



## Maderas del Pueblo del Sureste, A. C.

*"Por una sociedad justa, en armonía con la naturaleza"*



### " PROPIEDADES DE ALGUNAS PLANTAS CURATIVAS "

ELABORADAS EN TINTURAS, POMADAS, JARABES Y MICRODOSIS

Hierbabuena  
Romero  
Bugambilia  
Flor de San Juan  
Caléndula  
Tila  
Estafiate



Contacto en México, DF  
celular (044) 55 2080 0690  
c.e. contacto@maderasdelpueblo.org.mx

Responsable: Silvia Vázquez D.  
c.e. inajak@hotmail.com

Comaleras núm. 8-1  
Privada Misión de Las Rosas  
Barrio San Diego C.P. 29270  
San Cristóbal de Las Casas, Chis.  
Tel y Fax 52 (967) 116 0505  
Celular (044) 967 102 7491  
www.maderasdelpueblo.org.mx

## Planta, Usos y Propiedades Curativas

### Ajo

Abortivo, afrodisíaco, amibas, anemia, anginas, antibiótico, antiséptico, artritis, aparato respiratorio, asma, bronquitis, circulación, colesterol, corazón, diabetes, disentería, diurético, estreñimiento, estómago, estimulante, expectorante, menstruaciones, faringitis, fatiga, fiebre, gases intestinales, gripa, hemorroides, herpes, hígado, hipertensión arterial, histerismo, insomnio, lombrices, infecciones renales, manchas rojas de la cara, mordedura de serpiente, mordedura de perro rabioso, nervios, neuralgias, paludismo, palpitaciones, parásitos intestinales, picadura de insecto, purificador de la sangre, riñón, reumatismo, sinusitis, tratamientos de vaginitis, varices, vómitos nerviosos.



Ajo

## Tinturas/Indicaciones

20 gotas en un vaso con agua 3 veces al día, posteriormente 1 vez al día. En el caso de usarlo para desparasitar, tomar 20 gotas en un poco de agua, en ayunas por 3 días seguidos. Para niños mayores de 6 años 15 gotas en un poco de agua, en ayunas por 3 días seguidos.

## Contraindicaciones

Toxicidad. Dada la capacidad del ajo para hacer más fluida la sangre, deberían tomarse precauciones en las siguientes condiciones:

- Problemas de sangrado o de coagulación sanguínea.
- Diabetes
- hipertiroidismo (no deberá tomarse)
- Embarazo
- Cuando se toma medicamento para controlar el azúcar y algunos antiinflamatorios
- El ajo en uso externo, puede provocar dermatitis por contacto por lo que debe utilizarse prudentemente.
- Nunca se recomienda el uso para problemas de la piel en niños pequeños.
- En ningún caso deben utilizarse diferentes preparados de este al mismo tiempo (cápsulas, tinturas, extractos, etc.). Se recomienda tomarlo de forma individual.

## Anís verde

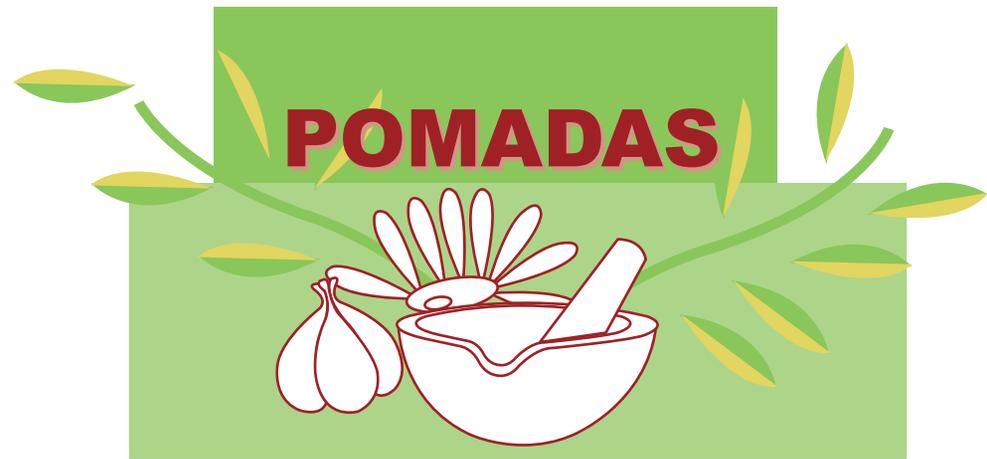
Tiene acción carminativa, aperitiva, tónica del estómago y digestiva (limpia los intestinos de fermentaciones y putrefacciones); para los niños y lactantes sirve en casos de gases o diarreas malolientes; expectorante, asma, bronquios (facilita la eliminación de las

