

Universidad Autónoma del Estado de Morelos

PLANTAS MEDICINALES

UN ACERCAMIENTO A LA TRADICIÓN

Amanda Ortiz
Patrizia Granziera

Ilustraciones
Mercedes Cardoso





PLANTAS MEDICINALES

UN ACERCAMIENTO A LA TRADICIÓN

PLANTAS MEDICINALES

UN ACERCAMIENTO A LA TRADICIÓN



Amanda Ortiz

Patrizia Granziera

Ilustraciones

Mercedes Cardoso

Esta publicación fue dictaminada por pares académicos bajo la modalidad doble ciego.

Ortiz, Amanda, autor

Plantas medicinales : una acercamiento a la tradición / Amanda Ortiz,
Patrizia Granziera ; ilustraciones Mercedes Cardoso.- - Primera edición.- -
México : Universidad Autónoma del Estado de Morelos, 2023.

108 páginas : ilustraciones a color

978-607-8784-94-3

1. Plantas medicinales – México 2. Medicina tradicional – México
3. Etnobotánica – México

LCC QK99.M4 DC 581.6340972

Plantas medicinales: un acercamiento a la tradición
Primera edición, mayo de 2023

D.R. © Textos: Dra. Amanda Ortiz Sánchez
y Dra. Patrizia Granziera

D.R. © Ilustraciones: Mercedes Cardoso

Corrección de estilo: Camilo Rodríguez

Diseño editorial: Mercedes Cardoso

D.R. © 2023, Universidad Autónoma del Estado de Morelos
Av. Universidad 1001
Col. Chamilpa, CP 62209
Cuernavaca, Morelos, México
publicaciones@uaem.mx
libros.uaem.mx

ISBN: 978-607-8784-94-3

DOI: 10.30973/2023/plantas-medicinales



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No-Comercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).

Hecho en México

PLANTAS MEDICINALES: UN ACERCAMIENTO A LA TRADICIÓN
busca divulgar el conocimiento de las plantas medicinales que están a su
alcance y promover su uso con responsabilidad.

La presente obra es un catálogo e identificador de plantas, para hacer uso
de éstas es recomendable consultar un especialista.



AGRADECIMIENTOS



La obra PLANTAS MEDICINALES: UN ACERCAMIENTO A LA TRADICIÓN fue posible gracias al apoyo de diversas instituciones y personas. Gracias al Jardín Etnobotánico y Museo de Medicina Tradicional de Cuernavaca por abrirnos sus puertas y permitirnos capturar la belleza de las plantas que alberga. Gracias al Dr. Bruno Parodi por su aportación bibliográfica y con ello enriquecer esta publicación.

Esta obra fue desarrollada en el marco de la Maestría en Producción Editorial y con el apoyo económico del Programa Nacional de Posgrados de Calidad (PNPC) del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt).



Echinacea purpurea

CONTENIDO

13 INTRODUCCIÓN

16 BREVE HISTORIA
DE LA HERBOLARIA

28 LA MAGIA
DE LAS PLANTAS

100 ÍNDICE
DE PADECIMIENTOS

103 GLOSARIO

107 BIBLIOGRAFÍA

Ipomoea purpurea





Passiflora edulis

“

CONTRA CADA
PADECIMIENTO

CRECE UNA

PLANTA

”

PARACELSO

INTRODUCCIÓN



El territorio de los Estados Unidos Mexicanos es privilegiado por su diversidad biológica y cultural que incluye una vasta flora medicinal con un historial extenso de aprovechamientos. El profesor José Luis Villaseñor (2004, 2016) ha contabilizado en el país más de 23,300 especies de plantas vasculares nativas y al menos 618 exóticas, de las cuales aproximadamente una de cada cinco tiene usos medicinales (Caballero *et al.*, 1998).

El estado de Morelos alberga más de 3,300 especies de plantas y el análisis más reciente del panorama general de la flora medicinal en la entidad indica que 655 de ellas tienen aprovechamientos medicinales (Ayala *et al.*, 2020), que van desde el tratamiento de padecimientos como diabetes, infecciones, fiebres y picaduras de insectos, hasta enfermedades culturales como el *mal de ojo* y el *chincual*.

Algunas de las plantas nativas más utilizadas con fines curativos son el cuachalalate (*Amphipteryngium adstringens*), la prodigiosa (*Calea ternifolia*), el granjel (*Randia echinocarpa*), el cuatecomate (*Crescentia alata*), el mirto (*Salvia microphylla*) y la cancerina (*Semialarium mexicanum*). También se han incorporado a la herbolaria local plantas provenientes de otras regiones del mundo, como resultado de su eficacia y su adaptación a las condiciones climáticas. Algunas de estas especies son la equinácea (*Echinacea spp.*), la manzanilla (*Matricaria recutita*), el romero (*Salvia rosmarinus*), el ajeno (*Artemisia absinthium*), el eucalipto (*Eucalyptus globulus*), la sábila (Aloe vera), la albahaca (*Ocimum basiliscum*), la hierbabuena (*Mentha x piperita*), la menta (*M. spicata*) y los cítricos (*Citrus spp.*).

Sin duda el uso de plantas medicinales silvestres y cultivadas en nuestro país sigue vigente, sobre todo ante la búsqueda de alternativas para el cuidado de la salud frente a los altos costos de la medicina alópata y la incidencia de enfermedades como el chikungunya, el zika y el cáncer. En este sentido, es importante mencionar que actualmente la población mexicana se encuentra aún más expuesta a padecer problemas de salud debido a la pandemia mundial de COVID-19. Los estragos generalizados de esta catástrofe han limitado y entorpecido la eficiencia de la atención médica profesional para la mayoría de la población. Ante este escenario, los remedios herbolarios son una de las principales opciones para el tratamiento y prevención de una gran variedad de padecimientos.

Lamentablemente, el deterioro ambiental acelerado y la erosión de los conocimientos tradicionales ponen en evidencia la importancia de desarrollar acciones en pro de la conservación de estos recursos. Una estrategia pertinente es la documentación y divulgación de las propiedades medicinales de las plantas y las recomendaciones para su uso responsable, que a su vez proveen opciones asequibles para el cuidado de la salud.

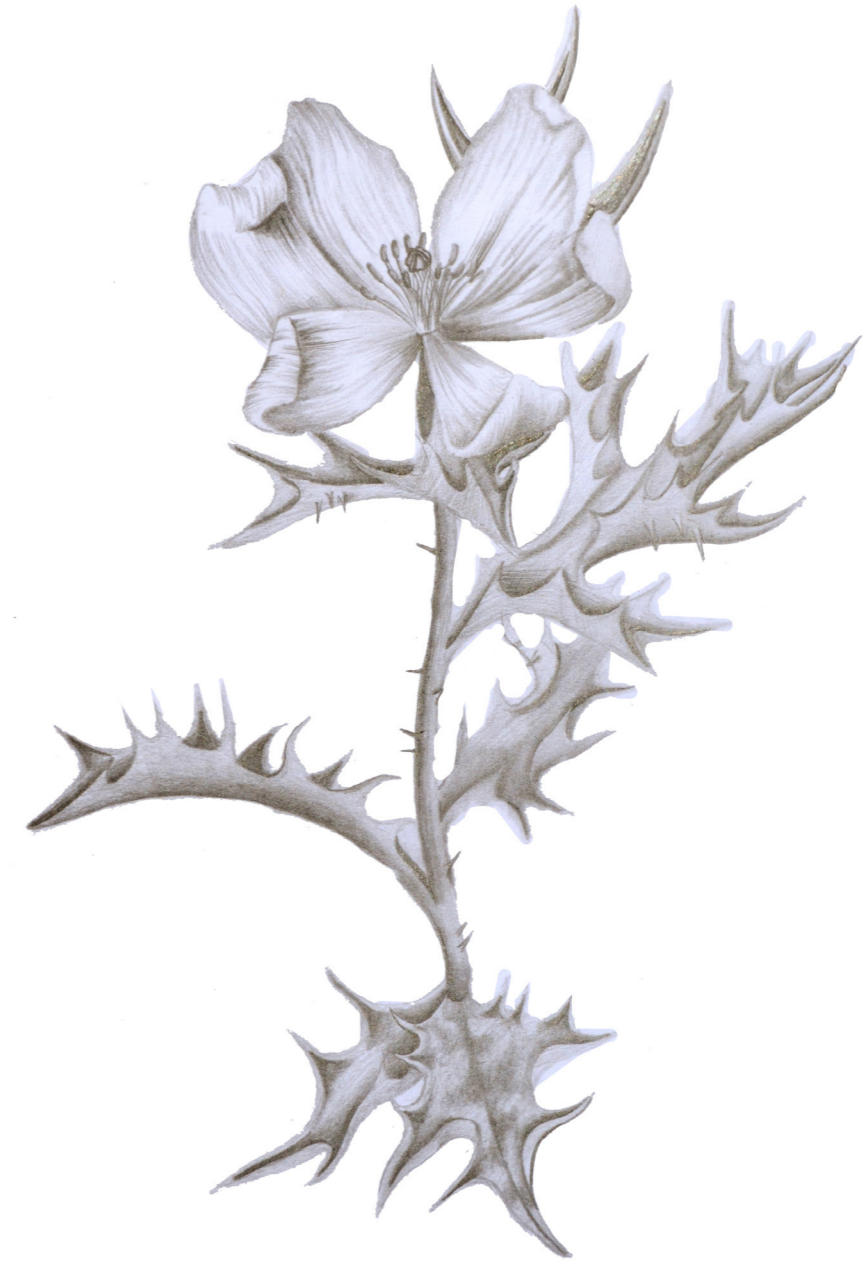
La presente obra es una herramienta introductoria al conocimiento de la enorme diversidad de la flora medicinal presente en el territorio mexicano, ya que contiene fichas descriptivas de 35 especies de plantas con detalles de su origen, hábitat, antecedentes, morfología y usos medicinales. La elaboración de este libro requirió de la gran experiencia de las doctoras Amanda Ortiz y Patrizia Granziera, quienes sintetizaron la información detallada de textos históricos y especializados de etnobotánica. Asimismo, se requirió la conformación de un bello catálogo de ilustraciones en acuarela por parte de Mercedes Cardoso, quien también coordinó el arduo pero fructífero trabajo editorial.

Este catálogo ilustrado brinda la oportunidad de familiarizarse con los beneficios que ofrecen las plantas medicinales, muchas de las cuales se encuentran disponibles tanto en estado silvestre, como en mercados, jardines e incluso en la vegetación urbana, ruderal y arvense. Se espera que la calidad de la información compilada y el atractivo visual de esta obra incidan positivamente en la apreciación de la flora y nutran el interés colectivo por el conocimiento de las plantas útiles y su cultivo. Esperamos que también sea un recurso útil para proyectos de concienciación y educación ambiental en pro de la conservación de la biodiversidad y de su aprovechamiento sostenible.

Aún falta mucho por descubrir, pero esperamos que esta obra contribuya a la valoración y preservación los recursos herbolarios y los conocimientos tradicionales asociados, que forman parte del invaluable patrimonio biocultural de las diversas regiones que integran nuestro territorio nacional.

Dr. Cristóbal Daniel Sánchez Sánchez
Departamento de Botánica
Jardín Etnobotánico Francisco Peláez R., San Andrés Cholula, Puebla.

BREVE HISTORIA
DE LA
HERBOLARIA
EN MÉXICO



Los mesoamericanos mantenían una estrecha relación con la naturaleza. Los dioses, cuya sustancia estaba presente en todos los elementos del mundo natural, encarnaban la flora y fauna. Se consideraba que las fuerzas de la Tierra eran seres animados. Todas ellas formaban parte de la cosmovisión y las prácticas espirituales. Tlaloc, dios de la lluvia, también se relacionaba con ciertas plantas que crecían en terreno húmedo y en el agua, una de estas era el *iyauhtli*, hoy conocido como pericón. Danza, canto, fertilidad y flores se asociaban a Macuilxochitl y Xochipilli, dios de las flores. La famosa escultura de Xochipilli encontrada en Tlalmanalco está decorada con muchas flores estilizadas que se han identificado con plantas alucinógenas que los nahuas usaban durante sus rituales, como: el *ololiuhqui*, el tabaco (*Nicotina tabacum*) y el *sinicuichi* (*Heimia salicifolia*). Xochipilli no era simplemente el príncipe de las flores sino el príncipe de las flores embriagantes, incluyendo entre estas a los hongos, que en la poesía nahua se acostumbraba llamar también “flores” y “flores que intoxican” (Schulte 152). Todas estas plantas y muchas otras servían como medio de comunicación entre el hombre y los dioses, y gran parte se consideraba como dioses mismos.

Teniendo en cuenta el alto valor que se daba a plantas y flores en el mundo Mesoamericano, se puede comprender por qué los jardines contenían plantas rituales y medicinales. Puesto que la cosecha se entregaba a la nobleza como tributo, los jardines de la elite no contenían plantas comestibles sino ornamentales, aromáticas y

medicinales, plantas que necesitaban para sus rituales y que representaban un estatus elevado. Los primeros conquistadores quedaron sorprendidos al ver la variedad, la extensión y la elaborada arquitectura de los famosos jardines reales aztecas. Éstos estaban cerca de la capital, en Chapultepec, Ixtapalapa y Oaxtepec, así como en lugares más lejanos. En Morelos existen importantes ejemplos de jardines históricos, ya sea de la época prehispánica, o bien de la época colonial. Los jardines más maravillosos de Moctezuma I (1440-1469 Ilhuicamina), el quinto tlatoani mexicana, estaban ubicados en Huaxtepec. En una carta escrita en 1521 a Carlos V, Hernán Cortés describe el jardín de Huaxtepec como un lugar hermoso y fresco, colmado de árboles y flores olorosas, abundante en riachuelos y aposentos (Cortés 124). Pero aun si estos jardines contenían muchas plantas medicinales y aromáticas no se pueden considerar jardines botánicos.

Los huertos botánicos, que surgen en el Renacimiento, eran “jardines de la ciencia”, lugares destinados a cultivar y clasificar plantas autóctonas y exóticas con fines didácticos y de estudio. Estos aparecieron en el siglo XVI en Italia y por lo general se situaban en las proximidades de las universidades más importantes. La estructura del huerto se componía de un módulo geométrico cuadrado o rectangular, dividido en cuatro partes y orientado de acuerdo a los cuatro puntos cardinales. La forma geométrica del jardín era más funcional para la organización de las plantas y respondía a exigencias derivadas del nuevo interés por el estudio de los principios curativos de las plantas.

En México el estudio y catalogación de las plantas empezó durante la Colonia. Fueron los frailes misioneros los primeros que, a mediados del siglo XVI, empezaron a interesarse por las prácticas médicas desarrollada por los indígenas y por las plantas que utilizaban en sanaciones y rituales religiosos. Naturalmente, lo que pretendían estos frailes al investigar acerca de la historia y tradiciones de los pueblos originarios de México era conocer a fondo su cosmovisión para detectar cualquier idolatría y descubrir la forma más adecuada para presentar el mensaje evangelizador a los nativos.

Los primeros frailes franciscanos que llegaron a la Nueva España en el siglo XVI, eran herederos de una tradición medieval de cuidado y

estudio de las plantas. Durante la Edad Media debe señalarse la gran importancia de los tratados árabes que ya tenían una tradición en el estudio y uso de las plantas medicinales. De hecho, el mundo cristiano medieval recuperó el conocimiento médico grecorromano, en parte, gracias a la cultura arabo-islámica.

Fue en los monasterios donde se mantuvo el conocimiento terapéutico de las plantas en la Edad Media. En los *scriptorium* los monjes copiaron las obras de los griegos y romanos. El jardín medicinal o *herbarium* era un espacio adentro del conjunto arquitectónico de los monasterios medievales donde se cultivaban especies vegetales con propiedades medicinales. Con estas se elaboraban remedios para los hermanos y hermanas que contrajeran alguna enfermedad. El fraile franciscano Bernardino de Sahagún se considera el pionero en los estudios etnográficos de la civilización mesoamericana y de la botánica del México Antiguo. En varios capítulos de su obra *Historia general de las cosas de Nueva España* (1540-1585) aparecen alusiones a plantas curativas y en el libro 11 Sahagún describe meticulosamente la flora y fauna autóctona. El prelado recopiló los datos de sus informantes indígenas en Tepeapulco, Tlatelolco y Tenochtitlan.¹

El otro importante texto colonial sobre las plantas del México Antiguo es el *Códice Badiano*. El *Códice Badiano* de 1552, también conocido como *Libellus de medicinalibus indorum herbis* fue escrito originalmente en náhuatl por Martín de la Cruz en el colegio del convento de Tlatelolco y traducido al latín por Juan Badiano y contiene información sobre 251 plantas, de las cuales 185 fueron ilustradas. Este herbario, que perteneció al cardenal Barberini, se encontró intacto en la Biblioteca Vaticana en 1929. Aunque el manuscrito fue denominado herbario, en realidad es mucho más que eso, es un amplio recetario. No se limita en hacer una descripción de la planta, que es lo propio del herbario. Aquí se da la fórmula de aplicación para el tratamiento de las enfermedades, se detallan las plantas y el material requerido junto con las ilustraciones de las plantas utilizadas.

1. La presentación de la obra está editada a dos columnas, una en náhuatl y la otra en castellano; el texto náhuatl corresponde a los testimonios indígenas y el castellano indica la redacción de Sahagún.

El *Códice Badiano* es el más antiguo texto sobre medicina prehispánicas que se elaboró en la Nueva España. En 1552 un nativo reunió en su lengua la sabiduría de sus ancestros, los conocimientos médicos tradicionales matizados de magia² (Ortiz 158).

Los medicamentos de origen animal son muy frecuentes, aún si se trata de un herbario. Aparece el uso de sangre, hiel, cerebro, hígado, corazón, vejiga, piel, huesos, segmento del cuerpo e incluso ejemplares completos de 54 animales distintos.

Además de Martín de la Cruz, el relator indígena ingenuo y fray Bernardino de Sahagún, el fraile investigador que busca descifrar las prácticas mágicas de los médicos indígenas, otro personaje que clasificó las plantas nativas de México fue el protomédico de las Indias Francisco Hernández. Francisco Hernández, es el profesional docto que estudia sistemáticamente en el siglo XVI la flora y fauna de la Nueva España en sus propiedades medicinales, pero con un intencionado despegue de la cosmovisión indígena, salvo la información pragmática de las cualidades curativas de sus recursos. En 1570 Felipe II lo envió a la Nueva España en misión científica a estudiar la fauna y flora del sector, de esta investigación surge *Historia de las plantas de Nueva España*, un libro que incluye 3076

2. Por ejemplo, hay una fórmula en que figuran 11 plantas, 4 piedras preciosas y 11 piedras bezoares distintas, y otra que mezcla 7 variedades de flores, 12 de hojas, una corteza, un fruto, un tallo y 6 sangres de diversos animales.

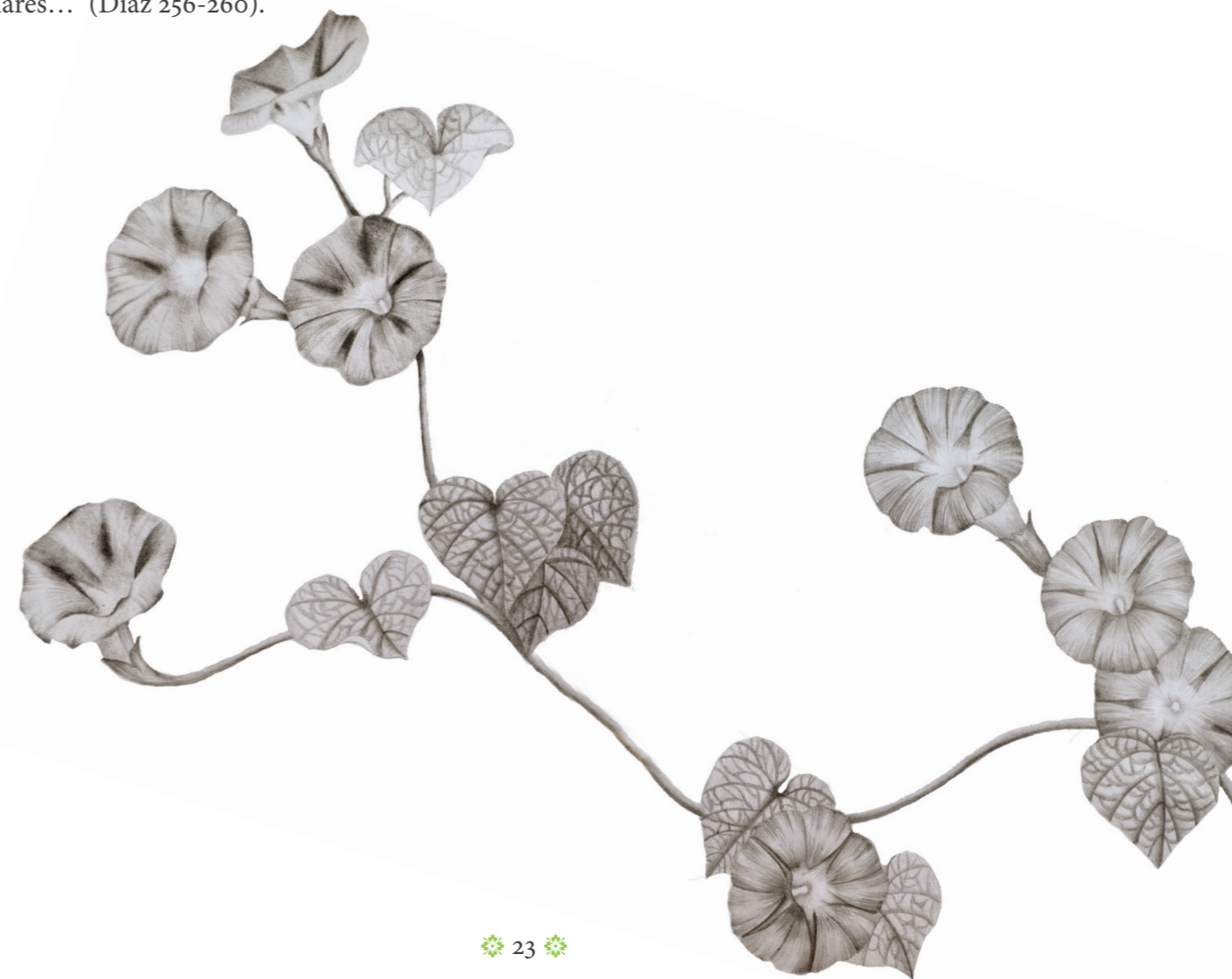




plantas mexicanas y fue producido entre 1571 y 1576. Este trabajo es el producto de siete años de estudios y viajes por diversas regiones de la Nueva España. Como *Historia general de las cosas de Nueva España* que pretendió ser, incluye vegetales sin utilidad médica o de otro orden, aun cuando a la gran mayoría se les atribuye, o por lo menos así lo afirma, propiedades medicinales. Las doctrinas médicas en las cuales estaba instruido lo hicieron clasificar, sin dificultad, el grado en que cada vegetal era “caliente” o “frio”; lo cual significaba que tal cualidad podía ser útil para enfermedades y trastornos originados por frio o calor excesivo en los humores del cuerpo³ (Varey 33-35). En la obra de Hernández hay numerosas referencias a la variadísima flora y fauna de Oaxtepec y otros pueblos de Morelos. Sabemos que describió al menos 558 especies de plantas procedentes del territorio morelenses (Parodi 41).

3. El doctor Hernández era originario de la provincia de Toledo, es posible que haya hecho sus estudios en Alcalá de Henares, de donde paso posteriormente al monasterio de Guadalupe en Extremadura, prestigiada institución de medicina medieval española.

Al llegar a Oaxtepec en 1574, Hernández encontró el recién fundado Hospital de la Santa Cruz y es muy probable que Hernández haya gozado de la hospitalidad de los hermanos dominicos, sirviendo el convento como centro de operaciones para la exploración de los alrededores, además su estancia le permitió hacer observaciones directas del tratamiento de enfermedades con la variada farmacopea que allí se utilizaba. El Hospital de la Santa Cruz, como otros hospitales fundados por las órdenes mendicantes en la Nueva España estaban destinados a curar tanto a españoles como a indígenas. Según unos documentos de la época colonial, al Hospital de Oaxtepec acudían “...clérigos, religiosos, españoles, mestizos, mulatos, negros, indios y mujeres de todas las costas; y no solo de este reino sino de las naciones extranjeras (...) No es menor el concurso que hay al presente a él de todas las provincias de la Nueva España, y de Guatemala, Perú y todas las islas, que a la fama de temple y médicos le vienen buscando por tierra y mares...” (Díaz 256-260).



Desgraciadamente la obra de Hernández la publicó solo parcialmente Nardo Antonio Recchi en Roma bajo el título de *Rerum medicarum Novae Hispaniae*, 1651 (Accademia dei Lincei). Una traducción española de la selección de Recchi se publicará en Ciudad de México por el fraile dominico Francisco Ximénez, agregándole observaciones personales con el título de *Quatro libros de la naturaleza y virtudes de las plantas y animales que están concebidos en el uso de la Medicina en la Nueva España*, 1615⁴ (Weiner 7-9).

La Nueva España fue un puente trascendental en el intercambio comercial y de especies vegetales del Nuevo Mundo a Asia y Europa. En el Hospital de la Santa Cruz de Oaxtepec y en otros de la Nueva España se empleaban especies de origen asiático como el clavo, la canela, la nuez moscada, el jengibre, el azafrán, la myrra, el opio y el sándalo. Es probable que mucha de las especies hayan llegado a México con la Nao de China también conocida como “Galeón de Acapulco” o “Galeón de Manila” que cruzaba el océano pacífico una o dos veces al año entre Manila de Filipinas y los puertos de la Nueva España. La Nao de China jugó un papel muy importante al transportar especies americanas que en poco tiempo se dieron a conocer en el resto del mundo, así como al introducir especies provenientes de Asia a la Nueva España (Pacheco Olivera, 593-608). Una de las primeras especies alimentarias introducidas en América fueron granos, como por ejemplo el arroz, originario de Asia. Árboles y arbustos como el mango, o la buganvilia no eran originarios de México y su cultivo comenzó a implementarse durante la Colonia. Según unos investigadores, los españoles introdujeron el mango de Filipinas, a través del Océano Pacífico, a los puertos comerciales del continente americano ya en el siglo XVI o bien más probablemente en el siglo XVII. El nombre Manila es una clara indicación de este origen (Galán 37-38). La buganvilia es nativa de Brasil y su nombre hace referencia al navegante Louis A. de Bougainville, quien viajó alrededor del mundo de 1766 a 1769. Cuando su barco hacía escala en Brasil, el botánico Philibert Commerson, que participaba en la expedición,

4. Impreso en México por Diego Lopez Davalos en 1615 y reimpresso en 1888 por Nicolas León y por Antonio Peñafiel en Morelia.

descubrió la flor que más tarde sería bautizada con el apellido del capitán del navío. En Europa esta especie se empezó a cultivar desde principio del siglo XIX, pero no se sabe con exactitud cuándo llegaría a México.

Otras plantas vendrán a suelo Azteca desde Europa y se utilizarán en los preparados de la botica de los Hospitales fundados por los frailes españoles en la Nueva España. Las plantas más recurrentes eran la ruda, el ajeno, el cardo santo, la artemisa, el enebro, el eneldo, el orégano, el laurel, el arrayán, la yerba buena, el mastuerzo, el toronjil, hinojo, verbena, la ortiga, el romero y el perejil, entre otras. El estudio de la botánica tuvo un gran auge en el siglo XVI y este encuentro de dos culturas estimuló también la producción de una gran cantidad de documentos y tratados de farmacopea en Europa donde se incluían plantas importadas desde América y Asia, además de las ya conocidas. Durante el Renacimiento, la invención de la imprenta transformó considerablemente la producción y difusión de textos sobre botánica. Se elaboraron muchos herbarios que se publicaron en toda Europa para finales del siglo XV. Los primeros jardines botánicos se fundaron en Pisa y Padua. El jardín botánico de Padua abrió sus puertas en 1545 y es el más antiguo jardín de simples del mundo que sobrevivió en su sitio original. Otras ciudades como Leipzig, Leiden y Heidelberg emularon Padua con sus jardines botánicos a finales del siglo XVI. En el siglo XVII con *Linneus Systema Naturae Liinaeus* (1707-1778) empieza una verdadera ciencia botánica



y en este periodo de exploraciones y comercio internacional se crearon nuevos jardines en las naciones europeas que tenían colonias en Asia y América como Inglaterra y España. En Inglaterra se establece el Royal Botanic Garden de Kew y en España el Real Jardín Botánico de Madrid. Estos jardines fueron creados para cultivar especias que eran traídas de las expediciones botánicas en las colonias. Estos jardines no solamente promovieron la exploración botánica en los trópicos sino que ayudaron a fundar jardines botánicos en las colonias. La Real Expedición Botánica a Nueva España se llevará a cabo en el siglo XVIII por el naturalista Martín Sessé y Alessandro Malaspina di Mulazzo, marino italiano al servicio del gobierno español. Desde el 1788 hasta 1803 la expedición exploró todo el país y recogió un valioso herbario trasladado al Jardín Botánico de Madrid en 1820. En 1791, se estableció el primer jardín botánico en la Ciudad de México. Éste estaba ubicado el Potrero de Atlalpa, cerca del recién construido Salto de Agua. En el jardín se logró cultivar alrededor de 1500 especies (De Micheli y Izaguirre-Ávila 95-101).

Con el descubrimiento del Nuevo Mundo y la introducción de plantas de origen americano a Europa y de plantas europeas y asiáticas a México, todos los aspectos de la vida humana, desde la alimentación y la medicina hasta la jardinería, se vieron profundamente modificados para siempre.



LA MAGIA DE
LAS PLANTAS

ADELFA

Nerium oleander

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originaria del Mediterráneo, Japón, y Asia tropical. La adelfa habita en climas cálidos, semicálidos y está asociada a varios tipos de bosques tropicales tales como el caducifolio, el subcaducifolio y el perennifolio.

ANTECEDENTES

A finales del siglo XVIII, el médico y botánico Vicente Cervantes mencionaba que esta planta cura la sarna del niño. En el siglo XIX, Eleuterio González amplifica su aprovechamiento y refiere que “ensayado en animales es un veneno del corazón, pues disminuye los movimientos de este órgano”. Para el siglo XX, Alfonso Herrera se refiere a ella como tónico del corazón. Por su parte la sociedad Farmacéutica de México la reporta como digitálico.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Arbusto o árbol pequeño, usualmente de 3 a 6 metros de altura. Las hojas están conformadas en grupos de tres a cuatro y tienen la consistencia del cuero, son más largas que anchas. Las flores son de color blanco, rosa o rojo, y pueden tener una o dos capas de pétalos. Existen un gran número de variedades utilizadas en jardinería debido a su tolerancia a la sequía.

USOS MEDICINALES

En Morelos, el principal uso medicinal que se hace de esta planta se refiere al tratamiento de manchas en la piel. En Yucatán se utiliza como cicatrizante, además de emplearse como anti-séptico. Su preparación es sencilla: se utilizan las hojas hervidas y reposadas durante dos días para lavar la parte afectada. También es bastante utilizada contra la disentería. En este caso, los cogollos se preparan en cocimiento y se administran por vía oral. En Guerrero se suelen preparar sus hojas en una infusión y se aplican sus gotas en las fosas nasales para tratar el catarro.





AJENJO

Artemisia absinthium

ORIGEN Y HÁBITAT

El ajenjo es una hierba originaria de Europa que se distribuyó hasta Asia Central. Es ampliamente cultivada en los climas cálido y templado. Se reproduce por estructuras vegetativas o por semilla.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI Francisco Hernández la reporta como una planta caliente y seca, útil para combatir la fiebre. Más tarde, en el siglo XX, Alfonso Herrera explica que éste es empleado como tónico, estimulante energético, excitante digestivo, febrífugo, vermífugo y emenagogo. El ajenjo antiguamente era utilizado como insecticida contra la polilla que afecta a la ropa.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Hierba de apariencia blanquecina y olorosa al estrujarse, tiene entre 50 cm y 1,5 m de altura. Posee un tallo glabro o cubierto con pelos, hojas compuestas, alternas y profundamente divididas, éstas tienen un sabor amargo intenso. Las flores son de color amarillo, blanco o verdusco, y con una apariencia semejante a la seda. Tiene frutos secos y comprimidos.

USOS MEDICINALES

Se usa principalmente para el dolor de estómago, para aliviar los problemas de la vesícula biliar y para limpiar el hígado. Se recomienda también como bebida relajante, para aliviar tensiones y experiencias de shock causadas por emociones fuertes como la cólera o el miedo. Se usa en el tratamiento de enfermedades culturales como *aire en la vista*, *daño de aire*, *daño de los niños* y *mal de aire*. La forma de preparación recomendada es en forma de té, preparado con las ramas y las hojas. Para fortalecer el estómago y mejorar la digestión se mezcla el ajenjo con miel, de este jarabe se aconseja tomar una cucharada después de cada alimento. Además, funciona como un dentífrico contra la halitosis.

ÁRNICA

Heterotheca inuloides

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta nativa y originaria de México, está ampliamente distribuida en el centro del país. Por lo general crece en las orillas de los cultivos y pastizales, formando parte de la vegetación secundaria de las partes altas del país.

ANTECEDENTES

En la literatura se puede encontrar reportadas principalmente dos especies de árnica, una europea y otra mexicana. *Heterotheca inuloides* es la planta endémica de México, es una planta de amplio uso, es frecuente encontrarla en los huertos familiares. Su cosecha se realiza en época de floración debido a que lo que se utiliza principalmente son las flores.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta herbácea que tiene entre 50 cm y 1 m de altura. Las flores son amarillas, están agrupadas en una cabezuela colocadas en un disco, parecidas a las margaritas; las brácteas que rodean la cabezuela están ordenadas de mayor a menor y son muy velludas como el tallo. Los tallos son poco ramificados, posee hojas inferiores ensanchadas en la base, un ápice agudo con margen aserrado y con una pubescencia similar a la del tallo.

USOS MEDICINALES

Tradicionalmente sus hojas y flores se emplean por medio de fomentos o en cataplasma. Su principal cualidad es desinflamante, cicatrizante, desinfectante y analgésica. Por lo que se usa para lavar heridas, tratar golpes y diversos problemas hepáticos, renales, digestivos y respiratorios. Para golpes internos se usa en forma de té o como agua de uso, la cual se prepara hirviendo 2-3 ramitas en un litro de agua, que se bebe a lo largo del día.



ÁRNICA ROJA

Galphimia glauca

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originaria de México, habita en climas semi-cálidos y templados que oscilan entre los 920 y los 2600 msnm. Está asociada a vegetación perturbada de Bosques Tropicales Caducifolios y Perennifolios. Se distribuye principalmente en los estados de San Luis Potosí, Chiapas, Valle de México y Yucatán.

ANTECEDENTES

Francisco Hernández en el siglo XVI refiere los siguientes usos: antidiarreico, anti disentérico, antipalúdico, para gastroenteritis y para fortalecer a las parturientas. Para el siglo XX, Maximino Martínez la refiere como: anti blenorragico, emoliente y para las heridas.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Son arbustos que alcanzan un tamaño que varía entre 1 y 3 m de altura. Sus hojas son ovadas o alargadas, verdes en la parte de arriba y de color verde azulado en la parte de abajo. Sus flores son amarillas y están en racimos muy floreados. Los frutos son unas cápsulas pequeñas.

USOS MEDICINALES

En Morelos se emplea sobre todo para curar heridas y granos. Para ello, se hierven las hojas y el



tallo, y luego se lava la zona afectada. También funciona de forma efectiva para raspaduras, golpes, granos o espinillas en la piel del rostro; y para tratar hematomas, mordedura de perros o arañazos de gatos. De igual manera, sus propiedades medicinales pueden servir para curar heridas internas.

Por otro lado, su uso en caso de entuertos y rasgaduras del postparto implica emplear toda la planta en la preparación de una coccción que se administra por vía oral o de manera externa, por medio de lavados o baños. Dice la costumbre que para limpiar “la naturaleza del parto” se debe tomar un té durante nueve días. Asimismo, cuando hay flujo o inflamación de la matriz, el té debe beberse en ayunas. También posee un efecto ansiolítico.

AYOYOTE

Thevetia ovata



ORIGEN Y HÁBITAT

Es una especie silvestre y nativa de México que crece en climas cálidos y semicálidos.

ANTECEDENTES

Francisco Hernández menciona: "Algunos lo llaman *tzinacanitlacual*. Es amargo, y caliente y seco en tercer grado. El meollo del fruto cura las úlceras cancerosas. Su jugo, cura instilado, la sordera, limpia las úlceras y quita la sarna y los empeines. Dicen algunos que su cocimiento untado quita los puntos que acompañan a veces a las fiebres ardientes, y que las hojas machacadas y aplicadas calman el dolor de dientes y disipan las hinchazones".

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un arbusto o árbol cuya altura está en el rango de 8-11 m. Su tallo es de aspecto cenizo. Tiene hojas oblongas de 4-16 cm de largo y 1-6 cm de ancho. Sus flores son amarillas y sus frutos son transversalmente oblongos y tienen entre 2-3 cm de largo, y 3-5 de ancho.

USOS MEDICINALES

Sus semillas se emplean tradicionalmente como analgésicas para el dolor de muelas y las hemorroides; su látex se utiliza para atender problemas de la piel. También se usa para tratar enfermedades culturales como *el calentamiento de la sangre* (el niño llora mucho, le sube la temperatura, le salen granos o vejigas en la frente) y la *mollera caída*.

BELLADONA

Atropa belladonna

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta de origen europeo que se encuentra naturalizada en varias partes de Norteamérica. Crece en lugares sombreados y es poco común en los jardines ya que representa un alto riesgo por su toxicidad.

ANTECEDENTES

Plantas como la belladonna, por sus componentes con actividad psicotrópica y alucinógena han tenido, además del poder curativo, una connotación mágica y religiosa. Pertenece a la clásica farmacopea conocida como "hierbas de las brujas" para las tradiciones europeas. En la historia de la humanidad la belladonna ha sido objeto de creencias, leyendas y fábulas diversas que alimentan el imaginario de la superstición, los cultos místicos y los remedios mágicos. También fue utilizada en el antiguo Egipto como narcótico y en Roma acompañaba las ofrendas mortuorias.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta herbácea que con frecuencia alcanza una altura mayor a un metro. Tiene tallos muy ramificados y leñosos en su base, cuenta con hojas largas ovaladas. Sus flores son llamativas por el color azulado y su forma acampanada. Los frutos son de color verde brillante y negros al madurar.

USOS MEDICINALES

En dosis moderadas puede funcionar como analgésico, se puede utilizar únicamente para uso externo y con extremo cuidado. Se ha reportado actividad antiinflamatoria, analgésica y neurofarmacológica, inmunoprotectora y gastroprotectora. Esta planta ha sido importante en la fitoterapia por ser la base de principios activos que se emplean en la actualidad para el desarrollo de fármacos como los anticolinérgicos.





BONETE

Jacaratia mexicana

ORIGEN Y HÁBITAT

Esta especie tiene amplio rango de distribución en México, habita en las selvas secas y húmedas, se distribuye en la vertiente del pacífico y del Golfo de México. Fuera de nuestro país se encuentra en Nicaragua y el Salvador.

ANTECEDENTES

En los códices prehispánicos se ha encontrado información según la cual los tlahuicas, totónacas y olmecas utilizaban las hojas del bonete para suavizar la carne de los animales que cazaban. En tiempos de la Revolución Mexicana, la “médula” del tallo se mezclaba con el maíz para la elaboración de tortillas.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol con corteza color pardo, con un rango de 15-20 m de altura, posee pocas ramas ascendentes u horizontales, que se desarrollan frecuentemente en verticilos de tres a cuatro, con una copa pequeña y poco densa. Sus hojas están generalmente compuestas, apicales. Las flores masculinas miden entre 1.3 y 1.6 cm de largo y son de color blanco o verdoso. Las flores femeninas tienen pedúnculos que miden entre 2.7 y 6 cm de largo, poseen una corola verde o amarillenta. Su fruto es de tipo baya, similar a una papaya con costillas, alcanza hasta los 30 cm de largo y 13 cm de diámetro. Sus semillas son de color pardo claro.

USOS MEDICINALES

La cáscara hervida es eficaz contra el veneno del alacrán, se aplica de forma tópica. También tiene propiedades antihelmínticas. Contiene una enzima llamada “mexicaína”, análoga a la papaína. La papaína es una enzima que desdobla las proteínas y favorece el proceso digestivo, razón por la cual el bonete ayuda a digerir las carnes.

BORRAJA

Borago officinalis

ORIGEN Y HÁBITAT

Hierba cultivada en América, nativa de Europa, particularmente de la región mediterránea. Habita en climas cálidos, secos, templados, que van desde el nivel del mar hasta los 3900 m. Por lo general se asocia al Bosque Tropical Caducifolio.

ANTECEDENTES

En el siglo XVII Gregorio López la refiere como una planta que alegra el ánimo. Ya en el siglo XVIII, Juan Esteyneffer la emplea contra el humor colérico, obstrucción del hígado y calentura. En el mismo siglo Vicente Cervantes menciona que la borraja es bien conocida por su virtud atemperante.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una hierba anual, es decir que florece y muere en el curso de un año, su altura oscila en los 30-90 cm de altura, tiene un tallo erecto, a menudo ramificado, con cubierta de cerdas, de color blanco o transparentes que le da un aspecto de color blanco. Las hojas tienen forma de espátula y son ásperas. Las flores están agrupadas en un eje, tienen forma de estrella, son de color

USOS MEDICINALES

Se emplea para aliviar enfermedades respiratorias como el catarro, las anginas, la tos ferina, otros tipos de tos y bronquitis. También se usa en padecimientos renales como el dolor del riñón, el ardor de vejiga y la dificultad para orinar. Además, es sumamente efectivo contra la tifoidea y la infección estomacal. Para el tratamiento de estas afecciones se usan las ramas con flores en cocimiento.





CACAO

Theobroma cacao

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originario de América del Sur y Central, está presente en climas cálidos a una altura promedio de 500 msnm. Se cultiva en diversas regiones cálido-húmedas de México, crece debajo de otros árboles frondosos o de sombras.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI, Martín de la Cruz lo consigna como una planta esencial, “el que administra la república”. El *Códice Florentino* lo recomienda para aliviar la disentería, y favorecer la buena digestión y funcionamiento de los “intestinos”. Francisco Hernández relata que “suele administrarse para templar el calor y mitigar los ardores a los enfermos de gravedad, así como a los que sufren destemplanza cálida del hígado o de alguna otra parte”. Se cree que los mayas usaron el cacao moliendo los granos y los mezclaron con chile para hacer una bebida picante. La semilla *cacahuatl* servía de moneda a los antiguos pobladores mexicanos.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Árbol perennifolio cuya altura oscila entre 6 y 8 m, tiene amplias ramificaciones y hojas elípticas oblongas que van de 15 a 20 cm de largo. Sus flores son amarillas y crecen en grupos directamente sobre el tallo. Los frutos son alargados, su rango es de 20-30 cm, tienen un color rojo, amarillo o púrpura, con paredes gruesas y pulpa blanca o rosácea y presentan surcos.

USOS MEDICINALES

En Morelos se usa como galactógeno, se hierva con ruda y la espuma que se produce se unta en la espalda de la recién parida o se toma preparado con atole de masa. En Tabasco su principal uso medicinal se refiere al tratamiento de la disentería. Con este propósito se emplea la semilla para hacer chocolate en agua y un poco de sal. Se usa también contra el sarampión, resequedad en la piel, quemaduras, inflamación, manchas, caspa y durante el parto.

CAPULÍN

Prunus serotina

ORIGEN Y HÁBITAT

El capulín es originario de México, está distribuido en las zonas templadas y montañosas de las sierras de varios estados en el país. Este árbol se encuentra en su forma silvestre y también cultivada. Ha sido clasificado como domesticado.

ANTECEDENTES

Francisco Hernández menciona al respecto de la planta que “[...] hay tres variedades de estos árboles, distintos por el fruto: el *xitomacapolin*, que lo da casi del tamaño de las ciruelas; el *helocapolin*, que lo tiene un poco menor, y el *totocapolin*, que tiene el más pequeño; pero todos lo dan en racimos”.

DESCRIPCIÓN ETNOBOTÁNICA

Es un árbol de hasta 15 m de altura, con una copa extendida que produce una sombra bastante densa. Su corteza es rojiza, parda o grisácea, sus hojas están estipuladas, son simples, alternas, cortamente pecioladas, pueden ser ovadas o lanceoladas, miden entre 5 y 16 cm de largo, y entre 2 y 5 cm de ancho. Tienen el margen aserrado, un haz verde oscuro y brillante. Sus flores son pequeñas y blancas, y están agrupadas en racimos axilares colgantes. Su fruto tiene un color rojo casi negro, de 1 cm de diámetro.

USOS MEDICINALES

Se usa como expectorante, estimulante, febrífugo, antiespasmódico, tónico y sedante. También es muy eficaz para combatir la diarrea. El fruto en jarabe se usa contra la tos y gripa. El cocimiento del fruto se emplea como agua de uso en el tratamiento contra el mal de orín. El fruto del capulín se come para calmar los cólicos menstruales. Resulta igualmente útil contra afecciones como disentería e insomnio.





CHICALOTE

Argemone mexicana

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originaria de Centroamérica, actualmente se distribuye desde E.U. hasta Perú y Paraguay. Esta especie crece como maleza en las zonas de climas cálidos, en la cercanía de las carreteras, en los campos de cultivo sembrados o abandonados, y en los terrenos despoblados.

ANTECEDENTES

Francisco Hernández menciona en el libro *Historia de las plantas de la Nueva España*: “Su leche mezclada con leche de mujer que haya dado a luz una niña y aplicada a los ojos, cura las inflamaciones de los mismos; es eficaz contra los accesos de las fiebres y cura las úlceras de las partes sexuales... Dicen algunos que el jugo destilado de ella y de los renuevos del *mizquitl* disuelve las nubes de los ojos...”

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta herbácea anual que mide entre 80 cm y 1m de altura. Su tallo es glabro y espinoso, sus hojas son sésiles con líneas de una tonalidad azul-brillante sobre las nervaduras principales. Tiene látex amarillo y flores solitarias con un tamaño de 4 a 7 cm de diámetro, de color crema claro o amarillo. Su fruto es capsular, oblongo de 24-45 mm, y florece de febrero a abril.

USOS MEDICINALES

Su empleo medicinal más difundido es el del tratamiento alternativo para curar la irritación de los ojos, la carnosidad de los ojos y las cataratas. Para prepararlo, hay que hervir las flores, y aplicar el cocimiento en forma de gotas.

Otros usos...

De las semillas se extrae aceite para la elaboración de jabón.



COLORÍN

Erythrina americana

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una hierba originaria de México, crece en los climas del Bosque Tropical Caducifolio y del Matorral Xerófilo. Se cultiva en huertos familiares o solares; crece cerca de los ríos o en los cultivos abandonados.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI Francisco Hernández escribió entorno a esta planta: “el jugo exprimido en la boca de los infantes les produce sueño”. Maximino Martínez registró el uso del colorín como antidoto, antiinflamatorio y narcótico.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol pequeño de 3 m a 6 m de altura con ramas cubiertas de espinas, tiene hojas de color verde pálido divididas en hojuelas. Sus flores están agrupadas, son rojas y alargadas. Los frutos del colorín son vainas comprimidas y sus semillas son de color rojo escarlata con una línea negra.

USOS MEDICINALES

El uso más popular de esta planta se refiere al alivio del dolor de muelas. Para ello, se hierve un trozo de la corteza y se aplica en forma de vaporizaciones en la mejilla, o se aplica la semilla molida. La cocción de la corteza se usa para quitar el insomnio. Además, se utiliza para calmar el dolor causado por la neuritis y para contrarrestar la diabetes.

Otros usos...

Su madera es utilizada en la elaboración de artesanías mexicanas. En Guerrero, Oaxaca y Michoacán se elaboran máscaras para las principales danzas de fiestas religiosas





CORALILLO

Hamelia patens

ORIGEN Y HÁBITAT

Crece a lo largo de ríos, claros de bosques y sitios perturbados. Su presencia se ha registrado en Campeche, Chiapas, Hidalgo, Jalisco, Morelos, Nayarit, Oaxaca, Querétaro, Quintana Roo, San Luís Potosí, Sinaloa, Tabasco, Tamaulipas, Veracruz y Yucatán.

ANTECEDENTES

Fue nombrada *Hamelia patens* en 1760 para honrar a Henri Louis du Hamel, botánico y jurista francés especializado en árboles y arbustos. Su nombre específico *patens*, que significa extendido, es una referencia al porte de la planta.

DESCRIPCIÓN ETNOBOTÁNICA

Es un arbusto que crece hasta 7 m de alto, a veces tiene pelillos erguidos o reclinados y posee hojas opuestas sobre el tallo. Entre sus dos hojas contiguas se presentan las estípulas, que son como hojillas triangulares y diminutas. Los pecíolos manifiestan un tamaño muy variable. Hay una inflorescencia en la punta de sus ramas, cuyos ejes están arqueados y generalmente se dividen en dos, sobre ellos se disponen las flores erguidas.

USOS MEDICINALES

El cocimiento de las hojas se usa para tratar diversos males. Asimismo, es muy efectivo contra enfermedades como la anemia, el cáncer, la erisipela, la malaria, la sífilis, y para eliminar los piojos en las bestias. La infusión de los cogollos se usa para tratar la disentería, el escorbuto, los desórdenes menstruales y la fiebre. De igual forma, se puede cocer su raíz en agua e ingerirse para facilitar la expulsión de cálculos renales y combatir la diabetes y el reumatismo.

Además, la infusión de sus hojas y tallos puede aplicarse tópicamente a modo de tratamiento natural de afecciones dérmicas (eczemas, heridas, llagas, quemaduras, raspones, úlceras), en la realización de lavados vaginales y baños relajantes para mitigar el reumatismo y la hinchazón en las piernas y brazos. El polvo de hojas tostadas se aplica a llagas persistentes. El jugo de hojas alivia picaduras de insectos e irritaciones.

CUACHALALATE

Amphipterygium adstringens

ORIGEN Y HÁBITAT

Es un árbol endémico de México que se distribuye en el centro y sur del país, especialmente en las zonas de clima cálido. Generalmente se asocia con diversas especies de *Bursera* y *Pseudosmodium perniciosum*.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI Francisco Hernández comenta: "la corteza es fría y secante, resuelve los tumores machacada y aplicada". Sin embargo, solo hasta el siglo XX aparece más información sobre este árbol en la obra de Maximino Martínez donde se registra como anticancerosa, antipalúdica, astringente y para la fiebre tifoidea.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol que crece hasta 15 m de altura, tiene ramas torcidas, su corteza es gruesa con un color externo de gris a café pardo y un color interno rojizo (en los árboles hembra) y amarillo crema (en los árboles macho). Las hojas tienen forma aserrada y obovada. Las flores masculinas forman panículas y las femeninas se encuentran solitarias en las axilas de las hojas. El fruto es una sámara, seco e indehisciente, con presencia de un ala aplanada fundida con la semilla. Se encuentra en racimos colgantes.

USOS MEDICINALES

Su corteza hervida suele consumirse en el tratamiento natural de diversos males y enfermedades. Es un excelente cicatrizante de heridas y quemaduras, combate con eficacia la gastritis y las úlceras en el estómago. Se utiliza igualmente en problemas bucales como úlceras y fuegos de la boca por sus facultades para endurecer las encías. Es de gran ayuda en el lavado de heridas y el tratamiento del cáncer de estómago. Además, ayuda a purificar la sangre, sana golpes internos, externos y cura várices y úlcera varicosa.





CUAJILOTE

Parmentiera edulis

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originaria de México y Guatemala. Se distribuye ampliamente en las regiones tropicales del país. Crece asociada con la Selva Tropical Caducifolia, el Matorral Xerófilo, el Bosque Espinoso, los Bosques Mesófilos de Montaña y el Bosque Mixto de Pino-Encino.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI Francisco Hernández describe sus usos medicinales: anticatarral, diurético, efectivo contra la sordera, especialmente cuando es causada por el frío. A mediados del siglo XVIII Ricardo Ossado señala su uso sobre la vejiga. En el siglo XX, el botánico hidalgense Maximino Martínez y Martínez refiere su importante acción como sedante, anticatarral, antidiabético, catártico, diurético, y su excelente influjo en la mediación de la fiebre tifoidea, la gastroenteritis, la nefritis y la otitis externa. Además, es indispensable en el tratamiento de la sordera y el lavado de las vías urinarias. Actualmente la Sociedad Farmacéutica de México la reporta como excelente diurético y provechoso contra la otitis externa.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol que llega a crecer hasta 12 o 15 m de altura, tiene un tronco grueso de corteza agrietada. Cada hoja está dividida en 5 hojuelas de color verde claro. El soporte que las une al tallo tiene alas y en la base de cada hoja se encuentran dos espinas. Sus flores están solitarias o se encuentran en grupos de color crema verdoso, que por lo general crecen en el tronco y en los extremos de las ramas. Los frutos son alargados y carnosos, hasta de 20 cm de largo y 6.5 cm de diámetro, provistos de costillas prominentes, de color verde amarillento, jugosos y comestibles.

USOS MEDICINALES

El fruto, la corteza y la raíz son empleados en el tratamiento de algunas afecciones del riñón. Para cálculos en las vías urinarias se muele el fruto, se cuele, y se ingiere el extracto obtenido. En cuanto a la mediación del mal de orín, se elabora una infusión de la corteza o la raíz y se toma como agua de tiempo. Como diurético, se usa la cocción de la flor o de la raíz, e incluso el fruto sancochado. En sus recientes descripciones se ha reportado la actividad hipoglucemiante, pues contiene guaianólido lactucin-8-metilacrilato obtenido a partir del extracto clorofórmico de frutos secos como compuesto activo. Por lo demás, su fruto es rico en vitamina A.

CUATECOMATE

Crescentia Cujete

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originario de México, se encuentra como planta silvestre y cultivada. Se extiende desde México hasta Colombia, Perú y Brasil. En climas cálido y templado.

ANTECEDENTES

Reportes del siglo XVI de parte de Francisco Hernández documentan esta planta con propiedades para tratar la diarrea y para detener la caída del cabello. En el siglo XVIII, Vicente Cervantes refiere su uso astringente. En el siglo XIX, la Sociedad Mexicana de Historia Natural informó que el cuatecomate también tiene un uso pectoral. En el siglo XX el Instituto Médico Nacional indicó sus facultades como antidiarreico y antitusígeno.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol que alcanza hasta 14 m de altura, las hojas están reunidas en un mismo punto, en número de tres. Las flores son amarillo verdosas y morado café. Los frutos son casi esféricos, nacen pegados al tallo, pueden medir hasta 20 cm de diámetro, con pulpa de sabor dulce y de color negruzco, sus semillas son pequeñas y delgadas de color castaño.

USOS MEDICINALES

Su principal uso es para aliviar algunas afecciones respiratorias. Se prepara un jarabe al hervir la pulpa del fruto, al que se le puede agregar azúcar y 10% de alcohol para su conservación, de lo contrario se debe guardar en refrigeración. Otra forma de preparar una bebida medicinal con este fruto es dejar reposar el fruto en vino tinto, en aguardiente o vino de tipo jerez. Cuando se utiliza con vino jerez se agrega un trozo de la corteza de cuachalalate (*Amphimperingyum adstringens*), una rama de árnica (*Heterotheca inuloides*) y la cáscara de un rábano (*Raphanus*). Para el dolor de oído se asa la flor y se aplica en gotas. Para tratar el asma, bronquitis y dolencias como dolor de pecho y espalda, se cuece la pulpa del fruto con gordolobo (*Gnaphalium*), eucalipto (*Eucalyptus globulus*), sauco (*Sambucus mexicana*), bugambilia (*Bougainvillea spectabilis*) y tejocote (*Crataegus mexicana*) y se ingiere antes de las comidas. El fruto también es usado para desinflamar golpes, su pulpa se pone en forma de cataplasma. Para problemas de la piel y caída del pelo se bebe el jugo del fruto.



Otros usos...

Las semillas del fruto se pueden tostar y moler para mezclarse con la bebida de chocolate.



FLOR DE CAMARÓN

Caesalpinia pulcherrima

ORIGEN Y HÁBITAT

Se encuentra naturalizada en el trópico de ambos hemisferios; además, crece como ruderal en la Selva Baja Caducifolia. Aunque se desconoce su lugar de origen, se sugiere que probablemente se trate de América. Se distribuye principalmente en los estados de Veracruz, Guerrero y Tabasco.

ANTECEDENTES

En su libro *Historia de las plantas de Nueva España*, Francisco Hernández menciona acerca de esta planta: “Los indios usan principalmente las flores, que son hermosísimas; tiene sin embargo naturaleza seca y astringente, no desprovista de calor y amargor, y cura los tumores. Las semillas de las vainas, disueltas en agua e instiladas en la nariz, detienen el flujo de sangre. Tomó su nombre de la semejanza que tiene con plumas rojas”.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un arbusto o arbolillo con hojas alternas, bipinadas y oblongas. Sus flores crecen en grandes racimos, rojas con amarillo, veteadas o amarillas, y tiene largos estambres. Su fruto es una vaina aplanada de 10 a 12 cm.



USOS MEDICINALES

La hoja de la planta del camarón funciona como antimicrobiano cuando se padece gingivitis. Si se quiere calmar algún dolor de estómago se hierven algunas de sus hojas en un 1/4 de litro de agua; se bebe dulce ó simple y como agua de uso. En el caso de sufrir cólicos, se hierven unas hojas en 1/2 litro de agua y se ingieren tres onzas.

Es muy eficaz contra enfermedades respiratorias como la gripa, el resfriado, las afecciones bronquiales y la tos ferina. Para ello, se realiza una cocción de las flores, la raíz, el tallo o las hojas y se administra una taza de té o en gotas tres veces al día por vía oral o nasal. La flor de camarón es empleada para aliviar la diarrea

y para combatir las amebas. En ese caso, se elabora un té que se toma en ayunas durante cinco días, se descansa y se vuelve a tomar por el mismo lapso de tiempo. De igual forma, la infusión preparada con las hojas de camarón tiene un efecto purgante muy positivo para el estómago.

FLOR DE MAYO

Plumeria rubra

ORIGEN Y HÁBITAT

Es un árbol nativo de México y Centroamérica, crece silvestre en Selva Baja Caducifolia y es cultivado en jardines y calles.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI Martín de la Cruz señala su uso para combatir el miedo, la dermatosis y como ceremonial. Por su parte, Francisco Hernández recomienda la corteza en polvo para vigorizar a las parturientas. En el siglo XVII Gregorio López menciona el uso de esta planta para mejorar los problemas de hígado y bazo.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol o arbusto de corteza lisa y brillante, que mide entre cinco y ocho metros de altura. Las hojas están agrupadas en forma de penacho, tienen un tono verde brillante en el haz y verde pálido en el envés. Las flores se agrupan en ramitos y son de color blanco, ligeramente amarillo o rosado. Sus frutos son alargados y glabros, adquieren un color que va del verde amarillento al naranja.

USOS MEDICINALES

Es una planta de uso tópico en la medicina tradicional, especialmente en el tratamiento de dolores, en cuyo caso el látex se dispone en forma de cataplasma. El látex se aprovecha también en materia dermatológica para remover mezquinos, verrugas y espinas enterradas en la piel. Se emplea en heridas, torceduras y afecciones de la piel como la erisipela. Además tiene propiedades antitusivas, antidiarreicas, cicatrizantes y purgantes. Se ha demostrado su actividad analgésica y antiespasmódica en el extracto de sus tallos.



GRANGEL

Randia echinocarpa

ORIGEN Y HÁBITAT

Es originaria de México, está presente en climas cálidos, semicálidos y templados. Es una planta silvestre, asociada al Bosque Tropical Caducifolio, Subcaducifolio y Perennifolio.

ANTECEDENTES

En el siglo xx, Maximino Martínez hace una clara alusión a sus propiedades como antidiarreico, antipalúdico, y también 'tiempla los riñones.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

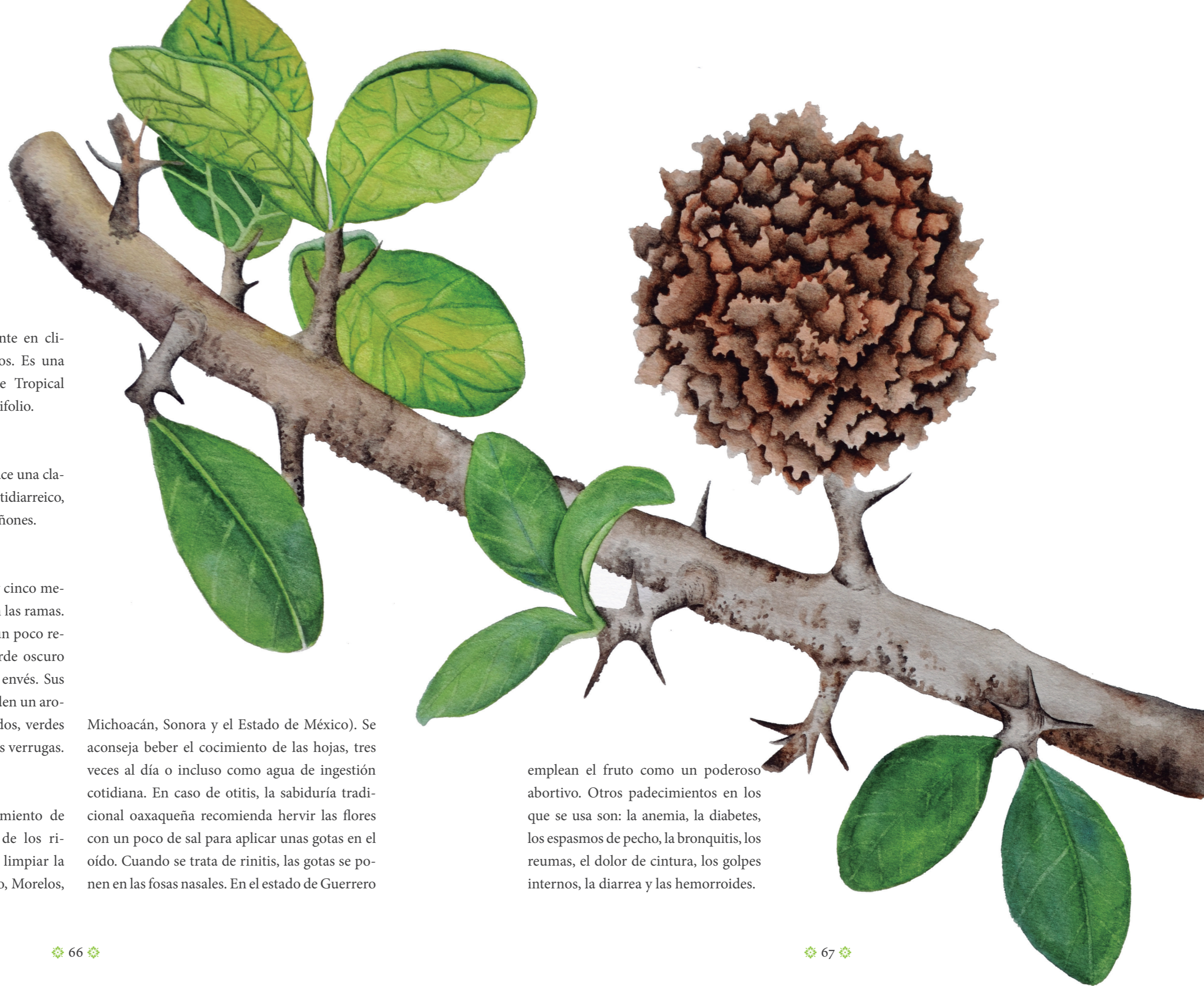
Es un arbolillo que posee entre tres y cinco metros de altura y cuenta con espinas en las ramas. Sus hojas son más o menos largas y un poco redondeadas en la punta, de color verde oscuro en el haz y verde blanquecino en el envés. Sus flores son blancas o amarillas y despiden un aroma agradable. Los frutos son redondos, verdes y tienen protuberancias similares a las verrugas.

USOS MEDICINALES

Tiene un uso principal en el tratamiento de padecimientos urinarios, bien sea de los riñones, el mal de orín o ya sea para limpiar la vejiga (bastante utilizado en Guerrero, Morelos,

Michoacán, Sonora y el Estado de México). Se aconseja beber el cocimiento de las hojas, tres veces al día o incluso como agua de ingestión cotidiana. En caso de otitis, la sabiduría tradicional oaxaqueña recomienda hervir las flores con un poco de sal para aplicar unas gotas en el oído. Cuando se trata de rinitis, las gotas se ponen en las fosas nasales. En el estado de Guerrero

emplean el fruto como un poderoso abortivo. Otros padecimientos en los que se usa son: la anemia, la diabetes, los espasmos de pecho, la bronquitis, los reumas, el dolor de cintura, los golpes internos, la diarrea y las hemorroides.



GUACO

Mikania houstoniana

ORIGEN Y HÁBITAT

La hierba es originaria de México y Panamá. Crece en climas cálidos y templados, que van desde los 150 hasta los 2000 msnm. Está asociada a la agricultura de riego y temporal, así como al Bosque Tropical Perennifolio.

ANTECEDENTES

El género fue descrito por Carl Ludwig Willdenow y publicado en *Species Plantarum*. Se le debe a Humboldt la descripción botánica de la planta, y que dejó plasmada en sus *Plantes equinoxiales*.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Sus hojas son alargadas y puntiagudas, se sienten algo ásperas al tacto. Sus flores son blancas y están agrupadas en cabezuelas. Las semillas poseen unos pelillos blancos al extremo.

USOS MEDICINALES

En el estado de Michoacán se aprovecha para aliviar dolores musculares. Con tal finalidad se hierven las hojas y se toma una cucharada cada tres horas, sólo durante tres o cuatro días. Es importante tener precaución en su consumo, porque en exceso puede causar parálisis muscular. En Oaxaca se prepara una infusión con el tallo y se bebe para curar el dolor de estómago. En cambio, en Veracruz se hierven sus hojas y con el líquido resultante se aplican lavados para tratar la erisipela.





HIERBA RASPOSA

Tournefortia hartwegiana

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta nativa de México, crece silvestre en lugares de clima cálido, en los terrenos planos y en las áreas de cultivo abandonado. Se encuentra también en terreno rocoso y en las laderas.

ANTECEDENTES

El nombre del género *Tournefortia* deriva del apellido del médico y botánico francés Joseph Pitton Tournefort, quien lo describió inicialmente.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un arbusto erecto que alcanza hasta dos metros de altura. Sus ramas son cilíndricas, de hojas ásperas al tacto, lanceoladas u ovadas de margen entero. Sus flores son pequeñas y de color blanco agrupadas en racimos o espigas. Sus frutos son blancos y cilíndricos.

USOS MEDICINALES

El uso más reconocido de esta planta es para curar las rozaduras y el *chincual* (irritación de la piel de los glúteos de los recién nacidos). Las hojas frescas se frotran y se colocan en el agua durante unos minutos, y con ésta se baña a los bebés para aliviar la irritación de la piel. Esta preparación también se usa para lavar heridas. Otra de sus utilidades es la del tratamiento contra la disentería y la diarrea. Para ello, hace falta beber una infusión preparada con sus tallos y sus hojas. Las hojas se extraen frescas, se licúan y se beben como agua de uso para aliviar la inflamación del riñón. Además, son muy eficaces para reducir la inflamación de las vías urinarias, en ese caso se tallan las hojas y se reposan unos minutos en agua, luego se le añade la cantidad de agua suficiente para emplearla en baños de asiento. Esta planta ha sido reportada también como provechosa para aliviar la diabetes.

HINOJO

Foeniculum vulgare

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta de origen europeo que se cultiva ampliamente por sus propiedades medicinales en los huertos familiares de clima templado en México. A veces aparece como vegetación espontánea en las orillas de los caminos.

ANTECEDENTES

Dioscórides (s. I d.C.), en su obra *De materia medica*, hacía ya referencia al uso del hinojo: “Esta planta, comida, puede provocar la secreción de leche, también su semilla, bebida o cocida con infusión de harina de cebada [...] Sus raíces pulverizadas con miel aplicadas en unguento son tratamiento para los que han sufrido la mordedura de un perro”.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta herbácea, perenne, erecta y rígida de color verde intenso. Sus hojas son largas y delgadas, acaban en forma de segmentos que parecen cabellos o agujas. La inflorescencia es una umbela de pedúnculos largos y las flores están organizadas en umbélulas terminales que tienen entre 10 y 40 florecillas amarillas de uno a dos milímetros. El fruto es un esquizocarpo de color pardo oscuro de cinco milímetros.

USOS MEDICINALES

Sus semillas y hojas se utilizan en el tratamiento de problemas digestivos y respiratorios. Además, se usa cuando los niños sufren de indigestión haciendo un compuesto con otras plantas. De igual manera, es muy eficaz contra la bilis. El agua hervida de esta planta es aprovechada en baños de temascal aplicados después del parto. Otro de sus múltiples usos es el de la limpieza del riñón. Permite combatir el insomnio, calmar los nervios y es un excelente estímulo lactante para las madres cuando se ingiere en forma de té.



HOJA SANTA

Piper auritum

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta nativa de América tropical, crece en los bosques húmedos, en matorrales y en medio de vegetación secundaria. Se ha reportado en territorio que va desde el centro y el sur de México hasta Colombia. Es una especie frecuente en los huertos familiares.

ANTECEDENTES

El nombre del género lo tomó Linneo de la palabra latina *piper*, que procedía de la palabra griega antigua *péperi*, y esta de la sánscrita *pippalī*. El epíteto específico hace referencia a la forma de las hojas, similar a grandes orejas.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una hierba grande, rígida, carnosa y de amplias ramificaciones extendidas. Tiene ramas con pubescencias, sus hojas son muy grandes, simples, alternas y delgadas de forma acorazonada, con un aroma intenso y agradable. Tiene inflorescencias axilares, tipo espiga, de 6 a 35 cm de largo, con aspecto de cola de ratón.

USOS MEDICINALES

Las hojas frescas masticadas se emplean como remedio contra los cólicos, el dolor de estómago y la diarrea. También es de gran ayuda para tratar problemas de digestión e insomnio. El cocimiento de las hojas se utiliza en la limpieza de parásitos intestinales. Sus valiosas propiedades mitigan los cólicos y ayudan a aliviar problemas ginecológicos y respiratorios. También se aprovecha en forma de cataplasma para aliviar el dolor muscular, después de soasar las hojas en el comal.





LLANTÉN

Plantago major

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta que se ha introducido en Norteamérica y Centroamérica. Se encuentra principalmente en orillas de canales y bordes de estanques, en general en terrenos muy húmedos. A veces es cultivada.

ANTECEDENTES

La palabra *Plantago* deriva del latín *planta* (pie) y *ago* (parecer), por la forma que presentan las hojas de varias especies. Los primeros datos que se existen del llantén aparecen en la obra de Dioscórides *De materia medica*, en la que se menciona sus propiedades para el tratamiento de llagas y úlceras, así como antihemorrágico, contra la mordedura de perros, como antiinflamatorio, para las quemaduras, como astringente, entre otros.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta herbácea, anual o perenne, con la raíz corta con muchas raicillas que forman un tronco. Hojas anchas, de forma aovadas que tienen entre tres y seis nerviaciones longitudinales que salen de una roseta basal. Sus flores tienen color verde blancuzco, crecen en densas espigas que florecen desde la mitad de la primavera hasta el final del verano. Su fruto es un pixidio, las semillas son de color pardo.

USOS MEDICINALES

El llantén posee un enorme potencial medicinal por sus propiedades antiinflamatoria, astringente y cicatrizante, se emplea en enfermedades de la piel, en heridas y quemaduras. Por esto también, anteriormente se utilizaba para sanar cualquier inflamación, principalmente en boca, se usa por vía tópica en úlceras de las encías. Otro uso importante es contra inflamaciones oculares, las hojas se hierven y se usa en forma de gotas. También se emplea por vía oral en afecciones renales y digestivas.

NANCHE

Byrsonima Crassifolia

ORIGEN Y HÁBITAT

El nanche presenta una amplia distribución en toda la zona tropical de México. Se encuentra desde el sur de Tamaulipas y el este de San Luis Potosí, hasta Yucatán y Quintana Roo en la vertiente del Golfo; y de Sinaloa hasta Chiapas en el Pacífico. Crece en laderas abiertas y pedregosas del Bosque Tropical Caducifolio.

ANTECEDENTES

En el siglo xvi, Francisco Hernández relata con respecto a esta especie: “el fruto es de naturaleza fría y húmeda, comestible y favorable a los que tienen fiebre”. Sólo hasta el siglo xx aparece más información, cuando Maximino Martínez se refiere a ella como: acaricida, anti blenorragico, antitumoral, aperitivo, astringente, atonía intestinal, catártico, eupéptico, galactógeno, para las metrorragias y tónico.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un arbusto o árbol que mide entre 5 y 10 m de altura con la corteza parda oscura y rugosa. Tiene las hojas más largas que anchas, son rígidas, provistas de pelos amarillos en el reverso de la hoja. Las flores están en racimos de color amarillo o rojizo y son vistosas. Los frutos son globosos, amarillos o rojizos, en racimos con sabor agridulce.



USOS MEDICINALES

Se utiliza con mayor frecuencia para combatir problemas de diarrea. Aunque también se prescribe en otros desordenes de tipo digestivo como disentería, dolor de estómago, *empacho*, falta de digestión y bilis. En el tratamiento de estos padecimientos se emplea la corteza en conocimiento, por vía oral. Se utiliza en problemas ginecológicos como la infección de la matriz y la inflamación de los ovarios. Además, en situaciones de embarazos difíciles evita el aborto y facilita el parto. También se usa para afecciones de la piel, contra la sarna, granos y clavillos. Su cocción combinada con corteza de cedro sirve para lavar las heridas.

PARACA

Senna skinneri

ORIGEN Y HÁBITAT

Es nativo de América y ampliamente extendido hasta Nicaragua y Venezuela. Crece en los potreros y en las sabanas del Bosque Tropical Caducifolio.

ANTECEDENTES

Su género fue descrito por Philip Miller y publicado en *The Gardeners Dictionary*.

Maximino Martínez menciona su uso medicinal contra las afecciones renales, para ello se utiliza el cocimiento de las hojas.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol pequeño, que crece entre uno y seis metros, de hojas paripinnadas, alternas, con cuatro o siete pares de folíolos. Sus flores son solitarias y axilares, o están agrupadas al final de las ramas. Los frutos son legumbres, aplanados e indehiscentes.

DESCRIPCIÓN ETNOBOTÁNICA

Es utilizado para enfermedades respiratorias y gastrointestinales. La corteza de este árbol se usa para “curtir” el estómago, curar la diarrea, la indigestión y la disentería. La manera más eficaz de aprovecharla es tomarla en ayunas en forma de té. Sus hojas deben mezclarse con la corteza de guachocote (*Malpighia mexicana*), de timbre (*Acacia angustissima*) y de tepeguaje (*Lysiloma acapulcense*).





PASIONARIA

Passiflora subpeltata

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta originaria de América tropical. Se encuentra distribuida desde el centro y sur de México, pasa por Centroamérica, y alcanza el norte de Suramérica, Colombia y Venezuela. Se encuentra en lugares abiertos, en Matorrales Xerófilos.

ANTECEDENTES

El género *Passiflora* fue descrito por Carl Linneo, la palabra proviene del latín *flos passionis* que significa flor de la pasión en alusión a la Pasión de Cristo ya que los primeros misioneros en América creyeron ver los instrumentos utilizados durante la Pasión en las diferentes partes que conforman la flor.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta trepadora con zarcillos que posee un tallo cilíndrico y estriado. Las hojas se ubican sobre el tallo, en la base de cada hoja hay un par de pequeñas hojillas llamadas estípulas. Las hojas son alternas y de margen aserrado. Sus flores son blancas, tiene frutos globosos de color amarillo. Las semillas con numerosas depresiones en su superficie están envueltas en una pulpa translúcida.

USOS MEDICINALES

Las hojas y los tallos se emplean para problemas del sistema nervioso, para combatir el insomnio. Se recomienda mezclarla con la flor de naranjo (*Citrus sinensis*), con la flor magnolia (*Talauma mexicana*), la flor de manita (*Chiratodendron pentadactylon*) y la flor de tila (*Tilia mexicana*). Para preparar un té, se hierve una pizca de la mezcla de estas plantas.

PEGAHUESO

Euphorbia fulva

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una especie nativa y endémica de México, crece en el Bosque Tropical Caducifolio.

ANTECEDENTES

En 1753 Carl Linneo asignó el nombre *Euphorbia* a este género en honor al médico griego Euphorbus, ya que éste hizo aportaciones médicas en el uso de la especie *Euphorbia resinifera*.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol frondoso que alcanza hasta 12 m de altura, tiene látex blanco. Las hojas son delgadas, pubescentes y crecen en las puntas de las ramas. Las flores son pequeñas, de color verdoso, y sus frutos son muy similares a los granos de café.

USOS MEDICINALES

Se utiliza tradicionalmente para pegar los huesos, contra el frío muscular (que coloquialmente le llaman *frío metido*) y las torceduras. Su látex se aprovecha en forma de cataplasma. Para aplicarlo debe untarse en las partes del cuerpo afectadas, luego se coloca un parche que se deja hasta que se sienta el alivio. Se recomienda no mojar la parte afectada. También se utiliza para aliviar los traumatismos de cadera en la mujer después de un segundo parto (coloquialmente llamado *pegar la cadera*). Además, dentro de la usanza tradicional se aprovecha para promover la concepción.





PERICÓN

Tagetes lucida

ORIGEN Y HÁBITAT

Crece en varios municipios del estado de Morelos, en distintos tipos de vegetación como los bosques de Pino-Encino, la Selva Baja Caducifolia y en las zonas de transición.

ANTECEDENTES

En su estudio, Francisco Hernández menciona sobre el pericón: “Esta hierba que por sus flores densamente agrupadas que semejan en cierto modo nubes o porque resuelve las nubes de los ojos llaman *yauhtli*”.

Otros usos...

Las flores y las hojas se usan para condimentar los elotes, con la finalidad de que no causen daños digestivos. También se aprovecha en la preparación de bebidas y licores digestivos, pues sus propiedades aromáticas añaden un sabor y olor anisado.



DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una planta herbácea perenne que llega a medir hasta 80 cm de altura, con tallo ligeramente ramificado; las hojas son simples y opuestas; las inflorescencias son cabezuelas dispuestas en corimbos que contienen las flores de color amarillo, con un olor agradable a anís.

USOS MEDICINALES

Se utiliza para diversos problemas digestivos como dolor de estómago, diarrea, disentería, parásitos estomacales, flatulencia, vómito, indigestión y tifoidea. Para el sistema respiratorio se emplea contra la tos, resfriados y asma. También combate los problemas del sistema circulatorio como varices, y problemas ginecológicos. Se ha reportado su uso también para el sistema nervioso. Esta especie tiene un uso ritual en los baños de temascal y en las llamadas *limpias*.

POCHOTE

Ceiba aesculifolia

ORIGEN Y HÁBITAT

Es un árbol originario de México; habita en climas cálidos. Es una especie que se distribuye en la parte central de México, en los estados de Morelos y Guerrero, en la cuenca del río Balsas, y en la cuenca del río Papaloapan que toca los estados Puebla y Oaxaca.

ANTECEDENTES

En el siglo XVI, Francisco Hernández comenta: “las hojas curan las úlceras”. En Chiapas se le conoce como *lántan*, en Yucatán como *kuch* (que viene del maya), y en Oaxaca como *len-o-ma* (del chontal) o *matzu* (de la lengua chinanteca).

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol de 5 a 18 m de altura, de tronco recto y corteza de color café grisáceo. Las hojas se agrupan en cinco, seis o siete hojuelas que salen de un mismo lugar. Las flores son blancas, grandes y muy llamativas; se tornan a un color café cuando maduran. Los frutos son grandes, se abren cuando están secos y contienen una gran cantidad de semillas.

USOS MEDICINALES

Se recomienda utilizar para los trastornos digestivos. En el estado de México se le emplea como purgante y vomitivo, y en Quintana Roo solamente como vomitivo. En Yucatán se emplea la corteza de la planta fermentada para usarla en los baños para los casos de insolación. De manera general interviene en el tratamiento de la debilidad, la dermatitis, los espasmos y las mordeduras de serpiente.





TEJOCOTE

Crataegus mexicana

ORIGEN Y HÁBITAT

El tejocote es originario de México. Está distribuido en la mayor parte de las zonas montañosas del país, sobre todo en el Eje Neovolcánico, la Sierra Madre Oriental, la Sierra Madre del Sur y los altos de Chiapas. Habita en clima templado, crece a las orillas de los caminos, está asociada a la vegetación perturbada, ubicada en las laderas de los cerros. También es una planta cultivada en huertos familiares.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un árbol espinoso que tiene entre cuatro y ocho metros de altura. Su corteza es de color gris rojiza y se desprende en delgadas tiras. Las hojas son ásperas, en forma de diamante, con margen aserrado. Las flores son solitarias, se presentan en forma de umbelas terminales con pétalos blancos y lanceolados. Los frutos son aromáticos, semejantes a pequeñas manzanas de color amarillo-anaranjado. Las semillas son lisas, de color café y están rodeadas por un hueso leñoso.

ANTECEDENTES

La palabra tejocote proviene de la castellanización náhuatl, *texocotl*, y que al descomponerse se derivan en: *tetl* que significa piedra y *xocotl*, fruto. El tejocote fue para los aztecas, antes de la Conquista, uno de los principales hábitos alimenticios de invierno.

Existe evidencia del tejocote en Xaltocan, Tlatelolco, Michpilco, Teotihuacan y Cuanalan. El *texocotl* o *texocutl* era considerado un fruto muy bueno para comer.

USOS MEDICINALES

El cocimiento del fruto se usa para problemas gripales como la tos, pulmonía, bronquitis, resfrío y dolor de pulmón. Los frutos de esta especie tienen buen sabor y son muy apreciados por su contenido de vitamina C. La raíz es empleada para combatir la diarrea y el dolor de estómago..

TOLOACHE

Datura stramonium

ORIGEN Y HÁBITAT

El toloache es originario de Norteamérica. Habita climas cálidos, semicálidos y templados que van desde el nivel del mar hasta los 3900 msnm. Es de amplia distribución, crece a orillas de caminos, en terrenos de cultivo y campos de barbecho. Está asociado a vegetación perturbada, derivada de Bosques Tropicales Caducifolio, Subcaducifolio, entre otros.

ANTECEDENTES

La primera referencia de esta planta se encuentra en la obra de Martín de la Cruz, que en pleno siglo XVI indica: “las hojas molidas se untan debajo de las orejas para tratar las molestias en los oídos purulentos, aguaduras o tumorcillos esponjosos, el dolor de costado y el unguento para las grietas de los pies”. El *Códice Florentino*, del mismo siglo menciona que es atenuante y medicinal. Sus propiedades medicinales permiten su utilización en diversos tratamientos: “para la gota, el cuerpo hinchado, las descabraduras y las heridas infectadas. Para las niguas (granos) desde la espalda y para las calenturas con frío intermitente”.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una hierba de olor fétido que mide hasta un metro de altura. Tiene un solo tallo y pocas ramas. Las hojas son más largas que anchas, sus flores son solitarias de color blanco o rosa-azulosa. Los frutos son capsulas con numerosas y fuertes espinas que alcanzan hasta un centímetro de largo.

USOS MEDICINALES

En el estado de Morelos, se le emplea principalmente para calmar los dolores reumáticos. Para prepararlas hay que macerar la raíz y las hojas en agua, y luego frotarlas en el cuerpo. También es posible aplicarlas en cataplasma: se preparan con alcohol y se colocan en el lugar del dolor o con la cocción de las hojas se dan baños de pies. Para los dolores de rodilla se hierven las semillas y se untan. En los dolores musculares se colocan las hojas o los cogollos tiernos.





TORONJA

Citrus paradisi

ORIGEN Y HÁBITAT

La toronja crece en regiones cálidas, preferentemente de clima tropical y subtropical. Los mayores productores a nivel mundial son: Estados Unidos, Sudáfrica, China, Israel y México.

ANTECEDENTES

La toronja, también llamada pomelo es un híbrido, probablemente producido de manera espontánea entre el pummelo (*Citrus maxima*) y la naranja dulce (*Citrus × sinensis*) en las plantaciones del mar Caribe alrededor del siglo XVII. Se considera la segunda fruta cítrica más importante a nivel mundial.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

El árbol de toronja puede alcanzar los 13 a 15 m de altura, de copa redondeada y ramas regulares. Tiene flores grandes, axilares solitarias o en grupos. Sus frutos son esféricos y grandes de 10 a 15 cm, lisos y de color verde amarillento cuando son maduros.

USOS MEDICINALES

El consumo habitual de la toronja es beneficioso en la prevención de enfermedades circulatorias como: la hipertensión, los accidentes cerebrovasculares y el control del colesterol en la sangre. Algunos investigadores señalan que el consumo de la toronja ayuda a evitar la arteriosclerosis, evitando que las arterias sean obstruidas por la grasa.

TRONADORA

Tecoma stans

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una planta originaria de Florida, México y Sudamérica. Tiene amplia distribución en Bosques Tropicales Caducifolio, Subcaducifolio, entre otros.

ANTECEDENTES

En el *Códice Florentino* se describe su uso para tratamientos de vejiga, riñones y contra el dolor de cabeza. Maximino Martínez indica su utilidad para afecciones gastrointestinales. La Sociedad Farmacéutica de México describe su uso en afecciones gastrointestinales, como anti-diabético y analgésico.

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es un arbusto o árbol que tiene entre uno y ocho metros de altura, sus hojas son compuestas y opuestas, poseen el borde serrado. Las flores se encuentran en racimos en forma de pequeñas campanas amarillas. El fruto es una cápsula alargada y negruzca, con las semillas provistas de alas. Florece entre agosto y noviembre.

USOS MEDICINALES

Se usa principalmente contra la diabetes. También se emplea en padecimientos digestivos como el dolor de estómago, disentería, bilis, la gastritis, indigestión y problemas del hígado. De igual manera se aprovecha para purificar la sangre, bajar la fiebre, desinflamar los golpes y curar las llagas, urticaria, viruela y piquete de alacrán. Suele ser muy útil contra los resfriados, el asma y la tos. Para los distintos tratamientos se usan las hojas, tallos, corteza o flor en cocimiento. Se usa en forma de té o se aplica localmente para tratar problemas de la piel.





VERBENA

Verbena carolina

ORIGEN Y HÁBITAT

Es una especie nativa de América, es arvense y ruderal. Crece en lugares afectados por disturbio en medio de Matorral Xerófilo, Pastizal, Bosque de Pino-Encino y Mesófilo. Se ha registrado en 25 de los 32 estados de México. Es de uso común en cultivos de maíz y avena.

ANTECEDENTES

Francisco Hernández menciona: "Las raíces machacadas y tomadas en dosis de una dracma con cocimiento de regaliz u otro semejante, provocan notablemente la orina y limpian todo lo que obstruye su conducto o impide la micción. Nace en las regiones cálidas de Xochitepec y de Quauhnahuac, en lugares llanos y campestres".

DESCRIPCIÓN BOTÁNICA

Es una hierba de aproximadamente 70 cm de alto. Tiene tallo generalmente solitario, con pelos largos y muy rígidos. Posee hojas oblongo-lanceoladas, presenta un ápice agudo y un borde aserrado. Su inflorescencia se desarrolla en espigas.

USOS MEDICINALES

Es utilizada para tratar el dolor de estómago, diarrea y vómito. Tiene propiedades humectantes, por lo que se usa para el cuidado del cabello. Se emplea también como cicatrizante de granos y heridas, contra la caspa, las alergias y la dermatitis. Se puede aplicar la infusión, sea en cataplasma o bien en compresas que permiten aliviar dolencias de la piel tales como el eccema, los forúnculos o las quemaduras. También se usa la infusión de verbena para hacer gárgaras que pueden prevenir las caries y mejorar la salud bucodental.

La verbena es una planta que pertenece a una de las 10 familias botánicas más importantes en el país, por el alto número de especies medicinales.

ÍNDICE DE PADECIMIENTOS

ANALGÉSICO

- 40 Belladona
- 64 Flor de mayo

BRONQUITIS

- 44 Borraja
- 60 Cuatecomate
- 66 Grangel
- 64 Flor de camarón
- 91 Tejocote

CÁLCULOS

- 55 Coralillo
- 59 Cuajilote

CASPA

- 47 Cacao
- 99 Verbena

GRIPA

- 30 Adelfa
- 44 Borraja
- 48 Capulín
- 62 Flor de camarón
- 66 Grangel

CÓLICOS MENSTRUALES

- 48 Capulín
- 62 Flor de camarón
- 74 Hoja santa

DESPARASITANTE

- 43 Bonete
- 62 Flor de camarón
- 74 Hoja santa
- 78 Nanche
- 87 Pericón

DIABETES

- 52 Colorín
- 55 Coralillo
- 66 Grangel
- 71 Hierba rasposa
- 96 Tronadora

DIARREA

- 48 Capulín
- 62 Flor de camarón
- 64 Flor de mayo
- 66 Grangel
- 71 Hierba rasposa
- 74 Hoja santa

DIARREA

- 78 Nanche
- 80 Paraca
- 91 Tejocote
- 99 Verbena

DIGESTIVO

- 33 Ajenjo
- 34 Árnica
- 43 Bonete
- 72 Hinojo
- 74 Hoja santa
- 78 Nanche
- 80 Paraca

DIARREA

- 87 Pericón

DISENTERÍA

- 88 Pochote
- 30 Adelfa
- 47 Cacao
- 48 Capulín

55 Coralillo

- 71 Hierba rasposa
- 78 Nanche
- 87 Pericón
- 96 Tronadora

DOLOR DE ESTÓMAGO

- 33 Ajenjo
- 62 Flor de camarón
- 68 Guaco
- 74 Hoja santa
- 78 Nanche
- 87 Pericón
- 94 Tronadora

DOLOR DE MUELAS

- 39 Ayoyote
- 52 Colorín

DOLOR DE OÍDO

- 60 Cuatecomate
- 66 Grangel

DOLOR DE PECHO

- 60 Cuatecomate
- 91 Tejocote

DOLOR DE RIÑÓN

- 44 Borraja
- 71 Hierba rasposa

ESPINILLAS

- 36 Árnica roja
- 64 Flor de mayo

FIEBRE

- 55 Coralillo
- 96 Tronadora

GALACTÓGENO

- 47 Cacao
- 72 Hinojo

GASTRITIS

- 56 Cuachalalate
- 96 Tronadora

GOLPES

- 34 Árnica
- 36 Árnica roja

GRANOS

- 36 Árnica roja
- 99 Verbena

HEMORROIDES

- 39 Ayoyote
- 66 Grangel

HERIDAS INTERNAS

- 36 Árnica roja
- 56 Cuachalalate
- 66 Grangel

HERIDAS

- 34 Árnica
- 36 Árnica roja
- 55 Coralillo
- 56 Cuachalalate
- 62 Flor de mayo
- 71 Hierba rasposa
- 77 Llantén
- 78 Nanche

INFECCIÓN DEL RIÑÓN

- 59 Cuajilote
- 66 Grangel

INSOMNIO

- 48 Capulín

52 Colorín

- 72 Hinojo
- 83 Pasionaria

MAL DE ORÍN

- 48 Capulín
- 59 Cuajilote
- 66 Grangel

MANCHAS EN LA PIEL

- 30 Adelfa
- 34 Árnica
- 36 Árnica roja
- 47 Cacao

PARTO

- 36 Árnica roja
- 47 Cacao
- 72 Hinojo
- 78 Nanche
- 84 Pegahueso

PICADURA DE ALACRÁN

- 43 Bonete
- 96 Tronadora

PROBLEMAS BUCALES

- 33 Ajenjo
- 56 Cuachalalate
- 62 Flor de camarón
- 77 Llantén

PROBLEMAS DE VEJIGA

- 44 Borraja
- 66 Grangel

PROBLEMAS GINECOLÓGICOS

- 36 Árnica roja
- 55 Coralillo
- 78 Nanche

84 Pegahueso

- 87 Pericón

PROBLEMAS OCULARES

- 51 Chicalote
- 77 Llantén

PURGANTE

- 62 Flor de camarón
- 64 Flor de mayo
- 88 Pochote

QUEMADURAS

- 47 Cacao
- 55 Coralillo
- 56 Cuachalalate
- 77 Llantén
- 99 Verbena

RASPADURAS

- 36 Árnica roja
- 55 Coralillo

REUMAS

- 55 Coralillo
- 66 Grangel
- 92 Toloache

TOS FERINA

- 44 Borraja
- 62 Flor de camarón

TOS

- 44 Borraja
- 48 Capulín
- 60 Cuatecomate
- 64 Flor de mayo
- 77 Llantén
- 87 Pericón
- 91 Tejocote

GLOSARIO

ABORTIVO: referente al órgano cuyo desarrollo se ha detenido en estado rudimentario.

ACARICIDA: es un plaguicida que se utiliza para eliminar, controlar o prevenir la presencia o acción de los ácaros mediante una acción química.

AGUDO: referente al ápice de la hoja o cualquier órgano foliáceo terminado en ángulo agudo (figura 1).

ANTI BLENORRÁGICO: sustancia que contra-resta o impide la blenorragia o gonorrea.

ANTIHELMÍNTICO: medicamento utilizado en el tratamiento de las helmintiasis, es decir las infestaciones por vermes (gusanos), helmintos o lombrices.

ANTITUSIVA: medicamento que previene, reduce o elimina la tos.

APICAL (ES): referente al ápice; próximo al ápice. (Se opone a basal).

ÁPICE: punta o extremo de la hoja (figura 2).

ARVENSE: planta que crece de forma silvestre en una zona cultivada o controlada por el ser humano.

ASERRADO: borde de los órganos laminares provisto de denticillos agudos y próximos, dirigidos hacia el ápice (figura 1).

ATONÍA: músculo que ha perdido su fuerza en forma completa, quedando sin movimiento o de forma inactiva.

BASAL: referente a la base; próximo a la base. Basilar. (Se opone a apical).

BIPINADO: dos veces pinnado; referente a la hoja (u otro órgano similar) pinnada, cada uno de cuyos segmentos primarios es a su vez pinnado.

CARDIOTÓNICA: mejora la función cardíaca.

CATAPLASMA: tratamiento tópico de consistencia blanda y, normalmente, caliente, que se aplica con varios efectos medicinales; especialmente cuando los efectos son calmantes, anti-inflamatorios o emolientes.

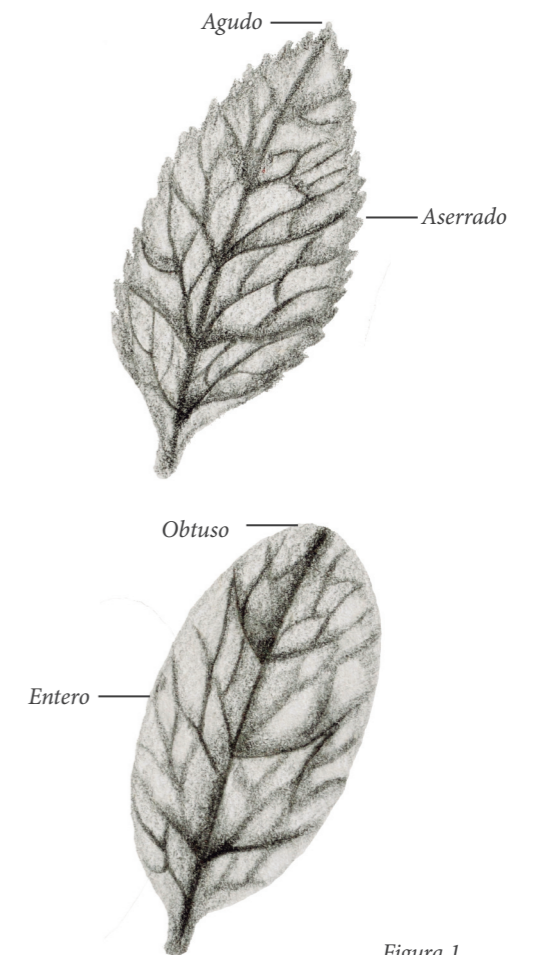


Figura 1

CATÁRTICO: purgante.

CHINANTECO: es un idioma tonal perteneciente al grupo otomangue y es una familia independiente de las otras lenguas derivadas del otomangue en Oaxaca.

CHONTAL: es una lengua que pertenece a la familia tequistlateco-chontal en Oaxaca.

CITOTÓXICO: es la cualidad de algunas células para ser tóxicas frente a otras que están alteradas.

COGOLLO: parte interior que es la más apretada, blanca y tierna de algunas plantas, como la lechuga y otras hortalizas.

COROLA: envoltura floral interna, por lo común de colores llamativos y de consistencia más fina que la envoltura externa, constituida de pétalos separados, o bien, fusionados en una sola pieza.

DIGITÁLICO: medicamento que se utiliza para tratar afecciones cardíacas.

EMENAGOGO: medicamentos o remedios a base de hierbas, que pueden estimular el flujo sanguíneo en el área de la pelvis y el útero, y en algunos casos, fomentar la menstruación.

EMOLIENTE: sustancia que ayuda a hidratar la piel, evitando la sequedad y aportándole suavidad.

ENTERO: referente al borde de un órgano laminar desprovisto de accidentes, como dientes, picos, ondulaciones, etc. (figura 1).

ENTUERTO: Espasmo doloroso del útero que se presenta en la mujer en los primeros días después del parto.

ENVÉS: cara inferior de la hoja (figura 2).

ERISÍPELA: Infección bacteriana de las capas externas de la piel.

ESQUIZOCARPO: tipo de fruto seco indehiscen- te que se desarrolla de un gineceo pluricarpelar.

ESTÍPULA: estructura, usualmente laminar, que se forma a cada lado de la base foliar de una planta vascular (figura 2).

EUPÉPTICO: sustancia o medicamento que favorece la digestión.

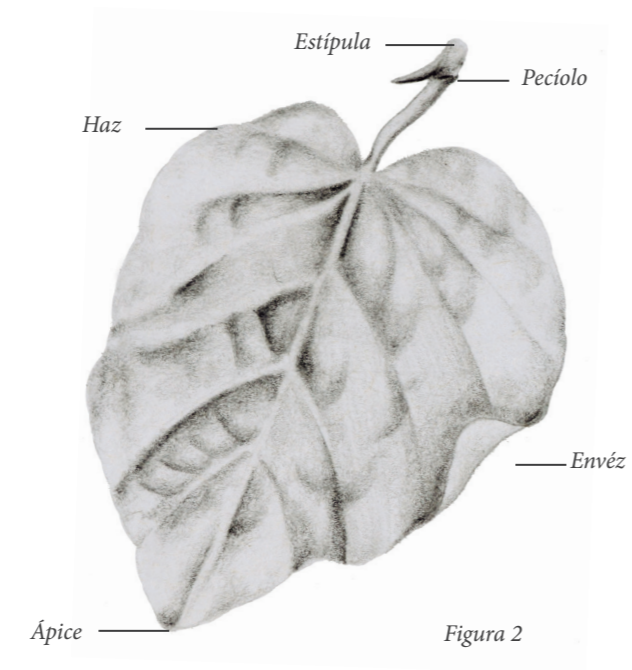
FEBRÍFUGO: sustancia o medicamento que sirve para reducir la fiebre.

FORÚNCULO: protuberancia dolorosa y llena de pus que se forma debajo de la piel cuando las bacterias infectan y causan la inflamación de uno o más folículos del vello.

GALACTÓGENO: sustancia que favorece la secreción de la leche.

GLABRO: lampiño, desprovisto de pelo o vello.

HAZ: 1. Fascículo por lo general de elementos alargados. 2. Superficie superior o adaxial de la hoja u otro órgano foliar (figura 2).



MARGEN: orilla o borde.

METRRORRAGIA: sangrado vaginal que ocurre entre los periodos menstruales de una mujer.

OBLONGO: estructuras laminares mucho más largas que anchas, con los márgenes paralelos.

OBTUSO: hoja u otro organismo foliar, cuyos bordes forman en el ápice un ángulo mayor a 90° (figura 1).

PECÍOLO: porción basal muy estrecha de la hoja, que une la lámina con el tallo (figura 2).

PEDÚNCULO: 1. En la inflorescencia, el eje que la define y sostiene en su base. 2. Eje de sostén de la flor solitaria (figura 4).

PINNADO: 1. En forma de pluma; con las partes dispuestas más o menos simétricamente de los dos lados de un eje prolongado. 2. Referente a la hoja compuesta, en la cual los foliolos (más o menos numerosos) se disponen a ambos lados del raquis.

PIXIDIO: es un tipo de fruto seco, sincárpico, similar a la cápsula. Es dehiscente, es decir, se abre al madurar.

PUBESCENCIA: provisto de pelo.

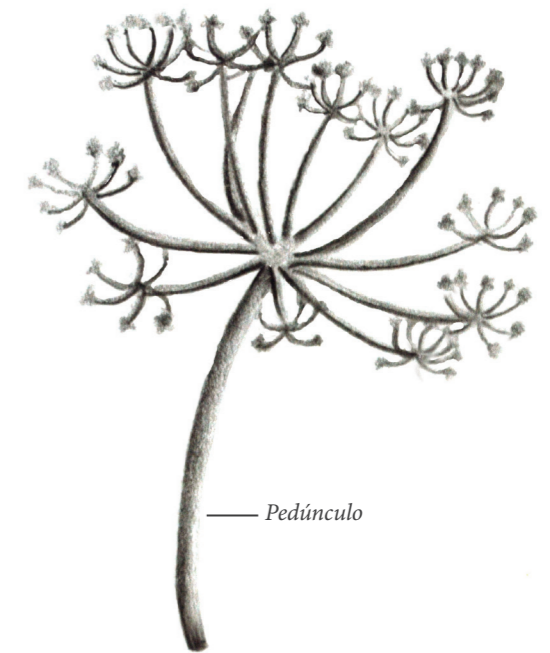
SÁMARA: es un fruto seco indehiscen- te (que no se abre espontáneamente al llegar a la madurez para liberar las semillas) (figura 3).

SÉSIL: órgano o parte orgánica que carece de pie o soporte más o menos alargado.

UMBELA: inflorescencia en la que los pedicelos son aproximadamente del mismo largo y parten de un punto común a semejanza de las varillas de una sombrilla (figura 4).

VERMÍFUGO: medicina que mata o expulsa las lombrices intestinales.

VERTICILO: conjunto de órganos (principalmente ramas, hojas, o las diferentes piezas florales) que se disponen insertándose.



BIBLIOGRAFÍA

- Argueta, Arturo. *Atlas de las plantas de la medicina tradicional mexicana I, II, III*. México: Instituto Nacional Indigenista. 1994.
- Argueta, Arturo. *Atlas de las plantas de la medicina tradicional mexicana*. Librería digital. México: Instituto Nacional Indigenista. 2009.
- Ayala, Inés, Belinda Maldonado, José Blancas, Erika Román y Feliciano García. *Panorama general de la flora medicinal. En: La biodiversidad en Morelos*. Estudio de Estado 2. Vol. III. CONABIO, México, pp. 69-76. 2020.
- Caballero, Javier, Alejandro Casas, Laura Cortés y Cristina Mapes. *Patrones en el conocimiento, uso y manejo de plantas en pueblos indígenas de México*. Estudios Atacamenos 16: 181-195. 1998.
- Calderón, Graciela y Jerzy Rzedowski. *Flora fanerogámica del Valle de México*. México: Instituto de Ecología, A. C. y CONABIO, 2010.
- Cortés, Hernán. *Cartas de Relación*. México: Porrúa. 1992.
- De Micheli, Alfredo y Raúl Izaguirre-Ávila. “De la herbolaria medicinal novohispana a los inicios del estudios botánicos -farmacológicos sistematizados” en *Archivo de Cardiología de México*, n. 79, pp. 95-101, 2009.
- Díaz de Arce, Juan. *Libro de la Vida del Próximo Evangélico*, el V. P. Bernardino Álvarez. México: Imprenta Nueva Antuerpiana de D. Cristobal y D. Phelipe de Zuñiga y Ontiveros, pp. 256-260. 1762.
- Galán, Víctor. *El cultivo del mango*. La Laguna: Instituto Canario de Investigaciones Agrarias y Ediciones Mundi-Prensa, pp. 37-38, 2009.
- Labra, Francisco y Carmen Márquez. *Plantas medicinales de México composición, usos y actividad biológica*. México: UNAM. 1999.
- Linares, Edelmira, Robert Bye Y Beatriz Flores. *Plantas medicinales de México. Usos Tradicionales*. México: Jardín Botánico del Instituto de Biología, UNAM. 1999.

- Maldonado Belinda, Amanda Ortiz y Oscar Dorado. *Preparados galénicos e imágenes de plantas medicinales. Una alternativa para promotores de salud en la Reserva de la Biosfera de Huautla*. México: CONABIO, UAEM. 2004.
- Monroy-Ortiz, Columba y Patricia Castillo-España. *Plantas medicinales utilizadas en el estado de Morelos*. 2ª edición. México: UAEM. 2007.
- Ortiz de Montellano, B.R. *Aztec Medicine, Health and Nutrition*, New Brunswick: Rutgers University Press. 1990.
- Pacheco, Reyna. “El intercambio de plantas en la Nao de China y su impacto en México” en *Historías Digital*, p. 593-608, 2011.
- Parodi, Bruno. “La flora medicinal de Morelos en la obra de Francisco Hernández”. En Crespo Horacio (dir.) *Historia de Morelos. Tierra, gente, tiempos del Sur*. 9 Tomos, México: UAEM. Tomo 9, pp. 39-71, 2011.
- Parrilla, Laura. *Jardín Etnobotánico, Museo de Medicina Tradicional y Herbolaria* 1ª edición. México: Instituto Nacional de Antropología e Historia. 2003.
- Schulte, Richard. *Plants of the Gods*. Rochester Vermont: Healing Arts Press, 1992.
- Varey, Simon. “Francisco Hernández, Renaissance Man”. En Simon, Varey, Chambrán, Rafael, Weiner, Dora B., (ed). *Searching for the Secrets of Nature: The Life and Works of Dr. Francisco Hernandez*. Stanford: Stanford University Press, pp. 33-40, 2000.
- Villaseñor, José. Taxonomy and systematics Checklist of the native vascular plants of Mexico. *Revista Mexicana de Biodiversidad* 87: 559-902. 2016.
- Villaseñor, José y Francisco Espinosa. The alien flowering plants of Mexico *Diversity and Distributions* 10: 113-123. 2004.



Plantas medicinales: un acercamiento a la tradición
se terminó de imprimir en mayo de 2023
en Cuernavaca, Morelos.
Para su composición se utilizó la familia
tipográfica Minion Pro, diseñada
por Robert Slimbach.





UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MORELOS