

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

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

Universidad Autónoma de Tlaxcala

Jardín Etnobiológico Tlaxcallan



Acederilla
Oxalis latifolia



¡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.

Plumajillo
Achillea millefolium



Chicalote
Argemone platyceras



Trompetilla
Bouvardia ternifolia



Azomiate o jarilla
Barkedanthus salicifolius



Lengua de vaca
Buddleja parviflora



Escoba
Baccharis conferta



Jarilla blanca
Baccharis salicifolia

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

