

70
2ej-1

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO.
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

EFICACIA DEL USO DE LA FITOTECNIA CURATIVA QUE UTILIZAN
LAS PERSONAS PARA EL ALIVIO DE SIGNOS Y SINTOMAS DE
ENFERMEDADES RESPIRATORIAS Y GASTROINTESTINALES
QUE AQUEJAN A LA POBLACION DE LAS COMUNIDADES
DEL MODULO PALENQUE II (CINCO DE MAYO,
CUAHUTEMOC QUEMADO Y SAN JUAN
CHANCALAITO).

T E S I S

PARA OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIADA EN ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

QUE PRESENTA:

GABRIELA OROZCO GUERRERO



ASESIRADO POR: LIC. IRMA VALVERDE MOLINA.

Escuela Nacional de
Enfermería y Obstetricia
Coordinación de
Servicio Social

MEXICO D.F.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

2672/13
C/2192



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

I N D I C E .

	Página.
Portada.....	1
Agradecimiento.....	2
Introducción.....	3
Justificación.....	5
Objetivos.....	6
Organización.....	7
Metodología.....	8
1.- MARCO TEORICO	
1.1. Medicina Tradicional.....	10
1.2. Hierbas y Plantas medicinales en México.....	13
1.3. Las Propiedades de las plantas.....	16
1.4. Los Componentes de las plantas y su acción.....	18
1.4.1. Principios Activos.....	19
1.5. Modo de preparar las plantas medicinales.....	26
1.6. Modo de coleccionar las plantas medicinales.....	29
1.7. Datos generales del estado de Chiapas.....	34
1.7.1. Datos generales del municipio de Palenque, Chiapas.....	35
1.7.2. Comunidades que integran el módulo de Palenque II.....	43
1.8. Enfermedades mas frecuentes en el módulo Palenque II.....	45
1.8.1. Diarreas.....	45
1.8.1.1. Medidas higiénicas.....	46
1.8.1.2. Sintomatología.....	47
1.8.1.3. Tratamiento.....	48

	Página.
1.9. Infecciones Respiratorias Agudas.....	48
1.9.1. Identificación de los casos.....	48
1.9.2. Tratamiento.....	49
1.10. Plantas que se utilizan en las enfermedades respiratorias y gastrointestinales en el módulo Palenque II.....	53
1.10.1 Ajenjo.....	53
1.10.2. Albahacar.....	54
1.10.3. Banana.....	55
1.10.4. Canela o canelero.....	56
1.10.4. Eucalipto.....	57
1.10.5. Equiseto.....	58
1.10.6. Oregano.....	59
1.10.7. Genciana.....	61
1.10.8. Guayaba.....	62
1.10.9. Yerbabuena.....	63
1.10.10. Limonero.....	64
1.10.11. Mamey.....	65
1.10.12. Manzanilla.....	65
1.10.13. Papa.....	67
1.10.14. Sábila.....	68
1.10.15. Ruda.....	69
1.10.16. Naranja.....	70
1.10.17. Sasafrás.....	71
1.10.18. Nance o nanche.....	72
1.10.19. Comino.....	72

	Página.
1.10.20. Sauco.....	73
1.10.21. Cuajilote.....	73
1.10.22. Cebollín.....	74
1.10.23. Cocoite.....	75
1.10.24. Belladona.....	75
1.10.25. Maguey.....	77
2.- CUADROS, GRAFICAS Y ANALISIS DE LOS CUADROS.....	78
3.- CONCLUSIONES.....	114
4.- SUGERENCIAS.....	118
5.- GLOSARIO.....	120
6.- BIBLIOGRAFIA.....	124
7.- ANEXOS.....	125
7.1. Forma de colectar las plantas.....	126
7.2. Plano de localización del estado de Chiapas y el municipio de Palenque.....	132
7.3.Plano de la ciudad de Palenque.....	133
7.4. Instrumento de recolección de datos.....	134

AGRADECIMIENTO

A mis padres, hermanos, tíos y amigos (en especial a Rocío A. H. y Juan Carlos H. M.).

A quienes sin escatimar esfuerzo alguno, han sacrificado parte de su vida para verme convertida en una persona de provecho.

A quienes no sólo sufren con mi dolor y mis tristezas, sino también saben crecer con mis éxitos.

A quienes vienen despejando mi camino, impulsando mis sueños y gozando mis realizaciones.

A quienes son los primeros que vienen a mi mente en los golpes de la vida, teniendo siempre una palabra de aliento.

A quienes con ternura y amor me han hecho ver todos mis errores pero también mis triunfos.

A quienes nunca podré pagar todos los sacrificios ni con las riquezas más grandes del mundo.

GRACIAS POR TODO .

I N T R O D U C C I O N .

Los procesos mórbidos de las comunidades que integran el módulo de - Palenque II, son el resultado de las carencias existentes en cada una de - las localidades; sobre todo en el renglón de saneamiento ambiental y de -- servicios públicos necesarios tales como: agua potable, drenaje, electrifi- cación. Esto condiciona a que las enfermedades dominantes sean de origen - infectocontagioso y que afectan en su mayoría los aparatos digestivo y res- piratorio de la población comunitaria (infecciones respiratorias agudas y- enfermedades diarréicas y parasitarias).

Otro aspecto importante que motiva la aparición de las enfermedades- antes mencionadas, es constituido por hábitos y costumbres de la población de las localidades con respecto a higiene, preparación y consumo de alimen- tos, como simple ejemplo tenemos la situación de que el agua que beben no la hierven o desinfectan, pues aducen que su sabor cambia y esto no les -- agrada. Esta situación se modificó al hacerles saber a la gente de los --- riesgos de beber agua sin someterla a algún proceso para purificarla.

De este modo se visualiza la influencia de las causas condicionantes de la "morbilidad" y que pueden ser solucionadas en la medida en que se -- destinen recursos para cubrir las deficiencias existentes.

Es por eso que los programas de salud se deben orientar y adecuar a todas las diferentes condiciones de vida que prevalecen en las localidades que integran el módulo Palenque II.

Por lo que es también de gran importancia el tener como método cura- tivo para estas enfermedades a la medicina tradicional, para aquella pobla

ción que tiene fé en ella o no cuenta con los medios necesarios para otro-
tipo de curación.

J U S T I F I C A C I O N .

El uso de las plantas medicinales como opción para el alivio de signos y síntomas de enfermedades respiratorias y gastrointestinales es de gran importancia en comunidades donde no se cuenta con recursos para la atención de la salud, por la gran distancia que hay entre las comunidades del módulo Palenque II y alguna institución de salud (S.S.A., I.M.S.S., - I.S.S.S.T.E.), o por la falta de abastecimiento de medicamento en cada comunidad, así como también por la situación económica en la que se encuentran las personas de dichas comunidades. Teniendo como repercusión una mayor frecuencia de morbi-mortalidad en dichas poblaciones.

Tanto para el Licenciado en Enfermería y Obstetricia que realiza su servicio social en comunidades rurales, como la población de éstas, necesitan obtener conocimientos sobre el uso y eficacia de las plantas medicinales, teniendo así otra alternativa de tratamiento de los trastornos patológicos más comunes del módulo Palenque II (Cuauhtémoc Quemado, Cinco de Mayo y San Juan Chancalaito).

OBJETIVOS.

A) Identificar las plantas medicinales que con mayor frecuencia se--
utilizan en las comunidades para el alivio de enfermedades respiratorias y
gastrointestinales en el módulo Palenque II.

B) Describir los diferentes preparados que se realizan con las plan-
tas medicinales.

C) Describir la eficacia de las plantas medicinales que utilizan las
personas del módulo Palenque II en el alivio de enfermedades respiratorias
y gastrointestinales.

ORGANIZACION.

LUGAR: La investigación se realizó en tres comunidades del módulo Pa
lenque II, que son: Cuauhtémoc Quemado, Cinco de Mayo y San Juan Chancalai
to.

TIEMPO: Se realizó en un espacio de 10 meses, comprendido desde el -
mes de julio 1996 a abril de 1997.

RECURSOS: a) Humanos: Una pasante de Licenciatura en Enfermería y --
Obstetricia de la UNAM.

b) Materiales: - hojas blancas tamaño carta

- lápiz

- cuadernillo

- máquina de escribir

- periódico

- reja para recolectar plantas

- tijeras

- navaja o cuchillo de monte

- cartulinas

- plumones

- folders

c) Financieros: A cuenta de la pasante.

M E T O D O L O G I A .

- * Tipo de estudio: Descriptivo, Analítico, Prospectivo y Transversal.
- * Seleccionar el tema en base a lo observado en las comunidades del módulo Palenque II.
 - * Realización de justificación, objetivos y metodología.
 - * Asesoramiento sobre el avance del proyecto en la E.N.E.O.
 - * Recabar la información bibliográfica para el marco teórico, por medio de fichas de resúmen.
 - * Recopilación de datos obtenidos por medio de la observación y aplicación de cuestionarios a 60 personas que asistan a consulta a las casas - de salud de las comunidades seleccionadas para el estudio pertenecientes - al módulo Palenque II.
 - * Colecta de ejemplares de plantas medicinales, para que éstas sirvan de muestrario. (Ver en anexos la forma de coleccionar las plantas).
 - * Procesamiento de datos por medio de la técnica de paloteo.
 - * Presentación de la información a base de cuadros y gráficas.
 - * Analizar los datos obtenidos, confrontándolos con el marco teórico y las experiencias obtenidas de la observación del fenómeno.
 - * Realización de las conclusiones, obtenidas del análisis de los datos de esta investigación.
 - * Dar alternativas de solución o sugerencias.
 - * Integración general del trabajo.
 - * Mecanografiar el trabajo.
 - * Presentación de la investigación en la E.N.E.O.

1.- M A R C O T E O R I C O.

M E D I C I N A T R A D I C I O N A L .

A través del tiempo los pueblos han sufrido cambios, entre ellos, la forma de atender la salud.

Antes de que llegaran los Españoles a México, había una gran experiencia en la forma de tratar enfermedades. Ya existían hierberos, sobadores, curanderos, hueseros, rezanderos, espiritistas, parteras, brujos y -- otros que se conocían con diversos nombres, pero tenían prácticas que aún se conservan en muchas comunidades indígenas.

Los médicos tradicionales, en cualquiera de sus quehaceres, han desarrollado una serie de conocimientos basados en la experiencia para identificar e interpretar el origen de algunas enfermedades. Para su atención utilizan gran variedad de plantas, animales y medios curativos que se transmiten de generación en generación.

Debido a la forma de concebir el proceso salud-enfermedad dentro de un contexto mágico, ajeno al pensamiento europeo, y al impulso de la industria de la farmacología y la medicina institucionalizada, se redujo la --- práctica de la medicina tradicional.

Sin embargo los conocimientos médico-tradicionales y el aprovechamiento de los recursos medicinales naturales son actualmente de gran valor.

La medicina tradicional, a su vez ha incorporado selectivamente algunas técnicas, conocimientos y medicamentos de la medicina alópata y de otras prácticas curativas como: digitopuntura, quiropráctica y medicina natural, entre otras, con lo cuál se mantiene dinámica y vital.

Contra lo que piensan muchas personas, no está encerrada en sí misma, sino dispuesta al cambio.

Los médicos tradicionales, también experimentan, investigan y amplían sus posibilidades.

La convergencia que existe entre las distintas prácticas curativas-- es mantener, conservar y restablecer la salud de los individuos.

No se trata de superioridad o subordinación entre ellas; son prácticas diferentes que se complementan.

Ninguna de ellas lo cura todo. Algunas son más eficaces que otras, - sobre determinadas enfermedades, pues se orientan a distintas esferas del ser humano: problemas físicos, biológicos y psicológicos, pero además los - espirituales que tienen marco de referencia mágico-místico y de esa manera ejercen gran influencia en quienes tienen fe en cada una de ellas. (1)

Debido a la introducción cada vez más generalizada de las medicinas- de patente, mucha gente ha rechazado el uso de las plantas medicinales como algo "anticuado" , "atrasado" e "ineficaz". Sin embargo para gran parte de la población las plantas medicinales siguen siendo su primer remedio -- para tratar las enfermedades comunes en parte por convicción, necesidad -- económica o por falta de instituciones de salud o de farmacias cercanas a su localidad.

La mayoría de los hogares en el campo y en las colonias populares -- cuentan con sus masetas o su jardín de plantas medicinales.

1) Para Cuidar la Vida. Manual de Salud para Zonas Indígenas. México, 1994, p. 169, 170.

A la mayoría de las familias que siempre han mantenido esta tradición se le están uniendo muchas personas que retornan a las hierbas medicinales, para la curación de algunos trastornos comunes y que encuentran su remedio en un gran número de hierbas medicinales. (2)

Además la medicina tradicional actual, aunque heredó un patrimonio teórico-práctico de varios siglos, ha ido evolucionando con el tiempo, ante el impacto de los medios de comunicación, la movilidad social y geográfica, la modernización general de la vida y de las cosmovisiones, la influencia de la escolarización y de la castellización, junto con la difusión y proliferación de los productos farmacéuticos y a menos escala por la asistencia sanitaria médica, sin embargo esta medicina tradicional, si se ha mantenido tanto tiempo y sigue tan arraigada y difundida es porque efectivamente cura, aunque su acción sea limitada, y no carezca de peligros como la medicina moderna misma. (3)

2) S.S.A. Guía Práctica para la Aplicación de 25 plantas medicinales comunes. México, D.F., p.2

3) UNICEF, INI, Manual para médicos indígenas. Medicina Tradicional, p. 3, 4, 5, 6.

H I E R B A S Y P L A N T A S M E D I C I N A L E S
E N M E X I C O

La herbolaria o curación con las plantas, tiene una larga historia - de existencia. Los chinos, hindúes y egipcios, siglos ántes de Cristo ya - usaban y describían las propiedades de algunas plantas, confirmadas actual- mente por la farmacología moderna.

Individuos de todas las épocas han recurrido a las montañas, bosques y campos en busca de hierbas, resinas y gomas que ayuden a restablecer la- salud de los enfermos.

La observación, la experiencia y los resultados obtenidos han permiti- do al hombre, conocer las virtudes que ofrecen algunas plantas en lucha- contra las enfermedades.

De tal forma, generación tras generación se han transmitido algunos- conocimientos sobre su uso. No por ello, todos los individuos de una comu- nidad saben como restablecer la salud con plantas medicinales de la región.

Entre la población, el uso de las plantas que más perdura, es la de- condimentar los alimentos. Algunas de ellas también tienen una función con relación a la salud; por ejemplo el caso del epazote que se agrega a los - frijoles para darles sabor, y además sirve para eliminar parásitos intesti- nales.

De igual forma, otras como: canela, orégano, tomillo, manzanilla, -- yerbabuena, mejorana, romero, que tiene efectos curativos.

Curanderos, hierberos y parteras tienen un conocimiento más profundo del poder curativo de las plantas debido a su experiencia y práctica saben cómo prepararlas y cuándo usarlas.

Cada grupo étnico de acuerdo con las características del lugar donde vive, cuenta con una gran variedad de hierbas o plantas que utilizan como recurso medicinal, es casi imposible proponer el cultivo y uso de las mismas plantas para todos los grupos indígenas del país.

Por esto, es necesario rescatar la experiencia de los médicos tradicionales de la región, a fin de que nos orienten sobre cuáles plantas se utilizan para los padecimientos más comunes.

Es necesario partir del diagnóstico participativo para determinar -- cuáles son los problemas de salud más frecuentes y con la ayuda de los médicos tradicionales, identificar las plantas que sirven para controlarlos y curarlos; aprender a clasificarlas de acuerdo a la especie; si se usan -- raíces, tallos, hojas, flores o frutos; así como sus propiedades curativas, dónde se localizan, cómo se pueden cultivar, preparar, y el modo de usar-- las para curar enfermedades.

El médico tradicional goza de la confianza de la población, basada -- en el acierto de sus tratamientos; al igual que en otras prácticas curativas, pueden existir charlatanes que por ganar más dinero, ponen en riesgo-- la salud y hasta la vida de los enfermos.

Por ello, conviene promover la organización de los médicos tradicio-- nales reconocidos, formar un directorio, y darlos a conocer para evitar -- abusos.

También es necesario favorecer la coordinación entre población, mé^{di}cos tradicionales y sector salud. La herbolaria es un recurso que puede -- ser utilizado por la población, con eficacia y bajo costo, pero existen -- problemas de salud que no se resuelven con tratamientos domésticos, requie-- ren de la atención del médico tradicional y otros más.

Para algunos padecimientos se requiere de medicamentos de patente, - auxiliares de diagnóstico (laboratorio, rayos X y otros) o técnicas curativas (cirugía, ortopedia, radiaciones, etc.) sólo al alcance del médico institucional, que es el indicado para atender al enfermo.

Por eso cuando existe buena coordinación entre la población, los médicos tradicionales y los institucionales, pueden luchar mejor por cuidar o recuperar la salud de todos. (4).

4) Para Cuidar la vida. Op. Cit., p. 170, 171, 172.

L A S P R O P I E D A D E S D E L A S P L A N T A S .

La flora indígena comprende gran número de plantas de reconocido valor terapéutico, y varias de ellas se encuentran además incluidas en la -- farmacopea. Estas deben sus propiedades a principios activos, algunos de -- los cuáles, aislados y purificados, se utilizan como medicamentos. Los --- principios activos, especialmente los alcaloides, heterósidos, saponósidos, son en ocasiones tóxicos, y los vegetales que los contienen deben ser utilizados con prudencia; la mayoría de las plantas, sin embargo no ofrecen -- ningún peligro, mientras sean empleadas a dosis normales.

Es frecuente que un vegetal contenga diversos cuerpos químicos de na turaleza y efecto distinto y que determinadas personas, que toleran bien -- unos de ellos, se muestran particularmente sensibles a otros.

En ocasiones se utilizan terapéuticamente plantas cuya composición -- química casi se desconoce, pero cuyas propiedades curativas están bien com probadas.

En otras plantas se han podido identificar todos los componentes pe-- ro se ha comprobado que ninguno de ellos en particular tienen las propieda des curativas de toda la planta; los distintos componentes reaccionan en-- tre sí, por sinergia, para reducir el efecto conocido y deseado; por consi guiente este sólo puede obtenerse mediante el empleo de la droga vegetal.

Otras ocasiones los diversos órganos de una misma planta crean un -- componente químico diferente, y por consiguiente, poseen propiedades dis-- tintas, benéficas o no. El modo de empleo podrá variar, según el cuál sea el efecto que se desee obtener pues las dosis utilizadas pueden modificar la acción; de ésta forma se concibe que determinada droga sea laxante, em-

pleada en pequeñas cantidades y se torne purgante si se aumentan la dosis.

(5)

5) GUERIN, H.P., A., Plantas Medicinales., p. 11 y 12.

LOS COMPONENTES DE LAS PLANTAS Y
SU ACCION.

Los principios activos de las plantas medicinales son sustancias que la planta ha sintetizado y almacenado en el curso de su crecimiento con -- ayuda del metabolismo. Sin embargo no todos estos productos metabólicos -- tienen un valor medicinal directamente aprovechable. En todas las especies están presentes al mismo tiempo principios activos y sustancias indiferentes. Estas últimas, llamadas también de lastre, determinan la eficacia del medicamento vegetal en cuestión al acelerar o hacer más lenta la absorción de los primeros en el organismo. Esta es la primera de las peculiaridades de los medicamentos de origen vegetal.

Casi siempre en una misma planta existen varios componentes medicinales activos, de los cuáles uno de ellos (el principal) determina las aplicaciones que tendrá la especie en cuestión. Sin embargo, el grado en el -- que los componentes secundarios influyen sobre la acción queda puesto de -- manifiesto al aislar el principio activo principal. Es muy frecuente que -- su efecto sea entonces totalmente distinto. Solamente el concierto de to-- dos los componentes, incluyendose aquellos de lastre, confiere a la planta su acción específica.

Los principios activos no se distribuyen de una manera uniforme por toda la planta. Se concentran preferentemente en las flores, las hojas o -- las raíces, y a veces en las semillas, en los frutos o en la corteza.

La tercera peculiaridad es la siguiente: el contenido en principios- activos una planta medicinal oscila, dependiendo del habitat de la misma, -- de la recolección y de la preparación, esto constituye una desventaja pero

puede evitarse en gran medida recolectando en la época más adecuada y preparándola con el máximo cuidado, los ejemplares bien tratados, almacenados de modo correcto, apenas pierden principios activos en el proceso de secado. La mayoría de las plantas medicinales desarrollan plenamente su eficacia sólo cuando se les emplea por períodos prolongados de tiempo (como por ejemplo una cura de 6 a 8 semanas).

PRINCIPIOS ACTIVOS.

ALCALOIDES:

Se trata por regla general de sustancias muy activas, en cierta medida "venenos medicinales". Todas las plantas que los contienen como principal componente no son por tanto indicadas para una terapia en forma de té. Sin embargo, la industria farmacéutica las utiliza en grandes cantidades.- Alcaloides son por ejemplo la atropina, que es la toxina de la belladona;- la morfina, que lo es de la adormidera, o la colchicina del cólquico. En menor cuantía los hay también en las especies "no tóxicas". Intervienen -- allí como sustancias secundarias reforzando la acción curativa de la planta sin destacar por su parte de un modo especial.

PRINCIPIOS AMARGOS:

Existe un gran número de plantas cuyos componentes tienen un sabor amargo. Sin embargo, cuando hablamos de productos amargos nos referimos a aquellas especies solamente cuya base de acción se basa de manera exclusiva en la presencia de los llamados "principios amargos". A estos productos se les llama en fitoterapia Amara, y se les ha dividido en:

I.- Los productos amargos puros, Amara tónica.

II.- Los productos que además de los principios amargos contienen aceite -

esencial en una cantidad digna de ser tenida en cuenta y que por lo tanto tienen un sabor amargo-aromático, Amara aromática.

III.- Los productos que contienen sustancias picantes y que por tanto tienen un sabor amargo y picante, Amara acria.

Los principios amargos estimulan intensamente la secreción de los jugos gástricos y desarrollan, además, una acción tónica general. Por esa razón se utilizan, cuando hay falta de apetito o es necesario mejorar la digestión. Son igualmente eficaces para luchar contra diversos estados de debilidad: convalecencia y personas con agotamiento nervioso y anemia, constituyendo una ayuda segura si el uso se hace por medio de una cura regular.

Las especies amargas que contienen al mismo tiempo aceite esencial, o sea Amara aromática, realmente no se diferencian mucho de los productos amargos puros en cuanto a su acción, pero contribuyen de modo adicional -- con el aceite esencial, ampliando así su campo de aplicaciones. Representantes de este grupo son la artemisa, el ajeno, la angélica y otros. Puede afirmarse de modo general sobre el efecto de los Amara aromática que actúan sobre el estómago lo mismo que los productos amargos. Muchas veces este -- producto se ve reforzado ya que los aceites esenciales estimulan las vías-reflejas de la secreción gástrica por medio de su aroma. Su influencia se extiende también al intestino y las funciones biliar y hepática. Ya que -- los aceites esenciales actúan como antisépticos, los Amara aromática poseen así mismo ciertas propiedades antibacterianas y antiparasitarias. Estas características son especialmente apreciadas para el caso de los fenómenos fermentativos en el intestino. Algunos incluso, son ligeramente diuréticos, que es un efecto secundario aprovechado muchas veces.

Los productos amargos que contienen sustancias picantes son raros en

tre las plantas medicinales europeas. Como Amara acria se utilizan las especies exóticas tales como el jengibre, la galaga, la pimienta y otras. Todas ellas mejoran la función circulatoria, las sustancias picantes refuerzan la acción de las amargas.

ACEITE ESENCIAL:

Los aceites esenciales son componentes vegetales que debido a su consistencia son muy volátiles, aunque en el agua difícilmente se disuelven o resultan incluso insolubles. Su olor es intenso, aunque salvo unas pocas excepciones resulta agradable, son muy frecuentes en el reino vegetal apenas hay plantas que carezcan de ellos por completo. Sin embargo, en herbolistería se incluyen dentro de éste grupo solamente aquellas especies medicinales que contienen estos aceites aromáticos en una cantidad relativamente elevada, entre el 0.1 y el 10 %. Pertenecen a ellas especialmente las familias botánicas de las labiadas y las umbelíferas. En la planta se depositan esos aceites en las células grasas, las vías o los pelos oleaginosos. Los aceites esenciales están formados por numerosas sustancias diferentes— así por ejemplo, los hay en los que se han podido identificar hasta más de 50 elementos. Todas las plantas medicinales que contienen aceites esenciales poseen en común las siguientes propiedades curativas: anti-inflamatorias en las irritaciones cutáneas más o menos intensas, expectorantes, diuréticas, antiespasmódicas y tónicas sobre el estómago, el intestino, la bilis y el hígado. Las plantas medicinales con aceite esencial combaten a los agentes patógenos, a las bacterias y posiblemente a los virus. De todas maneras hay que dejar aquí bien claro que combatir no es sinónimo de matar.

FLAVONOIDES:

Se trata de un concepto global aplicado a distintas sustancias que tienen una misma composición química base. Es difícil caracterizar la acción de las plantas que contienen flavonoides, pues es decisivo el tipo y la cantidad de los mismos. Las propiedades físicas y químicas son muy variables por lo que no se puede dar una idea general sobre el efecto que causan. Sin embargo, hay tres acciones características: acción sobre la rotura anormal de los capilares (fragilidad de los vasos sanguíneos más delgados), acción en determinados trastornos cardíacos y circulatorios y acción antiespasmódica en el tracto digestivo.

TANINOS:

Los taninos en sentido farmacéutico son componentes vegetales que están en condiciones de ligar las proteínas de la piel y de la mucosa, y transformarlas en sustancias resistentes. En eso radica precisamente su acción beneficiosa: quitan la base del cultivo a las bacterias que han colonizado la piel y la mucosa. Las plantas que contienen taninos como principal componente (por ejemplo tormentilla, corteza de roble, arándanos), otras en las que son componentes secundarios muy importantes y otras en las que constituyen un elemento perturbador puesto que irritan el estómago (como las hojas de guayaba). Si en tales casos no se requiere prescindir de la planta, lo que se hace es preparar un té en frío. De esta manera solamente una parte de los taninos queda incorporada al líquido, es decir, sólo se extrae un porcentaje de los mismos. Los taninos son eficaces en gargarismos para las amígdalas, encefías inflamadas, para el tratamiento de las heridas pero sobre todo como antidiarréico, los taninos son recomendables en baños de asiento para las hemorroides.

GLUCOSIDOS:

Son sustancias ampliamente representadas en el reino vegetal. Su pluralidad de acciones y la diversidad de sus efectos son tan grandes que agruparlas bajo un concepto químico, no dice mucho. Todos los glucósidos -- tienen en común que por hidrólisis (desdoblamiento con absorción de agua) se desintegran en un azúcar y un no azúcar, el llamado aglucón. Este es el que determina en gran medida las características de la planta. Algunos --- ejemplos: las sustancias cardioactivas de la dedalera, los principios mucolíticos de la primavera, las sustancias purgantes de la corteza de arra--- clán y los principios activos de las hojas de gayuba, son todos ellos glucósidos. También el efecto estimulante de la sudoración de las flores de - tilo y las propiedades de muchas plantas amargas son atribuibles a los glucósidos.

ACIDO SILICO:

Las plantas de las familias de las equisetáceas, de las borragináceas y de las gramíneas absorben gran cantidad de ácido sílico del suelo y lo - almacenan en su membrana celular o en el protoplasma. En muchos casos las sales del ácido sílico (llamadas silicatos), son hidrosolubles, ya que éste ácido es un elemento imprescindible en el cuerpo humano (especialmente en el tejido conjuntivo, la piel, el pelo y las uñas), con las plantas medicinales que lo contengan es posible lograr una mejoría en donde se han - producido daños, sobre todo del tejido conjuntivo, de la piel, pelo y uñas, debido a una disminución de la oferta de esa sustancia con la alimentación.

SAPONINAS:

Son glucósidos vegetales que junto con el agua dan una espuma permanente, que emulsionan el aceite con el agua, que poseen un efecto hemolítiti

co, es decir, que extrae de los glóbulos rojos el colorante del mismo color. Este tipo de plantas se utilizan como producto mucolítico para el caso de la tos crónica. Debido a la actividad superficial de la saponina el mucus denso se aclara y resulta más sencilla su expectoración. El nuevo mucus que el cuerpo forma puede fluir entonces sin ninguna dificultad. Mediante una ligera acción irritativa sobre las mucosas gástricas se produce por vía refleja un aumento de la secreción de las glándulas, lo cuál se refleja muy favorablemente en los bronquios. Muchas plantas medicinales con saponina poseen un efecto diurético. Son así mismo eficaces contra las impurezas cutáneas y las dolencias reumáticas. Por último muchas de estas especies curan los edemas y actúan como anti-inflamatorias. Pero las saponinas no son del todo inofensivas, un exceso irrita la mucosa intestinal.

MUCILAGOS:

En sentido botánico-farmacológico se entiende por mucílagos sustancias que contienen hidratos de carbono, que se inchan fuertemente con el agua y que proporcionan un líquido viscoso. La mejor forma de describir el efecto farmacológico de los mucílagos vegetales es usar la palabra de reducción de la irritación. El mucílago se distribuye en forma de una capa delgada sobre las mucosas y las protege contra las sustancias irritantes locales y actúa como atenuante de la excitación. Las inflamaciones, especialmente las que se producen en las mucosas, disminuyen rápidamente bajo ese efecto protector. El mucílago no es reabsorbido, por lo que su efecto es puramente local. Las plantas que lo contienen alivian la tos cuando esta es desencadenada por estados irritativos en la garganta y la epiglotis. Actúan también como purgantes ligeros porque relajan el contenido intestinal. Una característica especial de los mucílagos es que atenúan de modo -

general los sabores especialmente los agrios. Un ejemplo bien demostrativo es el de las frambuesas que contienen menos azúcar y más ácidos pero ya -- que poseen más mucílagos su sabor resulta más dulce.

VITAMINAS, MINERALES Y ELEMENTOS VESTIGIALES:

Al indicar los principales componentes de una planta no deben faltar los llamados elementos nutritivos esenciales. El organismo los necesita para construir las sustancias del esqueleto (tejido conjuntivo, huesos, y -- dientes) y las estructuras celulares, para proporcionar los elementos básicos de las enzimas corporales (fermentos) y las hormonas, para activar los procesos metabólicos y para influir sobre el metabolismo de los líquidos. Sin estos materiales la vida no es posible. Su presencia suficiente y equilibrada en la alimentación es vital. Esto explica la importancia que tiene el consumo de alimentos vegetales (verduras y frutas). También en el tratamiento de las enfermedades en las que existía una deficiencia en minerales elementos vestigiales y vitaminas, resultan especialmente importantes los preparados obtenidos a partir de aquellas plantas que contienen todas es--tas sustancias. Los minerales, los elementos vestigiales y las vitaminas - pasan parcialmente a la solución al preparar el té y por esa razón participan de modo decisivo en la acción curativa. Si una determinada vitamina es el principio activo más importante de cierta planta medicinal, ésta puede--utilizarse como el principal proveedor de esa vitamina. Este es el caso, - por ejemplo del escaramujo o el espino amarillo. (6)

6) PALHOW, M. El gran libro de las plantas medicinales. p. 22, 23, 24, 25, 26.

M O D O D E P R E P A R A R L A S P L A N T A S
M E D I C I N A L E S

Las plantas medicinales se pueden preparar de varias maneras dependiendo de su uso interno o externo, de la enfermedad que se busca curar y de las características de la misma planta. (7).

Las plantas medicinales son eficaces, y sobre este punto no hay duda. Pero su grado de eficiencia depende en gran medida del uso correcto que se haga de ellas. Hay que tratar de extraer sin modificar y en las mejores -- condiciones posibles las sustancias activas de las hojas, de los frutos y de las semillas, de la corteza o de las raíces. Esto implica como condición previa el empleo de material de gran calidad. A continuación se mencionan las formas de preparación más comunes y que no requieren de un equipo muy sofisticado.

INFUSION (TE): Se pone una cucharadita de la planta seca o de algunas hojas y otras partes frescas en una taza previamente calentada y se -- vierte agua hirviendo. Se deja reposar de 5 a 20 minutos, se cuela y según el gusto se endulza. (8).

El té es desde hace mucho tiempo la forma más habitual de empleo de las plantas medicinales. Se pueden preparar con una sola especie o bien -- mezclando varias . Un té es un extracto acuoso que se prepara en caliente o en frío. Un té puede emplearse interna y externamente. Se habla también de uso externo cuando en el caso de gargarismos se tratan la boca y la faringe o cuando se recomienda en enjuagues.

7) S.S.A. Op. Cit., p. 4.

8) PALHOW, Manfred. Op. Cit., p. 27 y 28.

En el tratamiento de las heridas con té. Se pueden hacer baños parciales o completos. Se pueden hacer también apósitos húmedos. El té se recomienda muchas veces para hacer lavados contra las impurezas de la piel.

DECOCCION (COCIMIENTO): Se coloca una cucharadita de material (hoja, flores, raíces:secos o frescos), en un posillo esmaltado, con una taza de agua fría, se calienta y se deja hervir de 2 a 10 min. a fuego lento. Se cuele y según el gusto se endulza con miel.

MACERACION: Se pone una cucharadita de hierbas secas o frescas en una taza de agua fría, y se deja reposar durante 8 a 12 horas a temperatura ambiente. Luego se mezcla, se calienta ligeramente, se filtra y se endulza con miel.

ZUMOS EXPRIMIDOS (JUGOS): Las plantas frescas (lavar primeramente), se exprimen a mano o mecánicamente (extractor de jugos). Una cucharadita de zumo se diluye en unas pocas cucharadas de agua, se toma tres veces al día, media hora ántes de las comidas. Algunos zumos se aplican en forma pura, osea, sin diluirlos.

COMPRESAS:(Uso externo) una o dos cucharaditas de la hierba, se pone a hervir en una taza de agua, que luego se filtra. En un trozo de tela de algodón, lino o gasa se sumerge en la solución y después de exprimirlo para eliminar el exceso de líquidos, se coloca sobre las partes afectadas, cuando la compresa aún está caliente, tan pronto se enfría o se seca la compresa, se repite el proceso hasta completar de 20 a 30 min. También se hacen compresas con infusiones, maceraciones y tinturas.

CATAPLASMA:(Uso externo) se machacan las partes frescas de la planta y se extiende sobre la tela de algodón, lino o gasa y se coloca sobre las-

partes afectadas. En algunos casos se hierve primero y/o se emplean partes secas de la planta. El cataplasma se puede aplicar sin tela también.

JABONES: Para el tratamiento de varias enfermedades de la piel, de heridas o para fines cosméticos se pueden preparar jabones con hierbas medicinales. El método más común es el siguiente: se hierve a fuego lento, 100 gr. de hierba en un litro de agua hasta que se evapore la mitad del agua. Se filtra y se exprime y se pone a hervir la decocción sobre fuego lento, mientras se agrega un jabón neutro (zote) rallado, hasta que el jabón se disuelva completamente. Se mezcla bien, se vacía la mezcla caliente en moldes y se deja enfriar.

JARABES: Los extractos de las plantas medicinales tienden a tener un sabor amargo y a menudo no son muy aceptables para muchas personas, sobre todo para los niños, por lo tanto se hacen los jarabes, el método más común es: Se ponen 100 gr. 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 agrega azúcar en una cantidad de medio kilo por un litro de la decocción. (9)

9) S.S.A. Op. Cit., p. 4 y 5.

M O D O D E C O L E C T A R L A S P L A N T A S
M E D I C I N A L E S.

MATERIAL:

- Papel periódico
- Tres hojas de cartón corrugado grueso, de aproximadamente 30 cms. de ancho por 50 cms. de largo.
- Cuerda o mecate para atar las hojas de cartón y de papel en la prensa.
- Libreta de campo para hacer anotaciones.
- Lápiz o plumón.
- Sobres de papel o bien hojas dobladas para guardar semillas o frutos.

PROCEDIMIENTO:

Antes de salir al campo a recoger plantas, conviene construir una prensa que permita colocar las plantas completas y extendidas para secarlas. Se utilizan las tres hojas de cartón corrugado; dos externas a manera de pasta y una intermedia que sirve para darle firmeza. En la pasta superior se escribe el nombre del alumno. Se abren pequeñas perforaciones en el extremo izquierdo de los cartones y se atan entre ellas con el mecate. Entre los cartones corrugados se colocan varias hojas de papel periódico, tantas como ejemplares se pretenda recolectar.

Si se dispone de tiras de madera, como las que se utilizan para los huacales, construir dos rejillas de 30 cms. de ancho por 50 cms. de espacio entre cada una de ellas, para reforzar aún más las pastas de la prensa.

Al terminar la recolección y habiendo colocado las plantas entre -- las hojas de papel periódico y cartón corrugado, se colocarán entre las -- dos rejillas de madera y se atarán por los cuatro extremos, y se amarra -- con la cuerda por el centro, en forma de cruz.

Al recolectar las plantas, es recomendable cortar los ejemplares -- con raíz, tallo, hojas, flores y frutos, es decir, que estén completas. -- Si el tamaño de la planta es entre 30 y 40 cms., es más fácil su manejo.

Conviene obtener dos o más ejemplares iguales para tener material -- suficiente en caso de que alguno se eche a perder.

Si se necesita recoger un ejemplar de: árbol, arbusto o bejuco, se -- puede cortar una rama con flores y frutos. Recuerda que no conviene que -- el ejemplar sea más grande que la prensa. En caso de ser una hierba grande -- pero de tallo flexible, se corta una rama y se prensa doblándola en forma -- tal que quepa totalmente.

Si los tallos son gruesos o los frutos carnosos, se recomienda ha-- cerles cortes para que la desecación sea más rápida.

De ser voluminosos y lechosos no se prensan, se colocan en bolsas -- de papel por separado, con su anotación correspondiente.

PRENSAR LAS PLANTAS:

Las plantas cortadas se acomodan entre dos hojas de papel periódico -- de tal manera que las hojas de la planta estén lo más extendidas posibles, -- sin encimarse unas con otras y sin que sobresalgan de los límites de pa-- pel.

Una vez acomodada la planta, se escribe en el extremo superior dere -- cho un número único progresivo, empezando con el 1, 2, 3,... para cada -- planta y sus duplicados. Ese mismo número se escribe en la libreta de cam --

po, a su lado se anota el nombre o nombres con los cuales se conoce localmente. Si se sabe el nombre científico también se escribe. A continuación se describe el lugar donde se obtuvo, así como, las características del sitio por ejemplo: al lado del río, junto al camino, en zona de matorrales, bosque o selva.

Conviene destacar alguna señal importante del lugar para poder regresar, en caso necesario.

Cuando el ejemplar se obtenga o se intercambie con otras localidades, municipios o estados, también se señalan los nombres correspondientes.

Luego se describen las características de la planta, por ejemplo si es hierba, planta con tronco flexible o leñoso, arbusto con ramificaciones desde la base o árbol cuyas ramificaciones salen de un eje central, generalmente no desde la base. Si es bejuco, enredadera, liana, etc.

También se señala si se observa la presencia de leche o resinas; si huele bien o es fétida; el color de la corteza y como se desprende; en tiras o escamas; si tiene espinas o puntas y en ese caso, tener mucho cuidado para no picarse.

Finalmente se anotan los usos que se le dan en la región:

- 1.- Partes de las plantas: hojas, raíz, tallo, fruto, semilla, etc.
- 2.- Para qué sirve: enfermedades o molestias que alivia.
- 3.- Cómo se prepara: en tisanas, jugos, jarabes, pomadas, etc.
- 4.- Cuanta cantidad se toma o se aplica, y por cuánto tiempo.
- 5.- Si se aplica internamente o externamente: tomada, comida, untada o en baños.

- 6.- Qué tanto sirve: que tan efectivo es para curar o para calmar las molestias.
- 7.- Cuidados especiales a tener cuando se utiliza, como son: no beber alcohol, no exponerse al frío, evitar combinarlos con determinados alimentos, etc.
- 8.- Molestias que puede provocar su uso: sudores, ganas de vomitar y otros.
- 9.- Cuando es peligroso usarla: durante el embarazo, niños chiquitos, etc.
- 10.- Otras plantas con las que se puede combinar para ser más efectiva. En caso de tener otros usos aparte de los medicinales aquí descritos, también hay que anotarlos.

SECADO DE LAS PLANTAS:

Puede hacerse de varias formas. Mientras el secado sea más rápido, los resultados serán mejores. Por ejemplo:

- 1.- Cambiar el papel periódico diariamente si la región es húmeda y cada tercer día, si es seca. El prensado se dejará hasta que las plantas estén secas.
- 2.- Colocar la prensa en un sitio donde circule aire caliente y pueda secar más rápidamente las plantas. Una vez secas pueden durar muchos años si se manejan con precaución.
- 3.- Tener cuidado de no poner la prensa junto a paredes húmedas o sobre el suelo.

ELABORACION DE ETIQUETAS:

A todos los ejemplares, incluso a los duplicados, se les pone una etiqueta, la cuál contiene los datos que las identifican y describen, según se anotaron en la libreta de campo.

MONTAR LOS EJEMPLARES EN EL HERBARIO:

La planta seca ya no se echa a perder tan fácil pero en cambio es más quebradiza y todavía se la pueden comer los insectos. Para evitar esto es necesario, que una vez identificadas las plantas, se monten en el herbario y se conserven en sitios protegidos de las alimañas.

Para el montaje, primero se elabora el álbum que es propiamente el herbario, para el cuál se amarran por el extremo izquierdo varias hojas de cartulina o de cualquier papel resistente.

A estas se les puede agregar dos cartones gruesos a manera de pasta.

Una vez hecho el álbum, se cosen o se pegan en las distintas hojas los ejemplares secos con sus etiquetas respectivas.

El herbario nos sirve para identificar las plantas, recordar de dónde se obtuvieron, cuáles son sus usos y cómo prepararlas; es útil para --- aprender, para enseñar y para conservar una tradición tan benéfica. (10)

10) S.S.A., Para Cuidar la Vida..., Op. Cit., p.182, 183, 184, 185, 186.

DATOS GENERALES DEL ESTADO DE
CHIAPAS Y EL MUNICIPIO DE
PALENQUE CHIAPAS.

ESTADO DE CHIAPAS.

PANORAMA HISTORICO: El gran imperio Maya ocupó el territorio que actualmente es el estado de Chiapas; siglos ántes de nuestra era, afirmando-se esto por escasos fragmentos de cerámica hayados debajo de algunas construcciones de la gran ciudad Maya de Palenque entre otros lugares de Mesoamérica, hasta que en el siglo X fueran abandonadas las grandes ciudades - (como Palenque, por ejemplo) por causas hasta hoy desconocidas.

Posteriormente a estos acontecimientos y, antes de la llegada de --- Cristóbal Colón a tierras Americanas, "nuestro estado ya se encontraba habitado por numerosos grupos étnicos, como son, los chiapa, los zoques, los queslenez, lacandones y los choles".

En el año de 1846, Chiapas pasó a formar parte del Imperio Azteca, - desde ésta época, su economía ya se basaba en la agricultura (maíz, frijol, chile, aguacate y cacao).

SITUACION GEOGRAFICA Y DATOS GENERALES: El estado de Chiapas se encuentra situado al sureste del territorio nacional, al sur del Istmo de Tehuantepec, al suroeste con el Océano Pacífico, al Este con la República de Guatemala y al oeste con el estado de Veracruz y Oaxaca.

La superficie territorial del estado es de 64, 415 km²; para su organización política y administrativa se divide en 110 municipios libres, concentrando una población total de 2, 096, 812 hab., de estos pobladores se considera que el 34 % son urbanos y el 66 % restantes residen en el medio-

rural.

MUNICIPIO DE PALENQUE CHIAPAS.

DATOS HISTORICOS: Palenque se ubica cronológicamente en la época del florecimiento, en el año 603 a 798 D.C., ya que los mayas palencanos registraron en sus expresiones artísticas como son la arquitectura y la cerámica, usando figuras y glifos; además de la cultura maya, desarrolló un sistema numérico muy avanzado y un calendario muy exacto, producto éste de -- sus observaciones y cálculos matemáticos.

Como se mencionó, el desarrollo de Palenque fue durante los períodos clásicos medio tardío (siglo VI al IX), se presume que para el siglo X, és te ya se encontraba abandonado, por motivos hasta la fecha desconocidos. - La selva se posesionó de empleos y palacios y los guardó como suyo durante siglos.

A nueve siglos posteriores el gran florecimiento palencano y aproximadamente 5 siglos de que fuera abandonado, un Frayle Dominicó (Fray Pedro Lorenzo) por rumores que tenía de los indígenas de la región, quienes le - comunican de existencia de unas casas de piedra, trasladándose a éstas y - reuniendo familias choles, fundan el pueblo Palenque, cerca del río Chacamax, en el año de 1567.

Realiza él mismo la tramitación jurídica de la fundación y agrega--- ción de Palenque a la capital de Guatemala. Así gracias a la dedicación de Fray Pedro, el poblado va creciendo poco a poco, que en esa época estaba - formada por una espaciosa plaza, la iglesia, un convento, el cabildo, el - mesón y la cárcel municipal.

Durante la época colonial, los habitantes de Palenque eran básicamente agricultores y ganaderos, ya que los medios de comunicación de esa época eran nulos e impedían el intercambio comercial con el exterior.

El 28 de agosto de 1821, Fray Matías Antonio de Córdoba, proclamó la independencia de Chiapas. El estado de Chiapas se une a México por decreto el 16 de enero de 1822, en base al Plan de Iguala y los tratados de Córdoba, quedando Chiapas independientemente libre de México, permaneciendo independiente por 15 meses y 4 días.

El 8 de junio de 1823, es constituida la junta suprema provisional encargada del presvícito para conocer la desición de los chiapanecos de -- unirse a México o a Guatemala.

El 12 de septiembre se firma el acta por la junta provincial, en la que se asienta la conección de Chiapas a México y el 14 de septiembre del mismo año, se efectúa el pronunciamiento solemne de la federación del estado libre de Chiapas.

SIGNIFICADO: Palenque, es una palabra puramente castellana que significa "valla o estacado de madera", "sitio cercano, lugar fortificado, ciudad enmurallada".

LOCALIZACION: El municipio de Palenque se localiza geográficamente, - al norte del estado de Chiapas. Sus límites son al norte con el municipio de Catazajá; al sur con los municipios de Ocosingo y Chilón al oeste con el municipio de Salto de Agua y el Estado de Tabasco.

Su extensión territorial es de 3,152 km², con un total de población de 63, 209 hab. (INEGI 1990) de los cuáles 32, 032 son hombres (50.67 %) y 31, 177 son mujeres (49.32 %).

Constituye la cabecera de la Jurisdicción Sanitaria de la región VI

Selva, que se encuentra integrada por los siguientes municipios:

- | | |
|------------------|--------------|
| 1) Sabanilla | 7) Tumbalá |
| 2) Tila | 8) Yajalón |
| 3) Catazajá | 9) Sitalá |
| 4) La Libertad | 10) Chilón |
| 5) Salto de Agua | 11) Ocosingo |
| 6) Palenque | |

HIDROGRAFIA: El municipio de Palenque, posee un sistema fluvial, cuyas aguas bañan prácticamente todo el municipio, sus principales arroyos - desembocan en dos ríos muy importantes; el río Chacamax y el río Michol. Y todos los demás desembocan en el gran río Usumacinta por el lado este y -- por el oeste en el río Tulijá.

CLIMA: El tipo de clima que predomina en Palenque es cálido-húmedo, con lluvias todo el año, registrándose una temperatura media anual de 25°C a 30°C., precipitación media anual de 2.865 mm y una altura sobre el nivel del mar de 160 mts.

OROGRAFIA: El suelo de Palenque está en valles, y una gran variedad de suelos alternados con otros semiplanos. La sierra de Palenque se encuentra ubicada en las zonas altas. El pico más alto es el Cerro de Don Juan - con una altura de 1, 185 mts. sobre el nivel del mar.

En la parte septentrional de la sierra, y en las estribaciones, se encuentran las ruinas de Palenque a 8 km. de distancia de dicha ciudad.

FLORA Y FAUNA: En épocas pasadas Palenque fue uno de los pueblos de Chiapas, privilegiados en cuanto a flora y fauna se refiere. Aunque actualmente muchas de estas especies se han ido extinguiéndose poco a poco.

FLORA: maíz, arroz, frijol, café, algodón, caña de azúcar, tabaco,--

cacao, añil, achiote, yuca, camote, papa, macal, piña, naranja, guayaba, -
lima, limón, ciruela, papaya, caucho o goma elástica, vainilla, mamey, za-
pote, níspero, palo campeche, caoba, cedro, guayacán, ébano, chicozapote,
mamey, amate, cacahuate, tamarindo, ajo, naranjo, anona, guanábana, nance,
mango, plátano, camote, chile, sandía, melón, tomate, chayote, cebolla, --
yerbabuena, toronjil, crespo, chasmol, etc.

FAUNA: danta, tigre, león, gato montés, venado, cabrito, jabalí, ---
puerco de monte, tepescuintle, mapache, mico de noche, zarahuate, armadi--
llo, víboras y serpientes (nauyaca, boa, coral), arañas, hormigas, caballo,
cerdo, ganado cebú, aves de corral, pericos, guacamayas, peces de diferen-
tes tipos, moscos, etc.

FESTIVIDADES: La festividad más antigua del pueblo de Palenque, des-
de que fue fundado, es la que se viene realizando año con año del 24 de -
julio al 5 de agosto en honor al santo patrón del pueblo "Santo Domingo de
Guzmán". En ella se realizan eventos religiosos, culturales, como obras de
teatro, ballets floklóricos, conciertos de música, congresos, exposición -
artesanal y ganadera, charreadas y eventos deportivos.

Las otras festividades de importancia que se llevan acabo en el muni-
cipio de Palenque, son las de Pakal-ná el día 4 de octubre en honor a San-
Francisco de Asís y las fiestas en honor a la Virgen de Guadalupe en Chan-
calá.

RECREACION Y DEPORTE: En el aspecto recreativo existen canchas de ba-
loncesto, campo de fot-ball y estadio de base-ball.

La cabecera municipal cuenta con hoteles hasta de 4 estrellas, audi-
torio, casa de la cultura, biblioteca, museo, instalaciones del parque fe-
ria, discoteques, lienzo charro, mercado público y plaza de artesanías, --

restaurantes, etc.

GRUPOS ETNICOS Y LENGUAS: En el municipio se encuentran algunos grupos choles, tzentales, tzotziles, lacandones y zoques. De éstos algunos hablan español y otros únicamente su lengua nativa.

COMIDAS TIPICAS:

- shiote con momo: caracol de arroyo combinado con hoja de momo (acuyo o hierba santa), espesado con masa de nixtamal.
- tepescuintle
- venado
- tortuga (chicotea): preparado con especies, hierba de olor y picante
- pigua
- macabil en caldo
- peje lagarto
- la bebida tradicional es el pozol fresco o agrio: preparado con maíz cocido, y agua; puede ir combinado con camote, cacao, azúcar, según el gusto de cada persona.
- tamales: de masa colada, de bola, de frijol tierno, etc.

En general los productos de consumo del municipio son: el maíz, frijol, chile, arroz, piña, plátano, cítricos, cacao, yuca, café, papa, carne de cerdo, res, borrego, y aves de corral.

TRAJE TIPICO:

MUJERES: Las mujeres visten naguas de color azul o negro, camisa de manta y bordado de hilo de colores, formando dibujos alrededor del cuello y las mangas que son cortas. Fución de una cinta de color rosa mexicano por lo general a la cintura. En su cuello collares de lo más brillante y en las orejas cargan 1 a 2 pares de zarcillos.

HOMBRES: Los hombres sólo visten camisa y calzón de manga larga hechos de manta, así como unos morrales o bolsitas hechas por ellos mismos de los animales que cazan.

EDUCACION: En el sector educativo, el municipio de Palenque presenta un gran avance ya que para el ciclo 1995-1996 cuenta ya con: jardines de niños, primarias, secundarias, preparatorias, academias, CONALEP, CBTA --- (Centro de estudios de Bachillerato Técnico Agropecuario), INEA, etc.

SALUD:

* Sector Oficial *

En el renglón de salud, el municipio de Palenque cuenta con la siguiente infraestructura:

- Secretaría de Salubridad y Asistencia (Jurisdicción Sanitaria No. VI, -- Hospital General y Centro de Salud)
- Instituto Mexicano del Seguro Social - IMSS - (Clínica de Unidad Médico Familiar).
- Instituto de Seguridad y Servicio Social para los trabajadores del Estado - ISSSTE - (Clínica de enlace).

* Sector Privado*

- Clínica Palenque
- Centro Médico Santo Domingo
- Clínica Santa Fe
- 6 consultorios médicos
- 7 cirujanos dentistas, que atienden la demanda local en forma privada.

CARACTERISTICAS GENERALES DE LA INFRAESTRUCTURA DEL MPIO. DE PALENQUE:

- * agua potable* sólo el 20 % de la población cuenta con agua potable, la fuente de abastecimiento es de río con bomba.

- * energía eléctrica * sólo el 23 % cuenta con ella.
- * alcantarillado * el 69 % de la población no dispone de tubería de drenaje siendo el tipo de descarga en arroyos.
- * pavimentación * 20 % de las calles están pavimentadas, siendo el asfalto el material predominante.
- * recolección de basura * vehículo recolector.
- * rastros * uno sólo con estructura de concreto.
- * servicios bancarios * BANAMEX, BANCOMER, BANCRIISA, Banco SOMEX, fideicomiso ganadero ejidal.
- * mercado público * uno con estructura de concreto y techo de loza.
- * medios de comunicación * correo, telégrafo, teléfono, televisión, periódico, radio.
- * medios de transporte * 8 líneas de autobuses, ferrocarril, un aeropuerto de medio alcance.

COMERCIO: Casi la totalidad del comercio en el municipio de Palenque se vincula con el giro de abarrotes, con escasas casas comerciales que se encargan de la venta de material para construcción. El sector distribuidor oficial participa en el municipio a través de IMPECSA, IMSS, COPLAMAR, --- ISSSTE y CONASUPO. Comercializando productos básicos principalmente.

TURISMO: La mayor atracción turística es la zona arqueológica distante a 8 km. de la ciudad de Palenque, máxima expresión de la cultura maya, siendo uno de los lugares más visitados de México por turistas de todo el mundo.

Las cascadas de Agua Azul, situadas a 69 km. de Palenque; tienen una caída aproximada de 35 mts. de altura y una poza en la que es posible nadar aunque presenta los clásicos remolinos propios de tipos de caídas de -

agua.

La cascada de Motiepa localizada a 7 kms. de Palenque, cuenta con -- balnearios naturales a lo largo del río Chacamax, siendo el más renombrado el Nututún, aunque existen otros balnearios de igual belleza.

La afluencia turística para Palenque se calcula entre 250, 000 visitantes anuales en promedio, sin embargo, la muy poca estructura y servicios de Palenque que brinda al turismo, hace que las grandes agencias de - viajes promuevan a la gran mayoría del turismo desde la ciudad de Villahermosa como centro de operaciones, quedando en este renglón por tal motivo, un mínimo de divisas para Palenque.(11).

11) FUENTE: Archivos del registro civil y Presidencia Municipal de Palen-- que, Chiapas.

COMUNIDADES QUE INTEGRAN EL
MODULO DE PALENQUE II.

La integran 8 comunidades:

- 1.- San Juan Chancalaito.
- 2.- Cinco de mayo.
- 3.- Cuauhtémoc Quemado.
- 4.- Santa María.
- 5.- Lázaro Cárdenas.
- 6.- Punta Arena.
- 7.- Arroyo Encanto.
- 8.- Ursulo Galván.

Para el presente estudio sólo se tomaron en cuenta 3 comunidades que son:

I.- SAN JUAN CHANCALAITO:

Esta comunidad se encuentra a una distancia de 65 kms. del municipio de Palenque, su extensión territorial es de 380, 000 mts². aproximadamente. Tiene una población de 1150 habitantes, además cuenta con 1 jardín de niños, 1 escuela primaria, 1 escuela secundaria, iglesia, delegación, y 1 casa de salud, en la que labora la auxiliar de salud perteneciente a la Jurisdicción Sanitaria No. VI.

Sus habitantes se dedican principalmente a la agricultura, ganadería y pesca.

En cuanto a su cultura, realizan 1 festividad de importancia el día 24 de junio en honor al santo "San Juan Bautista". Organizando baile popu-

lar, juegos pirotécnicos y artificiales.

En cuanto a deportes; organizan eventos de Fot-ball, y baloncesto, - en grupos de hombres y mujeres.

II.- CINCO DE MAYO:

Esta comunidad se encuentra aproximadamente a 80 km. de distancia -- del municipio de Palenque, tiene una extensión territorial de 250, 000 m²; su población es de 318 hab., cuenta con un jardín de niños, 1 escuela primaria, 1 telesecundaria en construcción, delegación; el Auxiliar de salud de ésta comunidad labora en su propiedad.

Los habitantes de ésta comunidad se dedican principalmente a la agri cultura. En cuanto a recreaciones, se realiza una feria del pueblo el 5 de Mayo, organizando bailes populares, juegos artificiales y pirotécnicos, -- además de eventos deportivos como el baloncesto principalmente.

III.- CUAUHTEMOC QUEMADO:

Situada a 20 kms. del municipio de Palenque, con una extensión terri torial de 153, 000 m²., con una población de 218 hab.

Esta comunidad es prácticamente nueva, se fundó hace 2 años aproxima damente; por lo que sólo cuenta con una instalación en donde se imparten - clases de educación preescolar y primaria; una parte de esta instalación - se ocupará como casa de salud, aunque por el momento el Auxiliar de salud labora en su propiedad.

Sus habitantes se dedican principalmente a la caza y agricultura. No tienen una festividad de importancia, ni eventos deportivos o culturales - dentro de la población.

ENFERMEDADES MAS FRECUENTES
EN EL MODULO PALENQUE II.

Los daños a la salud desde el punto de vista de la salud pública, -- son las enfermedades que afectan a una determinada población; agrupadas y analizadas según alguna característica común; causa, evolución, frecuencia, distribución geográfica, etc., de tal forma que permitan deducir medidas -- para su prevención y control.

DIARREAS.

En países en vías de desarrollo, las diarreas (Gastroenteritis aguda) representan un problema que afecta en especial a la población infantil mal nutrida. La diarrea es un síndrome de naturaleza infecciosa, que puede ser causada por virus, bacterias, protozoarios, hongos o helmintos; sin embargo, algunos casos se deben a trastornos metabólicos, enfermedades sistémicas, alteraciones fisiopatológicas del tubo digestivo, endocrinopatías, disfunción neurovegetativa o alteraciones psicósomáticas. De ahí la necesidad de establecer un diagnóstico clínico, seguido de un tratamiento oportuno adecuado y completo con las medidas pertinentes. Las diarreas afectan a todas las edades pero afecta más seriamente a la población infantil. En general las diarreas son autolimitadas, es decir, tienden a curar por sí solas sin necesidad de usar medicamentos, diferentes al SVO (suero vida oral) para prevenir la deshidratación.

A nivel nacional, la diarrea continúa siendo el segundo motivo de -- consulta en instituciones del sector salud. En 1995 en la República Mexicana se registraron 41, 342 defunciones por enfermedades infecciosas intestinales (tasa 0.59 por 1000 hab.). Sin embargo en los menores de 15 años hu-

bo 31, 322 muertes (75.8 %) y el número mayor de defunciones correspondió a menores de un año 22, 102 (tasa 9.1 por 1000 nacidos vivos), seguido por preescolares de uno a cuatro años con 7, 589, es decir, las diarreas causaron gran impacto mortífero entre la población infantil (Ver cuadro no. 1).

El ecosistema de la gastroenteritis aguda infecciosa se relaciona -- con la existencia de sujetos enfermos o portadores, quienes excretan al -- agente patógeno mediante materia fecal, de manera continúa, asociados a -- factores socioculturales tales como hacinamiento, carencia económica, inaccesibilidad o mala distribución de los servicios de salud de primer nivel. La diarrea es más frecuente en el medio rural y en cinturones de miseria - suburbanos en especial en conglomerados humanos carentes de agua potable y servicios de alcantarillados para la eliminación segura de excretas; su -- frecuencia se favorece por el fecalismo y basureros donde proliferan moscas y cucarachas.

MEDIDAS HIGIENICAS: Las diarreas se transmiten por el ciclo ano-mano boca, através de microorganismos, larvas o huevecillos de los parásitos -- presentes en los alimentos y agua contaminada. El fecalismo y las manos sucias constituyen el principal mecanismo de transmisión en México.

La eliminación de heces humanas y mantenimiento de letrinas higiénicas, con provisión de lavabos apropiados, debe ser adecuada. En el campo - las heces deben enterrarse a una distancia suficientemente lejos y abajo - de la fuente de agua potable. Debe existir protección, purificación y cloración del agua de abasto público. Evitar conecciones cruzadas entre distintos abastecimientos hídricos y de flujo reverso a sistemas de alcantarillado. Para protección individual o familiar, es preferible hervir el agua o someterle a un tratamiento químico adecuado.

La limpieza rigurosa en la preparación, manipulación y almacenamiento de alimentos a la temperatura debida. Debe darse atención especial a en saladas, salsa y otros alimentos que se sirven fríos. Estas disposiciones rigen tanto en el hogar como en establecimientos o puestos donde se expenden comidas al público. Limitar la pesca y venta de mariscos, sólo a los - que proceden de sitios autorizados. Conviene hervirlos 10 minutos antes de servirlos. Educar al público y en particular a manejadores de alimentos, - acerca de métodos higiénicos y el lavado de las manos después de la defecación y antes de manipular o servir alimentos.

SINTOMATOLOGIA: Se caracteriza por la forma brusca con que se presenta y por la intensidad de sus síntomas, las heces al principio pueden ser pastosas o semisólidas y volverse líquidas, hasta llegar a ser acuosas. En las formas leves se presentan 4 a 5 evacuaciones sucesivas y se espacían - hasta desaparecer al cabo de uno o dos días y regresar a la normalidad. En las formas graves el número de evacuaciones por día es mucho más elevado y la duración del cuadro más prolongado.

En caso de deshidratación por diarrea presenta:

- Evacuaciones líquidas de más de 3 en 24 hrs.
- Ojos hundidos.
- Lloro sin lágrimas.
- Boca y lengua secas, saliva espesa.
- Respiración rápida
- Sed aumentada o no puede beber.
- Orina: poca de color obscuro.
- Fiebre.
- Dolor abdominal.

- Vómitos frecuentes.

TRATAMIENTO: Una persona con diarrea tiene disposiciones flojas, con pérdida de agua, electrolitos y nutrientes. Después de tres evacuaciones se ha perdido mucha agua, sodio, cloro y bicarbonato lo que se denomina -- deshidratación. Cuando el caso no es tratado en forma oportuna el paciente puede morir. El tratamiento rápido y adecuado que puede ser administrado -- por la madre capacitada en el domicilio es el suero vida oral, no suspen-- der la alimentación, aumentar la ingesta de líquidos y acudir con la auxi-- liar de salud o con el personal de salud, aunque en general las diarreas -- tienden a curar solas.

Cuando la diarrea se prolonga varios días y se acompaña de malestar-- general, presencia de sangre en las evacuaciones o deshidratación, es con-- veniente acudir al médico para averiguar con precisión la causa y determi-- nar la medicación correcta.

INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS.

Las infecciones respiratorias constituyen en México el rubro de en-- fermedades más frecuentes y las formas graves son causa de un gran número de defunciones particularmente en el menor de 5 años, es el grupo en el -- que anualmente se concentra el 60 % de las muertes atribuidas a las infec-- ciones respiratorias agudas (IRA). Del total de estas muertes el 80 % son causadas por la neumonía la que en los países subdesarrollados es de etio-- logía bacteriana en un porcentaje elevado.

IDENTIFICACION DE LOS CASOS: Se entiende por IRA todo cuadro clínico que tenga desde su inicio hasta 15 días de evolución en los que se presen--

tan uno o más de los siguientes síntomas o signos.

- Obstrucción o secreción nasal.
- Dolor o secreción por el oído.
- Dolor o enrojecimiento de garganta con o sin placas purulentas.
- Tos.
- Ronquera.
- Dificultad respiratoria.

TRATAMIENTO: Para tratar a un niño con tos o catarro en casa, es importante seguir las siguientes recomendaciones:

- Limpiarle las mucosidades que obstruyen su nariz, sobre todo antes de -- darle el pecho o de acostarlo para dormir.
- Alimentarlo bien. La lactancia materna ayuda a combatir las infecciones, por ello es importante darle el pecho con mayor frecuencia. A cualquier edad un niño bien alimentado tiene menos probabilidades de enfermar. Las verduras y las frutas de color amarillo contienen vitamina A, que ofrece protección contra las enfermedades respiratorias.
- Darle abundantes líquidos como agua hervida, té, infusiones de hierbas o agua de frutas, ya que la pérdida de líquidos corporales puede agravar -- la enfermedad.
- Mantenerlo abrigado pero fresco y evitar las corrientes de aire.
- Ventilar la habitación donde se encuentre el niño enfermo y no fumar ni cocinar en la misma.

Si la infección respiratoria aguda se agrava puede presentar los siguientes signos:

- Respira muy rápido en forma corta y difícil; aveces acompañada por rui-- dos como silbidos o jadeos.

- Se le hunde abajo del pecho y entre las costillas al tomar aire.
- Los labios y las uñas se le ponen amoratados por falta de oxígeno.
- Le sobreviene un estado de postración (decaimiento) en el cuál no reacciona ante los estímulos, (no quiere comer ni jugar).

Al presentarse esto, se requiere de hospitalización inmediata y urgente, en donde se brindarán los cuidados intensivos y especializados necesarios para salvar la vida. (12).

12) S.S.A., Informe Semanal Epidemiología, México, 1995, Vol. I, p. 5 a 11.

CUADRO No. 1

DEFUNCIONES POR ENFERMEDADES
INFECCIOSAS INTESTINALES.

ESTADOS UNIDOS MEXICANOS 1995.

EDAD	FO.	TASA	%
0 a 1	22102	9.1*	53.5
1 a 4	7589	84.74**	18.3
5 a 14	1631	8.18**	3.9
15 a 24	704	5.06**	1.7
25 a 34	663	7.67**	1.6
35 a 44	790	12.70**	2.0
45 a 54	920	21.9**	2.2
55 a 64	1210	46.33**	3.0
65 a +	5357	201.01**	12.9
NO ESPECIFICADOS	376	-----	-----
TOTAL	41342	0.5***	100.0

(*) Por 1000 nacidos vivos.

(**) Por 100, 000 habitantes.

(***) Por 1000 habitantes.

FUENTE: Notificación semanal de casos, EPI-1-95. DG de Epidemiología S.S.A.

CUADRO No. 2

NOTIFICACION DE CASOS POR DIARREAS
E INFECCIONES RESPIRATORIAS A.

SEMANA 7 DE 1995.

ENEFERMEDAD	FO.
Amibiasis	10415
Shigelosis	123
Fiebre Tifoidea	57
Salmonelosis	749
Otras Infecciones Intestinales	17746
Intoxicación Alimenticia Bacteriana	195
Infecciones Respiratorias Agudas	163391
TOTAL	192676

FUENTE: Notificación semanal de casos, EPI-1-95. DG de Epidemiología S.S.A.

PLANTAS QUE SE UTILIZAN EN LAS EN-
FERMEDADES RESPIRATORIAS Y GAS-
TROINTESTINALES EN EL MODULO
DE PALNQUE I I .

AJENJO.

Es una planta viváz, cuyos tallos, hojas y flores exhalan un fuerte olor armático y penetrante con sabor amargo. La raíz es dura y fibrosa, - el tallo ramoso; en su interior contiene una médula blanquecina, las hojas son persistentes y cubiertas por un vello blanquisco. Las flores son pequeñas y numerosas de un amarillo verdoso; aparecen en noviembre y diciembre y desaparecen en marzo. El amargor es más acentuado en las flores que en -- las hojas y mucho más en las raíces. (13)

ACCION CURATIVA Y SU USO: Desde la más remota edad se usa el ajenjo en medicina, Galeno dice que es un tónico poderoso, es además diurético, - sirve contra la diarrea, la disentería, lombrices, falta de apetito y el - mal funcionamiento del estómago acompañado de sensación de plenitud y me-- teorismo. Es útil en afecciones gotosas y aumenta la actividad del trabajo digestivo. (14)

El ajenjo es considerado como uno de los mejores remedios estomacales no solamente porque elimina los gases, mejora y favorece la acción de-

13) LUNA, Alvaro. Enciclopedia Médica Naturista. 1er. Edic., Edit. Editores Mexicanos S.A., 1990, p. 31.

14) PALHOW, Manfred. El gran libro de las plantas medicinales. Editorial Everest Mexicanos, S.A., México, D.F., p. 72.

los jugos gástricos, sino porque despierta el apetito y promueve la digestión. Se ha recomendado el ajeno en arterioesclerosis, anemia y enfermedades palúdicas para combatir las molestias de la menstruación; intensifica la hemorragia y hace con ello que remitan los dolores.

El ajeno puede prepararse en té, tintura ya que conserva por mucho tiempo sus propiedades sin alterarse, también puede prepararse en cataplasmas.

EFFECTOS SECUNDARIOS: Las embarazadas no deberán consumir la planta a fin de no exponerse a los peligros de un aborto, el aceite esencial que se obtiene de esta planta debe considerarse tóxico; las consecuencias de una intoxicación son: temblores, dolores de cabeza, mareos, convulsiones musculares y pérdida del conocimiento.

ALBAHACAR (Ocimum Basilicum L.)

Todos la conocen por su olor agradable. Su sabor picante y aromático la hace agradable al paladar y al olfato.

Es originaria de la India pero se extendió con gran rapidéz, encontrándosele solamente en huertos.

Para fines medicinales se recomienda la hierba cuando está en flor y para fines culinarios en cualquier época, tanto en verano como en invierno.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Los responsables de sus propiedades son en primer lugar el aceite esencial y los taninos. (15).

15) PALHOW, M. Op.Cit., p. 73, 80 y 81.

ACCION CURATIVA: Contra la flatulencia y la dispepsia, la falta de--
apetito, la intranquilidad y el insomnio. La infusión de las hojas y las -
flores, alivia el dolor de cabeza, la infusión de las hojas es diurética,
estimulante, carminativa y emenagoga. Aspirando por la nariz el polvo, au-
menta las secreciones mucosas.

Para su uso externo tiene una aplicación en dolores de los oídos y -
para ello se introduce un pequeño brote mojado en leche y se coloca una bo-
lita de algodón para ser introducido. También da buenos resultados para la
destrucción de parásitos y en decocción sirve para lavar heridas infecta--
das.

COMO REMEDIO CASERO: Se le emplea principalmente como remedio contra
el dolor de estómago, para combatir la falta de apetito, contra la flatu--
lencia y en casos de estreñimiento, se le utiliza como gargarismo en las -
inflamaciones de la garganta y como apósito para las heridas supurantes o--
mal cicatrizadas.

BANANA (Musa Paradisiaca L.)

Planta perenne. Sus hojas son muy grandes, de un verde oscuro esme--
ralda, enteras, alternas, sencillas, lisas, ovales oblongadas, unidas en -
su base por un fuerte y largo peciolo que se prolonga bajo la forma de una
costilla muy saliente, de la cual parten finas nerviaciones iguales entre-
sí y paralelas. Las flores son completas en largos racimos denominados re-
gímenes. El tallo es amarillo, tierno y herbáceo, que se llama por esta ra-
zón falso tronco, el cuál está formado por las vainas de los peciolos que-
siendo sumamente prolongados se van engastando unos a otros simulando un -
tallo.

ACCION CURATIVA: La savia es astringente, corta las hemorragias externas e internas y disuelta en agua, mitiga la inflamación de los riñones.

El plátano no contiene ningún principio nocivo y puede comerse sin cuidado, pero en poca cantidad por ser muy alimenticio.

La harina del plátano es de fácil digestión, muy apropiada para individuos debilitados, enfermos y convalecientes. Es superior a todas las harinas alimenticias.

CANELA O CANELERO (Laurus Cinnamomum L.).

Las ramas son cilíndricas llevan grandes hojas ovaladas, opuestas y de pedúnculo corto que huelen a clavo. Las flores son escasas y pocas vistosas de color verde blanquecino.

La canela procede exclusivamente de cultivos situados en las cercanías de cursos de agua, ya que son plantas que necesitan abundante agua.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Contiene aceite esencial y taninos. El primero es excitante, el tanino es astringente; la canela, pues, es un tónico estimulante. Excita la contractilidad de la túnica muscular del aparato digestivo, aumenta la secreción del jugo gástrico de allí que favorezca la digestión.

ACCION CURATIVA: Trastornos gástricos, en la diarrea de origen no inflamatorio, para moderar los cólicos, es útil en las enfermedades y flatulencias del estómago y del intestino, en los estados de enfriamiento y depresión general, es buena contra las hemorragias, aumenta la fuerza y el número de pulsaciones. (16)

16) PALHOW, M. Op. Cit. p. 360 y 361.

EUCALIPTO (Eucalyptus globulus Labil).

El eucalipto es originario de Australia y Tasmania, donde fue descubierto por un estudioso botánico hace más de 300 años. Mucho más tarde, ha ce más o menos unos cien años el eucalipto es introducido a América. Hoy - en día existen diversas variedades. En algunos países hay grandes empresas para la producción de medicamentos como pastillas, jarabes, pomadas, lini- mentos y otros.

El eucalipto es un árbol grande de unos 70 m. de altura, sus hojas - son ovaladas, largas y delgadas, la flor es amarilla que luego se desarro- lla para dar frutos gruesos. A este árbol de rápido crecimiento le gusta - el clima fresco , gustándole bastante el agua, por lo que en algunos luga- res se utiliza para secar pantanos. También se le denomina el árbol de la- fiebre, ya que con su ayuda desaparece la malaria debido a que al secarse- los pantanos se extinguen los mosquitos propagadores de la enfermedad.(17)

SUSTANCIAS ACTIVAS: Debe considerarse como principio activo más im-- portante al aceite esencial con eucalipto, todas las otras sustancias ta-- les como principios amargos, resinas, goma y similares son menos productos que carecen de efectos concretos.

ACCION CURATIVA: El eucalipto en especial el aceite esencial es uti- lizado contra la tos, la bronquitis y el asma; sin embargo las hojas prin- cipalmente las de color verde-mar (ramos nuevos), son astringentes y su in- fusión es febrífuga. En infusión inhibe la formación de mucos en los bron- quios, el aceite esencial desinfecta los pulmones y vuelve líquido el mu-- cos denso.

17) BRUSSEL.M., Juanita Manual de plantas medicinales para el promotor de- medicina preventiva y salud comunitaria. EdiT. ISNAYA, p. 259 y 260.

Puede facilitar la cicatrización de úlceras modificando su naturaleza. Se puede usar para moderar la tos, e impide las infecciones.

USO EN LA MEDICINA POPULAR: Es utilizado para tratar catarros, tos, constipados, resfriados, calentura, congestión de la nariz, dolor de cabeza y ronquera.

EQUISETO, COLA DE CABALLO (Equisetum Arvense).

Hierba poblada de tallos huecos, anudados de trecho en trecho y de modo que encajan unos en otros, guarnecidos alrededor con una especie de hojas de cerda. Crecen en los campos de cultivo como invasor, pero crece también al borde de los prados en descampados, bordes de fosas y matorrales, si el suelo es húmedo y arcilloso.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Acido sílico (hasta un 10 %), flavonas y saponinas.

ACCION CURATIVA: En forma de té es eficaz contra las dolencias reumáticas, la tos crónica y la inflamación de las piernas por causas metabólicas, los trastornos de la vejiga y los del riñón, así como infusiones depurativas de la sangre. Al exterior se puede usar con inmenso beneficio, en compresas contra las heridas pútridas, llagas. Es también astringente, da buenos resultados en el lavado de úlceras. Facilita la secreción urinaria.

En la antigüedad se le usaba como remedio hemostático, durante la Edad Media era utilizada contra la tos, la gota, la disentería y los cálculos.

Es ligeramente diurética para el reuma y la gota, en forma de apósito en las heridas mal cicatrizadas es recomendada. Para gargarismos y enjuagues así como aditivo para baño. Las flavonas, junto con la saponina, -

actúa como un diurético suave, razón por la cuál es eficaz para el tratamiento de la vejiga y del riñón, como diurético. Más importante que esta acción es el efecto que ejerce sobre el tejido conjuntivo, en forma de tónico o como aditivo en baño actúa como estimulante local que revitaliza notablemente las fuerzas de resistencia a las enfermedades. Esto se debe sobre todo, al ácido sílico, para prevenir los resfriados ya que activa las fuerzas defensivas del cuerpo.

COMO REMEDIO CASERO: La medicina popular lo utiliza contra las afecciones pulmonares, el reuma y la gota, para gargarismos y enjuagues, en la faringitis, como apósito en las heridas mal cicatrizadas y para los trastornos de la vejiga y de los riñones. (18)

OREGANO (Origanum Vulgare L.).

El orégano común es una planta viváz con tallo derecho, de 3 a 6 cm. de altura, cubierto de pelos suaves. Las hojas son verdes por el haz y más pálidas y vellosas por el envés, redondeadas por su base, las flores dispuestas en panojas angostas.

En México se denomina orégano a una planta aromática que pertenece a las verbenáceas cuyo nombre científico es *Lippia oreganoides* H.B. Et. Kunt. Todas estas plantas tienen en más o menos las mismas propiedades medicinales.

Para uso medicinal se utiliza toda la planta, el orégano es originario de la cuenca mediterránea aunque crece también en el Sur de Alemania,-

18) PALHOW, M. Op.Cit., p. 166, 167, 168, 371 y 372.

en Austria y Suiza. (19)

La hierba se recolecta durante la época de floración (de junio hasta agosto) y se debe recoger solamente las partes superiores de la planta.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Las sustancias medicinales activas del orégano son los aceites esenciales, los taninos y los principios amargos.

ACCION CURATIVA: Es un remedio excelente para las afecciones del tracto gastrointestinal. La desinfección de la vía digestiva va pareja a la activación en la producción de jugos gástricos; los taninos son eficaces en los casos de diarrea; contra todos éstos se utiliza el té. El orégano es antiespasmódico, emenagogo, estimulante y diaforético, el aceite esencial es utilizado para el dolor de muelas, es eficaz para la tos, asma, bronquitis y la tosferina.

COMO REMEDIO CASERO: La medicina popular lo utiliza, independientemente de que se trate de diarreas con fenómenos fermentativos o de flatulencias. Es utilizado de igual manera en dolores de vesícula o de dolor estomacal, así también, en la falta de apetito. En té se administra endulzado con miel, para la tos, asma y bronquitis. (20)

19) LUNA, Alvaro. Op.Cit. p. 263 y 264

20) PALHOW, M. Op.Cit., p. 269 y 270.

GENCIANA (Gentianan Lutea L.)

Es una hierba con tallo grueso, hojas ovales, anchas, lisas, opuestas flores en racimos de color amarillo, salen las axilas de las hojas superiores, las raíces son gruesas, carnosas, de color amarillo internamente.

La raíz es la que se emplea en medicina y su valor medicinal se encuentra en esta. (21)

SUSTANCIAS ACTIVAS: Principios activos, amargos, principalmente genciopricrina y la amarogenciana recientemente descubierta y un poco de taninos.

ACCION CURATIVA: La raíz de genciana es una auténtica droga de principios amargosos. Su contenido en taninos es reducido, lo cuál es muy importante como tónico estomacal, pues se evitan así posibles irritaciones. La falta de apetito, la debilidad gástrica con secreción insuficiente de jugos, las alteraciones en el vaciado gástrico, la flatulencia, así como en los espasmos y la atonía en el estómago y el intestino se puede tratar con éxito mediante un té de genciana. Los principios activos actúan por una parte al entrar en contacto con la mucosa bucal, desencadenando reflejos curativos por lo que también se emplea para la cura del escorbuto. Al emplear esta planta hay que averiguar primero qué forma de alteración funcional del estómago es la que ha presentado. Cuando se trata de una falta de jugos gástricos la genciana es el remedio adecuado, pero resulta contra indicado si lo que hay es un exceso de acidez, (el toronjil, los cominos, la manzanilla, el anís o el hinojo), son más adecuados para estos casos.

21) LUNA, Alvaro. Op.Cit., p. 179.

El té debe beberse templado antes de las bebidas principales. Es interesante saber que la genciana actúa como tónico circulatorio.

EN LA MEDICINA POPULAR: En las dolencias gástricas, intestinales, hepáticas, y biliares. Ya era conocida la genciana en los siglos V y VI A.C. Galeno recomendaba la genciana como remedio adicional contra la reuma y la gota. Estas indicaciones las siguieron también los médicos medievales.(22)

GUAYABA (Psidium Guajava L.).

Es nativa de México y Centroamérica. Su arraigado uso en nuestra tierra ha sido verificado por diversos historiadores de la Colonia. La guayaba da frutos de olor y sabor agradables y es un árbol de hasta 8 m. de altura.

SUSTANCIAS ACTIVAS: En estudios químicos, se encontraron, que toda la planta es rica en taninos (hojas 9-10 %, corteza 12-30 % y raíz 10-20%) Las hojas contienen ácido malínico y eleágico, así como aceite esencial. La raíz contiene esteroides, leucoantocianinas y ácido gálico.

ACCION CURATIVA Y USOS: Se comprobó que la infusión de las hojas pulverizadas, tiene un efecto que impide el crecimiento de las bacterias que atacan las vías urinarias y la tifoidea. Antes de la madurez los frutos son empleados como astringentes (estreñir) y después de ella como laxante. En la gastritis y enteritis crónica tiene acciones ligeramente diuréticas y sudoríficas y además contiene efectos estimulantes sobre la actividad del hígado y de los riñones, reuma y gota.

22) PALHOW, M. Op.Cit. p. 195, 196 y 197.

USOS EN LA MEDICINA POPULAR: Comúnmente se utiliza para tratar casos de diarrea, disentería. También se usa para el vómito y dolores de estómago (23)

YERBABUENA (Mentha Piperita L.)

Esta planta pertenece al mismo género que la hierbabuena de gallina, es una hierba pequeña que crece por encima del suelo. Sus hojas verdes son más punteaditas que las de la hierbabuena de gallina. El aroma de sus hojas es parecido al peperin. Crece un poco más alto que la otra, ya que según las condiciones climáticas y del suelo pueden alcanzar hasta medio metro de altura. Tine su origen en el sureste y parte central de Europa, fue introducida por los españoles al continente americano durante la colonia.

PRINCIPIOS ACTIVOS: En estudios de laboratorio determinaron que sus compuestos más importantes son los aceites esenciales Mentol y Mentona. -- También tienen otros monoterpenos, flavonoides, triterpenos, y taninos.

ACCION CURATIVA: Los científicos comprobaron que el aceite esencial de la yerbabuena es útil en el tratamiento de: gases y cólicos intestinales, dolor de estómago, trastornos de las vías respiratorias (en combinación con eucalipto y alcanfor), reduce las evacuaciones diarreicas.

USO EN LA MEDICINA POPULAR: Se usa tradicionalmente para tratar parásitos intestinales, dolor de estómago, cólicos, catarros, resfriados y asma. (24)

23) BRUSSEL, M. Juanita Op.Cit., p. 265 y 266

24) BRUSSEL, M. Juanita Op.Cit., p. 265, 266, 267, 268.

LIMONERO (Citrus Limonium, Risso).

Este árbol es de mediano porte, siempre florido y siempre con fruto; su azahar no es tan oloroso como el del naranjo. La corteza cuando está -- nueva es de color verde, se pone parduzca con la edad, las hojas son alternas, agudas, dentadas, y lustrosas, las flores son de color rosa por fuera pero blancas por dentro. Mide de 3 a 5 mts. de altura.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Contiene aceite esencial, hesperidina y unos 15- glucósidos distintos a las flavonas, también tiene vitamina C. Al aceite - esencial se le atribuyen propiedades antibacterianas.

ACCION CURATIVA: Su acción provoca la contracción de los vasos san-- guíneos, el fruto se usa para extraer el zumo y curar las encías que san-- gran, fortalece el estómago, combate los gases, los dolores de cabeza, vértigos, palpitaciones cardiacas, parto retardado, fiebre, tos, vómito, in-- fecciones de la garganta, diarreas. Al exterior el limón sirve contra la - caspa, frotándose la cabeza por la noche medio limón, un vaso de agua ca-- liente con zumo de limón es un dentrífico incomparable, destruye el sarro- de los dientes, es además antiescorbútico.

La infusión de las hojas es antiespasmódico. La cáscara del fruto -- contiene un aceite estimulante que se da contra la tenia solium. Se usa -- también contra mareos y reumatismo.

USO EN LA MEDICINA POPULAR: Esta planta se ha utilizado y es usada - por nuestro pueblo para infinidad de males. Representa una gran utilidad - en la dieta diaria de nuestro pueblo. De antaño ha sido considerado mezclado con leche de vaca y manteca de cerdo como eficaz contra venenos e intoxicaciones por insecticidas. Además, se usa para fiebres, controlar ner-- vios, artritis y reumatismo.. (25)

MAMEY (Mammea Americana L.).

Es un árbol muy corpulento con tallos rojizos, hojas como limonero - en número de 10 u 11, cerca de las ramas aparecen las flores, de donde se producen los frutos que son grandes y casi redondos y la pulpa es al principio blanca y después escarlata, encierra un hueso grande, liso y lleno - de almendra.

En este fruto de sabor muy agradable. La almendra contenida en el -- hueso suele agregarse a la bebida de cacao y suele untarse en el cabello - para que no se parta y se conserve íntegro y brillante. (26)

La corteza del hueso cura las afecciones del corazón y machacada con vino cura los riñones y los cálculos. Se usa en enfermedades del cuero cabelludo (semilla), para la diarrea (fruto) y en enfermedades de los ojos - (semilla). (27)

MANZANILLA (Matricaria Chamarilla L.)

Es una hierba pequeña, de 20 a 50 cm. de alto, hojas finitas y flores de pétalos blancos con un botoncito amarillo donde están las semillas, su época de floración es en mayo y junio, crece en casi cualquier clima.

25) LUNA, Alvaro, Op.Cit., p. 214, 215, 216.

26) HERNANDEZ, Francisco, Op.Cit. p. 271, Tomo II.

27) MENDIETA, Rosa María. Plantas medicinales de Yucatán. Editorial Continental S.A. de C.V., México, D.F., 1988, 1er. edic., p. 428

La manzanilla es originaria de Europa pero se ha extendido su cultivo en todo el mundo. En nuestro continente crece desde el sureste de los Estados Unidos de Norteamérica y a todo lo largo de Centroamérica y Sudamérica. En la actualidad, se puede decir que es la planta medicinal de mayor venta en el mundo. La industria farmacéutica y cosmética la utiliza en toneladas para producir shampoo, crema, tinturas, lociones, pomadas, pastillas y jarabes.

SUSTANCIAS ACTIVAS: En diferentes países se han dedicado a estudiar las propiedades curativas de la manzanilla, demostrando y ratificando que la gente no se equivoca. Estudios de laboratorio han demostrado la presencia de aceite esencial y que en el producto de farmacia contiene como mínimo 0.4 %. Su composición es muy compleja siendo sus elementos más importantes el camazuelo, bisaboloides y otros componentes con los flavoglucósidos y la cuminaria, mucílagos y minerales.

Lo que principalmente se utiliza son las cabezuelas y los restantes elementos herbáceos. (28)

ACCION CURATIVA: La manzanilla sirve como uso interno y externo. En el primero se emplea en forma de té contra los dolores intensos de estómago; incluso tras un breve tratamiento desaparece totalmente la dispepsia. En los casos de gastritis crónica de úlceras gástricas, también es útil para trastornos gástricos de origen biliar, conviene mezclar con menta y toronjil; para la cura de estas. El té de manzanilla tiene propiedades anti-

inflamatorias por lo que se utiliza en las heridas mal cicatrizadas, en la estomatitis y faringitis, es eficaz para las irritaciones en las zonas --- anal y vaginal, en casos de nervios, insomnio, problemas con la menstrua--- ción y flujo blanco.

USOS EN LA MEDICINA POPULAR: Toda la planta seca es utilizada en la preparación de remedios caseros para tratar dolores de estómago, indiges--- tión, vómito, diarrea, congestión nasal, dolor en el vientre, para bajar - la menstruación, para aligerar el parto, para tratar hemorragias, calenturas, ronchas, sarampión, inflamaciones, heridas, golpes en piel y nervios.

(29)

PAPA (Solanum Tuberosum).

Planta herbácea de unos 50 cm. de alto, flores de color blanco o lila. El exterior de las papas es muy variado; rojo oscuro, rojo claro, amarillo.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Almidón, obtenido de los tubérculos. Las papas - en infusión son diuréticas y sirve contra las afecciones del hígado y riñó--- nes. Las papas contienen solanina, pero con la cocción se vuelve inofensi--- va pues esta sustancia tóxica es soluble.

ACCION CURATIVA: Sirve contra las afecciones del hígado y riñones, - son buenas contra las quemaduras, el alcohol de papa excita la nutrición, pero hay que tener cuidado ya que la inspiración de sus vapores produce: - dolores espasmódicos en el pecho, seguido de tos, náuseas y vómito.

USOS EN LA MEDICINA POPULAR: Las hojas en ebullición se usan como - remedio para sedar principalmente contra las hemorroides y afecciones es--pasmódicas. (30).

SABILA (Desylirion).

Planta de origen mediterránea y cultivada en numerosos lugares de México. En la República Mexicana lleva actualmente el nombre de zábila o sá-bila, el cual deriva del arabe "SABIDA".

La sábila llegó a América con los conquistadores, que la venían utilizando como planta medicinal. Es una de las plantas más explotadas por la industria mundial.

PRINCIPIOS ACTIVOS: Estudiantes en laboratorios y universidades en--contraron que el líquido que hechan las hojas al ser cortadas y puesto al fuego da un residuo llamado "ALOE" o "ACIBAR" que es donde se encuentra la "ALONINA" responsable de las acciones curativas de la planta. También contiene mucílagos.

ACCION CURATIVA: La sábila se utiliza para cicatrizar heridas y quemaduras porque impulsa el crecimiento de células, es útil en casos de in--flamaciones, sirve para calmar los dolores (por ejemplo en caso de heridas y quemaduras), tiene un efecto purgante, está indicada para casos de aler-gia en la piel; barros, espinillas y caída del pelo.

La sábila se utiliza para preparar "acíbar de la barbada" droga em--pleada como tónico y purgante, el aloe tiernísimo y de tal manera mucilagi-

noso y salivoso, que fácilmente se deshace y se convierte en líquido. Se aplica con excelentes resultados en erisipelas y llagas abiertas. (31)

Su acción se dirige especialmente al intestino y recto. No conviene dar a los que padecen de hemorroides, ni tampoco debe usarse como purgante en niños y mujeres embarazadas. En dosis no purgante pero repetidos, excita el apetito y entona el estómago y los intestinos, produce evacuaciones más fáciles, aumentando la secreción de la bilis. Cicatriza heridas y quemaduras.

USO EN LA MEDICINA POPULAR: Se usa en la dispepsia atónica, en las enfermedades cerebrales crónicas por su acción en el intestino grueso en los estados congestivos crónicos del hígado, en este caso obra determinando la evacuación de la bilis y provocando un derrame sanguíneo por el ano, en las hidropesías consecutivas, en el estreñimiento y contra los cólicos. (32).

RUDA (Ruta Graveo Lens L.).

La ruda tiene su cuna en Europa del Sur de donde fue introducida a América a partir del siglo XVI. A esta especie fuera de sus propiedades medicinales se le atribuyen también cualidades mágicas.

La ruda es una planta vivaz, ramificada de color verde gris y de aroma muy intenso con tallos rígidos y redondos. Sus flores son de color amarillo verdoso.

31) HERNANDEZ, Francisco. Op.Cit., p. 951, Tomo III.

32) LUNA, Alvaro, Op.Cit., p. 46 y 47, Tomo I.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Aceite esencial, algo de taninos, derivados de la cumarina, alcaloides y flavoglucósidos. El aceite esencial es utilizado para calmar dolores. La rutina (flavonales), disminuye la fragilidad capilar.

ACCION CURATIVA: El té de ruda se utiliza como sedante suave, como espasmolítico y diurético. En ocasiones se emplea para estimular el apetito. Tiene aplicaciones contra las enfermedades nerviosas, dolores de cabeza, debilidad general, hidropesía, palpitaciones cardiacas, reumatismo. Es carminativa, emenagoga para infecciones de oído, cólicos, dolor de estómago y para retrasos menstruales.

USOS COMO REMEDIO CASERO: Se utiliza para la falta de apetito, mareo, palpitaciones, exceso de flujo sanguíneo en la cabeza, cólicos menstruales trastornos nerviosos, asfixia, dolores de estómago, luxaciones, hidropesía la gota y los exantemas.

PRECAUCIONES: La ruda tomada en gran cantidad es tóxica, ocasiona fiebre, inflamación en la lengua, sequedad en la garganta, dolor epigástrico, vómito, cólicos, depresión, contracción de la pupila, alucinaciones, convulsiones, somnolencia y la muerte.

Las embarazadas deberán prescindir de tomarla, ya que eleva el riego sanguíneo hacia los órganos ventrales (en especial hacia la pélvis), lo cual puede ocasionar un aborto.

NARANJO.

Es un árbol de 6 a 12 m. de altura y de raíces planas que es originario del este de la India. El árbol tiene una copa redonda muy ramificada. Las hojas se disponen en espiral, en las ramas se sitúan las flores llama-

das también de azahar.

SUSTANCIAS ACTIVAS: Aceite esencial y sustancias acompañantes: principios amargos, hesperidina y algo de taninos.

ACCION CURATIVA: Las flores del naranjo, llamadas flores de azahar, se les atribuyen propiedades sedantes, lo mismo es válido para las hojas. Ambas se mezclan a menudo para preparar infusiones para combatir el insomnio y los nervios, aunque es más frecuente que sean componentes secundarios de téis contra dolores de estómago. (33)

SASAFRAS.

Es un árbol grande, con hojas creneladas y divididas en tres partes, y tallos lisos, algo rojizos y que huelen a anís.

Es de naturaleza caliente y seca en tercer grado, y de partes sutiles.

Nace en la provincia de Florida, y según dicen también en la Michoacanense, Chiapas, Yucatán y Campeche.

ACCION CURATIVA: Alivia los cólicos intestinales, la dificultad de orinar y las enfermedades de los riñones, siempre que provengan de causa fría, quita la flatulencia y abre las obstrucciones.(34)

33) PALHOW. M. Op.Cit., p. 386 y 387.

34) HERNANDEZ, Francisco, Historia de las plantas de Nueva España, Tomo I, p. 292 y 293.

NANCE O NANCHE.

Es un árbol que mide aproximadamente 5 metros de altura, crece con-- ramas y hojas un poco redondas y verdes. El palo del árbol es poco blanco, delgado y su corteza de color cenizo. Las raíces son delgadas y largas.

Florece en los meses de abril y mayo. Sus flores son poco amarillas, pequeñas, compuestas y redondas. Los frutos son pequeños, redondos y con -- la semilla maciza. Cuando los frutos están tiernos son de color verde y -- cuando ya están maduros son amarillos, con la semilla dura. Este árbol no-- se siembra, ni se planta; nace por sí solo en los cerros, laderas y barran-- cos.

USO EN LA MEDICINA POPULAR: La corteza y la raíz se usan para dolo-- res en la cintura. El fruto se utiliza para enfermedades diarreicas, dolor de estómago y disentería. Para estas enfermedades el fruto se debe de co-- mer un poco verde. (35)

COMINO (Cuminum cyminum).

Planta anual de hasta 50 cm. de altura, con las hojas segmentadas, -- largas y estrechas. Las flores son de color blanco rosado y se reúnen en -- una umbela de dos a 5 radios. Es objeto de cultivo por sus semillas, que -- se usan como condimento. Florece en primavera. (36)

USO EN LA MEDICINA POPULAR: La semilla es utilizada para aliviar las flatulencias, la dificultad para orinar, ayuda a cicatrizar heridas, y pa-- ra bajar la menstruación. (37)

35) RAMIREZ, Cleofas, Plantas de la región náhuatl., p. 187.

SAUCO (Sambucus Mexicana).

Arbusto o árbol hasta de 10 m. de altura con las ramas largas y quebradizas llenas de abundante médula, hojas opuestas, compuestas de unas 5-hojuelas pinnadas, medianas, lanceoladas o ovoides; flores pequeñas, blancas, densamente dispuestas en inflorescencias cimosas aplanadas; frutos -- carnosos, pequeños, casi negros. Frecuente en vegetación de tierras templadas, o en las partes frescas de las tierras calientes. Los frutos son comestibles y se han usado en algunas partes para hacer pasteles y vinos.

USO COMO REMEDIO CASERO: Las flores en forma de té se usan como diaforéticos y estimulantes. Se utiliza para disminuir la tos, dolor de cuerpo, catarro. (38)

CUAJILOTE (Parmentiera edulis).

Arbol hasta de 10 m. de alto con las ramas espinosas; hojas alternas u opuestas, compuestas de 3 a 5 hojuelas elípticas, medianas; frutos de unos 14 cm. de largo con costillas verde-amarillento. Frecuentemente -- cultivado en las tierras calientes, por su sombra y su fruto, que se come crudo, cocido o en conserva. El nombre es de origen nahua y significa: jilote (xilotl) de árbol (cuahuitl), jilote es la mazorca tierna del maíz.

36) Diccionario Monografico del reino vegetal, p. 87

37) GUERRA, Francisco. El libro de Medicinas Caseras de la madre de Dios., p. 27

38) MIRANDA, Faustino, La vegetación de Chiapas., Tomo II, p. 247.

USOS COMO REMEDIO CASERO: El cocimiento del fruto es considerado popularmente como un buen remedio contra los resfriados, y también se usan las raíces como diurético, especialmente en el tratamiento de la hidropesía. (39)

CEBOLLIN (Allium cepa).

Planta perenne con bulbo, del que salen las hojas lineares y cilíndricas, de unos 7 mm. de anchura. El tallo puede alcanzar hasta 1, 2 m. de altura. Las flores son de color blanco verdoso y se disponen en umbelas de hasta 10 cm. de diámetro.

El perianto está formado por tépalos libres de 0.5 cm. de longitud. Se cultiva desde la antigüedad por sus bulbos carnosos y comestibles, que se consumen crudos o cocidos, y también se utiliza como condimento. Florece entre junio y septiembre. Es originaria de Asia Occidental, pero su cultivo está muy extendido.

USO COMO REMEDIO CASERO: El jugo de la cebolla es antiséptico, además se utiliza también para el alivio de inflamación de la garganta. (40)

39) MIRANDA, Faustino, Op.Cit., Tomo I, p. 294

40) Diccionario Monográfico del reino vegetal., p. 75

COCOITE - CUCHUNUC (Gliricida sepium).

Arbol hasta de 15 m. de altura, de corteza rugosa con protuberancias blancas, hojas alternas compuestas de unos 7 a 15 hojuelas pinnadas, aovadas, medianas, algo pálidas debajo; flores abundantes, bonitas, blanco rosadas; vainas de 10 a 15 cm. de largo. Abundante en matorrales secundarios de las selvas bajas y altas de la tierra caliente.

En algunas partes de México, se llama cacahuananche, nombre de origen nahua que significa madrecita (nantzin) del cacao (cachuatl), debido a que fue muy usado en tiempos precortesianos como árbol de sombra del cacao.

La madera tiene corazón pardo oliváceo que se ennegrece con el tiempo. Es muy dura, pesada y fuerte, y aunque no se trabaja con facilidad, adquiere buen pulimiento; es notable por su gran durabilidad. Las hojas son comidas por el ganado, pero, al igual que otras partes de la planta, son venenosas para perros, ratas y otros roedores. La corteza o las hojas molidas con maíz cocido se usan para matar ratones, de ahí el nombre de matorrón, que se da en algunas partes a éste árbol.

USO COMO REMEDIO CASERO: Las hojas en forma de té se utilizan para el alivio de resfriados, tos, dolor de garganta y dolor de cabeza. (41)

BELLADONA (Atropa bella-donna)

Hierba perenne, pubescente y ramificada, de hasta 1.5 m. de altura. Las hojas son ovales y grandes, de hasta 20 cm. de longitud y de olor desagradable. Las flores son aisladas y péndulas, de color púrpura o verde, la

41) MIRANDA, Faustino., Op.Cit. , Tomo I, p. 296.

corola alcanza 3 cm. de longitud. El fruto es una baya de color negro brillante, de 1 cm. de diámetro, y dulce, aunque muy venenoso (puede ser mortal) .

ACCION CURATIVA: La toxicidad del mismo (fruto) reside en los alcaloides que contiene (hioscina y atropina), que son estimulantes del sistema nervioso y producen dilatación de la pupila, por lo que se usa con fines médicos. En dosis excesivas los alcaloides de la belladona producen disminución de la sensibilidad, sed, vómitos, convulsiones y delirio que termina con la muerte. A pequeñas dosis provoca taquicardia y reducción de la secreción gástrica y salivar. Es muy utilizada por los oculistas, por la manifiesta dilatación ocular que produce. El nombre científico completo -- alude a dos de sus características más notables, Atropa viene de "atropos" figura mitológica de la muerte, y bella-donna se refiere al uso de que era objeto, apartir de la Edad Media, como cosmético, pues servía para eliminar las pecas y blanquear la piel en general. (42)

42) Diccionario Monográfico del reino vegetal., p. 55.

MAGUEY (Agave atrovirens)

Hierba de grandes dimensiones, de raíz fasciculada, tallo corto del cual nacen las hojas que rematan en largas púas. Hay varias especies de maguey que producen agua miel para el pulque. De la epidermis de la hoja del maguey puede extraerse una especie de pergamino, y del centro de las mismas, una fibra larga, que sirve para hacer cuerdas, estropajos, ayates, etc.

USOS EN LA MEDICINA POPULAR: Esta hierba es de gran utilidad dentro de la medicina popular, se puede utilizar para el dolor de oído (utilizando la pulpa del maguey); hirbiendolo nos sirve para la curación de heridas facilitando así la cicatrización; , en forma de té, alivia el dolor que se presenta después del parto; y combinandolo con canela, en forma de té, es de gran utilidad para la infección de la garganta y la tos. (43)

43) RAMIREZ, Cleofas., Plantas de la región náhuatl., p. 182.

2.- CUADROS, GRAFICAS Y ANALISIS DE LOS

CUADROS.

CUADRO No. 1

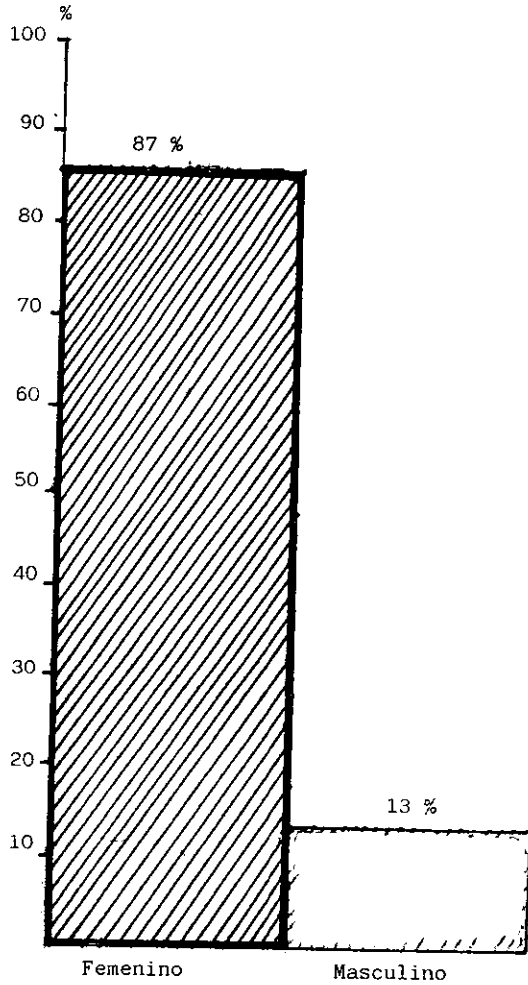
SEXO DE LAS PERSONAS QUE UTILIZARON
PLANTAS COMO REMEDIO CASERO.

SEXO	FO.	%
Femenino	52	87
Masculino	8	13
TOTAL	60	100

FUENTE: Encuesta aplicada a la comunidad del módulo de Palenque II, en el estado de Chiapas, del 1° al 30 de agosto de 1996.

GRAFICA No. 1 .

SEXO DE LAS PERSONAS QUE UTILIZARON
PLANTAS COMO REMEDIO CASERO.



FUENTE: Misma del cuadro no. 1 .

ANALISIS DEL CUADRO No. 1

En el presente cuadro se observa que el 87 % de la población que se tomó en cuenta para este estudio es del sexo femenino y un 13 % es del -- sexo masculino.

CUADRO No. 2

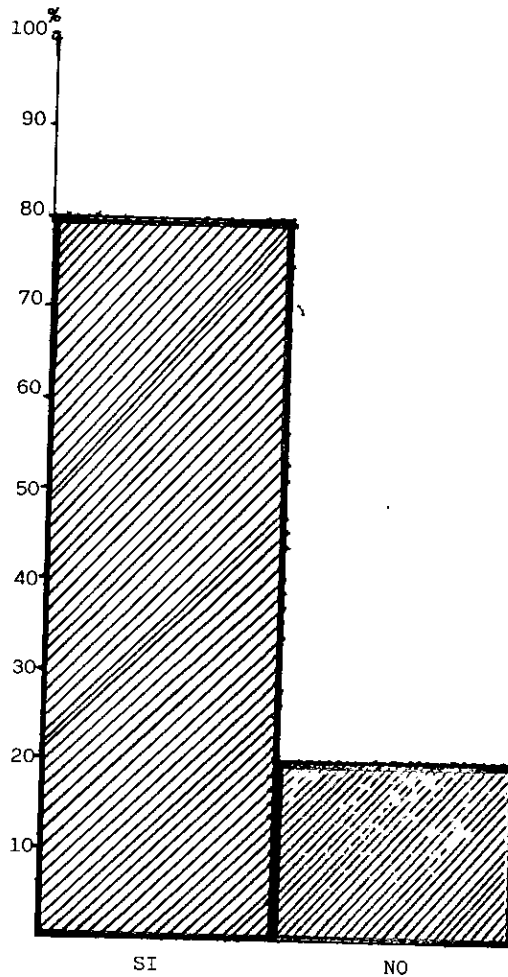
FRECUENCIA CON QUE SE UTILIZARON
LAS PLANTAS MEDICINALES EN
ESTA COMUNIDAD .

UTILIZACION	FO.	%
Si	48	80
No	12	20
TOTAL	60	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRAFICA No. 2

FRECUENCIA CON QUE SE UTILIZARON
LAS PLANTAS MEDICINALES EN
ESTA COMUNIDAD .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1 .

ANALISIS DEL CUADRO No. 2

Se observa que del total de población que se tomó en cuenta para esta investigación, un 80 % si utiliza plantas medicinales para el tratamiento de enfermedades respiratorias y gastrointestinales; y un 20 % de dicha población no las utiliza.

CUADRO No. 3

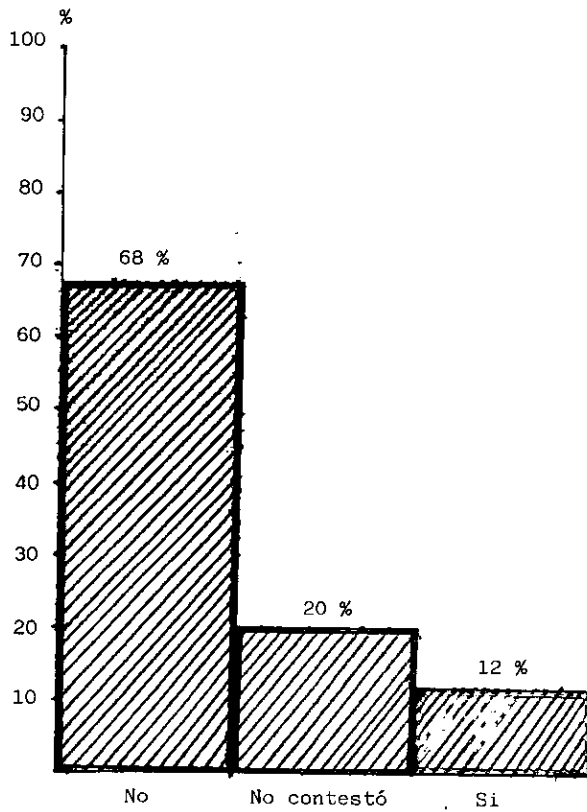
CONOCIMIENTO QUE TIENE ESTA COMU -
NIDAD SOBRE LAS PROPIEDADES DE
LAS PLANTAS MEDICINALES .

CONOCIMIENTO	FO.	%
No	41	68
No contestó	12	20
Si	7	12
TOTAL	60	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRAFICA No. 3

CONOCIMIENTO QUE TIENE ESTA COMU -
NIDAD SOBRE LAS PROPIEDADES DE
LAS PLANTAS MEDICINALES .



FUENTE : Misma del cuadro no., 1 .

ANALISIS DEL CUADRO No. 3

En este cuadro vemos que un 68 % de la muestra tomada para este estudio no conoce las propiedades curativas de las plantas medicinales que utilizan para el tratamiento de enfermedades respiratorias o gastrointestinales; un 20 % de la población no contestó a dicha pregunta y sólo un 12 % si conoce las propiedades curativas de las plantas.

CUADRO No. 4

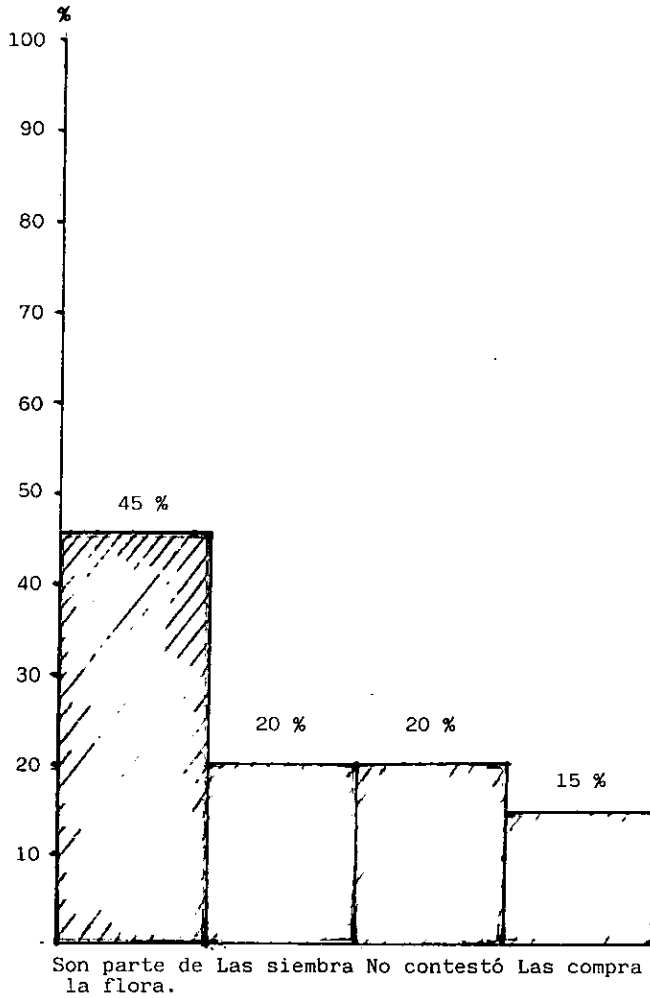
DISPOCICION DE LAS PLANTAS MEDICINALES .

DISPOCICION DE PLANTAS	FO.	%
Son parte de la flora de la comunidad.	27	45
Las siembra	12	20
No contestó	12	20
Las compra	9	15
TOTAL	60	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRAFICA No. 4

DISPOCICION DE LAS PLANTAS MEDICINALES .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 4

En este cuadro se aprecia que un 45 % de la muestra tomada para este estudio, menciona que las plantas medicinales que utilizan son parte de la flora natural de su comunidad; un 20 % de la muestra las siembra, otro 20 % no contestó a la pregunta; y sólo un 15 % las compra.

CUADRO No. 5

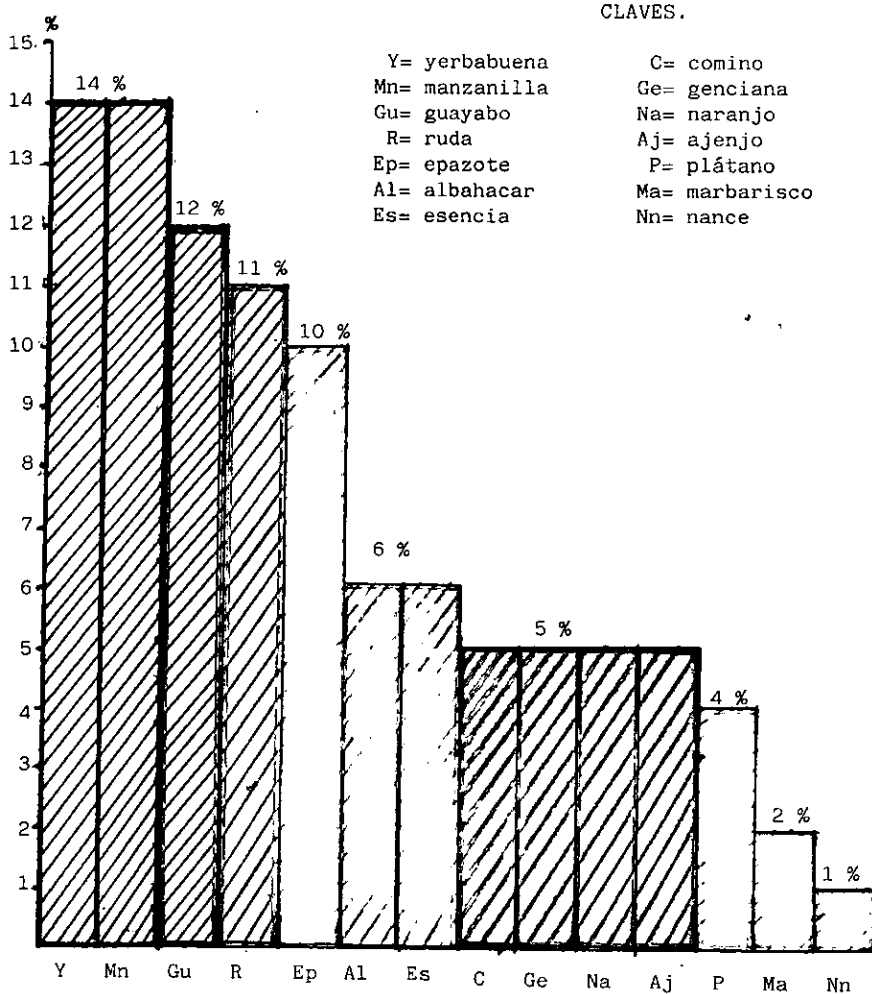
PLANTAS UTILIZADAS CON MAYOR FRECUENCIA
EN TRASTORNOS DIGESTIVOS .

PLANTAS	FO.	%
Yerbabuena	11	14
Manzanilla	11	14
Guayabo	10	12
Ruda	9	11
Epazote	8	10
Albahacar	5	6
Esencia	5	6
Comino	4	5
Genciana	4	5
Naranja	4	5
Ajenjo	4	5
Plátano	3	4
Marbarisco	2	2
Nance	1	1
TOTAL	81	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRAFICA No. 5

PLANTAS UTILIZADAS CON MAYOR FRECUENCIA
EN TRASTORNOS DIGESTIVOS .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 5

En este cuadro se encontró que las plantas utilizadas con mayor frecuencia en trastornos digestivos son la yerbabuena y manzanilla con un 14 % el guayabo con un 12 %, la ruda 11 %, epazote 10 %, el albahacar y la esencia con un 6 %, el comino, genciana, naranjo y ajeno con un 5 %, el plátano lo utiliza un 4 %, el marbarisco un 2 % y el nance 1 %.

CUADRO No. 6

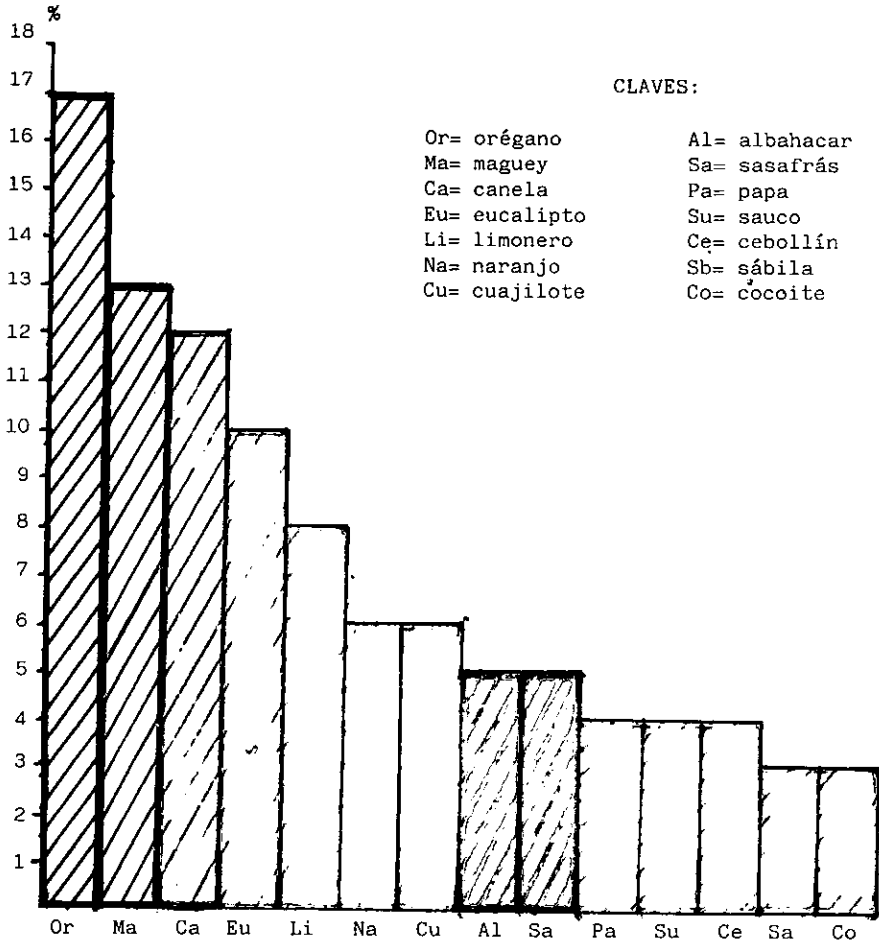
PLANTAS UTILIZADAS CON MAYOR FRECUENCIA
EN TRASTORNOS RESPIRATORIOS .

PLANTAS	FO.	%
Orégano	13	17
Maguey	10	13
Canela	9	12
Eucalipto	8	10
Limonero	6	8
Naranja	5	6
Cuajilote	5	6
Albahacar	4	5
Sasafrás	4	5
Papa	3	4
Sauco	3	4
Cebollín	3	4
Sábila	2	3
Cocoite	2	3
TOTAL	77	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRAFICA No. 6

PLANTAS UTILIZADAS CON MAYOR FRECUENCIA
EN TRASTORNOS RESPIRATORIOS .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 6

Este muestra que las plantas utilizadas con mayor frecuencia en tras
tornos respiratorios son: el orégano con un 17 %, el maguey con un 13 %,
la canela 12 %, eucalipto 10 %, limonero 8 %, el naranjo y cuajilote con -
un 6 %, el albahacar y sasafrás con un 5 %, la papa, el sauco y el cebo---
llín con un 4 %, y la sábila y el cocoite lo utilizan un 3 %.

CUADRO No. 7

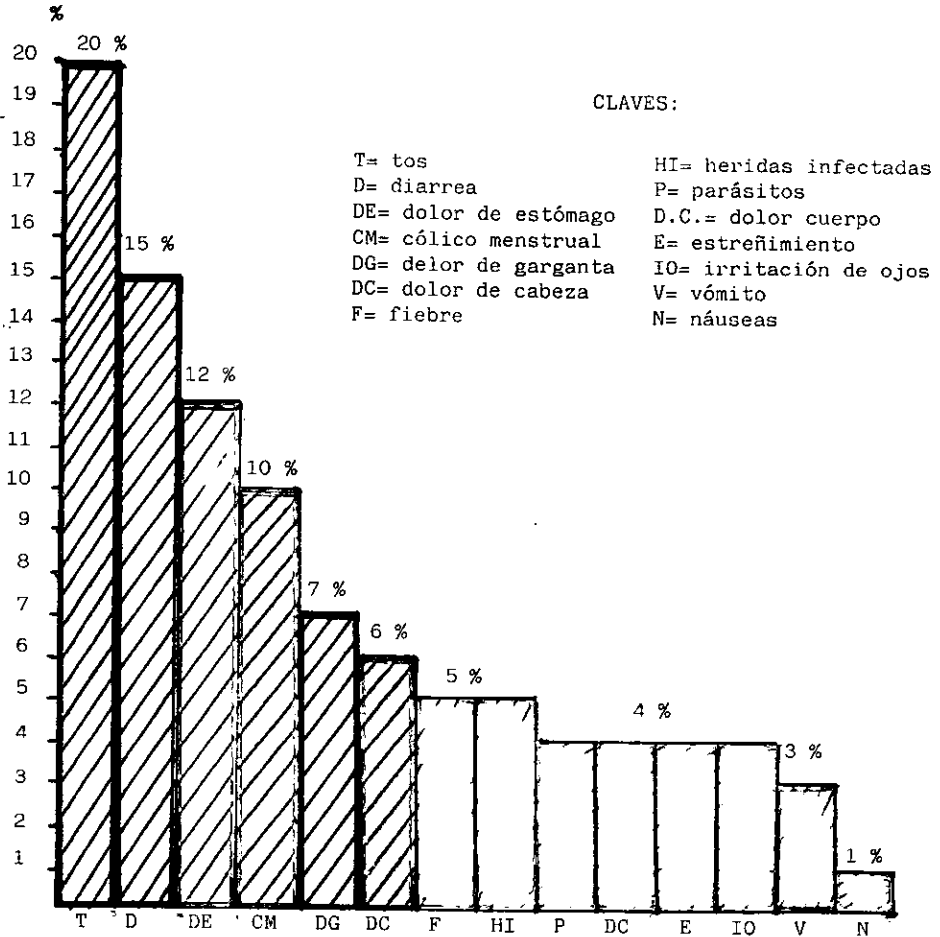
MOTIVO POR EL CUAL FUERON UTILIZADAS
LAS PLANTAS MEDICINALES .

ENFERMEDAD, SIGNO O SINTOMA	FO.	%
Tos	31	20
Diarrea	23	15
Dolor de estómago	19	12
Cólicos menstruales	16	10
Dolor de garganta	11	7
Dolor de cabeza	9	6
Fiebre	8	5
Heridas infectadas	8	5
Parásitos	7	4
Dolor de cuerpo	7	4
Estreñimiento	6	4
Irritación de ojos	6	4
Vómito	5	3
Nervios	2	1
TOTAL	158	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRAFICA No. 7

MOTIVO POR EL CUAL FUERON UTILIZADAS
LAS PLANTAS MEDICINALES .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 7

En este cuadro se indica que de la población total que se tomó en--- cuenta para este estudio; un 20 % utiliza plantas medicinales para el alivio de la tos, un 15 % para la diarrea, 12 % para el dolor de estómago, un 10 % para los cólicos menstruales, 7 % en el dolor de garganta, 6 % para el dolor de cabeza, un 5 % para la fiebre y heridas infectadas, un 4 % para los parásitos, dolor de cuerpo, estreñimiento e irritación de ojos, un 3 % en el vómito y sólo 1 % para las náuseas.

CUADRO NO. 8

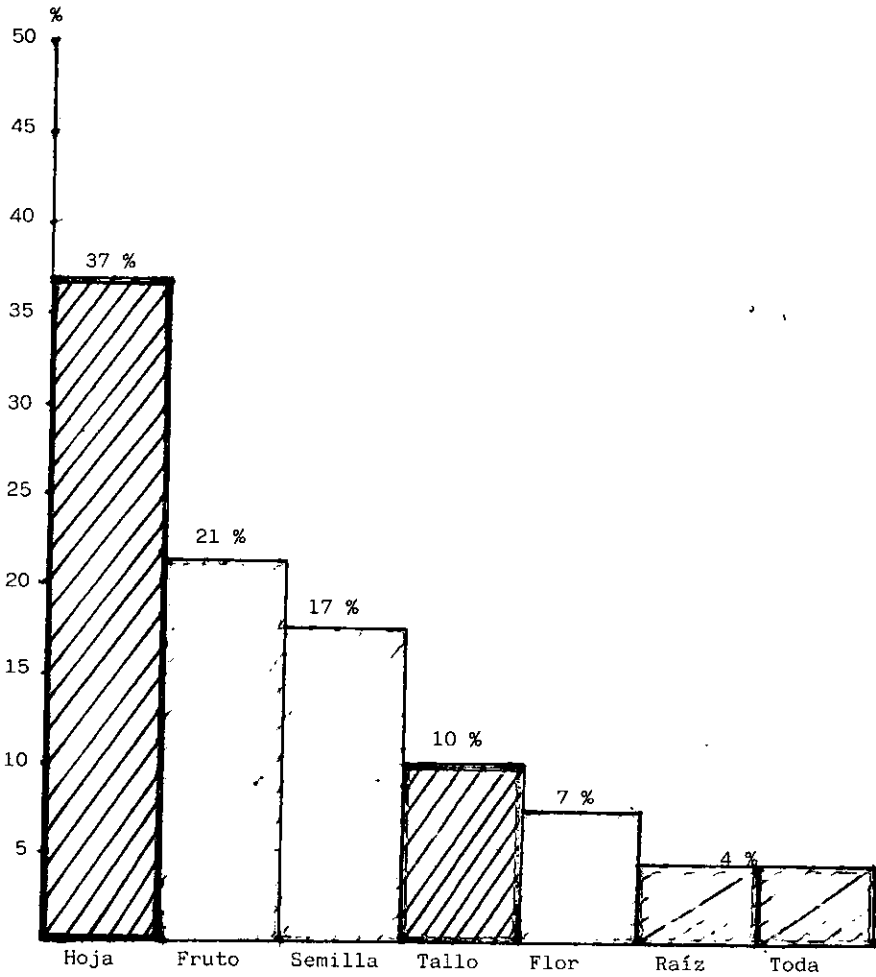
PARTE DE LA PLANTA QUE FUE UTILIZADA
COMO REMEDIO CASERO.

PARTE	Fo	%
Hoja	58	37
Fruto	33	21
Semilla	27	17
Tallo	16	10
Flor	11	7
Raíz	7	4
Toda	6	4
TOTAL	158	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

GRAFICA No. 8

PARTE DE LA PLANTA QUE FUE UTILIZADA
COMO REMEDIO CASERO.



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 8

En este se describe que la parte de la planta que más es utilizada --
como remedio casero es la hoja con un 37 %, siguiendole el fruto con un --
21 %, la semilla 17 %, el tallo 10 %, la flor 7 %, la raíz 4 % y toda la --
planta un 4 %.

CUADRO No. 9

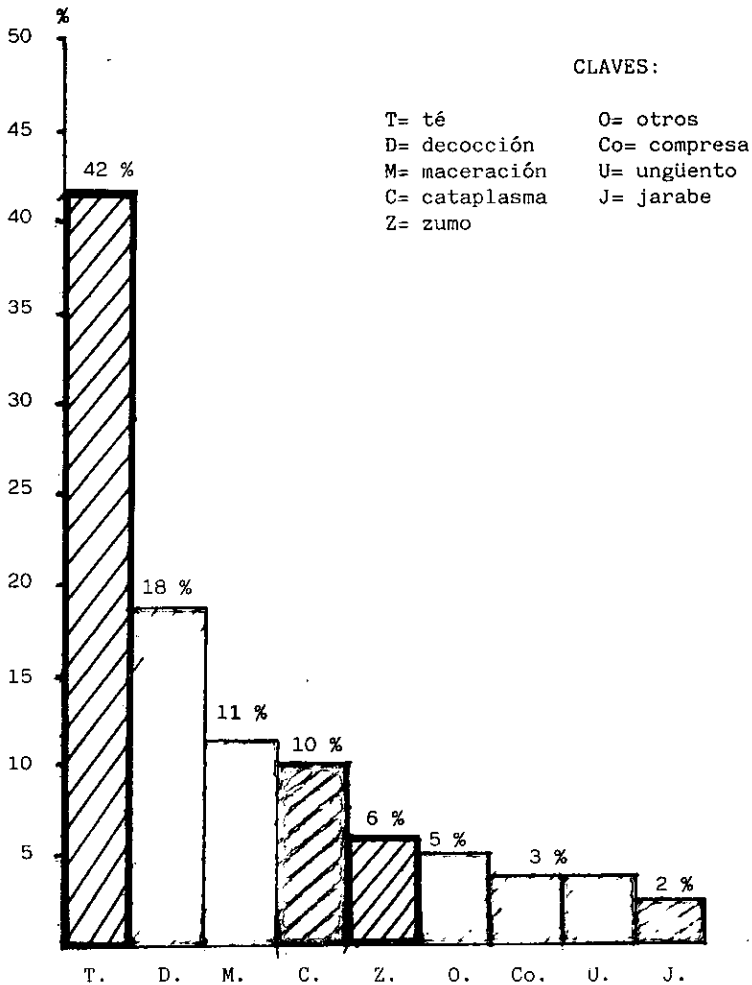
FORMA EN QUE FUE PREPARADA LA
PLANTA MEDICINAL.

FORMA DE PREPARACION	FO.	%
Té	66	42
Decocción	29	18
Maceración	18	11
Cataplasma	15	10
Zumo	10	6
Otro	8	5
Compresa	5	3
Ungüento	4	3
Jarabe	3	2
TOTAL	158	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1

GRÁFICA No. 9

FORMA EN QUE FUE PREPARADA LA
PLANTA MEDICINAL.



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 9

Este cuadro indica que un 42 % de las plantas medicinales utilizadas como remedio casero fueron preparadas en forma de té, 18 % en maceración, 11 % en decocción, 10 % en cataplasma, 6 % en zumo, 5 % en otras formas, - 3 % en compresa y unguento y un 2 % en forma de jarabe.

CUADRO No. 10

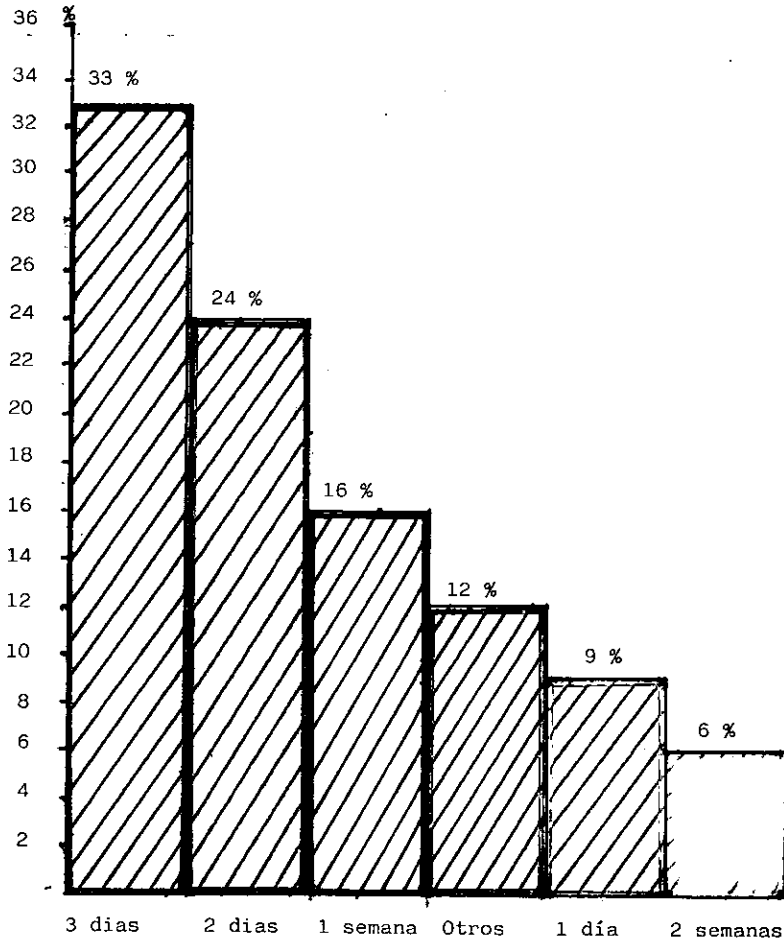
TIEMPO QUE SE MANTUVIERON CON EL
TRATAMIENTO HERBOLARIO.

DURACION DEL TRATAMIENTO	FO.	%
3 dias	52	33
2 dias	38	24
1 semana	26	16
Otros	19	12
1 día	14	9
2 semanas	9	6
TOTAL	158	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

GRAFICA No. 10

TIEMPO QUE SE MANTUVIERON CON EL
TRATAMIENTO HERBOLARIO.



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 10

En este cuadro se observó que del total de plantas que fueron utilizadas como remedio casero, se utilizaron en tratamiento durante 3 días un 33 %, 24 % en 2 días, 16 % durante una semana, 12 % en otros, 9 % durante 1 día, y un 6 % durante 2 semanas.

CUADRO No. 11

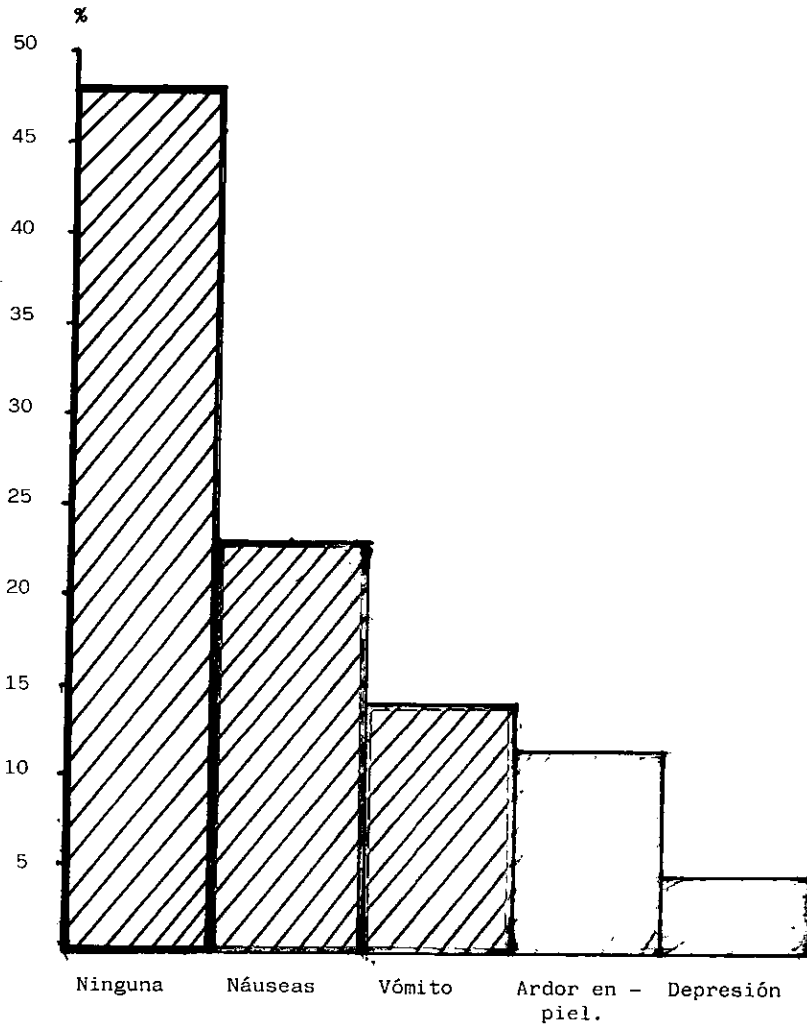
MOLESTIAS QUE SE PRESENTARON CON EL
TRATAMIENTO HERBOLARIO.

MOLESTIA	FO.	%
Ninguna	76	48
Náuseas	36	23
Vómito	22	14
Ardor en piel	18	11
Depresión	6	4
TOTAL	158	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

GRAFICA No. 11

MOLESTIAS QUE SE PRESENTARON CON EL
TRATAMIENTO HERBOLARIO .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1

ANALISIS DEL CUADRO No. 11

Este cuadro describe que del total de tratamientos llevados acabo -- con las plantas medicinales, un 48 % no causa ninguna molestia, 23 % causa náuseas, 14 % vómito, 11 % ardor en piel y un 4 % causa depresión.

CUADRO No. 12

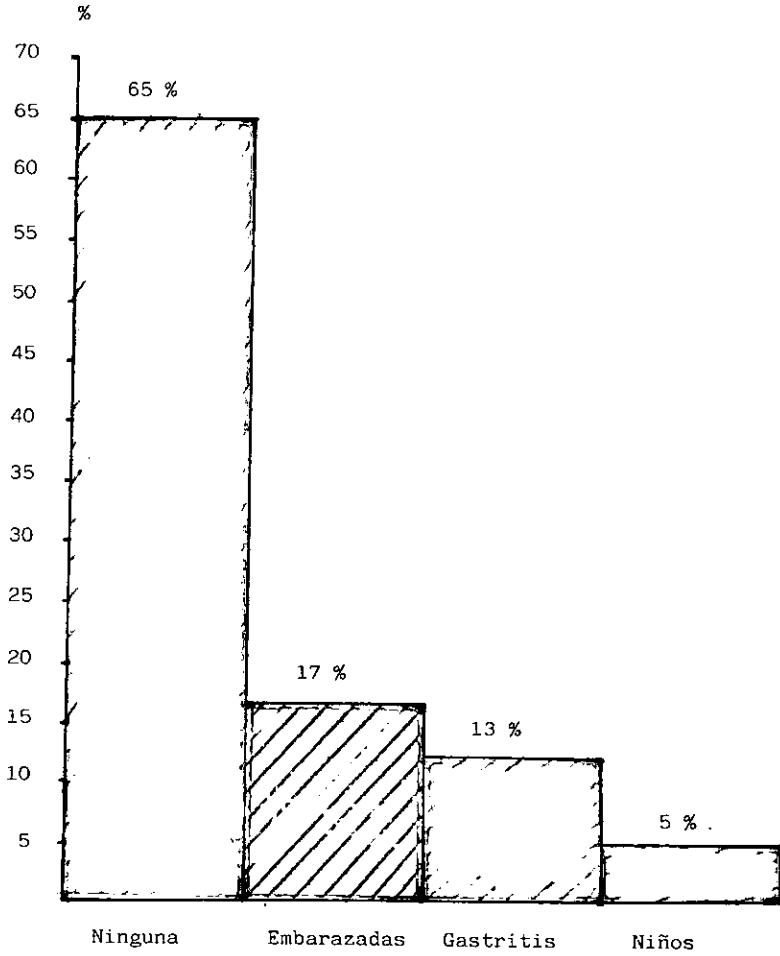
CONTRAINDICACIONES PARA USAR EL
TRATAMIENTO HERBOLARIO .

CONTRAINDICACION	FO.	%
Ninguna	102	65
Embarazadas	27	17
Gastritis	20	13
Niños	9	5
TOTAL	158	100

FUENTE: Misma del cuadro no. 1 .

GRAFICA No. 12

CONTRAINDICACIONES PARA USAR EL
TRATAMIENTO HERBOLARIO .



FUENTE: Misma del cuadro no. 1.

ANALISIS DEL CUADRO No. 12

Este cuadro señala que del total de tratamientos llevados acabo con las plantas medicinales un 65 % no tiene ninguna contraindicación para poder utilizar la planta, 17 % está contraindicado en embarazadas, 13 % con personas que padezcan gastritis y un 5 % en niños.

3.- C O N C L U S I O N E S.

CONCLUSIONES .

Al detectar que las personas de las comunidades del módulo Palenque-II, en el estado de Chiapas; se veían obligadas a recurrir a remedios caseros elaborados de plantas, por la gran distancia que existe entre la comunidad en que residen y alguna institución de salud que les corresponde --- (S.S.A., I.M.S.S., I. S.S.S.T.E.), por la falta de abastecimiento de medicamento en cada comunidad; así como también por la situación económica - en la que se encuentran; o simplemente por la tradición familiar. Estos remedios son utilizados por la mayor parte de la población, por lo anterior-me surgió el interés por investigar que tanta efectividad tiene el uso de la herbolaria en la cura de signos y síntomas de enfermedades respirato---rias y gastrointestinales, que son las que más se presentan en estas comunidades.

Para lo cual se plantearon los siguientes objetivos:

- Identificar las plantas medicinales que con mayor frecuencia se utilizan en las comunidades para el alivio de enfermedades respiratorias y gastrointestinales en el módulo Palenque II.
- Describir los diferentes preparados que se realizan con las plantas medicinales.
- Describir la eficacia de las plantas medicinales que utilizan las personas del módulo Palenque II en el alivio de enfermedades respiratorias y gastrointestinales.

Después de haber realizado el análisis de los resultados, se llega--ron a las siguientes conclusiones:

* De las 60 personas entrevistadas 52 fueron mujeres y 8 hombres, -- aquí se observa que la mujer ha sido y sigue siendo la que se encarga de -- la salud de su familia, ya que se considera como un trabajo propio de su -- sexo, no sólo en estas comunidades, sino en casi toda nuestra República Me xicana, además de que en los tiempos prehispánicos, la mujer tuvo un papel importante en la medicina prehispánica, como por ejemplo: las personas que atendían los partos debían ser mujeres, así como esta costumbre sólo se--- transmitía al sexo femenino, de igual manera el uso de las plantas sólo se informa a las hijas hoy en día.

* Es importante observar que la gran mayoría de las personas no conocen las propiedades de las plantas que usaron, esto nos muestra que las -- personas sin conocer los principios activos de una hierba, por la práctica saben que especie utilizarán en determinado momento; a pesar de lo ante -- rior es necesario tener conocimientos por las contraindicaciones de alguna especie. Esto es importante por que la gente usa un tratamiento solo por -- el resultado que le ha dado o simplemente porque se lo recomiendan, aunque existe el otro caso en que si tiene el conocimiento del principio activo, -- ayuda a dar un mejor tratamiento.

* En cuanto a como consiguieron la hierba utilizada, la gran mayoría las adquiere en su propia comunidad, pues son parte de la flora natural, -- gracias al clima cálido-húmedo, existiendo así una gran variedad de vegeta ción; por lo que muy poca gente tiene que sembrar o comprar las plantas -- medicinales.

* Las plantas utilizadas con mayor frecuencia en trastornos digestivos fueron la yerbabuena, manzanilla, guayabo, ruda y epazote. Esto se de-

be en gran medida a la fácil adquisición de las plantas y a las propiedades curativas que contienen, y a la popularidad que tienen dentro de las comunidades.

*Entre las plantas utilizadas con mayor frecuencia en trastornos respiratorios están el orégano, el maguey, la canela, eucalipto y el limonero, debido a sus propiedades curativas que contienen, a su fácil adquisición y a su popularidad dentro de las comunidades.

*En cuanto a los motivos por los que fueron utilizadas las plantas medicinales como remedio casero están principalmente la tos, dolor de garganta, dolor de cabeza y fiebre en lo que se refiere a enfermedades respiratorias y de las gastrointestinales están la diarrea, dolor de estómago, cólicos menstruales y parasitosis. Originados principalmente por la carencia de agua potable, adecuada eliminación de excretas, hasinamiento, aunado también al tipo de clima cálido-húmedo.

* Ahora bien, la parte más utilizada de la planta fueron: las hojas, el fruto y las semillas. De acuerdo a lo que se vio en la bibliografía, dependerá del tipo de especie, para recomendar el uso de una u otra parte y el tipo de padecimiento que se desea aliviar. Por lo que obtuvimos, podemos darnos cuenta que la población utilizó adecuadamente las partes de cada planta, para obtener el mayor beneficio.

* En lo que se refiere a como fue preparado el remedio casero, podemos darnos cuenta que el método de elección es el de las infusiones (Té) y cocimientos (Decocción), debido a que pueden ser usados interna o externamente del organismo, aunque es importante saber que algunas sustancias activas disminuyen su acción en cocimientos o infusiones. Por lo tanto se de

be tener cuidado como se va a preparar cada especie, obteniendo de ella el mayor número de beneficios. Además de que son las más fáciles de preparar y por que se pueden combinar varias plantas al mismo tiempo y así aumentar el poder curativo que se desea.

* El período de tiempo que se mantuvieron en tratamiento con hierbas medicinales, son en primer lugar el de 3 días, 2 días y una semana. El --- tiempo en que se puede mantener un tratamiento, variará de acuerdo al tipo de padecimiento y planta que se utilice, ya que en algunas ocasiones se -- puede mantener el tratamiento hasta que desaparezcan las alteraciones pato lógicas y en otras sólo se recomienda cierto período por la toxicidad que contenga la especie usada.

* En cuanto a las molestias que puedan causar el uso de algún trata- miento herbolario y contraindicaciones para éste, podemos darnos cuenta -- que casi no existe ninguna, por lo que podemos decir que en muchos casos - puede ser mejor que algún tratamiento con fármacos.

De lo antes expuesto se concluye que los objetivos planteados al --- principio de la investigación fueron alcanzados en su totalidad y sólo que da motivar a todo el personal de salud, en especial al Lic. en Enfermería y Obstetricia para que se interese en el uso de la herbolaria como una al- ternativa de solución a los problemas de enfermedad que existen en sus co- munitades de trabajo, así como integrar a la población a conocer las pro-- piedades activas de cada planta.

4.- S U G E R E N C I A S.

SUGERENCIAS .

Después de haber realizado las conclusiones se llegó a las siguientes sugerencias, para impulsar la herbolaria tanto en la población de las comunidades del módulo Palenque II; como del personal de salud.

*Promover ampliamente la utilización de la herbolaria, entre el personal de salud, como una alternativa de tratamiento a los problemas de salud.

* Capacitar al personal del módulo sobre medicina tradicional, ya -- que la herbolaria en ocasiones va acompañada de ritos religiosos que tal-- vez no comprendamos, pero que son toda una cultura para la población que - lo practica.

* Que el personal del módulo, reciba cursos constantes de herbolaria como una alternativa de solución a los padecimientos de salud existentes - en sus comunidades. Estos cursos deben incluir desde características generales de la medicina tradicional, hasta las distintas plantas que usa la - población, sustancias activas, indicaciones, contraindicaciones, vías de - aplicación y las preparaciones.

* Que todas los auxiliares de salud reciban estos cursos, aunados a los de capacitación que ya se les proporciona por los pasantes de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia.

* A los pasantes de la Licenciatura en Enfermería, se les proporcione un curso sobre medicina tradicional y con mayor énfasis en la herbolaria, para luego utilizarla como una alternativa de solución a los problemas de salud que se le puedan presentar en su medio de trabajo.

* Respetar las creencias y prácticas de la medicina tradicional que realiza la población, sin menosprecio por parte del personal del módulo y que estos retomem las experiencias de la gente en bien de la salud de la comunidad.

* Motivar al personal de los módulos y auxiliares de salud a realizar un manual de herbolaria para cada casa de salud.

* Que exista una mayor difusión de la herbolaria sobre todo en las comunidades muy lejanas, así como a las madres de familia que son las encargadas de la salud de sus hijos.

5.- G L O S A R I O .

G L O S A R I O .

ALCALOIDE: Sustancia orgánica cuyas propiedades recuerdan las de los álcalis (sustancia de propiedades análogas a los de la sosa y amoniac) por ejemplo: la atropina, estericina, morfina, cocaína, cafeína, quinina, etc., se emplean por su acción terapéutica.

ANTIESCORBUTICO: Que combate el escorbuto (trastorno debido a la falta de ácido ascórbico en la dieta. SE caracteriza por debilidad, anemia, edema, hipertrofia esponjosa gingival que suele acompañarse de ulceraciones y pérdida de dientes, tendencia a la aparición de hemorragias mucocutáneas e induración de los musculos de las piernas).

ANTIESPASMODICO: Que calma los espasmos (contracción convulsiva e involuntaria de los musculos).

ANTIINFLAMATORIO: Relacionado con una sustancia o procedimiento que contrarresta o reduce la inflamación.

APOSITO: Tejido limpio o estéril que se aplica directamente a una herida o lesión para absorber secreciones, proteger mecánicamente la zona, detener una hemorragia o administrar una medicación.

ASTRINGENTE: Sustancia que produce contracción y sequedad de los tejidos - cuando se aplica localmente.

CABILDO: Ayuntamiento de una ciudad. Cuerpo de eclesiásticos capitulares - de una catedral.

CHARLATANES: Que habla mucho, curandero, vendedor ambulante.

CURANDERO: Quien ejerce la medicina, sin ser médico.

DENTIFRICO: Que sirve para limpiar los dientes.

DIAFORETICO: Sudoríparo (perteneciente o relativo a una sustancia o circunstancia, como el calor o la tensión emocional, que favorecen la sudoración).

DIGITOPUNTURA: Sistema de acupuntura (método de producir analgesia o alterar la función de un sistema corporal mediante la inserción de finas agujas en puntos específicos de la superficie cutánea situados a lo largo de una serie de líneas o canales denominados meridianos) que consiste en aplicar una presión, por ejemplo con la yema del dedo, a ciertos puntos corporales.

DIURETICO: Se dice del fármaco u otra sustancia que tiende a promover la formación y excreción de orina.

ENDOCRINOPATIA: Trastorno de las glándulas de secreción interna (glándulas que elaboran hormonas y las secretan directamente en la corriente sanguínea afectando la función de órganos efectores específicos).

EXPECTORANTE: Relativo a una sustancia que favorece la eliminación de moco u otros exudados de los pulmones, bronquios y tráquea.

FARMACOPEA: Libro en el que se encuentran las recetas o fórmulas para preparar los medicamentos.

FEBRIFUGA: Que hace bajar la fiebre. Antipirético.

GLUCOSIDO: Carbohidrato que, por hidrólisis, produce un azúcar y otra sustancia no azucarada. La planta digitalis purpurea contiene un glucósido que se utiliza en el tratamiento de algunas cardiopatías.

HERBACEO: Que tiene el aspecto o las cualidades de la hierba.

HERBOLARIA: Persona que recoge y vende hierbas medicinales. Botánica aplicada a la medicina.

HERBORISTERIA: Herbolario. Tienda donde se venden plantas medicinales.

HESPERIDINA: Glucósido cristalino de la flavona que se encuentra en los -- bioflavonoides y en la mayoría de los cítricos, especialmente en la cáscara de naranjas y limones.

HIDROLISIS: Descomposición de ciertos compuestos orgánicos por la acción -- del agua.

HIDROPEZIA: Derrame o acumulación anómala de líquidos o de humor seroso en cualquier cavidad del cuerpo, o su infiltración en el tejido ce lular.

LABIADAS: Familia de plantas dicotiledóneas, gamopétalas con corola de dos lóbulos.

MESON: Posada, venta, establecimiento donde se da albergue.

MODULO: Es el nivel operativo intermedio que establece el enlace entre la comunidad y los servicios institucionales de salud. Un módulo está-- constituido por aproximadamente 10 comunidades y su sede está ubica-- da en el centro de salud más cercano o intermedio a las comunidades que lo integran, al cual se le denomina Cabecera de Módulo es aquí donde se encuentra ubicada la supervisora de auxiliares de salud cu yas funciones son las de supervisar, capacitar, adiestrar y apoyar a la auxiliar de salud en las actividades de la Estrategia de Exten-- sión de Cobertura.

MUCILAGO: Sustancia viscosa que se encuentra en ciertos vegetales y tiene-- la propiedad de hincharse al entrar en contacto con el agua.

OLEAGINOSO: Aceitoso, que da aceite: planta oleaginosa.

OSCILAR: Fluctuar. Tener movimiento de vaivén.

PANOJA: Mazorca. Forma de ciertas espigas con un pedúnculo común.

PERENNE: Continuo, eterno; vivaz, que vive más de dos años:planta perenne.

QUIROPRACTICA: Sistema terapéutico basado en la teoría de que la salud está determinada en general por el estado del Sistema Nervioso. En la mayoría de los casos, los tratamientos consisten en manipulaciones mecánicas de la columna vertebral.

SAPONINA: Material jabonoso que se encuentra en algunas plantas, especialmente la jabonera y ciertas lilas. Se utiliza en medicamentos emolientes para proporcionarles una textura jabonosa.

SINERGIA: Asociación de varios órganos para realizar una función.

TANINO: Sustancia astringente que hay en la nuez de las agallas, en la corteza de la encina y otros árboles, empleada para curtir las pieles.

TERAPEUTICO: Relativo al tratamiento de las enfermedades: agentes terapéuticos.

UBELIFERO: Dícese de las plantas dicotiledóneas cuyas flores nacen en un mismo punto del tallo, como el hinojo, el perejil, el apio, el comino, la zanahoria, etc.

VESTIGIO: Huella, señal, resto: los vestigios de una civilización.

VOLATIL: Que se volatiliza (transformar un cuerpo sólido o líquido en gaseoso) o se evapora: alcohol volátil. Inconstante, cambiadizo, mudable.

ZARCILLO: Arete o pendiente en forma de aro. Organo de ciertas plantas trepadoras que se arrolla en hélice alrededor de los soportes que encuentra.

6.- B I B L I O G R A F I A .

B I B L I O G R A F I A .

- 1) AGULAR, José. Atlas Universal, Edit. Aguilar, Madrid España, 1986,
P.p. 143.
- 2) BAENA, G. Técnicas de Investigación., Edit. Interamericana, México, 1987
- 3) BRUSSEL, M. Juanita, Manual de plantas medicinales para el promotor de
medicina preventiva y salud comunitaria., Edit. ISNAYA, Nicaragua, 1988,
P.p. 325.
- 4) CABRERA, G. Luis, Plantas curativas de México., Edit. Libro México, Edi
tores S. de R.L., México, D.F., 1984, sexta edic. , P.p. 384.
- 5) DE LA ROSA, Francisco. Yerbas medicinales de México. Edit. Editores Me-
xicanos Unidos, México, D.F., 1986, 5a. edic. P.p. 127.
- 6) Diccionario Monográfico del reino vegetal., Edit. Bibliograf, España,
1980, P.p. 288.
- 7) ENEO-UNAM, Cuaderno de apoyo a la Investigación., Edit. ENEO-UNAM, 2a.
edic., México, 1989, P.p. 97.
- 8) ENEO-UNAM, Programa Académico de Servicio Social y de Titulación, Edit.
ENEO-UNAM, México, 1995, P.p. 202.
- 9) GARCIA, Pelayo Ramón. Diccionario Larousse., Edit. Larousse, Tomo I y II,
P.p. 1000.
- 10) GUERRA, Francisco, El libro de medicinas caseras de la madre de Dios.,
Edit. Cultura Hispánica, Institución de cooperación Iberoamericano.,
Madrid, España, 1987, P.p. 176.

- 11) HERNANDEZ, Francisco, Historia de las plantas de la Nueva España., Edit. Imprenta Universitaria, México, D.F., Tomo I, II y III, P.p. 1902.
- 12) MIRANDA, Faustino, La Vegetación de Chiapas., Ediciones del gobierno - del Estado, Tomo I y II, Tuxtla Gutiérrez Chiapas, 1982, P.p. 312.
- 13) RAMIREZ, C. Cleofas. Plantas de la región náhuatl del centro de Guerrero. Edit. CIESAS, México, D.F., 1991, P.p. 340.
- 14) ROJAS, Soriano R. Guía para realizar investigaciones sociales. Edit. UNAM, México, 1980.
- 15) S.S.A., Guía práctica para la aplicación de 25 plantas medicinales comunes. México, 1985, P.p. 56.
- 16) S.S.A., Para cuidar la vida..., Manual de salud para zonas indígenas, México, 1994, P.p. 190.

7.- A N E X O S .

FORMA DE COLECTAR LAS PLANTAS

MATERIAL:

- cartones corrugados
- periódico
- tijeras de podar
- cuchillo de monte
- pico o martillo de geólogo
- libreta de notas de bolsillo
- plumón de tinta permanente y un lápiz
- prensa (2 rejillas de madera o aluminio de 30 x 45 cm., provistas de correas para apretar las rejillas).

INSTRUCCIONES:

- 1.- Las plantas deben recolectarse con cuidado y sobre todo asignarles un número progresivo, para llevar un orden.
- 2.- El ejemplar debe estar lo más completo posible: con hojas, tallo, flores, fruto y si es posible con semillas, pero sobre todo con flor para poderla identificar botánicamente, de lo contrario nuestro trabajo será en vano.
- 3.- Las plantas maltratadas por insectos, se recomienda no colectarlas.
- 4.- Los ejemplares se deben prensar tan pronto como sea posible, de preferencia en el mismo lugar de colecta, se puede poner el ejemplar en una bolsa de polietileno y así retardar su marchitamiento, hasta que se --prende.
- 5.- Los materiales se disponen en el siguiente orden: rejilla de la prensa

- cartón, la planta colocada dentro de una hoja doble de papel periódico cartón corrugado para facilitar la ventilación. Se debe poner atención en que el haz de las hojas no se vaya a fruncir o arrugar, fig. 1 y 2.
- 6.- Las flores se colocan entre hojas de papel fino absorbente (tipo kleenex o higiénico), en lugar de hacerlo directamente sobre el papel periódico.
 - 7.- Anotar el color de las flores al momento de la colecta, ya que conforme se vaya secando la planta el color se altera. Este dato también es importante para la identificación del ejemplar.
 - 8.- En el supuesto de que la planta sea muy grande, hay que doblarla en forma de " V ", " N " o " W ", de manera que no sea mayor al tamaño de una página de periódico doblada a la mitad.
 - 9.- En el caso de un árbol, se cortará una rama con flor o fruto y un fragmento de la corteza.
 - 10.- Las hierbas pequeñas, se colectan completas, incluyendo hasta la raíz.
 - 11.- En la libreta de notas de bolsillo se anotarán datos relacionados con cada ejemplar siguiendo un número progresivo de acuerdo al orden en que se vayan colectando. Los datos pueden abarcar el color de la flor, características del lugar, etc., o bien, utilizar directamente el formato de la ficha etnobotánica.

SECADO:

La prensa que en su interior contiene las plantas medicinales, se puede dejar a la intemperie para que el calor producido por los rayos solares deshidrate a los vegetales. Además debe cambiarse el papel periódico a las 24 hrs., es muy importante, ya que en ese período se pierde la mayor -

cantidad de agua, de lo contrario empezarán a crecer mohos. Después se harán otros 4 ó 5 cambios más dependiendo de la cantidad de agua que contenga la planta, hasta que adquieran una consistencia rígida y quebradiza.

MONTAJE Y ETIQUETADO:

Colocar la planta ya seca en una cartulina blanca, según sea el tamaño de la planta; fijar la planta con hilo cáñamo, asegurando las partes -- más sensibles de la planta.

Por último colocar la etiqueta de la planta con todos sus datos, en uno de los extremos de la cartulina. (véase fig. no. 3).

COLECTA DE PLANTAS

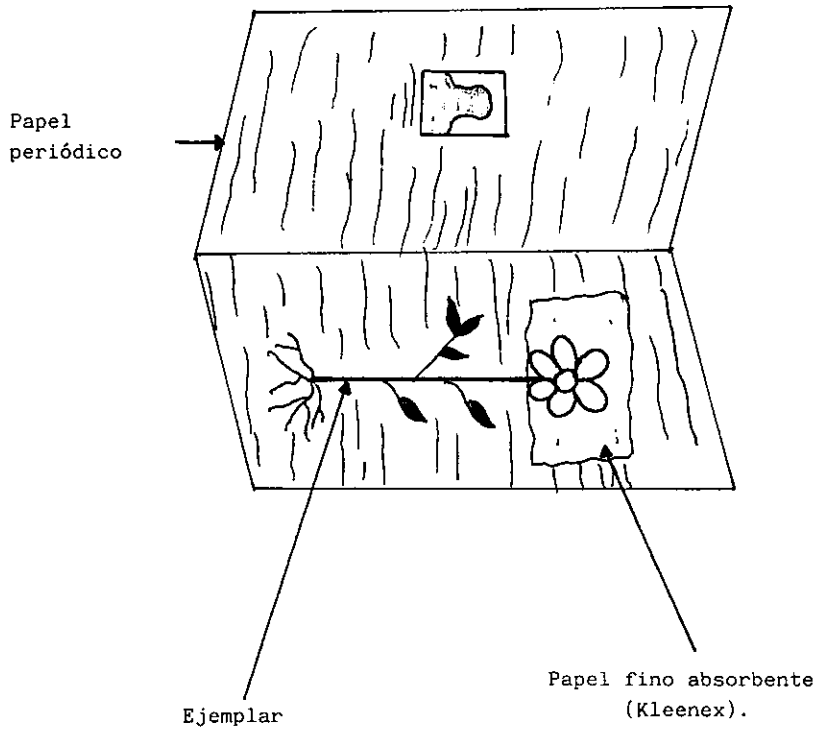


Fig. no. 1 .

RECOLECTA Y SECADO DE PLANTAS

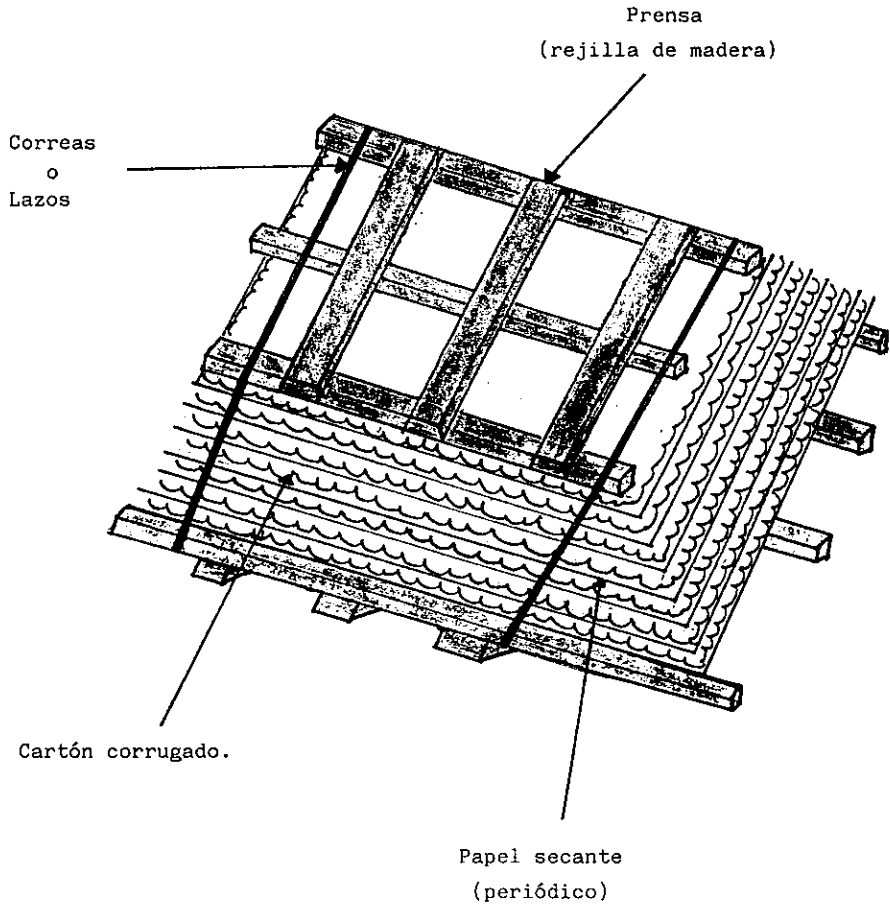


Fig. no. 2 .

MONTAJE Y ETIQUETADO DE PLANTAS

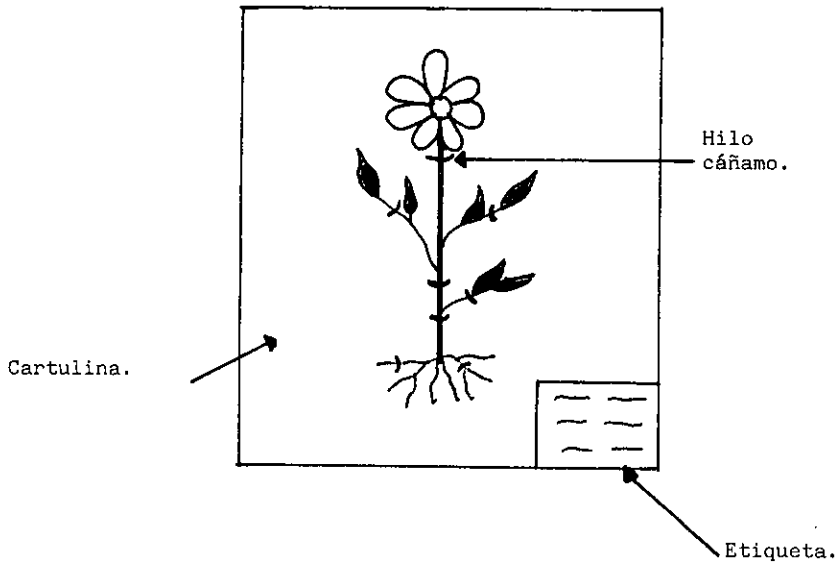
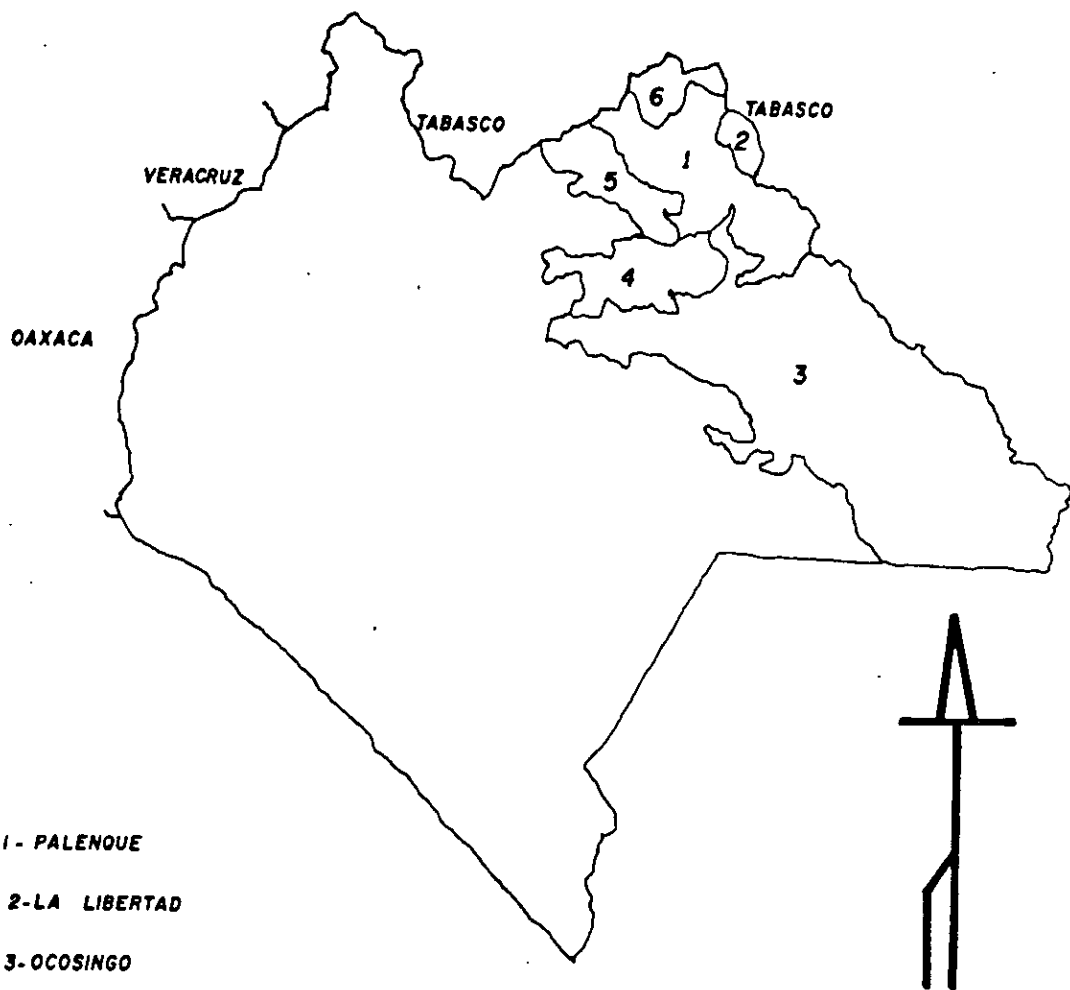


Fig. no. 3

PLANO DE LOCALIZACION

- 132 -



1 - PALENOQUE

2 - LA LIBERTAD

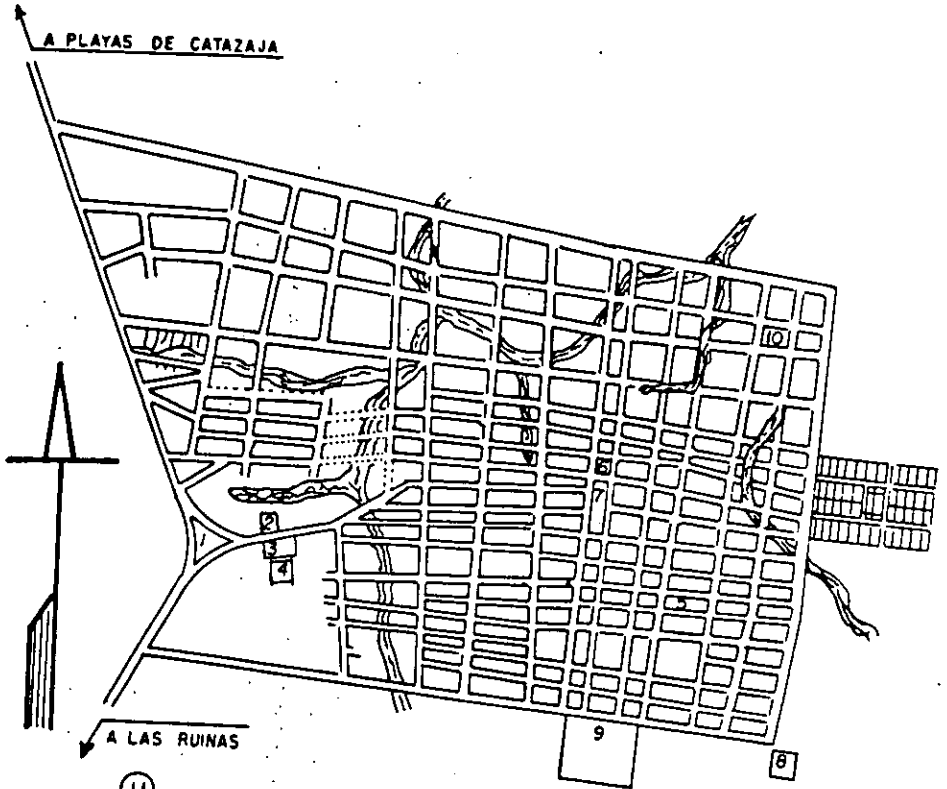
3 - OCOSINGO

4 - CHILON

5 - SALTO DE AGUA

6 - P. DE CATAZAJA

PLANO DE LA CIUDAD DE PALENQUE



- 1- cabeza maya
- 2- gasolinera
- 3- S. S. A.
- 4- I. S. S. T. E.
- 5- DIF Mpal.
- 6- Presidencia Mpal.
- 7- Parque central
- 8- I. S. S. T. E. C. H.
- 9- Instalaciones de parque de feria
- 10- I. M. S. S.
- 11- DIF. Regional

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

CUESTIONARIO SOBRE PLANTAS MEDICINALES.

NOMBRE: _____

SEXO: _____

COMUNIDAD: _____

FECHA: _____

ENTREVISTADOR: GABRIELA OROZCO GUERRERO.

INSTRUCCIONES: Conteste brevemente las siguientes preguntas.

1.- ¿ Ha utilizado usted alguna vez plantas medicinales para el alivio de alguna enfermedad respiratoria o gastrointestinal ?

a) SI

b) NO

2.- ¿ Conoce usted las propiedades curativas de las plantas que ha utilizado como remedio curativo ?

a) SI

b) NO

Mencionelas:

3.- ¿ Estas plantas existen en su comunidad o son fácil de adquirirlas ?

R=