25 gotas en vaso con poca agua mañana y tarde. En el caso de niños de 6 años en adelante tomar 15 gotas mañana y tarde.

Toxicidad leve.



Anís Verdes



## Planta, Usos y Propiedades Curativas

### Árnica

Se puede usar de manera externa en contusiones ya que contiene propiedades desinflamatorias que reducen dolor e hinchazón luego de un golpe sin herida abierta, ayudando el incremento en el flujo sanguíneo al área en que se aplica.

### Citronela

Repelente de insectos (piquetes de mosquitos).

### Tepescohuite

Previene infecciones en las quemaduras de la piel; auxiliar en granos con pus (antibiótico).

### Sosa

Auxiliar en el tratamiento de hongos en pies (pie de atleta) y axilas.

## Tinturas/Indicaciones

Limpiar bien la parte afectada y aplicar 3 veces al día hasta la recuperación total.

Aplicar antes de exponerse como si se estuviera poniendo una crema.

Limpiar bien la parte afectada y aplicar 3 veces al día hasta la recuperación total.

Limpiar bien la parte afectada y aplicar 3 veces al día hasta la recuperación total.

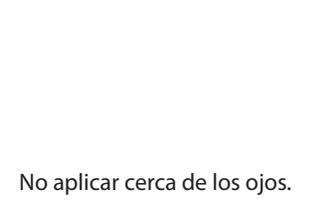
## Contraindicaciones

No aplicar cerca de los ojos.



Arnica

No aplicar cerca de los ojos.



No aplicar cerca de los ojos.



Tepescohuite

**Planta, Usos y Propiedades Curativas**

**Tinturas/Indicaciones**

**Contraindicaciones**

**Planta, Usos y Propiedades Curativas**

**Tinturas/Indicaciones**

**Contraindicaciones**

**Jarabe para la tos (de yerbas medicinales)**

Es eficaz para tos con flemas, ya que ayuda a expulsarlas; tos asmática; tos por problemas de bronquitis.

En adultos, tomar 1 cucharada sopera cada 4 hrs., para niños de 6 años en adelante tomar 1 cucharadita cada 4 hrs.



Eucalipto



Bugambilia



Gordolobo

mucosidades bronquiales haciéndolas fluidas; funciona también como antídoto de la nicotina y de los alquitranes del tabaco. Aumenta la producción de leche en mujeres lactando.

**Ajenjo**

Aumenta el apetito y estimula la secreción de jugos gástricos; insuficiencia hepática y en la fase de convalecencia de las hepatitis víricas; Normaliza los ciclos de menstruación y evita los dolores por periodos irregulares y dolorosos. Abortivo, analgésico, anorexia, diarrea, parasitosis, apéndice, ayuda al parto, enfermedades biliares, hígado, lombrices, nervios, paludismo, riñones.

**Árnica**

Agotamiento, asma, antiséptico, bronquitis, diarrea, disentería, vómitos, cólicos biliares, paludismo, tos, fiebre, inflamación. Para el tratamiento de artritis, ulceraciones, eczemas y acné.

