



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

**“USO DE PLANTAS MEDICINALES COMO ANALGÉSICO-  
ANTIINFLAMATORIO EN LA PARROQUIA QUISAPINCHA COMUNIDAD  
PUCARA CHICO”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada de Enfermería

Autora: Pachucho Flores, Ana Pamela

Tutor: Lic. Mg. Herrera López, José Luis

Ambato –Ecuador

Abril 2018

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema:

**“USO DE PLANTAS MEDICINALES COMO ANALGÉSICO-ANTIINFLAMATORIO EN LA PARROQUIA QUISAPINCHA COMUNIDAD PUCARA CHICO”**, de Pachucho Flores Ana Pamela, estudiante de la Carrera de Enfermería, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a la evaluación del jurado examinador designado por el Consejo Directivo, de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Enero del 2018

## **EL TUTOR**

.....

Lic. Mg. Herrera López, José Luis

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO**

Los criterios emitidos en el Trabajo de Investigación **“USO DE PLANTAS MEDICINALES COMO ANALGÉSICO-ANTIINFLAMATORIO EN LA PARROQUIA QUISAPINCHA COMUNIDAD PUCARA CHICO”**, como también los contenidos, ideas, análisis y conclusiones son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de grado.

Ambato, Enero del 2018

LA AUTORA

.....  
Pachucho Flores, Ana Pamela

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Proyecto de Investigación o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los Derechos en línea patrimoniales de mi proyecto de investigación con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de Proyecto de Investigación, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta producción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Ambato, Enero 2018

LA AUTORA

.....

Pachucho Flores, Ana Pamela

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Trabajo de Investigación, sobre el tema: **USO DE PLANTAS MEDICINALES COMO ANALGÉSICO-ANTIINFLAMATORIO EN LA PARROQUIA QUISAPINCHA COMUNIDAD PUCARA CHICO**” de Ana Pamela Pachucho Flores, estudiante de la Carrera de Enfermería.

Ambato, Abril del 2018

Por constancia firman

.....  
PRESIDENTA/E

.....  
1er VOCAL

.....  
2do VOCAL

## **DEDICATORIA**

Quiero dedicar este proyecto de investigación en primer lugar a Dios fuente de sabiduría, por guiar mis pasos y ser la fortaleza de mi vida, por haberme brindado la oportunidad de este triunfo, porque nada puede hacer el hombre sin la voluntad del Señor, él es quien nos llena de misericordia cada día, por ser el centro de mi vida, porque me permitió llegar donde me encuentro ahora.

A mis padres, Mesías Pachucho y Ana Flore quienes han sido mi pilar fundamental y motivación para continuar y nunca de caer a pesar de las dificultades siendo mi fuente de calma, consejo y dedicación.

A mi hijo Nicolás Cárdenas quien ha sido el motor para esforzarme a un más brindándome día tras día una sonrisa que me da seguridad.

A mi hermano Oscar Pachucho que han sido un apoyo fundamental en este camino, siendo mi ejemplo de dedicación, trabajo, superación e inspiración.

A mi esposo quien con su amor, comprensión, compañía y apoyo me ayudado días tras día a salir adelante.

A toda mi familia que de una u otra manera estuvo al pendiente de este gran logro.

**Pachucho Flores Ana Pamela**

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, quiero agradecer a la Universidad Técnica de Ambato, a la Facultad de Ciencias de la salud, por abrirme las puertas de tan prestigiosa institución para lograr superarme, a mi Tutor quien fue la persona encargada de ayudarme a llevar a cabo este objetivo y a mis docentes de la Carrera de enfermería.

Quienes con paciencia y dedicación me compartieron de su conocimiento y saber además tuvo la dedicación y paciencia de brindarnos sus enseñanzas a quienes siempre llevaré en mis pensamientos.

**Pachucho Flores Ana Pamela**

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
RESUMEN .....	xi
SUMMARY .....	xii
Introducción .....	1
CAPÍTULO I .....	3
1. EL PROBLEMA .....	3
1.1 Tema .....	3
1.2. Planteamiento del Problema.....	3
1.3 Formulación del problema .....	6
1.5 OBJETIVOS .....	8
CAPÍTULO II .....	9
2.1 MARCO TEÓRICO.....	9
2.1.1 Estado Del Arte.....	9
2.2 Fundamento Teórico .....	13
Fitoterapia .....	13
Plantas medicinales .....	15
Beneficios de las plantas medicinales .....	17
Terapia con plantas medicinales .....	18
Clasificación y efecto de las plantas medicinales .....	19
Clasificación de las plantas antiinflamatorias .....	28
Clasificación de las plantas analgésicas .....	31
Usos habituales de las plantas medicinales .....	33
Formas de preparación .....	33
Efectos adversos de las plantas medicinales .....	38
CAPÍTULO III.....	45

3.2. Modalidad básica de la investigación .....	45
3.3. Nivel y tipo de investigación. ....	45
Transeccional .....	45
3.3. Población.....	46
Muestra .....	46
3.4. Operacionalización de variables: Plantas medicinales.....	47
3.5 Descripción de la intervención y procedimientos para la recolección de información.....	48
3.6. Aspectos éticos.....	48
CAPÍTULO IV.....	49
4.1 Análisis e interpretación de datos .....	49
ANEXOS .....	75

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Plantas antiinflamatorias.....	29
Tabla 2: Plantas analgesicas.....	31
Tabla 3: Plantas medicinales del Ecuador.....	40
Tabla 4: Operacionalizacion de variables: Plantas medicinales .....	47
Tabla 5: Características sociodemográficas de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico, año 2017.....	49
Tabla 6: Plantas medicinales más utilizadas la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico .....	49
Tabla 7: Forma en la que utilizan las plantas medicinales en la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico. ....	51
Tabla 8: Cantidad utilizada de plantas medicinales por los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico .....	52
Tabla 9: Frecuencia de administración diaria de plantas medicinales por los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico .....	53
Tabla 10: Duración del Efecto de las plantas medicinales en los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico.....	54
Tabla 11: Efecto esperado con el uso de plantas medicinales en los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico.....	55
Tabla 12: Efecto negativo de las plantas.....	56
Tabla 13: Uso de rituales con plantas medicinales por los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico .....	57

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA DE ENFERMERÍA**

**Autora:** Pachucho Flores, Ana Pamela

**Tutor:** Lic. Mg. Herrera López, José Luis

**Fecha:** Enero-2017

### **RESUMEN**

Se trató de una investigación cuantitativa, observacional, transeccional y descriptiva realizada con el propósito de caracterizar el uso de plantas medicinales como analgésico-antiinflamatorio en la Comunidad Pucara Chico, así como también sus principales beneficios y las reacciones adversas existentes en las mismas.

Para la recolección de la información se elaboró un cuestionario con ocho preguntas abiertas y cerradas, el cual se aplicó a 46 familias que conformaron la totalidad de la población, finita y accesible a la investigadora.

Entre los resultados se evidenció el uso cotidiano de plantas con propiedades medicinales como analgésico – antiinflamatorio, conocimiento que ha transcurrido con el pasar de los años. Siendo muy común entre sus pobladores por vía oral en este caso mediante la técnica de la infusión, teniendo como principal efecto el aliviar y quitar el dolor o inflamación por completo. Cabe recalcar que además de consumir preparados con estas especies utilizan los rituales; que mediante una limpia pueden curar enfermedades del alma como son conocidas por la comunidad y el taita yachak.

**PALABRAS CLAVES:** ANTIINFLAMATORIOS; PLANTAS MEDICINALES; FITOTERAPIA; ANALGÉSICOS

**TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO**  
**FACULTY OF HEALTH SCIENCES**  
**NURSERY CAREER**

**Author:** Pachucho Flores, Ana Pamela

**Tutor:** Lic. Mg. Herrera López, José Luis

**Date:** January-2018

**SUMMARY**

It was a quantitative, observational, transectional and descriptive investigation carried out with the purpose of characterizing the use of medicinal plants as an analgesic-anti-inflammatory in the Pucara Chico Community, as well as the main benefits and the adverse reactions existing in them.

For the collection of information, a questionnaire was prepared with eight open and closed questions, which were applied to 46 families that made up the entire population, finite and accessible to the researcher.

The results show the daily use of plants with medicinal properties such as analgesic - anti - inflammatory, knowledge that has passed with the passing of the years. Being very common among its inhabitants orally in this case through the information technique of the infusion, having as main effect the relief and elimination of pain or inflammation completely. It should be noted that in addition to consuming preparations with these utilities rituals; that for a clean one it can cure the diseases of the soul like the son known by the community and the taita yachak.

**KEYWORDS:** ANTI-INFLAMATORY AGENTS; PLANTS, MEDICINAL;  
PHYTOTHERAPY; ANALGESICS

## **Introducción**

El presente proyecto de investigación tiene como tema el “Uso de plantas medicinales como analgésico-antiinflamatorio en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico”, el mismo que fue realizado porque se sintió la necesidad de investigar sobre el uso que le dan a las plantas medicinales en este sector. Para el mismo se realizó un estudio cuantitativo de tipo observacional, transeccional y descriptivo cuya muestra incluyó a 46 familias, a las mismas que se les realizó la encuesta.

Las plantas medicinales han acompañado la evolución del hombre e históricamente han estado ligadas a la forma de curar ancestral, eran veneradas por las virtudes que se les había reconocido. Es por ello que forman parte de lo que ahora se conoce como medicina tradicional.

Debido a la tendencia actual de consumir productos naturales para aprovechar los recursos existentes, el conocimiento ancestral y la disminución de costo en la adquisición de medicamentos naturales, un nuevo campo terapéutico se abre paso en el mundo contemporáneo de la medicina: la medicina alternativa y dentro de ella la medicina verde.

La medicina tradicional es el resultado de lo que antiguamente los expertos dividían en medicina popular, medicina folklórica y medicina ancestral, donde se agrupa a todo un conjunto de conocimientos y de saber cuál ha sido la manera de curar y prevenir las enfermedades físicas y “del alma”, rescatándose a través de los tiempos y que cada pueblo o cultura ha sabido guardar y conservar(1).

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo Caracterizar el uso de plantas medicinales como analgésico antiinflamatorio en la parroquia Quisapincha comunidad Pucara Chico. Los productos naturales constituyen un importante campo de la investigación farmacológica, presentando amplias posibilidades para llegar al

conocimiento de nuevas e interesantes moléculas útiles en el tratamiento de determinadas patologías.

En el **Capítulo I** se hará énfasis al planteamiento del tema así mismo se hará referencia a una contextualización abarcando marco, meso y micro seguido por la justificación en donde se hará referencia la importancia, impacto, beneficiarios y viabilidad finalizando por los objetivos planteados esperando obtener resultados positivos de la investigación.

En el **Capítulo II** se abordó en el estado del arte en donde obtendremos información relacionada con el tema de investigaciones actualizadas y fuentes bibliográficas como de repositorio de universidades así mismo se formulará la hipótesis.

En el **Capítulo III** se llegó al nivel y tipo de investigación detallando la metodología utilizada para la realización del presente proyecto seguido de la delimitación del área de estudio, la población y muestra con la que se va a trabajar, Operacionalización de variables, procedimientos de recolección y finalmente los aspectos éticos.

En el **Capítulo IV** se abordó el análisis y discusión de los resultados arrojados por la encuesta y de la misma forma se representó gráficamente cada una de las preguntas establecidas previamente en la misma finalizando con la conclusión en base a cada uno de los objetivos propuestos en la investigación.

## **CAPÍTULO I**

### **1. EL PROBLEMA**

#### **1.1 Tema**

Uso de plantas medicinales como analgésico-antiinflamatorio en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico.

#### **1.2. Planteamiento del Problema**

##### **1.2.1 Contextualización**

El hombre desde su surgimiento fue creando las condiciones para vivir mejor, atenuar enfermedades y mejorar la calidad de vida. Pero no es en este siglo donde se utilizó por primera vez las plantas con el fin de curar, sino desde tiempos ancestrales. Siendo muy variados las plantas y su uso para diversas afecciones. Hoy en día está muy difundido en Cuba y el mundo, el uso de las plantas medicinales para la cura de una enfermedad o un padecimiento cualquiera(2).

Desde épocas milenarias en países como Grecia, Egipto y la India han utilizado la fitoterapia haciendo de esta técnica una de las más antiguas incluso como la humanidad misma , prueba de ello son descubrimientos hallados en el código hamurabi en donde revelan la utilización de estas plantas(3).

El empleo de esta técnica ha sido y es a nivel mundial de gran utilidad porque históricamente atreves de los años ha sido re direccionada en cuanto a su uso e importancia; uno de los pioneros de este tipo medicina en base a la herbolaria ha estado ligado siempre al continente occidental en donde surgieron médicos de Grecia, China y Egipto que mediante las propiedades de las especies vegetales lograron mantener la supervivencia de su pueblo(4).

Hoy en día se estima q a nivel mundial existen 250.000 especies de plantas a las cuales se les atribuye usos de alimentación en un porcentaje del 50% en cosmetología 25% para la industria de producción de fármacos un 20 % y el 5 % restante se le otorgan a la utilización de otros rubros en lo que se refiere a (América, África y Asia: India y China), (5) Además países como Canadá, Japón, Francia, Alemania, Italia, Rusia, Reino Unido y Estados Unidos formulan extractos derivados de 1350 plantas que son ampliamente comercializadas. Y que ayudan en gran manera a cuidar la salud de cada una de las personas que consume este tipo de medicina alternativa, pudiendo evidenciar grandes beneficios que nos otorgan como efecto antiinflamatorio y analgésico(6).

Alemania y Francia son países que en estos últimos años han aumentado considerablemente el porcentaje de población que utiliza esta terapia herbolaria. Un 66% de los habitantes de Alemania emplean la fitoterapia como método principal para combatir los resfriados. En Francia, de igual forma existe gran acogida entre los habitantes siendo así lo mas utilizado para trastornos circulatorios en un (44%), continuando con los digestivos, antitusígenos y productos para el tratamiento del resfriado(5).

En América Latina existen 80.000 especies de plantas, siendo así que en Cuba se registran 1 170 especies de plantas medicinales, de las cuales el 56 % se las atribuyen propiedades medicinales(7). En países de Sudamérica como Brasil, Perú y Colombia existen aproximadamente 40.000 especies dándonos un dato extremadamente importante ya que nos demuestra que tenemos una gran riqueza biológica(8). Biodiversidad que posibilita la tenencia de grandes especies vegetales que a su vez conservan un gran conocimiento popular en sí(9).

La forma de utilizar estos preparados puede variar de acuerdo al lugar geográfico e indistintamente de las costumbres de cada población, pero su fin muchas veces será el

mismo. Actualmente sabemos que las especies vegetales son muy útiles de diferentes maneras ya sea como alimento, vestimenta, en la industria cosmética, como reguladores del agua, nos proporcionan oxígeno y en la industria de la medicina como elementos esenciales para crear principios activos (10)(11).

Al Ecuador se le atribuyen 5172 especies de plantas para uso, dentro de las cuales 3 de cada 10 especies son útiles para el ser humano , BEISA, (Biodiversity of Economically Important Species in the Andes) indica que el 60% de estas especies son de carácter medicinal, el 30% comestibles y un 20% son utilizadas de manera social, como alucinógenas, de uso anticonceptivas y como estimulantes(12).

Ecuador es considerado uno de los países de Sudamérica más ricos en biodiversidad tanto cultural como biológica es por eso que un gran número de comunidades, grupos étnicos de esta zona utilizan y aprovechan en mayor cantidad el recurso vegetal como una manera terapéutica para curar o aliviar sus dolencia(11).

Cada identidad cultural que existe dentro del país, a través de los años ha conversado, preservado y transmitido el conocimiento y aplicación de estas plantas de generación en generación haciendo que el saber propio de estas personas haya permitido la supervivencia de muchos pueblos, que geográficamente se encuentran alejados de un sistema de atención integral de salud primario, creando así un vínculo entre la naturaleza y el ser humano en donde las parteras, “yerberos” y curanderos son los principales responsables de la salud de los habitantes mediante la elaboración de fórmulas magistrales provenientes de plantas que crecen en el lugar de su procedencia(10),(11). Y han logrado que mediante pomadas, infusiones, jarabes, baños, aceites, jugos, maceraciones , inhalaciones, compresas, gargarismos, elixires calmar dolores y malestares que generalmente son referidos a una institución de salud de atención primaria(13).

