

FICHA DE RECOLECCION DE INFORMACION

FICHA

Nombre de la escuela

Número de colecta

Fecha de colecta

Localidad

Municipio

Nombre del colector(a)

Determinó

Nombre científico

Familia

Nombre común

Suelo y uso

Forma biológica

Altitud

Descripción de la planta (color, flores, frutos, semillas, etc.)

Uso de la planta

RESULTADOS CARACTERIZACION TAXONOMICA

PLANTA No. 1

Nombre vulgar: guayaba verde agrio

Nombre científico: *Psidium araca*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es un árbol pequeño que puede alcanzar hasta 10m. Hojas verdes, opuestas, elípticas u oblongas, redondeadas en el ápice y base, flores axilares, solitarios, blancas; fruto en baya y tiene unos 4 a 12cm de longitud y 4 a 7 de diámetro; su peso oscila entre los 60 hasta los 500g. Se reproducen por semillas que se siembran en semilleros para posterior repique y también mediante brotes de raíz. Germinan de 20 a 35 días.

USOS MEDICINALES

La fibra le confiere propiedades laxantes por su bajo contenido de hidratos de carbono, riqueza en potasio y bajo aporte de sodio, resultan recomendables, para personas que sufren de diabetes, hipertensión arterial o afecciones de vasos sanguíneos y corazón.



PLANTA No. 2

Nombre vulgar: Chocolata

Nombre científico: *Catharanthus roseus*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es un arbusto o planta herbácea siempre verde, que alcanza una altura de 1 m. Las hojas son de ovals a oblongas, de 2,5 a 9 cm de longitud y de 1 a 3.5 cm de anchura, de color verde brillante, sin pelos, con un nervadura reticulada y un corto peciolo; la filotaxia se disponen en pares opuestos. Las flores son blancas a color de rosa oscuro con un centro rojo más oscuro, con un tubo básico de 2,5 a 3 cm de largo y una corola de 2 a 5 centímetros de diámetro con cinco pétalos como los lóbulos. El fruto es un par de folículos de 2 a 4 cm de largo y 3 mm de ancho

USOS MEDICINALES

Las sustancias vinblastina y vincristina extraídas de la planta se usan en el tratamiento de la leucemia. La planta se ha usado tradicionalmente para tratar la diabetes y la hipertensión, pero los efectos adversos y su elevada toxicidad no la hacen aconsejable para uso interno.



PLANTA No. 3

Nombre vulgar: Sangría

Nombre científico: *Lithodora fruticosa*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Planta tipo arbusto de múltiples ramas leñosas, limbo forma lanceolada, ápice apiculado, base cuneada, borde liso, Las flores tiene un color azul intenso, con el cáliz piloso y unos 15 mm de longitud, en cimas cortas y foliosas, dispuestas en grupos terminales. Perianto pentámero, 5 estambres y fruto seco dividido externamente en 4 mericarpos estriados blancuzcos.

USOS MEDICINALES

Los principales efectos medicinales por los que se conoce a esta especie en la actualidad son los de febrífugo, remedio para la hipertensión, antiparasitario, remedio para bajar el colesterol y vulnerario.



PLANTA No. 4

Nombre vulgar: Ruda

Nombre científico: *Ruta graveolens*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Arbusto muy ramificado, debido a esta longevidad el tallo puede volverse leñoso. Alcanza alturas de entre 70 a 100 cm. Las hojas elípticas, de color verde glauco, filotaxia alterna, borde entero, ápice agudo. Las flores, forman ramilletes y tienen entre cuatro y cinco pétalos, siendo de un color amarillo vivo. El fruto es una especie de cápsula con cinco lóbulos. La planta entera tiene un aroma característico difícil de confundir con otros. El sabor de las hojas es ligeramente picante pero éste queda enmascarado por el intenso aroma que despide.

USOS MEDICINALES

La ruda es una planta con gran contenido de vitamina C y por esta razón se considera antiescorbútica. Se usa para provocar o para detener la menstruación. Infusión de 5 gramos de ruda por litro contribuye a curar enfermedades de las encías.



