



ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE INFORMÁTICA Y ELECTRÓNICA
CARRERA DISEÑO GRÁFICO

RECETARIO MEDICINAL FOTOGRAFICO INSPIRADO EN
PLANTAS MEDICINALES DEL CANTÓN COLTA –
CHIMBORAZO

Trabajo de integración curricular

Tipo: Proyecto Técnico

Presentado para optar al grado académico de:
LICENCIADO EN DISEÑO GRÁFICO

AUTORA:
ELSA DANIELA FREIRE SALINAS

Riobamba – Ecuador



ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE INFORMÁTICA Y ELECTRÓNICA
CARRERA DISEÑO GRÁFICO

RECETARIO MEDICINAL FOTOGRAFICO INSPIRADO EN
PLANTAS MEDICINALES DEL CANTÓN COLTA –
CHIMBORAZO

Trabajo de integración curricular

Tipo: Proyecto Técnico

Presentado para optar al grado académico de:
LICENCIADO EN DISEÑO GRÁFICO

AUTORA: ELSA DANIELA FREIRE SALINAS

DIRECTORA: ING. MARÍA LORENA VILLACRÉS PUMAGUALLE

Riobamba – Ecuador

© 2023, Elsa Daniela Freire Salinas

Se autoriza la reproducción total o parcial, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, incluyendo la cita bibliográfica del documento, siempre y cuando se reconozca el Derecho de Autor.

Yo, Elsa Daniela Freire Salinas, declaro que el presente Trabajo de Integración Curricular es de mi autoría y los resultados del mismo son auténticos. Los textos en el documento que provienen de otras fuentes están debidamente citados y referenciados.

Como autora asumo la responsabilidad legal y académica de los contenidos de este Trabajo de Integración Curricular; el patrimonio intelectual pertenece a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

Riobamba, 25 de mayo del 2023

A handwritten signature in blue ink, reading "Elsa Daniela Freire Salinas". The signature is stylized, with the first letters of each name being prominent and circled.

Elsa Daniela Freire Salinas




180529009-3

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE INFORMÁTICA Y ELECTRÓNICA

CARRERA DISEÑO GRÁFICO

El Tribunal del Trabajo de Integración Curricular certifica que: El Trabajo de Integración Curricular; tipo: Proyecto Técnico, **RECETARIO MEDICINAL FOTOGRÁFICO INSPIRADO EN PLANTAS MEDICINALES DEL CANTÓN COLTA – CHIMBORAZO.**, realizado por la señorita: **ELSA DANIELA FREIRE SALINA**, ha sido minuciosamente revisado por los Miembros del Tribunal del Trabajo de Integración Curricular, el mismo que cumple con los requisitos científicos, técnicos, legales, en tal virtud el Tribunal Autoriza su presentación.

	FIRMA	FECHA
Ing. Fausto Vinicio Oviedo Cevallos PRESIDENTE DEL TRIBUNAL	 _____	2023-05-25
Ing. María Lorena Villacrés Pumagualle DIRECTORA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	 _____	2023-05-25
Dis. Mónica Gabriela Sandoval Gallegos ASESORA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	 _____	2023-05-25

DEDICATORIA

Dedico mi trabajo de integración curricular a mi familia, en primer lugar, a mis padres, Mercedes y Rubén que siempre me han brindado su apoyo en momentos difíciles y su amor incondicional a lo largo de mi vida y mi carrera como estudiante, a mis hermanos Alan y Sofia por su amor y cariño, a mi abuelita Yolanda por ser uno de mis pilares fundamentales dentro de mi vida, y a toda mi familia en general.

Daniela

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia por ser mi pilar fundamental en mi trayectoria estudiantil, a mis padres por ser las personas que me han incentivado y apoyado para salir adelante y me han encaminado a ser una mujer responsable.

Daniela

ÍNDICE DE CONTENIDO

ÍNDICE DE CONTENIDO	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.....	xiv
SUMMARY	xix
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	
1. DIAGNÓSTICO DEL PROBLEMA.....	2
1.1. Antecedentes	2
1.2. Problemática	4
1.2.1. Planteamiento del problema.	4
1.2.2. Preguntas de indagación.....	4
1.2.3. Diagnóstico del problema.....	5
1.2.4. Prognosis	5
1.2.5. Delimitaciones	6
1.3. Justificación.	6
1.4. Objetivos	7
1.4.1. Objetivo general.....	7
1.4.2. Objetivos específicos.....	7
CAPÍTULO II	
2. MARCO CONCEPTUAL	8
2.1. Plantas medicinales del cantón Colta	8
2.1.1. Antecedentes del cantón Colta	8
2.1.1.1. Sicalpa.....	10
2.1.1.2. Cajabamba	10
2.1.2. Medicina ancestral	11
2.1.2.1. Familias de plantas	12
2.1.2.2. Clasificación de plantas.....	14

2.1.3. Fitoterapia	15
2.1.3.1. <i>Fitofármaco</i>	16
2.1.3.2. <i>Principios activos</i>	16
2.1.4. Secado y conservación de las plantas medicinales	17
2.2. Diseño editorial	18
2.2.1. Formato	19
2.2.2. Tipografía	20
2.2.2.1. <i>Tipografías serif</i>	21
2.2.2.2. <i>Tipografías sans serif</i>	22
2.2.2.3. <i>Tipografías script</i>	23
2.2.2.4. <i>Tipografías decorativas</i>	24
2.2.3. Maquetación	25
2.2.4. Retícula	26
2.2.4.1. <i>Retícula manuscrita o bloque</i>	26
2.2.4.2. <i>Retícula de columnas</i>	27
2.2.4.3. <i>Retícula modular</i>	27
2.2.4.4. <i>Retícula jerárquica</i>	28
2.2.5. Estilo gráfico	29
2.2.6. Recetario	29
2.2.6.1. <i>Características</i>	30
2.2.6.2. <i>Partes de un recetario</i>	30
2.2.6.3. <i>Tipos de recetarios</i>	31
2.3. Fotografía	33
2.3.1. Clasificación de la fotografía	34
2.3.1.1. <i>Fotografía de retrato</i>	34
2.3.1.2. <i>Fotografía surrealista</i>	35
2.3.1.3. <i>Fotografía de paisajes</i>	36
2.3.1.4. <i>Fotografía de alimentos</i>	37
2.3.1.5. <i>Fotografía de turismo</i>	38

2.3.2. <i>Composición fotográfica</i>	39
2.3.3. <i>Fotografía digital</i>	40
2.3.4. <i>Fotografía patrimonial natural</i>	40
2.3.4.1. <i>Requisitos para elaborar fotografía de patrimonio natural</i>	41
CAPÍTULO III	
3. MARCO METODOLOGICO	43
3.1. Metodología de la investigación	43
3.1.1. <i>Investigación descriptiva</i>	43
3.1.2. <i>Investigación de Campo</i>	43
3.1.3. <i>Enfoque cualitativo</i>	43
3.1.4. <i>Método deductivo</i>	44
3.1.5. <i>Población</i>	44
3.1.5.1. <i>Población 1</i>	45
3.1.5.2. <i>Población 2</i>	45
3.1.6. <i>Técnicas e instrumentos</i>	46
3.1.6.1. <i>Entrevista</i>	46
3.1.6.2. <i>Fichas bibliográficas</i>	47
3.1.6.3. <i>Observación</i>	48
3.2. Metodología de diseño	50
3.2.1. <i>Metodología para la recopilación fotográfica de patrimonio natural</i>	50
3.2.1.1. <i>Identificación</i>	50
3.2.1.2. <i>Descripción</i>	50
3.2.1.3. <i>Valoración</i>	50
3.2.1.4. <i>Conservación</i>	51
3.2.1.5. <i>Difusión</i>	51
3.2.2. <i>Metodología para el diseño y diagramación del recetario</i>	51
3.2.2.1. <i>Etapa analítica</i>	51
3.2.2.2. <i>Etapa creativa</i>	52
3.2.2.3. <i>Etapa ejecutiva</i>	52

CAPÍTULO IV

4.	MARCO DE RESULTADOS.....	54
4.1.	Resultados de investigación.....	54
<i>4.1.1.</i>	<i>Resultados de fichas de documentación.....</i>	<i>62</i>
4.2.	Resultados de la compilación fotográfica.....	102
4.3.	Resultados del diseño y Diagramación.....	142
<i>4.3.1.</i>	<i>Etapa creativa.....</i>	<i>142</i>
<i>4.3.1.1.</i>	<i>Buyer persona.....</i>	<i>142</i>
	Tabla 84-4: Buyer Persona.....	142
<i>4.3.1.2.</i>	<i>Implicaciones.....</i>	<i>143</i>
<i>4.3.1.3.</i>	<i>Formulación de idea rectora.....</i>	<i>143</i>
<i>4.3.1.4.</i>	<i>Planificación del sistema de tipología grafica.....</i>	<i>144</i>
<i>4.3.1.5.</i>	<i>Toma de partida.....</i>	<i>145</i>
<i>4.3.1.6.</i>	<i>Formalización de idea.....</i>	<i>145</i>
<i>4.3.1.7.</i>	<i>Verificación.....</i>	<i>174</i>
<i>4.3.2.</i>	<i>Etapa ejecutiva.....</i>	<i>178</i>

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES.....	179
--------------------------	------------

RECOMENDACIONES.....	180
-----------------------------	------------

GLOSARIO

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1-2: Parroquias del cantón Colta.....	9
Tabla 1-3: Personas portadoras de conocimiento sobre las plantas medicinales	45
Tabla 2-3: Documentos bibliográficos.....	45
Tabla 3-3: Ficha de documentación bibliográfica.....	48
Tabla 4-3: Ficha de observación	49
Tabla 1-4: Resultado de la entrevista a María Rosa Sagniy Llanga.....	54
Tabla 2-4: Resultado de la entrevista a María Magdalena Quispi Pilamunga.....	55
Tabla 3-4: Resultado de la entrevista a María Juliana Remache Yépez	56
Tabla 4-4: Resultados de la entrevista	57
Tabla 5-4: Origen de las plantas medicinales	60
Tabla 6-4: Ficha de documentación de la planta medicinal ajeno	62
Tabla 7-4: Ficha de documentación de la planta medicinal alfalfa.....	64
Tabla 8-4: Ficha de documentación de la planta medicinal anís criollo	65
Tabla 9-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Borraja.....	66
Tabla 10-4: Ficha de documentación de la planta medicinal caballo chupa.....	67
Tabla 11-4: Ficha de documentación de la planta medicinal calaguala.....	68
Tabla 12-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Capulí	69
Tabla 13-4: Ficha de documentación de la planta medicinal cardo santo.....	70
Tabla 14-4: Ficha de documentación de la planta medicinal chilca	71
Tabla 15-4: Ficha de documentación de la planta medicinal chuquiragua	72
Tabla 16-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Diente de león.....	73
Tabla 17-4: Ficha de documentación de la planta medicinal eucalipto	74
Tabla 18-4: Ficha de documentación de la planta medicinal grama.....	75
Tabla 19-4: Ficha de documentación de la planta medicinal hierba buena	76
Tabla 20-4: Ficha de documentación de la planta medicinal hierba mora.....	77
Tabla 21-4: Ficha de documentación de la planta medicinal higo.....	78
Tabla 22-4: Ficha de documentación de la planta medicinal lechuga.....	79

Tabla 23-4: Ficha de documentación de la planta medicinal llantén	80
Tabla 24-4: Ficha de documentación de la planta medicinal malva	81
Tabla 25-4: Ficha de documentación de la planta medicinal manzanilla	82
Tabla 26-4: Ficha de documentación de la planta medicinal marco	83
Tabla 27-4: Ficha de documentación de la planta medicinal matico	84
Tabla 28-4: Ficha de documentación de la planta medicinal menta	85
Tabla 29-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Milín	86
Tabla 30-4: Ficha de documentación de la planta medicinal eneldo	87
Tabla 31-4: Ficha de documentación de la planta medicinal nogal	88
Tabla 32-4: Ficha de documentación de la planta medicinal flor de Ñachak	89
Tabla 33-4: Ficha de documentación de la planta medicinal orégano	90
Tabla 34-4: Ficha de documentación de la planta medicinal ortiga verde.....	91
Tabla 35-4: Ficha de documentación de la planta medicinal paja blanca.....	92
Tabla 36-4: Ficha de documentación de la planta medicinal pino.....	93
Tabla 37-4: Ficha de documentación de la planta medicinal romero	94
Tabla 38-4: Ficha de documentación de la planta medicinal ruda.....	95
Tabla 39-4: Ficha de documentación de la planta medicinal sábila.....	96
Tabla 40-4: Ficha de documentación de la planta medicinal santa maría.....	97
Tabla 41-4: Ficha de documentación de la planta medicinal tilo.....	98
Tabla 42-4: Ficha de documentación de la planta medicinal toronjil	99
Tabla 43-4: Ficha de documentación de la planta medicinal trinitaria	100
Tabla 44-4: Ficha de documentación de la planta medicinal verbena	101
Tabla 45-4: Ficha de observación de la planta medicinal ajenjo	103
Tabla 46-4: Ficha de observación de la planta medicinal alfalfa.....	104
Tabla 47-4: Ficha de observación de la planta medicinal anís criollo	105
Tabla 48-4: Ficha de observación de la planta medicinal Borraja	106
Tabla 49-4: Ficha de observación de la planta medicinal caballo chupa	107
Tabla 50-4: Ficha de observación de la planta medicinal calaguala	108
Tabla 51-4: Ficha de observación de la planta medicinal Capulí	109

Tabla 52-4: Ficha de observación de la planta medicinal cardo santo.....	110
Tabla 53-4: Ficha de observación de la planta medicinal chilca.....	111
Tabla 54-4: Ficha de observación de la planta medicinal chuquiragua	112
Tabla 55-4: Ficha de observación de la planta medicinal Diente de león.....	113
Tabla 56-4: Ficha de observación de la planta medicinal eucalipto	114
Tabla 57-4: Ficha de observación de la planta medicinal grama	115
Tabla 58-4: Ficha de observación de la planta medicinal hierba buena.....	116
Tabla 59-4: Ficha de observación de la planta medicinal hierba mora.....	117
Tabla 60-4: Ficha de observación de la planta medicinal higo.....	118
Tabla 61-4: Ficha de observación de la planta medicinal lechuga.....	119
Tabla 62-4: Ficha de observación de la planta medicinal llantén	120
Tabla 63-4: Ficha de observación de la planta medicinal malva	121
Tabla 64-4: Ficha de observación de la planta medicinal manzanilla.....	122
Tabla 65-4: Ficha de observación de la planta medicinal marco	123
Tabla 66-4: Ficha de observación de la planta medicinal matico	124
Tabla 67-4: Ficha de observación de la planta medicinal menta	125
Tabla 68-4: Ficha de observación de la planta medicinal Milín	126
Tabla 69-4: Ficha de observación de la planta medicinal eneldo	127
Tabla 70-4: Ficha de observación de la planta medicinal nogal	128
Tabla 71-4: Ficha de observación de la planta medicinal flor de Ñachak	129
Tabla 72-4: Ficha de observación de la planta medicinal orégano	130
Tabla 73-4: Ficha de observación de la planta medicinal ortiga verde.....	131
Tabla 74-4: Ficha de observación de la planta medicinal paja blanca.....	132
Tabla 75-4: Ficha de observación de la planta medicinal pino.....	133
Tabla 76-4: Ficha de observación de la planta medicinal romero.....	134
Tabla 77-4: Ficha de observación de la planta medicinal ruda	135
Tabla 78-4: Ficha de observación de la planta medicinal sábila.....	136
Tabla 79-4: Ficha de observación de la planta medicinal santa maría.....	137
Tabla 80-4: Ficha de observación de la planta medicinal tilo.....	138

Tabla 81-4: Ficha de observación de la planta medicinal toronjil	139
Tabla 82-4: Ficha de observación de la planta medicinal trinitaria	140
Tabla 83-4: Ficha de observación de la planta medicinal verbena	141
Tabla 84-4: Buyer Persona.....	142
Tabla 85-4: Primer pregunta	174
Tabla 86-4: Segunda pregunta	175
Tabla 87-4: Tercera pregunta.....	176
Tabla 88-4: Cuarta pregunta	176
Tabla 89-4: Quinta pregunta	177

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1-1: Árbol del problema	5
Ilustración 1-2: Mapa de las parroquias de Colta.....	10
Ilustración 2-2: Clasificación de las plantas.....	15
Ilustración 3-2: Formatos de páginas DIN	20
Ilustración 4-2: Clasificación de las tipografías	22
Ilustración 5-2: Clasificación de las tipografías	23
Ilustración 6-2: Clasificación de las tipografías	24
Ilustración 7-2: Clasificación de las tipografías	25
Ilustración 8-2: La retícula en el diseño gráfico.....	27
Ilustración 9-2: La retícula en el diseño gráfico.....	27
Ilustración 10-2: La retícula en el diseño gráfico.....	28
Ilustración 11-2: La retícula en el diseño gráfico.....	29
Ilustración 12-2: Recetas con hierbas curativas.	32
Ilustración 13-2: Recetario médico cirujano 040	32
Ilustración 14-2: Recetas de Cocina: Ingredientes e Instrucciones para Cocina.....	33
Ilustración 15-2: Fotografía de retrato.....	35
Ilustración 16-2: 'La Persistencia de la Memoria' Óleo sobre lienzo	36
Ilustración 17-2: Paisaje rural.....	37
Ilustración 18-2: Fotografía de alimentos.....	38
Ilustración 19-2: Fotografía de turismo.....	39
Ilustración 1-3: Modelo de entrevista.....	47
Ilustración 1-4: Paleta de color.....	145
Ilustración 2-4: Familia tipográfica 1	146
Ilustración 3-4: Familia tipográfica 2.....	146
Ilustración 4-4: Familia tipográfica 2.....	147
Ilustración 5-4: Maquetación de Portada.....	148
Ilustración 6-4: Maquetación de páginas.....	149

Ilustración 7-4: Maquetación de páginas presentación	149
Ilustración 8-4: Maquetación de índice	149
Ilustración 9-4: Maquetación de plantas nativas	150
Ilustración 10-4: Maquetación de plantas introducidas.....	150
Ilustración 11-4: Maquetación de plantas introducidas.....	151
Ilustración 12-4: Maquetación de plantas introducidas.....	151
Ilustración 13-4: Maquetación de páginas 11-12	152
Ilustración 14-4: Maquetación de páginas 12-14	152
Ilustración 15-4: Maquetación de páginas 13-14	153
Ilustración 16-4: Maquetación de páginas 15-16	153
Ilustración 17-4: Maquetación de páginas 17-18	154
Ilustración 18-4: Maquetación de páginas 19-20	154
Ilustración 19-4: Maquetación de páginas 21-22	155
Ilustración 20-4: Maquetación de páginas 23-24	155
Ilustración 21-4: Maquetación de páginas 25-26	156
Ilustración 22-4: Maquetación de páginas 27-28	156
Ilustración 23-4: Maquetación de páginas 29-30	157
Ilustración 24-4: Maquetación de páginas 31-32	157
Ilustración 25-4: Maquetación de páginas 33-34	158
Ilustración 26-4: Maquetación de páginas 35-36	158
Ilustración 27-4: Maquetación de páginas 37-38	159
Ilustración 28-4: Maquetación de páginas 39-40	159
Ilustración 29-4: Maquetación de páginas 41-42	160
Ilustración 30-4: Maquetación de páginas 43-44	160
Ilustración 31-4: Maquetación de páginas 45-46	161
Ilustración 32-4: Maquetación de páginas 47-48	161
Ilustración 33-4: Maquetación de páginas 49-50	162
Ilustración 34-4: Maquetación de páginas 51-52	162
Ilustración 35-4: Maquetación de páginas 53-54	163

Ilustración 36-4: Maquetación de páginas 55-56	163
Ilustración 37-4: Maquetación de páginas 57-58	164
Ilustración 38-4: Maquetación de páginas 59-60	164
Ilustración 39-4: Maquetación de páginas 61-62	165
Ilustración 40-4: Maquetación de páginas 63-64	165
Ilustración 41-4: Maquetación de páginas 65-66	166
Ilustración 42-4: Maquetación de páginas 67-68	166
Ilustración 43-4: Maquetación de páginas 69-70	167
Ilustración 44-4: Maquetación de páginas 71-72	167
Ilustración 46-4: Maquetación de páginas 75-76	168
Ilustración 47-4: Maquetación de páginas 77-78	169
Ilustración 48-4: Maquetación de páginas 79-80	169
Ilustración 49-4: Maquetación de páginas 81-82	170
Ilustración 50-4: Maquetación de páginas 83-84	170
Ilustración 51-4: Maquetación de páginas 85-86	171
Ilustración 52-4: Maquetación de páginas 87-88	171
Ilustración 53-4: Maquetación de páginas 89-90	172
Ilustración 54-4: Maquetación de páginas 91-92	172
Ilustración 55-4: Maquetación de glosario	173
Ilustración 56-4: Maquetación de contraportada	173
Ilustración 57-4: Resultado pregunta 1	174
Ilustración 58-4: Resultado pregunta 2	175
Ilustración 59-4: Resultado pregunta 3	176
Ilustración 60-4: Resultado pregunta 4	177
Ilustración 61-4: Resultado pregunta 5	178

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO A: ENTREVISTA A LA SRA. MARÍA JULIA REMACHE

ANEXO B: LOCALIZACIÓN PARA EL REGISTRO FOTOGRÁFICO (SICALPA-VAQUERÍA)

ANEXO C: TOMA DE FOTOGRAFÍAS DE PATRIMONIO NATURAL

ANEXO D: TOMA DE FOTOGRAFÍAS DE PRODUCTO

ANEXO E: EDICIÓN FOTOGRÁFICA: FOTOGRAFÍAS DE PATRIMONIO NATURAL

ANEXO F: EDICIÓN FOTOGRÁFICA: FOTOGRAFÍA DE PRODUCTO

ANEXO G: MAQUETACIÓN DEL RECETARIO MEDICINAL FOTOGRÁFICO

ANEXO H: ENCUESTA REALIZADA A MADRES DEL CANTÓN COLTA EN LAS PARROQUIAS DE SICALPA Y CAJABAMBA

RESUMEN

El presente trabajo de titulación tiene como objetivo diseñar un recetario inspirado en las plantas medicinales mediante la fotografía de patrimonio natural para la conservación del conocimiento ancestral de la provincia de Chimborazo cantón Colta. En primera instancia se aplicó la metodología de patrimonio natural que consta de 5 fases: identificación, descripción, valoración, conservación y difusión; a través de esta metodología se realizó la recopilación de información mediante entrevistas que ayudaron a identificar cada una de las plantas además del origen de las mismas, cabe recalcar que las plantas a utilizarse deben cumplir 4 requisitos: ser de la región interandina, que se encuentren dentro del clima templado frío, que soporten heladas debido a las bajas temperaturas que poseen el cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba. Y que sean originarias de los Andes o América del sur que son prioritarias, pero también se tomará en cuenta plantas que no son originarias, pero cumplen los demás requisitos. Dicha información se utilizó para la realización de fichas de documentación en donde se reconocieron cada una de las plantas a utilizarse, además se realizaron fichas de documentación en las cuales se tomó en cuenta el modo de conservación de la planta y la fotografía de patrimonio natural además de la receta a utilizarse en el recetario. Se utilizó también la metodología de Bruce Archer teniendo como característica principal el diseño y diagramación además de la conexión con el público objetivo. El resultado obtenido por medio de las estrategias planteadas fue el desarrollo de un recetario medicinal fotográfico denominado “Raíces Andinas” en donde se muestran las fotografías de patrimonio natural además de recetas ancestrales. Se concluyó que el diseño del recetario medicinal fotográfico proporciona información clara y coherente para el uso de las plantas medicinales en el público objetivo.

