

PROPUESTA



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL
NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**GUÍA PLANTAS MEDICINALES UTILIZADAS EN
EL PARTO TRADICIONAL**



AUTORA: Ruiz Cazar Silvana Elizabeth

Ibarra – 2018



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
JUSTIFICACIÓN	3
Plantas medicinales más utilizadas	4
Culantro.....	4
Llantén.....	5
Chilca	6
Manzanilla	6
Cedrón.....	7
Cholan	7
PREPARACIÓN	8
Infusión llantén como antiinflamatorio	9
Infusión chilca para el frío	9
Infusión manzanilla antiinflamatoria	10
Infusión cedrón para eliminar gases	10
Infusión cholán para acelerar el parto	11
RECOMENDACIONES	11
BIBLIOGRAFÍA.....	12

INTRODUCCIÓN

La guía que a continuación se da a conocer está basada en los resultados de la investigación de campo realizada en la tesis titulada Plantas medicinales utilizadas en el parto tradicional en la parroquia González Suárez, Cantón Otavalo 2018.

Contiene información de las diferentes plantas utilizadas en las diferentes etapas del parto tradicional antes durante y después del mismo con el fin de dar a conocer la manera correcta de su utilización para mayor eficacia.

JUSTIFICACIÓN

En la actualidad la medicina química proviene de plantas y especies medicinales naturales las cuales han sido usadas por nuestros ancestros desde la antigüedad.

La pérdida del conocimiento ancestral que es un problema que por falta de trasmisión de conocimientos justifica este tipo de estudios que la finalidad principal es transmitir los conocimientos adquiridos por los miembros de mayor edad de la comunidad hacia los investigadores con el fin de ser plasmados en esta guía y así se pueda continuar con el uso de las plantas, al mismo tiempo que constituye un documento de información para futuras investigaciones

Plantas medicinales más utilizadas

Culantro



El cilantro o coriandro (*Coriandrum sativum*) es, sin duda, una de las especias más utilizadas. Como tal especia y como planta medicinal se emplean los frutos disecados, y como condimento, las hojas frescas.

Su nombre genérico procede de la voz griega koros, que significa «chinche», por el olor penetrante, y para muchos repelente, que exhala la planta. La semilla es uno de los ingredientes del curry indio y se utiliza para aromatizar ensaladas, arroces, platos de pasta y sopas.

Las hojas son un ingrediente indispensable para la elaboración del famoso mojo verde canario, y en México lo incorporan al guacamole, con aguacate. En toda Latinoamérica, especialmente en Perú, sustituye al perejil como condimento y se usa para aromatizar sopas y guisos de carne, como en Egipto.

Tiene un sabor fuerte e intenso, que no a todo el mundo complace, y debe tomarse con moderación.

Desde el punto de vista botánico, el cilantro es una umbelífera, originaria de Asia Menor, y fue traído a Europa ya en época de los romanos. Es una planta robusta, con las hojas muy segmentadas, las flores blancas, reunidas en umbelas planas, y frutos globosos, que emanan un aroma intenso cuando se estrujan. Florece a partir de mayo y durante todo el verano.

Su componente activo es el aceite esencial, rico en linalol y coriandol, que contiene además trazas de geraniol, limoneno y alcanfor, entre otros principios. (41)

Llantén



El llantén (*Plantago* sp) es una planta perenne de hasta 30 cm de altura. En función de la forma y tamaño de sus hojas puede ser mayor, mediano o menor. Las flores, diminutas y de color verde pálido, se agrupan en estrechas espigas tubulares.

Las semillas están recubiertas por una sustancia que se vuelve pegajosa con la humedad, lo que facilita su adhesión a las patas de los animales para poder así diseminarse.

De él se aprovechan las hojas y especialmente las inflorescencias, que son muy ricas en mucílagos y sales minerales. Éstas además contienen algunos glucósidos. (42)

Chilca



La Chilca cuyo nombre científico es *Baccharis latifolia*, es una planta que goza de mucha fama como planta medicinal entre los pueblos de América, es conocida en Bolivia como “Chilkha” en quechua.

La Chilca es una planta silvestre arbustiva propia de lugares secos templados.

Mantiene el periodo vegetativo durante todo el año, con mayor floración en meses húmedos, noviembre a marzo, la fase de floración se presenta en periodos largos considerándose desde la aparición de los brotes florales hasta el inicio de formación de frutos, esta característica es propia de plantas con inflorescencias y con floración centripeta o centrifuga. Presenta flores en otoño, iniciándose la apertura de las flores desde febrero hasta mayo y a veces se prolonga hasta agosto, fructifica en mayo hasta agosto y a partir de este se nota la dispersión de aquenios (43)

Manzanilla



Manzanilla real (*Artemisia granatensis*). La manzanilla real es una pequeña planta herbácea con una prolongada raíz que se hincó en los pedregales de las cumbres, donde

pasa la mayor parte de su vida cubierta por los hielos. Es una hierba muy poblada de hojas cubiertas de un vello sedoso que le dan cierto tono plateado; estas hojas son pequeñas y poseen un largo rabillo. Las flores se reúnen en cabezuelas diminutas. La hierba despiden un suave aroma que recuerda vagamente al de la manzanilla común. (44)

Cedrón



CEDRON (*Aloysia citrodora*) Arbusto aromático nativo de Chile y se reconoce por ser un sedante estomacal, está recomendada para las personas que sufren de espasmos de origen nervioso. Además, por su efecto carminativo, se puede usar en caso de tener muchos gases.

Es un excelente sedante, para quienes sufren de insomnio es una infusión ideal. (45)

Cholan



Tecoma stans es una especie de planta de la familia de las bignoniáceas, nativa del continente americano. Se cultiva como planta ornamental por sus vistosas flores amarillas.

Es un arbusto o árbol pequeño, perenne, hermafrodita, de madera dura y hojas compuestas y opuestas, de borde serrado. El fruto es una cápsula alargada (7-21 cm) de color verde-marrón. La principal característica es la flor, una corola tubular-campanuda (3-5 cm) y color amarillo vivo.

Las ramas, y también el tronco, se desgarran longitudinalmente con mucha facilidad, provocando su caída. Esto lo hace un árbol poco seguro, especialmente para espacios donde juegan niños, o en lugares de estacionamiento para vehículos. Es común ver ramas secas colgando del árbol, y también ramas que se han desgarrado y siguen viviendo. En este último caso, la rama forma una ese poco marcada. (46)

PREPARACIÓN

Infusión cilantro para quitar el frío



Preparación

1. Se obtiene la planta de cilantro de la huerta o adquirirla
2. Se procede a lavar la planta con agua limpia
3. Colocamos el 1 litro de agua a hervir, cuando se encuentre en ebullición procedemos a colocar un puñado de cilantro picado hojas, tallo y fruto
4. Apagamos y dejamos reposar por 15 min
5. Se da a tomar a la madre en cantidades de vasos de 100 ml

Infusión llantén como antiinflamatorio



Preparación

1. Se obtiene la planta de llantén de la huerta o adquirirla
2. Se procede a lavar la planta con agua limpia
3. Colocamos el 1/2 litro de agua a hervir, cuando se encuentre en ebullición procedemos a colocar una cucharada de hojas secas por taza de agua.
4. Apagamos y dejamos reposar por 5 a 10 min
5. Se da a tomar a la madre en cantidades de vasos de 100 ml

Infusión chilca para el frio



Preparación

1. Se obtiene la planta de chilca hojas y flores.
2. Se procede a lavar la planta con agua limpia
3. Colocamos el 1 litro de agua a hervir, cuando se encuentre en ebullición procedemos a colocar una cucharada de hojas y flores secas por taza de agua.
4. También se puede usar ramas y corteza a proporción de 30 gr por litro de agua
5. Apagamos y dejamos reposar por 15 a 20 min
6. Se da a tomar a la madre en cantidades de vasos de 100 ml máximo tres veces al día.

Infusión manzanilla antiinflamatoria



Preparación

1. Se obtiene las flores de la planta.
2. Se procede a secar en ambiente fresco no al sol.
3. Colocamos el 1 litro de agua a hervir, cuando se encuentre en ebullición procedemos a colocar 2 cucharada de flores secas por litro de agua, tres cucharadas si son flores frescas.
4. Apagamos y dejamos reposar por 15 a 20 min
5. Se da a tomar a la madre en cantidades de vasos de 100 ml

Infusión cedrón para eliminar gases



Preparación

1. Se obtiene las hojas de la planta planta.
2. Se procede a secar en ambiente fresco no al sol.
3. Colocamos el 1 litro de agua a hervir, cuando se encuentre en ebullición procedemos a colocar 2 cucharada de hojas secas por litro de agua, tres cucharadas si son hojas frescas.
4. Apagamos y dejamos reposar por 15 a 20 min
5. Colamos y se da a tomar a la madre en cantidades de vasos de 150 ml

Infusión cholán para acelerar el parto



Preparación

1. Se obtiene las hojas y flores de la planta planta.
2. Colocamos el 1 litro de agua a hervir, cuando se encuentre en ebullición procedemos a colocar un puñado de hojas y flores
3. Apagamos y dejamos reposar por 20 a 30 min
4. Colamos y se da a tomar a la madre en cantidades de vasos de 100 ml máximo 2 veces.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda tener en cuenta el estado de la planta al momento de realizar la recolección, debido a que muy tierna no disminuye las propiedades curativas
- Siempre de debe proceder a lavar y desinfectar las plantas antes de ser utilizadas en infusiones.
- No excederse de la dosis recomendada para obtener resultados óptimos.
- En caso de resultados adversos suspender su consumo.

BIBLIOGRAFÍA

41. Cebrián. J. El Manantial de Salud. segunda ed. RBA , editor. Barcelona: España; 2016.
42. Ruano IS. PLANTAS MEDICINALES DEL CENTRO DE LA PROVINCIA DE VALENCIA. segunda ed. Incona , editor. Madrid: Incona; 1990.
43. VALENZUELA E. Investigaciones de Baccharis latifolia (Chilca). segunda ed. ALMANZA G, editor. La Paz: Universitaria San Andres; 2011.
44. Paxton DP. Medicina y Salud Guía Práctica. Segunda ed. lectores Cd, editor. Bogota: Circulo de lectores; 1995.
45. Elorza MI. PLANTAS MEDICINALES EN EL HUERTO. Segunda ed. ambientemunistgo , editor. SANTIAGO : Santiago Medio ambiente ; 2016.
46. Kermez JS. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO). tercera ed. Canabio , editor. Mexico: Canabio; 2012.
47. Néstor PC. Utilización de plantas medicinales durante el parto tradicional en la comunidad de Oyacachi, Napo 2016. Bitstream. 2016 Octubre; I(1).