PLANTA No. 5

Nombre vulgar: Romero

Nombre científico: *Rosmarinus officinalis*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

El romero es un arbusto aromático, leñoso, de hojas perennes, muy ramificado y ocasionalmente achaparrado y que puede llegar a medir 2 metros de altura. Las hojas, pequeñas y muy abundantes, presentan forma lineal. Son opuestas, sésiles, enteras, con los bordes hacia abajo y de un color verde oscuro, mientras que por el envés presentan un color blanquecino y están cubiertas de vello. Las flores tienen la corola bilabiada de una sola pieza. El color es azul violeta pálido, rosa o blanco, con cáliz verde o algo rojizo, también bilabiado y acampanado. Son flores axilares, muy aromáticas y melíferas; se localizan en la cima de las ramas, tienen dos estambres encorvados soldados a la corola y con un pequeño diente. El fruto, encerrado en el fondo del cáliz, está formado por cuatro núculas, ovoides, aplanadas, color castaño claro con una mancha clara en la zona de inserción.

USOS MEDICINALES

Con el aceite esencial que se extrae directamente de las hojas, se prepara alcohol de romero, que se utiliza para prevenir las úlceras. También se emplea para tratar dolores reumáticos y lumbalgias. También en forma de té. El sabor no es muy agradable al paladar por ser una hierba amarga. Se utiliza en fricciones como estimulante del cuero cabelludo (alopecia). La infusión de hojas de romero alivia la tos y es buena para el hígado y para atajar los espasmos intestinales. Debe tomarse antes o después de las comidas. El humo de romero sirve como tratamiento para el asma. Por sus propiedades antisépticas, se puede aplicar por decocción sobre llagas y heridas como cicatrizante.



PLANTA No. 6

Nombre vulgar: Rosa blanca

Nombre científico: *rosa sp*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Los rosales son arbustos o trepadoras (a veces colgantes) generalmente espinosos, que alcanzan entre 2 a 5 metros de alto. Tienen tallos semileñosos, casi siempre erectos (a veces rastreros), algunos de textura rugosa y escamosa, con notables formaciones epidérmicas de variadas formas, persistentes y bien desarrolladas (aguijones). Las hojas pueden ser perennes o caducas, pecioladas e imparipinnadas con entre 5 a 9 folíolos de borde aserrado y estípulas basales. El cáliz es dialisépalo, de 5 piezas de color verde. Los sépalos pueden ser simples, o a veces de forma compleja con lobulaciones laterales estilizadas. Corola dialipétala, simétrica, formada de 5 pétalos regulares (o múltiplos de 5), a veces escotados, y de variados colores llamativos, también blancos. La corola suele ser "doble" o "plena" por transformación de los estambres en pétalos, mayormente en los cultivares

USOS MEDICINALES

A nivel digestivo los pétalos son utilizados como un laxante suave, y también son recomendados para combatir los parásitos intestinales. Por vía externa es recomendado para realizar baños oculares, como gargarismos y lociones.

También se utiliza para mejorar el sabor de las tisanas hechas con otras plantas. La infusión se debe hacer a razón de 30 gramos por litro.



PLANTA No. 7

Nombre vulgar: Cidron

Nombre científico: *Aloysia citrodora*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Arbusto caducifolio, de entre 3 y 7 m de altura, con tallos subleñosos o leñosos en la parte superior. Presenta hojas verticiladas de hasta 7 cm, de forma lanceolada, apicada, con el margen liso o dentado y el pecíolo muy corto, son de color verde claro por el haz, con el envés marcado por glándulas oleosas bien visibles. Despiden una fuerte fragancia a limón. Flores pequeñas blanquecinas o blanquecino-violáceas, agrupadas en espigas. También tiene flores de color rosa

USOS MEDICINALES

Mejora la digestión, es antiespasmódico, ayuda a eliminar gases intestinales actúa sobre los nervios y ansiedad, desinflama golpes y heridas, ayuda a inducir el sueño, alivia los cólicos y evita infecciones.



