

Herbolaria como principio básico de la salud

Herbalism as a basic principle of health

Pedro O. Hernández Vicente^a

Abstract:

Within the towns and communities herbolaria has always been the basis to attend to a great diversity of physical ailments that cause loss of the systematic balance of people, in this article we will know some of the plants that are used in the region of the Sierra Baja of the State of Hidalgo, in the Municipalities of Lolotla, Molango, Tlanchinol, where in addition to knowing the species of plants used we will also mention some of the uses and applications that people have given these plants for many years.

Keywords:

Plants, Herbalism, Health, Disease, Treatment

Resumen:

Dentro de las pueblos y comunidades la herbolaria desde siempre ha sido base para atender una gran diversidad de malestares físicos que hacen perder el equilibrio sistemático de las personas, en el presente artículo conoceremos algunas de las plantas que son utilizadas en la región de la Sierra baja del Estado de Hidalgo, en los Municipios de Lolotla, Molango, Tlanchinol, donde además de conocer las especies de plantas utilizadas también mencionaremos algunos de los usos y aplicaciones que la gente desde hace muchos años le da a estas plantas.

Palabras Clave:

Plantas, Herbolaria, Salud, Enfermedad, Tratamiento

Introducción

"La medicina herbolaria hace más rica la asistencia médica, a la vez disminuye los gastos, resulta eficaz e inocua. "El hombre desde sus inicios ha creado condiciones para convivir mejor, atenuar enfermedades y mejorar su calidad de vida. Desde ese entonces la medicina herbolaria (MH) ha estado al lado del ser humano con la finalidad de curar sus dolencias. La medicina herbolaria (MH) es el uso extractivo de plantas medicinales o sus derivados con fines terapéuticos para la prevención y tratamiento de diversas enfermedades a través de su empleo en la Atención Primaria de Salud (APS). Un elevado por ciento de la población mundial, utiliza la medicina herbolaria (MH) como principal remedio medicinal, según señala la Organización Mundial de la

Salud. Es por ello que en los últimos tiempos se ha demostrado la probada utilidad de los elementos naturales y biológicos, validados la efectividad reportada en los pacientes (Gonzalez Rodriguez & Cardentey Garcia, 2016).

Las plantas medicinales y su regulación

Sin duda no es un mito que las plantas tengan algún beneficio para contrarrestar malestares ocasionados por múltiples factores internos y sobre todo externos del cuerpo humano, desde hace muchos años diferentes culturas y asentamientos adquirieron como base para cuidar su salud a las plantas, por ello es inherente que se pueda buscar una manera de poder regular el uso y aplicación de estos, considerando en todo momento los cuidados que se deben tomar.

^a Pedro O. Hernández Vicente, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo | Escuela Preparatoria Ixtlahuaco | <https://orcid.org/0000-0002-1628-5448>, Email: pedro_hernandez@uaeh.edu.mx

Por ejemplo, en el Atlas de las Plantas de la Medicina Tradicional Mexicana se reportan el número total de especies reportada en la literatura desde los códigos hasta la década de los 90s del siglo pasado, reuniendo en esta revisión un total de 3103 especies botánicas que se usan en la medicina herbolaria mexicana, distribuidas en 1000 especies, 482 géneros y 154 familias (Monografías), y 2103 especies, 1000 géneros y 183 familias (Ciencia COFEPRIS, 2022).

Las siguientes plantas medicinales son un pequeño ejemplo de ingredientes que están incluidas en formulaciones de Permisos Sanitarios de Remedios Herbolarios Autorizados: Agastache mexicana (Toronjil), Amphipterygium adstringens (Cuachalalate), Bougainvillea glabra (Bugambilia), Crescentia alata (Tecomate, Cirial), Equisetum myriochaetum (Equiceto), Eysenhardtia polystachya (Vara dulce, palo dulce), Gnaphalium oxyphyllum (Gordolobo), Guazuma ulmifolia (Guacima), Ibervillea sonorae (Wareque), Plantago lanceolata (Llantén), Sambucus mexicana (Sauco), Salix taxifolia (Taray), Selaginella aff. Nothohybrida (Doraquilla), Smilax Domingensis (Zarzaparrilla), Opuntia ficus indica (Nopal), Tecoma stans (Tronadora), Valeriana edulis (Valeriana mexicana).