20 gotas en un vaso con poca agua antes de los alimentos 2 veces al día. Si es para problemas menstruales 25 gotas en un vaso con agua 2 veces al día una semana antes de empezar el periodo menstrual, después sólo si persisten las molestias.

20 gotas en un vaso con agua dos veces al día. Si su uso es externo, se puede usar en pequeñas cantidades (5 gotas directas en la parte afectada cubierta con un paño 2 veces al día, siempre y cuando la herida no esté abierta)

No usarlo en personas que padecen de úlcera gastroduodenal o gastritis.

A dosis elevadas puede provocar temblores y convulsiones.

No administrarlo a mujeres embarazadas debido a su posible efecto abortivo, así como a lactantes ya que se elimina por la leche y resulta nocivo para el bebé.

Puede ser tóxico en uso excesivo.



Arnica



## Planta, Usos y Propiedades Curativas

### Boldo

Disminuye la frecuencia cardiaca, disfunción hepática, colitis, trastornos hepáticos y respiratorios.

### Cabeza de Negro (Barbasco)

Su uso es efectivo para fiebres ocasionadas por dolores reumáticos; artritis, ciática, y otras dolencias similares actuando como desinflamatorio.

### Caléndula

Ayuda en las molestias del climaterio, menstruaciones dolorosas y difíciles, úlceras, vesícula, espasmos, estomatitis; gingivitis crónica, abscesodentario, amigdalitis, analgésico arritmia cardiaca, cicatrización, gingivitis crónica, hemorragia, heridas, infección, inflamación, purgante, quemaduras, sedante, tónico.

### Castaña de Indias

Indicada en venas varicosas, absorción de edemas (piernas hinchadas) flebitis, trastornos circulatorios periféricos, hemorroides.

## Tinturas/Indicaciones

25 gotas en un poco de agua cada 4 hrs.



Boldo

Dosis: 15 gotas en agua c/8 hrs.

Dosis: 20 gotas en un poco de agua c/8 hrs. Para menstruaciones muy dolorosas tomar 25 gotas mañana y tarde durante 3 días.

Dosis: 10 gotas en un poco de agua 2 veces al día

## Contraindicaciones

Por su propio mecanismo de acción puede provocar obstrucción biliar. No usar en tratamientos prolongados ni durante el embarazo.

No administrar a mujeres embarazadas, ya que puede causar aborto. No administrar a menores de edad.



Caléndula



Castaña de Indias

## Planta, Usos y Propiedades Curativas

Antiinflamatorio, antibiótico y anticonvulsivo. Ayuda en las menstruaciones difíciles.

### Valeriana

Combate el insomnio, ansiedad, angustia, epilepsia, es sedante; cólicos, espasmos y la desintoxicación del tabaco (cigarro - fumadores). Auxiliar en niños con problemas de sueño.

### Yerba Santa

Amigdalitis, analgésico, anestésico local, laringitis, bronquitis, asma, fiebre, balsámico, cefalalgia, cólicos, diarrea, disentería, disnea, dispepsia, disuria, menstruaciones difíciles, emoliente, erisipela, espasmos, estimulante, gota, inflamación, intoxicaciones, llagas, metritis, mordedura de serpiente, osteoartritis, parotiditis, reumatismo, tos.

### Zarzaparrilla

Contiene propiedades diuréticas, sudoríficas, depurativas, aperitivas y tonificantes. Favorece la eliminación de urea, ácido úrico y otros residuos orgánicos y disminuye el nivel de colesterol en la sangre. Se usa en los siguientes casos: reumatismo, artritis, gota. Afecciones febriles; gripe, fiebre tropical, inapetencia, digestiones pesadas.

## Tinturas/Indicaciones

25 gotas en un vaso con agua cada 8 hrs. Para niños de 6 años en adelante 15 gotas antes de dormir.

25 gotas en medio vaso con agua cada 6 hrs. mientras persiste el cuadro agudo por 3 días, posteriormente sólo 1 vez al día.