PLANTA No. 8

Nombre vulgar: Manzanilla

Nombre científico: Chamaemelum nobile

DESCRIPCION DE LA PLANTA

La manzanilla común es una hierba perenne, de tallo procumbente de hasta 26 cm de largo, glabro o suavemente pubescente. Presenta hojas sésiles, alternas, bi- o tripinnatilobuladas, finamente divididas, con los folíolos lineares. En posición terminal presenta en verano una inflorescencia en forma de capítulo paniculado. Los floras radiales son unos 20, con la lígula blanca, mientras que los del disco son numerosos, hermafroditas, con la corola amarilla, las puntas de las anteras ovadas y el extremo del estilo trunco. La cabeza floral no supera 1 cm de diámetro. Los frutos son aguenios cilíndricos, de más o menos 1 mm de diámetro, algo mayores los radiales. La polinización la realizan himenópteros, pero la planta es capaz de autopolinizarse.

USOS MEDICINALES

Presenta propiedad medicinal digestiva, ya que actúa estimulando los procesos digestivos. Es utilizada para tratar casos de flatulencia, ya que posee propiedades carminativas, por lo que actúa favoreciendo la eliminación de los gases acumulados en el tubo digestivo. También se utiliza para casos de problemas de nerviosismo y ansiedad, debido a su propiedad sedante. Es útil para tratar menstruaciones dolorosas y para tratar el insomnio.



PLANTA No. 9

Nombre vulgar: Chayote

Nombre científico: *Sechium edule*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Son plantas trepadoras, robustas; tallos robustos. Hojas amplias a muy ampliamente ovadas o pentagonales, profundamente cordadas, inconspicuamente denticuladas o sinuado-denticuladas, pecíolos, escasamente crespo-pubescentes o glabros; zarcillos gruesos. Flores estaminadas dispuestas en racimos compuestos, pedúnculo, sépalos triangulares a lanceolados, pétalos oblongos, blancos a blanco verdosos, nectarios sacciformes, deprimidos; flores pistiladas 1–2, subsésiles en el ápice de pedúnculos axilares, sépalos 3.5–9 mm de largo, pétalos como en las flores estaminadas, ovario ovoide. El fruto tiene un color que va del verde oscuro al verde claro o amarillo claro casi blanco. Cuando está tierno presenta una cáscara lustrosa y consistencia dura. Puede estar cubierto por espinas o no. El chayote sin espinas tiene una apariencia más lisa y puede presentar menos hendiduras que el chayote con espinas.

USOS MEDICINALES

Se usa para tratar la presión arterial, también es muy conocida por su efectiva acción diurética para aquellas personas que quieren bajar de peso, para estos se debe preparar el cocimiento de las rizomas de la planta, esto deben tomarlo cada día minutos antes del desayuno la comida. Comer los frutos de **la chayote** es bastante beneficioso para nuestro cuerpo ya que ayuda a mantener una defensa estable en nuestro **sistema inmunológico** y además ayuda a tener una **buena digestión**.



PLANTA No. 10

Nombre vulgar: Mastuerzo

Nombre científico: *Lepidium virginicum* L.

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es una hierba que mide de 15 a 70cm de altura, con el tallo comúnmente ramificado y con vellosidades. Las hojas, cercanas a las raíces, tienen muchos dientes en el borde; las que están en la parte superior de la planta son pequeñas como hilitos con pocos dientes. Las flores son pequeñas y en espigas, de color blanco. Sus frutos son casi esféricos y comprimidos, como lentejas, con dos semillas; son de color verde, se tornan anaranjado y café conforme maduran.

USOS MEDICINALES

Las flores y las hojas del mastuerzo tienen gran cantidad de antioxidantes y vitamina C. El mastuerzo tiene acción antibacteriana, antiviral, antifungica; es antiséptica a nivel urinario y respiratorio. El mastuerzo estimula la secreción del jugo gástrico, la formación de glóbulos en el hígado y favorece la circulación linfático. Los tallos, hojas y frutos machacados previamente, dejados durante 12 horas en agua fría (3g por 150 cc de agua) y administrados en forma oral, en ayunas, durante tres días, se usan para estomatitis, aftas bucales y amigdalitis. Sirve para tratar la diarrea.



PLANTA No. 11

Nombre vulgar: Brusca

Nombre científico: *Cassia occidentalis* L.

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Hierba, 0,15 a 2 m de altura; tallos subglabro. Hojas paripinnadas; pecíolos con una glándula grande sésiles; raquis sin glándulas; folletos en 4-5 pares, ovadas a ovado-elípticas o lanceoladas, de 5-12 cm de largo, 2-4 cm de ancho, agudas o acuminadas en el ápice, glabros con márgenes ciliada y glándulas diseminadas discretos debajo. Racimos Inflorescencia de axilas superiores, muy corto, casi umbeladas; pétalos amarillos. Vainas lineal, de color marrón, subglabro, -muchos sin semillas; semillas comprimidas, gris-marrón, ovadas-suborbicular.

USOS MEDICINALES

Las semillas tostadas sirven para reducir la fiebre y estomáquica; se emplean además como diurético y en el tratamiento de indigestión, dispepsia y enfermedades prostáticas. Las semillas sin tostar son empleadas como purgante y en forma de cataplasma en el tratamiento de edemas y enfermedades de la piel. La infusión es administrada para el tratamiento del asma y como febrífugo. Las semillas se usan externamente para el tratamiento de la escabiosis en la cabeza y en caso de golpes o contusiones.



PLANTA No. 12

Nombre vulgar: Yanten

Nombre científico: *Plantago major*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es una planta herbácea perenne con el tallo no ramificado. Alcanza los 30-50 cm de altura. Tiene un rizoma corto con muchas raicillas de color amarillo. Las hojas, algo dentadas, salen de una roseta basal con 3 a 6 nerviaciones longitudinales que se estrechan y continúan en el peciolo, tiene un limbo oval. Las flores, de color verde blancuzco, se producen en densas espigas cilíndricas que aparecen en mayo-octubre. El fruto es un pixidio. Las semillas son de color pardo.

USOS MEDICINALES

Es diurético, expectorante, emoliente y cicatrizante. Se utiliza en decocción, jarabe o extracto fluido para combatir los catarros, bronquitis y asma. Por vía externa en forma de compresas para tratar quemaduras y úlceras. En gargarismo alivia las anginas. Se usa para la conjuntivitis y la inflamación de los párpados.



PLANTA No. 13

Nombre vulgar: Tomillo

Nombre científico: *Thymus vulgaris*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es un pequeño subarbusto que puede alcanzar desde los 13 cm hasta los 40 cm. de altura. Los tallos son erguidos, cuadrangulares, leñosos y muy ramificados. Las hojas son pequeñas, ovales con los bordes enrollados y tomentosas por elenvés. Las flores son pequeñas de color rosa y producidas en corimbos. Tiene un penetrante olor aromático.

USOS MEDICINALES

Evita los espasmos gástricos e intestinales, evita la formación de gases (infusión una cuchara de flores por tasa de agua). Abre el apetito en caso de anorexia (añadir un ramito de flores a cualquier preparado puesto al fuego). Es rico en hierro por lo tanto se usa para tratar la anemia. El te frio de tomillo es utilizado como gárgaras o buches para aliviar el dolor de garganta e infecciones relacionadas. Se usa para síntomas de gripe o resfriado.



PLANTA No. 14

Nombre vulgar: Cardo santo

Nombre científico: *Cnicus benedictus*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

De su importante raíz pivotante surge una roseta de hojas lanceoladas y dinteladas donde se erige un tallo de 40- 60 cm. que culmina con 5 aristas. Las hojas son verdes pálidas, lanceoladas, con bordes dentellados y ondulados, y sus lóbulos erguidos terminan en espinas. Al final del tallo, las pequeñas flores amarillas se encuentran en un cáliz espinoso, unidas por unos pelos muy finos que forman una especie de tela de araña.

USOS MEDICINALES

Esta planta tiene propiedades medicinales el cardo santo como antiinflamatorio, febrífugo, desinfectante, astringente. El cardo santo es usado para tratar patologías como asma, para bajar la fiebre, heridas y úlceras mal curadas, herpes,

sabañones, artritis, anemia, diarrea, hepatitis y otros problemas en el hígado, mejora la digestión, flatulencias, cólicos, hemorragias, gota. Además es eficaz para el reuma, retención de líquidos, cistitis, aumentar la producción de bilis, hipertensión arterial, estimula el apetito, edemas, afecciones urinarias.



PLANTA No. 15

Nombre vulgar: Paico

Nombre científico: *Dysphania ambrosioides*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es una planta anual o perenne de vida corta que llega a crecer en promedio 1,2 m, con ramas de desarrollo bastante irregular y hojas oblongo lanceoladas que pueden alcanzar los 12 cm de longitud. Las flores, pequeñas y verdes, surgen de una panícula, ramificada en el ápice del tallo.

USOS MEDICINALES

El paico se usa para tratar cólicos y demás afecciones del estómago (20 gramos de cogollos por litro de agua) tomarla con frecuencia por tazas durante el día. También se usa como purgante (las flores y hojas se toman en infusión). También se utiliza en tratamientos de amenorrea, dismenorrea, malaria, histeria, catarros y asma. El paico es una planta que posee una diversidad de propiedades medicinales, entre ellas el alivio que proporciona al calmar los cólicos o dolores estomacales, resfríos, espasmos, pulmonías, hemorroides, gastritis, dismenorreas, inflamaciones de las vías urinarias.



PLANTA No. 16

Nombre vulgar: Linaza

Nombre científico: *Linum usitatissimum*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Planta anual con tallos huecos de hasta 80 cm, erectos, estriados, generalmente sólo ramificados en la mitad superior, glabros. Las hojas, alternas, son lanceoladas o linear-lanceoladas, generalmente trinervadas, glabras. La inflorescencia en panícula laxa, está compuesta de flores largamente pediceladas. Los sépalos son ovado-acuminados, trinervados, los internos con una escariosidad más o menos ancha y fimbriada en la parte superior. Los 5 pétalos son de forma obovada. Los frutos son cápsulas de globosas, puntiagudas con 10 lóculos con semillas de color oscuro, brillante y de forma aplastada y alargada. El fruto seco se denomina бага o gárgola.

USOS MEDICINALES

La fibra soluble es aquella que tiene la capacidad de ayudarnos a regular la presión arterial, los niveles de azúcar en la sangre e incluso se le ha asociado con la prevención de diverticulitis y del cáncer de próstata. Por su parte, la fibra insoluble está relacionada como un mejor funcionamiento digestivo, pues se dice que es reguladora del movimiento intestinal, sirve de alimento a la flora bacteriana, lo que ayuda a digerir mejor los alimentos para una correcta absorción de nutrientes.



PLANTA No. 17

Nombre Vulgar: espinaca

Nombre científico: *Spinacea oleracea*

DESCRIPCIÓN DE LA PLANTA

Raíz pivotante, poco ramificada y de desarrollo radicular superficial.

Tallo erecto de 30 cm a 1 m de longitud en el que se sitúan las flores.

Hojas caulíferas, más o menos alternas y pecioladas, de forma y consistencia muy variables, en función de la variedad. Color verde oscuro. Pecíolo cóncavo y a menudo rojo en su base, con longitud variable, que va disminuyendo poco a poco a medida que soporta las hojas de más reciente formación y va desapareciendo en las hojas que se sitúan en la parte más alta del tallo. Las flores masculinas, agrupadas en número en las espigas terminales o axilares presentan color verde y están formadas por un periantio con 4-5 pétalos y 4 estambres. Las flores femeninas se reúnen en glomérulo.

USOS MEDICINALES

Promueve el transporte y depósito de oxígeno en los tejidos: la espinaca es una excelente fuente de hierro.

Aumenta la fuerza muscular; Favorece el tránsito intestinal: la fibra que contiene promueve el buen tránsito intestinal y a la vez causa sensación de saciedad, ideal para adelgazar. Ayuda a prevenir enfermedades debido a la acción de sustancias antioxidantes (la vitamina A y C). Beneficia a mujeres embarazadas y niños: debido a su contenido de ácido fólico (vitamina B9). Mejora la visión: previene la degeneración macular y protege contra el desarrollo de cataratas. Mantiene la presión arterial balanceada: gracias a los minerales magnesio y potasio que contiene.