Palabras clave: <FOTOGRAFIA DE PATRIMONIO NAURAL >, < RECETARIO MEDICINAL>, < PLANTAS MEDICINALES >, <DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN >, <MEDICINA ANCESTRAL >, <COLTA (CANTÓN) >.

SUMMARY

The work objective was to design a recipe book inspired by medicinal plants through the photography of natural heritage to the conservation of ancestral knowledge of Chimborazo province, Colta town. In the first instance, the natural heritage methodology was applied, consisting of five phases identification, description, valuation, conservation, and dissemination. In this methodology, the collection of information was carried out through interviews that helped to identify each plant and its origin; plants met four requirements: being from the inter-Andean region, that they are within the cold temperate climate, that they support frosts due to the low temperatures in Colta town in the parishes of Sicalpa and Cajabamba, and that originate from the Andes or South America that are a priority, additionally, non-native plants were taken into account because they meet the other requirements. The information collected was used to make documentation sheets where each plant used was recognized; documentation sheets, mode of conservation of the plant, and the photography of natural heritage were taken into account, in addition to the recipe used in the cookbook. Bruce Archer's methodology was also used, having as its main characteristic the design, layout, and connection with the target audience. The result obtained through the proposed strategies develop a photographic medicinal recipe book called Andean Roots, where photographs of natural heritage and ancestral recipes are detailed. It was concluded that the design of the photographic medicinal recipe book provides clear and coherent information for the use of medicinal plants in the target audience.

KEY WORDS: <PHOTOGRAPHY>, <NAURAL HERITAGE>, < MEDICINAL PRESCRIPTION BOOK>, < MEDICINAL PLANTS>, <DESIGN AND LAYOUT>, <ANCESTRAL MEDICINE>, <COLTA (CANTÓN)>.

INTRODUCCIÓN

Solo las personas que se han asentado en un lugar durante décadas pueden obtener un conocimiento profundo de la naturaleza y manejarla adecuadamente a través de la observación cuidadosa y el amor por las plantas, los animales, etc. Se puede decir que los indios americanos tenían esta conexión con la naturaleza antes de la llegada de los europeos, que sembraron varias especies de plantas medicinales, es decir, aproximadamente más de 300. A finales del siglo XX surgió una nueva conciencia que entendió la destrucción del planeta, el papel de la mujer en el aporte de los procesos naturales y el conocimiento de las profundidades de la tierra, el *yachack* que era el intermediario de la humanidad para la conexión con la naturaleza, el cual sanaba el cuerpo humano además del espíritu.

Sin duda la forma de practicar la agricultura, el uso no invasivo de las plantas medicinales genera un gran valor especial para los conocimientos, si bien es cierto la medicina farmacéutica ha salvado vidas, pero también ha generado pérdidas o daños al cuerpo humano, además de su alto valor monetario, motivo por el cual varios pueblos indígenas no pueden tener acceso a ellas, es por esto por lo que se recomienda rescatar y ampliar la medicina ancestral y con ello las plantas medicinales.

Así se introduce a este proyecto técnico, Recetario medicinal fotográfico inspirado en plantas medicinales del cantón Colta – Chimborazo, que busca diseñar un recetario inspirado en las plantas medicinales mediante la fotografía de patrimonio natural para la conservación del conocimiento ancestral, principalmente en las madres adultas de 27 a 59 años de clase socioeconómica media C+ y B, de las parroquias de Sicalpa y Cajabamba.

CAPITULO I

1. DIAGNÓSTICO DEL PROBLEMA

1.1. Antecedentes

Ecuador es megadiverso por ser considerado un país que posee distintas culturas y tradiciones, además de ser conocedores sobre la medicina ancestral como yerbatero, comadrona, *yachak*, quienes mediante sus conocimientos y experiencias poseen las habilidades de sanar y determinar varias enfermedades que, mediante el uso de las propiedades curativas de las plantas las mismas que logran restablecer la salud de las personas, la medicina ancestral es practicada hace miles de años con plantas medicinales que provee la *Pacha Mama*

La gran cantidad de flora que brinda la madre tierra hace que se consolide para generar curaciones y aguas medicinales, propiciando un escenario para la ejecución de la fotografía de patrimonio natural, es decir que consiste en crear escenarios con elementos que se encuentran dentro de la *Pacha Mama* como ramas, hojas, tierra, flores o árboles, resaltando el objeto principal en la escena. Referente al tema se contiene varios casos los cuales sirven para generar ideas que ayuden a solucionar el problema, como la perdida de conocimiento por parte de las madres sobre las plantas medicinales y las propiedades curativas que estas poseen. La fotografía y la técnica se emplean para generar una composición bien estructurada enmarcada en lo natural, siendo la fotografía un medio en el cual se plasma de forma creativa a través de la experimentación, la madre naturaleza, pero para dar sentido a cada una de las fotografías es importante tener un vínculo con la *Pacha Mama*.

Las plantas medicinales juegan un papel importante en la protección de la salud y con el mismo prevalece la estabilidad de la madre tierra, aun así, el ser humano no conoce que las plantas contienen varias propiedades medicinales curativas y sobre los beneficios que pueden tener cada una ellas para las diferentes enfermedades, este desconocimiento conlleva a un riesgo de automedicación e información inadecuada que genera complicaciones con órganos internos del cuerpo humano.

Bautista, B. D. F. & Freire, Q. S. G. (2016) en el proyecto de investigación “Diseño de un catálogo fotográfico publicitario de las artesanías del cantón Pujilí, caso de estudio taller Chicaiza Villarroel” de la Universidad Técnica de Cotopaxi expresa que existen en la actualidad maneras de transmitir conocimientos como, por ejemplo: libros, revistas, internet, etc. Además, se puede nombrar el catálogo que interactúa con el medio en el que se desarrolla; para poder obtener una mejor respuesta en conocimiento, considerando que es la mejor manera de transmitir

los conocimientos a nuevas generaciones sobre las plantas medicinales que los ancestros utilizaban como medio natural para su sanación, por medio de un recetario y la utilización de la fotografía se lograra plasmar los diferentes tipos de plantas y sus beneficios para el cuerpo.

Según Pérez, V. S. (1997) en el libro de “Ciencia Andina” de Quito - Ecuador expresa que la medicina andina ecuatorial, es el área de conocimiento que mejor se ha conservado luego de la colonización europea, que se enriqueció con las tradiciones de la medicina popular española, puesto que a la utilización que los indígenas ya hacían de hierbas medicinales, los colonos trajeron las propias, las mismas que prontamente se aclimataron en los Andes, convirtiéndose en parte del bagaje de la medicina andina-ecuatorial.

La Dirección Nacional de la Salud Intercultural. (2022) en el “Código de ética de los hombres y mujeres de sabiduría de la medicina ancestral – tradicional de las nacionalidades y pueblos del Ecuador”, enuncia:

Que nuestra formación como hombres y mujeres de sabiduría se inicia en nuestra Madre Naturaleza y se complementa con la formación humana que recibimos de nuestra familia y de nuestros/as sabios/as, guías de la medicina y la espiritualidad, y de manera especial, con los consejos que recibimos de nuestros espíritus guías. Este proceso de aprendizaje lo realizamos al interior de la familia, de la comunidad, del pueblo y de la nacionalidad, apoyándonos en la sabiduría y el poder de los sitios sagrados naturales, en donde forjamos a nuestro cuerpo y a nuestro espíritu a encuentros personales con la Madre Naturaleza, las divinidades y ancestros, para aprender el don de saber relacionarnos y saber hacer bien la medicina en beneficio de nuestros hermanos y hermanas. (La Dirección Nacional de la Salud Intercultural 2022)

Hay que considerar que dentro de las plantas medicinales existen varias maneras de sanar los males del cuerpo. Martín-Romo Mejías, J. (2012). En el libro de “plantas medicinales (2ª. ED.) de Málaga – España expone que el objeto de la fitoterapia es, por lo tanto, mejorar la salud mediante la utilización de aquellas plantas o de sus derivados que posean propiedades medicinales.

La filosofía de la fitoterapia es la de tratar suavemente durante un largo período de tiempo con pequeñas dosis de hierbas fuertes pueden ser toleradas, ya que se usa toda la hierba en su conjunto, que tiene su propio equilibrio de constituyentes, que compensan alguna toxicidad Por ello la base de los medicamentos fitoterápicos está en las drogas vegetales y las distintas clases

de productos que de ellas se pueden llegar a obtener, término que no hay que confundir con el de planta medicinal.

En virtud de lo mencionado anteriormente se presenta este proyecto con la finalidad de generar una nueva alternativa para conservación de la identidad, logrando indagar sobre las plantas medicinales en el cantón Colta provincia Chimborazo. Mediante un recetario fotográfico se plasmará las propiedades de cada una de las plantas curativas a recopilar, además de sus métodos de preparación y utilización de estas, a través de una sistematización de conceptos y la importancia hoy en día con el fin de plasmar las tradiciones además de difundir una manera diferente de curar enfermedades.

1.2. Problemática

1.2.1. Planteamiento del problema.

En la provincia de Chimborazo en el cantón Colta el uso de medicina farmacéutica ha creado una brecha con la medicina ancestral, si bien en cierto las madres se preocupan por la salud y bienestar de su familia no encuentran una guía que recoja toda la información para poder enfatizar la importancia y la efectividad de estas prácticas curativas, provocando el desconocimiento sobre la medicina ancestral - plantas medicinales y como estas sanan el cuerpo humano de una forma natural

1.2.2. Preguntas de indagación

¿De qué manera incide la falta de conocimiento en relación con la medicina ancestral- plantas medicinales en madres de familia del cantón Colta?

¿De qué manera incide la elaboración de un recetario fotográfico en la conservación de la medicina ancestral?

¿Cuáles con las principales propiedades curativas que poseen las plantas medicinales?

¿Qué información textual y fotográfica se encuentran en los repositorios locales y nacionales con referencia al tema?

¿Cuál sería el lenguaje visual apropiado para un recetario medicinal destinado a las madres de familia del cantón Colta?

¿Como facilitar información en referencia a la medicina ancestral – plantas medicinales basado en elementos visuales apropiados?

1.2.3. Diagnóstico del problema

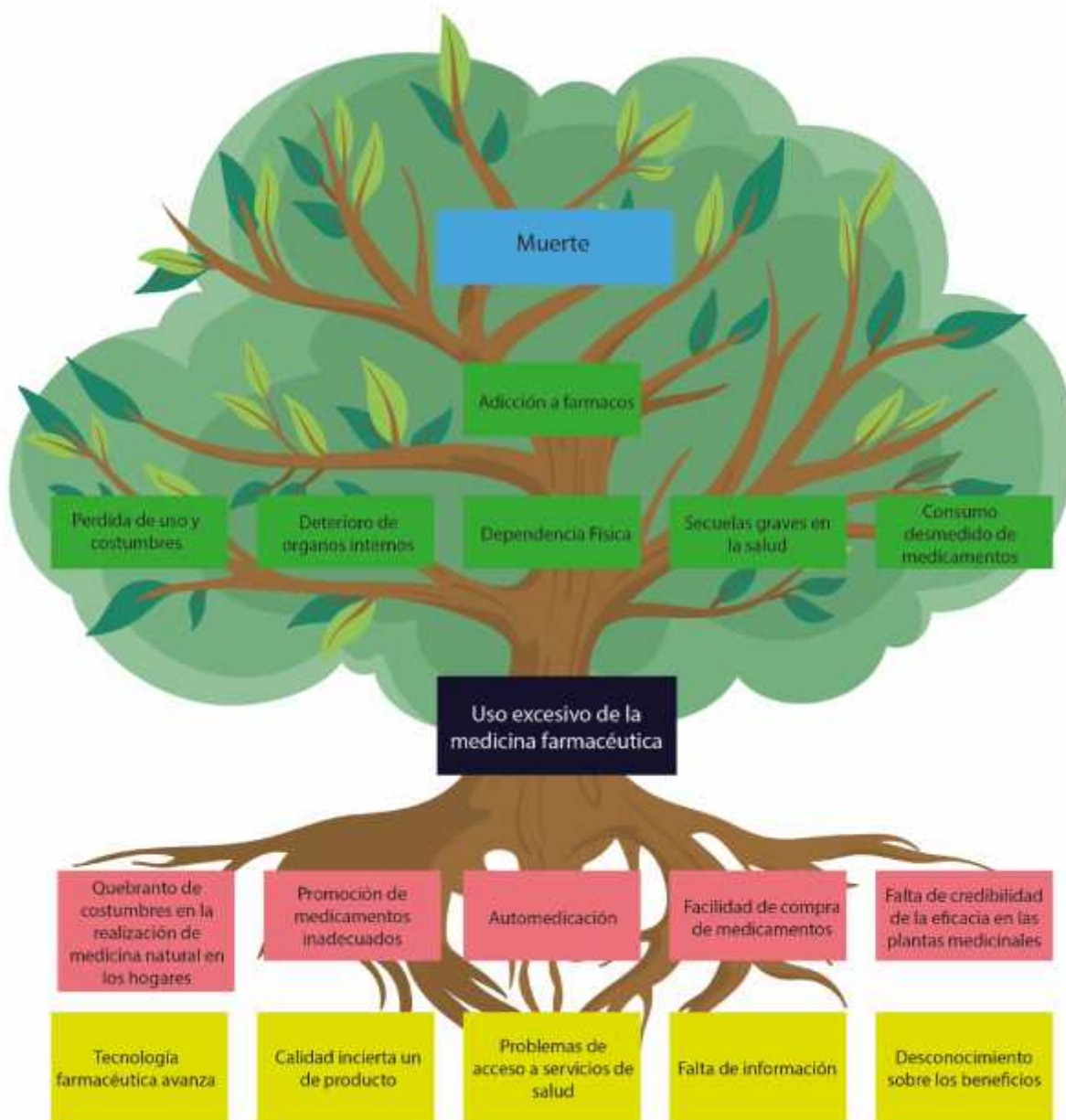


Ilustración 1-1: Árbol del problema

Realizado por: Freire, D. 2022

1.2.4. Prognosis

Con la elaboración del proyecto técnico se anhela contribuir efectivamente en las madres de familia mediante el diseño de un recetario medicinal fotográfico que incentive a consumir plantas medicinales como medio de sanación, generando una vida más saludable y duradera. Sin la elaboración de este proyecto técnico, poco a poco las madres seguirán creando una brecha entre la medicina farmacéutica y la medicina ancestral, perdiendo el valor de las plantas medicinales, debido a su gran facilidad de adquisición de fármacos que son utilizados para calmar dolores en las diferentes partes del cuerpo, sin tener en cuenta el daño letal que se ocasiona a las partes del organismo. Si bien es cierto, la medicina ancestral se ha perdido, puesto que las costumbres de realizar medicinas naturales en los hogares y la falta de credibilidad de la eficacia de las plantas medicinas ya no se valora, pues, las nuevas generaciones han cambiado lo natural por lo químico y artificial.

1.2.5. Delimitaciones

El proyecto técnico se realizará en el cantón Colta provincia de Chimborazo, que se encuentra en la Panamericana Sur, apenas a 18 Km o 20 minutos de la ciudad de Riobamba y a 206 Km. de Quito, la Capital del Ecuador, en la parroquia urbana Villa la unión que está formada por Cajabamba y Sicalpa. El público objetivo son madres adultas de 27 a 59 años de clase socioeconómica media C+ y B.

1.3. Justificación.

Para los sabios andinos y desde la visión cosmogónica, las plantas son seres vivos que contienen inteligencia al igual que los seres humanos, además de que aportan sabiduría, salud y bienestar a las personas, tienen propiedades fitoquímicas en las que se encuentran activos para la cura de las enfermedades, las plantas medicinales contienen propiedades que se clasifican en cálidas y frías.

Las plantas medicinales necesitan que haya una buena difusión para mantener vivo el patrimonio natural nacional además de fortalecer a la cultura reactivando las tradiciones de nuestros pueblos indígenas, además de ser conscientes que se puede llegar a nuevos públicos objetivos como adolescentes, jóvenes y adultos que su interés sea la medicina ancestral basándose en las plantas medicinales, para ello se debe convivir con la *Pacha Mama*, es decir, significa respetar y valorar las plantas para garantizar el buen vivir debido a que las plantas medicinales necesitan un recurso por el cual se difundan para brindar a la sociedad una alternativa de mejorar la salud y longevidad.

El aporte que se brindará al cantón Colta es significativo debido a que se dará a conocer lo antes ya mencionado además que ayuda a transmitir el conocimiento hacia nuevas generaciones que se interesen por las plantas medicinales, por esa razón que por medio de la fotografía con la ayuda de un software de edición y la técnica enmarcado a lo natural se puede mostrar de una forma diferente y creativa las diversas plantas medicinales y sus componentes para el uso de las personas que desean generar un cambio a su vida consumiendo plantas naturales, cabe recalcar que este recetario medicinal fotográfico puede ayudar de manera económica al cantón generando un ingreso de quienes opten por consumir medicina natural.

En el desarrollo de la investigación se tomará en cuenta los conceptos y prácticas relacionadas con la fotografía, diagramación y diseño, donde se pretende plasmar de forma directa las diferentes fotografías capturadas de plantas medicinales de la provincia de Chimborazo, cantón Colta, implementando un recetario que recopile las diferentes formas de sanar el cuerpo por medio de las plantas medicinales, efectuando una nueva alternativa natural sin productos químicos, vinculando la cultura con el diseño, además de dar a conocer la flora exuberante y las plantas medicinales que ofrece la madre tierra.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo general.

Diseñar un recetario inspirado en las plantas medicinales mediante la fotografía de patrimonio natural para la conservación del conocimiento ancestral de la provincia de Chimborazo cantón Colta.

1.4.2. Objetivos específicos.

- J Identificar las propiedades curativas que poseen las plantas medicinales a través de la investigación bibliográfica y de campo.
- J Recopilar la información textual y fotográfica relevante para el desarrollo del recetario.
- J Definir el lenguaje visual apropiado para el recetario y para un público específico.
- J Diagramar el recetario medicinal fotográfico en base a los elementos visuales definidos y la información recopilada.

CAPÍTULO II

2. MARCO CONCEPTUAL

2.1. Plantas medicinales del cantón Colta

El autor Juan Martín-Romo Mejías (2012, p.21), expresa que las plantas medicinales se han utilizado durante mucho tiempo contra muchas condiciones, intuitivamente, a través del conocimiento popularizado, esto da cierta garantía de seguridad, básicamente relacionado con la toxicología de las plantas, ya que son ampliamente utilizadas en diversas etapas de la antropología humana. Sin embargo, a pesar de un rango bastante amplio de tolerancia, no se puede excluir la posibilidad de efectos secundarios y posibles interacciones con otros métodos de tratamiento.

El término planta medicinal en el conocimiento popular significa cualquier planta utilizada con fines medicinales, pero desde el punto de vista higiénico, las plantas medicinales significan plantas que contienen principios activos que pueden utilizarse para el tratamiento. En algunos casos se utiliza la planta para extraer su principio activo, mientras que en otros se puede utilizar directamente. (Romo. 2012, p.21).

Así como en el resto de los pueblos de cantones y parroquias de la provincia del Chimborazo y del Ecuador, existe una gran variedad en cuanto a actividades vinculadas con la medicina ancestral y la comercialización de plantas medicinales en plazas y mercados que permiten la sanación del cuerpo y del espíritu, lo que será tratado en el capítulo tres con entrevistas de personas entendidas en el tema.

2.1.1. Antecedentes del cantón Colta

El gobierno municipal del cantón Colta (2018), expresa que:

El cantón Colta fue creado el 2 de agosto de 1884, durante el gobierno del Dr. José María Plácido Caamaño, además que se encuentra ubicado en la parte Noroccidental de la Provincia de Chimborazo, apenas a 18 Km. de la ciudad de Riobamba y a 206 Km. de la Capital de la República del Ecuador. Asentada a los pies del histórico cerro Cushca, y al Norte del valle de la Antigua Liribamba, formada por las cuencas que forman los ríos Cicalpa y Cajabamba con una altitud de 3.180 m.s.n.m. (Gobierno municipal del cantón Colta. 2018).

En el cantón Colta la población indígena es más grande que la población de mestizos con los siguientes porcentajes “con 39.296 habitantes (equivalente a 87,38% del total). Le sigue la mestiza, con 5.497 habitantes (12,23%); la blanca, con 108 habitantes (0,24%); la afroecuatoriana, con 19 habitantes (0,04%); y otras, con 51 habitantes (0,11%)” (Gobierno municipal del cantón Colta. 2018).

Tabla 1-2: Parroquias del cantón Colta

Parroquias del cantón Colta	
Urbanas	Rurales
Cajabamba	Cañi
	Columbe
Sicalpa	Juan de Velasco (Pangor)
	Santiago de Quito

Fuente: GADM Colta, 2018

Realizado por: Freire, D. 2022

En las últimas décadas, el cantón ha vivido un proceso de destrucción de su fauna, flora, y biodiversidad; muchas especies están en proceso de extinción por el manejo inadecuado de los ecosistemas, evidenciándose la destrucción de bosques naturales, sistemas y fuentes de agua; la cacería indiscriminada e intensa; graves procesos de deforestación y suplantación de los bosques nativos por especies comerciales que no aportan a la reconstitución del suelo y del paisaje. (Gobierno municipal del cantón Colta. 2018).