Hoy en día la constitución ecuatoriana promueve e incentiva a la utilización de medidas ancestrales estableciendo una relación entre la ciencia , y los conocimientos tradicionales de cada cultura ya sea indígena, mestiza o afroamericana tratando así de rescatar cada uno de esos conocimientos autóctonos de cada “curandero”, haciendo posible encontrar distintos caminos de solución para prevenir y tratar las enfermedades desde algo tan antiguo como es la utilización de esta técnica terapéutica(14).

La parroquia de Quisapincha es considerada una de las parroquias más antiguas de la provincia de Tungurahua, se encuentra ubicada al suroccidente a 12 Km de la Ciudad de Ambato, a una altura de 3000 msnm. Con una superficie territorial de 119,9 km<sup>2</sup> que corresponde al 11,89% del área cantonal, posee un clima templado y frío y una temperatura de 12° C a más de eso Quisapincha cuenta con 12 barrios que componen el centro urbano y 18 comunidades entre las cuales destaca Pucara Chico(15).

Realmente la utilización de esta terapia herbolaria es muy concurrente en las comunidades aledañas a este sector puesto que el mismo sitio geográfico les proporciona una gran variedad y diversidad de flora. A si mismo haciendo uso de sus conocimientos ancestrales han logrado perennizar su existencia desde épocas milenarias.

### **1.3 Formulación del problema**

El uso de plantas, medicinales genera un efecto adecuado en el tratamiento analgésico-antiinflamatorio.

### **1.4 Justificación**

La presente investigación es de notable importancia porque está encaminada a determinar cuáles son las plantas medicinales utilizadas en la parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico ya que existe un gran número de personas indígenas que hacen uso de distintas terapias curativas a base de plantas medicinales con efecto

analgésico- antiinflamatorio, además el querer que el ser humano y futuras generaciones aprovechen de mejor forma este recurso natural haciendo que disminuya la perdida innecesaria de especies que pueden ser muy importantes en la creación de principios activos y ayuden a restablecer la buena salud de los seres humanos conjuntamente con la buena atención de enfermería ya sea en unidades de salud de primer nivel o de especialidades.

La medicina tradicional durante siglos ha sido parte de la cultura integra de cada pueblo haciendo que esta investigación se lleve a cabo con el fin de dar beneficio mutuo entre la comunidad, el investigador y demás personas interesadas en este tema, que después de la presente investigación la información recolectada sea de uso práctico para los miembros de cada familia de la comunidad Pucara Chico perteneciente a la parroquia de Quisapincha y así poder llegar a tener un conocimiento idéntico y verdadero sobre el uso propio de plantas medicinales como analgésico -antiinflamatorio en esta comunidad dejando que aparezca una nueva alternativa a la medicina ancestral. Y contribuya como un aporte significativo para el posible desarrollo de la comunidad en el ámbito de salud ancestral conjuntamente con unidades de salud aledañas a la zona.

Es de gran impacto porque corresponde a un trabajo autentico basado en testimonios reales de cada miembro de la comunidad que afianzan un verdadero efecto de las plantas en el ser humano, otro dato elemental que revela que la investigación es de gran conmoción, es que existen un gran número de comunidades, pueblos y personas que no se encuentran con la disponibilidad socioeconómica para tener acceso a un tratamiento farmacológico. Lo cual motiva a condensar y conocer el uso, ventajas y desventajas de cualquier tipo de planta nativa de la zona, utilizada para fines terapéuticos.

El proyecto fue factible puesto que reúne un sinfín de características técnicas, tecnológicas, metodológicas, humanas, geográficas y económicas que ayudaran en el

proceso para llegar al cumplimiento del objetivo y metas propuestas por el investigador mediante la acumulación de suficiente información obtenida de revistas, libros, artículos científicos, repositorios académicos y manuales que a su vez son digitales y físicos. Por otra parte, el plazo para efectuar esta investigación es adecuado y va acorde a un cronograma y planificación ya establecidos obteniendo así más posibilidades de finalizar exitosamente esta investigación. En el ámbito financiero corre por parte del investigador ya demostrara colocación con la ejecución y desarrollo del tema puesto que los resultados mismo son de su interés.

## **1.5 OBJETIVOS**

### **1.5.1 General:**

Caracterizar el uso de plantas medicinales como analgésico antiinflamatorio en la parroquia Quisapincha comunidad Pucara Chico

### **1.5.2 Específicos:**

1. Identificar el tipo de plantas medicinales más utilizadas como efecto analgésico antiinflamatorio en la parroquia Quisapincha comunidad Pucara Chico
2. Determinar el modo de administración de las plantas medicinales como efecto Analgésico-antiinflamatorio.
3. Reconocer los efectos de las plantas medicinales utilizadas como analgésico antiinflamatorio la parroquia Quisapincha comunidad Pucara Chico
4. Describir los rituales que acompañan el uso de plantas medicinales como efecto analgésico antiinflamatorio la parroquia Quisapincha comunidad Pucara Chico

## **CAPÍTULO II**

### **2.1 MARCO TEÓRICO**

#### **2.1.1 Estado Del Arte**

Una investigación relevante fue la que realizó Montalván. E sobre “Contribución Al Estudio De Plantas Tóxicas Del Ecuador Que Provocan Efectos Adversos En La Salud Humana” en la Universidad Nacional de Chimborazo planteándose como objetivo “Prevenir el consumo indiscriminado de plantas tóxicas en nuestra sociedad, a través de información basada en libros y artículos científicos, mejorando así el estilo de vida de los ecuatorianos” concluyendo que “que varias especies vegetales están directamente relacionadas con algunos casos de intoxicación a raíz de su consumo, ya sea este accidental o intencional. las especies vegetales deben ser manipuladas con la debida precaución ya que presentan principios activos que le confieren toxicidad, sea esta por contacto o ingestión de los mismos directa o indirectamente”(12).

Otra investigación acerca de la fitoterapia fue realizada por Quinatoa. G sobre “El uso de hierbas medicinales en el embarazo y su relación con las creencias acerca de los efectos en el parto, en mujeres gestantes que acuden al centro de salud materno infantil n°. 2 de Ambato periodo julio 2014-enero 2015” en la universidad técnica de Ambato, planteándose como objetivo “Determinar la relación entre el uso de hierbas medicinales en el embarazo y las creencias acerca de los efectos en el parto en mujeres gestantes que acuden al Centro de Salud Materno-infantil No. 2 de Ambato, período Julio 2014-Enero 2015.” Usando una metodología diagnóstica, descriptiva, explicativa y correlacional a la población utilizada en la presente investigación. Concluyendo que la totalidad de las mujeres encuestadas usa o ha usado en alguna etapa del embarazo, plantas medicinales como recurso terapéutico para aliviar ciertas dolencias propias del embarazo, entre las hierbas medicinales más usadas son la manzanilla, toronjil, menta, sábila, orégano, canela, linaza, Yerbabuena, entre las más

usadas antes del parto constan la Ruda, Chirimoya, Higo y Aguacate, todas estas prácticas están mediadas por las creencias familiares, ya que determinó que hay intervención de las madres, abuelas, hermanos y demás miembros de la familia. La mayoría de las pacientes prefiere usar la infusión como método más práctico y eficaz para el uso de plantas medicinales(11).

La investigación efectuada por Vera. A; Cevallos. Es sobre “Aprovechamiento Sostenible De Plantas Medicinales En La Implementación De Una Farmacia Natural En La Comunidad Balsa En Medio Del Cantón Bolívar.” En la Escuela Superior Politécnica Agropecuaria De Manabí “Manuel Félix López” cuyo objetivo es “Evaluar plantas medicinales para la implementación de una farmacia natural comunitaria que permita su disponibilidad, valoración de usos, y promoción en la comunidad Balsa en Medio del cantón Bolívar” en donde, se utilizó el método descriptivo que consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Y llegaron a la conclusión de que, entre los saberes locales de la comunidad Balsa en Medio, se identificaron ocho especies de plantas medicinales utilizadas por los habitantes de la comunidad, las que conocían perfectamente sus usos y propiedades(16).

La investigación efectuada por Moncayo L. sobre “Las Bondades Curativas de las Plantas Medicinales y su utilización en la ciudad de Ambato”, se plantea como problema: “¿En la ciudad de Ambato, el desconocimiento de las bondades curativas de las plantas medicinales es la causa principal para su inapropiada utilización?”, concluyendo que “Aunque nuestro país tiene una biodiversidad exquisita es decir que contamos con muchas especies exóticas y no exóticas únicas en el mundo y más dentro de la ciudades que no se han desarrollado tanto y no han expandido en gran forma sus edificaciones lo que ha causado que en estas ciudades se mantenga todavía un entorno natural y la gente aún cuente con un conocimiento aunque vago de los beneficios que producen los principios activos de las plantas”(17).

En la Universidad Nacional de Chimborazo la investigación realizada por Martínez Y. sobre “Uso de plantas medicinales con efecto antiinflamatorio en el consultorio #34, Sagua la Grande, Cuba”, se plantea como problema: “Los pacientes se pueden valer de hierbas antiinflamatorias sin tener que recurrir a ningún tipo de medicamentos químicos.”, concluyendo que “existen insuficiencias en los conocimientos sobre plantas con efecto anti - inflamatorio en la población estudiada.”, finalmente propone una “Caracterización del uso de plantas medicinales con efecto antiinflamatorio en el consultorio #34 del Policlínico Mario Antonio Pérez en el municipio de Sagua la Grande, Cuba”(18).

La investigación efectuada por Ramírez, M. y colaboradores sobre “Desarrollo De Una Forma Farmacéutica Semisólida De Ibervillea Sonorae Con Actividad Anti-Inflamatoria” en base a una investigación experimental “Se prepararon 3 pomadas al 10%, 20% y 30% de I. sonorae” concluyendo que “Se logró desarrollar un forma farmacéutica semisólida de Ibervillea sonorae con actividad anti-inflamatoria y se determinó la dosis del extracto de Ibervillea sonorae mediante los porcentajes de inflamación y lo porcentajes de inhibición inflamatoria de las pomadas; la pomada elaborada al 30% de extracto obtuvo porcentaje de inhibición similar a la del fármaco indometacina”(19).

En la Universidad Católica de Córdoba en Argentina existe una investigación realizada por Gaitán. A y Vassia. A con el tema “Desarrollo de caramelos duros expectorantes, antisépticos y analgésicos a base de plantas medicinales” y como problema se plantea ¿Es posible obtener a partir de plantas medicinales, un producto que reúna propiedades expectorantes, antisépticas y analgésicas, y que sea de buena aceptación por el paciente? Determinando que “Es posible elaborar caramelos duros a partir del extracto alcohólico de Geoffroea decorticans y Syzygium aromaticum, que reúna propiedades medicinales expectorantes, antisépticas y analgésicas; originándose así un producto novedoso en virtud del proceso de elaboración y de sus características hedónicas aspecto, color, gusto, olor y sensibilidad”(20).

La investigación efectuada por Escalona L. acerca del “Uso tradicional de plantas medicinales por el adulto mayor en la comunidad de Corralillo Arriba, Guisa, Granma” utilizando una metodología “basada en una guía de aspectos y temáticas específicas a adultos mayores, de la comunidad serrana de Corralillo Arriba. Se obtuvo una lista de plantas medicinales con frecuente uso, sus aplicaciones, partes utilizadas, modos de empleo y conocimientos sobre sus contraindicaciones, toxicidad o interacciones con medicamentos convencionales.” y cuyo principal objetivo es valorar el uso tradicional de plantas medicinales por el adulto mayor en la comunidad montañosa de Corralillo Arriba, municipio Guisa, Granma” obteniendo como resultados que “el uso de 38 especies de plantas medicinales, agrupadas en 25 familias, el 71 % de las plantas informadas se cultivaban en los alrededores de las casas, el 65,9 % de las personas conoce un número importante de las propiedades y usos de las plantas medicinales, el 56,8 % expuso al menos una forma o tipo de preparación de las plantas identificadas”(21).

Una investigación realizada por Mendoza. M en el Departamento de Farmacia de la facultad de Química y Farmacia, durante la etapa comprendida desde enero 2016 hasta mayo del 2016 en la Universidad Central “Marta Abreu” en Santa Clara con el tema de la “Evaluación farmacológica de la actividad analgésica del extracto hidroalcohólico de las hojas de *Jatropha gossypifolia* L” formulando como problema “Las acciones analgésicas atribuidas a las hojas de la especie cubana *Jatropha gossypifolia* L. y la estimación de su toxicidad dérmica, no han sido comprobadas experimentalmente por lo que no se poseen estudios que avalen su uso tradicional en el país” finalmente concluyendo que “Se corroboró experimentalmente la actividad analgésica del extracto hidroalcohólico de las hojas de *Jatropha gossypifolia* a través de dos modelos “in vivo”: Placa Caliente y Contorsiones inducidas por ácido acético”(22).

Una investigación realizada por Montoya J. Sobre de “Elaboración de una forma farmacéutica para tratar la miliaria a partir del extracto de las hojas hiel del sol planta nativa del centro cultural uni-shu de la comuna chiguilpe de santo domingo de los

tsachilas”, en donde se plantea como problema principal ¿Los principios activos de la planta hiel del sol tienen propiedades dermatológicas para combatir la Miliaria ? y como conclusiones que se obtuvieron las siguientes “Se determinó los principios activos que posee la planta hiel del sol, mediante los diferentes procedimientos de las marchas fitoquímicas, donde obtuve como resultado presenta alcaloides, que poseen actividad analgésica y anestésica, compuestos grasos, triterpenos y/o esteroides que ayudan al volumen de la masa muscular, fenólicos y/o taninos, con actividad astringente, hemostática antiséptica y tonificante, quinonas con actividad antitumoral, azúcares reductores, y flavonoides, que poseen la actividad antibacteriana”(23).

## **2.2 Fundamento Teórico**

### **Fitoterapia**

Según la autora Isabel Mayordomo la Fitoterapia consiste en el tratamiento de las dolencias con los recursos que nos ofrece la naturaleza, a través de los vegetales. La Fitoterapia no es una terapia moderna. Surgió ante la imperiosa necesidad de recuperar y mantener la salud(24).

La Fitoterapia no es una terapia exclusiva del hombre, los animales también aprovechan las virtudes de muchos vegetales para mejorar su salud. De manera que el Reino Vegetal, no solo es el primer eslabón de la cadena trófica, proveyendo de alimento a herbívoros y omnívoros; sino que también es el principal proveedor de remedios para los problemas de salud del Reino Animal(25).

El estudio sistemático de los vegetales con el fin de identificar y aislar los principios activos y el estudio de las formas de presentación más adecuadas para su administración son el objetivo de dos disciplinas farmacéuticas: la Farmacognosia y la Galénica, respectivamente(26).

Datos obtenidos de la autora Lesli Hinojosa manifiesta que la fitoterapia es aquel método que se usa con fines terapéuticos, preventivos, de bienestar orgánico y psíquico, con ayuda de la aplicación de las propiedades especiales de hierbas y plantas naturales, contra problemáticas específicas (ejemplos: gripe, problemas de acné, inflamaciones, artritis, etc.).

Esta técnica se remonta miles de años atrás donde las sociedades más primitivas tuvieron que suplir sus necesidades médicas aliándose de la naturaleza; es aquí cuando inclusive la medicina toma un giro inesperado (cabe recordar que la mayoría de los medicamentos fueron formulados por la acción que producen ciertas plantas medicinales y hierbas naturalmente, para atacar afecciones y problemáticas de salud). Cuando se descubre el ingrediente activo (es aquel que posee toda actividad farmacológica) es usado medicamento y esto sigue vigente hoy por hoy.

Una definición de fitoterapia debe incluir los avances y la evolución científica de la disciplina, ya que a lo largo de este proceso de investigación se han logrado descubrimientos como:

- La parte de la hierba o planta medicinal que cumple su función específica en el organismo (tallo, raíz, hojas, flores, etc.).
- Combinaciones de diferentes tipos de plantas y hierbas que maximicen los efectos terapéuticos.
- El tipo de preparación y tratamiento (secado, envasado, etc.) que debe darse a los productos especializados en la fitoterapia para conservar sus propiedades.
- La forma de aplicación del producto (cremas, cataplasmas, infusiones, etc.) para resultados óptimos(27).

Es el tratamiento mediante el uso de plantas o sustancias de origen vegetal. Las sustancias biológicamente activas se encuentran en una gran variedad de plantas medicinales como estas: hierbas, arbustos, arboles, frutas, hortalizas, entre otras. El secreto de la salud no solamente consiste en consumirlos, sino en pasear y vivir en contacto con la naturaleza gobernada y sostenida por Dios dentro de sus leyes(28).

