PESPI Programa Especial de Salud y Pueblos Indígenas

Hospital Las Higueras
Servicio de Salud Talcahuano

Ministerio de Salud

MANUAL RESUMIDO DE USO DE "MEDICAMENTOS HERBARIOS TRADICIONALES"

Este manual resumido del libro *Medicamentos Herbarios Tradicionales* fue realizado por Salomé Elias Chacín, Estudiante en práctica de la carrera de Antropología, Universidad de Concepción.

17 de junio de 2024, Talcahuano, Chile.

INTRODUCCIÓN

Las plantas han sido un acompañante constante en la historia del ser humano como alimento, medicina, ornato y veneno. En efecto, desde muy antiguo es conocido que una misma especie vegetal puede tener cualquiera de estas características, dependiendo su actividad benéfica o perjudicial de la forma de usarla, así como de la dosis o cantidad en que es ingerida. A través de la observación constante, con el paso del tiempo se pudo obtener un mayor conocimiento sobre este tipo de cualidades y con ello mejorar la seguridad de su administración.

A mediados del siglo XX, con el constante desarrollo científico, a muchos profesionales sanitarios les pareció que la terapéutica moderna ya podía prescindir de las especies vegetales mismas y sólo bastaba contar con esos principios activos transformados en producto farmacéuticos. Este nuevo escenario llevó a más de alguno a pensar que ya no era necesario continuar la investigación química, farmacológica y clínica de la botánica.

Este distanciamiento del sistema sanitario oficial chileno respecto de las plantas medicinales muestra un cambio favorable desde los años 80 en adelante, con una lenta recuperación de la herbolaria médica como alternativa o complemento en el tratamiento de diversas enfermedades y problemas de salud. Varios han sido los factores asociados con este cambio, entre ellos la revisión de los postulados básicos de la farmacia en cuanto al uso de medicamentos obtenidos de especies vegetales totales y la posibilidad de diversificar la terapéutica médica moderna, el desarrollo de la Atención Primaria de la Salud, el surgimiento de una actitud más cuidadosa hacia el medio ambiente y los equilibrios ecológicos de los seres vivos, incluidas sus enfermedades, y, finalmente, la revalorización del acervo cultural autóctono, en el cual nuestra propia medicina popular o tradicional ocupa un respetable lugar.

A comienzos de los años 90 un Grupo de Expertos convocado por el Ministerio de Salud informó que el uso medicinal de herbolaria autóctona adolecía de definiciones técnicas apropiadas que diferenciaran entre planta medicinal y té de hierbas. Ese mismo grupo entonces recomendó diferenciar en las condiciones de venta al público las categorías de té e hierba del de planta medicinal o medicamento herbario. A mediados de ese mismo decenio se realizó un catastro de las plantas medicinales utilizadas empíricamente por la población chilena, pesquisándose alrededor de 460 diferentes especies vegetales de las cuales sólo unas 103 tenían alguna validación científica. Finalmente mediante el Decreto Supremo Nº 286 / 2001 (publicado en el Diario Oficial el 18 / 02 / 02) se introdujo oficialmente en el Reglamento del Sistema Nacional de Control de Productos Farmacéuticos las categorías de fitofármaco y de medicamento herbario tradicional.

Los *fitofármacos* o medicamentos herbarios son productos farmacéuticos terminados y etiquetados, cuyos principios activos son exclusivamente drogas vegetales o preparaciones vegetales. Estos se entenderán autorizados para los efectos de su venta y distribución, libremente, por el solo hecho de que el Servicio de Salud haya autorizado el establecimiento en que se almacenan, fraccionan, envasan o se realizan otras operaciones propias de su procesamiento.

El Listado de medicamentos herbarios tradicionales definido en esta oportunidad contiene 103 diferentes especies vegetales y es una realidad materializada mediante la Resolución Nº 548 exenta de 27 de julio de 2009 (publicada en el Diario Oficial del 08.09.09).

Para la formulación de este Listado la autoridad sanitaria ha tenido diversos apoyos institucionales que es del caso ahora recordar y también agradecer. La Asociación Gremial de Yerbateros de Chile (Pers. Jurídica Nº 3.380 / 2002) inicialmente colaboró en definir el Listado, en tanto que la confección de las monografías botánicas correspondientes a cada una de las especies vegetales seleccionadas tuvo el apoyo técnico del Departamento de Ciencias Vegetales, Facultad de Agronomía e Ingeniería Forestal, Pontificia Universidad Católica de Chile, mediando apoyo financiero del MIDEPLAN. Por otra parte, en la medida que se ha difundido lo anterior, se ha ido despertando un favorable interés en los medios de comunicación, en diferentes organizaciones comunitarias y en el público en general, además que hemos iniciado promisorios contactos con el Ministerio de Agricultura ahora en cuanto a ampliar su difusión, pero también buscando en el mediano plazo temas comunes para un futuro trabajo intersectorial. El MinSal aprecia y valora cada uno de estos apoyos que nos están permitiendo perfeccionar nuestro quehacer en beneficio de la salud de la población de nuestro país.