Las siguientes plantas medicinales son un pequeño ejemplo de ingredientes que están incluidas en formulaciones de Registros Sanitarios de Medicamentos Herbolarios Autorizados: Aesculus hippocastanum (Castaño de Indias), Allium sativum (Ajo), Arctostaphylos uva ursi (Gayuba), Astragalus membranaceus (Huáng qí), Calendula officinalis (Calendula), Cassia angustifolia (Sen), Coffea canephora (Café robusta), Cyamopsis tetragonoloba (Goma guar), Echinacea purpurea (Equinacea), Garcinia cambogia (Tamarindo malabar), Ginkgo biloba (Ginkgo), Hedera helix (Hiedra común), Hypericum perforatum (Hierba de San Juan), Lagerstroemia speciosa (Giant Crape-myrtle), Silybum marianum (Cardo santo), Serenoa repens (Saw palmetto), Panax ginseng (Panax), Passiflora incarnata (Pasionaria), Plantago psyllium (Psylum), Rhodiola rosea (Raíz de Oro), Valeriana officinalis (Valeriana), Vitis vinifera (Uva) (Ciencia COFEPRIS, 2022).

Transmitir el conocimiento herbolario con responsabilidad.

México es la nación con más indígenas de América Latina con 68 agrupaciones etnolingüísticas, en 1992 fue reconocido como país pluricultural (CDI, 2015). En esos años, inició el reconocimiento y justificación de la práctica empírica de la enfermería. Se buscaba con cada acción encontrar los fundamentos teóricos que justificaran las acciones de la enfermera intercultural (OMS, 2011). El país tiene una riqueza y tradición ancestral acerca del uso de PM y es una costumbre arraigada en comunidades

rurales e indígenas. En donde la mayoría de las personas que viven en comunidades rurales prefieren usar en lugar de medicina alópata, PM como remedios caseros para la atención primaria de la salud. Sin embargo, hay poca información de la vinculación entre el conocimiento empírico y fenomenológico del uso de las plantas a pesar de que existe una extensa tradición herbolaria (OMS, 2011).

Mucho del conocimiento ancestral es realmente importante sobre todo por tratarse de los máspreciado para muchas familias, la salud, por ello todos en el entorno donde se desarrolla la vida tenemos el conocimiento nato de lo que se usa de manera ancestral para atender diversos remedios y dolencias que tenemos y que nos aquejan.

Hoy, que tengas la oportunidad de conocer algún remedio que sea utilizado de manera ancestral nuestro gran compromiso es poder hacer propio dicho conocimiento y buscar la manera de poder transmitirlo a la dependencia, buscando que estos remedios caseros puedan perdurar en el tiempo y en las generaciones.

Plantas medicinales en Ixtlahuaco Lolotla Hidalgo

Dentro de la asignatura de Ecología y Desarrollo Sustentable se requirió en una actividad donde se abordaba el contenido el Uso de las propiedades de las plantas, los estudiantes del sexto semestre de la Escuela Preparatoria Número 5 realizaron una búsqueda de ese conocimiento ancestral dirigido a las plantas y su uso medicinal.

Donde resalta las siguientes plantas y las formas en las que son aprovechadas las propiedades que estas tienen

- La ruda, utilizada como desinflamante, el alagesico casero por excelencia.
- El té de manzanilla que se emplea como regulador y relajante.
- El té del anís, utilizado para las cefaleas.
- La planta del muicle utilizado para tratar la anemia
- La sábila utilizada para mantener la piel sin presencia de acne.
- El té de toronjil para calmar los nervios y curar de susto.
- La yerba del mohuite que se coloca debajo de las almohadas para no tener pesadillas.
- El té de lima china para controlar la tos.
- La hoja de los cítricos para conservar y cuidar la garganta.

Y así podemos hacer crecer la lista, que como podemos observar los metabolitos de estos organismos son para el cuidado del ser humano cuando hablamos de la salud.

Conclusión

Podemos decir que el conocimiento ancestral de los pueblos sin duda contiene mucha información muy relevante para la vida, la salud no queda de lado, pues ellos pueden tener de los metabolitos secundarios de las plantas, beneficios para poder atender de primera mano la salud, contrarrestando los malestares físicos diversos que aquejan a las personas. Es responsabilidad de todas las personas poder cuidar y conservar la salud, como también responsabilidad de todos nosotros conservar ese conocimiento de los pueblos.

Referencias

- [1]Ciencia COFEPRIS. (12 de 2022). Obtenido de Herbolarios: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/777503/RCC7-Herbolarios.PDF>
- [2] Gonzalez Rodriguez, R., & Cardentey Garcia, J. (5 de 4 de 2016). La medicina herbolaria como terapéutica en un consultorio. Rev Ciencias Médicas, 20(2).
- [3] OMS (Organización Mundial de la Salud). 2011. The selection and use of traditional remedies in primary health care. Informe del taller interregional de la OMS sobre el uso de la medicina tradicional en la atención primaria de salud, Ulaanbaatar, Mongolia, 23-26 de agosto de 2007. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44146>. Febrero 4 de 2020.