La transmisión de los conocimientos referente su uso paso de los abuelos para los hijos y nietos. La fitoterapia fue usada con el propósito semejante a de la literatura, con la finalidad de prevención y tratamiento de las enfermedades(29).

### **Plantas medicinales**

Se denomina planta medicinal al vegetal cuya alguna de sus partes o extractos pueden ser empleados como una droga para el tratamiento correspondiente ante una afección o enfermedad(30).

Por estas características a las plantas medicinales suele conocerse las como drogas vegetales, aunque en la mayoría de los casos sólo una parte de la planta es la que puede usarse de manera medicinal: hoja, tallo, aceite extracto, etc. Esta droga vegetal puede ser suministrada de muchas maneras, bajo forma de cápsulas o comprimidos, jarabes, ungüentos, cremas, infusiones, elixires, entre otros.(31)

Desde épocas prehistóricas, las plantas han sido utilizadas para extraer remedios, por lo cual es la manera más antigua de la medicina, disciplina que ha estado presente en todas las culturas conocidas, aunque fuese en la edad moderna que su estudio y abordaje se comenzó a desarrollar de manera científica y por ende se transformó en una ciencia(32).

Sin embargo, la base de la ciencia de la medicina, y por extensión, la industria farmacéutica encargada de producir fármacos para prevenir y tratar enfermedades y afecciones, se basaron en esa elaboración tradicional de medicinas, aunque se

descubren día tras día nuevos procesos que dan solución a diferentes afecciones, y se desarrollan nuevas aplicaciones.(33)

De hecho, algunos de los fármacos que consumimos en la actualidad cuando tenemos alguna afección, son desarrollados a base de los mismos remedios o drogas vegetales que se utilizaban en las épocas de la Prehistoria. La aspirina, por ejemplo, es un caso de éstos(34).

En este sentido, cada planta o cada hierba medicinal posee una o varias propiedades determinadas, que sirven para prevenir o tratar enfermedades específicas. Por ejemplo, encontramos plantas curativas de enfermedades, pero también algunas que sirven para prevenir o para aliviar síntomas. También son muy conocidas las que sirven para adelgazar(35).

En relación con la medicina, hay muchas drogas vegetales que no han obtenido el visto bueno por parte de esta ciencia, y por ende no tienen autorización para ser utilizadas en la industria de los fármacos. Sin embargo, hay muchas drogas vegetales de éstas que son recomendadas por la “medicina alternativa” para afrontar una afección. Por ejemplo, chamanes, alquimistas o curanderos pueden recomendarlas como una solución. En este caso, siempre es aconsejable consultar con un médico, que seguramente no avalará el consumo de la planta medicinal, pero al menos puede explicarnos y advertirnos si nuestro cuerpo u organismo puede resultar dañado y de qué manera(36)(37).

No se sabe exactamente cuándo se empezaron a utilizar las plantas medicinales con la finalidad de aliviar la enfermedad, puede que el inicio de su uso se remonte hacia 60.000 años atrás. Se supone que el hombre primitivo sintió curiosidad por las especies botánicas que encontraba a su paso durante sus caminatas en busca de alimento. Pudo comprobar que algunas de las plantas que estaban a su alcance eran comestibles y les aliviaban sus dolencias, otras les perjudicaban e incluso les podía ocasionar la muerte(37).

Inicialmente, los conocimientos que se adquirían se transmitían de forma oral, mucho más tarde lo hicieron a través de la escritura; el primer texto escrito sobre plantas medicinales se encontró en una tabla de arcilla de más de 4.000 años de antigüedad, perteneciente a la cultura Sumeria, un pueblo que vivía a las orillas de los ríos Tigris y Eúfrates. Los egipcios también utilizaron las plantas con fines curativos, en el Papiro de Ebers (1550 a.C.) podemos encontrar una muy completa lista de las plantas medicinales que se usaban en aquella época, como el opio y el aloe. Griegos y romanos heredaron los conocimientos egipcios y mesopotámicos, se han encontrado muchos escritos, tanto médicos como científicos elaborados sobre todo por los griegos, que hablan de las características que poseen las plantas. Hipócrates de Cos (460-377 a.C.), padre de la medicina, clasificó los grupos de remedios en purgantes, narcóticos y febrífugos; la preparación de los remedios era sencilla: se utilizaban vegetales, minerales y algunas sales inorgánicas(38).

Los herbolarios conocen la mayoría de las plantas medicinales, por lo tanto, hay huecos acerca de la indicación correcta de esos productos, de los efectos colaterales y de la toxicidad. Esos profesionales carecen conocer mejor los principios activos de las hierbas, las indicaciones terapéuticas, orientar los usuarios sobre las posibles interacciones farmacológicas o intoxicaciones medicamentosas y a respecto de puntos como limpieza, almacenamiento, tiempo de vida útil y contra-indicaciones del producto(39).

Las mujeres tienen conocimiento acerca de las plantas medicinales y de las enfermedades más recurrentes. Estos conocimientos son utilizados en el cuidado en el contexto de la familia y en la comunidad. La persistente trayectoria de las mujeres es reconocida a nivel mundial como una fuente de salud(40).

### **Beneficios de las plantas medicinales**

Según el autor Christian Pérez (41), las plantas medicinales son uno de los remedios totalmente caseros y naturales que más beneficios y propiedades aporta al organismo,

principalmente para el tratamiento y alivio de diferentes enfermedades, trastornos o molestias.

No en vano, conocida es –por ejemplo- la denominada como botica de la Abuela, principalmente porque desde muy antiguo el gran acervo cultural y conocimiento popular en lo que al uso de plantas medicinales se refiere, es ciertamente amplio y conocido.

Por ello, resulta útil saber cuáles son los más importantes beneficios de plantas medicinales, así como sus propiedades igualmente destacadas.

### **Terapia con plantas medicinales**

Actualmente se confía demasiado en los fármacos para tratar determinadas enfermedades. Pero hay que tener en cuenta que muchos compuestos que se utilizaban en el pasado eran fitofármacos, o sea, principios activos que proceden de las plantas. Y ésta es la base de los medicamentos químicos actuales. La medicina basada en el uso de plantas no tiene efectos secundarios. No obstante, ello no implica que no se utilicen las plantas medicinales de forma sabia y responsable. Sobre todo, si estamos embarazadas o nos han diagnosticado una enfermedad. Hay muchas plantas medicinales que se pueden usar en fitoterapia. Incluso las diferentes partes de una misma planta tienen diferentes propiedades, por ejemplo, las hojas, la raíz, las flores o el tallo, incluso los frutos, tienen concentraciones diferentes de principios activos, y por tanto, diferentes aplicaciones terapéuticas(42).

Así se observa que la adhesión a las plantas medicinales es muy antigua, existe desde los orígenes de la humanidad, cuya participación popular en el cuidado de sí misma, buscaba la cura de enfermedades y el alivio de síntomas perjudiciales para la salud. Hoy, tal propuesta todavía persiste, pues muchas personas recurren a las especies vegetales para fines de tratamiento. En este sentido, la enfermería, a través de su percepción holística en salud, agrega estrategias adecuadas a las necesidades del

individuo, lo que exige la ampliación de los conocimientos científicos con énfasis en las ciencias del comportamiento y ecología humana, pues la inserción de las terapias complementarias, como el uso de las plantas medicinales, demanda mucho estudio, dedicación y responsabilidad.

Con la finalidad de reconocer las prácticas populares y tradicionales relacionadas al consumo de plantas medicinales, fue instituido, en el año de 2008, el Programa Nacional de Plantas Medicinales y Fitoterápicos. Tal propuesta objetiva inferir, con seguridad, eficacia y calidad, las plantas medicinales, fitoterápicos y servicios correspondientes a estos, en el Sistema Único de Salud(43).

El uso de plantas para satisfacer las necesidades de atención médica ha aumentado considerablemente en todo el mundo en los últimos tiempos. La búsqueda de nuevos agentes bioactivos derivados de plantas que puedan explorarse en diferentes problemas de salud es necesariamente buscados para aliviar los diferentes males(44).

### **Clasificación y efecto de las plantas medicinales**

Según el sitio web Eco agricultor(45) las plantas medicinales se clasifican de la siguiente manera:

#### **1.- Plantas medicinales diuréticas**

Este tipo de plantas tienen la cualidad de estimular la cantidad de orina que eliminamos.

Estas plantas son muy útiles para los casos de infecciones en las vías urinarias como cistitis, o también para los cálculos. Además, estas plantas tienen un efecto antiséptico que ayuda a combatir la infección y a curar las heridas (acción vulneraria), (46).

Ejemplos de plantas medicinales diuréticas: abedul, bardana, milenrama, agripalma, cardo santo, alcaravea, bolsa de pastor, cola de caballo, brezo, ortiga, laurel y capuchina

## **2.- Plantas medicinales astringentes**

Las plantas medicinales con acción astringente tienen la cualidad de actuar sobre las mucosas extrayendo el líquido acumulado y contrayendo los tejidos. Este tipo de plantas además tienen asociado un efecto antiinflamatorio al ser capaces de reducir la inflamación de los tejidos(47).

Este tipo de plantas están recomendadas para episodios de diarrea o cuando hay un exceso de secreciones y tejido inflamado, como en el catarro y la bronquitis.

Ejemplos de plantas medicinales astringentes: cardo corredor, orégano, té negro, verónica, fresno, nogal, guaraná, abedul, canela, salvia, verbena, tormentilla, manzanilla, nopal, sauce, achiote, hamamelis e hisopo.

## **3.- Plantas medicinales diaforéticas o sudoríficas**

Las plantas medicinales con acción diaforética o sudorífica lo que hacen es aumentar la producción de sudor. Estas plantas se utilizan para casos de fiebre, bronquitis y catarros (48).

Ejemplos de plantas medicinales diaforéticas o sudoríficas: bardana, álamo negro, ulmaria, fumaria, tilo, manzanilla, vernónica, grosellero negro, y gordolobo.

Por otra parte, tenemos las plantas medicinales antidiaforéticas, que son las que reducen la sudoración excesiva.

Ejemplos de plantas medicinales antidiaforéticas: nogal, belladona, corteza de roble, salvia y lavanda.

#### **4.- Plantas medicinales antidiabéticas**

Las plantas medicinales con acción antidiabética estimulan la producción de insulina del páncreas y/o regulan el nivel de azúcar en sangre. Estas plantas son beneficiosas para personas con diabetes, personas cuyo páncreas no funciona de forma óptima o para aquéllos que pueden tener propensión genética a la diabetes(49).

Ejemplos de plantas medicinales antidiabéticas: stevia, artemisa, chía, bardana, aloe vera o sábila, cardo santo, canela, agrimonia y centaurea menor.

#### **5.- Plantas medicinales expectorantes**

Las plantas medicinales con efecto expectorante aumentan la disolución de la mucosidad acumulada y para facilitar su eliminación. Este tipo de plantas también suele tener acción antiséptica y relajante. Son muy buenas para casos de bronquitis, tos, mucosidad acumulada, laringitis, faringitis.

Ejemplos de plantas medicinales expectorantes: menta, tusílogo, malvavisco, eucalipto, tomillo, gordolobo, mejorana, hinojo, mirra, regaliz, llantén y malva (50).

#### **6.- Plantas medicinales sedantes**

Las plantas medicinales con acción sedante actúan principalmente sobre nuestro sistema nervioso central calmando la excitación nerviosa. Se utilizan para casos de ansiedad, alteración nerviosa e insomnio (51).

Ejemplos de plantas medicinales sedantes: amapola, brezo, artemisa, valeriana, agripalma, lúpulo, melisa, verbena, belladona, naranjo dulce, pasiflora, lavanda, angélica y vara de oro.

#### **7.- Plantas medicinales hepatoprotectoras**

Las plantas medicinales con efecto hepatoprotector ejercen su efecto sobre el hígado. Estas plantas protegen este órgano y favorecen su buen funcionamiento. Para hígado

graso, hepatitis, cirrosis, efectos secundarios de medicamentos, mal funcionamiento del hígado en general (52).

Ejemplos de plantas medicinales hepatoprotectoras: cardo Mariano, aloe vera o sábila, achicoria, marrubio, achicoria, bardana, aciano, cúrcuma, diente de león, alcachofera, regaliz, tamarindo, romero y hierbaluisa.

### **8.- Plantas medicinales antiinflamatorias**

Las plantas medicinales con acción antiinflamatoria previenen o reducen la inflamación de los tejidos. Para los casos en los que se produce una respuesta inflamatoria en nuestro organismo como en golpes, esguinces, lesiones, obesidad, reumatitis, artritis reumatoide, artritis, alergias o bursitis (53).

Ejemplos de plantas medicinales antiinflamatorias: harpagofito, cúrcuma, alfalfa, jengibre, verbena, árnica, ulmaria, laurel, arándano, borraja, castaño de indias, milenrama, aciano y genciana.

### **9.- Plantas medicinales laxantes**

Las plantas medicinales con efecto laxante estimulan la evacuación intestinal mediante la expulsión de las heces. Se utilizan para prevenir o combatir los casos de estreñimiento agudo o crónico causado por estrés, dolencias intestinales o del tubo digestivo, malos hábitos alimenticios, deshidratación o falta de actividad física (54).

Ejemplos de plantas medicinales laxantes: cambronería, regaliz, fenogreco o alholva, pulpa de aloe vera o sábila, gordolobo, lino, sésamo o ajonjolí, alcachofera y malva.

### **10.- Plantas medicinales antibióticas**

Las plantas medicinales con acción antibiótica tienen la capacidad de eliminar o reducir la proliferación de microorganismos patógenos que causan daño a nuestro organismo a través de infecciones y enfermedades. Estos microorganismos

perjudiciales pueden ser bacterias, mohos y hongos. Este tipo de plantas se utilizan para prevenir o combatir dolencias provocadas por bacterias, mohos y hongos como por ejemplo pie de atleta, candidiasis, tiña, onicomicosis, vaginosis, faringitis, otitis, infecciones de la piel y cuero cabelludo (55).

Ejemplos de plantas medicinales antibióticas: canela, romero, regaliz o palo dulce, cebolla, albahaca, clavo de olor, astrágalo, guanábana o graviola, ajo, salvia, árbol de té, jengibre, uña de gato, aciano y tomillo.

### **11.- Plantas medicinales digestivas**

Las plantas medicinales con efecto digestivo favorecen la correcta función de los órganos y glándulas que forman parte del sistema digestivo. Sirven para prevenir o aliviar las digestiones lentas y pesadas, indigestión, abdomen hinchado y molestias en la cavidad abdominal (56).

Ejemplos de plantas medicinales digestivas: milenrama, alcaravea, hierbaluisa, menta, alfalfa, hinojo, tomillo, manzanilla, comino, anís verde, achicoria, ajedrea y cardamomo.

Varias plantas medicinales tienen potencial para nuevas estrategias de tratamiento. Es necesario realizar más investigaciones centradas en las enfermedades gastrointestinales y digestivas que proporcionen una base para la selección de plantas para mejorar los problemas de digestión (57).

### **12.- Plantas medicinales antiasmáticas**

Las plantas medicinales con acción antiasmática previenen o alivian el asma. Estas plantas sirven para prevenir o aliviar los síntomas del asma como tos, espasmos, dificultad respiratoria o sensación de ahogo (58).

Ejemplos de plantas medicinales antiasmáticas: drosera, grindelia, eucalipto, belladona, lobelia, tusílagos y efedra.

### **13.- Plantas medicinales relajantes**

Las plantas medicinales relajantes actúan sobre el sistema nervioso central. Las hierbas relajantes son útiles para casos leves y pasajeros de insomnio, ansiedad, estrés, cansancio emocional y físico (59).

Ejemplos de plantas medicinales relajantes: espino blanco, ylang ylang, tilo, azahar y valeriana.

### **14.- Plantas medicinales vulnerarias**

Las plantas medicinales vulnerarias poseen efecto reparador de los tejidos o estructuras de nuestro cuerpo que están dañadas. Estas hierbas medicinales son excelentes para curar las llagas, rozaduras, cortes, abscesos, quemaduras, úlceras, grietas y heridas en general, ya sean externas o internas (60).

Ejemplos de plantas medicinales vulnerarias: caléndula, romero, meliloto, borraja, llantén, cola de caballo, malvavisco, castaño de indias, rosa de mosqueta, jengibre y aloe vera o sábila.