Santiago, noviembre de 2009

¡PRECAUCIÓN GENERAL PARA TODOS LOS MEDICAMENTOS HERBARIOS CONTENIDOS EN ESTE MANUAL!

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

AJENJO

(Artemisa absinthium L.)

Nombre común: ajenjo, ajenko (mapudungun).

Tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: malestares estomacales y hepáticos; parásitos intestinales; ciclo menstrual irregular; resfrío con tos. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones intestinales)
- carminativo (previene y ayuda la expulsión de gases)
- emenagogo (estimula o favorece el flujo menstrual)
- vermífugo (elimina las lombrices intestinales)

Precauciones: no es aconsejable su consumo en embarazo y lactancia, ni administrar a niños pequeños o a personas que sufren epilepsia. No consumir por periodos largos. Evitar su uso en inflamaciones digestivas crónicas.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

http://plataformaintegral.com/plantas/ajenjo-origen-y-utilidades/

ARTEMISA / MATRICARIA

(Tanacetum parthenium)

Nombre común: altamisa, tanaceto, artemisa, hierba santa maría (México).

Partes aéreas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: lombrices intestinales, pidulles; menstruación escasa y dolorosa; dolor de cabeza, migraña y neuralgias; fiebre. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2 a 3 veces al día.

b) uso externo: dolor reumático y artrítico. La misma infusión se usa en compresas y lavados.

Efectos:

- anti-migrañoso (calma la migraña o jaqueca)
- febrífugo (baja la fiebre)
- anti-inflamatorio

Precauciones: no administrar durante el embarazo, usar con control médico durante la lactancia. No tomar en conjunto con anticoagulantes, aspirina y ginkgo biloba. Puede producir dermatitis de contacto. Para que se manifiesten sus efectos puede ser necesario usarla diariamente por 2 a 3 meses. Las hojas frescas en contacto directo pueden causar ulceras bucales, dolor abdominal o pérdida del gusto.

Otros antecedentes: su efecto anti-migrañoso está avalado por estudios clínicos. Su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

https://www.semilla-austral.coop/products/artemisa

BORRAJA

(Borago officinalis)

Nombre común: borraja.

Hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: fiebres, cistitis, enfermedades respiratorias (tos, resfríos, bronquitis, dolor de garganta) y dolores menstruales. La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas y/o flores para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: afecciones cutáneas (eccemas y dermatitis).
Usar la misma infusión en lavados o cataplasma.

Efectos:

- anti-inflamatorio
- depurativo
- diaforético
- diurético

Precauciones: no usar por vía oral durante el embarazo. No administrar por periodos prolongados de tiempo ni infusiones muy concentradas. Contraindicada en neoplasias y enfermedades hepáticas.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

https://elarbol.org/borraja/

CHILCO / FUCSIA

(Fuchsia magellanica)

Nombre común: chilca, chilco, fucsia, chilcón.

Hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: menstruaciones escasas o ausentes, dolores menstruales; disminuye la fiebre y aumenta el flujo de orina.

Se usa en decocción o cocimiento, la que se prepara con 1 cucharada de planta para 1 litro de agua, hervir 5 minutos y dejar reposar: beber 1 taza 2-3 veces al día.

Efectos:

- diurético (promueve y aumenta la producción de orina)
- emenagogo (estimula o favorece el flujo menstrual)
- febrífugo (baja la fiebre)

Precauciones: no administrar durante el embarazo.

Otros antecedentes: su efecto diurético tiene alguna evidencia científica.

https://antuvivero.cl/product/chilco/

https://es.wikipedia.org/wiki/Fuchsia_magellanica

CHINITA / CALÉNDULA

(Calendula officinalis)

Nombre común: caléndula, mercadela (México), maravilla (España).

Flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: problemas digestivos (dolores de estómago, úlceras, gastritis, colitis, padecimientos hepáticos); regula la función menstrual. La infusión se prepara con 1 cucharada de flores frescas o secas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: en afecciones de la piel (úlceras, heridas infectadas, dermatitis de pañal, eczemas); hemorroides; infecciones vaginales por hongos.

Usar la misma infusión en lavados y compresas; también se puede usar la tintura y la pomada.

Efectos:

- antiespasmódico
- antibacteriano
- emenagogo
- digestivo, cicatrizante, anti-inflamatorio.

Precauciones: no se aconseja su empleo oral durante el embarazo, lactancia o niños menores de 10 años sin supervisión médica.

Otros antecedentes: sus efectos antibacteriano, cicatrizante y anti-inflamatorio de uso externo tiene alguna evidencia científica.

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Calendula_officinalis3.jpg

GUAYACÁN / PALO SANTO CHILENO

(Porlieria chilensis)

Nombre común: guayacán, palo santo, huayacán.

Ramas - corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: resfrío, afecciones renales y reumáticas; fiebre.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida; beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: dolores por golpes y contusiones.

La misma preparación para uso externo. Usar en forma de baños o cataplasmas.

Efectos:

- balsámico (modera la secreción bronquial)
- depurativo (limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales)
- sudorífico (estimula la sudoración)
- antibacteriano (impide el desarrollo de bacterias)
- anti-inflamatorio

Otros antecedentes: su efecto antibacteriano tiene alguna evidencia científica.

https://www.pumahuida.cl/especies/guayacan/

HIERBA DE SAN JUAN / HIPÉRICO

(Hypericum perforatum)

Nombre común: pericón, hierba de San Juan, hipérico, hierba amarilla.

Tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: depresión, ansiedad, nerviosismo; malestares premenstruales y menopausia. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: afecciones de la piel (dermatitis, heridas pequeñas, úlceras e infecciones virales). Usar la misma preparación para lavados en afecciones de la piel.

Efectos:

- antidepresivo moderado (mejora el estado de ánimo)
- cicatrizante
- antiviral tópico

Precauciones: evite la exposición prolongada al sol mientras dura el tratamiento oral. Puede producir reacciones de hipersensibilidad o alergia, en cuyo caso debe discontinuarse el tratamiento y consultar al médico. Es recomendable que los pacientes disminuyan o eviten el consumo de alimentos ricos en tiramina (vino tinto, quesos fermentados, conservas en vinagre), y medicamentos para el resfríos. No se recomienda su uso conjuntamente con fluoxetina y antidepresivos tricíclicos, a menos que esté con control médico. Administrar con control médico a embarazadas, durante el periodo de lactancia y a menores de 12 años.

Otros antecedentes: su efecto anti-depresivo está avalado por estudios clínicos.

https://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0301.htm

HINOJO

(Foeniculum vulgare)

Nombre común: hinojo.

Planta entera (raíz, partes aéreas, semillas, frutos).

PROPIEDADES

Usos tradicionales: trastornos digestivos (diarrea, cólicos, flatulencia, padecimientos hepáticos); afecciones de las vías urinarias; favorece la producción de leche materna.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos:

- analgésico (disminuye el dolor)
- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- carminativo (previene y favorece la expulsión de gases)
- galactógeno (aumenta la producción de leche materna)

Precauciones: no tomar la infusión demasiado concentrada, especialmente embarazadas. No administrar junto al antibiótico Ciprofloxacino. Puede provocar reacciones alérgicas en algunas personas.

Otros antecedentes: su efecto antiespasmódico y galactógeno tienen alguna evidencia científica.

https://guiadejardin.com/cultivar-hinojo-en-el-huerto-o-el-jardin/

LAVANDA

(Lavandula angustifolia)

Nombre común: lavanda, lavándula.

Tallo con hojas y flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: trastornos nerviosos (ansiedad, dificultad para dormir y palpitaciones); malestares estomacales; trastornos menstruales; catarros, resfríos y bronquitis.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. Para vahos (inhalaciones) preparar una decocción o cocimiento con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua, calentar hasta ebullición y luego inhalar varias veces mientras el vapor se desprende.

b) uso externo: dolores reumáticos. Para baños se prepara con 2 a 5 cucharadas de flores para 20 litros de agua caliente.

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- carminativo (previene y favorece la expulsión de gases)
- sedante (modera la actividad del sistema nervioso)
- balsámico (modera la secreción bronquial)
- anti-inflamatorio

Precauciones: tener cuidado cuando se usa junto a medicamentos antidepresivos y sedantes. Almacenar protegido de la luz y la humedad.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

https://www.hola.com/decoracion/galeria/20210415187823/cultivar-lavanda-plantas-exterior-mc/1/

LLANTÉN / LLANTÉN MAYOR

(Plantago major L.)

Nombre común: llantén, lantén, llantén major (España).

Hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: gastritis, úlceras digestivas, diarrea; afecciones hepáticas; afecciones de la vejiga; expectorante y anticatarral.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2-3 veces al día.

b) uso externo: llagas, pústulas, hemorroides, vaginitis, leucorrea (flujo blanco), úlceras varicosas. Se usa localmente la infusión de manera directa o también en compresas con el jugo de las hojas recién machacadas o exprimidas.

Efectos:

- antiséptico (destruye gérmenes de la piel o mucosas)
- astringente (contrae y endurece los tejidos orgánicos)
- depurativo (limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales)
- emoliente (suaviza la piel)
- anti-inflamatorio
- cicatrizante.

Precauciones: evitar durante el embarazo. Infusiones muy concentradas pueden producir un efecto antihipertensivo y laxante potente.

Otros antecedentes: su efecto cicatrizante en gastritis y úlceras digestivas está avalado por estudios clínicos.

https://www.infobae.com/mexico/2023/03/08/cuales-son-los-beneficios-del-llanten-la-hierba-utilizada-como-laxante-suave/

MALVA

(Malva sylvestris)

Nombre común: malva silvestre, malva oficinal, malva.

Hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: tos irritativa y bronquitis; laxante suave.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: lesiones bucales y sequedad de garganta; hemorroides; úlceras y otras afecciones de la piel.

Usar la misma infusión en gargarismos. Para lavados, compresas y baños usar la infusión más concentrada (2 cucharadas por 1 litro de agua).

Efectos:

- antitusivo (modera la tos)
- emoliente (suaviza la piel)
- laxante (favorece la evacuación del vientre)
- balsámico (modera la srececión bronquial)
- anti-inflamatorio

Otros antecedentes: sus efectos antitusivo, anti-inflamatorio y laxante, tienen alguna evidencia científica.

https://plantameloencasa.wordpress.com/2018/05/21/malva-la-planta-silvestre-curativa/

MAQUI

(Aristotelia maqui)

Nombre común: maqui, queldrón.

Hojas-frutos.
PROPIEDADES
Usos tradicionales:
a) uso interno: diarreas, disenterías (trastorno infeccioso con diarrea sanguinolenta) y empacho (diarrea con decaimiento, fiebre y depresión del glóbulo ocular).
La infusión se prepara con 1 cucharadita de hojas secas trituradas, ó 2 hojas frescas, o 1 cucharada de frutos, para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 a 4 veces al día.
b) uso externo: dolor de garganta, inflamación de las amígdalas, úlceras de la boca.
Se hacen gargarismo con la misma infusión. Las heridas se lavan con la infusión de hojas frescas. En dolores de espalda se usan hojas frescas machacadas, aplicadas como cataplasma.
Efectos:

- analgésico
- antiespasmódico
- antiséptico
- astringente
- anti-inflamatorio

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

https://www.reforestemos.org/blog/el-maqui-arbol-medicinal-de-los-bosques-de-chile/

MATICO

(Buddleja globosa)

Nombre común: matico, pañil, palguín.

Hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: úlceras digestivas, indigestión, dolor de estómago, disfunción hepática.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: traumatismos y heridas de la piel.

La misma infusión sirve para lavar heridas y en compresas para contusiones y hematomas (moretones).

Efectos:

- analgésico (disminuye el dolor)
- antimicótico (combate las infecciones por hongos)
- cicatrizante
- anti-inflamatorio

Otros antecedentes: su efecto cicatrizante tiene alguna evidencia científica.

https://plantas.facilisimo.com/d/matico_183983.html

MENTA / MENTA NEGRA

(Mentha x piperita)

Nombre común: menta, hierbabuena, toronjil de menta (Cuba).

Rama-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: desórdenes digestivos (gases, náuseas, mal aliento y dolores estomacales); tonificante.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal (ó 6 a 8 hojas frescas) para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- carminativo (previene y favorece la expulsión de gases)

Precauciones: no se debe administrar a niños menores de 2 años. Cuidado con personas con cálculos biliares y madres que amamantan (puede reducir el flujo de leche). Almacenar en un lugar fresco y protegido de la luz.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mentha_piperita_-_Pfefferminze.jpg

PALQUI / PARQUI

(Cestrum parqui)

Nombre común: palqui, parqui, palqui blanco.

Tallo sin corteza-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: baja la fiebre en gripes y otras enfermedades comunes. La infusión se prepara con 1 tallo de aprox. 5 cm. para 1 taza de agua recién hervida: beber 1 taza al día.

b) uso externo: en enfermedades de la piel (heridas superficiales, úlceras, granos). Para afecciones de la piel, preparar una infusión con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida y aplicar localmente en lavados o compresas; o usar el zumo de hojas exprimidas o machacadas y aplicar en la parte afectada.

Efectos:

- febrífugo (baja la fiebre)
- anti-inflamatorio
- cicatrizante

Precauciones: no usar como primera elección de tratamiento. No ingerir hojas, brotes tiernos ni fruto, ya que se ha visto especialmente en animales que sufren de hinchazón y muerte debido a sus efectos tóxicos. No es aconsejable su empleo durante el embarazo y en niños menores de 10 años. Si está bebiendo palqui no debe exponerse al frío ni beber cosas frías durante las siguientes 24 horas.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

https://www.consultaplantas.com/index.php/es/plantas-por-nombre/plantas-de-la-a-a-la-c/195-cuidados-de-la-planta-cestrum-parqui-palqui-o-parqui

ROMAZA

(Rumex conglomeratus)

Nombre común: romaza, lengua de vaca (Colombia), acelga (Perú).

Raíz-tallo-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: diarrea; trastornos de las vías urinarias.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas infectadas, erupciones cutáneas.

Usar la misma infusión o preparar otra más concentrada con 1 cucharada del vegetal para 1 taza de agua.

Efectos:

- anti-inflamatorio
- antiséptico (destruye gérmenes de la piel o mucosas)
- astringente (contrae y endurece los tejidos orgánicos)
- cicatrizante (favorece la curación de úlceras y heridas)
- depurativo (limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales)

Precauciones: no usar en el embarazo; las personas con tendencia a formar cálculos renales o vesiculares no deben consumir esta planta.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

https://antropocene.it/es/2023/03/04/rumex-conglomeratus-3/

ROMERO / ROMERO CASTILLA

(Rosmarinus officinalis)

Nombre común: romero.

Hojas-tallo-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias), cólicos abdominales, padecimientos hepáticos; trastornos menstruales. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: afecciones de la piel; dolores reumáticos y musculares. Para aplicación local se usa la misma infusión en lavado y compresas. Para baños usar 3 a 4 cucharadas en 20 litros de agua caliente.

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- antiséptico (destruye gérmenes en la piel y mucosas)
- emenagogo (estimula o favorece el flujo menstrual)
- rubefaciente (promueve la circulación sanguínea superficial)
- carminativo (previene y favorece la expulsión d gases)
- anti-inflamatorio
- digestivo
- cicatrizante

Precauciones: no es deseable su administración durante el embarazo; los pacientes con colitis y afecciones prostáticas deben evitar su consumo.

Otros antecedentes: sus efectos antiespasmódico, carminativo y anti-inflamatorio tienen alguna evidencia científica.

https://images.app.goo.gl/TVgjb3J8Q3uSaTfY9

RUDA

(Ruta chalepensis)

Nombre común: ruda, hierba piojera, ruda pestosa (España).

Hojas-tallo.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: cólicos abdominales y parásitos intestinales; trastornos menstruales; hemorragias.

La infusión se prepara con una 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: malestares reumáticos (en compresa) y en casos de sarna, eccemas, conjuntivitis o eliminación de piojos (lavados).

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- emenagogo (estimula o favorece el flujo menstrual)
- vermífugo (elimina las lombrices intestinales)
- hemostatico (detiene el sangrado o hemorragia)
- anti-inflamatorio

Precauciones: planta tóxica que, tomada en infusiones demasiado concentradas o en grandes cantidades, puede producir úlceras estomacales o intestinales, además de vómitos, diarrea, cefalea, temblores, hipotensión y colapso cardiocirculatorio.

Está contraindicado durante el embarazo. En estado fresco puede producir fotodermatitis de contacto.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

https://images.app.goo.gl/UejwWAMrXUYkMk617

SALVIA

(Salvia officinalis)

Nombre común: salvia, salvia de jardín.

Tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones estomacales, renales y nerviosas; alteraciones del ciclo menstrual, en la menopausia y contracciones uterinas; sudoración excesiva (hiperhidrosis).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: infecciones vaginales; estomatitis y gingivitis.

Usar la misma infusión en lavados y gargarismos.

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- antibacteriano (mata las bacterias o impide su crecimiento)
- antisudoral (disminuye la sudoración)
- diurético (promueve y aumenta la producción de orina)
- emenagogo (estimula y favoreve el flujo menstrual)
- sedante (modera la actividad del sistema nervioso)
- tocolítico (disminuye las contracciones uterinas)

Precauciones: no utilizar por periodos prolongados de tiempo. Emplear con control médico durante embarazo y lactancia. Puede interferir con terapias hipoglicémicas y anticonvulsivantes. Puede potenciar el efecto sedante de otras drogas.

Otros antecedentes: sus efectos antiespasmódico, antisudoral y emenagogo tienen alguna evidencia científica.

https://images.app.goo.gl/ZoUurbgbHnRG8nsJ7

SIETE VENAS / LLANTENCILLO

(Plantago lanceolata)

Nombre común: siete venas, llantén menor, llantencillo, llantén de cinco nervios (España).

Hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones respiratorias (tos seca, bronquitis, catarros, resfríos, faringitis); fiebre; afecciones gastrointestinales (úlceras digestivas). La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. Alternativamente puede dejarse macerando 1 manojo de hojas en 1 taza de agua fresca toda la noche y se bebe en la mañana siguiente; del zumo de hojas frescas machacadas o recién exprimidas puede usarse 5 – 10 gotas en una taza de agua fresca.

b) uso externo: afecciones cutáneas (dermatitis, heridas, úlceras y herpes). Se usa localmente la misma infusión de manera directa o mediante compresas; también puede aplicarse localmente compresas con el zumo de hojas frescas machacadas o recién exprimidas.

Efectos:

- demulcente (protege las mucosas con una película protectora)
- emoliente (ablanda o suaviza la piel)
- balsámico (modera la secreción bronquial)
- cicatrizante
- anti-inflamatorio

Otros antecedentes: su uso en afecciones respiratorias tiene alguna evidencia científica.

https://images.app.goo.gl/U4nGDnrQddxeLQyf8

TORONJIL / MELISA

(Melissa officinalis)

Nombre común: toronjil, toronjil pa' la pena, toronjil de olor.

Hojas-tallo-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones nerviosas (depresión, nerviosismo, palpitaciones, insomnio); dolor de cabeza; molestias estomacales y respiratorias.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: herpes simple cutáneo. La misma infusión se usa en lavados o compresas.

Efectos:

- antiespasmódico (calma los retorcijones estomacales)
- antiviral (combate la infección causada por virus)
- carminativo (previene y favorece la expulsión de gases)
- estomacal (favorece la digestión)
- sedante (modera la actividad del sistema nervioso)

Precauciones: no administrar a embarazadas, durante la lactancia ni a niños menores sin supervisión médica. No es aconsejable su uso junto a hormonas tiroideas.

Otros antecedentes: su efecto antiviral (anti-herpético de la hojas) esta avalado por estudios clínicos. Su efecto sobre desórdenes gastrointestinales y como sedante en trastornos del sueño tiene alguna evidencia científica.

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Melissa_officinalis1.jpg

TORONJIL CUYANO / MARRUBIO

(Marrubium vulgare)

Nombre común: toronjil cuyano, marrubio, marrubio blanco (Colombia).

Sumidades floridas (rama con flores).

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: enfermedades respiratorias (catarros, tos, bronquitis, resfríos, gripes, faringitis, asma); fiebre; falta de apetito, diarreas, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias); trastornos menstruales. La infusión se prepara con 1 cucharada de sumidades floridas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: lesiones cutáneas, heridas superficiales y quemaduras; afecciones del cuero cabelludo. La misma infusión sirve para uso externo en lavados.

Efectos:

- diaforético (estimula la transpiración)
- expectorante (provoca la expulsión de secreciones bronquiales)
- febrífugo (baja la fiebre)
- balsámico (modera la secreción bronquial)
- emenagogo (estimula el flujo menstrual)
- antidiarreico

Precauciones: no administrar por vía oral durante el embarazo. Administrar con precaución a personas con gastritis, úlceras digestivas y arritmias cardiacas. Puede potenciar los efectos de medicamentos hipoglicemiantes y antihipertensivos.

Otros antecedentes: su uso como expectorante, mucolítico y estimulante del apetito tiene alguna evidencia científica.

https://www.fitoterapia.net/vademecum/plantas/marrubio.html

ZARZAPARRILLA

(Ribes punctatum y Ribes cucullatum)

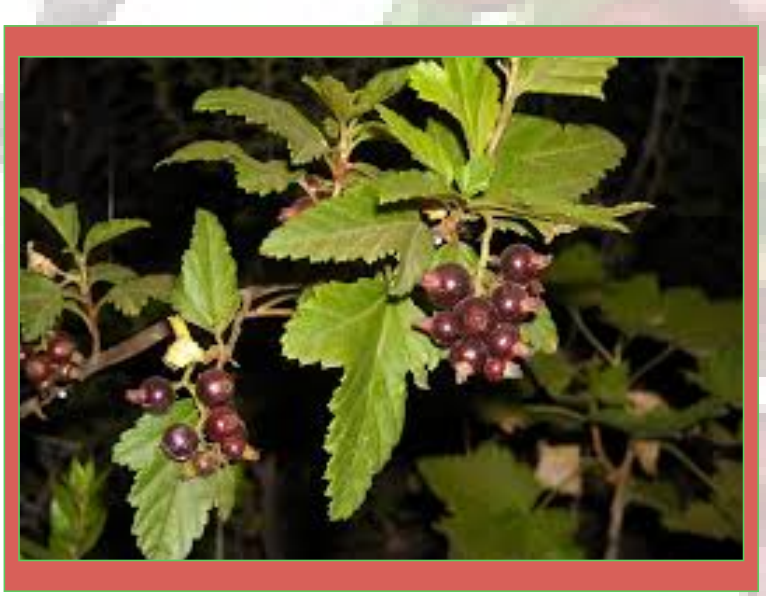
Nombre común: zarzaparrilla, parrilla, uvilla, mulul, milul.

Hojas-tallo-flores.
PROPIEDADES
Usos tradicionales:
a) uso interno: afecciones de las vías urinarias; diarrea; hemorragias; hipertensión; afecciones articulares (gota y reumatismo).
La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 taza de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.
b) uso externo: enfermedades de la piel (psoriasis, dermatitis crónica y eczemas). Lavar la zona afectada con la misma infusión.

Efectos:

- depurativo
- astringente
- hemostático
- antiséptico

Precauciones: no administrar en dosis alta ni por un periodo prolongado de tiempo ya que puede producir irritación de las mucosas.
Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.



https://images.app.goo.gl/pinQyDARMk11MfMe8

BIBLIOGRAFÍA

Baeza V (1930). Los nombres vulgares de las plantas silvestres de Chile y su concordancia con los nombres científicos. Santiago. Imp. El Globo. Ed. 2.

Bauer, Ferdinand (1777). Illustrationes Florae Novae Hollandiae. London.

Benoit I (1989) Red Book on Chilean Terrestrial Flora (Part one). Creces Ltda., Santiago de Chile.

Besler, Basilius (1613). Art Poster Print Utrecht.

BioLib index of Latin plant species names.
http://www.biolib.de/

Blanco, Francisco Manuel (1880-1883). Flora de Filipinas según el sistema de Linneo. Manila.

Botanical Listado de plantas medicinales.
http://www.botanical-online.com/medicinals.htm

Botanical A MODERN HERBAL Home Page.
http://www.botanical.com/botanical/mgmh/comindx.html

Botta SM (1980). "Las especies del género Acantholippia". Darwiniana. 22: 511-532.

Burkhardt A (1943) Leguminosas argentinas silvestres y cultivadas. Acme Agency.

Chilebosque.
http://www.chilebosque.cl/

Castro V, Villagrán C, Kalin MT (1982). "Estudio etnobotánico en la precordillera y Altiplano de los Andes del Norte de Chile (18-19ºS)". En Veloso A y Bustos E (Eds.). El hombre y los ecosistemas de montaña. MAB G 1. El Ambiente Natural y las poblaciones humanas de los Andes del Norte Grande de Chile, Montevideo 2, 133-203.

Chileflora.
http://www.chileflora.com/Shome.htm

Cilenšek, Martin (1892). Naše škodljive rastline.
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Nsr-slika-431.png

Culbreth, David MR (s/d). A Manual of Materia Medica and Pharmacology.
http://chestofbooks.com/health/materia-medica-drugs/Manual-Pharmacology/Buchu-Buchu.html

Diccionario On Line De Las Plantas Medicinales.
http://www.plantasnet.com/

August Schmid.
http://herba.msu.ru/pictures/Dietrich/

Dippel L (1889-1893) Handbuch der Laubholzkunde.
http://caliban.mpiz-koeln.mpg.de/dippel/index.html

Duclos HJ y Goecke SH (2001). "Hierba del Clavo" (Geum chiloense) interfiere niveles de ciclosporina: Potencial riesgo para trasplantados. Rev. méd. Chile 129 (7):789-790.

Echenique A y Legassa MV, editoras (1999). La flora chilena en la mirada de Marianne North 1884. Pehuén Editores, Santiago de Chile.

Enciclopedia de la flora chilena.
http://www.florachilena.cl/

Flora of North America.
http://flora.huh.harvard.edu:8080/flora/browse.do?flora_id=1&taxon_id=233500951

Fundación RA Philippi
http://www.fundacionraphilippi.cl/

Galería de ECOLYMA. Ecologia y Medio Ambiente en Chile.
www.ecolyma.cl

Gay C (1845-1852). Historia física y política de Chile. Serie Botánica, Imprenta Fain y Thunot, Paris.

Gernot Katzer's Spice Pages Alphabetic Spice Index.
http://www.uni-graz.at/~katzer/engl/spice_large.html

Gunckel H (1959). "Nombres indígenas de plantas chilenas". Boletín de Filología11: 191 327.

Gunckel H (1967). "Fitonimia atacameña, especialmente cunza". Revista Universitaria 30: 71–80.

Gusinde M (1936)."Plantas Medicinales que los Indios Araucanos Recomiendan" Anthropos, XXXI: 555-571, 850-873, Austria.

Herbolario la fuente Herbario.
http://www.herbolariolafuente.com/listado/herbario.htm

Hofmann A y Santelices B (1997) Flora marina de Chile Central. Ediciones de la Universidad Católica de Chile. Santiago.

Holtzbecker, Hans-Simon (1720). Flora Exotica Ein Botanisches Prachtwerk. Hamburg.

Ibáñez J (1947 -1948). "Plantas medicinales de Coquimbo". La Farmacia chilena (11) (8), en 7 partes.

Koehler (Köhler), Franz Eugen (1887) Medizinal-Pflanzen in naturgetreuen Abbildungen und kurz erläuterndem Texte
Gera – Germany.
http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/allgemei/koehler/koeh-eng.htm

Kops J (1800) Flora Batava, Volume 1.
http://luirig.altervista.org/photos/g/geum_urganum.htm

Lindman, Carl Axel Magnus (1901-1905): Bilder ur Nordens Flora.
http://www.zum.de/stueber/lindman/

Masclef A (1891) Atlas des plantes de France.

Matthei O (1995) Manual de las malezas que crecen en Chile. Alfabeta Impresores.

MedlinePlus Hierbas y suplementos.
http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginformation.html

Mösbach EW (1992) Botánica Indígena de Chile (editado por Aldunate C y Villagrán C) Editorial Andrés Bello, Santiago de Chile.

Mulgura de RM, Martínez S, Adkins S y Rotman AD (2002). "Morfología de las inflorescencias de Verbenaceae Verbenoideae III Tribu Lantaneae p.p". Darwiniana. 40 (1-4): 1-15.

Muñoz C (1966) Sinopsis de la flora de Chile. Ediciones de la Universidad de Chile.

Muñoz M (1980) Flora de Puyehue. Editorial Universitaria.

Murillo A (1865). Memoria sobre las plantas medicinales de Chile i uso que de ellas se hace. En memorias y trabajos científicos. Imprenta Nacional, Santiago de Chile. 61 155.

Murillo A (1889). Plantes medicinales du Chili. Exposition Universelle de Paris, Paris.

Navas LE (1973-76) Flora de la cuenca de Santiago de Chile. Vol. II. http://www.bibliotecadigital.cl/

Navas LE (2001) Flora de la cuenca de Santiago de Chile. mazinger.sisib.uchile.cl/repositorio/lb/ciencias_quimicas_y_farmaceuticas/navasl03/portada.html

Oblitas E (1969) Plantas medicinales en Bolivia Farmacopea Callawaya. Los amigos del Libro, Cochabamba.

Paláu i Verdera A (1788) Explicación de la filosofía y fundamentos botánicos de Linneo. Madrid. http://es.wikipedia.org/wiki/Antonio_Palau_y_Verdera

Parkinson S (1768-1771). http://piclib.nhm.ac.uk/piclib/www/image.php?img=72886

Peña RC (Penarc) Quimico farmacéutico, uno de los autores de las monografías botánicas que originaron los medicamentos herbarios tradicionales - penarc@gmail.com

Pignati, E y S (1969) Folia geobotanica Trieste, Italia.

Plantas medicinales. http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/indice.htm

Pratt A (1852). Wild Flowers, 2a edición.

Risso A et Poiteau A (1872) Histoire et culture des orangers – Paris, Henri Plon, Editeur.

Rodríguez R, Matthei O y Quezada M. (1983). Flora arbórea de Chile. Editorial de la Universidad de Concepción.

Rogers Trees and Shrubs The trees and shrubs.
http://www.rogerstreesandshrubs.com/gallery/default~gid~~chr~a.asp

Ruiz y Pavón (1794). Florae peruvianae, et chilensis prodromus, sive novorum generum plantarum peruvianarum, et chilensium descriptiones, et icones. Descripciones y láminas de los nuevos géneros de plantas de la flora del Perú y Chile / por don Hipólito Ruiz y don Joseph Pavón, botánicos de la Expedición del Perú, y de la Real Academia Médica de Madrid.

San Martín J (1983). "Medicinal Plants in Central Chile". Economic Botany. 37:217-227.

Sturm, Johann Georg (1796) Deutschlands Flora in Abbildungen.
http://commons.wikimedia.org/wiki/Johann_Georg_Sturm,_(1796),_Deutschlands_Flora_in_Abbildungen

Teillier S (s/d) Curso de Botánica Sistemática. Universidad Central de Santiago de Chile - Facultad de Arquitectura - Escuela de Arquitectura del Paisaje.
http://www.chlorischile.cl/cursoonline/index.htm

Thomé, Prof. Dr. Otto Wilhelm (1885) Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz Gera, Germany.
http://www.herba.msu.ru/pictures/Flora_von_Deutchland/

Turpin, Pierre Jean François (1835). Dibujo en el Traité des arbres fruitiers de Duhamel du Monceau, nouvelle édition augmentée d'un grand nombre d'espèces de fruits obtenus des progrès de la culture (Poiteau et Turpin).
http://commons.wikimedia.org/wiki/Pierre_Jean_Fran%C3%A7ois_Turpin
http://es.wikipedia.org/wiki/Henri-Louis_Duhamel_du_Monceau

Universiteit Utrecht Botanic Gardens Drawings by Dr. C.D. Laros. http://botgard.bio.uu.nl/seedlist/Images/

US Department of Agriculture (1789) Curtis's Botanical Magazine. http://www.nal.usda.gov/curtis/index.shtml

Vascular Plant Image Library. http://botany.csdl.tamu.edu/FLORA/gallery.htm

Vogel H (s/d) Conservación de plantas nativas de uso tradicional mediante sistemas de producción sustentable. Facultad de Ciencias Agrarias, Universidad de Talca, Chile. http://www.grupobiotecnologia.com.ar/pdf/dia0303.pdf

Vogel H, Razmilic I, San Martín J, Doll U y González B (2005) Plantas medicinales chilenas. Experiencias de domesticación y cultivo de boldo, matico, bailahuén, canelo, peumo y maqui. Editorial Universidad de Talca.

Von Siebold, Philipp Franz and Zuccarini, Joseph Gerhard (1870) Flora Japonica, Sectio Prima (Tafelband).

Watson L and Dallwitz MJ The Families of Flowering Plants. http://delta-intkey.com/angio/www/index.htm

Woodville W (1793) Medical botany. London, James Phillips.
Zin J y Weiss C (1980). La salud por medio de las plantas medicinales. Editorial Salesiana.

¡ESCANEA EL CODIGO QR PARA

ACCEDER AL LIBRO COMPLETO!