

# EL USO DE LAS PLANTAS MEDICINALES

IRAI COSME PÉREZ



El origen que se conoce de las plantas medicinales y que han formado parte importante de la historia y de la cultura de los pueblos indígenas, se refiere a su uso y aplicación como remedio de enfermedades, pues constituye un conocimiento que, aún en nuestros días, se transmite en forma oral de generación en generación. Algunas de las ventajas que se tienen en utilizarlas son: se pueden conservarse por mucho tiempo y la variedad en las que se puede aplicar. Entre los productos que se pueden encontrar están: pomadas, jarabes, té, jabones, shampoo, entre otros.

## DEFINICIÓN DE PLANTAS MEDICINALES

Son plantas medicinales, todas aquellas que contienen en alguno de sus órganos, principios activos, los cuales, administrados en dosis suficientes, producen efectos curativos en las enfermedades de los hombres y de los animales en general. Se calcula que de las 260.000 especies de plantas que se conocen en la actualidad el 10% se pueden considerar medicinales, es decir, se encuentran recogidas dentro de los tratados médicos de fitoterapia, modernos y de épocas pasadas, por presentar algún uso. Evidentemente, sobre todo en las regiones ecuatoriales, la proporción de especies medicinales puede variar sensiblemente de este porcentaje, ya que ni siquiera se conoce la totalidad de la flora.

El estudio de los componentes de las plantas medicinales se centra en las sustancias que ejercen una acción farmacológica sobre el ser humano o los seres vivos. Los principios



activos de las plantas pueden ser sustancias simples (como alcaloides) o bien mezclas complejas (resinas, aceites esenciales, etc.). Los compuestos más comunes son los azúcares y heterósidos (azúcar más un compuesto sin azúcar), que pueden ser glucósidos, galactósidos, etc. El primer heterósido que se descubrió fue la salicina. Otros componentes activos de las plantas son alcaloides, lípidos, gomas, mucílagos, principios amargos, taninos, aceites esenciales, resinas, bálsamos, oleorresinas, ácidos orgánicos, enzimas y vitaminas.

## HISTORIA DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Las plantas medicinales han formado parte importante de la historia y cultura de los pueblos indígenas. El uso y aplicaciones para el remedio de enfermedades, constituye un conocimiento que se transmite en forma oral de generación en generación.

Antes de la llegada de los conquistadores existía en México una gran riqueza de medicina tradicional practicada por muchos grupos indígenas.

Los indígenas poseían un amplio conocimiento sobre los vegetales y yerbas medicinales, así como también de la anatomía del cuerpo humano. Lo que les permitió curar con certeza muchas de las enfermedades que se presentaban.

A la curación con yerbas se agregaron los minerales de animales que poseían propiedades curativas. La forma de administrar sus medicamentos, era mediante cocimientos, aceraciones, emplastos, polvos secos, aceites, etc., muchas veces acompañados de conjuros, mandas, rezos o limpiezas.

La aplicación de la medicina dependía del tipo de enfermedad que se atendía, es decir, los curanderos estaban ubicados por especialidades: médicos, cirujanos, sangradores, parteras, yerberos, hueseros, sobadores, manteadores, adivinadores, etc.

Todos estos eran llamados “Médicos Verdaderos” por que conocían la medicina que curaba. Existían además otro tipo de médicos, los falsos quienes se burlaban, ocultaban sus conocimientos y mataban a la gente con sus medicinas, eran los nahuales, hechiceros o brujos.

Cuando los españoles llegaron a nuestro país se quedaron admirados de los conocimientos y habilidades que tenían los indígenas sobre la curación de las enfermedades. Sin embargo, la forma tradicional de curar se vio limitada e influenciada por la medicina europea.

Los españoles en su afán de conquista y en su desconocimiento hacia este tipo de medicina, prohibieron algunas formas de curación por considerarlas mágicas y supersticiosas, mucha gente fue considerada y condenada, hasta llegar a la prohibición de curar sin título bajo la pena de pagar 60 pesos de oro. Esta situación provocó que la medicina indígena se practicara a escondidas.

La Medicina Española introdujo nuevas formas de curación como por ejemplo: el uso de la jeringa metálica y la incorporación de otras plantas como: la mazanilla, el romero, la sábila y el albacar, hoy en día muy utilizadas por los pueblos indígenas.