### **15.- Plantas medicinales antiácidas**

Las plantas o hierbas medicinales con acción antiácida lo que hacen es neutralizar el exceso de acidez que se pueda dar en el estómago durante las digestiones. Son beneficiosas para prevenir y combatir la acidez gástrica (ardores o agruras) e indigestión (61).

Ejemplos de plantas medicinales antiácidas: anís verde, menta, manzanilla, hinojo, regaliz, aloe vera o sábila, canela, tila, salvia, romero, genciana, mejorana y boldo.

### **16.- Plantas medicinales inmunoestimulantes**

Las plantas medicinales con efecto inmunoestimulantes mejoran y estimulan el funcionamiento de nuestro sistema inmunológico. Estas hierbas medicinales son

excelentes para enfermedades en las que el sistema inmunológico se encuentra deprimido por cuestiones como gripe, largos periodos de estrés mantenido, práctica de deporte a nivel profesional, tratamientos médicos, abuso de drogas y alcohol, insomnio crónico, hasta cáncer o VIH (62).

Ejemplos de plantas medicinales inmunoestimulantes: astrágalo, comino negro o ajenuz, uña de gato, maca, regaliz, muérdago, equinácea, aloe vera o sábila, centaura menor, genciana y ginseng.

### **17.- Plantas medicinales hipotensoras**

Las plantas medicinales con acción hipotensora lo que hacen es bajar la tensión arterial. Estas son beneficiosas en casos de hipertensión o tensión arterial alta (63).

Ejemplos de plantas medicinales hipotensoras: olivo, valeriana, genciana, espino albar, nogal, meliloto, cola de caballo y lúpulo.

### **18.- Plantas medicinales carminativas**

Las plantas medicinales con acción carminativa previenen la formación de gases y ayudan a expulsar los gases ya acumulados en el tracto gastrointestinal. Estas hierbas medicinales son estupendas para eliminar las bacterias que causan la fermentación y para expulsar los gases que causan malestar abdominal y mitigar la tensión, los calambres y contracciones de los músculos del intestino (64).

Ejemplos de plantas medicinales carminativas: hisopo, manzanilla, enebro, anís, epazote, menta, hinojo, meliloto, comino, alcaravea y salvia.

### **19.- Plantas medicinales antihelmínticas o vermífugas**

Las plantas medicinales antihelmínticas o vermífugas tienen acción antiparasitaria de organismos como tenías, gusanos, lombrices, etc. Estas hierbas son muy útiles para eliminar o expulsar los parásitos que hospedan el intestino (65).

Ejemplos de plantas medicinales antihelmínticas o vermífugas: fresno, granado, helecho macho, ajeno, semillas de calabaza, tanaceto, fumaria y tomillo.

## **20.- Plantas medicinales coleréticas y colagogas**

Las hierbas medicinales coleréticas y colagogas estimulan la producción de bilis del hígado y a eliminarla de las vías biliares y de la vesícula. Estas plantas medicinales mejoran el funcionamiento de nuestro hígado y son beneficiosas en caso de dolencias en esta glándula como el hígado graso (66).

Ejemplos de plantas medicinales coleréticas y colagogas: orégano, marrubio, cardo santo, agracejo, achicoria, tamarindo, alcachofera, ruibarbo, vid, agrimonia, hierbabuena y romero.

## **21.- Plantas medicinales cardiotónicas**

Las plantas medicinales cardiotónicas tienen acción tonificante o estimulante sobre el corazón. Estas hierbas son beneficiosas para aumentar o mejorar el funcionamiento del músculo cardíaco, estimulando con ello la circulación de la sangre (67).

Ejemplos de plantas medicinales cardiotónicas: albarrana, lirio de los valles, convalaria, adonis, meliloto, alacranera, espino albar, digital, borraja, boj y majuelo.

## **22.- Plantas medicinales estimulantes**

Las plantas o hierbas medicinales estimulantes tienen acción tonificante sobre el sistema nervioso central y muscular. Este tipo de plantas son excelentes para darnos un extra de energía y vitalidad en épocas de estrés o de necesidad de mayor rendimiento físico o mental (68).

Ejemplos de plantas medicinales estimulantes: romero, hipérico, eleutero, cantueso, ginseng, suma o zuma, albahaca, té verde, maca, ajedrea y muérdago.

### **23.- Plantas medicinales analgésicas**

Las plantas medicinales analgésicas tienen un efecto reductor o eliminador del dolor. Son útiles para casos como dolor de cabeza, dolores musculares y neurológicos, dolores por traumatismos, etc. A menudo estas plantas tienen también acción antiinflamatoria (69).

Ejemplos de plantas medicinales analgésicas: té de montaña, harpagofito, verbena, árnica, sauce blanco, maracuyá, clavo de olor, álamo negro y ulmaria.

### **24.- Plantas medicinales galactogogas o galactógenas**

Las plantas medicinales galactogogas o galactógenas estimulan la secreción de leche materna. Son de utilidad para las madres que están en periodo de lactancia y necesitan estimular la secreción de leche (70).

Ejemplos de plantas medicinales galactogogas o galactógenas: anís, hinojo, alcaravea, cardo mariano, sésamo o ajonjolí, comino, fenogreco o alholva.

### **25.- Plantas medicinales antisépticas**

Las plantas o hierbas medicinales con acción antiséptica eliminan los gérmenes o patógenos que causan daño en nuestro organismo. Estas hierbas se pueden usar para dolencias o condiciones causadas por microorganismos patógenos como en el caso de infecciones, acné, heridas, mordeduras o picaduras que puedan infectarse, quemaduras, etc (71).

Ejemplos de plantas medicinales antisépticas: brezo, menta, bardana, arándano, sabal, álamo negro, salvia, ajo, abedul, caléndula, cilantro, ciprés, cúrcuma, líquen de Islandia y helenio.

Las representaciones sobre las plantas medicinales parecen ancladas en la concepción de seguridad, o sea, son naturales y pocos efectos colaterales. Su uso es hecho

concomitantemente con los medicamentos industrializados, sin atender los riesgos de la salud (72).

### **Clasificación de las plantas antiinflamatorias**

Las plantas medicinales antiinflamatorias pueden ayudarte a reducir la inflamación que se produce por algún golpe, infección o lesión. Suelen tener unas propiedades que ayudan a reducir el dolor y la zona afectada por la afección en cuestión. De este modo podemos curarnos antes de este problema. Por ejemplo, para las lesiones, reducir la inflamación puede ayudar a tratar antes la lesión en sí, pues cuando la inflamación es muy grande, resulta complicado mover el hueso a su sitio adecuado, pues no sólo el hueso queda inmóvil por la inflamación sino que además moverlo con demasiada brusquedad podría originar algún derrame interno o lesión muscular, de ahí la importancia de reducir esta inflamación.

Para hacer esto de la forma más natural posible tenemos a nuestra disposición una amplia variedad de plantas medicinales antiinflamatorias que pueden ayudarnos en estos casos. La mayoría de ellas se aplicarán en la zona afectada por medio de una infusión con agua hirviendo, dejándola reposar aunque también se puede preparar troceada o en polvo, así como en forma de unguento. De este modo prepararemos una loción líquida con todas las propiedades de cada planta. Algunos ejemplos de estas plantas son: la manzanilla, el regaliz, el jengibre o la pimienta (73).

Tabla 1: Plantas antiinflamatorias

NOMBRE	PROPIEDADES	BENEFICIOS
<b>MANZANILLA</b>	Una de esas plantas para las inflamaciones es la manzanilla. Esta es un poderoso desinflamante, tiene propiedades diuréticas y además, aumenta el flujo sanguíneo, lo que permite reducir las hinchazones.	Puedes hacer una infusión con ella y luego aplicarla de forma externa sobre la zona inflamada.
<b>ALFALFA</b>	También la alfalfa es una excelente hierba antiinflamatoria. Es alcalinizadora y desintoxicante.	Mejora todo tipo de inflamaciones y además, colabora con algunas cuestiones de la piel. Se puede usar tanto interna como externamente.
<b>LAPACHO</b>	Otra excelente planta antiinflamatoria es el lapacho. Con él depurarás el organismo y colaborarás a reducir las inflamaciones.	Debes emplear su corteza a modo de decocción. Esto es en formato de tisana, teniendo que preparar este antiinflamatorio casero con algunos minutos de hervor previo y luego un posterior reposo.
<b>EUCALIPTO</b>	Los vapores y baños de hojas de eucalipto son muy usados por sus propiedades antiinflamatorias a nivel respiratorio	el eucalipto también puede ser un buen desinflamante para tus problemas articulares y musculares
<b>CEREZAS</b>	Existe una genial terapia con cerezas que puede ser muy útil para este tipo de inconvenientes. La cerezaterapia es un tratamiento que se está imponiendo y que se apoya en las propiedades antiinflamatorias, desintoxicantes y remineralizantes de estos deliciosos frutos.	Quizás quieras saber de qué se trata, ya que constituye una interesante alternativa.
<b>CÚRCUMA</b>	Uno de los desinflamantes naturales por excelencia. Las infusiones antiinflamatorias de cúrcuma son maravillosas. Hasta tal punto que algunos preparados, como el de cúrcuma y jengibre, se emplean para combatir la	Deshincha y calma el dolor, además de ser una maravillosa antioxidante. La cúrcuma es una especia que no debe faltar en tu vida.

	fibromialgia por estas razones.	
<b>ALCORNQUE</b>	Esta planta, sumamente empleada en la zona mediterránea, es una de esas hierbas antiinflamatorias que no deberías dejar de probar.	Es que tiene doble acción: desinflama por un lado, pero por el otro también reduce el foco del dolor. A darle una oportunidad si eres de la zona o si la consigues fácilmente (74).
<b>ROMERO</b>	De acuerdo a un estudio de la Universidad de Maryland Medical Center, en Estados Unidos, el romero tiene propiedades antiinflamatorias, reduce los niveles de cortisol y ayuda a bajar la ansiedad	Se consume como infusión. Se hierven 500 cm cúbicos de agua y se le agrega 20 gramos de romero.
<b>COLA DE CABALLO</b>	Se consume como infusión. Se hierve agua y se le echa una cucharadita llena de cola de caballo seco. Luego hay que tapar, dejar reposar durante 5 minutos y filtrar. La infusión es bastante amarga, por lo que se le puede agregar azúcar o miel.	Nota: Según algunos estudios, el consumo a largo plazo de cola de caballo puede provocar daño debido a que contiene una sustancia química llamada tiaminasa que descompone la vitamina tiamina, lo que posiblemente lleve a una deficiencia de tiamina. Algunos productos están etiquetados como "libres de tiaminasa," pero no hay suficiente información disponible para saber si estos productos son seguros.
<b>JENGIBRE</b>	Diversos estudios, entre ellos uno que demostró que el consumo de 2 gramos de jengibre al día durante un periodo de 11 días reduce considerablemente el dolor muscular en personas que desarrollaban ejercicios del codo	Para consumirlo se debe hacer una infusión con una mezcla de dos vasos de agua, cucharadas de miel y 200 gramos de jengibre que haya sido rallado.

Fuente: Plantas medicinales antiinflamatorias (74), (75)

## Clasificación de las plantas analgésicas

Los analgésicos son medicamentos que calman o eliminan el dolor, y aunque generalmente se refiere a un conjunto de fármacos que cumplen con esta función, la realidad es que es normal que este término se utilice para cualquier sustancia o remedio que cumpla con esta virtud terapéutica. Es lo que ocurre, por ejemplo, con las plantas medicinales con beneficios analgésicos; esto es, hierbas y plantas que cuentan con una virtud analgésica, lo que se traduce en que son adecuadas para reducir, calmar o eliminar el dolor.

Desde un punto de vista alternativo natural, la fitoterapia nos brinda todo un conjunto de plantas y hierbas medicinales que la Naturaleza nos aporta desde que nuestros antepasados las utilizaban como remedios naturales y caseros (76).

Tabla 2: Plantas analgésicas

<b>NOMBRE</b>	<b>PROPIEDADES</b>
PIMIENTA DE JAMAICA	La pimienta de Jamaica cuenta con grandes propiedades analgésicas además de antioxidantes. Así que, ¡puedes añadirla a tus comidas como condimento
ÁRNICA	El árnica es la planta analgésica por excelencia. Se emplea principalmente para calmar el dolor producido por esguinces y moretones. Por lo general, esta hierba integra cremas y cataplasmas que son muy apreciados, sobre todo por deportistas o personas que realizan tareas en las que corren el riesgo de sufrir este tipo de accidentes.
CANELA	La canela además de darle un sabor delicioso a todos los platos dulces, cuenta con propiedades analgésicas. Se suele utilizar la corteza seca o su aceite esencial. Además, es un excelente repelente de insectos, un antiespasmódico, hipotensor y astringente.
CLAVO DE OLOR	El clavo de olor, con su aroma tan característico, es un gran

	analgésico, sobre todo para dolores de muelas o similares. Lo que se emplea con mayor frecuencia es el aceite esencial que se extrae de los botones florales.
GERANIO	El geranio es utilizado en muchas culturas como un gran analgésico. Constituye una medicina tradicional para curar heridas, abscesos, úlceras bucales, dolor de garganta e inclusive algunas infecciones.
ORTIGA	La ortiga es una hierba ideal para las personas que sufren artritis y gota. Las sustancias antiinflamatorias combinadas con el boro, el calcio y el silicio alivian el dolor al mismo tiempo que fortalecen los huesos.
CÚRCUMA	El rizoma de la cúrcuma está indicado para ser utilizado como analgésico, sobre todo en el caso de dolores de muelas o para usar como cataplasma en articulaciones dolorosas o inflamadas
TÉ NEGRO	El té negro es una planta que permite aliviar diferentes dolores. Se pueden consumir dos o tres tazas al día, con un muy buen resultado (77).

Fuente: Plantas medicinales analgésicas (76).

## **Usos habituales de las plantas medicinales**

Las plantas no solo se utilizan en la medicina, sino en la cocina, como ornamento, para la alimentación de los animales, entre otras.

### **En la cocina.**

El uso de las plantas aromáticas en la cocina constituye un principio básico para la aplicación de una alimentación natural. Es interesante destacar que éstas poseen propiedades medicinales muy reconocidas y que son a la vez el soporte de sabor para lograr una cocina sana y convenientemente condimentada. Las plantas aromáticas son especialmente ricas en aceites esenciales, las cuales son mezclas de diversas sustancias químicas que poseen innumerables efectos medicinales: antimicrobianos, antiparasitarios, expectorantes, cicatrizantes, antiinflamatorios y diuréticos.

Las plantas aromáticas se deben consumir preferiblemente frescas y crudas para salvaguardar su acción terapéutica y que cumplan su función esencial que es la prevención de enfermedades, además de sus valores culinarios. En la cocina cubana se utilizan como hábito el ajo y la cebolla para la confección de mojos y sofritos que dan sabor a numerosos platos de nuestra tradición culinaria (cerdo asado, yuca con mojo, pollo frito). Sin embargo, apenas reconocemos el sabor del perejil, la Albahaca, el tomillo y el hinojo que tan bien proliferan en nuestra fértil tierra. (78)

### **Formas de preparación**

Las plantas medicinales se pueden preparar de varias maneras, dependiendo de que su uso sea interno o externo, de la enfermedad que se busca curar y de las características de la planta misma. A continuación se mencionan las formas más comunes de preparación (79).

### **Infusión**

Se pone una cucharadita de la planta seca, hojas u otras partes frescas de la planta, en una taza en la que se vierte agua hirviendo. Se deja reposar de 5 a 20 minutos, después se cuela y según el gusto se endulza, de preferencia con miel de abejas (79).

### **Cocimiento o decocción.**

Se coloca una cucharadita del material “hojas, flores, raíces, ya sean secas o frescas” en un pocillo esmaltado que no sea de aluminio., con una taza de agua fría. Se calienta y se deja hervir de 2 a 10 minutos a fuego lento. Se cuela al final y se endulza al gusto (80).

### **Maceración**

Se pone una cucharadita de hierbas secas o frescas en una taza del líquido, ya sea agua, alcohol o vino, y se deja reposar de 8 a 12 horas, a la temperatura ambiente. Luego se mezcla, se calienta ligeramente, se cuela y se endulza (80).

### **Compresas frías**

Hacer un cocimiento de la planta y dejar enfriar totalmente. El contenido debe estar envuelto en una tela fina. Se aplica sobre la parte afectada y se renova cada 10 o 12 minutos (81).

### **Compresas calientes - (Fomentos).**

Se hace lo mismo que las compresas frías, sólo que esta vez el agua debe estar bien caliente. Se renova cada 5 minutos (81).

### **Cataplasma**

Son para uso externo. Se machacan las partes frescas de las plantas, se extienden sobre una tela de algodón, lino o gasa y se colocan sobre las partes afectadas. En algunos casos se hierve la planta y se puede aplicar directamente sin tela (82).

### **Jabones medicinales**

Se utilizan para el tratamiento de varias enfermedades de la piel, para heridas, o simplemente para cuidar la piel. El método más común es el siguiente: Se hierven a fuego lento unos 100 gramos de la hierba en un litro de agua, hasta que se evapore la mitad. Se cuele, se exprime y se pone a hervir el cocimiento o decocción a fuego lento mientras se le agrega un jabón neutro de 400 gramos rallado, hasta que el jabón se disuelva completamente. Se mezcla bien y luego se vacía la mezcla caliente en moldes y se deja enfriar. Para que el extracto de la hierba se distribuya de manera más homogénea y para que el jabón tenga buena forma, a veces es necesario amasarlo mientras se está enfriando. De este modo se pueden hacer jabones de sábila, manzanilla, romero avena, romero, árnica, estafiate o cualquiera otra planta que sea buena para la piel (83).

### **Jarabes medicinales**

Los extractos de las plantas medicinales tienen con frecuencia un sabor amargo, por lo que no son muy aceptables sobre todo por los niños. Para darles un mejor sabor se hacen jarabes, que son más fáciles de ingerir. Uno de los métodos más comunes para hacer los jarabes es el siguiente: Se ponen 100 gramos de hierba fresca o seca en un litro de agua, se hierve un minuto y se deja reposar de 2 a 3 días. Luego se filtra y se exprime. Se le agrega azúcar en una cantidad de medio kilo por litro de decocción. En otros casos se hacen los jarabes con miel de abejas y el jugo de la hierba. Se recomienda tomar una cucharada del jarabe tres veces al día (83).

### **Ungüentos o pomadas medicinales.**

Para uso externo. Se pone a hervir lentamente de una a dos cucharadas de hierba en 200 gramos de vaselina, “sin ácido”, durante 3 minutos. Se mezcla bien el

concentrado, se filtra y se deja enfriar en su envase definitivo (84).

### **Aceites medicinales.**

Para uso tanto interno como externo. Se toma un puñado de hierba fresca o seca y se le sumerge en medio litro de aceite de oliva u otro aceite vegetal comestible. Se deja la mezcla expuesta al sol en un frasco de vidrio transparente y sin color, durante 2 o 3 semanas. Después se filtra y se saca la espuma y la capa acuosa que ha quedado encima.

Los aceites vegetales necesitan conservarse en frascos de vidrio de color ámbar: ejemplo, una botella de vino o cerveza, bien tapados y en un lugar fresco, fuera de la luz directa (84).

### **Polvo para rellenar cápsulas.**

Para hacer el polvo se muele la hierba seca en un mortero. Se usa sobre todo para ingerir hierbas de sabor fuerte y desagradable. El polvo se empaca dentro de las cápsulas que venden en las droguerías y farmacias (85).

### **Tintura medicinal**

Para uso interno y externo. Se mete la hierba, de preferencia fresca, en un frasco de vidrio de color ámbar, y se le agrega una solución hidro-alcohólica “de alcohol no desnaturalizado de 90°”, casi puro, diluido con agua hervida, purificada, o de preferencia, destilada, hasta que la solución cubra la hierba. Se tapa bien el frasco, se agita y se deja reposar por 2 o 4 semanas fuera del sol. Se filtra luego con un colador de nylon, papel de baño o gasa; dependiendo de la fineza del material que se va a filtrar, y se guarda la tintura en un envase de vidrio de color ámbar. Se toman de 1 a 2 mililitros “unas 25 gotas”, 3 veces al día. En el caso de la mayoría de las plantas se puede tomar una tintura en lugar de una infusión, cocimiento o maceración. La tintura tiene la gran ventaja que se puede conservar por mucho tiempo, “uno o dos años”(85).

### **Jugos de plantas**

Las plantas frescas, previamente lavadas si es necesario, se exprimen a mano o mecánicamente para sacar el jugo. Una cucharadita de este se diluye en unas pocas cucharadas de agua y se toma 3 veces al día, media hora antes de cada comida. Otros jugos se toman en forma pura, sin necesidad de haberlos diluido. Es de tenerse en cuenta que las infusiones, cocimientos, maceraciones y jugos no se podrán conservar por más de 48 a 72 horas, mientras que las hierbas secas, los ungüentos, aceites, tinturas, vinos y microdosis; podrán conservarse por un período largo de tiempo, es decir, hasta dos años (86).

### **Baños**

Es la inmersión parcial o total del cuerpo dentro de un líquido de composición curativa vegetal.

Los baños pueden ser fríos o calientes. Los fríos deben de ser de corta duración (79).

### **Aromáticas**

Son bebidas hechas con plantas que por lo regular tienen un olor agradable, como la manzanilla, la hierbabuena (yerbabuena) o cedrón (cederrón) entre otras (87).

### **Fricción o masajes**

Consiste en restregar una parte determinada del cuerpo con un líquido caliente o frío, con o sin hierbas, ya sea a mano, con cepillo o con una toalla (77).

### **Gargarismo**

Es hacer un cocimiento de plantas con agua, que después de dejarlas reposar se llevan a la boca y se hacen gárgaras o enjuagues para calmar las partes afectadas o adoloridas (88).

### **Inhalaciones - vahos.**

Hacer un cocimiento de la planta escogida, luego bien caliente en el mismo recipiente donde se cocina se aspira el vapor por boca y nariz. Para que haya un mejor

aprovechamiento, se trata de cubrir la cabeza con una toalla junto con el recipiente (88).

### **Loción medicinal.**

Se hace con raíces o plantas molidas en infusión. Sirve para lavar una parte del cuerpo con un líquido especial (89).

### **Tizana.**

Se toman de cada planta empleada una cucharada o pulgada de las partes a usar, se echan en agua caliente por 10 minutos, se cuele y se deja tapada para tomar cuando esté fría a razón de una cucharada cada hora o según lo indicado (88).

### **Efectos adversos de las plantas medicinales**

La utilización indiscriminada de hierbas medicinales, principalmente las ingeridas en el mate o el tereré, puede acarrear reacciones adversas.

Muchos creen que por ser un producto natural no produce efectos secundarios, pero no es así. Aunque son una alternativa para el tratamiento de diversas afecciones, también pueden producir a la larga, efectos negativos si se consume de manera inapropiada. Para el efecto es esencial saber cómo usarlas y en qué cantidad.

La cartera sanitaria aconseja no mezclar los herbajes, como se hace usualmente en el mate y el tereré, o con las que se ingieren en licuados o a modo de infusión, lo más conveniente es consumir un solo remedio y no mezclar (90).

También se debe mencionar que las plantas medicinales de por sí no son malas (al menos en términos generales) ni van a estar provocando lesiones en nuestro organismo. En cambio, dependiendo de las hierbas que nos tomemos y sobre todo, del momento en el que lo estemos haciendo este detalle puede ligeramente cambiar y ser francamente peligroso en algunos aspectos (91).

A continuación, de forma general, se va a comentar aquellos casos en los que las plantas medicinales pueden ser dañinas para la salud:

### **Tratamiento con antidepresivos**

De todas las situaciones que podíamos llegar a comentar, el consumo de antidepresivos puede ser el que más complicaciones nos dé de cara a que una persona haga uso de las plantas medicinales. Algunos ejemplos como el del hipérico, que es una de las hierbas más comunes por sus grandes propiedades curativas, se debe evitar en el caso de que estemos tomando antidepresivos porque puede anular los efectos de estos y en el peor de los casos, provocar una fuerte ansiedad en la persona(92).

### **Uso de anticoagulantes**

De la misma manera que antes hemos comentado que con un fuerte tratamiento de antidepresivos es mejor que no se tomen plantas medicinales tales como el hipérico, es interesante que sepamos que con los anticoagulantes la reacción es casi la misma, no en el caso de esta planta medicinal que hemos mencionado pero sí por ejemplo, el jengibre puede provocar unas fuertes hemorragias que son causadas por su consumo.

### **Mujeres embarazadas**

En relación con los efectos secundarios que puedan tener las plantas medicinales, las mujeres embarazadas son todo un clásico que tener en cuenta con respecto a aquellos males que pueden provocar en el organismo. Ansiedad, jaquecas o incluso hemorragias son algunos de los resultados que pueden dar determinadas hierbas curativas de las que por supuesto, es mejor que estemos más que retiradas(93).

## Plantas medicinales utilizadas en el Ecuador (94).

Tabla 3: Plantas medicinales del Ecuador

NOMBRE	BENEFICIOS
NOGAL	Las hojas en infusión para afecciones de la piel, inflamaciones de los ojos (conjuntivitis, blefaritis), eczemas, heridas, arañazos, tinte natural y evita caída el pelo; la cáscara en decocción para diarreas, tónico para la anemia, tinte natural, evita caída del pelo.
RUDA	<p>Antiespasmódico, tos, estimulante del flujo menstrual, tónico circulatorio, antiinflamatoria, antibiótica, mal de aire, espanto, perrillas, dolor de cabeza; plaguicida natural y repelente de insectos.</p> <p><b>Nota:</b> El efecto externo de la ruda es irritante y su manejo continuo puede ocasionar ardor, eritema, picazón y vesicación de la piel. Causa además dermatitis y fotodermatitis en personas sensibles</p>
SÁBILA	<p>Aleomodina: Actua sobre la mucosa intestinal, regulando su funcionamiento.</p> <p>Aloetina: bactericida y antivirósica, neutraliza el efecto de toxinas microbianas y virales.</p> <p>Alimitina: previene y controla la propagación de ciertas formas cancerígenas.</p> <p>Aloeoleina: mejora úlceras duodenales y estomacales. A ello se suma el efecto "buffer" que disminuye la acidez.</p> <p>Emolina, emodina, barbaloina: A través de reacciones orgánicas, generan ácido salicílico de efecto analgésico y antifebril.</p>

	<p>Creatinina: Resulta fundamental en las reacciones de almacenamiento y trasmisión de energía.</p>
SANTA MARÍA	<p>Dolores menstruales, artritis reumatoide, migrañas, cólicos, favorece la menstruación, baja las fiebres, nerviosismo, histeria, decaimiento, catarro, indigestión, diarrea, aires, espantos; plaguicida natural y repelente de insectos</p>
SAPONARIA	<p>En cosmetología en forma de enjuagues, champúes y evaporaciones naturales limpia perfectamente la piel y para el cuero cabelludo (psoriasis, excema, forúnculos, acné, fortalece el cabello.</p>
VALERIANA	<p>La dosis ideal es un té con una cucharadita de valeriana por taza. Son suficientes dos o tres tazas al día, la última antes de ir a dormir.</p> <p>Contraindicaciones: no es recomendable para personas con problemas hepáticos, o que toman medicamentos para tratar el hígado.</p>

Fuente: Plantas medicinales del Ecuador (95).

## **Rituales con plantas medicinales**

Desde tiempos antiguos las plantas han protegido los hogares, los campos o los negocios de malas influencias y también han atraído la buena suerte de aquellos que usaron sus propiedades para tal fin (96).

A veces mezcladas con otros ingredientes, siempre se han usado para usos benéficos y positivos: despertar la pasión del ser amado, para conseguir trabajo, dinero o contratos, para la buena salud, para alejar la negatividad, la mala suerte, para quitar el mal de ojo, para limpiar la casa de envidias y habladurías (97).

Una de las plantas medicinales utilizadas para los diferentes rituales en la amazonia es la guayusa es el primer recurso en caso de dolores del cuerpo y el espanto, sirve también como bebida aromática, trae buena suerte en la cacería y previene de las mordeduras de serpiente, elimina el sueño y la pereza y sirve también para no sudar demasiado.

Para dolores del cuerpo y espantos, para suerte en la cacería, para quitar el sueño y la pereza o para servirse como agua aromática simplemente se hierve 10 hojas en 2 litros de agua durante 10 min, hasta que el agua tenga un color oscuro se administra por vía oral, se puede guardar 24 horas.

Para dolor del cuerpo espantos y no sudar demasiado se realiza baños de vapor para la cual se debe cocinar varias hojas en una olla número 40 llena de agua, hasta que produzca bastante vapor.

Para hemorragia después del parto, se puede cocinar 10 hojas de chiri guayusa en 2 litros de agua hasta que quede un litro, el preparado debe ser un líquido verdoso si se realizó con hojas verdes y negro si se preparó con hojas secas (98).

Los vegetarianos de la nacionalidad tsáchila buscan rescatar sus plantas medicinales con las que preparan brebajes sanadores. Para ello volvieron a sembrar la vegetación

ancestral. La Gobernación Tsáchila tiene un registro de alrededor de 400 plantas que se han descubierto desde hace 30 años (99).

La construcción del conocimiento relacionado con las plantas medicinales por parte de las familias es predominantemente oral, realizada a través de la convivencia diaria entre sus miembros y compartidas con los demás miembros de la comunidad en la cual están insertos (100).

### **La ayahuasca.**

Es un alucinógeno. Hay dos tipos de esta especie en el bosque de El Poste. Con esta planta se hace una bebida para lograr un estado de inconsciencia en el paciente.

Luego sembró árboles como la ayahuasca, que se utiliza en el ritual purificador de la fiesta Kasama (nuevo amanecer). Esta planta es alucinógena y sirve para que las personas que realizan el ritual consigan conectarse con los poderes de la naturaleza y, de esta forma, lograr un estado de calma.

Luego de 10 años, las plantas empezaron a dar frutos y eso hizo que animales como aves, guatusas, guantas y serpientes habitaran el bosque secundario

Los chamanes y la mayoría de la población Tsáchila, especialmente la gente mayor, han estado siempre apegados al uso de las plantas medicinales.

- "Mutru", en idioma tsáfiqui, es una planta medicinal que se usa en la comunidad como remedio para el dolor de barriga, calambres y gripe. Se prepara hirviendo la hoja tierna en agua, a la que se le agrega la flor.
- La planta caliente llamada "Hoja Larga" es usada en vaporizaciones para curar la sinusitis, reumas, dolores de huesos y golpes.
- La llamada "Caña Agria" que sirve para el dolor de cabeza, puede medir hasta 3 metros en su estado de madurez (99).

El uso de plantas y curación por la fe es una forma de autoatención que rescata el ser humano desde el punto de vista puramente biológico y el cuerpo, alma, espíritu y medio ambiente (101).

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Enfoque de la Investigación**

Esta investigación fue enmarcada de un enfoque cuantitativo debido a que fue un proceso detallado y organizado el mismo que se orienta a la comprensión de un fenómeno social basado en la realidad desarrollando un estudio estadístico de los datos recolectados en las encuestas realizadas durante el proceso de la investigación, que permitan una descripción numérica de los hechos como apoyo para comprender el fenómeno en su totalidad; buscando alternativas de solución acertadas que se encaminen a generar cambios en los problemas encontrados para garantizar al final estudios cuantitativos que expliquen el fenómeno investigado a través de reglas lógicas con estándares de validez y confiabilidad contribuyendo a un buen conocimiento.

#### **3.2. Modalidad básica de la investigación**

##### **De campo**

Pues se llevó a cabo en el lugar de los hechos para obtener información del uso de las plantas medicinales con efecto analgésico – antiinflamatorio por parte de los habitantes de la comunidad de Pucara Chico.

#### **3.3. Nivel y tipo de investigación.**

##### **Transeccional**

Es un diseño transeccional bajo un enfoque no experimental mediante el cual analizaremos cómo evolucionan las variables a través del tiempo y como se modifica un evento o comunidad, recolectando datos en un solo momento y en un tiempo único.

## **Descriptiva**

La investigación descriptiva permite describir fenómenos, situaciones y contextos basados a la unidad de estudio; especificar aspectos característicos de personas, objetos, problemas o comunidades; detallando las propiedades, características y el perfil sociodemográfico de los pobladores que serán sometidas a análisis, además pretende recoger información de manera independiente o conjunta sobre cada una de las variables a las que se refieren, logrando determinar cómo es el comportamiento del problema frente al contexto de salud.

### **3.2. Selección del área o ámbito de estudio**

La investigación se efectuó a los habitantes de la comunidad Pucara Chico perteneciente a la parroquia rural Quisapincha, Cantón Ambato Provincia de Tungurahua.