PLANTA No. 18

Nombre vulgar: verbena

Nombre científico: *Verbena officinalis*

DESCRIPCIÓN DE LA PLANTA:

La verbena es una densa herbácea perenne de hojas ovaladas y largos tallos con flores de una extensión media de 60 cm. Sus flores de un lila pálido aparecen en las puntas de sus espigas. Las hojas y tallos secos se utilizan en tisanas digestivas

USOS MEDICINALES

En la actualidad, es una tisana de lo más adecuada para la digestión de la cena, así como para aliviar jaquecas, tensión nerviosa y depresión. Se toman 2-4 ml (40-80 gotas) 3 veces diarias de tintura de verbena para el agotamiento nervioso, el estrés, la ansiedad o la depresión y como estimulante hepático para las digestiones lentas y las intoxicaciones o la ictericia. Combinada con otras hierbas urinarias se utiliza para cálculos y para el exceso de ácido úrico. También se aplica en crema o ungüento sobre eczemas, heridas o ampollas o para aliviar el dolor de la neuralgia. En infusión, se toma 1 taza de infusión 3 veces diarias como estimulante digestivo, o en caso de fiebre. Toma 1 taza por las noches para combatir el insomnio.



PLANTA No. 19

Nombre vulgar: Valeriana

Nombre científico: *Valeriana officinalis*

DESCRIPCIÓN DE LA PLANTA:

Es una planta perenne muy variable con el tallo simple que alcanza los 20-120 cm de altura. Los rizomas son ovoides o cilíndricos de 3-5 cm, color gris-amarillento, cubiertos por muchas raíces de pequeño diámetro, casi cilíndricas y del mismo color que el rizoma. Las hojas son pinnadas con foliolos dentados. Las flores son pequeñas de color rosa pálido.

USOS MEDICINALES

La valeriana actúa como un agente sedante, relajando el sistema nervioso y el cerebro. Al contrario que sucede con otros tranquilizantes, esta planta no agota ni debilita a quienes la consumen, por lo que se suele recomendar su toma principalmente en personas que tengan problemas para conciliar el sueño. También se recomienda para aquellas afecciones relacionadas con el estrés y la ansiedad que cursan con otras reacciones tales como la histeria, dolores de cabeza y migrañas, dolores estomacales o hipocondría. Del mismo modo, alivia los síntomas de angustia, emotividad o tristeza, así como el nerviosismo. A la vez que ayuda a estabilizar el ritmo cardíaco, por lo que su ingesta puede estar recomendada para aquellas personas que padecen arritmias.



PLANTA No. 20

Nombre vulgar: ortiga

Nombre científico: *Lamium álbum*

DESCRIPCIÓN DE LA PLANTA

Planta herbácea perenne de tallo anguloso ascendente con hojas opuestas cordiformes; crece 5 a 10 dm de altura, las hojas son de 3 a 8 cm × 2 a 5 cm de, son triangulares con base redonda, aserradas. las flores son blancas dispuestas en verticilos; miden 1,5 a 2,5 cm de largo.

USOS MEDICINALES

Popularmente, se han achacado a la planta propiedades depurativas, hipoglucemiantes y antirreumáticas.

Además, externamente se ha utilizado en inflamaciones vaginales, hemorroides, faringitis, estomatitis y quemaduras. Infusión. 30 g de en 1 L de agua. De esta infusión se pueden tomar hasta 3 tazas al día, preferentemente después de las comidas.



PLANTA No. 21

Nombre vulgar: Oregano

Nombre científico: *Origanum vulgare*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

La planta forma un pequeño arbusto achaparrado (grueso y bajito) de unos 45 cm de alto. Los tallos, que a menudo adquieren una tonalidad rojiza, se ramifican en la parte superior y tienden a deshojarse en las partes más inferiores. Las hojas surgen opuestas, ovales y anchas de entre 2-5 cm, con bordes enteros o ligeramente dentados y con vellosidad en el haz. Las diminutas flores, de color blanco o rojo, que nacen en apretadas inflorescencias terminales muy ramificadas están protegidas por diminutas hojillas de color rojizo.

USOS MEDICINALES

Sus propiedades han sido ampliamente estudiadas, siendo las más importantes su actividad antioxidante, antimicrobiana y, en estudios bastante primarios, antitumoral, antiséptica y también se la considera tónica y digestiva. En la medicina popular, la infusión de orégano ha sido utilizado como un auxiliar en el tratamiento de la tos, así como una cura para el estómago y las enfermedades respiratorias.



PLANTA No. 22

Nombre vulgar: Lulo

Nombre científico: *Solanum quitoense*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Presenta hojas de gran tamaño, aterciopeladas, cubiertas de pelos cortos de color púrpura de 30 a 45 cm de largo, son de forma oblonga ovalada, con los bordes ondulados y con un pecíolo hasta de 15 cm, con ángulos de inserción obtusos o agudos, para captar la luz que pasa a través del bosque. El fruto, parecido al tomate, es ovoide, de 4 a 6 cm de diámetro, con cáscara amarilla, anaranjada o parda, cubierta de pequeñas y finas espinas o "vellos".

USOS MEDICINALES

El alto contenido de hierro del lulo le confiere propiedades diuréticas y tonificantes para el organismo. Por ser una fuente importante de fósforo y vitamina A, colabora en la formación de cabello, uñas, y huesos fuertes. El ácido que contiene puede disminuir en forma discreta los niveles altos de colesterol malo. Tomar jugo de lulo es una excelente opción si quiere eliminar las toxinas presentes en su organismo. Además, esta fruta facilita la eliminación del ácido úrico y es rica en Vitamina C.



PLANTA No. 23

Nombre vulgar: cucharita

Nombre científico: *Cochlearia officinalis*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es una pequeña planta herbácea que alcanza los 25 cm de altura. Las hojas de la base tienen peciolo y son ovoides, reuniéndose en rosetas y las hojas superiores son sésiles y envolventes. Las flores son de color blanco o rosado y se agrupan en racimos. Son germinadas por otras especies del mismo género produciendo híbridos.

USOS MEDICINALES

Aumenta la actividad de los riñones y por tanto, la eliminación de orina. Combate el ácido úrico (gota). Purificadora de la sangre. Útil contra la bronquitis. Empleada tradicionalmente en caso de astenia, convalecencia. En uso externo, en inflamaciones osteoarticulares, mialgias, estomatitis, faringitis.



PLANTA No. 24

Nombre vulgar: Sábila

Nombre científico: *Aloe vera*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

La planta de aloe vera se caracteriza por sus hojas grandes y carnudas, configuradas en forma de rosetas. El interior de sus hojas posee un jugo que corresponde a una savia mucilaginosa. Sus flores van de la gama del amarillo al rojo anaranjado y se abren en un racimo en lo alto de la planta. Propia de climas secos y cálidos.

USOS MEDICINALES

Tiene la propiedad de regenerar las células de la piel. Tiene acción digestiva. Tiene efecto depurativo. Favorece la regeneración de tejidos interno. Elimina hongos y virus. Regenera las células de la piel. Tiene efecto analgésico. Protege el sistema inmunitario. Posee acción antiinflamatoria.



PLANTA No. 25

Nombre vulgar: Sauco

Nombre científico: *Sambucus nigra*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Arbusto de hasta 10 m de altura. Tallo leñoso de color marrón grisáceo con aspecto suberoso. Hojas compuestas pinnadas de 5 a 7 folios ovados y dentados. Flores agrupadas en inflorescencias parecidas a umbelas muy aplanadas. Corola de color crema de 5 pétalos. Frutos en drupa de color negro.

USOS MEDICINALES

Ayuda para las enfermedades respiratorias, aliviar la tos, bajar la fiebre. Sirve para tratar la inflamación de los riñones. Sirve para el estreñimiento (frutos maduros o secos comidos en mermeladas). Ayuda a combatir enfermedades del hígado. El vapor de la decocción de flores secas en nuestro oído ayuda a aliviar el dolor de oído.



PLANTA No. 26

Nombre vulgar: Cordoncillo

Nombre científico: *Piper aduncum*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es un árbol perenne de 6-7 metros de altura con tallo leñoso, ramificado y verde o gris pálido con hojas de color verde claro, alternas y en forma de lanza con el ápice en punta, de 12-20 cm de largo y 5-8 de ancho. Presenta inflorescencia en espiga simple, densa o compuesta con pequeñas flores hermafroditas. Su fruto es una pequeña drupa con semillas negras.

USOS MEDICINALES

Las hojas en decocción se usan como cicatrizante en el tratamiento de hemorragias, en lavados antisépticos sobre heridas y en infusión para evacuar cálculos biliares, para aliviar o curar enfermedades del tracto respiratorio (antiinflamatorio, expectorante y antitusígeno), en dolencias gastrointestinales (diarreas agudas o crónicas) y tópicamente en infusión de las hojas para hacer gárgaras.



PLANTA No. 27

Nombre vulgar: Tártago

Nombre científico: *Euphorbia lathyris*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es una planta herbácea perenne que crece hasta una altura de entre 30 y 90 cm. El tallo puede llegar a los 2 cm de diámetro. Las hojas están sin pecíolo, de textura lisa y de color verde azulado oscuro. La nervadura central, de color más pálido, es muy característica. Las hojas son muy largas y estrechas y pueden llegar a 15 cm de longitud. Hacia la corona, las hojas se vuelven más cortas y toman forma triangular. Las flores son pequeñas y verdes o verde amarillento, sin pétalos. Los frutos maduros toman un color marrón o grisáceo y semejan garrapatas.

USOS MEDICINALES

Las hojas del tártago, sumergidas en agua caliente, colocadas a la altura de los riñones, cuando están enfermos los desinflan. Las hojas calientes y untadas con grasa de gallina se ponen en la cara cuando hay dolores por neuralgia. Las semillas molidas y lavándose la cabeza con esta agua caliente, mata los piojos. De las semillas se saca el aceite de ricino, que es un purgante drástico.



PLANTA No. 29

Nombre vulgar: Eucalipto

Nombre científico: *Eucalyptus globulus*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Es un árbol perennifolio, de copa ovoidal e irregular, de entre 30 y 50 m de altura y con una anchura de copa de entre 10 y 25 m. Su corteza es lisa -excepto en la base, donde es rugosa-, de color gris oscuro, gris claro y marrón, y se desprende en láminas o en tiras. Sus hojas son simples, lanceoladas, olorosas, y son de color verde oscuro o azulado brillante por el anverso y verde medio por el reverso. Con flores de color blanco y solitarias. Sus frutos son cápsulas aromáticas de color verde azulado que pasa a marrón.

USOS MEDICINALES

Las hojas son anticatarrales, balsámicas y expectorantes. Tiene poder antiséptico además de febrífugo. Reduce los niveles de azúcar en el plasma sanguíneo. Por su poder antiséptico y su agradable aroma se usa en multitud de preparados industriales para combatir los resfriados.



PLANTA No. 30

Nombre vulgar:

Nombre científico: *Eucalyptus globulus*

DESCRIPCION DE LA PLANTA

Arbusto o liana con tallos subleñosos, glabros a seríceos apicalmente. Hojas de láminas isófilas, elípticas, oblanceoladas u obovadas, haz escabroso, envés estriguloso y ocasionalmente morado, margen serrado. Flores Axilares o caulinares, 1-2 por nudo; brácteas inconspicuas, cáliz grande, verde, estriguloso, lóbulos lanceolados-ovado; el ápice agudo a acuminado, el margen entero a serrulado; corola regular en forma de embudo, blanca, amarilla, rosada o lila, un poco curva, oblicua en el cáliz. Frutos de color amarillo a rojo, dehiscentes con pulpa roja. Con numerosas semillas en una placenta roja.

USOS MEDICINALES

Las hojas de esta planta en infusión son ampliamente utilizadas contra los quistes y fibromas. Estudios previos indican que tiene efecto analgésico y antiinflamatorio. Los resultados experimentales sugieren que el uso etnobotánico de esta planta por los indígenas gnäbe podrían tener validez científica.