20 gotas en un poco de agua 3 veces al día.



Zarzaparrilla

## Contraindicaciones

En niños menores de 3 años, puede producir somnolencia.



Valeriana



Yerba Santa

En dosis altas produce náuseas y vómitos.

## Planta, Usos y Propiedades Curativas

### Pasiflora

Analgésico, ansiedad, nerviosismo, estrés, insomnio, sedante, tranquilizante, convulsiones, diurético, menstruaciones difíciles, fiebre, hipnótico, narcótico, retardo mental, parálisis.

### Prodigiosa

Ayuda en los problemas de bilis; disentería y cólicos biliosos, infecciones estomacales, gastroenteritis.

### Romero

Trastornos de enfermedades respiratorias y del aparato digestivo; como desinfectante de la piel, protector del hígado. Por su contenido de hierro ayuda a superar la falta del mismo en el organismo en casos de anemia. Ayuda también como antioxidante.

### Rosa de Castilla

Sirve para el cuidado de la piel, cólicos de bebés y para bajar la temperatura; es un purgante ligero para niños pequeños.

### Ruda

Actúa sobre los nervios, calambres de la matriz; opresión nerviosa del corazón y cólicos del intestino.

## Tinturas/Indicaciones

Dosis: 20 gotas c/8hrs  
Diluida en agua.  
En niños de 6 años en adelante 10 gotas en un poco de agua antes de dormir.

Dosis: 25 gotas diluida en agua 2 veces al día.  
En niños de 6 años en adelante 10 gotas en un poco de agua 2 veces al día (preferiblemente después de los alimentos).

20 gotas en un poco de agua cada 4 hrs.

15 gotas en medio vaso de agua cada 8 hrs, mientras haya síntomas.

25 gotas en un poco de agua cada 8 hrs

## Contraindicaciones



Pasiflora



Romero



Ruda

No se recomienda su uso en mujeres embarazadas, ya que puede causar aborto.

## Planta, Usos y Propiedades Curativas

### Cuachalalate

Para las úlceras gástricas, colitis, antiinflamatorio, diurético, cáncer de estómago, diabetes, hígado, paludismo, riñón, tifoidea, tuberculosis, úlcera péptica y varicosa; facilita la digestión; facilita la cicatrización, abate el colesterol.

### Chaparro Amargo

Es fuerte y efectivo contra la disentería amibiana; para eliminar parásitos intestinales y mejorar el sistema digestivo; puede utilizarse en diarreas y fiebres altas.

### Estafiate

Abortivo, anorexia, antibiótico, antiviral, asma, bronquios, catarro, debilidad, dengue, diabetes, diarreas, disentería, dismenorrea, estimulante, estreñimiento, hemorroides, hígado, histeria, ictericia, nervios, neuralgias, paludismo, parasitosis, reumatismo, riñones, tosferina, vesícula, antimicrobiano, astringente, aperitivo.

## Tinturas/Indicaciones

Dosis: 25 gotas diluida en agua después de cada comida.  
Para piquetes de insectos y acné, 2 gotas en un algodón y pasarlo por la parte afectada.  
Para la digestión en niños de 6 años en adelante tomar 15 gotas en un poco de agua después de los alimentos.

20 gotas en un poco de agua cada 4 hrs por 3 días mientras persiste el cuadro agudo; posteriormente 2 veces al día.  
En niños de 6 años en adelante tomar 10 gotas en un poco de agua por 3 días mientras persiste el cuadro agudo; posteriormente 2 veces al día.

25 gotas en un poco de agua 3 veces al día. En el caso de dolores menstruales, tomar 3 días antes y mientras dure el periodo.  
En niños de 6 años en adelante tomar 10 gotas en un poco de agua 3 veces al día mientras dura el cuadro agudo, posteriormente 2 veces al día.

## Contraindicaciones

Su uso prolongado en las amibiasis crónicas rebeldes, NO trae consigo manifestaciones de intoxicación.

En tinturas o microdosis no causa ningún efecto secundario.



Estafiate



## Planta, Usos y Propiedades Curativas

### Epazote

Ayuda en dolores estomacales. Hace sudar y ayuda a limpiar el organismo. Evita los gases intestinales, efectivo contra la diarrea y ayuda a desalojar los parásitos.

### Gobernadora

Ayuda a destruir las piedras del riñón. Es un diurético fuerte que alivia las dificultades de orinar; salmonelosis, vómitos, amibiasis, auxiliar en algunas enfermedades del útero.

### Guanábana

Anticancerígeno; combate tumores malignos y benignos; así como quistes.

### Hierbabuena

Recomendado para las digestiones lentas; inflamaciones del hígado y la vesícula; gases intestinales; mareos.

### Hinojo

Carminativa, tónica, estomacal, digestiva, anorexia; ayudan a reducir el colesterol en la sangre; diurético facilitando la eliminación de líquidos; por su contenido en hierro ayuda a superar la anemia; Estimula

## Tinturas/Indicaciones

20 gotas en medio vaso con agua, en ayunas para parásitos. Para dolor estomacal 25 gotas en medio vaso con agua 2 veces al día. En niños de 6 años en adelante tomar 10 gotas en un poco de agua 3 veces al día mientras dura el cuadro agudo, posteriormente 2 veces al día.

20 gotas en un poco de agua cada 8 hrs.

20 gotas en un poco de agua cada 8 hrs.

25 gotas en un poco de agua después de cada alimento durante 3 días; posteriormente c/8 hrs.

25 gotas en un poco de agua cada 4 hrs. En caso de la menstruación tomar la misma dosis 2 días antes de empezar el periodo.

## Contraindicaciones

Precaución en su uso para mujeres embarazadas, ya que en dosis elevadas puede causar aborto



Epazote

Puede ser tóxico en dosis elevadas



Hierbabuena



Hinojo

## Planta, Usos y Propiedades Curativas

la producción de leche en las lactantes; ayuda en la menstruación dolorosa.

### Tila

Destaca su capacidad sedante, muy útil en estados de excitación nerviosa e inquietud, actúa como sedante; diurético e hipotensor. Tiene efecto antiespasmódico y sudorífico, que resulta beneficioso como calmante de la tos y en los estados febriles.

### Uña de Gato

Posee propiedades, diuréticas y antiinflamatorias sobre los órganos urinarios; cálculos renales; arenillas, colitis ulcerosa; retención de líquidos, gastritis; afecciones prostáticas; cistitis; artritis; quistes; trombosis (dado que disminuye la capacidad de coagulación de la sangre); trastornos y problemas digestivos inflamatorios; potencia la curación de las heridas; reumatismo; se usa en tratamientos convencionales para combatir tumores, ya que disminuye su tamaño.

Dado que esta planta produce una estimulación del sistema inmunitario se ha utilizado para tratar múltiples de infecciones.

## Tinturas/Indicaciones

20 gotas 2 veces al día, en un poco de agua. En niños de 6 años en adelante 10 gotas en un poco de agua antes de dormir.

25 gotas en un poco de agua 3 veces al día, en cuadros agudos se puede tomar cada 4 hrs



Tila



Uña de Gato

## Contraindicaciones

Toxicidad. Su consumo no presenta efectos secundarios. Puede administrarse sin problemas a los niños nerviosos o que no duermen bien.

No deben utilizarla personas con enfermedades autoinmunes, esclerosis múltiple o tuberculosis. No debe utilizarse junto con medicamentos para la presión sanguínea o anticoagulantes (alopáticos). No deber tomarse antes o después de una intervención quirúrgica o si tienes un trastorno relacionado con la coagulación de la sangre. No usar durante el embarazo, pues se ha visto que en animales induce contracciones uterinas.