Este mestizaje dio origen también a la botica, donde se preparaban compuestos con sustancias extraídas de las plantas, por ejemplo: aceites, olores, esencias, etc. En la botica se daba un acto médico integral, ya que la misma persona diagnosticaba, recetaba y daba seguimiento al paciente.

No obstante, el progreso de la medicina provocó que la farmacia industrial destituyera a la botánica y hasta que se le considerara ilegal.

Apartir de la aparición de las medicinas de farmacia, los médicos se olvidaron del uso de las plantas medicinales limitándose a recetar cosas caras, difíciles de conseguir y muchos casos de efectos peligrosos.

En nuestro país no solamente se consumen medicamentos inútiles sino hasta algunos que han sido prohibidos en otros países

por los efectos dañinos que causan al organismo.

Detrás del exagerado uso de la medicina de farmacia y de olvido de las plantas medicinales, están los intereses económicos de los grandes laboratorios extranjeros que negocian con la salud del pueblo.

No pretendemos negar los beneficios de las medicinas modernas, ni la utilidad de algunas medicinas de patente, pero si vemos a la medicina tradicional como un recurso valido para hacer llegar los beneficios de la salud a un mayor número de personas.



Sabemos que para mucha gente sobre todo del campo, las plantas medicinales y los remedios caseros son prácticamente su único recurso frente a las enfermedades. Sin embargo, el uso de las plantas medicinales por personas poco capacitadas sólo buscan el hacer dinero (charlatanes) o por personas que atribuyen efectos mágicos (brujos y hechiceros) han contribuido al desprestigio y ataque de este recurso.

Si a ello sumamos la influencia de la publicidad respecto a los productos que fabrican los grandes laboratorios podemos explicarnos el olvido en que tenemos a las plantas medicinales.

En este momento el estudio científico de las plantas medicinales es ya una preocupación de varias instituciones, investigadores que consideran a la herbolaria como una alternativa útil para resolver algunos problemas de salud. Por ejemplo la creación de institutos especializados en la investigación de la medicina tradicional en Europa:

The herbs and the natural medical plants are still proving very faithful. In Europe, a great deal of research is being done every day and there are many institutes of phytotherapy, the institute which I belong to the national institute of medical herbalists of Great Britain, was established in 1864, and it is the oldest association of practicing herbalists in existence today. It operates the school of herbal medicine in Sussex which conducts a four year course and includes the study of the traditional medical subjects such as pathology, physiology, anatomy and biochemistry. In addition to that, plant remedies are studied in great detail including the pharmacological properties of the plants.

Some plants contain over 170 different chemicals. These things slow down or cushion the effect of the essential or active ingredients of the plants. But when we throw away nature's package, we are left with something that is very brutal and harsh on our systems, this results in the side effects we experience with pharmaceutical drugs.

## CONSERVACIÓN DE LAS PLANTAS

Para evitar que se echen a perder las plantas colectadas y conservarlas por mucho tiempo, debemos secarlas muy bien. Las hojas, las flores y las semillas se secan a la sombra, en lugares limpios, secos y protegidos de posibles mojaduras, se pueden colgar en manojos o meterse en bolsas de yute, sobre tendedores, cuidando que los insectos no se aniden.

Las raíces, corteza y frutos se cortan en trozos pequeños, se ponen sobre un trapo limpio y se secan al sol, moviéndose de vez en cuando. Se deben colocar en lugares alejados de los animales para evitar que se contaminen.

Ya secas las plantas se pueden rallar, quebrar o hacer polvo, para guardarse en frascos de vidrio bien limpios y secos. Las plantas no

deben quedar muy apretadas en el frasco y es necesario ventilarla de vez en cuando sobre todo en los climas húmedos.

## VENTAJAS DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Son muy accesibles para su uso y recolección.

Hay una gran variedad, se estima que en México existen 5 mil plantas medicinales distintas.

Tienen relación con el medio cultural, es decir, con la concepción del mundo y del ser humano que se tiene en cada región.



No implica gasto de dinero, ni de mucho tiempo para su preparación.

No requieren de conocimientos ni de ninguna habilidad especial para ser aplicadas.

Hacen a las personas independientes, porque al hacer uso de las plantas la gente adquiere sus propios recursos económicos.

Son eficaces, durante años han resuelto muchos de los problemas de salud en las comunidades.

### Bibliografía

Biblioteca de Consulta Microsoft Encarta.2005.

Contreras Pavía, Honorio. **Compendio**. México, Estudio de Impresión, 2001.

