado por propiedades antiinflamatorias, antimicrobianas y antioxidantes.

Frutos ricos en vitamina, minerales y fitoquímicos, tiene propiedades afrodisíacas y se utiliza para aumentar la libido y la fertilidad.

Enfermedades que cura:

- Inflamación bucal y otalgia.
- Fiebre intermitente.
- Gusanos intestinales.
- Escorbuto.
- Diabetes.
- Sistema inmunológico.
- Trastornos estomacales.
- Epilepsia.
- Prurito.
- Hemorroides.
- Lepra.
- Artritis R.



Nombre común: Insulina.

Nombre Científico: Cassia verticillata.

propiedades cerebrales:

- Controlar los niveles de glucosa en la sangre.
- Eliminar la orina retenida en los trastornos renales.
- Aliviar el dolor estomacal.
- Modular la sudoración.
- Reumatismo o inflamación articular.
- Inflamación muscular.
- Infecciones por hongos u otros microbios.



Nombre común: Oreganón orejol.

Nombre científico:

propiedades curativas:

- propiedades antioxidantes
- antiinflamatorias.
- carminativas (favorece la expulsión de gases)

Enfermedades que cura.

- Dolores de cabeza, estómago.
- Dolor de las amígdalas.
- Prevenir problemas cardíacos.

- problemas digestivos.
- Estreñimiento.
- Alivia la tos.
- Asma
- Resfriado.

Modo de preparación:

• preparar té o infusiones con hojas y flores secas.

Tomar dos tazas al día, en ayunas y otra por la noche.

Mezclar con cenela para combatir la fiebre.

1 Hervir agua en una olla.

2 colocar hojas en una taza.

3 Verter agua caliente sobre las hojas.

4 Dejar que repose durante 10 min.

5 Endulzar con infusión con miel a gusto.

Nombre común:

Nombre científico:

propiedades:

- Digestivo

- antiinflamatorio

- analgésico

Enfermedades:

• Problemas de

• Alivia mocos

• Sntomas de gripa



Nombre común: Hierbabuena.

Nombre Científico: Mentha spicata

propiedades curativas

- Digestiva - Analgesica + Esti

- antiinflamatoria

- Antiséptica

- analgésicas

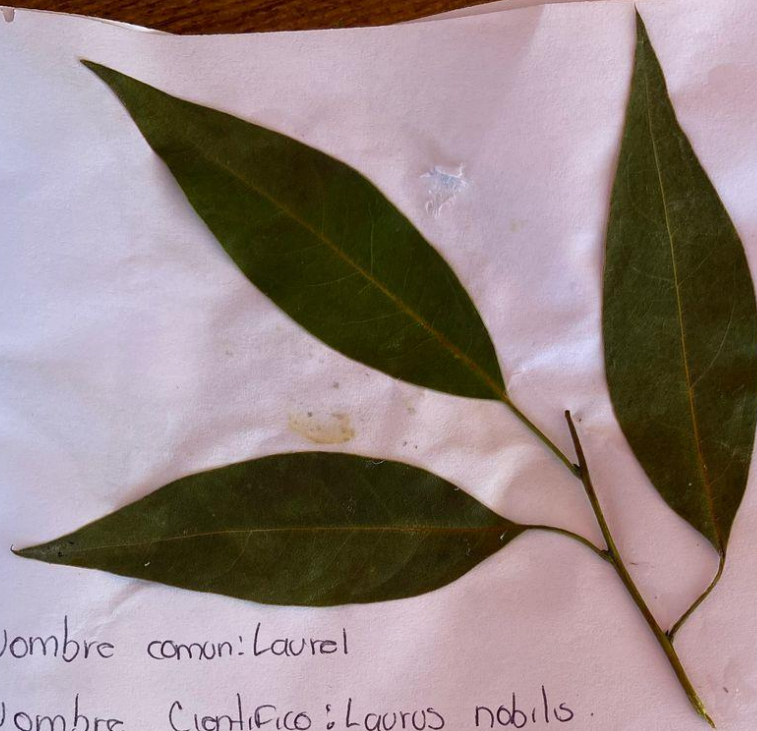
- Antioxidantes.

Enfermedades que cura

• Problemas de la vesícula biliar.

• Aliviar mareos.

• Síntomas de gripes y catarros.



Nombre comun: Laurel

Nombre Científico: *Laurus nobilis*.

propiedades medicinales:

• pueden ayudar con el sistema digestivo,
respiratorio.

Enfermedades que cura:

- Frena diarrea.
- Reduce flatulencias.
- previene el acidez estomacal.
- Disminuye el colesterol
- Ayuda a prevenir infartos.
- Derrames cerebrales.
- combate la inflamación.
- Contrarresta el crecimiento de microorganismos.



Nombre común: Papaya

Nombre científico: *Carica papaya*.

Propiedades medicinales:

- Ricas en vitaminas, minerales.
- Enzimas, ricas en papaína.
- Antioxidantes.
- Ayuda con la Fiebre del dengue.