### **3.3. Población**

En el presente proyecto investigativo se realizó en la comunidad Pucara Chico perteneciente a la parroquia rural Quisapincha, Cantón Ambato Provincia de Tungurahua, en donde existe una población de 46 familias. Para la aplicación de las encuestas, se tomaron los meses de noviembre – diciembre 2017.

## **Muestra**

Muestra es el subconjunto de elementos que pertenecen al conjunto definido en sus características que es la población.

Debido a que la población no es tan numerosa y contábamos en 46 familias ya identificadas no se utilizó formulas y únicamente se toma a la población previamente establecida.

### 3.4. Operacionalización de variables: Plantas medicinales

Tabla 4: Operacionalización de variables: Plantas medicinales

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas e instrumentos
Se denomina planta medicinal al vegetal cuya alguna de sus partes o extractos pueden ser empleados como una droga para el tratamiento correspondiente ante una afección o enfermedad.	<p>Analgésico</p> <p>Antiinflamatorias</p> <p>Usos</p> <p>Efectos</p>	<p>Tienen un efecto reductor o eliminador del dolor.</p> <p>Ayudan a reducir la inflamación</p> <p>Variados dependiendo la necesidad</p> <p>Alivio del dolor y la inflamación</p>	<p>¿Qué tipo de plantas medicinales utiliza usted para el dolor y la inflamación?</p> <p>¿Cómo utiliza usted las plantas medicinales para el dolor o la inflamación?</p> <p>¿Qué cantidad de plantas utiliza?</p> <p>¿Con qué frecuencia las administra?</p> <p>¿Cuánto dura el efecto de las plantas?</p> <p>¿Cuál es el efecto que usted busca con la utilización de las plantas?</p> <p>¿Ha tenido algún efecto negativo al usar las plantas?</p> <p>¿Acompaña el uso de plantas medicinales con algún ritual?</p>	<p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumento: cuestionario</p>

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **3.5 Descripción de la intervención y procedimientos para la recolección de información**

Para la elaboración de este proyecto de investigación se elaboró un cuestionario con preguntas abiertas y cerradas, dirigido hacia los habitantes de la comunidad de Pucara Chico, con el fin único de conocer el uso de las plantas medicinales con efecto analgésico – antiinflamatorio

#### **Análisis e interpretación de resultados**

Luego de la obtención de la información de las encuestas aplicadas, los datos obtenidos fueron tabulados y procesados, con el propósito de conocer datos concretos de la investigación aplicada.

### **3.6. Aspectos éticos**

El presente trabajo de investigación está sujeto a normas éticas, morales y legales, con reglas que amparan la integridad física y emocional de las personas inmersas en este estudio.

Los datos y la información recolectada fueron manejados únicamente por la autora y en ningún momento se atentará contra la dignidad de la persona investigada, dicha información se utilizará únicamente dentro del campo de investigación.

## CAPÍTULO IV

### 4.1 Análisis e interpretación de datos

Tabla 5: Características sociodemográficas de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico, año 2017

<b>GÉNERO</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>OCUPACIÓN</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
MASCULINO	17	37%	Empleado	10	22%
FEMENINO	29	63%	Ama de casa	22	48%
<b>ESTADO CIVIL</b>			Agricultor	14	30%
SOLTERO	6	13%	<b>NIVEL DE ESTUDIO</b>		
CASADO	30	65%	Primaria	44	96%
UNIÓN LIBRE	10	22%	Secundaria	2	4%
DIVORCIADO	0	0,00%	Universitario	0	0,00%
<b>EDAD (AÑOS)</b>					
RANGO (MIN-MAX)	28 - 65				

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### Análisis y discusión

Se evidencio un predominio de género en el femenino con relación a los del sexo masculino; del total de la población estudiada se encontró un mayor porcentaje con estado civil casados, además evidenciando un bajo nivel de estudio lo que atribuye, al porqué la población de este sector únicamente utiliza y confía en sus conocimientos natos y empíricos para calmar, prevenir sus dolencias, ya que esta noción es transmitida desde sus hogares con ayuda de sus antepasados .Resulta preocupante que más de la mitad de la población en edad correspondiente no asiste a la secundaria, siendo fundamental el hecho de que el “sistema educativo ecuatoriano tiene que hacer un gran esfuerzo para universalizar el acceso a la educación y lograr que los niñas y niñas completen la secundaria”(102)

Tabla 6: Plantas medicinales más utilizadas la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE	OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Menta	5	11%	Analgésicas	32	70%
Yerbabuena	3	7%			
Manzanilla	7	15%			
Orégano	4	9%			
Santa María	3	7%			
Matico	2	4%			
Toronjil	2	4%			
Cola De Caballo	2	4%			
Mashua	3	7%	Antiinflamatorias	14	30%
Sábila	2	4%			
Llantén	3	7%			
Malva	1	2%			
Chancapiedra	2	4%			
Casamarucha	3	7%			
Ortiga	4	9%			
<b>TOTAL</b>	46	100,00%		46	100,00%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### Análisis y discusión

El 70% de la población manifiesto que la mayor cantidad de plantas que utilizan son las que les otorgan propiedades con efecto analgésico. La mayoría utiliza la manzanilla” teniendo en cuenta que dicha planta ha demostrado mediante estudios que tiene propiedades específicas tanto analgésicas como antiinflamatorias ayudando con el alivio de dolores estomacales e inflamaciones entre otros; gracias a sus componentes los mismos que actúan como un acertado calmante y desinflamante(103).En un 30% utilizan plantas como efecto antiinflamatorio siendo la ortiga una de las principales elecciones en el momento de conseguir un efecto desinflamante en el cuerpo. Según Porcuna J. manifiesta que la raíz de la ortiga como uso tópico de la planta en su totalidad puedo desinflamar y servir con una acción antiedematosa además que nos ayuda con inflamaciones osteoauriculares, dermatitis seborreica, estomatitis entre otras.(104)

Tabla 7: Forma en la que utilizan las plantas medicinales en la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico.

<b>DEPENDENCIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
En Infusión	39	85%
Maceradas Como	3	7%
Emplastos		
En Baños	2	4%
Masticadas	1	2%
En Limpias	1	2%
<b>TOTAL</b>	46	100%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

El 85% de la población consume plantas medicinales a través de la vía oral siendo así la infusión una de las principales formas de preparación al momento de adecuar cualquier planta para su consumo. Manifestando que de esta manera aprovechan todos los beneficios que estas plantas ofrecen ya sea para aliviar el cuadro sintomatológico que adolecen o simplemente como bebida hidratante que la consumen a lo largo de su jornada laboral debido que en su mayoría no representan un mal sabor. Además, se ser una preparación fácil sin demandar la toma mucho tiempo de elaboración. Seguido por triturado o macerado para ser utilizadas como emplastos a través de la vía tópica o a su vez en limpias y baños que les ayudan a curar algún tipo de enfermedades ancestrales.

Según el boletín latinoamericano y del Caribe de plantas medicinales y aromáticas la preparación de las plantas medicinales era principalmente la infusión siendo una costumbre clásica de las zonas rurales (105).

Tabla 8: Cantidad utilizada de plantas medicinales por los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico

<b>OPCIÓN</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Entre 1 Y 5 Hojas	6	13%
Entre 6 Y 10 Hojas	0	0,00%
Una O Más Ramas	5	11%
Según La Necesidad	35	76%
<b>TOTAL</b>	46	100%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

En los hogares el 76% de personas utilizan las plantas medicinales de acuerdo a su necesidad. Como las personas mejor conocen “al ojo” utilizando únicamente sus conocimientos previamente adquiridos de sus antepasados, sus costumbres, su experiencia y el principio activo conocido por los comuneros “hierba de remedio” Las mismas que pueden ser cultivadas en sus jardines o terrenos. Así mismo existen pobladores que si tienen una dosis o cantidad previamente ya establecida como es el 24% de la población quienes al utilizar de entre 1 a 5 hojas y ramas ya aseveran un efecto analgésico y antiinflamatorio.

Según Marinoff. A. manifiesta que si bien es cierto las plantas pueden tener muchas propiedades curativas pero si la dosis no es controlada puede ocasionar intoxicación que va a depender de la cantidad de dosis consumida pudiendo haber la posibilidad de una intoxicación crónica o aguda que en su mayoría afecta a los grupos vulnerables de salud que son los niños menores de 5 años debido a que su sistema inmunológico inmaduro (106).

Tabla 9: Frecuencia de administración diaria de plantas medicinales por los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico

<b>OPCIÓN</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
1 Vez Al Día	8	17%
2 Veces Al Día	6	13%
3 Veces Al Día	5	11%
Más De 3 Veces Al Día	27	59%
<b>TOTAL</b>	46	100%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

El 59% de las personas utilizan más de tres veces al día cualquier preparado o sustancia que contenga plantas con propiedades medicinales, ya sea para aliviar algún dolor o eliminar cualquier tipo de inflamación; o simplemente para consumirla como bebida para el momento del cansancio al momento de encontrarse en las labores del campo, ya que como manifiestan los pobladores de la comunidad, “estas no hacen daño al ser de origen natural, se las consume con toda tranquilidad”, en relación al porcentaje menor que representa un 20% utilizan de 1 a 3 veces al día, haciendo referencia a su consumo habitual, al inicio de su jornada o a la finalización de la misma o ya sea como bebida entre comidas o simplemente por calmar una sintomatología transitoria

Las plantas naturales han tomado más importancia en la actualidad. Desde hace siglos, las comunidades y pueblos ancestrales encontraron en la tierra sus "farmacias" naturales. En el Ecuador cada vez son más, las personas cosechan sus propios ejemplares, ya que sea para tratar enfermedades ,curar dolencias o simplemente por “llevar una vida sana” como manifiestan (107).

Tabla 10: Duración del Efecto de las plantas medicinales en los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico

<b>OPCIÓN</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
1 A 3 Horas	1	2%
4 A 6 Horas	1	2%
Entre 7 Y 12 Horas	1	2%
Definitivo	43	94%
<b>TOTAL</b>	46	100%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico  
Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

El 94% de la población manifiesto que al momento de consumir cualquier “remedio” logran calmar su sintomatología definitivamente, es decir alivia totalmente los síntomas padecidos creando un riesgo potencial y preocupante para la salud ¿Es verdad que la enfermedad se cura definitivamente? O quizás únicamente al ellos calmar los síntomas más comunes como el dolor y la inflamación están enmascarando algún tipo de enfermedad oculta ya sea aguda o crónica, pudiendo ocasionar complicaciones a corto o largo plazo, debido al desconocimiento de la forma de uso, el saber la cantidad exacta, el tiempo de cocción o infusión adecuado, la cantidad de agua que cada planta requiere (49).

Así mismo la minoría que es el 6 % atribuyen a que necesitan tomas consecutivas debido a que según la primera administración esperan el resultado, en el caso de que el resultado sea favorable finalizan con la dosis o consumen una dosis más por segunda y última ocasión pero en el caso de que el resultado sea diferente al esperado necesariamente incrementan la frecuencia y consumen más tomas para así alcanzar el efecto esperado o deseado que es calmar sus dolencias definitivamente.

Tabla 11: Efecto esperado con el uso de plantas medicinales en los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico

<b>OPCIÓN</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Alivia O Reduce El Dolor Y La Inflamación	15	33%
Quita Completamente El Dolor Y La Inflamación	31	67%
<b>TOTAL</b>	46	100%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

Dentro del 67% fue evidente que envase a la utilización de plantas con propiedades medicinales los habitantes obtienen un alivio ya definitivo es decir que quita completamente el dolor y la inflación totalmente o a su vez un 33% obtiene un alivio transitorio que reduce o ayuda paliar su cuadro sintomatológico obteniendo de una u otra manera una respuesta acertada y favorable para su salud según manifiestan, Vivir dentro de un mundo lleno de creencias en donde curar enfermedades de forma natural sin recurrir a los medicamentos, otorgan mejor salud, mas años de vida por no estar expuestos a los químicos, y en parte todos estos decires son acertados; en el caso de los antepasados, utilizaban la herbolaria para sanar enfermedades y prevenir otras tantas y así lograron perpetuar su existencia , Según Arias. B. el conocimiento y utilización de la medicina alternativa con platas medicinales se remonta a épocas milenarias y coloniales en donde la única forma farmacéutica o medio para tratar enfermedades era la farmacia natural la herbolaria que tenía en si un gran índice de credibilidad en cuanto se refiere a la medicinalidad (108).

Tabla 12: Efecto negativo de las plantas

<b>OPCIÓN</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Náuseas Y O Vómitos	0	0%
Acidez Estomacal	0	0%
Erupciones O Lesiones En La Piel	0	0%
Ninguno	46	100%
Otro	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

El 100% de la población manifiesto que no ha presentado ningún tipo de reacción adversa al consumo de preparados con plantas medicinales, se puede considerar que tal vez la forma de preparar es la adecuada o simplemente se perdieron las propiedades de las plantas al momento de una errónea preparación y únicamente se está consumiendo un complemento de un remedio por vía oral en este caso agua.

No obstante, no descartar que estas plantas no siempre van a ser las mismas tal vez hay la existencia de plantas que afecten negativamente al organismo como también será al contrario , plantas que tengan un efecto deseado y bueno a la salud de cualquier ser vivo, sin embargo hoy en día se ha dejado un lado que las plantas también si se combinan con otros alimentos o medicamentos pueden ser altamente peligrosas, y que pueden resultar en altas dosis hasta toxicas pero que seguramente, estas civilizaciones y conocimientos antiguos utilizaban esta forma de medicarse, con la precaución necesaria. Cosa que hoy en día podemos darnos cuenta que básicamente se ha perdido la precaución en la dosificación indicada al momento de auto medicarse con medicina ancestral (109).

Tabla 13: Uso de rituales con plantas medicinales por los habitantes de la Parroquia Quisapincha - Comunidad Pucara Chico

<b>OPCIÓN</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Si	16	35%
No	30	65%
<b>TOTAL</b>	46	100%

Fuente: Encuesta realizada en la Parroquia Quisapincha Comunidad Pucara Chico

Elaborado por: Pamela Pachucho

### **Análisis y discusión**

El 65% de la utilización de plantas con propiedades medicinales no lo acompañan con ningún tipo de ritual para la utilización de las mismas para conseguir un efecto analgésico-antiinflamatorio, claro que también hay personas que si lo hacen. Como es el caso del 35% que supo manifestar que utilizan las plantas no solo para aliviar algún dolor sino también para curar enfermedades mejor conocidas como ancestrales como son el espanto, el mal de ojo y el mal aire, las recaídas entre otras mediante la utilización de las conocidas limpias, para esto utilizan plantas como el eucalipto, la ruda, la amapola, el romero la santa maría entre otras, conociendo que estas enfermedades ancestrales producen también síntomas conocidos como la diarrea, vomito, cefalea, dolor corporal. Prueba de ello son testimonios de personas que dominan el tema como es el caso del Herbolario quien es la persona que conoce de las plantas medicinales, la partera quien se encarga de ayudar a las mujeres a dar a luz , el huesero el fregador quienes ayudan a curar lesiones , kuyphichak quien diagnostica y hace tratamiento por medio del cuy, riquk quien diagnostica leyendo la vela, hampiyachak quien es el sabio de la medicina y finalmente el taita yachak quien es el hombre más sabio de la comunidad. Pero todos estos mediadores de la medicina ancestral manifiestan que por medio de un ritual logran sanar el alma y espíritu de la persona que ayuda a que el enfermo acepte su enfermedad ya que así empieza el proceso de curación (110)

## Conclusiones

- Con la aplicación de la encuesta se determinó que la mayor parte de la población de la Parroquia de Quisapincha – Comunidad de Pucara Chico, es notorio el uso cotidiano de plantas con propiedades medicinales; un 70% de la población manifiesta que la mayor cantidad de plantas que utilizan son las que les otorgan propiedades con efecto analgésico, ya que se ha mantenido este conocimiento de generación en generación, el mismo que ha transcurrido con el pasar de los años y el uso del medio natural es muy común entre sus pobladores.
- Fue evidente que la planta medicinal más utilizada por los habitantes de la comunidad de Pucará Chico es la manzanilla, puesto que un 70% de los mismos la utilizan ya que a esta le atribuyen propiedades tanto analgésicas como antiinflamatorias, porque ayuda con el alivio de malestares estomacales e inflamaciones.
- La mayor parte de la población consume este tipo de plantas medicinales por vía oral siendo este un 85% de los habitantes utilizan la técnica de la infusión. Porque de esta manera aprovechan todos los beneficios que les brinda la planta; utilizan las hojas, las flores, las raíces, las cortezas, los frutos o las semillas de las plantas, que pueden ser aromáticas o no. En concreto con esta técnica se aprovechan todos los beneficios de las plantas para calmar algún dolor o simplemente para refrescarse.
- El principal efecto que tiene este tipo de plantas es que alivian en un 67% cualquier tipo de dolor o malestar del cuerpo, ya sean de tipo analgésico u antiinflamatorio.
- La mayoría de las personas no acostumbran a utilizar rituales para el consumo de las plantas medicinales, claro que un pequeño grupo manifestó que si lo hacen sobre todo para curar males mediante las conocidas limpias con ellas alivian el mal aire y el mal de ojo.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

### **Bibliografía**

Arias B, Galetto L, Colantonio S, Toledo A, Galetto L, Colantonio S. Uso de Plantas Medicinales y Alimenticias Según Características Socioculturales en Villa Los Aromos (Córdoba, Argentina). Vol. 33. 2007(108)

Alfonso Reto Rueda, Víctor Carvajal Hurtado, Rebeca Veloz de Reto, Guía Moderna de la Medicina Natural. 4°. Perú: ASDIMOR; 2002. 4000 p (79)

Alfonso Reto Rueda. Guía Moderna de Medicina Natural. 2002.a ed. Vol. 1. Piura: ASDIMOR; 2017. 368 p. (23)

Alfonso Reto Rueda. Guía Moderna de Medicina Natural. 2002.<sup>a</sup> ed. Vol. 1. Piura: ASDIMOR; 2017. 368 p (28)

Bermúdez A. La investigación etnobotánica sobre plantas medicinales: una revisión de sus objetivos y enfoques actuales. Interciencia. Agosto de 2005;30(8):453-9 (36)

Borges AM, Ceolin T, Barbieri RL, Heck RM. La inserción de las plantas medicinales en la práctica de enfermería: UN creciente desafío. Enferm Glob. Febrero de 2010;(18):0-0 (43)

Forero E. La taxonomía, el herbario y la investigación etnobotánica: conferencia magistral. Bogotá: Editorial Gente Nueva; 1987. 251 p (8)

Felipe Duran Ramirez. Plantas aromáticas y medicinales. Primera edición. Vol. 1. Grupo Latinos; 2009. 159 p (33)

Hogares Juveniles. El Milagro de las Plantas. 1ra Edición. Vol. 1. Bogotá, Colombia: LEXUS; 2010. 232 p (27)

H.Ramírez; La huerta orgánica y plantas medicinales; ediciones enlace cultural ltda; año 2004; primera edición; Colombia (78)

Manuel Lezaeta. La medicina natural al alcance de todos. Cuarta. Barcelona: CEDEL; 2002(25)

P.chiereghim; Farmacia verde; manual práctico de herboristería; amv ediciones; primera edición; Año 2000; Madrid (82)

### **Linkografía**

Armado Revista de Salud # 6 [Internet]. [Citado 7 de enero de 2018]. Disponible en: [http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:eLwWb6pSa58J:www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/riis/v10n23/v10n23\\_a08.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b\(103\)](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:eLwWb6pSa58J:www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/riis/v10n23/v10n23_a08.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b(103)

Analgésicas [Internet]. Plantas Para Curar - Propiedades y usos de las plantas medicinales. [Citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [http://www.plantasparacurar.com/categoria/plantasmedicinales/propiedades/analgesicas/\(69\)](http://www.plantasparacurar.com/categoria/plantasmedicinales/propiedades/analgesicas/(69)

Arguello L. Plantas Medicinales: Las astringentes [Internet]. Plantas Medicinales. 2016 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://wwwhierbasyplantasmedicinales.blogspot.com/2016/10/las-astringentes.html> (47)

Balarezo T, Elizabeth B. Evaluación de la Ortiga (*Urtica urens*) para el control de los piojos en cuyes mestizos en dosis de 15 g/lt y 25 g/lt en la provincia de Cotopaxi, Cantón Salcedo, Barrio San Marcos. 2015 [citado 12 de diciembre de 2017]; Disponible en: [http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/2855\(104\)](http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/2855(104)

Benavides A.M. Descubriendo las plantas medicinales: Plantas y sus Propiedades [Internet]. Descubriendo las plantas medicinales. 2015 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://descubriendolalasplantasmedicinales.blogspot.com/2015/10/plantas-y-sus-propiedades.html>(83)

Buena Vida. 10 antiinflamatorios naturales para tratar el dolor articular [Internet]. 2015. Disponible en: [https://www.clarin.com/salud/antiinflamatorios-naturales-tratar-dolor-articular\\_0\\_HJExPmgYDXe.html](https://www.clarin.com/salud/antiinflamatorios-naturales-tratar-dolor-articular_0_HJExPmgYDXe.html)(74)

Caba Q, Giovanna G. “El uso de hierbas medicinales en el embarazo y su relación con las creencias acerca de los efectos en el parto, en mujeres gestantes que acuden al centro de salud materno infantil n°. 2 de Ambato periodo julio 2014-enero 2015”. 1 de marzo de 2015 [citado 6 de octubre de 2017]; Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/9480> (11)

Ceolin T, Heck RM, Barbieri RL, Schwartz E, Muniz R.M, Pillon C.N. Plantas medicinais: transmissão do conhecimento nas famílias de agricultores de base ecológica no Sul do RS. Rev Esc Enferm USP. Marzo de 2011;45(1):47-54 (100)

Clarinda. Propiedades, Precauciones y Efectos Secundarios de las Plantas Medicinales [Internet]. No solo Dieta. 2011 [citado 4 de diciembre de 2017]. Disponible en: <https://www.nosolodieta.com/propiedades-precauciones-efectos-secundarios-plantas-medicinales/>(109)

Coleretico - Farmacognosia. Plantas medicinales [Internet]. [Citado 27 de febrero de 2018]. Disponible en: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:X5vcDue4hf8J:https://www.plantas-medicinal-farmacognosia.com/productos-naturales/accion-farmacologica-de-las-plantas-medicinales/coleretico/+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b> (66)

Consejos para mejorar la digestión y plantas medicinales digestivas [ECOagricultor[Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://www.ecoagricultor.com/plantas-medicinales-digestivas/\(56\)](https://www.ecoagricultor.com/plantas-medicinales-digestivas/(56))

Cuenca P por J. Plantas Medicinales Del Ecuador [Internet]. [Citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [http://plantasmedicinalesecuador.blogspot.com/2013/02/plantas-medicinales-y-su-poder-curativo.html\(94\)](http://plantasmedicinalesecuador.blogspot.com/2013/02/plantas-medicinales-y-su-poder-curativo.html(94))

Cuenca P por J. Plantas Medicinales Del Ecuador [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [http://plantasmedicinalesecuador.blogspot.com/2013/02/plantas-medicinales-y-su-poder-curativo.html\(95\)](http://plantasmedicinalesecuador.blogspot.com/2013/02/plantas-medicinales-y-su-poder-curativo.html(95))

Editorial CEP. Manual plantas medicinales: formación para el empleo [Internet]. Madrid, SPAIN: Editorial CEP, S.L.; 2010 [citado 21 de febrero de 2018]. Disponible en: [http://ebookcentral.proquest.com/lib/utasp/detail.action?docID=3207194\(92\)](http://ebookcentral.proquest.com/lib/utasp/detail.action?docID=3207194(92))

Efectos secundarios de las plantas medicinales [Internet]. Medio Ambiente. 2014 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [https://www.medioambiente.net/efectos-secundarios-de-las-plantas-medicinales/\(91\)](https://www.medioambiente.net/efectos-secundarios-de-las-plantas-medicinales/(91))

Fitoterapia - Principios activos y formas de aplicación [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://www.saludterapia.com/glosario/d/33-fitoterapia.html\(24\)](https://www.saludterapia.com/glosario/d/33-fitoterapia.html(24))

Fitoterapia - Principios activos y formas de aplicación [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [/glosario/d/33-fitoterapia.html\(26\)](/glosario/d/33-fitoterapia.html(26))

Forma de Preparar las Plantas Medicinales [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://www.santayerba.com/plantasmedicinales/prepracionalp.html>(85)

França ISX de, Souza JA de, Baptista RS, Britto VR de S. Medicina popular: benefícios e malefícios das plantas medicinais. Rev Bras Enferm. abril de 2008;61(2):201-8 (39)

Fuentes T. La fitoterapia, terapia con plantas medicinales [Internet]. Ecoherbes. 2016 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: <https://www.ecoherbes.com/es/la-fitoterapia-terapia-con-plantas-medicinales/>(42)

Gaitan\_Vassia\_TF\_Final.pdf [Internet]. [citado 18 de octubre de 2017]. Disponible en: [http://pa.bibdigital.uccor.edu.ar/666/1/Gaitan\\_Vassia\\_TF\\_Final.pdf](http://pa.bibdigital.uccor.edu.ar/666/1/Gaitan_Vassia_TF_Final.pdf) (20)

Gómez Álvarez R. Plantas medicinales en una aldea del estado de Tabasco, México. Rev Fitotec Mex. Marzo de 2012;35(1):43-9 (10)

Goraymi. El bosque es la botica del tsáchila. 2015; Disponible en: <https://www.goraymi.com/item/el-bosque-es-la-botica-del-tsachila-14845a9e16>(99)

Guaman M, Elizabeth J. Contribución al estudio de plantas tóxicas del ecuador que provocan efectos adversos en la salud humana. 2017 [citado 6 de octubre de 2017]; Disponible en: <http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/10793>(12)

Gutierrez Z. Plantas medicinales: preparación [internet]. Plantas medicinales. 2013 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://lasplantasyuspies.blogspot.com/2013/05/preparacion.html>(84)

Heisler EV, Badke MR, Andrade A, Rodrigues M da GS. Saber popular sobre a utilização da planta Anredera cordifolia (folha gorda). Texto Amp Contexto - Enferm. diciembre de 2012;21(4):937-44 (96)

Hierbas relajantes [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://remedios.innatia.com/c-remedios-sintomas-estres/a-plantas-relajantes.html>(59)

Infusiones Laxantes para curar estreñimiento (plantas medicinales laxantes) [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <https://www.plantas-medicinales.es/infusiones-para-curar-estrenimiento-plantas-laxantes/>(54)

Inmunoestimulantes en teleosteos: Probióticos,  $\beta$ -glucanos y LPS [Internet]. [citado 27 de febrero de 2018]. Disponible en: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:iwIiTyGhmUEJ:www.scielo.org.co/pdf/rori/v16n1/v16n1a06.pdf+&cd=9&hl=es&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b> (62)

Introducción al Uso de las Plantas Occidentales en Medicina China [Internet]. [citado 18 de octubre de 2017]. Disponible en: <http://www.esencialnatura.com/introduccion-al-uso-de-las-plantas-occidentales-en-medicina-china/>(4)

José Antonio Vivanco. Plan de desarrollo y ordenamiento territorial Quisapincha 2015 [Internet]. Quisapincha; 2015. Disponible en: [http://app.sni.gob.ec/sni-link/sni/portal\\_sni/data\\_sigad\\_plus/sigadplusdocumentofinal/1865015190001\\_quisapincha%20plan%20de%20desarrollo%20y%20ordenamiento%20territorial%202015\\_30-10-2015\\_09-16-36.pdf](http://app.sni.gob.ec/sni-link/sni/portal_sni/data_sigad_plus/sigadplusdocumentofinal/1865015190001_quisapincha%20plan%20de%20desarrollo%20y%20ordenamiento%20territorial%202015_30-10-2015_09-16-36.pdf)(15)

Juan Esteban Jorge. Plantas antiinflamatorias para desinflamar de forma natural [Internet]. 2017. Disponible en: <http://remedios.innatia.com/c-plantas-antiinflamatorias/a-plantas-antiinflamatorias.html>(74)

Juan Pacha. Lista de plantas medicinales del Ecuador [Internet]. Lista de plantas medicinales del Ecuador. 2017. Disponible en: <http://www.forosecuador.ec/forum/aficiones/salud/117954-lista-de-plantas-medicinales-del-ecuador-y-para-que-sirven>(107)

Junior S, Francisco W. Traditional knowledge for promotion of socioeconomic inclusion of local communities. Rev Saúde Pública. Junio de 2012;46(3):583-6 (30)

Junior S, Francisco W. Traditional knowledge for promotion of socioeconomic inclusion of local communities. Rev Saúde Pública. junio de 2012;46(3):583-6 (68)

Lima ÂRA, Heck RM, Vasconcelos MKP, Barbieri RL. Actions of women farmers in family care: use of medicinal plants in Southern Brazil. Texto Amp Contexto - Enferm. junio de 2014;23(2):365-72. (34)

Lima CAB de, Lima ÂRA, Mendonça CV, Lopes CV, Heck RM. O uso das plantas medicinais e o papel da fé no cuidado familiar. Rev Gaúcha Enferm [Internet]. 2016 [citado 10 de enero de 2018];37(spe). Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1983-14472016000500414&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1983-14472016000500414&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)(101)

Lima SC da S, Arruda GO de, Renovato RD, Alvarenga MRM. Representations and uses of medicinal plants in elderly men. Rev Lat Am Enfermagem. Agosto de 2012;20(4):778-86(72)

Lista de plantas medicinales de las Repúblicas Oriental y Argentina - Wikisource [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://es.wikisource.org/wiki/Lista\\_de\\_plantas\\_medicinales\\_de\\_las\\_Rep%C3%BAlicas\\_Oriental\\_y\\_Argentina](https://es.wikisource.org/wiki/Lista_de_plantas_medicinales_de_las_Rep%C3%BAlicas_Oriental_y_Argentina)(89)

López T. Formas de administración más habitual de plantas medicinales. Febrero 2002 [Internet]. 21(36). Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-formas-administracion-mas-habituales-plantas-13026490> (40).

Luengo L, Tránsito M. El insomnio. Plantas medicinales con efecto sedante. Offarm. :144-50. (45)

Luengo L, Tránsito M. El insomnio. Plantas medicinales con efecto sedante. Offarm. :144-50 (51)

Luengo L, Tránsito M. Plantas medicinales antiinflamatorias utilizadas en el tratamiento del reumatismo. Offarm. :118-22 (53)

Luengo L, Tránsito M. Problemas digestivos comunes. Alivio fitoterapéutico. Offarm. :82-5. (64)

Manual\_MAIS-MSP12.12.12.pdf [Internet]. [citado 10 de octubre de 2017]. Disponible en: [http://instituciones.msp.gob.ec/somossalud/images/documentos/guia/Manual\\_MAIS-MSP12.12.12.pdf](http://instituciones.msp.gob.ec/somossalud/images/documentos/guia/Manual_MAIS-MSP12.12.12.pdf) (14)

Marcela Antonacci, Share on facebook Share on twitter Share on pinterest, Canela la dulce especia de Oriente 3. Plantas analgesicas para aliviar el dolor [Internet]. Salud. 2017. Disponible en: [https://www.vix.com/es/imj/salud/155389/al-fin-8-plantas-analgesicas-para-aliviar-el-dolor\(77\)](https://www.vix.com/es/imj/salud/155389/al-fin-8-plantas-analgesicas-para-aliviar-el-dolor(77))

Marinoff MA, Martínez JL, Urbina MA. Precauciones en el empleo de plantas medicinales. Bol Latinoam Caribe Plantas Med Aromáticas [Internet]. 2009 [citado 11 de diciembre de 2017];8(3). Disponible en: [http://www.redalyc.org/resumen.oa?id=85611774014\(106\)](http://www.redalyc.org/resumen.oa?id=85611774014(106))

Martín-Aragón S, Benedí J. Farmacoterapia mucolítico-expectorante. Farm Prof. :44-9(50)

Meigallo. Botica: Cómo se utilizan las Plantas Medicinales [Internet]. Botica. 2010 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [http://meigallobotica.blogspot.com/2010/11/como-se-utilizan-las-plantas.html\(88\)](http://meigallobotica.blogspot.com/2010/11/como-se-utilizan-las-plantas.html(88))

Meigallo. Botica: Cómo se utilizan las Plantas Medicinales [Internet]. Botica. 2010 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://meigallobotica.blogspot.com/2010/11/como-se-utilizan-las-plantas.html>(81)

MerlinMendozaMuñoz.pdf [Internet]. [citado 18 de octubre de 2017]. Disponible en: <http://dspace.uclv.edu.cu/bitstream/handle/123456789/7726/MerlinMendozaMu%c3%b1oz.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (22)

Modo de preparar los remedios naturales - plantas - remedios - naturales - beneficios - propiedades - medicinales - cura - alivian - sanan [internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://www.chispaisas.info/preparar-remedios.html>(80)

Normas para Medicamentos Naturales, Tradicionales y Homeopáticos - Bolivia [Internet]. [citado 10 de octubre de 2017]. Disponible en: [http://apps.who.int/medicinedocs/es/m/abstract/Js18840es/\(13\)](http://apps.who.int/medicinedocs/es/m/abstract/Js18840es/(13))

Olga Brigette Vargas Arteaga. Elaboración de un plan de revitalización cultural en la parroquia san José de Payamino del cantón Loreto, provincia de Orellana. Riobamba; 2016 (98)

One M. Tomillo en mi jardín: Breve Historia De Las Plantas Medicinales [Internet]. Tomillo en mi jardín. 2013 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [https://tomilloenmijardin.blogspot.com/2013/06/breve-historia-de-las-plantas\\_17.html](https://tomilloenmijardin.blogspot.com/2013/06/breve-historia-de-las-plantas_17.html) (38)

One M. Tomillo en mi jardín: breve historia de las plantas medicinales [Internet]. Tomillo en mi jardín. 2013 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [https://tomilloenmijardin.blogspot.com/2013/06/breve-historia-de-las-plantas\\_17.html](https://tomilloenmijardin.blogspot.com/2013/06/breve-historia-de-las-plantas_17.html) Trillo C, Audisio C. Home garden medicine plants of inhabitants of different cultural traditions in chaco forests of Córdoba, Argentina. Boletín Latinoamericano Caribe Plantas Med Aromat. 2018;17(2):104-19 (32)

Palma V, Patricia A, Martínez C, Xavier E. Aprovechamiento sostenible de plantas medicinales en la implementación de una farmacia natural en la comunidad Balsa en medio del cantón Bolívar. septiembre de 2013 [citado 10 de enero de 2018]; Disponible en: [http://repositorio.esпам.edu.ec/handle/42000/168\(16\)](http://repositorio.esпам.edu.ec/handle/42000/168(16))

Plantas analgesicas :: Hierbas medicinales analgesicas | Naturalalternativa [Internet]. 2012 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [http://www.naturalalternativa.net/plantas-y-hierbas-analgesicas/\(76\)](http://www.naturalalternativa.net/plantas-y-hierbas-analgesicas/(76))

Plantas antisépticas [Internet]. SaludBio. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [http://saludbio.com/plantasnaturales/plantas-antis%C3%A9pticas\(71\)](http://saludbio.com/plantasnaturales/plantas-antis%C3%A9pticas(71))

Plantas medicinales - Antiácidos, antiflatulentos, antiulcerosos [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://www.asturnatura.com/plantas-medicinales/antiacidos-antiflatulentos-antiulcerosos.html\(61\)](https://www.asturnatura.com/plantas-medicinales/antiacidos-antiflatulentos-antiulcerosos.html(61))

Plantas Medicinales Antiasmáticas [Internet]. Diferentes Tipos de Plantas Medicinales. 2016 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://diferentestiposdeplantas.wordpress.com/otras-plantas-medicinales/plantas-medicinales-antiasmaticas/\(58\)](https://diferentestiposdeplantas.wordpress.com/otras-plantas-medicinales/plantas-medicinales-antiasmaticas/(58))

Plantas medicinales antihelmínticas para el control de gusanos parásitos internos del ganado, perros y gatos [internet]. [Citado 2 de enero de 2018]. disponible en: [http://parasitipedia.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=384&Itemid=462\(65\)](http://parasitipedia.net/index.php?option=com_content&view=article&id=384&Itemid=462(65))

Plantas medicinales antiinflamatorias, Plantas para reducir la inflamación [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [http://www.plantasmedicinales10.com/categoria/antiinflamatorias.html\(73\)](http://www.plantasmedicinales10.com/categoria/antiinflamatorias.html(73))

Plantas medicinales galactógenas [Internet]. Las Plantas Medicinales. 2017 [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://lasplantasmedicinales.org/galactogenas/\(70\)](https://lasplantasmedicinales.org/galactogenas/(70))

Plantas medicinales y antibióticos naturales [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <https://www.fisioterapia-online.com/infografias/plantas-medicinales-y-antibioticos-naturales> (55)

Plantas medicinales, beneficios y propiedades [Internet]. Natursan. 2010 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [https://www.natursan.net/plantas-medicinales-beneficios-y-propiedades/\(41\)](https://www.natursan.net/plantas-medicinales-beneficios-y-propiedades/(41))

Plantas medicinales: su mal uso puede acarrear efectos adversos » Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [http://www.mspbs.gov.py/plantas-medicinales-su-mal-uso-puede-acarrear-efectos-adversos/\(90\)](http://www.mspbs.gov.py/plantas-medicinales-su-mal-uso-puede-acarrear-efectos-adversos/(90))

Plantas Medicinales - Remedios Caseros y Naturales Uso y Modo de Prepararlos [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: [https://es.scribd.com/document/179586430/Plantas-Medicinales-Remedios-Caseros-y-Naturales-Us-y-Modo-de-Prepararlos\(86\)](https://es.scribd.com/document/179586430/Plantas-Medicinales-Remedios-Caseros-y-Naturales-Us-y-Modo-de-Prepararlos(86))

Plantas para la hipertensión [Internet]. SaludBio. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://saludbio.com/plantasnaturales/plantas-hipotensoras> (63)

Plantas sudoríficas [Internet]. SaludBio. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://saludbio.com/articulo/plantas-medicinales-sudorificas-diaforeticas> (48)

Poderosas Plantas Medicinales Para La Diabetes | Libre De Diabetes Opiniones [Internet]. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <http://libredediabetesopiniones.com/plantas-medicinales-para-la-diabetes-2.html> (49)

Preparados Con Plantas Medicinales\* [Internet]. 2014 [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en:

[https://abcdeladestruccion.wordpress.com/2014/06/12/preparados-con-plantas-medicinales/\(105\)](https://abcdeladestruccion.wordpress.com/2014/06/12/preparados-con-plantas-medicinales/(105))

Propiedades | ABC de las Plantas Medicinales [Internet]. [Citado 12 de diciembre de 2017]. Disponible en: <http://abcplantasmedicinales.com/soluciones/propiedades/> (44).

Rezende HA de, Cocco MIM. A utilização de fitoterapia no cotidiano de uma população rural. Rev Esc Enferm USP. septiembre de 2002;36(3):282-8 (29)

Ríos JC, París E, Repetto G. Intoxicaciones por plantas medicinales [Internet]. Madrid, SPAIN: Ediciones Díaz de Santos; 2012 [citado 21 de febrero de 2018]. Disponible en:

[http://ebookcentral.proquest.com/lib/utasp/detail.action?docID=3201720\(93\)](http://ebookcentral.proquest.com/lib/utasp/detail.action?docID=3201720(93))

Rituales y plantas en la medicina popular vasca. IN: Rituales y plantas en la medicina popular vasca - 36001064.pdf [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: [http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/jgl/36001064.pdf\(97\)](http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/jgl/36001064.pdf(97))

Riverón-Giró F, Hernández Montero Y, García González A, Escalona R. La colección de plantas medicinales del Jardín Botánico de Holguín, Cuba: su importancia social y científica. Rev Jardín Botánico Nac. 1 de septiembre de 2015; 36:219-22(7)

Riverón-Giró F, Hernández Montero Y, García González A, Escalona R. La colección de plantas medicinales del Jardín Botánico de Holguín, Cuba: su importancia social y científica. Rev Jardín Botánico Nac. 1 de septiembre de 2015; 36:219-22 (37)

Rodríguez L de las M. De enfermedades y remedios: la transmisión oral del uso doméstico de plantas con fines medicinales en Campeche, México. Apuntes. 2012;

25(40):62-71. [Internet]. Disponible en <https://search.proquest.com/docview/1152149658/citation/258EAD22F03D485FPQ/12> (57).

Rosales-Muñoz CG, Fregozo CS, Vega MIP, Cruz LYC, Ruiz LH, Beltrán M de la LM. Efecto hepatoprotector de una mezcla de siete plantas en cirrosis inducida con tetracloruro de carbono. Rev Cuba Plantas Med [Internet]. 13 de diciembre de 2016 [citado 27 de febrero de 2018];22(1). Disponible en: <http://www.revplantasmedicinales.sld.cu/index.php/pla/article/view/530> (52)

S.L B. Plantas medicinales para el corazón [Internet]. <https://www.botanical-online.com/plantas-para-corazon.htm>. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <https://www.botanical-online.com/plantas-para-corazon.html>(67)

S.L B. Vulnerario [Internet]. <https://www.botanical-online.com/vulnerario.htm>. [citado 2 de enero de 2018]. Disponible en: <https://www.botanical-online.com/vulnerario.html> (60)

Salcedo Ortiz L, Almanza Vega GR. Uso de Baccharis latifolia (Chilca) en La Paz, Bolivia. BIOFARBO. /;59 (6)

Situación de la educación en el ecuador [Internet]. [citado 4 de diciembre de 2017]. Disponible en: <http://www.eumed.net/cursecon/ecolat/ec/2016/gvd.html>(102)

Sotelo MGR, Elizabeth Govea Cortés. Desarrollo de una forma farmacéutica semisólida de Ibervillea Sonorae con actividad anti-inflamatoria [Internet]. México; 2015. Disponible en: [http://congresos.cio.mx/memorias\\_congreso\\_mujer/archivos/extensos/sesion5/S5-MCS29.pdf](http://congresos.cio.mx/memorias_congreso_mujer/archivos/extensos/sesion5/S5-MCS29.pdf) (19)

Telégrafo E. Medicina ancestral, una sabiduría que surge de la naturaleza [Internet]. El Telégrafo. 2015 [citado 11 de diciembre de 2017]. Disponible en: [http://tinyurl.com/nos9cw5\(110\)](http://tinyurl.com/nos9cw5(110))

Tipos de plantas medicinales según su efecto en nuestro cuerpo | ECOagricultor [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2017]. Disponible en: <https://www.ecoagricultor.com/plantas-medicinales-tipos/> (46)

Trujillo W, Gonzalez Betancourt VH. Plantas Medicinales Utilizadas Por Tres Comunidades Indígenas En El Noroccidente De La Amazonia (colombia). Mundo Amaz Bogota. 2011;2:283-306 (31)

Unach-ec-rev-eu-espejo-2017-0002.pdf [internet]. [Citado 18 de octubre de 2017]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4007/1/unach-ec-rev-eu-espejo-2017-0002.pdf> (18)

Universidad técnica de Ambato [internet]. [Citado 22 de febrero de 2018]. Disponible en:<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:NbIFmLny4qIJ:repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/3382/1/P136%2520Ref.3107.pdf+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b-ab> (17)

Uso de las plantas medicinales como estrategia pedagogica para el fortalecimiento de la medicina ancestral senu en la comunidad [Internet]. [citado 10 de enero de 2018]. Disponible en: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:8-pl375hP8wJ:ayura.udea.edu.co:8080/jspui/bitstream/123456789/115/1/EB0303.pdf+&cd=3&hl=es&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b> (35)

Uso De Las Plantas Medicinales En La Comunidad Del Cantón Yacuamb | 123dok [Internet]. [citado 16 de noviembre de 2017]. Disponible en: <http://text-mx.123dok.com/document/wq2v2jy1-uso-de-las-plantas-medicinales-en-la-comunidad-del-canton-yacuambi-durante-el-periodo-julio-diciembre-2011.html>(87)

Uso de plantas medicinales - EcuRed [Internet]. [citado 2 de enero de 2018].  
Disponibile en: [https://www.ecured.cu/Uso\\_de\\_plantas\\_medicinales\(2\)](https://www.ecured.cu/Uso_de_plantas_medicinales(2))

Uso tradicional de plantas medicinales por el adulto mayor en la comunidad serrana de Corralillo Arriba. Guisa, Granma [Internet]. [citado 7 de enero de 2018].  
Disponibile en:  
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:kHDXV0f90J:www.medigraphic.com/pdfs/revcubplamed/cpm-2015/cpm154g.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=ec&client=firefox-b> (21)

### **Citas bibliográficas base de datos Universidad Técnica de Ambato**

Scopus: Ceolin T, Heck RM, Barbieri RL, Schwartz E, Muniz RM, Pillon CN. Plantas medicinales: transmissão do conhecimento nas famílias de agricultores de base ecológica no Sul do RS. Rev Esc Enferm USP. Marzo de 2011; 45(1):47-54 (92)

ProQuest: Fonnegra-Gómez R, Villa-Londoño J. Plantas Medicinales Usadas En Algunas Veredas De Municipios Del Altiplano Del Oriente Antioqueño, Colombia/Medicinal Plants Used in Some Townships of Municipalities in the High Plains of Eastern Antioquia, Colombia. Actual Biológicas Medellín. 2011;33(95):219-50 (25)

ProQuest: Lima CAB de, Lima ÂRA, Mendonça CV, Lopes CV, Heck RM. O uso das plantas medicinales e o papel da fé no cuidado familiar. Rev Gaúcha Enferm [Internet]. 2016 [citado 10 de enero de 2018]; 37(spe). Disponibile en:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1983-14472016000500414&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1983-14472016000500414&lng=en&nrm=iso&tlng=pt) (93)

ProQuest: Trujillo W, Gonzalez Betancourt VH. Plantas Medicinales Utilizadas Por Tres Comunidades Indígenas En El Noroccidente De La Amazonia (colombia). Mundo Amaz Bogota. 2011;2:283-306 (31)

Scopus: Trillo C, Audisio C. Home garden medicine plants of inhabitants of different cultural traditions in chaco forests of Córdoba, Argentina. Boletin Latinoam Caribe Plantas Med Aromat. 2018;17(2):104-19 (33)

## ANEXOS

### ANEXO 1. Instrumento de recolección de información



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**



#### INSTRUMENTO:

Estimado Sr (a) mi nombre es Ana Pamela Pachucho Flores el propósito de este documento tiene la finalidad de recolectar información que nos interesa mucho con relación a las plantas medicinales, su opinión es de gran importancia; por lo que agradezco que cada pregunta sea respondida con la mayor sinceridad posible. Si tiene alguna inquietud no dude en preguntar.

#### SEXO:

Masculino

Femenino

#### ESTADO CIVIL:

Soltero (a)

Unión libre

Casado (a)

Divorciado

EDAD:

**NIVEL DE INSTRUCCIÓN:**

Primaria

Secundaria

Superior

Ítem	
1	<p><b>¿Qué tipo de plantas medicinales utiliza usted para el dolor y la inflamación?</b></p> <p>DOLOR _____</p> <p>INFLAMACIÓN _____</p>
2	<p><b>¿Cómo utiliza usted las plantas medicinales para el dolor o la inflamación?</b></p> <p>En infusión ____</p> <p>Maceradas ____</p> <p>En baños ____</p> <p>Masticadas ____</p> <p>En limpias ____</p> <p>Otras, especifique _____</p>
3	<p><b>¿Qué cantidad de plantas utiliza?</b></p> <p>Entre 1 y 5 hojas _____</p> <p>Entre 6 y 10 hojas ____</p>

	<p>Una o más ramas _____</p> <p>Al azar _____</p>
<b>4</b>	<p><b>¿Con qué frecuencia las administra?</b></p> <p>1 vez al día _____</p> <p>2 veces al día _____</p> <p>3 veces al día _____</p> <p>Más de 3 veces al día _____</p>
<b>5</b>	<p><b>¿Cuánto dura el efecto de las plantas?</b></p> <p>1 a 3 horas _____</p> <p>4 a 6 horas _____</p> <p>Entre 7 y 12 horas _____</p> <p>Definitivo _____</p>
<b>6</b>	<p><b>¿Cuál es el efecto que usted busca con la utilización de las plantas?</b></p> <p>Alivia o reduce el dolor y la inflamación _____</p> <p>Quita completamente el dolor y la inflamación _____</p>
<b>7</b>	<p><b>¿Ha tenido algún efecto negativo al usar las plantas?</b></p>

	<p>Náuseas y o Vómitos____</p> <p>Acidez estomacal____</p> <p>Erupciones o lesiones en la piel____</p> <p>Ninguno____</p> <p>Otro, especifique_____</p>
<p><b>8</b></p>	<p><b>¿Acompaña el uso de plantas medicinales con algún ritual? Describa por favor.</b></p> <p>SI_____</p> <p>NO _____</p> <p>¿CUÁL?_____</p>