

## Recomendaciones para el uso de plantas silvestres medicinales

- Conoce las especies antes de usarlas.
- Las plantas medicinales sólo deben usarse en la atención primaria a la salud y en el caso de enfermedades crónicas no deben sustituir los tratamientos médicos.
- Colecta las plantas de lugares limpios y sólo la cantidad que vas a utilizar y la parte de la planta que necesitas (por ejemplo, hojas y flores) evitando arrancar las plantas desde la raíz.
- En lugares en donde la planta que usas no es abundante, es mejor no colectarla y permitir que las poblaciones se recuperen.
- Evita causar incendios, así como el sobrepastoreo en zonas de bosque.



Autor  
**Guillermo Alejandro Pérez Flores**  
Laboratorio de Agroecología y Vida Silvestre,  
Facultad de Agrobiología

CA Ambiente y Genética  
UATLX-CA-223

❶ Km. 10.5 Carretera Tlaxcala - San Martín Texmelucan, San Felipe Ixtacuixtla, Tlaxcala. CP. 90120  
❷ Tel. 248 481 54 82  
❸ guillermo.perezflores@uatx.mx

## Universidad Autónoma de Tlaxcala

# Jardín Etnobiológico Tlaxcallan



## ¡Conoce las plantas silvestres medicinales de Tlaxcala!

En México se tiene registro de alrededor de 3,000 especies de plantas medicinales, de las cuales en Tlaxcala se conoce el uso de 321 especies provenientes de diferentes estudios realizados en los últimos 30 años; de estas, la mayoría son silvestres, es decir, crecen y se reproducen en los ecosistemas naturales de nuestro estado.



# Pero... ¿Cuáles son las plantas silvestres medicinales?

Son plantas que se han utilizado en forma ancestral por los pueblos y el conocimiento sobre su uso se ha transmitido de generación en generación. Eventualmente se ha comprobado la efectividad del uso de muchas especies.

En Tlaxcala esas plantas se encuentran con mayor frecuencia en vegetación natural como los bosques de encino, de pino-encino, de sabino, pero también se encuentran a las orillas de los campos de cultivo asociada con la vegetación de los bordes, en todos los casos forman parte de la biodiversidad, así como de las cadenas tróficas y de interacciones con otros seres vivos como animales, plantas, hongos y bacterias.

Para su estudio las plantas pueden **clasificarse** en:

- A. **Herbáceas** (como la castilleja o el árnica).
- B. **Arbustivas** (como la jarilla blanca y el azomiate).
- C. **Árboles** (como el encino).



**Los usos medicinales** pueden clasificarse:

**A. Por aparatos y sistemas:** Aparato digestivo, aparato respiratorio, aparato reproductor, sistema urinario, sistema nervioso, sistema tegumentario.

**B. Por tipos de padecimiento:** Enfermedades gastrointestinales, renales, respiratorias, padecimientos de filiación cultural que presentan síntomas reconocibles por la medicina pero que se denominan de acuerdo con creencias de cada pueblo (como el empacho, el mal aire o la tiricia).

# ¿Para qué sirven las plantas que se observan en las imágenes?

En la siguiente tabla se leen los usos medicinales de cada planta:

Nombre común	Nombre científico	Uso medicinal
Plumajillo	<i>Achillea millefolium</i>	Resfriado, dolor de garganta
Chicalote	<i>Argemone platyceras</i>	Granos, mezquinos, tiricia
Trompetilla, mirto	<i>Bouvardia ternifolia</i>	Piquetes de insecto
Azomiate, jarilla amarilla	<i>Barkleyanthus salicifolius</i>	Baños después del parto, reumas
Lengua de vaca	<i>Buddleja parviflora</i>	Empacho, calor en el estómago
Escoba, tepopote	<i>Baccharis conferta</i>	Dolor de estómago
Jarilla blanca	<i>Baccharis salicifolius</i>	Baños después del parto
Árnica	<i>Heterotheca inuloides</i>	Inflamación en heridas
Girasol morado	<i>Cosmos bipinnatus</i>	Tos
Cantaritos, campanita	<i>Penstemon roseus</i>	Tos
Gordolobo	<i>Gnaphalium sp.</i>	Tos
Girasol guinda	<i>Cosmos scabiosoides</i>	Cólico biliar y empacho
Dalia	<i>Dahlia coccinea</i>	Tos
Hierba del sapo	<i>Eryngium carlineae</i>	Enfermedades renales y colesterol
Hierba del pollo	<i>Commelina coelestis</i>	Fiebre por infección intestinal
Cardo Santo	<i>Cirsium ehrenbergii</i>	Tos
Castilleja, flor de víbora	<i>Castilleja tenuiflora</i>	Tos, mordedura de víbora
Cenicia	<i>Helianthemum glomeratum</i>	Dolor de estómago
Espinossilla, Necaxanil	<i>Loeselia mexicana</i>	Tos, caída de cabello
Maravilla	<i>Mirabilis jalapa</i>	Hinchazón, heridas
Cacaxclapa	<i>Ipomoea stans</i>	Diabetes, heridas
Palo dulce, palo azul	<i>Eysenhardtia polystachya</i>	Enfermedades renales
Cancerina	<i>Castilleja arvensis</i>	Tos
Lindatarde, amapola	<i>Oenothera elata</i>	Mal de orín, riñones
Muérdago	<i>Psittacanthus calyculatus</i>	Circulación, várices
Cempasúchil silvestre	<i>Tagetes lunulata</i>	Dolor de estómago, diarrea
Encino	<i>Quercus rugosa</i>	Para apretar las encías
Tronadora	<i>Tecoma stans</i>	Diabetes
Hierba del golpe	<i>Oenothera rosea</i>	Hinchazón por golpes
Cola de borrego	<i>Stevia serrata</i>	Empacho y diarrea
Cola de zorra	<i>Reseda luteola</i>	Dolor de estómago
Pericón	<i>Tagetes lucida</i>	Dolor de estómago, diarrea
Sauco	<i>Sambucus mexicana</i>	Tos
Acederilla	<i>Oxalis latifolia</i>	Hipo, dolor de estómago

