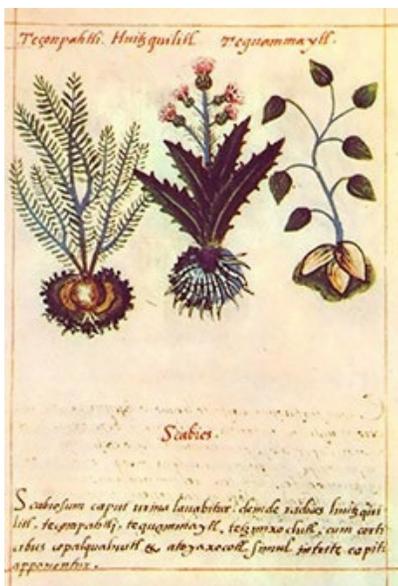


CULTIVO DE PLANTAS PARA USO MÉDICO

Cataplasmas, infusiones, extractos.

Se denominan plantas medicinales aquellas que pueden utilizarse para tratar enfermedades o para curar lesiones. La acción terapéutica (alivio o mejora), se debe a sustancias químicas llamadas principios activos, sustancias que ejercen sobre el organismo vivo una acción farmacológica, beneficiosa o perjudicial. El uso tradicional de plantas medicinales es muy usual, especialmente en sociedades con dificultades de acceso a medicamentos.

Existe una errónea creencia de que los productos naturales son inocuos e incluso ventajosos por su carácter "natural". Esta falsa percepción se basa en la tradición y no en estudios sistemáticos que evalúen su seguridad. Tóxicos y venenos, como la cicuta, las toxinas de las setas venenosas y el veneno de escorpión, son productos tan naturales como la miel de abeja. Las plantas también pueden provocar reacciones adversas: intoxicación o sobredosis por interacción con otras sustancias. En productos elaborados en base a plantas medicinales, poner especial atención a problemas con metales pesados, fitopatógenos y rastros de plaguicidas. (Wikipedia)



Códice M. de la Cruz-Badiano

REGISTROS DE PLANTAS MEDICINALES

La salud entre culturas como la náhuatl y la maya, se obtenía con tratamientos que requerían de alternativas naturales para sanar y tratar enfermedades. Fray Bernardino de Sahagún estudió y registró los nombres en náhuatl de las plantas que utilizaban para ciertos padecimientos, recopilando estos datos en su libro Historia general de las cosas de la Nueva España. (1548). El códice De la Cruz-Badiano, elaborado en 1552 sobre las hierbas medicinales, fue elaborado en náhuatl por el indígena Martín de la Cruz y traducido al latín por su compañero Juan Badiano. El libro es la fuente más antigua sobre la herbolaria de México. México ha hecho grandes esfuerzos para reunir información sobre plantas medicinales.

De particular relevancia es la Biblioteca Digital de Medicina Tradicional Mexicana que reúne alrededor de 2,000 especies de plantas de 183 familias. La CONABIO, Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad registra más de 4 mil especies de plantas con atributos medicinales, que representan 15 % del total de la flora nacional. A continuación, se presentan ejemplos de plantas que siguen utilizándose para ayudar a aliviar o prevenir distintas enfermedades:



SALVIA

La Salvia Officinalis, comúnmente llamada salvia, es una especie herbácea perteneciente a la familia de las lamiáceas. La salvia ayuda a que se haga bien la digestión y, tomándola en infusión, es un buen medio para combatir la sudoración excesiva, usándose, además, para enjuagues bucofaríngeos. Tiene efectos sedantes y desinfectantes.

HIERBA SANTA

La Hierba santa (*Piper auritum*) es utilizada con frecuencia para el tratamiento del resfriado común, así como para problemas respiratorios crónicos como la bronquitis y el asma. Ayuda a disminuir la fiebre, es relajante, ayuda al buen funcionamiento intestinal y disminuye el dolor estomacal. Su nombre fue otorgado por los sacerdotes españoles que quedaron impresionados con sus propiedades para tratar diferentes malestares.



ESPINOSILLA

La Loeselia mexicana, comúnmente llamada espinosilla, disminuye la temperatura corporal, previene la caída del cabello y la aparición de caspa, además de ayudar contra el dolor de cabeza, migrañas y enfermedades respiratorias.

MAGUEY MORADO

La Tradescantia spathacea, llamada popularmente maguey morado, es una especie herbácea perteneciente a la familia de las commelináceas, que se utiliza para disminuir el dolor de estómago. También es antiséptica y desinflamatoria.



HIERBA DULCE

La Phyla scaberrima es una planta digestiva que ayuda a disminuir la presión arterial y la tos. La infusión de sus hojas es usada en la medicina popular como cicatrizante, para dolores de garganta por inflamación de las amígdalas, lesiones diversas de la mucosa (estomatitis, aftas, inflamación de las encías); por sus propiedades astringentes y diuréticas, también se emplea en el tratamiento de la incontinencia urinaria y de otras afecciones renales y de la vejiga.

BUGAMBILIA

El género Bougainvillea, es utilizada como expectorante. Ayuda a eliminar la mucosidad alojada en las vías respiratorias altas. Mejora el sistema respiratorio colaborando con el correcto funcionamiento de los pulmones y de su capacidad de oxigenar el cuerpo. Es amplio su uso medicinal tradicional en los estados del centro y sur del territorio mexicano, principalmente en casos de infecciones respiratorias como tos, asma, bronquitis y gripa.



Para saber más...



**BIBLIOTECA DIGITAL DE
LA MEDICINA
TRADICIONAL MEXICANA**

<http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx>