



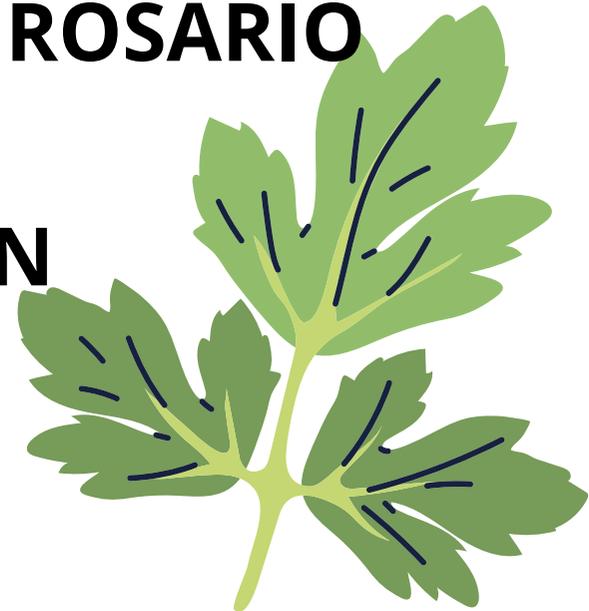
**FITOTERAPIA**

**ISELA NARVAEZ GARCIA**

**L.N LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO**

**MEDICINA ALTERNATIVA**

**LICENCIATURA EN NUTRICION**



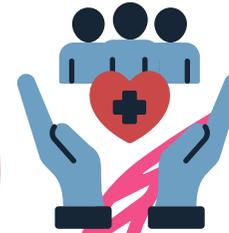
## CONCEPTO

Es el uso de plantas medicinales para prevenir, aliviar o tratar diferentes enfermedades y dolencias



## AREA DE LA SALUD

Tratamientos complementarios  
Se utiliza para aliviar síntomas como dolor, estrés o insomnio. Por ejemplo, la valeriana y la manzanilla son populares para la ansiedad y el sueño.



## PRECAUCIONES

Las dosis incorrectas pueden ser inefectivas o, en algunos casos, tóxicas. Sigue siempre las indicaciones de un profesional o las especificaciones del producto.



# FITOTERAPIA



## INTEGRACIÓN EN LA MEDICINA MODERNA

puede ser utilizada junto con tratamientos médicos convencionales, siempre bajo supervisión profesional, especialmente en hospitales o centros de atención que integren prácticas de medicina integrativa



## PUEDEN TRATAR...

- Problemas digestivos: Plantas como la manzanilla, el jengibre o el hinojo son populares para aliviar indigestión y náuseas.
- Estrés y ansiedad: Valeriana, melisa y lavanda son utilizadas por sus efectos relajantes.
- Dolor e inflamación: Árnica y cúrcuma se emplean para reducir inflamaciones y aliviar dolores musculares.



## DESCUBRIMIENTOS

Muchas medicinas modernas se originaron en compuestos naturales encontrados en plantas. Ejemplos:

- La aspirina proviene del sauce blanco.
- La morfina, utilizada para el dolor, fue extraída originalmente del opio.