Nombre común: Jengibre.

Nombre científico: Zingiber officinale.

Usos medicinales:

- Reduce las náuseas.
- Mejora el flujo
- Evita los calambres.
- Disminuye las migrañas.
- Reduce los niveles de estrés.

Enfermedades que cura:

- Artritis
- Reumatismos.
- Dolor de garganta.
- Enfermedades infecciosas.
- Alivia las náuseas.
- Mejora la calidad de vida con pacientes con epoc.
- Reduce los n. de azúcar.
- Indigestión.

Método de preparación:

- 1 En una olla pequeña, hierva el jengibre con agua. Reduzca a fuego lento y cocine por 5-10 minutos, dependiendo de fortaleza deseada.
- 2 Retire del calor y añada el jugo de limón, si lo usa y miel a azucar al gusto.

Tomar inmediatamente.

Nombre c

Nombre e

proprieda

- Inflam

- anti-cep

Enferme

- Alivia

- Desinf

ampollo

- Alivi

- laxa

Prepara

Pura

cuchara

malva



Nombre científico: *Plantago major*.
Nombre común: Lante.

Propiedades

- Inflamatorias
- Anticépticas

- Cicatrizantes.
- Antibacterianas.

Enfermedad que cura

- Alivia la tos, la irritación de garganta.
- Desinflama y desinfecta heridas, llagas, ampollas, raspones, acné y dermatitis.
- Alivia picaduras.
- Laxante suave.

Preparación.

Para un té, se pueden hervir media cucharada de hojas secas de lante mayor a una taza de agua caliente.



Nombre común: Beruena

Nombre científico: *Verbena officinalis* L.

Propiedades:

- Sedante. Ayuda a calmar la mente y la ansiedad.

- Antiinflamatorio.

- Analgésico.

- Antiespasmódico.

Enfermedades que cura:

- Insomnio.

- Tratar la histeria.

- Hígado graso.

- Estimular la lactancia.

Preparación:

Preparar una infusión de verbena,

vertir 100 ml de agua sobre 1g de hojas secas de verbena.

Beber hasta tres tazas de infusión.



Nombre común: Rinsan.

Nombre científico: Ipomoea - Pes - Caprae.

Propiedades

Sirve para eliminar problemas de arenillas

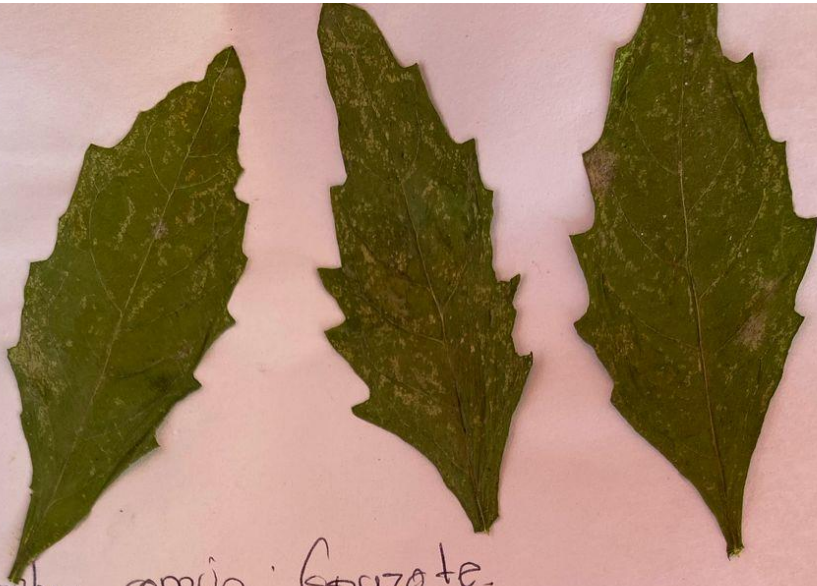
- Calculos renales
- Infección en la orina en la vejiga
- Sistitis
- Retención de líquidos

Enfermedades que cura:

- Disminuir el ácido úrico
- Disminución en el riesgo de desarrollar gota (un tipo de artritis).
- Contra la retención de líquidos en el cuerpo
- Reducción de dolor en la cintura
- Expulsión de piedras de los riñones.

Preparación

poner a hervir un litro de agua y posteriormente agregar unas cuantas flores.



Nombre común: Epazote.

Nombre científico: *Dysphania ambrosioides*.

Propiedades:

- Digestivas • Desparasitarias • Analgésicas
- Además de ser rico en nutrientes como fibra y ácido fólico.

Enfermedades que cura:

- Problemas digestivos • problemas intestinales
- Resfriados y tos • Dolor menstrual
- Infecciones • Enfermedades respiratorias

Preparación:

- 1: Hervir agua
- 2: agregar epazote al agua hirviendo
- 3: Reducir el fuego y dejar hervir a fuego lento
- 4: Retirar del fuego.
- 5: Colar la infusión
- 6: Endulzar con miel o añadir unas gotas de limón.
- 7: Consumir caliente y con moderación.