Ilustración 1-2: Mapa de las parroquias de Colta

Realizado por: GADM Colta, 2018

2.1.1.1. Sicalpa

La parroquia Sicalpa se encuentra ubicado al suroeste en la región interandina que pertenece a Cantón Colta, provincia de Chimborazo, País Ecuador a 18 km de la ciudad de Riobamba, está situado en una altitud promedio de 2.700 metros sobre el nivel del mar, está rodeado de bellas montañas lleno de biodiversidad, colindando con volcanes como el Chimborazo, el Tungurahua, el Altar y el Carihuairazo, su clima es frio de 12° centígrados.

En los llanos de la parroquia de Sicalpa, se encuentra la antigua Riobamba, fundada el 15 de agosto de 1534 por Diego de Almagro, antigua capital cultural de los Puruhás, que actualmente conforma en este espacio geográfico la Villa “La Unión”, la primera ciudad de España En se estableció en lo que hoy es el territorio de Ecuador. Riobamba fue la primera capital de la República del Ecuador y allí se firmó la primera constitución del Ecuador. En la época colonial, Riobamba fue una de las ciudades más grandes y hermosas del continente europeo. Cabe señalar que la historia antigua de Riobamba es bien conocida con los muchos edificios, magníficas iglesias y estructuras arquitectónicas únicas que actualmente constituyen algunos de los restos de la antigua ciudad de Riobamba en un pequeño espacio arqueológico. (Apuango et al., 2016).

Sicalpa cuenta con varios centros turísticos con una gran arquitectura antigua, uno de los grandes ejemplos están las iglesias por su belleza, antigüedad, y detalles, la gente indígena y mestiza destacándose por su calidez, los indígenas que son en su mayoría representan a nuestro pueblo ecuatoriano por sus distintas culturas y tradiciones.

2.1.1.2. Cajabamba

Esta parroquia urbana del cantón Colta posee varios campos turísticos además de su belleza en la flora, la cabecera del cantón Colta de la provincia del Chimborazo, creado el 2 de agosto de 1884, durante el gobierno del Dr. José María Plácido Caamaño.

“En tiempos preincaicos fue Liribamba, centro estratégico del señorío étnico Puruhá, y posteriormente la Ricpamba Incásica, tomando las características de Tambo, Fortaleza y lugar de choque e intercambio de sociedades Costeras, Andinas y posiblemente Amazónicas.” (Avilés Efrén., 2017, p. 02). Fue allí, en Ricpamba, donde Diego de Almagro fundó, el 15 de agosto de

1534, la ciudad de Santiago de Quito, que hoy es la airosa Guayaquil, y el 29 del mismo mes y año, San Francisco de Quito, hoy capital del Ecuador. (Anónimo, 2017).

Sobre las ruinas de Ricpamba, destruida posteriormente por un terrible terremoto que azoló la región, se levantaron luego los poblados de Cajabamba y Cicalpa, que, en épocas de la conquista, por disposición de los españoles completaron el Corregimiento de Riobamba. Cajabamba -que era el pueblo principal del sector- logró un mayor desarrollo y absorbió a Cicalpa. Posiblemente fue por eso por lo que, en los primeros años de la República, su nombre oficial fue Villa de La Unión, nombre que, por no tener trascendencia histórica, pronto fue olvidado y prevaleció el de Cajabamba. (Avilés Efrén., 2017, p. 02). Cajabamba está situada a 3.212 m sobre el nivel del mar, junto a la laguna de Colta, a cuyos arenales se levanta la capilla de Balvanera, la primera que construyeron los españoles en los territorios de Quito. (Avilés Efrén., 2017, p. 02)

2.1.2. Medicina ancestral

Según la tradición andina, las plantas sagradas, o plantas maestras, eran reconocidas porque los espíritus de las plantas enseñaban secretos inconscientes al *yachak* que las usaba. A menudo son psicoactivos y requieren que el curandero los prepare adecuadamente y agregue la hierba a la hierba principal para lograr el efecto deseado. Los curanderos *yachak* o *taita*, identificados como curanderos mayores, son elegidos por su talento y conexión con la *Pacha Mama*.

Los *yachak* experimentaron la soledad y el hambre antes de convertirse en terapeutas comunitarios. Durante su preparación, tuvieron que viajar a diferentes lugares para conocer a otros *yachak* y aprender nuevas experiencias. En el contexto de la práctica tradicional, además de las hierbas, se mencionan procesos auxiliares para lograr la curación, como el reposo, la alimentación, el frotamiento con infusiones (grasa animal, tejido adiposo del peritoneo de las aves), el sudor, el emplasto y la succión. (Rosero et al., 2021, pp.14-15).

La medicina alternativa es un conjunto de conocimientos, habilidades y prácticas que se utilizan para prevenir, diagnosticar, aliviar o tratar enfermedades físicas o mentales. Se basa en el conocimiento ancestral y las experiencias de los pueblos indígenas de todo el mundo. Pero después de la aparición de las drogas y la ciencia con un enfoque diferente de la salud, la medicina alternativa desapareció. (Porras, 2022).

En la medicina ancestral hay que reconocer que gracias a todos los aportes que ha brindado se han descubierto curas y tratamientos para enfermedades, además que los saberes ancestrales por medio de un *yachak* mantienen la vitalidad del cuerpo y la mente.

Medicina Ancestral es un concepto más amplio de lo que se puede esperar. Efectivamente este, siendo extremadamente transdisciplinario, como todas las ciencias tradicionales, abarca un amplio diálogo de saberes entre ámbitos que van desde la soberanía alimentaria, la salud, hasta llegar a la educación, la cultura y la espiritualidad. Para tener un panorama mayormente organizado, iremos analizando cada ámbito de manera separada, aunque será necesario tomar en consideración, durante la lectura, las interrelaciones que existen entre las categorías identificadas. (Bottasso y Ñamagua 2019, p.6).

2.1.2.1. Familias de plantas

En la botánica se encuentra un sin número de plantas las cuales han sido clasificadas por sus hojas componente, flores, raíces, etc. El equipo de botanical (2020) describe las principales familias botánicas:

- J **Anacardiáceas.** - Son árboles que contienen gran cantidad de látex y taninos muy utilizados en la industria.
- J **Boragináceas.** - La familia comprenden unas 2000 especies distribuidas por el mundo y son hierbas y arbustos.
- J **Campanuláceas.** - La familia comprenden unas 2000 especies distribuidas por el mundo y son hierbas anuales.
- J **Cistáceas.** - Comprende unas 150 especies de plantas, son fundamentalmente mediterráneas, pertenecen al orden de las malvales.
- J **Convolvuláceas.** - Se cultivan en muchos lugares del mundo por sus tubérculos, proporcionan principios medicinales y purgantes en sus raíces tuberculosas, algunas utilizan en la floristería

- J **Crucíferas.** - Pertenecen al orden de las pantas braséales y son ampliamente conocidas por formar parte de la alimentación como verduras, a esta familia pertenecen varias plantas con sabor ligeramente picante.
- J **Cucurbitáceas.** - Comprende unas 700 especies distribuidas por los países cálidos con trepadoras, tienen un gran valor por sus voluminosos comestibles.
- J **Ericáceas.** - Son principalmente arbustos o árboles pequeños, son utilizados como plantas medicinales a pesar de sus componentes tóxicos, son buenas como protectoras de la erosión en la mayoría de las montañas del mundo.
- J **Geraniáceas.** - Comprende unas 700 plantas en los países templados son hierbas que se utilizan en la jardinería.
- J **Iridáceas.** - Esta formada por unas 1.800 especies de plantas bulbosas o rizomatosas, SE encuentran muchas plantas toxicas.
- J **Labiadas.** - Comprende unas 3000 especies de plantas por todo el mundo, esta familia tiene un especial interés nutricional y Fitoterapéutico, son aromáticas y ricas en principios activos.
- J **Liliáceas.** - Esta formada principalmente por hierbas provistas de bulbos, rizomas o tubérculos, especialmente son útiles y buenas para los animales polinizadoras.
- J **Malváceas.** - Comprende unas 1000 especies de plantas su importante uso es en la jardinería y como flores medicinales.
- J **Onagráceas.** - Comprende unas 700 especies de plantas vivaces son principalmente hierbas, árboles y arbustos con apreciados en la jardinería y como plantas medicinales.
- J **Orquidáceas.** - Comprende unas 2500 especies por todo el mundo, son muy apreciadas en la floristería, cuenta con una belleza única y compleja.
- J **Papilionáceas.** - Esta formada por unas 19.400 especies, este género de plantas se les otorgo el nombre por el parecido de corola de flores de estas plantas a una mariposa.

- J **Papaveráceas.** - Su importancia es en que todas u cada una de estas plantas son muy cultivadas como drogas y como plantas medicinales.
- J **Pináceas.** - Se clasifican dentro de las gimnospermas o plantas con semillas desnudas, consiguen el récord de árboles más grandes.
- J **Primuláceas.** - Comprende unas 1000 especies, principalmente son árboles y son muy considerados en la jardinería.
- J **Ranunculáceas.** - Son la mayoría hierbas y lianas de flores grandes, por lo que muchas de ellas se cultivan en la floristería o jardinería.
- J **Rosáceas.** - Algunas rosáceas tienen una gran importancia debido a que forman parte de la alimentación, como los árboles frutales.
- J **Solanáceas.** - Muchas de estas especies tienen un gran valor para el ser humano por sus propiedades alimentarias y por la presencia de los alcaloides.
- J **Umbelíferas.** - Son plantas conocidas como condimentos (especias) o por sus valores medicinales debido a la gran cantidad de aceites esenciales que contienen. (Equipo de botanica – online encargado de la redacción de contenidos, 2020).

2.1.2.2. *Clasificación de plantas*

Hay muchos tipos de plantas. Árboles, palmeras, coníferas, hierbas, arbustos, musgos, helechos, algas y cactus, etc. Cada uno de ellos tiene sus propias características que lo convierten en una especie única. Aunque comparten un sistema para generar energía a través de la fotosíntesis, podemos dividirlos en grandes partes para diferenciarlos. (Belén Acosta, 2019)



Ilustración 2-2: Clasificación de las plantas

Realizado por: Acosta, B. 2019

2.1.3. Fitoterapia

La fitoterapia es la sanación del cuerpo por medio de plantas medicinales y sus componentes activos “Concepto de Fitoterapia proviene de la palabra Fito= Planta y therapeia= Terapia por lo tanto significa el tratamiento de las enfermedades a través de plantas medicinales.” (Cañigueral y Vanaclocha. 2019). “La fitoterapia se puede definir como la ciencia que estudia los productos vegetales con fines terapéuticos para prevenir, aliviar o curar condiciones patológicas”. (Romo. 2012, p.23).

Esta disciplina llamada fitoterapia que se embarca en lo natural considerando que poco a poco se va perdiendo debido a la evolución de la medicina farmacéutica que es sumamente cara y los tratamientos muy costosos los cuales hacen un grave daño al cuerpo, además hay que considerar que la fitoterapia resulta ser más económica que la medicina moderna y a la vez más efectiva.

Así, a principios de este siglo, se podría decir que el desarrollo de la química y la farmacia incluyó el descubrimiento de diversos procesos que permitieron la identificación de componentes vegetales con propiedades medicinales y su introducción en la industria farmacéutica. Se está desarrollando un nuevo fármaco. El valor terapéutico de las plantas medicinales está relacionado con la presencia de componentes activos en sus tejidos. Este principio activo se puede obtener de las plantas de varias formas, a través de las cuales podemos obtener diversos preparados. (Romo. 2012, p.15).

A diferencia de la medicina sintética o convencional, la fitoterapia utiliza matrices vegetales complejas. Estas matrices las constituyen plantas enteras, partes de ellas (hojas, raíces, etc.), y también productos de éstas, resultados de tratamientos directos con algún disolvente o medio que concentre los compuestos afines y facilite su administración, son los llamados extractos. Si la fitoterapia es una terapia que utiliza mezclas de sustancias de mediana a baja actividad, será útil en afecciones de mediana a baja gravedad, esporádicas, leves, reversibles o bien para atenuar síntomas leves de afecciones crónicas o limitar su evolución. (Avello y Cisternas. 2010).

2.1.3.1. Fitofármaco

Para lograrlo, primero es necesario entender que el farmacéutico es un profesional que puede garantizar este tratamiento y, naturalmente, es parte de un equipo multidisciplinario al crear todo el proceso de obtención de sustancias botánicas, es responsable del compromiso. Un proceso cuyo producto final es un medicamento natural. Muchos países de América Latina cuentan con legislación que garantiza el cumplimiento de los estándares internacionales para el registro y comercialización de medicamentos botánicos. En Ecuador, desde 1995, venimos trabajando en la normativa para dar un marco legal al uso de productos naturales de uso médico. (Dehesa. 2002, pp.139-140)

En la región centroamericana, la mayor parte de la materia prima de plantas medicinales autóctonas se extraen del medio silvestre, con la consecuente mala calidad en el material recolectado. En el presente algunas especies están en proceso de domesticación y para la mayoría de las plantas medicinales que se cultivan se hace casi de forma general a nivel de huertos familiares, comerciales, etc., lo que solo le permite su comercialización a nivel local; no obstante, el cultivo y la comercialización de algunas plantas medicinales han sido incorporados a la economía de algunos países. (Guzmán y Rivera. 2014, p.14)

Los fitofármacos son medicamentos elaborados con componentes naturales, es decir, de la sustancia de una planta determinada para el uso medicinal, los componentes de las plantas medicinales son el ingrediente principal de los fitofármacos, su extracción de su raíz, hoja, tallo o la combinación de estos hacen del fitofármaco un componente natural que permiten aliviar patologías del cuerpo humano.

2.1.3.2. Principios activos

Cada parte de la planta proporciona su propio beneficio, por lo que se puede aprovechar todo lo relacionado con la planta: raíces, hojas y frutos. Muchos estudios clínicos han demostrado la diversidad del mundo vegetal y sus grandes ventajas en términos de tolerancia frente a productos químicos sintéticos o animales. Su poder cicatrizante y regenerador lo aportan los múltiples componentes activos de la planta, ya que se sintetizan y almacenan durante el crecimiento con la ayuda del metabolismo. Lo hacen a partir de algo simple como agua, nitrógeno o dióxido de carbono a través de un proceso llamado fotosíntesis. Sin embargo, no todos los productos metabólicos son medicinales, pero ayudan a acelerar o ralentizar la absorción en el organismo. (ASHES TO LIFE. 2019)

Los principios activos son sustancias que se encuentran en los distintos órganos de las plantas y que modifican el funcionamiento de órganos y sistemas del cuerpo humano y animal. La investigación científica ha permitido descubrir una variada gama de PA, de los cuales los más importantes desde el punto de vista de la salud, son los aceites esenciales, los alcaloides, los glucósidos o heterósidos, los mucílagos y gomas, y los taninos. Existen en las plantas, otros PA relevantes denominados nutrientes esenciales, como las vitaminas, minerales, aminoácidos, carbohidratos y fibras, azúcares diversos, ácidos orgánicos, lípidos y los antibióticos. (Gálvez et al., 2014).

2.1.4. Secado y conservación de las plantas medicinales

En varias ocasiones antes de poner a secar las plantas se debe hacer una revisión debido a que muchas de las veces las plantas vienen con tierra, gusanos, etc. Este proceso de secado se puede realizar de tal manera que se utilice aparatos para secado o los rayos del sol, pero hay que tener en cuenta que algunas plantas con los rayos del sol pierden sustancias activas importantes, es por esta razón que se dejan por periodos muy cortos.

El proceso de secado es más o menos simple, dependiendo de qué partes de la planta se estén procesando. Por ejemplo, las hojas suelen ser fáciles de manipular, pero los tallos y las ramas no lo son. Si el tiempo de secado es demasiado largo, las plantas pueden convertirse en polvo y perder sus sustancias activas, mientras que un tiempo corto hará que la humedad restante se enmohezca o se pudra. En general, las partes más duras de la planta deben romperse fácilmente cuando se doblan, mientras que las partes más débiles deben permanecer algo rígidas y no deben romperse con cuidado. El calor natural es el sistema de secado más adecuado y siempre da los mejores resultados. Evidentemente, el rendimiento que se consigue con este sistema en la industria es menor porque se limita al verano. En este caso se utilizan secadores en los que se

puede regular y mantener constante la ventilación, la temperatura y la humedad. (Gálvez et al., 2014).

Las partes de las plantas que se desea secar se pone en envases que tengan huecos y la planta pueda respirar y el aire pueda circular y este caso no haya descomposición de estas.

Evite las bolsas y cajas de plástico al almacenar. Para grandes cantidades se utilizarán bolsas de papel, cajas o bolsas de tela forradas con papel tratado; proteger siempre de la luz y la humedad. Las plantas almacenadas deben revisarse regularmente para detectar cambios en la humedad, moho, insectos, etc. Si desea mantener las plantas intactas, séquelas en racimos atando los extremos cortados y cuelgue las flores boca abajo en un lugar con aire seco. circula, por ejemplo, en una ventana o simplemente al aire libre. Este sistema se usa a menudo para flores secas como cardos o árboles de hoja perenne). (Gálvez et al., 2014).

2.2. Diseño editorial

En el libro “Diseño editorial, y revistas/ medios impresos y digitales” (Zappaterra y Caldwell, 2014: p.09) expresa que existen una manera sencilla de definir el diseño editorial, que además es considerado como periodismo visual, pues, este es uno de los rasgos que lo distingue del algunas de las ramas del diseño gráfico, una publicación editorial es la que puede entretener, instruir, comunicar, informar o educar o también se puede combinar todas estas acciones, hoy en día las publicaciones, revistas o libros pueden ser de una manera digital. Cada uno de estos elementos desempeña una función diferente: en una revista, el titular casi siempre se redactará y maquetará de manera que atraiga la atención del lector, mientras que un diagrama servirá para clarificar o apoyar la información contenida en el cuerpo de texto (contenido narrativo).

Tomando en cuenta lo que enuncia el libro “Diseño editorial periódicos y revistas/ medios impresos y digitales” (Zappaterra y Caldwell, 2014: p.09) se puede decir que el diseño de material editorial se puede desempeñar en diversas funciones, como darle personalidad al contenido, atraer la atención del lector u organizar el material de forma clara. Todas estas características deben coexistir y trabajar al unísono para producir un producto final, divertido, útil o informativo. En el mejor de los casos, el diseño editorial (impreso y serigráfico) es un laboratorio de investigación emocionante y en crecimiento, un trampolín para una serie de innovaciones estilísticas que a menudo son adoptadas con entusiasmo por muchas otras áreas de la comunicación visual.

El diseño editorial ha creado una gran evolución en el medio digital, pero aún conserva la esencia de la impresión, el diseño editorial es la rama del diseño gráfico que se encarga de

manera más especializada en la estética y el diseño tanto interior y exterior de un libro, cada diseño es único por el tipo de publicación esto requiere de profesionales capaces y creativos que alcanzan el equilibrio simétrico entre el texto y la parte gráfica es por esta razón que una buena publicación radica en lograr una unidad radica comunicativa entre el interior, exterior y el contenido del texto. Como se logra una coherencia gráfica entre todas las partes es porque cada publicación, libro o revista tiene sus especificaciones, desde lo estético hasta el contenido, derivadas de los objetivos editoriales y según a qué tipo de público objetivo va dirigido. (Santa. 2019)

Las etapas del diseño editorial son muy importantes para obtener el producto final, pues este proceso es largo, pero es en donde se determina la posición, elementos, tamaño, proporción de las hojas, columnas, espacios en claco, numeraciones, pide, páginas, etc. para esto existe una ardua preparación del diseñador gráfico en lo estético y funcional para combinar varios elementos y que los mismos se vean bien al momento de la producción, pues es donde se materializa el producto final y es plasmado definitivamente. Otra de las consideraciones son más imágenes, pues son vitales para el medio impreso y virtual, pues estas deben presentar un estímulo visual que figuran cada una de las páginas, hay que considerar la portada y la contraportada, desde la imagen hasta la organización de los elementos, colores y títulos, pues de esto dependerá la elección del comprador.

2.2.1. Formato

El formato es en donde se va a colocar la información que se obtendrá, pero hay que tener en cuenta que existen varios tipos de tamaños, el formato es un conjunto de características técnicas y de presentación de un texto, objetos o documentos en diferentes áreas (reales y virtuales). Un formato es un conjunto de aspectos de forma y apariencia utilizados para distinguir un dispositivo de otro en entornos analógicos y digitales, publicaciones gráficas y archivos web, entre otros campos. El término formato puede referirse a diferentes áreas de trabajo, en una publicación gráfica, la forma en que se debe imprimir se llama formato. El formato también se utiliza para referirse al tipo de producto audiovisual, por ejemplo, cuando el formato de una miniserie difiere de un programa de televisión independiente o un programa de música de un programa de radio relacionado. (Bembibre, 2022)

Los formatos de papel más conocidos son aquellos estandarizados en 1922 por la norma DIN 476 de una institución alemana. Dicha norma se usó como base de un equivalente internacional (ISO 216), aunque muchos países aún utilizan otros sistemas tradicionales. Los formatos reconocidos por ISO 216 se dividen en tres cadenas (A, B y

C), con tamaños del 0 al 10. El formato de papel más popular a nivel mundial es A4 (es decir, Serie A Tamaño 4, equivalente a 210 x 297 milímetros), en Estados Unidos y en algunos países latinoamericanos, se utilizan formatos como Carta, Oficio (o Folio) y Legal. (Pérez y Gardey, 2011)

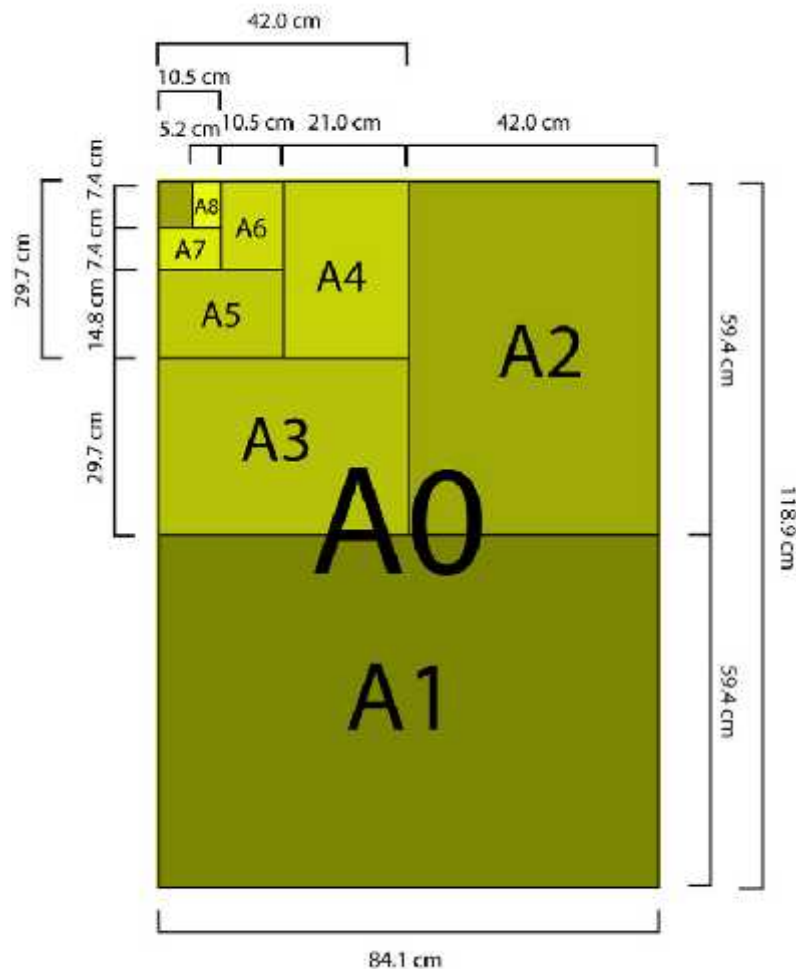


Ilustración 3-2: Formatos de páginas DIN

Realizado por: Jerom, T. 2017

2.2.2. Tipografía

En la Tipografía existen varias teorías que dan significado a la palabra Tipografía y es lo que expresa Buen Unza, Jorge de - Scaglione, José (2011) en el libro “Introducción al estudio de la tipografía” pues hay un antiguo debate sobre el significado de la palabra tipografía y el alcance de la industria en sí. El desacuerdo, la falta de compromiso en la terminología ha sido una fuente de controversia entre los diseñadores tipográficos y los profesores de muy alto nivel. Por un lado, algunos argumentan que la tipografía debería limitarse al estudio de letras impresas aisladas, o más bien, si el objetivo es asignar o identificar un corpus común consistente dentro

de cada letra impresa. En definitiva, en el primer sentido estamos hablando de diseño de letras. Por otro lado, algunas personas argumentan que la tipografía no es esto, sino el uso de letras mayúsculas para componer cualquier documento.

El diseñador debe considerar los aspectos que expone el autor Ghinaglia, D. (2009) en el artículo “Taller de diseño editorial” Los aspectos a considerar al elegir una tipografía son conceptos básicos de diseño: tipo de tipografía, público objetivo, factores de legibilidad, estructura de la información a dibujar, manejo del color y su posible aplicación en la impresión, sistema de reproducción a utilizar, puntos suficientes para cada elemento tipográfico, carácter, claridad, limpieza, etc.

2.2.2.1. *Tipografías serif*

Las fuentes serif son aquellas que tienen mayúsculas o mayúsculas, que son pequeños adornos en los extremos de los trazos de los caracteres. Las fuentes Serif a menudo se consideran serias y tradicionales. Tienen un aire académico o institucional. Son fuentes ideales para párrafos o textos largos, porque las pequeñas terminales o serifas ayudan a crear una línea imaginaria debajo del texto, facilitando la lectura a nuestros ojos. (Llasera, 2021)

“También son muy usadas en textos largos (e impresos) por su legibilidad, pues su composición permite guiar mejor la visión del ojo durante la lectura. Algunos ejemplos más representativos de las letras serifas son: Times New Roman, Garamond y Bodoni.” (Lenis, 2021)

En cuanto a su significado psicológico aplicado al diseño, este tipo de fuente suele ir asociada a conceptos más clásicos y tradicionales, aporta seriedad, autoridad y antigüedad. (Lozada, 2022)



Ilustración 4-2: Clasificación de las tipografías

Realizado por: Lozada, H. 2022

2.2.2.2. *Tipografías sans serif*

A diferencia de las tipografías serif estas son diferentes pues, sans serif o sans-serif termina una letra sin adornos ni patines; sus orillas son suaves y planas. Se consideran un tipo de letra simplificado y fácil de leer. Crean una sensación de modernidad, neutralidad y seguridad. Esta fuente es muy utilizada para textos cortos (como redes sociales o blogs), diseños que necesitan ser legibles en forma impresa y formatos digitales en pantallas de diversos dispositivos. Para referencia: Arial, Helvética y Gotham. (Lenis, 2021)

“Estas tipografías son utilizadas principalmente para textos cortos y con poca densidad, ya que su uso en textos largos no ayuda demasiado a la lectura.” (Lozada, 2022), este tipo de tipografías son ideales para textos largos, libros, revistas debido a su gran impacto y legibilidad hacia el lector, hay que considerar que esta es la tipografía más usada por diseñadores para crear artes gráficos para los diferentes públicos.



Ilustración 5-2: Clasificación de las tipografías

Realizado por: Lozada, H. 2022

2.2.2.3. *Tipografías script*

Las fuentes manuscritas también se denominan cursivas o script. Estas son fuentes que representan o imitan la caligrafía manuscrita, por lo que a veces se les llama fuentes caligráficas. Por lo general, estos tipos de letra tienen una tendencia cursiva o cursiva obvia. Las letras se fusionan y encontramos curvas más pronunciadas que las tipografías serif o sans serif. (Llasera, 2021)

“Como se ligan con la caligrafía, cuentan con una personalidad algo más humana y cercana. Algunas tipografías cursivas podrían ser Beckham Script o Parisienne.” (Llasera, 2021) el autor afirma que son tipografías que poseen movimiento y son ideales para llamar la atención del lector cabe recalcar que algunas de estas tipografías no son muy legibilidad y no se recomienda para textos largos como párrafos extensos.



Ilustración 6-2: Clasificación de las tipografías

Realizado por: Lozada, H. 2022

2.2.2.4. *Tipografías decorativas*

También se denominan fuentes *display*. Se consideran fuentes divertidas y más informales, pero pueden transmitir una amplia gama de emociones. Tienen caracteres y personalidades fuertes. Desde el punto de vista de la psicología de la impresión, están fuera de los límites y ayudan a atraer más atención. Sin embargo, la legibilidad puede ser un poco menor cuando se usa esta fuente. (Llasera, 2021)

Dentro de este conjunto de decorativas entrarían las tipografías cuyas características no se ajustan a los tres conjuntos anteriores. Suelen crearse para fines específicos donde la legibilidad no se tiene demasiado en cuenta. Como por ejemplo en el branding de producto en el sector de la alimentación. Son muy expresivas y suelen contar con atributos más temáticos. (Llasera, 2021)

Esta tipografía se caracteriza por ser singulares y transmitir la creatividad e innovación no se recomienda para textos largos, pero sí para darle identidad a un producto o una película pues, son creadas libremente para que el lector se sienta conectado.



Ilustración 7-2: Clasificación de las tipografías

Realizado por: Lozada, H. 2022

2.2.3. *Maquetación*

Es un tema relacionado con los principios del diseño: los conceptos de composición, color y tipografía se unen armoniosamente. En composición, una referencia directa al concepto de diseño está relacionada con las proporciones de los elementos de la página, orden de peso visual, disposición de los elementos al frente o al reverso, al frente o al reverso, arriba o abajo, jerarquía completa color, blanco y negro, luz, oscuro o resaltado, etc. (Ghinaglia, 2009: p.3)

Los diseñadores de hoy necesitan ser entrenados y educados en los principios de diseño, no hacer que las maquetas funcionen solo por gusto. Comprender los diversos aspectos de la comunicación involucrados en ordenar los elementos de información en una página requiere conocimiento y experiencia para transmitir mensajes de manera más efectiva. La composición debe ante todo tener en cuenta el orden armonioso de los elementos de la página para que no surja disonancia visual, es decir, debe ser agradable a la vista y fácil de navegar y leer. Lo más importante en la página es el mensaje para transmitir, y el diseñador es el responsable de tomar las decisiones adecuadas para que su oferta sea funcional, atractiva y dinámica. (Ghinaglia, 2009: p.4)

Al igual que el diseño editorial, el diseño de la página web es un proceso en el que los diseñadores poseen elementos como texto, encabezados e imágenes para garantizar que el contenido se utilice de la mejor manera posible. Las principales diferencias, de las que hablaremos a continuación, son el soporte (o formatos), los lenguajes de programación y las herramientas utilizadas. (Tirosh, 2021).

2.2.4. Retícula

La retícula es una de las reglas en el diseño editorial pues es en lo que se basa el diseño para ser maquetado pues son parámetros invisibles para el receptor. Con la llegada de los manuscritos medievales, el libro se consideró un soporte complejo que necesitaba una estructura para componer. Según algunos puntos de vista, el monje, como principal proveedor de conocimiento y rector de la vida monástica divinamente diseñada, es responsable de dar orden y sentido a la vida humana. (Ghinaglia, 2009: p.5)

El principio del diagrama se deriva de un conjunto de reglas diferentes a las de otros animales, y quizás en base a esta idea, el principio del diagrama se basa en un orden que hace comprensible el significado de la existencia humana. La geometría y la proporción son los primeros principios del diseño. En la edad media, la estructura del lenguaje escrito estaba lo suficientemente avanzada como para saber que la estructura gráfica era necesaria para facilitar la lectura, escritura e ilustración de los textos. Aquí es donde nació la idea de una cuadrícula de columnas, un sistema que ayuda a organizar la información por formato. (Ghinaglia, 2009: p.5)

Al trabajar con una retícula, resolvemos de antemano los diferentes problemas que se pueden presentar al momento de maquetar, ya que existe una estructura que organiza de forma general y homogénea el contenido de la publicación y permite que más de una persona trabaje en el diseño sin que se vea afectado el estilo gráfico. (Ghinaglia, 2009: p.8)

“En un principio debemos entender la retícula como un sistema organizador, de tipo ortogonal que parcela la información en fragmentos manejables, partiendo de la relación entre ubicación y escala que se establecen entre los elementos que transmiten la información.” (Ghinaglia, 2009: p.7)

2.2.4.1. Retícula manuscrita o bloque

La cuadrícula del manuscrito consta de una columna. Por eso también la llaman rejilla de columnas, rejilla de bloques o rejilla simple. Esta columna ocupa casi toda la superficie de la página y, a menudo, contiene texto largo y continuo en su interior. Las cuadrículas de

manuscritos no utilizan tantos elementos como otros tipos de cuadrículas. Las palabras son los personajes principales. Las imágenes pueden estar presentes, pero son menos comunes. (Piñeiro, 2019)



Ilustración 8-2: La retícula en el diseño gráfico

Realizado por: CickPrinting. S.f.

2.2.4.2. *Retícula de columnas*

Las rejillas columnares son probablemente el tipo de rejilla más común. Dependiendo de cómo diseñe la cuadrícula, la página puede verse completamente diferente. Por ejemplo, si está trabajando con un documento A5, es posible que no desee dividir la página en más de 2 o 3 columnas. Si agrega más, las líneas de texto serán demasiado cortas y difíciles de leer. La longitud óptima de una línea de texto para lectura es de 50 a 60 líneas de caracteres. Por supuesto, puede usar líneas con más o menos caracteres, pero si va demasiado lejos, el texto se vuelve difícil de leer. Los periódicos usan cuadrículas de columnas porque permiten que quepa más texto en la misma área. Cuantas más columnas, más texto puede contener. Sin embargo, si la columna es demasiado pequeña, el texto será difícil de leer. (Roskell, 2018)



Ilustración 9-2: La retícula en el diseño gráfico

Realizado por: CickPrinting. S.f.

2.2.4.3. *Retícula modular*

Al igual que las cuadrículas de columnas, las cuadrículas de módulos pueden tener columnas, espacios y márgenes. No obstante, también se divide verticalmente en partes iguales, con

canaletas horizontales. Uno de los usos más comunes de las cuadrículas modulares es crear una serie de imágenes. Sin embargo, no tiene que poner una imagen en cada cuadro que cree: algunas imágenes pueden abarcar varios cuadros para crear más interés visual. En cualquier caso, las cuadrículas modulares se utilizan no solo para contener imágenes, sino también para organizar texto u otros gráficos. (Roskell, 2018)

Cada módulo define una pequeña porción de espacio informativo. Agrupados, estos se definen como zonas espaciales, a los que pueden asignárseles funciones específicas. Una retícula modular también resulta adecuada para el diseño de información tabulada como cuadros, formularios, programaciones, o sistemas de navegación. (Redondo, 2016, p.17)

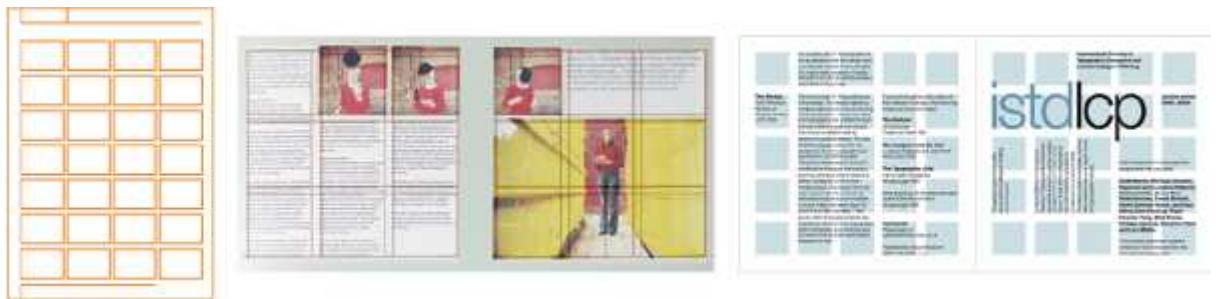


Ilustración 10-2: La retícula en el diseño gráfico

Realizado por: CickPrinting. S.f.

2.2.4.4. Retícula jerárquica

Si alguna vez ha mirado un catálogo de productos, probablemente haya visto cuadrículas jerárquicas. Estas páginas suelen contener el producto principal, el producto más importante que la empresa quiere promocionar. Dicho producto tendrá una sección más grande con nombres, imágenes e información más grandes que otros productos. Se puede usar una cuadrícula en capas para que todos estos elementos se coloquen de manera uniforme en todas las páginas principales del producto. (Roskell, 2018)

El desarrollo de una retícula jerárquica empieza por analizar la interacción óptica que provocan los diversos elementos, si se sitúan de manera espontánea en diferentes posiciones, a continuación, habrá que elaborar una estructura realizada que los coordine. En ocasiones unifica elementos dispares, o crea una estructura que se opone a los elementos orgánicos en una forma sencilla, se utiliza para construir libros, carteles o páginas web, constituye una aproximación orgánica en la manera que se organizan los elementos que lo integran; y, aun así, fija todas las partes al espacio tipográfico de una forma arquitectónica. (Redondo, 2016, p.18)



Ilustración 11-2: La retícula en el diseño gráfico

Realizado por: CickPrinting. S.f.

2.2.5. *Estilo gráfico*

El estilo grafico depende mucho de la forma en la que vamos a transmitir el mensaje por medio del diseño este debe ser creativo e innovador, en el artículo “Taller de diseño editorial” (Ghinaglia, 2009: p.4) enuncia que el concepto original se refería a "ejes estéticos vinculados a los conceptos que definen cada lanzamiento", es decir, cada lanzamiento debe tener su propia personalidad para distinguirlo de los demás, y en relación con el estilo editorial, el estilo sigue siendo el mismo. Mantener un estilo gráfico funcional y atractivo a largo plazo no es tarea fácil, ya que las personas que trabajan con editoriales también se aburren con el diseño. Esto puede suceder fácilmente en publicaciones en las que siempre intentas romper el molde, darle al lector un impacto visual y captar su atención de inmediato. Después de un tiempo, una idea parece secarse y perder el poder y el impacto con el que comenzó.

Es recomendable mantener un equilibrio entre un estilo clásico o sencillo y una propuesta audaz y dinámica. Con el paso del tiempo puede demostrarse su efectividad midiendo el nivel de captación que tienen determinados artículos en la audiencia. (Ghinaglia, 2009: p.4). En todos los diseños que se realiza se debe tener una propuesta creativa la cual impacte a nuestro público objetivo y tenga el deseo y la curiosidad de querer adquirir el libro, revista, catalogo o recetario que se esté maquetando.

2.2.6. *Recetario*

Un recetario es una colección de recetas para cocinar diferentes alimentos. Estas recetas incluyen descripciones paso a paso de la comida, así como los ingredientes necesarios. Las recetas de cocina a menudo se transmiten de generación en generación a través del boca a boca. Pero al codificar la receta en el libro, su volumen aumenta muchas veces. Registrar recetas en

un recetario, por otro lado, permite que la cocina gourmet sobreviva en el tiempo, ya que sus ingredientes y elaboración están asegurados. (Pérez Porto., Gardey 2014)

2.2.6.1. *Características*

Un recetario debe tener características que se debe seguir para poder saber de qué se trata el recetario este puede ser medicinal, gastronómico según Coromoto Reyes (2020) enuncia las siguientes características:

- J Recopila y reseña muchas recetas dependiendo de su fin (bebidas, alimentos, remedios) y estos a su vez están agrupados según el origen, o similitud.
- J Cada receta lleva su título o nombre del producto.
- J En el recetario, están los ingredientes a utilizar para la elaboración.
- J En un recetario va descrita la manera adecuada de los procedimientos, que se deben seguir para preparar alimentos o remedios.
- J Suministran la cantidad de raciones que se obtienen del platillo final o expresan cuanto hay que tomar o cómo se debe aplicar el remedio casero.
- J La redacción del recetario, para la elaboración de la receta viene en verbo infinitivo, ejemplo: mezclar, cortar, quitar, preparar, entre otros. (Coromoto Reyes 2020)

2.2.6.2. *Partes de un recetario*

- J El título. - La receta que se vaya a presentar debe contar con el nombre del plato o en sí de la receta médica que se va a preparar.
- J Introducción. - Se hace un recuento del origen y de las características de la receta médica o gastronómica que se vaya a realizar, se describe de forma adecuada.
- J Ingredientes. - En este apartado se explica lo que se utilizara para la preparación de la medicina o del plato gastronómico que se vaya a ejecutar, es donde se explica cuántas porciones se va a actuar.

- J Preparación o elaboración. - En este párrafo se describe adecuadamente paso a paso lo que se actuará para la elaboración del plato gastronómico o de la receta medicinal, se especificará todo referente a la cocción.
- J Fotografías. - Los recetarios contiene fotografías que son muy llamativas e informativas al mismo tiempo, puesto que deben indicar los ingredientes principales o muchas de las veces, en el caso de la gastronomía, el plato culminado.

2.2.6.3. Tipos de recetarios

Recetario medicinal. - Esto se aplica a todas las cosas que los médicos les dicen a los pacientes que coman. En los hospitales, el mismo término se refiere a un cuaderno o libro en blanco en el que se llevan estas notas. Los libros de recetas también registran cómo el paciente debe o debe tomar la medicación, qué dieta seguir, así como recomendaciones médicas de descanso, cuidados, etc. “Los remedios caseros son una forma natural y económica de tratar problemas como el mareo, el resfriado, el estreñimiento, el hipo, el dolor de cabeza, la acidez de estómago, las pieles maltratadas.” (Martha Fraga, 2021, p., 1-3)



Ilustración 12-2: Recetas con hierbas curativas.

Realizado por: Editorial BAINET, 2017

Recetario médico. - Una receta médica, prescripción médica o r cipe, es un documento en el cual el médico autoriza al farmacéutico el despacho de determinados medicamentos a su paciente y, al tiempo, le indica a este cómo aplicarlos. Este documento tiene un carácter legal y solo puede ser emitido por médicos debidamente acreditados y colegiados, en ejercicio de su profesión. (Significados.com., 2018)

Las recetas médicas son elaboradas en función del diagnóstico particular de cada paciente, lo que no niega la influencia de elementos culturales, económicos o sociales en el diseño del tratamiento. Por ejemplo, algunos galenos pueden estar influenciados por las campañas promocionales emprendidas por las farmacéuticas a través del visitador médico. (Significados.com., 2018)

Dra. Marcela Montalván Arias
Médico Cirujano
RUT: 11.111.111-1
RCM: 95.999-9

Nombre Paciente: _____
Categoría: _____
RUT: _____ Edad: _____
Diagnóstico: _____

Rp. _____

FECHA: _____ FHMMA

Aguares 159 Valpara o
-550 94306206
OFICINA REGIONAL DE SALUD PÚBLICA
VALPARA O

OFICINA REGIONAL DE SALUD PÚBLICA
VALPARA O

Ilustración 13-2: Recetario médico cirujano 040

Realizado por: Miranda, R. 2020

Recetario gastronómico. - Cocinar es la transformación de un conjunto de ingredientes alimentarios en un producto culinario que refleja los cambios sensoriales de los ingredientes y les permite cambiar su apariencia. Esta transformación tiene una naturaleza mecánica o física, como cortar ingredientes (carne y verduras, destruir el tejido conectivo de los alimentos según ciertas reglas, cambiar la apariencia y facilitar la cocción), así como productos químicos que provocan cambios en el sabor, color, textura de los ingredientes, estimula el apetito y favorece la ingesta de alimentos. (Rafael Cartay, 2022)

Tener varias recetas de cocina dispuestas de esta manera puede ser útil tanto para platos simples como para aquellos más complejos y que requieren de más tiempo. Es una técnica especialmente útil para quienes apenas dan sus primeros pasos en esta industria. (Belem Reyes, 2022)



Ilustración 14-2: Recetas de Cocina: Ingredientes e Instrucciones para Cocina

Realizado por: Arleco Producciones, 2015

2.3. Fotografía

La fotografía es lo que plasma el momento en el que nos encontramos de forma rápida y sencilla según la “Historia de la fotografía” (Uriarte, 2020), define que como su nombre lo sugiere (del griego *photos*, “luz” y *graphos*, “dibujo, escritura”), la fotografía es la técnica y el arte de obtener imágenes fijas y duraderas a través de la proyección de la luz. Esto se logra gracias a materiales que reaccionan químicamente a ella o, más recientemente, en conectores electrónicos

sensibles a ella. La fotografía es un invento moderno, que inauguró una gama de enormes posibilidades de captura y reproducción de imágenes. Su técnica luego fue aprovechada por el cine y por otras tecnologías posteriores.

La fotografía consiste en convertir la luz de un momento determinado en una impresión física de lo visible a través de la cámara. En ese sentido, es fija (carece de movimiento), es inevitable (excepto mediante recursos digitales) y es duradera en el tiempo, si bien con el pasar de los años sus materiales van perdiendo calidad y por lo tanto nitidez de la imagen. (Editorial Etecé, 2021)

2.3.1. Clasificación de la fotografía

Los orígenes de la fotografía están íntimamente relacionados con el arte, y el hecho de que muchos de los primeros fotógrafos trabajaran en pintura o dibujo es una ventaja en la aplicación de la técnica y el estilo artístico en una disciplina llena de objetividad, donde si la fotografía tiene en cuenta dos aspectos básicos principios: perfección y belleza, la fotografía debe ser considerada una obra de arte. (Galea, Iliana, 2022, p., 3)

A pesar de que la fotografía tuvo cierta cantidad de detractores dentro del ámbito artístico, al ser considerada la mecanización de un medio que no mostraba la imaginación y la subjetividad del artista, con el transcurrir de los años, las diferentes fotografías artísticas dejaron ver la creatividad de sus autores, sobre todo aquellos vinculados con los movimientos vanguardistas que contemplaban innovadoras formas expresivas dentro del arte. (Galea, Iliana, 2022 p., 4)

2.3.1.1. Fotografía de retrato

Los orígenes de la fotografía están íntimamente relacionados con el arte, y el hecho de que muchos de los primeros fotógrafos trabajaran en pintura o dibujo es una ventaja en la aplicación de la técnica y el estilo artístico en una disciplina llena de objetividad, donde si la fotografía tiene en cuenta dos aspectos básicos principios: perfección y belleza, la fotografía debe ser considerada una obra de arte. (Galea, Iliana, 2022, p., 6)

Es el más antiguo de todos los estilos de fotografía, y a finales del siglo XIX intentó sustituir al retrato pintado. Es un retrato o retrato de una persona cuyo propósito es captar la mirada, apariencia y esencia del sujeto del retrato utilizando ciertas técnicas relacionadas con la iluminación y el control de vuelo. a fotografía profesional de modelos de paisajes también es

habitual en este género, lo que permite combinar la estética con el entorno natural utilizado como escenarios de imagen. (Galea, Iliana, 2022, p., 7)



Ilustración 15-2: Fotografía de retrato

Realizado por: Pxhere, s.f.

2.3.1.2. *Fotografía surrealista*

Este es un género de fotografía que tiene algo de historia, pero ahora se está aumentando con recursos editados digitalmente. Crea composiciones aventureras e irracionales que capturan un mundo de fantasía que puede representar el mundo emocional y espiritual del personaje principal. (Comunicacion TOO MANY FLASH, 2020, p.,28)

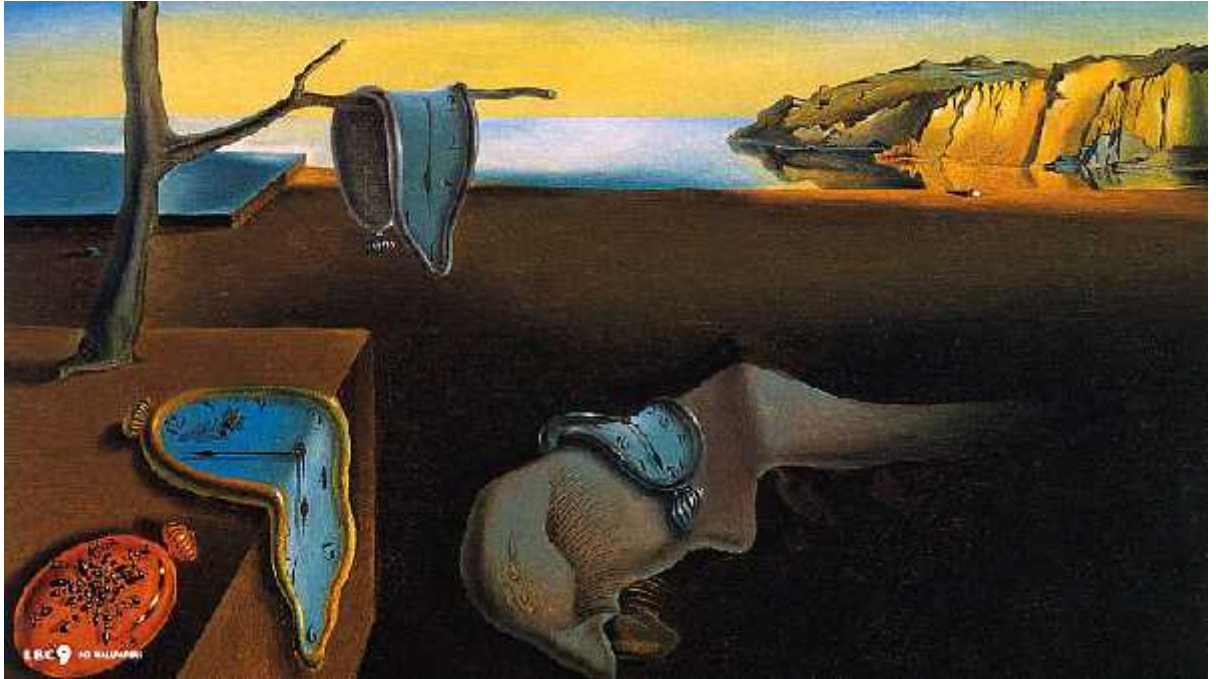


Ilustración 16-2: 'La Persistencia de la Memoria' Óleo sobre lienzo

Realizado por: Dalí, S. 1931

2.3.1.3. *Fotografía de paisajes*

Geográficamente, un paisaje es una extensión de un campo que se puede ver desde un punto. Tiene características naturales como edificios, estructuras y casas que a menudo son modificadas por la presencia humana. Desde el punto de vista de la fotografía, podemos decir que es una representación pictórica del espacio geoespacial que trata de potenciar sus diversos componentes, como el color, el movimiento, la forma y el volumen desde diferentes perspectivas de un mismo terreno. (máster class photographers, 2022, p., 1-2)

“Gracias a esta rama de la fotografía el ser humano ha sido capaz de documentar el desarrollo del hombre como ser social, desde paisajes muertos donde la tecnología es escasa hasta comunidades llenas de construcciones y edificios.”(master class photographers, 2022, p., 3)



Ilustración 17-2: Paisaje rural

Realizado por: Matterandart , 2019

2.3.1.4. *Fotografía de alimentos*

La fotografía de comida es una gran adición a nuestras actividades fotográficas. Hacer fotos que cuenten una buena historia nos inspira a crear y experimentar con imágenes y comida. No hay duda de que es muy divertido jugar con platos de comida, postres y bebidas, experimentar con colores, formas y texturas de comestibles y tener éxito. Ya sea dulce o salada, la comida es una de nuestras debilidades. (Jorge Mesa, 2022, p.,1-2)

Para lograr fotos de platos deliciosos y provocativos lo primero es el food styling, en palabras simples, lograr que nuestras creaciones se vean hermosas, en diseño y composición, comprendiendo la estética de cada toma; para ello nos encanta aprender de temas culinarios y mejores prácticas para trabajar con los alimentos. Además, nos acompaña nuestro lenguaje visual y un estilo natural que nos permite reinventarnos en cada experiencia con la comida. (Jorge Mesa, 2022, p.,2)



Ilustración 18-2: Fotografía de alimentos

Realizado por: Amirali mirhashemian, 2019

2.3.1.5. *Fotografía de turismo*

Es uno de esos temas de la fotografía que se puede considerar que cumple una variedad de funciones, como promover un lugar para promover el acceso a él, llamar la atención sobre el entorno físico capturado por la lente o como parte de un movimiento nacional o patrimonial. (Galea, Iliana, 2022, p., 23-24)

Tanto las instituciones públicas como las organizaciones privadas, representadas por instituciones públicas que tutelan el desarrollo de la actividad turística, necesitan este tipo de fotografías, garantizando el desarrollo de la citada práctica a través de diversos operadores. Para ello, combina lo mejor de la fotografía documental, publicitaria y de paisaje para desarrollar campañas que animen a los turistas a visitar determinados lugares de interés. (Galea, Iliana, 2022, p., 23-24)



Ilustración 19-2: Fotografía de turismo

Realizado por: Dillies, J. 2020

2.3.2. Composición fotográfica

La composición de una fotografía es uno de los principales elementos que componen el arte de la fotografía. Así es, el comportamiento humano siempre estará guiado por instintos innatos de "combinación". Lo usamos para buscar constantemente el orden y la armonía en todo lo que hacemos. A la hora de amueblar las habitaciones, elegimos y ordenamos los colores, texturas y objetos adecuados para darnos el confort que anhelamos. Al elegir los ingredientes, sabores y texturas correctos, el resultado es una comida deliciosa con la que queremos impresionar a nuestra familia e invitados. La idea de “componer” siempre se manifestará a nivel subconsciente o plenamente consciente como actividad humana. (máster class photographers, 2022, p., 1-3)

El fotógrafo utiliza variados elementos de expresión plástica que ordena con total conocimiento y siguiendo las leyes de la percepción visual, para dirigir de forma

consciente la mirada de quien está frente a la imagen. Todo esto con la finalidad de transmitir de forma coherente un mensaje, contar una historia y despertar sentimientos en el espectador. Así es, la emoción será tu motor creador como artista de la imagen, así como la emoción de quien se deleita frente a ella. (máster class photographers, 2022, p.,5)

2.3.3. Fotografía digital

En cuanto a la fotografía, podemos hablar de cierta tradición archivística, que hoy cuenta con un corpus teórico y un tejido profesional que garantiza una buena gestión. Es cierto que hay grandes diferencias y en algunos casos se ha avanzado poco, pero la base está ahí y los proyectos futuros dependerán totalmente de la voluntad. (Iglesias Franch, D. 2008, p., 20)

En cuanto a la fotografía, podemos hablar de cierta tradición archivística, que hoy cuenta con un corpus teórico y un tejido profesional que garantiza una buena gestión. Es cierto que hay grandes diferencias y en algunos casos se ha avanzado poco, pero la base está ahí y los proyectos futuros dependerán totalmente de la voluntad. (Iglesias Franch, D. 2008, p., 20)

2.3.4. Fotografía patrimonial natural

Hay muchas regiones geográficas en el mundo que representan ecosistemas de importancia internacional. A través de su trabajo, la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, sus siglas) busca identificar áreas de importancia natural y darles la importancia internacional que merecen, creando la categoría de patrimonio natural de la humanidad. Cada sitio declarado patrimonio natural sigue perteneciendo al país donde se encuentra, pero la mirada de la comunidad internacional ahora está puesta en su estado de conservación. (Josefina Bordino, 2021 p., 1)

El patrimonio natural está conformado por monumentos naturales. Son construidos a partir de formaciones físicas y biológicas. Es decir, que la creación de éstas fue un proceso lento en el transcurso de los años y desarrollado eminentemente en la naturaleza. Dota de un valor universal excepcional desde un ámbito estético y científico, además del valor cultural. (elyex, 2022, p.,1)

La fotografía de naturaleza es una de las disciplinas fotográficas más utilizadas que la componen. No basta con definirla como perteneciente únicamente a la naturaleza, en la fotografía de naturaleza puedes encontrar diferentes tipos de fotografías. Actualmente, este tipo

de fotografía ocupa un lugar importante en la historia mundial. Esto no solo nos ha permitido descubrir especies extintas, sino también concienciar a las personas sobre la importancia de la naturaleza para el planeta y sus habitantes. (Pacheco, P. 2022, p., 3-5)

Combina principalmente el estudio y exploración de la flora, fauna y los paisajes. A través de la fotografía hemos podido apreciar detalles que se escapan al alcance del ojo humano y que solo han podido ser retratados por los expertos y amantes de la naturaleza. (Pacheco, P. 2022, p., 4)

Las fotografías de plantas y flores pueden llegar a ser un dolor de cabeza, pero gracias a varios equipos se puede lograr, pues en viveros, un jardín botánico o simplemente se puede salir de viaje y fotografiar la gran diversidad que el Ecuador tiene en cuestión de plantas y flores, la luz es lo más importante de la fotografía, pues el resultado puede variar en los detalles, forma y sombras, puesto que lo que se espera que transmitan las plantas es mucho más apropiado teniendo en cuenta que lo apropiado es cuando la luz es más suave la misma que se distribuirá de forma más uniforme y suave que ayuda a transmitir paz y calma.

2.3.4.1. Requisitos para elaborar fotografía de patrimonio natural

Para la fotografía de patrimonio natural y para fotografiar plantas y flores, según Musso, C. (2021) en el blog del fotógrafo expresa que no existen parámetros recomendados al momento de fotografiar las plantas y flores, pues, depende de la circunstancia, pero si aconseja algunos ajustes:

- J) Apertura. Se usa una apertura grande si quieres desenfocar el fondo o, lo que es lo mismo, una profundidad de campo pequeña. Si lo que se busca fotografiar es un campo de flores o varias plantas que se vean nítidas, se debe emplear un número f/ más alto.
- J) Velocidad de obturación. Si hace viento, se recurrirá a velocidades altas. Si se encuentra en modo creativo, se puede derribar de velocidades lentas para fotografiar el movimiento. El truco para conseguir fotos nítidas es utilizar siempre la fórmula $1/\text{distancia focal}$. Es decir, con una focal de 200 mm lo ideal es fotografiar mínimo a $1/200$ s.
- J) ISO. Dispara con un valor de ISO bajo para lograr mayor nitidez. Si se necesita más luz, mejor modifica velocidad y apertura. Si se desea el ruido para el tipo de imagen que quieras, no se debe tener miedo a subir el ISO.

- J Formato RAW. Para sacar lo mejor de la captura, sin duda fotografía en RAW. Si se va a pasar de la edición, entonces mejor en JPEG.
- J Si se utiliza una réflex y se tiene la opción, bloquea el espejo para que al levantarse no produzca trepidación.
- J Estabilizador. Cuando no se use un trípode, es recomendable que se mueva. Ahora bien, con el trípode, mejor es desactivarlo o se restará nitidez.
- J Medición de la luz. Con luces homogéneas se puede emplear una medición evaluativa o ponderada al centro. En el caso de que fotografías con gran contraste de luz buscando imágenes dramáticas o de alto contraste, mejor medición puntual.
- J Enfoque. Enfoque simple y prioridad al enfoque. Si se tiene problemas para enfocar en automático, mejor prueba en manual. (Musso, C. 2021, p., 33-37)

CAPITULO III

3. MARCO METODOLOGICO

3.1. Metodología de la investigación

Lo que concierne a este capítulo del proyecto técnico “*Recetario medicinal fotográfico inspirado en plantas medicinales del cantón Colta – Chimborazo*”, tiene que ver con las técnicas, métodos, procedimientos e instrumentos, a utilizarse con el fin de recopilar información importante que se lleve a concluir con un producto final apropiado, sobre las plantas medicinales de las parroquias Sicalpa y Cajabamba del cantón Colta

A continuación, se termina el tipo de investigación la finalidad de recopilar información pertinente que servirá para luego el desarrollo del recetario medicina.

3.1.1. *Investigación descriptiva*

Este tipo de investigación se caracteriza por sintetizar características y aspectos fundamentales de un problema además de describir sus componentes principales, basándose en sus costumbres, cultura, conductas, etc., la misma que será utilizada para la recolección de información sobre las plantas medicinales de las parroquias Sicalpa y Cajabamba del cantón Colta, generando de esta manera un registro de información fidedigna que permita la realización de un análisis adecuado para el cumplimiento de uno de los objetivos planteados en este proyecto. Por otra parte, se suma un enfoque cualitativo para identificar las principales características y componentes curativos de las plantas medicinales, además del público objetivo.

3.1.2. *Investigación de Campo*

La investigación de campo recolecta datos nuevos utilizando fuentes primarias, es decir, a través de la observación y la interacción del investigador con su entorno, por medio de esta investigación se realizara vistas a las parroquias Sicalpa y Cajabamba del cantón Colta con la implementación de instrumentos y técnicas como la entrevista con preguntas abiertas que se realizara a comerciantes y conocedores sobre los principios activos de las plantas medicinales para la sanación del cuerpo y fichas que ayudarán a la realización de fotografías para el proyecto.

3.1.3. *Enfoque cualitativo*

El tipo de enfoque que se va a utilizar en este trabajo técnico será el cualitativo pues (Álvarez et al., s.f., p., 17) expresa que:

La investigación cualitativa es el procedimiento metodológico que utiliza palabras, textos, discursos, dibujos, gráficos e imágenes para construir un conocimiento de la realidad social, en un proceso de conquista-construcción-comprobación teórica desde una perspectiva holística, pues se trata de comprender el conjunto de cualidades interrelacionadas que caracterizan a un determinado fenómeno. La perspectiva cualitativa de la investigación intenta acercarse a la realidad social a partir de la utilización de datos no cuantitativos (Álvarez et al., s.f., p., 17)

Este enfoque se orienta a la recolección de datos y una profunda descripción del fenómeno con el fin de comprender y explicar a través de los métodos y técnicas que ayudan al investigador a buscar respuestas a preguntas que se centralizan en la experiencia social. Al mencionarse anteriormente, se vinculará con la investigación descriptiva y de campo, utilizando las cualidades del problema y la interacción del investigador con el entorno para generar un concepto.

3.1.4. Método deductivo

Por medio de método deductivo usa la lógica para obtener resultados en base a afirmaciones o libros que se dan por innegables, se debe mencionar también que la veracidad del método deductivo dependerá de la veracidad de las afirmaciones para llegar a una conclusión general. (Westreicher, 2020, p. 01)

Las primeras descripciones del razonamiento deductivo fueron realizadas por filósofos en la Antigua Grecia, entre ellos Aristóteles. Cabe destacar que la palabra deducción proviene del verbo deducir (del latín deduc re), que hace referencia a la extracción de consecuencias a partir de una proposición. (Pérez Porto, J., Merino, M., 2008, p. 02)

Dentro del proyecto técnico se tomará en cuenta la conclusión al realizar las entrevistas y las fichas de documentación para la realización de las fichas observación, llegando así a una conclusión a partir de una investigación de campo y de documentación como repositorios, libros o artículos particularmente.

3.1.5. Población

En el estudio de población se va a analizar a un grupo de personas entendidas en el tema, es decir, a naturistas, comerciantes del cantón o profesionistas enfocados en las plantas medicinales en las de las parroquias Sicalpa y Cajabamba del cantón Colta, y la segunda población es la recopilación de información de las plantas mencionadas en las entrevistas en libros, artículos y repositorios.

3.1.5.1. Población 1

Como población uno se recopilará información importante de las plantas por medio de 3 entrevistados, necesarios para saber cuáles son las sustancias activas y las plantas más importante, además de que plantas medicinales podemos encontrar en la comercialización para la sanación del cuerpo, cabe recalcar que los entrevistados son personas con experiencia en las plantas medicinales además de tener un vínculo con la *Pacha Mama*.

Tabla 1-3: Personas portadoras de conocimiento sobre las plantas medicinales

N°	Nombres y apellidos	Años de experiencia	Ocupación, actividad, profesión
1	María Rosa Sagniy Llanga	38 años	Comerciante de hierbas
2	María Magdalena Quisphi Pilamunga	14 años	Naturista, comerciante de hierbas
3	María Juliana Remache Yépez	28 años	Téc. Medicina terapéutica andina

Realizado por: Freire, D. 2022

3.1.5.2. Población 2

Como población dos se hace el uso de documentación bibliográfica como: repositorios, libros, artículos, etc. Con el fin de recopilar información sobre las plantas medicinales de las parroquias Sicalpa y Cajabamba del cantón Colta mismas que se tomarán de las entrevistas a los conocedores de plantas para la sanación del cuerpo humano.

Tabla 2-3: Documentos bibliográficos

N°	Título	Tipo de documento	Año
1	Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Libro	2015
2	Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Libro	2009
3	Remedios naturales	Libro	2013

4	Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales	Libro	2020
5	Especies forestales arbóreas y arbustivas de los bosques montanos del ecuador	Libro	2015

Realizado por: Freire, D. 2022

3.1.6. Técnicas e instrumentos

El uso de las técnicas de la investigación ayuda a la recolección información sobre las plantas medicinales de manera ordenada, clara y precisa además que la misma será utilizada para llevar a cabo el producto final dentro del capítulo 4.

3.1.6.1. Entrevista

El uso de la entrevista ayuda a la recolección de información sobre las plantas medicinales que se encuentran dentro del cantón Colta además de sus componentes activos, para esto se entrevistara a personas entendidas en el tema, obteniendo información fidedigna e importante para la realización de las fichas de documentación

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE INFORMÁTICA Y ELECTRÓNICA
CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO



TEMA: Recetario medicinal fotográfico inspirado en plantas medicinales del cantón Colta - Chimborazo

GUÍA DE ENTREVISTA

Agradecemos la presencia de la persona conocedora sobre las sustancias activas de las plantas medicinales para sanación del cuerpo humano.

OBJETIVO: Determinar las plantas medicinales que se producen dentro del cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba con el fin de conocer las propiedades curativas y como estas ayudan a la sanación del cuerpo.

DATOS GENERALES

Nombres y apellidos:.....

Tiempo de experiencia:..... Edad:.....

Fecha de aplicación:.....

Actividad, profesión u ocupación:.....

CUESTIONARIO

1. ¿Cuánto tiempo trabaja con plantas medicinales?
2. ¿Porque motivo se dedicó a las plantas medicinales?
3. ¿Desde hace cuánto tiempo utiliza las plantas medicinales?
4. ¿Qué le incentivó a conocer sobre las propiedades curativas de las plantas medicinales?
5. ¿Qué son para usted las plantas medicinales?
6. ¿Todas las plantas medicinales son usadas por completo o a veces se usan solo algunas partes de estas?
7. ¿Cada parte de una planta medicinal tiene las mismas propiedades?
8. ¿Las plantas medicinales siempre generan beneficios o a veces pueden perjudicar la salud?
9. ¿Existen plantas cálidas y frescas?
10. ¿Qué puede ocurrir si se consume demasiado una planta medicinal?
11. ¿De qué forma se consumen estas plantas?
12. ¿Podemos consumir o usar una planta medicinal sin consultarlo con un médico?
13. ¿Por qué cree que son importantes las plantas medicinales en el cuidado de la salud?
14. ¿Cuáles plantas se pueden destacar para el uso casero?
15. ¿Conoce usted cuáles son las plantas que se producen dentro del cantón Colta?
16. ¿Piensa usted que hay conocimiento por parte de la población de estas plantas?
17. ¿Ha tenido una experiencia gratificante por la utilización de las plantas medicinales?
18. ¿Recomienda el uso de plantas medicinales?

Ilustración 1-3: Modelo de entrevista

Realizado por: Freire, D. 2022

3.1.6.2. *Fichas bibliográficas*

Este tipo de fichas ayudan a la recolección de información sobre las plantas medicinales además del uso y beneficio que estas para la sanación, esta información tiene como objetivo el conocer sobre las plantas mencionadas dentro de la entrevista para proceder con la ficha de observación y la toma de fotografías.

Tabla 3-3: Ficha de documentación bibliográfica


ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO		
Ficha de documentación de plantas medicinales		
Título:		Ficha N°
Autor:	Año:	
Lugar		
Tipo de documento:		
Editorial o institución:		
Planta identificada:		
Familia:		Nombre científico:
Fotografía de la especie		Uso y beneficio
Fuente:		

Realizado por: Freire, D. 2022

3.1.6.3. Observación

La técnica de la observación ayuda a recopilar información que entra a través de nuestra vista y registrarla para su análisis la actividad, esta nos facilita información al momento de la toma de datos logrando identificar lo que se está estudiando. El uso de la documentación de información va acompañado de la fotografía de cada una de las plantas que se va a utilizar dentro del recetario medicinal además de llevar un registro ordenado de cada una ellas mismas que serán utilizadas en el capítulo 4.

Tabla 4-3: Ficha de observación

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
Parte utilizada:				
Método de preparación		Via de administración	Modo de conservación	
Estado de conservación:				
Precauciones:				

Realizado por: Freire, D. 2022

3.2. Metodología de diseño

El uso de la metodología de fotografía de patrimonio natural de Antonia Salvador y Antonio servirá para la recolección de información de cada una de las plantas y la metodología de Bruce Archer ayuda a que el producto final sea de buena calidad, además de tener un proceso en cuál lleva de manera ordenada, desde la etapa analítica, en la cual se estructura y se recopila datos para la realización del recetario, pasando por la etapa creativa en la cual se tomara la fotografía de patrimonio natural y con la técnica que se emplean para la captura de flores y plantas y finalmente la etapa ejecutiva que es la parte final en la cual se hacen los ajustes previos a la presentación del recetario.

3.2.1. Metodología para la recopilación fotográfica de patrimonio natural

El modelo de gestión del patrimonio fotográfico propuesto permite organizar los archivos fotográficos según los cinco procesos propuestos: identificación, descripción, valoración, conservación y difusión, con un enfoque flexible y, por tanto, abierto al cambio. (Adíela Batista, 2016, p.08). La siguiente metodología será de apoyo para la toma de fotografías de patrimonio natural sobre las plantas medicinales de las parroquias de Sicalpa y Cajabamba del cantón Colta, tomando en cuenta varios parámetros para escoger las plantas que se utilizaran en el recetario.

3.2.1.1. Identificación

Identificar cada una de las plantas medicinales que se obtendrá de las entrevistas a las tres personas entendidas en tema de las cuales se obtendrá la información del tipo de plantas y a la familia a la cual pertenece

3.2.1.2. Descripción

Describir las características de las plantas medicinales más importantes, las mismas que se colocará en el recetario medicinal fotográfico

3.2.1.3. Valoración

Reconocer las cualidades de las plantas referente a sus efectos y usos los cuales ayudaran a la creación del recetario.

3.2.1.4. *Conservación*

Como se puede conservar cada una de estas plantas su proceso de secado además de tips para tener un buen estado de conservación y secado tomando en cuenta procesos que pueden ayudar.

3.2.1.5. *Difusión*

Difusión del conocimiento que se encontrara en el recetario además de en donde se pueden encontrar las múltiples plantas medicinales también que por medio del recetario medicinal y de la fotografía de patrimonio natural se pueden dar a conocer de mejor manera por medio del recetario que se realizará como producto final por medio del diseño y la diagramación.

3.2.2. ***Metodología para el diseño y diagramación del recetario***

El método sistemático para diseñadores de Bruce Archer, fue publicado durante 1963 y 1964 en la revista inglesa *Design*, En este método Archer propone como definición de diseño “seleccionar los materiales correctos y darles forma para satisfacer las necesidades de función y estéticas dentro de las limitaciones de los medios de producción disponibles”. (Gómez, A. 2013) Lo que lleva a su metodología para desarrollar el diseño y diagramación del recetario medicinal fotográfico tomando en cuenta parámetros para su elaboración, esta metodología se divide en 3 fases:

3.2.2.1. *Etapas analíticas*

En esta etapa, se realiza cada aspecto de recopilación de datos y los análisis que al ser valorados servirá como base de las siguientes subetapas: (Acosta 2020)

Recopilación de datos. – Se recolecta toda la información necesaria para el desarrollo del proyecto teniendo en cuenta que la información sea verificable y confiable.

Ordenamiento. – Sistematizar la información recolectada.

Evaluación. – Valoración de la información obtenida.

Definición de condicionamientos. - Parámetros y lineamientos que se tomaran en cuenta en la realización del proyecto para la obtención del producto final.

Estructuración y jerarquización. - Determinar la importancia y dependencias de los distintos procesos a realizar para determinar la secuencia de desarrollo del proyecto. (Acosta 2020)

3.2.2.2. *Etapa creativa*

Se inicia la práctica de lo que se va a realizar tomando en consideración la información recopilada en la fase analítica y se inicia el desarrollo y elección de ideas para llevar a cabo una solución.

Implicaciones. - Definir el alcance, limitaciones o condiciones del proyecto.

Formulación de ideas rectoras. - Inicio del proceso de bocetaje e ideas para dar solución a la problemática planteada por el cual se va a desarrollar el proyecto.

Toma de partida. - De todas las ideas y sugerencias generadas, seleccione la sugerencia más adecuada que cumpla con la definición anterior.

Formalización de idea. - Afinar las ideas propuestas como paletas de color, tipografía, retícula, posicionamiento entre otros.

Verificación. - Comprobar si los resultados que se obtiene son adecuados para su propósito y, de no ser así, realice realizar los cambios pertinentes.

3.2.2.3. *Etapa ejecutiva*

Se presenta el diseño concluso es decir el producto final después de haber realizado cambios o ajustes que se sugirieron en las etapas anteriores y materializando y culminando el recetario medicinal fotográfico.

Valoración crítica. - Se presentan las propuestas seleccionadas al cliente para qué acompañado del equipo de diseño se evalúen y se defina una idea final. (Acosta, 2020)

Ajuste de la idea. -La idea final determinada se debe examinar para ver si se necesita algún cambio.

Desarrollo. -Realizar los cambios detectados en el paso anterior

Proceso iterativo. -Se presenta el recetario medicinal culminado para la aprobación

Materialización. – Desarrollo del recetario medicinal fotográfico

Verificación. -Comprobar que los resultados sean los esperados y cumplan con los propósitos además de verificar por medio de un focus group

CAPITULO IV

4. MARCO DE RESULTADOS

4.1. Resultados de investigación

En el siguiente apartado se presentarán los resultados de las 3 entrevistas realizadas a María Rosa Sagniy Llanga comerciante de hierbas, María Magdalena Quisphi Pilamunga naturista y comerciante de hierbas y María Juliana Remache Yépez Téc. Medicina terapéutica andina, son profesionales entendidos en el tema con el fin de recolectar información además de identificar cada una de las plantas medicinales que hay dentro del cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba.

En el proceso de resultados de la investigación se tomará en cuenta la metodología de patrimonio natural fotográfico y la etapa analítica de Bruce Archer.

Tabla 1-4: Resultado de la entrevista a María Rosa Sagniy Llanga

RESULTADOS DE LA ENTREVISTA	
DATOS GENERALES	
Nombres y apellidos: María Rosa Sagniy Llanga	
Edad: 55 años	
Tiempo de experiencia: 42 años	
Fecha de aplicación: 08 de diciembre del 2022	
Actividad, profesión u ocupación: Comerciante de hierbas	
PREGUNTAS	
1. ¿Cuánto tiempo trabaja con plantas medicinales?	30 años
2. ¿Porque motivo se dedicó a las plantas medicinales?	Por herencia del padre que fue un yachak
3. ¿Desde hace cuánto tiempo utiliza las plantas medicinales?	Desde niña
4. ¿Qué le incentivó a conocer sobre las propiedades curativas de las plantas medicinales?	Porque tienen varios componentes curativos
5. ¿Qué son para usted las plantas medicinales?	Salvar vidas y curar personas
6. ¿Todas las plantas medicinales son usadas por completo o a veces se usan solo algunas partes de estas?	Solo se una parte de la planta como por ejemplo la valeriana la raíz
7. ¿Cada parte de una planta medicinal tiene las mismas propiedades?	Todas las plantas tienen diferentes propiedades para curar varias enfermedades
8. ¿Las plantas medicinales siempre generan beneficios o a veces pueden perjudicar la salud?	

Siempre beneficios, pero cuando no hay el conocimiento para quitar la fiebre toman una planta cálida como por ejemplo el cedrón en este caso están perjudicando la salud, pues se debe tomar hierbas frescas
9. ¿Existen plantas cálidas y Frescas?
Si, en caso de inflamación, presión alta etc., se utiliza plantas frescas y en caso de reumas, huesos y resfriados se utiliza las cálidas
10. ¿Qué puede ocurrir si se consume demasiado una planta medicinal?
Se consume la dosis con su debida porción
11. ¿De qué forma se consumen estas plantas?
Infusión
12. ¿Podemos consumir o usar una planta medicinal sin consultarlo con un médico?
Si, porque son hierbas que calman y curan
13. ¿Por qué cree que son importantes las plantas medicinales en el cuidado de la salud?
Tienen propiedades que sanan
14. ¿Cuáles plantas se pueden destacar para el uso casero?
Toronjil, valeriana, menta, hierba luisa, etc.
16. ¿Piensa usted que hay conocimiento por parte de la población de estas plantas?
Dentro del cantón Colta sí, pero se ha ido perdiendo
17. ¿Ha tenido una experiencia gratificante por la utilización de las plantas medicinales?
Sanar a las personas
18. ¿Recomienda el uso de plantas medicinales?
Si, niños, adultos y personas de tercera edad

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 2-4: Resultado de la entrevista a María Magdalena Quisphi Pilamunga

RESULTADOS DE LA ENTREVISTA	
DATOS GENERALES	
Nombres y apellidos: María Magdalena Quisphi Pilamunga	
Edad: 48 años	
Tiempo de experiencia: 15 años	
Fecha de aplicación: 09 de diciembre del 2022	
Actividad, profesión u ocupación: Naturista, comerciante de hierbas	
PREGUNTAS	
1. ¿Cuánto tiempo trabaja con plantas medicinales?	15 años
2. ¿Porque motivo se dedicó a las plantas medicinales?	Por herencia del padre que fue un <i>Yachak</i>
3. ¿Desde hace cuánto tiempo utiliza las plantas medicinales?	Desde niña
4. ¿Qué le incentivó a conocer sobre las propiedades curativas de las plantas medicinales?	Por el poder de sanación
5. ¿Qué son para usted las plantas medicinales?	Remedios naturales para curar el cuerpo según la dolencia
6. ¿Todas las plantas medicinales son usadas por completo o a veces se usan solo algunas partes de estas?	

A veces se usa las flores o solo raíces, pero no toda la planta
7. ¿Cada parte de una planta medicinal tiene las mismas propiedades?
No, son diferentes por cada enfermedad
8. ¿Las plantas medicinales siempre generan beneficios o a veces pueden perjudicar la salud?
Siempre genera beneficios
9. ¿Existen plantas cálidas y Frescas?
Si, por ejemplo, la ruda es cálida y la grama es fresca
10. ¿Qué puede ocurrir si se consume demasiado una planta medicinal?
Nunca se manda a consumir por tiempo indefinido, pues puede alterar el cuerpo humano
11. ¿De qué forma se consumen estas plantas?
Infusión o hervidos de acuerdo con la planta
12. ¿Podemos consumir o usar una planta medicinal sin consultarlo con un médico?
Si, porque son hierbas que sanan
13. ¿Por qué cree que son importantes las plantas medicinales en el cuidado de la salud?
Por qué alivian el dolor
14. ¿Cuáles plantas se pueden destacar para el uso casero?
Cedrón, hierba buena, orégano entre otras
16. ¿Piensa usted que hay conocimiento por parte de la población de estas plantas?
Si, pero por parte de las personas de la ciudad no
17. ¿Ha tenido una experiencia gratificante por la utilización de las plantas medicinales?
La sanación de los pacientes que acuden
18. ¿Recomienda el uso de plantas medicinales?
Si, niños, adultos y personas de tercera edad

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 3-4: Resultado de la entrevista a María Juliana Remache Yépez

RESULTADOS DE LA ENTREVISTA	
DATOS GENERALES	
Nombres y apellidos: María Juliana Remache Yépez	
Edad: 48 años	
Tiempo de experiencia: 28 años	
Fecha de aplicación: 09 de diciembre del 2022	
Actividad, profesión u ocupación: Téc. Medicina terapéutica andina (<i>Yachak</i>)	
PREGUNTAS	
1. ¿Cuánto tiempo trabaja con plantas medicinales?	28 años
2. ¿Porque motivo se dedicó a las plantas medicinales?	Por la necesidad de curar enfermedades por ayudar a las personas
3. ¿Desde hace cuánto tiempo utiliza las plantas medicinales?	30 años
4. ¿Qué le incentivó a conocer sobre las propiedades curativas de las plantas medicinales?	

	Facilidad de adquisición, querer ayudar a las personas que padecen enfermedades
5. ¿Qué son para usted las plantas medicinales?	Plantas que curan los dolores que se padece
6. ¿Todas las plantas medicinales son usadas por completo o a veces se usan solo algunas partes de estas?	Depende de las enfermedades de acuerdo con la utilidad de las plantas
7. ¿Cada parte de una planta medicinal tiene las mismas propiedades?	No, son distintos debido a que son sagradas
8. ¿Las plantas medicinales siempre generan beneficios o a veces pueden perjudicar la salud?	Nunca perjudica la salud porque es natural
9. ¿Existen plantas cálidas y Frescas?	Reumas y artritis plantas cálidas y llantén es fresco y es para hígado y riñón
10. ¿Qué puede ocurrir si se consume demasiado una planta medicinal?	Dolor de cabeza, mareos y ardor de la boca del estómago, pero solo se consume la dosificación
11. ¿De qué forma se consumen estas plantas?	Infusión
12. ¿Podemos consumir o usar una planta medicinal sin consultarlo con un médico?	Si, porque los beneficios que contienen las plantas
13. ¿Por qué cree que son importantes las plantas medicinales en el cuidado de la salud?	Las plantas son curativas ante varias enfermedades, además de que se exportan y llegan en medicamentos sin químicos
14. ¿Cuáles plantas se pueden destacar para el uso casero?	Orégano, sirve para desintoxicar y baja gases de los intestinos
16. ¿Piensa usted que hay conocimiento por parte de la población de estas plantas?	Si por parte de la gente del campo
17. ¿Ha tenido una experiencia gratificante por la utilización de las plantas medicinales?	Lograr curar a las personas
18. ¿Recomienda el uso de plantas medicinales?	Que se practique y fortalezca el uso de las plantas medicinales y se deje de consumir medicina genérica

Realizado por: Freire, D. 2022

Esta tabla recoge la información de la pregunta N° 15 “¿Conoce usted cuáles son las plantas que se producen dentro del cantón Colta?” proporcionada por las tres personas entendidas en el tema.

Tabla 4-4: Resultados de la entrevista

RESULTADOS DE LA ENTREVISTA SISTETIZADOS					
N°	PLANTAS MEDICINALES	CÁLIDA	FRESCA	PARTE QUE SE UTILIZA	MODO DE USO
1	Ajenjo	X		Hojas	Infusión

2	Alfalfa		X	Flor, hojas tallo	Infusión, emplastos
3	Alhelí		X	Flor, hojas	Infusión, cremas y emplasto
4	Alverjilla		X	Hojas	Infusión
5	Anís criollo	X		Pepas	Infusión
6	Atzera		X	Hojas	Infusión
7	Boldo u oreganón	X		Hojas	Emplasto, infusión
8	Borraja	X		Flor, hojas	Infusión, emplastos
9	Caballo chupa o Cola de caballo	X		Tallos, hojas, raíz	Infusión
10	Calaguala		X	Hojas	Infusión
11	Canela	X		Corteza	Infusión
12	Capulí	X		Hojas, flor	Infusión
13	Cardo santo		X	Flor, hojas	Infusión
14	Cashamarucha		X	Hojas	Infusión
15	Chanca piedra	X		Hojas	Infusión
16	Chilca		X	Flor y hojas	Infusión, emplastos
17	Chuquiragua	X		Flor, hojas	Infusión, emplastos
18	Curusionera		X		
19	Diente de león o taraxaco		X	Hojas, flor, raíz	Infusión
20	Durazno	X		Flor, hojas	Infusión
21	Escancel	X		Hojas	Infusión
22	Eucalipto	X		Hojas	Infusión, emplastos
23	Gramma		X	Tallos hojas, raíces	Infusión
24	Hierba buena	X		Hojas	Infusión
25	Hierba luisa	X		Hojas	Infusión
26	Hierba mora	X		Hojas	Infusión
27	Hoja de higo		X	Hojas	Infusión
28	Jengibre		X	Raíz	Infusión, emplasto
29	Lechuga		X	Hojas	Infusión, emplastos
30	Linaza		X	Flor, semillas	Infusión
31	Llantén		X	Hojas	Infusión, emplastos
32	Malva blanca, flor blanca		X	Hojas, flor	Infusión

33	Manzanilla			Hojas, flor, tallos	Infusión, crema
34	Marco	X		Hojas	Infusión, emplastos
35	Matico	X		Hojas	Infusión, emplastos
36	Menta	X		Hojas	Infusión
37	Milín		X	Tallos, semilla, raíz	Infusión
38	Muelan	X		Hojas	Infusión
39	Muelle	X		Hojas	Infusión
40	Neldo		X	Flor, hojas	Infusión
41	Nogal	X		Hojas	Infusión
42	Ñachak		X	Flores	Infusión
43	Orégano	X		Hojas	Infusión
44	Ortiga	X		Hojas, raíz	Infusión, emplastos, cremas
45	Paja blanca	X		Tallos, raíz	Infusión
46	Pata con yuyo	X		Hojas	Infusión
47	Pensamiento		X	Flor	Infusión
48	Pino	X		Hojas	Infusión
49	Romero	X		Hojas	Infusión, emplastos
50	Ruda	X		Hojas, flor	Infusión, emplastos
51	Sábila		X		Infusión, emplastos, cremas
52	Sangoroche		X	Hojas, flor	Infusión
53	Sanguinaria		X	Hojas	Infusión
54	Santa maría	X		Hojas, flores	Infusión
55	Sen		X	Flor, hojas	Infusión
56	Tilo o sauco	X		Flores	Infusión
57	Toronjil	X		Hojas	Infusión
58	Trinitaria		X	Hojas	Infusión
59	Valeriana		X	Flor	Infusión
60	Verbena		X	Hojas, tallos, flores	Infusión

Realizado por: Freire, D. 2022

A continuación, se especifica el origen de las plantas medicinales según los datos obtenidos en las entrevistas

Tabla 5-4: Origen de las plantas medicinales

ORIGEN DE LAS PLANTAS MEDICINALES		
N°	PLANTAS MEDICINALES	CÁLIDA
1	Ajenjo	Europa occidental y del norte de África,
2	Alfalfa	Asia menor
3	Anís criollo	Asia sudoccidental y la cuenca mediterránea oriental.
4	Borraja	norte de África
5	Caballo chupa o Cola de caballo	Europa, Asia, América del Norte
6	Calaguala	Centroamérica y Perú.
7	Capulí	Canadá
9	Cardo santo	Europa
10	Chilca	La Paz–Bolivia
11	Chuquiragua	Páramo ecuatoriano
12	Diente de león o taraxaco	Europa y Asia
13	Eucalipto	Australia y de Tasmania
14	Gramma	África
15	Hierba buena	Desconocido
16	Hierba mora	norte de México y sudoeste de los Estados Unidos
17	Hoja de higo	Asia sudoccidental
18	Lechuga	costas del sur y sureste del Mar Mediterráneo, desde Egipto hasta Asia Menor
19	Llantén	Europa, Asia y norte de África
20	Malva blanca, flor blanca	Originaria de Europa, adventicia en América
21	Manzanilla	Europa (zona de los Balcanes), norte de África y Asia occidental
22	Marco	Perú
23	Matico	Argentina, Bolivia, Perú, Chile y Ecuador
24	Menta	Europa y Oriente Medio
25	Milín	África
26	Neldo	mediterráneo y sur de Rusia
27	Nogal	Asia, en una amplia región extendida entre Turquía y la

		cadena de Himalaya
28	Ñachag	Nativa de los Andes
29	Orégano	Mediterráneo europeo
30	Ortiga	Europa
31	Paja blanca	
32	Pino	Los pinos son nativos del hemisferio norte, con solo una especie encontrada al sur del ecuador, en la isla de Sumatra
33	Romero	zona mediterránea
34	Ruda	Europa
35	Sábila	África, específicamente de la península de Arabia
36	Santa maría	Asia
37	Tilo o sauco	Perú y regiones adyacentes
38	Toronjil	área mediterránea y de Asia
39	Trinitaria	América del Sur
40	Verbena	centroamericano y sudamericano

Realizado por: Freire, D. 2022

Existen criterios 4 los cuales se tomará en cuenta para escoger las plantas que se utilizaran dentro del recetario medicinal, además de las que se tomaran en cuenta para previamente la realización de las fichas de documentación y observación.

- J Plantas medicinales de la región interandina
- J Plantas medicinales que se encuentren dentro del clima templado frio
- J Plantas medicinales que soportan heladas debido a las bajas temperaturas que poseen el cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba.
- J Plantas medicinales que son originarias de los Andes o América del sur que son prioritarias, pero también se tomara en cuenta plantas que no son originarias, pero cumplen los demás requisitos.

Dentro de las plantas que tienen mayor prioridad por ser originarias de los Andes o América del sur son: calaguala, chuquiragua, marco, matico, ñachag, trinitaria y verbena. Cabe recalcar que se utilizará plantas introducidas pero que cumplen con algunos de los parámetros expuestos

anteriormente, estas plantas son: ajenjo, alfalfa, anís criollo, borraja, caballo chupa o cola de caballo, capulí, cardo santo, chilca, diente de león o taraxaco, eucalipto, grama, hierba buena, hierba mora, hoja de higo, lechuga, llantén, malva blanca, flor blanca, manzanilla, menta, Milín, neldo, nogal, orégano, ortiga, paja blanca, pino, romero, ruda, sábila, santa maría, tilo o sauco, toronjil

4.1.1. Resultados de fichas de documentación

A continuación, se presenta las fichas de documentación basadas en las entrevistas que se realizó, tomando en cuenta las originarias de lo andes y la introducidas:

Tabla 6-4: Ficha de documentación de la planta medicinal ajenjo




Ficha de documentación de plantas medicinales

Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud		Ficha N° 01
Autor(es): Antonio Vega		Año: 2013
Lugar: Madrid, España		
Tipo de documento: Libro		
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L.)		
Planta identificada: Ajenjo		
Familia:		Nombre científico:
Asteráceas		Artemisa absinthium
Fotografía de la especie		Uso y beneficio
		<p>Fuertes dosis exaltan la sensibilidad hasta hacerla dolorosa, luego aparece una insensibilidad general con alteraciones de tipo epiléptico y de las facultades mentales. "Los ajenjos son enemigos de los nervios, como se observa en muchos animales, sean cuadrúpedos, sean volátiles, sean insectos; los cuales después de haber comido amargos, caen en convulsión y mueren, muchas veces en ella".</p> <p>Su amargura hace que tenga propiedades digestivas, estimulante de las secreciones, la bilis y otros jugos digestivos. En afecciones de vesícula. No deben tomarlo los ulcerosos. Es un buen vermifugo (elimina gusanos intestinales y otros parásitos). Provoca la menstruación y es útil a bajas dosis como regulador hormonal. Es también un buen insecticida. Es adictivo y puede causar convulsiones y daño cerebral, es un neurotóxico. El uso prolongado del té o la tintura de ajenjo puede causar náuseas, vómitos, insomnio, inquietud, vértigo y convulsiones. No deben tomarlo las embarazadas, ni su uso debe prolongarse más de 4 semanas. Las dosis deben ser bajas.</p>
Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1 .		

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 7-4: Ficha de documentación de la planta medicinal alfalfa

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 02
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Alfalfa	
Familia:	Nombre científico:
Fabaceae	Medicago sativa L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Andino, Costa, 0-4500m, introducido y cultivado Uso: 1. Bronquitis / Flores y Hojas, fresco / Oral / Mezclar Hojas y Flores con agua. Sacar extracto. Tomar extracto. Se puede añadir Miel. Tomar 1 vaso de extracto dos veces por día. 2. Amargues en la boca. Enfermedad renal / Flores, fresco / Oral / Mezclar 20 Flores en 1/4 taza de agua. Tomar 1 No exceder dosis porque puede ponerse ciego. Planta muy caliente.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 8-4: Ficha de documentación de la planta medicinal anís criollo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 03
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o Institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Anís criollo, anís verde	
Familia:	Nombre científico:
Apiáceas	Pimpinella anisum L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Usado desde hace miles de años en Egipto y Grecia, los árabes lo introdujeron en España y los benedictinos en la Europa Central en tiempos de Carlomagno. "Tiene fuerza de calentar, de desecar y de resolver; facilita el anhélito, mitiga el dolor, provoca la orina, consume la hidropesía, y bebido en ella, quita la sed. De más de esto es útil contra los animales que arrojan de sí veneno y contra todas las ventosidades, restringe el vientre y las purgaciones blancas de las mujeres, acrecienta la leche y estimula la lujuria". "... resuelve los inoportunos sollipos y los regüeldos acedios, provoca muy dulce sueño y metido en la funda de la almohada, conforta el cerebro y hace que no se sueñen cosas turbulentas ni horribles". Llamado "torna-maritos" en un romance árabe (siglo XI) porque devuelve los maridos a las esposas abandonadas ya que en caso de abandono por mal aliento, éste quedaba enmascarado y desvanecido por la planta.</p> <p>Principalmente carminativo (contra los gases), expectorante, estomacal, aumenta la leche en las madres que amamantan, regula las hormonas en la mujer y quita el mal aliento.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1.</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 9-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Borraja

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 04
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Borraja	
Familia:	Nombre científico:
Boraginaceae	Borago officinalis L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Andino, Costa, 0-3500m, introducido y cultivado Uso: Bronquitis, Pulmones, Sangre, Perder Peso, Ansiedad, Depresión, Corazón, Nervios, Insomnio, Tos, Resfrio, Hematomas / Planta entera, fresco o seco / Oral / Poner 10g total de la Hierba en 1 litro de agua hervida (hirviendo por 3-5 minutos) combinado con 10g Vira Vira. Tomar 3 veces al día o 1 litro por día por hasta cuando se necesita.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/9/16684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 10-4: Ficha de documentación de la planta medicinal caballo chupa

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 05
Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009
Lugar: Quito - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Andinagraph	
Planta identificada: Caballo chupa, cola de caballo	
Familia:	Nombre científico:
Equisetaceae	Equisetum bogotense.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba terrestre hasta 30 cm de alto; los tallos son bastante delgados, generalmente huecos en el centro. Las hojas son diminutas, reducidas a escamas de color café, dispuestas en anillos espaciados a lo largo del tallo. Las estructuras reproductivas en espigas pequeñas se encuentran en las puntas de las ramas.</p> <p>Usos: En infusión sirve para limpiar la sangre, y tratar el acné. Para tratar afecciones del hígado y riñones, insolaciones, dolor de cabeza, espalda, presión alta, menstruaciones excesivas, hemorragias nasales e inflamaciones, y para sobreponerse de operaciones y del chuchaqui (malestar tras ingerir licor en exceso).</p>
<p>Fuente: Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa. (2009). Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador. Proyecto de Manejo y Aprovechamiento Sustentable de Alpacas en los Páramos de Zuleta, PPA-EcoCiencia, Quito. Recuperado de https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 11-4: Ficha de documentación de la planta medicinal calaguala

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 06
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Calaguala, helecho	
Familia:	Nombre científico:
Polypodiaceae	Polipodium calaguala L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>La acción más resaltante actualmente se refiere a Polipodium leucotomos, utilizada para combatir con cierta eficacia la psoriasis y las dermatosis atróficas. Es una planta que en realidad es un inmunorregulador o regulador del sistema defensivo, con lo cual se le supone útil para todas aquellas enfermedades llamadas autoinmunes. Se usaba antiguamente como antiinflamatorio en enfermedades cutáneas. Actualmente se investiga su acción en el vitiligo (despigmentación de la piel) y su acción antioxidante, así como sus mecanismos de acción en procesos tumorales y en otros trastornos.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/esepoch/59824?page=1.</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 12-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Capulí

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 07
Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009
Lugar: Quito - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Andinagraph	
Planta identificada: Capuli	
Familia:	Nombre científico:
Elaeocarpaceae	Vallea stipularis
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Las hojas y flores sirven para preparar aguas aromáticas. También sirve como forraje de animales. Del tronco se fabrica carbón. Con la madera se elaboran instrumentos de labranza, cucharas, bateas, muebles y además postes para el alambrado y viviendas. Las flores se utilizan en arreglos navideños. Medicinalmente la flor se usa para tratar afecciones nerviosas y también como desinflamante. Las hojas humedecidas en agua ardiente se colocan en la frente para aliviar el dolor de cabeza. Se la usa para tratar el espanto. Es una planta potencialmente regeneradora de lugares quemados; también sirve como cerca viva y protector climático</p>
<p>Fuente: Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa. (2009). Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador. Proyecto de Manejo y Aprovechamiento Sustentable de Alpacas en los Páramos de Zuleta, PPA-EcoCiencia. Quito. Recuperado de https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 13-4: Ficha de documentación de la planta medicinal cardo santo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 08
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Cardo Mariano, Cardo Santo	
Familia:	Nombre científico:
Asteráceas	Silybum marianum Gaertr.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Esta planta estimula la síntesis de proteínas en las células hepáticas y tiene una acción antiinflamatoria sobre el tejido hepático, lo cual se traduce en una regeneración de las células hepáticas, dañadas por tóxicos, como puede ser el alcohol o la amanitina de la Amanita phalloides. Provoca que el hígado funcione mejor y potencia la acción desintoxicante del mismo. En la degeneración grasa del hígado causada por el consumo excesivo de alcohol, en las inflamaciones hepáticas producidas por fármacos y otros tóxicos, en intoxicaciones alimentarias, hepatitis, ictericia, cirrosis hepática. En alergias como fiebre del heno, asma.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1.</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 14-4: Ficha de documentación de la planta medicinal chilca

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales	Ficha N° 9
Autor(es): Orellana, Achig, Angulo, Barrera, Brito, Mosquera	Año: 2020
Lugar: Cuenca - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca	
Planta identificada: Chilca	
Familia:	Nombre científico:
Asteraceae	Baccharis latifolia
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
Sin fotografía	<p>Usos en medicina tradicional andina: reumas, inflamación, mal aire, baño caliente, cicatrizante.</p> <p>Usos en medicina occidental: antibacteriano, antifúngico, antiviral, citoprotector, antioxidante, antiinflamatorio.</p> <p>Contraindicaciones: no se han reportado contraindicaciones en el uso de esta planta.</p>
<p>Fuente: Adriana Orellana, David Achig, Aydeé Angulo, Geovanny Barrera, Liliana Brito, Lorena Mosquera (2020). Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales. Cuenca, Ecuador: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca. Recuperado de http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/37584</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 15-4: Ficha de documentación de la planta medicinal chuquiragua

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales	Ficha N° 10
Autor(es): Orellana, Achig, Angulo, Barrera, Brito, Mosquera	Año: 2020
Lugar: Cuenca - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca	
Planta identificada: Chuquiragua, kanchalagu	
Familia:	Nombre científico:
Asteraceae	Chuquiraga jussieui
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
Sin fotografía	<p>Usos en medicina tradicional andina: estomacal, dolor molar, inflamación, gripe, circulación, paludismo, diabetes, resfrio, tos, sarampión, fiebre, dolores musculares.</p> <p>Usos en medicina occidental: antioxidante, diurético, antiinflamatorio.</p> <p>Contraindicaciones: sensibilidad a la planta o a sus compuestos.</p>
<p>Fuente: Adriana Orellana, David Achig, Aydeé Angulo, Geovanny Barrera, Liliana Brito, Lorena Mosquera (2020). Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales. Cuenca, Ecuador: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca. Recuperado de http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/37584</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 16-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Diente de león

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 11
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Diente de león, taraxáco	
Familia:	Nombre científico:
Asteráceas	Taraxacum officinale Web.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Se come tradicionalmente en ensaladas. Es bastante amargo. Quer decia de esta planta: "Gozan las hojas y raíz uso en la Medicina, y todas sus partes son amargas y llenas de zumo lechoso. Toda la planta es refrigerante, detersiva, aperitiva, vulneraria y febrifuga; y se reputa por los más autores por una de las principales hierbas hepáticas, esto es, que tienen virtud de corregir el vicio de la masa de la sangre, siendo no menos eficaz contra todas las calenturas intermitentes, de cualquier manera que se administre antes del acceso, y obra por sudor... hace orinar, y también el zumo que es muy propio para quitar los obstáculos, es muy eficaz para liberar los riñones y la vejiga de las concreciones que se forman en estas partes".</p> <p>Planta con acciones positivas sobre el hígado y los riñones. Es un digestivo y tónico estomacal, aumenta la producción de jugos digestivos. Estimula la producción de bilis hepática y su secreción, ayudando en las insuficiencias hepáticas, trastornos biliares, cálculos biliares y de riñón. Es un diurético y depurativo, bueno para los pletóricos, gotosos y artríticos. En eccemas, erupciones, forúnculos, celulitis.</p>
Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1 .	



Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 17-4: Ficha de documentación de la planta medicinal eucalipto

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 12
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Alcanfor (Camphor), Eucalipto Serrano, Eucalipto (Eucalyptus)	
Familia:	Nombre científico:
Myrtaceae	Eucalyptus globulus
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Bronquitis, Respiración, Resfrío, Tos, Sinusitis, Asma, Reumatismo / Hojas, fresco o seco / Tópico / Hervir 10g cada uno de Eucalipto, Manzanilla, Matico, Nogal, Ajosquiro y Chilca en 1 litro de agua por 10 min. Cubrir cabeza y inhalar por 15 min una vez por semana por 1 mes. 2. Bronquitis, Respiración, Resfrío, Tos, Sinusitis, Asma, Reumatismo / Hojas, fresco o seco / Tópico / Hervir 20g cada uno de Eucalipto, Cerraja, Borraja y Vira Vira en 10 litros de agua. Manzanillón, Romero, Lavanda y Ortiga (10g cada uno) se puede añadir. Sentarse en el vapor una vez por semana por problemas moderadas, dos veces por semana por enfermedades severas. 3. Resfrío, Dolor de Huesos, Congestión, Quema Grasa / Hojas, fresco o seco / Tópico / Baño: 500g de Eucalipto hervido con Chilca, Palo Santo, Romero, y Ajos Giro, dos veces por mes. No usar demasiado porque la planta es muy caliente. Paciente debe ser desnudo y cubierto con una sabana sobre su cabeza, sentado, absorbiendo vapor por 20 minutos. Quedarse en casa por 24 horas después del Baño, una vez cada 30 días. 2 veces solo. 4. Bronquitis, Respiración, Resfrío, Tos, Sinusitis, Asma, Reumatismo / Hojas, fresco o seco / Oral / Hervir 10g cada uno de Eucalyptus, Muñaca, Escorcionera, Veronica, Humanripa, Zazamora y Matico en 1 litro de agua por 2 min. Tomar caliente, 3 tazas por día, por 2 semanas.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 18-4: Ficha de documentación de la planta medicinal grama

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 13
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Grama	
Familia:	Nombre científico:
Poaceae	Cynodon dactylon
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Costa, 0-1500m, maleza, introducida Uso: Quistes de ovario, Quistes de útero, Inflamación de Riñones, Inflamación (General), Útero, Fibroides, Prolapso de útero / Tallos, seco / Oral / Hervir 10g en 1 litro de agua mezclado con 10g cada uno de Cola de Caballo, Verbena, Amor Seco, Malva, Flor Blanca, Hierba de Apostema, Zarparrilla y Hierba del Toro. Tomar 1 litro cada día por 6-12 meses.</p>
Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 19-4: Ficha de documentación de la planta medicinal hierba buena

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 14
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Hierba Buena	
Familia:	Nombre científico:
Lamiaceae	Mentha spicata L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Andina, Costa, 0-3500m, introducido</p> <p>Uso: 1. Parásitos, Cólico, Dolor de Estómago, Gastritis, Indigestión, Helminthes, Parásitos intestinales, Dolor de Cabeza, Afrodisiaco, Gases, Mal Aliento / Planta entera, fresco / Oral / Hervir 10g en 1 litro de agua. Puede usar mezclado con 10g de Anís. Tomar 3 veces al día después de comidas por 1 mes.</p> <p>2. Cólico, Dolor de Estómago / Planta entera, fresco / Tópico / Hervir por 20 minutos, 30g en 6 litros de agua con otras Hierbas de Buena Suerte (10g cada uno). Baño 3 veces por semana.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	



Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 20-4: Ficha de documentación de la planta medicinal hierba mora

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 15
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Hierba mora	
Familia:	Nombre científico:
Solanaceae	Solanum americanum
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Uso: 1. Sinusitis, Gripe, Resfrio, Orinar involuntariamente / Frutas frescas / Tópico / Machucar 20 Frutas para extraer jugo, 2 gotas por lado de nariz 2. Fiebre / Planta entera, fresco / Tópico / Adultos: Hervir 10g en 1 litro de agua por 10 minutos. Niños: Hervir 1/2 litro de agua por 10g 3 veces por día hasta que sale todo el mucus. 3. Ampollas de Resfrio, Ampollas en la Boca, Herpes / Frutas frescas / Tópico / Extraer jugo de la fruta. Aplicar jugo en área afectada, una vez por día hasta sanado. 4. Susto / Planta entera, fresco / Oral / Hervir 1/2 taza de agua con 100g de material de planta por 5 minutos. Mezclar con 10 g cada uno de Toronjil y Mejorana. Tomar 1/4 taza, solo una vez. 5. Susto / Planta entera, fresco / Tópico / Baño: Hervir 5 litros de agua con 100g de: Hierba del Susto, Hierba del Gallinazo, Romero, Paja del Aire, Ashango, Ishpingo, Samala, Flor del Muerto y Ruda. Hervir por 10 minutos. Primero frotar el cuerpo con Hojas. Después lava con agua. No usar jabón! Baño solo una vez Martes o Viernes.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 21-4: Ficha de documentación de la planta medicinal higo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 16
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Higo	
Familia:	Nombre científico:
Moraceae	Ficus carica
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Árbol, Andino, Costa, 0-2000m, introducido, cultivado Uso: Diabetes / Hojas y Tallos, fresco o seco / Oral / Hervir 4 Hojas en 1 litro de agua por 3 minutos. Tomar templado, 1 taza 3-4 veces por día como se necesita.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-Qa3dgqr.pdf</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 22-4: Ficha de documentación de la planta medicinal lechuga

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 17
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Lechuga	
Familia:	Nombre científico:
Asteráceas	Lactuca sativa
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Amazonica, Andina, Costa, 0-3500m, introducido y cultivado Uso: Nervios, Purificación de la sangre, Cleans Toxins from blood / Raiz y Tallos, fresco / Oral/ Añadir 100g de the material de la planta a 100g de betarraga y 1/2 litro de agua y caliente. Después deja enfriar Tomar 1 taza 2-3 veces por día por 1 mes.</p>
Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 23-4: Ficha de documentación de la planta medicinal llantén

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 18
Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009
Lugar: Quito - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Andinagraph	
Planta identificada: Llantén	
Familia:	Nombre científico:
Plantaginaceae	Plantago australis
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Descripción botánica: Hierbas terrestres que miden hasta 40 cm de alto. Las hojas están dispuestas en una roseta en la base, miden hasta 40 cm de largo, son lanceoladas, de color verde con tintes morados, ambas superficies con pelos cortos, tienen los nervios muy notorios. La inflorescencia es alta, mide hasta 40 cm, tiene numerosas flores. Las flores son poco vistosas, se disponen a lo largo del eje elevado, miden 5 mm de largo y son verdosas.</p> <p>Usos: Esta planta se usa para limpiar y purificar la sangre, para tratar afecciones de riñones, vías urinarias, hígado y para bajar las hinchazones. Junto con el "matico" sirve para lavados femeninos y para cicatrizar rápidamente las heridas de operaciones y úlceras externas; ayuda a restablecerse de recaídas</p>
<p>Fuente: Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa. (2009). Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador. Proyecto de Manejo y Aprovechamiento Sustentable de Alpacas en los Páramos de Zuleta. PPA-EcoCiencia. Quito. Recuperado de https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf</p>	




Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 24-4: Ficha de documentación de la planta medicinal malva

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 19
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Malva	
Familia:	Nombre científico:
Malvaceae	Malva sylvestris
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Tiene propiedades emolientes o suavizantes y laxantes. En estreñimiento crónico actúa de ligero laxante mucilaginoso no peligroso, lubricando la mucosa del digestivo. Tiene efecto expectorante y antitusígeno (catarros, gripes, tos, bronquitis). En afecciones de las mucosas y de la piel. Gargarismos en faringitis, compresas en eczemas, acné, hemorroides, quemaduras, etc. Para ablandar diviesos, abscesos infectados, forúnculos.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1.</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 25-4: Ficha de documentación de la planta medicinal manzanilla

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO																							
Ficha de documentación de plantas medicinales																							
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 70%;">Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia</td> <td style="width: 30%;">Ficha N° 20</td> </tr> <tr> <td>Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon</td> <td>Año: 2015</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Lugar: Trujillo, Perú.</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Tipo de documento: Libro</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Editorial o institución: GRAFICART SRL</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Planta identificada: Manzanilla</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Familia:</td> <td style="text-align: center;">Nombre científico:</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Asteráceas</td> <td style="text-align: center;">Matricaria chamomilla</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Fotografía de la especie</td> <td style="text-align: center;">Uso y beneficio</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">  </td> <td> <p>Hierba, Andino, Costa, 0-4000m, introducido y cultivado</p> <p>Uso: 1. Enfermedad de amor, Nervios, Insomnía, Inflamación de heridas, Cólico, Dolor de Estómago, Bronquitis / Planta entera, fresco o seco / Oral/ Hervir agua first. Añadir 10g de Manzanilla por taza, 3 tazas por día por 1 semana. 2. Inflamación, Cólico, Inflamación de Vagina Heridas (abiertas), Heridas (cerradas) / Planta entera, fresco o seco / Tópico / Hervir agua first. Añadir 10g Manzanilla por taza. No mezclar con otras Hierbas. Frotar solución sobre abdomen o área que necesita. Por inflamación vaginal, sentarse sobre vapor 2-3 veces por día, cada día siguiente. Alternativa: Hervir Manzanilla, poner sobre tela. Se puede hervir bolsa de te de Manzanilla. Poner tela Hierbas o bolsa de Té en área afectada por 3-4 minutos o hasta se enfríe. Calentar de nuevo y repetir 3-4 veces por día pero no más que 2 días.</p> </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> <p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p> </td> </tr> </table>		Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 20	Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015	Lugar: Trujillo, Perú.		Tipo de documento: Libro		Editorial o institución: GRAFICART SRL		Planta identificada: Manzanilla		Familia:	Nombre científico:	Asteráceas	Matricaria chamomilla	Fotografía de la especie	Uso y beneficio		<p>Hierba, Andino, Costa, 0-4000m, introducido y cultivado</p> <p>Uso: 1. Enfermedad de amor, Nervios, Insomnía, Inflamación de heridas, Cólico, Dolor de Estómago, Bronquitis / Planta entera, fresco o seco / Oral/ Hervir agua first. Añadir 10g de Manzanilla por taza, 3 tazas por día por 1 semana. 2. Inflamación, Cólico, Inflamación de Vagina Heridas (abiertas), Heridas (cerradas) / Planta entera, fresco o seco / Tópico / Hervir agua first. Añadir 10g Manzanilla por taza. No mezclar con otras Hierbas. Frotar solución sobre abdomen o área que necesita. Por inflamación vaginal, sentarse sobre vapor 2-3 veces por día, cada día siguiente. Alternativa: Hervir Manzanilla, poner sobre tela. Se puede hervir bolsa de te de Manzanilla. Poner tela Hierbas o bolsa de Té en área afectada por 3-4 minutos o hasta se enfríe. Calentar de nuevo y repetir 3-4 veces por día pero no más que 2 días.</p>	<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 20																						
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015																						
Lugar: Trujillo, Perú.																							
Tipo de documento: Libro																							
Editorial o institución: GRAFICART SRL																							
Planta identificada: Manzanilla																							
Familia:	Nombre científico:																						
Asteráceas	Matricaria chamomilla																						
Fotografía de la especie	Uso y beneficio																						
	<p>Hierba, Andino, Costa, 0-4000m, introducido y cultivado</p> <p>Uso: 1. Enfermedad de amor, Nervios, Insomnía, Inflamación de heridas, Cólico, Dolor de Estómago, Bronquitis / Planta entera, fresco o seco / Oral/ Hervir agua first. Añadir 10g de Manzanilla por taza, 3 tazas por día por 1 semana. 2. Inflamación, Cólico, Inflamación de Vagina Heridas (abiertas), Heridas (cerradas) / Planta entera, fresco o seco / Tópico / Hervir agua first. Añadir 10g Manzanilla por taza. No mezclar con otras Hierbas. Frotar solución sobre abdomen o área que necesita. Por inflamación vaginal, sentarse sobre vapor 2-3 veces por día, cada día siguiente. Alternativa: Hervir Manzanilla, poner sobre tela. Se puede hervir bolsa de te de Manzanilla. Poner tela Hierbas o bolsa de Té en área afectada por 3-4 minutos o hasta se enfríe. Calentar de nuevo y repetir 3-4 veces por día pero no más que 2 días.</p>																						
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>																							


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 26-4: Ficha de documentación de la planta medicinal marco

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 21
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Altamisa, Marco, Artamisa, Manzanilla del Muerto, Marcos, Alta Misa, Ajenco.	
Familia:	Nombre científico:
Asteráceas	Ambrosia peruviana Willd
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Uso: 1. Corazón, Nervios, Epilepsia, Hígado, Bronquitis, Resfrios, Mal Aire, Quemars / Hojas y Tallos, fresco / Oral / Hervir en 1 litro de agua por 2 minutos, después mezclar agua con un total de 10g de Manzanilla, Madre Selva, Hinojo, Borraja, Madre Selva, Toronjil, Manzanilla, Hinojo y Chancas de Comida por Nerve Disorders. Usar Boldo, Malva y Linaza por Hígado ailments. Usar Matico, Borraja, Eucalipto, Vira Vira y Brochamelia por Bronquitis. Cubrir y dejar por 2-3 minutos. Tomar templado, 3-4 tazas por día por un mes. Resfrios: Hervir 1/2 litro de agua con 50g de Altamiz y 10g de Sauce, Chicoria, y Pájaro Bobo por 10 minutos. 2 cucharas cada 8 horas por 8 días. 2. Hongos, Susto / Hojas y Tallos, fresco / Tópico / Hervir 200g en 3 litros de agua, 7 Espiritus y Agua de Susto. Usar un s Emplasto o Baño, 6 hrs por Baño, 2 veces por mes por 1 mes; por Susto 3 veces por semana: Martes, Viernes y el siguiente Martes. 3. Después del parto para reducir calambres y inflamación en el útero / Hojas y Tallos, fresco / Tópico / Emplasto: Machucar 200g de Leaf y añadir 5 gotas de Trementina (Turpentine). poner Emplasto en área afectada (abdomen de la mujer) y cubrir con tela. Dejar por 2 horas, 2 veces con pausa de 2 días.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica_Qa3dgqr.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 27-4: Ficha de documentación de la planta medicinal matico

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 22
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Yerba del Soldado, Tilonga, Matico, Mogo-Mogo	
Familia:	Nombre científico:
Piperaceae	Piper aduncum
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Arbusto, Amazónico, Andino, 0-3000m Uso: 1. Resfío, Hongos, Tos, Heridas, Bronquitis, Escalofrios, Tuberculosis, Para Hemorragias / Hojas, fresco o seco / Oral / Hervir 5-10 Hojas en 1 litro de agua por 3-5 minutos mezclado con 5g cada uno de Salvia Real, Escorcionera, Vira-Vira, Borraja y Asma Chilca. Tomar 1 litro cada día por 15 días. 2. Sistema Inmunitaria, Infección, Inflamación, Bronquitis / Hojas, fresco / Tópico / Hervir 50g en 8 litros de agua por 10 minutos combinado con 10g cada uno de Eucalipto, Laurel, Verbena y Altamisa. Baño dos veces por semana. Como alternativa moler y polvORIZAR 200g del material de la planta. Aplicar el polvo en área afectadas, una vez por día hasta que la herida se sana.</p>
Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 28-4: Ficha de documentación de la planta medicinal menta

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 23
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Menta	
Familia:	Nombre científico:
Lamiaceae	Mentha piperita
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Es digestiva y carminativa, en putrefacciones intestinales y gases. Estimula la bilis y mejora por tanto la digestión de las grasas. En dispepsias. Es antiséptica, algo analgésica, en dolores de muelas. Contra los espasmos digestivos. La esencia es antivirica y puede ser afrodisiaca. En cefaleas de tipo jaquecoso, en atonías digestivas y agotamiento físico. Externamente en fricciones contra los dolores de tipo reumático y neuralgias.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/esepoch/59824?page=1.</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 29-4: Ficha de documentación de la planta medicinal Milín

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 24
Autor(es): Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Milín	
Familia:	Nombre científico:
Poaceae	Cynodon dactylon
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Costa, 0-1500m, maleza, introducida Uso: Quistes de ovario, Quistes de útero, Inflamación de Riñones, Inflamación (General), Útero, Fibroides, Prolapso de útero / Tallos, seco / Oral / Hervir 10g en 1 litro de agua mezclado con 10g cada uno de Cola de Caballo, Verbena, Amor Seco, Malva, Flor Blanca, Hierba de Apostema, Zarparrilla y Hierba del Toro. Tomar 1 litro cada día por 6-12 meses.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 30-4: Ficha de documentación de la planta medicinal eneldo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 25
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Eneldo	
Familia:	Nombre científico:
Umbelíferas	Anethum graveolens
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Los antioxidantes son compuestos naturales que ayudan a proteger las células contra el daño causado por moléculas inestables conocidas como radicales libres.</p> <p>Por ello, las investigaciones sugieren que el consumo de alimentos ricos en antioxidantes puede ayudar a reducir la inflamación crónica y prevenir o incluso tratar ciertas afecciones, como las enfermedades cardíacas, el Alzheimer, la artritis reumatoide y ciertas formas de cáncer.</p> <p>Se ha descubierto que tanto las semillas como las hojas de la planta del eneldo son ricas en varios compuestos vegetales con propiedades antioxidantes</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015), Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 31-4: Ficha de documentación de la planta medicinal nogal

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 26
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Nogal	
Familia:	Nombre científico:
Juglandaceae	Juglans regia
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Se usan las hojas y también la cáscara verde, que combate muy eficazmente los gusanos intestinales, por su contenido en nogalina. Las hojas se usan por sus propiedades astringente, cicatrizante, tónico e hipoglucemiante (baja la glucosa en la diabetes). En diarreas, gastroenteritis, colitis, flatulencias. Aumenta el apetito y tonifica la digestión. En irrigaciones vaginales se usa para combatir la leucorrea o flujo blanco, la inflamación y úlceras del cuello de la matriz. Es antiséptico y antiinflamatorio. En uretritis (Inflamaciones de la uretra) y en cistitis (Infección de vejiga). Se usa para la diabetes. En afecciones de la piel en general. Las nueces ayudan a bajar el colesterol así como a las personas agotadas, asténicas y con trastornos nerviosos.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1.</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 32-4: Ficha de documentación de la planta medicinal flor de Ñachak

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
	
Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 27
Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009
Lugar: Quito - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Andinagraph	
Planta identificada: Ñakachay, flor de ñachak	
Familia:	Nombre científico:
Asteraceae	Bidens andicola Kunth
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Se usa para sacar el ombligo de los recién nacidos, para lo cual se mezcla con la leche de la mamá y se coloca en la zona para bajar la inflamación. También se usa para tratar escaldaduras, mordiendo o machacando la planta y colocándola en la zona afectada. En infecciones de los ojos. También se usa para curar la sordera. Las infusiones de la flor con "verbena" se usan para tratar el flujo vaginal excesivo, y por sus propiedades relajantes sirve para curar el cólico.</p> <p>La infusión de las hojas y flores se usa para tratar afecciones a los riñones, afecciones del hígado, la ictericia y para tratar golpes y contusiones. La infusión de la planta se toma para facilitar el parto. Para tratar el resfrío se hierven las flores con hojas de mora y durazno. Sirve como expectorante, diurético y para tratar el asma, también en diarreas. Las flores sirven como tinte amarillo para hilos y telas, ya que contienen un colorante llamado luteína. Y para obtener el color rojo se mezcla las flores con sal, "cochinilla", "puma maqui", "gandarucho" y "sisa"</p>
<p>Fuente: Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa. (2009). Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador. Proyecto de Manejo y Aprovechamiento Sustentable de Alpacas en los Páramos de Zuleta. PPA-EcoCiencia. Quito. Recuperado de https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 33-4: Ficha de documentación de la planta medicinal orégano

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO			
Ficha de documentación de plantas medicinales			
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 70%;">Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador</td> <td style="width: 30%;">Ficha N° 28</td> </tr> </table>		Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 28
Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 28		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa</td> <td style="width: 50%;">Año: 2009</td> </tr> </table>		Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009
Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009		
Lugar: Quito - Ecuador			
Tipo de documento: Libro			
Editorial o institución: Andinagraph			
Planta identificada: Orégano			
Familia:	Nombre científico:		
Lamiaceae	Origanum vulgare		
Fotografía de la especie	Uso y beneficio		
	<p>Hierba, Andina, Costa, 0-3500m, introducido y cultivado</p> <p>Uso: Cólico, Calambres de Menstruación, Menstruación, Dolor de Estómago, Gases, Calambres de Estómago como parte de Síndrome Pre Menstrual / Hojas y Tallos, fresco o seco / Oral / Añadir 1 taza de agua a 3g de Orégano. Hervir por 3-5 minutos. Tomar caliente por menstruación. Tomar templado por Cólico. Evitar tomar demasiado porque puede causar aborto. Tomar 2 tazas por 1 día solo.</p>		
<p>Fuente: Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa. (2009). Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador. Proyecto de Manejo y Aprovechamiento Sustentable de Alpacas en los Páramos de Zuleta. PPA-EcoCiencia. Quito. Recuperado de https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf</p>			

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 34-4: Ficha de documentación de la planta medicinal ortiga verde

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 29
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Ortiga verde	
Familia:	Nombre científico:
Urticaceae	Urtica dioica L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Son muchas sus acciones. En primer lugar hay que comentar las conocidas ortigaciones que consisten en sacudir con la planta las zonas doloridas e inflamadas (hay un fuerte aporte de sangre a la piel, descongestionando el interior). Acción depurativa y diurética, en reumatismos, gota, artritis. Planta antianémica, remineralizante, en convalecencias y desnutrición, Hemostática y vasoconstrictora, en hemorragias nasales y uterinas. Facilita la digestión estimulando los jugos pancreáticos y la bills. Astringente con uso exitoso en diarreas. Hipoglucemiante (diabéticos no insulín dependientes), galactógena (produce leche en la madre). Afecciones de la piel como eccemas, erupciones y acné. "Para contrarrestar la acción alérgica de los moluscos, Bohn, 1927".</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/epoch/59824?page=1.</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 35-4: Ficha de documentación de la planta medicinal paja blanca

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales	Ficha N° 30
Autor(es): Orellana, Achig, Angulo, Barrera, Brito, Mosquera	Año: 2020
Lugar: Cuenca - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca	
Planta identificada: Paja, paja amarilla, paja blanca, cebadilla, vizcachera	
Familia:	Nombre científico:
Poaceae	Anatherostipa venusta (Phil.) Peñail.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
Sin fotografía	<p>Construcción. Los tallos se mezclan con barro para hacer el techo de las casas, el cielo y las camas.</p> <p>Forrajero. Sirve como alimento para el ganado, especialmente para burros, llamas y vizcachas.</p> <p>Medicinal. Se usa para tratar la tos.</p> <p>Otros. Los tallos se usan para cocer el pan de quinoa al vapor.</p>
Fuente: Adriana Orellana, David Achig, Aydeé Angulo, Geovanny Barrera, Liliana Brito, Lorena Mosquera (2020). Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales. Cuenca, Ecuador: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca. Recuperado de http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/37584	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 36-4: Ficha de documentación de la planta medicinal pino

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 31
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Pino	
Familia:	Nombre científico:
Pinaceae	Pinus patula Schldl. & Cham, Pinus radiata D. Don
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Árbol, Andino, 2500-4000m, introducido y cultivado Uso: Artritis, Reumatismo, Dolor de Huesos / Hojas y Tallos, fresco / Oral / Hervir 100g de la planta por 5 minutos en 1 taza de agua. Tomar templado, 1/4 taza una vez por día por 15 días.</p>
Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 37-4: Ficha de documentación de la planta medicinal romero

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales	Ficha N° 32
Autor(es): Orellana, Achig, Angulo, Barrera, Brito, Mosquera	Año: 2020
Lugar: Cuenca - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca	
Planta identificada: Romero	
Familia:	Nombre científico:
Lamiaceae	Rosmarinus officinalis L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
Sin fotografía	<p>Usos en medicina tradicional andina: baño posparto, baño caliente, anticasca, fortificante, inflamación, mal aire, mal de ojo, caída de cabello.</p> <p>Usos en medicina occidental: actividad colerética, protector hepático, diurético, antioxidante, antiinflamatorio y antiespasmódico, antibacteriano, antifúngico, antirreumático, estimulante folicular, propiedades quimiopreventivas en diversos tipos de cáncer.</p> <p>Contraindicaciones: su uso no se recomienda en pacientes con hipersensibilidad conocida a la planta o a sus compuestos.</p>
<p>Fuente: Adriana Orellana, David Achig, Aydeé Angulo, Geovanny Barrera, Liliana Brito, Lorena Mosquera (2020). Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales. Cuenca, Ecuador: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca. Recuperado de http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/37584</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 38-4: Ficha de documentación de la planta medicinal ruda

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 33
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Ruda, Ruda (Macho y Hembra), Hierba del Quinde	
Familia:	Nombre científico:
Rutaceae	Ruta graveolens L
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Hierba, Andino, 1500-3000m, introducido y cultivado</p> <p>Uso: 1. Aborto, Cólicos fuertes, Buena Suerte, Susto, Corazón, Regulación de menstruación, Depresión, Mal Aire, Reumatismo, Nervios, Vómito, Nausea / Planta entera, fresco / Oral / Hervir 1 litro de agua con 1 Ruda Hembra entera y Agenciana, Corpus Way, Salvia, Orégano, Molle, Eucalipto, Altamisa, Ajenco y Culantrillo. Permitir Hervir hasta se quedan 3 tazas de mezcla. Para aborto usar Ruda pura.</p> <p>Paciente debe tomarlo caliente. Tomar en la mañana y noche por 2 días. Cuidado ingerirlo porque la hierba esta muy caliente. 2. Susto, Éxito, Afrodisiaco, Sobrepasar envidia, Exito en Negocios, Vida mejor / Planta entera, fresco / Tópico / Un Manojito de la Hierba con Gallinazo, Flor de Retama, Flor de Chochos, Clavel Blanco, Manzanillon, Romero, Agua del Susto, Rosas Blancas, Rosas Amarillas, Rosas Rojas, Azúcar Blanco, Hierba de la Justicia, Hierba de la Plata, Hierba de la Fortuna, Hierba del Oro, Jugo de 3 Limas, Perfume Tabú, Agua Florida y Roca cristalina. Frotar paciente 3 veces por mes Martes, Viernes y el Martes siguiente. 3. Para todo anda bien, Para abrir una puerta y mantenerla abierta, Para tener Éxito / Planta entera, fresco / Seguro / Poner planta entera en Seguro.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 39-4: Ficha de documentación de la planta medicinal sábila

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO			
Ficha de documentación de plantas medicinales			
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 70%;">Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia</td> <td style="width: 30%;">Ficha N° 34</td> </tr> </table>		Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 34
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 34		
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">Autor(es): Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon</td> <td style="width: 50%;">Año: 2015</td> </tr> </table>		Autor(es): Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon	Año: 2015
Autor(es): Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon	Año: 2015		
Lugar: Trujillo, Perú.			
Tipo de documento: Libro			
Editorial o institución: GRAFICART SRL			
Planta identificada: Sábila, Zábila, Aloe, Hojas de Sábila, Aloe Vera			
Familia:	Nombre científico:		
Xanthorrhoeaceae	Aloe vera		
Fotografía de la especie	Uso y beneficio		
	<p>Uso: 1. Inflamación (Externo), Inflamación Vaginal, Úlceras Vaginales, Cáncer Vaginal, Crecimiento de Cabello, Mejoramiento de piel, cataratas, Ojos, Heridas, Quemaduras / Hojas, fresco / Tópico / Tomar una hoja grande y remover espinas. Cortar la hoja longitudinal y remover baba. Calentar y poner en área inflamada como Emplasto 2 veces por día por 1 semana, por Inflamación Vaginal, Injertar hoja 2-3 veces por día o como se necesita. Dejarlo dentro por 5 minutos. Por pérdida de cabello aplicar por piel y cabello. El jugo puede ser aplicado a los ojos, 1 gota en cada ojo cada 2 días por 6 días. 2. Pérdida de Peso, Gastritis, Inflamación, Diabetes, Tos, Bronquitis, Riñones, Úlceras, Colesterol, Cáncer, Asma, Bilis / Hojas, fresco / Oral / Combinar 1kg de Hierba, 1/2kg de Miel, y 3 cucharas de pisco. Abrir hoja longitudinal y extraer baba. Consumir baba, 1-2 tazas por día por una semana hasta un mes. Hoja se puede macerar en una botella de alcohol. 3. Buena Suerte, Felicidad / Hojas, fresco / Amuleto / Colgar planta entera sobre puerta.</p>		
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>			



Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 40-4: Ficha de documentación de la planta medicinal santa maría

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales	Ficha N° 35
Autor(es): Orellana, Achig, Angulo, Barrera, Brito, Mosquera	Año: 2020
Lugar: Cuenca - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca	
Planta identificada: Santa María	
Familia:	Nombre científico:
Asteráceas	Tanacetum parthenium
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
Sin fotografía	<p>Usos en medicina tradicional andina: mal aire, artritis, baño caliente, mal de ojo, susto.</p> <p>Usos en medicina occidental: antiinflamatorio, antioxidante, antiprotozoario, antibacteriano, antimigranoso, antiinflamatorio, antihelmintico.</p> <p>Contraindicaciones: en pacientes con sensibilidad conocida.</p> <p>Evitar su uso durante el embarazo.</p>
<p>Fuente: Adriana Orellana, David Achig, Aydeé Angulo, Geovanny Barrera, Liliana Brito, Lorena Mosquera (2020). Sabiduría ancestral andina y uso de plantas medicinales. Cuenca, Ecuador: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca. Recuperado de http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/37584</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 41-4: Ficha de documentación de la planta medicinal tilo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 36
Autor(es): Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Cinta de Novia, Sauco, Saucotillo, Tilo	
Familia:	Nombre científico:
Adoxaceae	Sambucus peruviana
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Uso: 1. Hinchazón, Riñones, Tos, Contusiones, Próstata, Fiebre, Bronquitis, Fiebre Amarilla / Hojas, Flores y Tallos, fresco o seco / Té: 5-20g en 1 litro de agua hervido 1 minuto y combinado con Aguardiente. Tomar 3 veces por semana, a 1 litro, hasta la fiebre pasa. Tomar frío. 2. Susto, Fiebre, Fiebre Amarilla / Hojas, fresco / Tópico / Baño: combinar con Nogaí, Hierba del Susto, Manzanilla Blanco y Timolina en un frasco, 2-4 veces al mes. No usar demasiado porque esta muy frío. 3. Inflamación de Riñones, Gastritis / Hojas, fresco / Tópico / Emplasto, una vez al mes. 4. Nervios, Tos, Resfío, Fiebre, Insomnio / Flores y Hojas, fresco / Oral / Hervir 1 litro de agua, añadir 10g de Sauco, Manzanilla, Hinojo, Coleo, Ajenco, Toronjil, Pimpinela y Claveles. Cubrir y dejar por 2-3 minutos. Paciente debe tomar caliente, 3-4 tazas por día por 1 mes. 5. Amuleto. Para amarrar alquilen en magia de amor / Hojas, fresco / Tópico / Amarrar una foro en los tallos y envoltar el paquete. Rezar y foguear perfume con nombres propios. Repetir si se necesita. Amarres rituales.</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann - Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 42-4: Ficha de documentación de la planta medicinal toronjil

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia	Ficha N° 37
Autor(es): Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon	Año: 2015
Lugar: Trujillo, Perú.	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: GRAFICART SRL	
Planta identificada: Toronjil, Melissa	
Familia:	Nombre científico:
Lamiaceae	Melissa officinalis L
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Uso: 1. Niños maleducados / Planta entera, fresco o seco / Tópico / Hervir 10g en 2 litros de agua por 10 minutos. Mezclar con 10g cada uno de Toronjil y Churguis. Baño dos veces por semana o como se necesita. 2. Mal de amor, Nervios, Insomnio, Corazón, Sistema nervioso, Tachycardia / Planta entera, fresco o seco / