



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Fase III
Docente: Ruthmary Moreno
5to Año “A” y “B”

FECHA DE ENTREGA: 28/05/2021

Área de formación: Formación para la Soberanía Nacional

Tema Indispensable

*Seguridad y Soberanía alimentaria.

Tema Generador

*Aportes de nuestros científicos en la prevención e inmunización ante el Covid-19 para la salvación de la vida en el planeta.

Referentes Teóricos-Prácticos

*La medicina alternativa (plantas medicinales).

Desarrollo del Tema

A continuación se presenta un texto que debes leer y con ayuda de un familiar realiza el análisis correspondiente para cumplir con la asignación.

En todos los tiempos, el tratamiento de enfermedades con plantas medicinales ha sido una práctica muy común en las comunidades rurales, práctica que se mantiene hasta la actualidad en el Ecuador y en muchos países del mundo, como lo evidencian



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



numerosos estudios (17,18). En países europeos, como España, Alemania o Francia, una de cada tres personas (32,8%) consume plantas con fines terapéuticos (19).

En las comunidades rurales del Babahoyo, Ecuador, utilizan plantas medicinales como principal alternativa para tratar enfermedades, porque consideran que tienen efectos curativos; identificándose 12 categorías de uso y 63 especies de plantas, agrupadas en 41 familias, lo que coincide con otros estudios realizados por Tenea V y col. en Laja y Zamora-Chinchipe en el año 2007, Justo Chipana, Zambrano-Intriago LF (20-22) Y Peter Giovannini, en el año 2015, en la Amazonía del Ecuador. Es importante señalar que los patrones de uso de las especies de plantas identificadas difieren en su aplicación, es decir, una misma planta tiene varios usos en el tratamiento de varias enfermedades; pero también, para aliviar una enfermedad se utilizan varias plantas, lo que ha sido observado en otros estudios.

Se identificaron 44 enfermedades más comunes que son tratadas utilizando plantas medicinales, agrupadas de acuerdo al sistema del cuerpo en donde las plantas medicinales hacen efecto.

Las enfermedades del sistema digestivo, infecciosas y parasitarias, como cólicos, dolor de estómago, diarreas, gastritis, parásitos, son tratadas con plantas como toronjil (*Melissa officinalis*), zaragoza (*Glycyrrhiza glabra*), menta (*Mentha spicata*), orégano (*Origanum vulgare* L.), paico (*Chenopodium ambrosioides*), principalmente. Actitud similar se observó en un estudio realizado en la comunidad de San Jacinto del Cantón Ventanas.



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Las enfermedades de la piel y del tejido celular, como acné, quemaduras, prurito, sarpullidos, inflamaciones de la piel, se alivian con plantas como la sábila (*Aloe vera*), teatina (*Scoparia dulcis*), manzanilla (*Chamaemelum nobile*), toronjil (*Melissa officinalis*), que son utilizadas en baños y aplicaciones en las zonas afectadas; el propósito del uso es en 91,1 % para la curación, y apenas 3,4% para la prevención, igual a lo encontrado en otros estudios. Plantas como el matico del monte (*Piper ecuadorens* Sodiro), a más de tener propiedades cicatrizantes posee una alta actividad antifúngica y desinfectante .

Las enfermedades del sistema respiratorio, como resfriados, tos, gripe, inflamaciones de la garganta, se calman utilizando plantas tipo eucalipto (*Eucalyptus urograndis*), zaragoza (*Glycyrrhiza glabra*), llantén (*Plantago major*), ajo (*Allium sativum*), hoja del aire (*Kalanchoe pinnata*), limón (*Citrus limon*), carambola (*Averrhoa carambola*), empleados en forma de infusión y jarabe, siendo la tos, gripe y resfriados las afecciones más frecuentes que son atendidas con extractos de plantas, como lo reportan también otros estudios.

Las enfermedades cardiocirculatorias, igual que en otros estudios, presentan elevada frecuencia de consumo de hierbas medicinales para su tratamiento, principalmente para problemas del corazón, mala circulación y purificación de la sangre, para lo cual utilizan plantas como toronjil (*Melissa officinalis*), zaragoza (*Glycyrrhiza glabra*), menta (*Mentha spicata*), apio (*Apium graveolens*) , orégano (*Origanum vulgare* L.).



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

Las enfermedades hiperlipidemias como del colesterol y triglicéridos son aliviados principalmente con linaza (*Linum usitatissimum* L.), fruta de pan (*Artocarpus altilis*), pepino (*Cucumis sativus*), apio (*Apium graveolens*), albahaca (*Ocimum basilicum*), verdolaga (*Portulaca oleracea* L.), mastranto (*Lippia alba*), sábila (*Aloe vera*); propiedades similares de estas plantas se han detectado en otros estudios realizados en Colombia.

Las inflamaciones agudas y crónicas, como las inflamaciones en general, inflamación de las vías urinarias y de los riñones, son tratadas con llantén (*Plantago major*), malva (*tradescantia spathacea*), manzanilla (*Chamaemelum nobile* L.), beldaco (*Pseudobombax millei*), bototillo (*Crescentia cujete*), y principalmente sábila (*Aloe vera* L.), de las cuales utilizan las hojas y, en caso de la manzanilla, toda la planta en forma de infusión y jugos. Al igual que otros estudios, la *Aloe vera* L. y la *Chamaemelum nobile* L. sobresalen entre las plantas que se emplean en el tratamiento de las inflamaciones (5). La *Chamaemelum nobile* L. también es utilizada para aliviar dolores de cabeza y dolor menstrual.

Las enfermedades del sistema sensorial, como dolor de cabeza, dolor de oído, son tratadas con canela (*Cinnamomum zeylanicum*), hoja del aire (*Kalanchoe pinnata*), llantén (*Plantago major*), menta (*Mentha spicata*), noni (*Morinda citrifolia* L.), ruda de castilla (*Ruta graveolens*), orégano (*Origanum vulgare* L.), de las cuales se utiliza el tallo, las hojas y las flores, y son administradas por vía oral y vía tópica.

Las enfermedades osteomusculares como los dolores reumáticos y fracturas son tratadas con la ortiga (*Urtica urens* L.), almendra (*Terminalia catappa* L.) y ají de gallinaza (*Capsicum pubescens* L.), cuyas hojas son utilizadas en forma de infusión y



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

emplastos. La *Urtica urens* L. también se utiliza para tratar dolores estomacales y cólicos (17); la *Capsicum pubescens* L., a más de otros usos, es muy utilizada para la artritis. Enfermedades inmunológicas como la diabetes se trata con caña agria (*Costus villosissimus*), y para el cáncer utilizan plantas como la guanábana (*Armona tnsicauú*, la col (*Brassica oleracea*) y el noni (*Morinda citrifolia* L.). Estudios similares sostienen que las plantas medicinales o sus extractos pueden optimizar el metabolismo de la glucosa y la condición integral de los diabéticos, no solo por sus efectos hipoglucemiantes sino también al mejorar el perfil lipídica.

Otras síntomas como los cólicos menstruales son tratadas con canela (*Cinnamomum zeylanicum*), toronjil (*Melissa officinalis*), mastranto (*Lippia alba*), zaragoza (*Glycyrrhiza glabra*), ajeno (*Artemisia absinthium*), de las cuales utilizan, en el caso de la canela la cáscara y en las demás plantas las hojas en forma de infusión, y son administradas vía oral; el *Artemisia absinthium* también se utiliza en otros problemas digestivos, como náuseas, pérdida de apetito.

El 'susto' denominado también como espanto es tratado con plantas como la campana (*Brugmansia candida*), álamo (*Populus alba*), romero (*Rosmarinus officinalis* L.), rosa de muerto (*Tagetes erecta*), ruda de castilla (*Ruta graveolens*), utilizadas en baños y limpias, que consiste en coger un manojo de diversas plantas, combinadas con otros elementos como alcohol artesanal y huevo, y barrer por completo al enfermo para, a través de estos procedimiento, aliviar estas enfermedades, prácticas muy comunes también encontradas en otros estudios.

Para calmar los nervios utilizan hierbaluisa (*Cymbopogon citratus*), canela (*Cinnamomum zeylanicum*), limón (*Citrus limon*), orégano (*Origanum vulgare* L.) y la valeriana (*Valeriana officinalis*). De la primera usan las hojas, de la segunda utilizan



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



las cáscara, del tercero usan el fruto, de las dos últimas utilizan las hojas, en forma de cocción y administradas por vía oral, prácticas también evidenciadas en otros estudios.

El estudio demuestra que 83,1 % del total de la población mantiene un buen estado de salud. El grupo etario en el que se presentaban problemas de salud era en el de los adultos mayores, entre 62 y 76 años, comportamiento natural, producto de la creciente prevalencia de las enfermedades crónico degenerativas. Estas prácticas tienen un marcado comportamiento cultural, en donde prevalecen las creencias y tradiciones que hacen que las plantas medicinales sean utilizadas de manera permanente y que además se convierten en un punto de partida para la búsqueda de estrategias exitosas en la conservación de la salud de las poblaciones rurales.

Las enfermedades crónicas tienen una larga duración y por lo general son de progresión lenta. La diabetes, los infartos, las enfermedades cardíacas, el cáncer y las enfermedades respiratorias son las principales causas de mortalidad en el mundo, siendo responsables del 63% de las muertes. Se trata de enfermedades claramente vinculadas a nuestro estilo de vida, por ello hay que atender de una manera más comprometida y consciente a nuestra manera de vivir. El organismo humano tiene una magnífica capacidad de resiliencia y se adapta al ambiente que le rodea para vivir en armonía, puede llegar a tolerar una gran cantidad de agentes patógenos o tóxicos si el sistema inmunológico está fuerte.

La alimentación actual, rica en alimentos de escasa calidad nutricional y elevada densidad calórica, no aporta una nutrición óptima que favorezca el estado de salud natural del organismo.



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

Cómo elegir y usar hierbas medicinales de manera segura:

Algunos remedios herbales pueden hacerlo sentir mejor y ayudarlo a mantenerse saludable. Utilice estos consejos al elegir remedios herbales. Ponga atención a las afirmaciones hechas acerca del producto. Incluso si la cita viene de un proveedor, no hay pruebas de que otra persona puede tener los mismos resultados.

Antes de probar un producto, hable con su proveedor. No le dé suplementos herbales a los niños ni los use si tiene más de 65 años de edad. Hable primero con su proveedor. No use remedios herbales sin hablar primero con su proveedor si está tomando cualquier medicamento.

Siempre díglele a su proveedor sobre los remedios herbales que use. Pueden afectar los medicamentos que toma, así como el tratamiento que recibe.

El uso terapéutico de plantas medicinales, como sustitutas de las medicinas farmacéuticas, se aplica desde la antigüedad para curar o aliviar las enfermedades. Sin embargo, no existe todavía la suficiente evidencia científica que consolide a la medicina herbaria dentro de los sistemas de salud. Identificar las prácticas comunes de atención de la salud, desarrolladas por la población rural de Babahoyo-Ecuador. Población rural de Babahoyo-Ecuador. Se realizaron entrevistas a profundidad con preguntas norteadoras, aplicadas a grupos focales, para conocer sus ideas, creencias, significados, respecto a las prácticas de atención de la salud ejecutadas. Prácticas de atención en salud, enfermedades tratadas con plantas medicinales. Además, 63 especies de plantas con diversas aplicaciones terapéuticas.

De las plantas se usan sus extractos en diversas formas de preparación, para mejorar el estado de salud. Para el caso de las poblaciones rurales, el acceso a los medicamentos farmacológicos se torna restringido por múltiples razones, como el



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

traslado a una farmacia, los costos altos, los aspectos culturales, el difícil acceso a centros de salud, entre otros, optando siempre por la medicina herbaria que está a su alcance. Además, las experiencias ancestrales acumuladas en el tiempo, su accesibilidad, sus bajos costos, convierten a la medicina herbaria en la alternativa principal para la atención primaria de su salud, hechos que han permitido que estas prácticas se mantengan hasta la actualidad. En Ecuador se establece como política de estado el fortalecer y consolidar la salud intercultural, incorporando la medicina ancestral y alternativa al Sistema Nacional de Salud, que busca entre otras cosas diseñar y aplicar protocolos para facilitar la implementación progresiva de la medicina ancestral y alternativa, con visión holística, en los servicios de salud pública y privada .

Se evalúa sus resultados y se brinda una opción terapéutica menos riesgosa y efectiva para generar nuevos protocolos de atención médica que permitan su incorporación al sistema de salud.

Las enfermedades crónicas tienen una larga duración y por lo general son de progresión lenta. La diabetes, los infartos, las enfermedades cardíacas, el cáncer y las enfermedades respiratorias son las principales causas de mortalidad en el mundo, siendo responsables del 63% de las muertes. Se trata de enfermedades claramente vinculadas a nuestro estilo de vida, por ello hay que atender de una manera más comprometida y consciente a nuestra manera de vivir. El organismo humano tiene una magnífica capacidad de resiliencia y se adapta al ambiente que le rodea para vivir en armonía, puede llegar a tolerar una gran cantidad de agentes patógenos o tóxicos si el sistema inmunológico está fuerte.



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



La alimentación actual, rica en alimentos de escasa calidad nutricional y elevada densidad calórica, no aporta una nutrición óptima que favorezca el estado de salud natural del organismo.

En lo que he venido investigando desde hace meses, he concluido yo; para mantenernos sanos, y cuando digo sanos, hablo desde que somos pequeños hasta nuestra adultez y libres de enfermedades, mantener nuestro sistema inmune o normal como le llamamos. Es la alimentación libre de harinas procesadas como harina de maíz, harina de trigo, azúcar, aceites, mantequillas, lácteos, condimentos, agua fría. Dirán profesora y que vamos a consumir o que consume usted? Aprendí a quererme y mantengo una dieta balanceada, entre verduras, vegetales, frutas, carnes blancas, asados, sancochado, jugos de frutas dulces, en el caso de la parchita por lo ácido, sancocho la concha y le agregó un tanto del líquido de papelón, entre otros inventos que ya existían, pero a la evolución, tecnológica nos estaba llevando a olvidarnos de nuestras raíces culturales de nuestros bisabuelos y abuelos. No fue fácil mis estudiantes, como siempre les digo, querer es poder... Gracias a la situación país, busque alternativas para sobrevivir con buena alimentación y libre de enfermedades.

Importante los té durante dos o tres veces al día sin azúcares.

Espero que tengan la curiosidad de investigar cómo alimentarme sano y libre de enfermedades.



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la **Educación**
Inclusión y Calidad



Actividades de Evaluación

- * Realiza un cuadro comparativo de 10 plantas medicinales y sus propiedades. (8 puntos)
- * Realizar una exposición sobre el cuadro comparativo. (8 puntos)
- * Presentación: 2 puntos.
- * Creatividad 2 puntos. **Valor 20 puntos.**



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la **Educación**
Inclusión y Calidad



Orientación:

- * Para realizar la actividad de evaluación, puedes consultar o pedir ayuda a un familiar.
- * Es importante leer detenidamente el material desarrollado y las actividades de evaluación.
- * Pueden escribirme por whatsapp y al tener conexión les llamare.
- * Los videos los pueden realizar en dos partes y enviarlos por este medio. (mi celular no descarga videos).
- * Puedes realizar consultas a otras fuentes bibliográficas que te permitan recordar y ampliar el conocimiento del tema.

Enviar al correo. morenoruthmary@gmail.com

Comunicarse por whatsapp o llamada: 04141921643

Preferiblemente contactar en horas de 7:00 am a 3:00 p.m.

IMPORTANTE:

- *Todas las actividades serán recibidas por este medio.
- * Whatsapp solo para comunicación.
- * Cualquier duda por favor comunicarse conmigo y con tiempo.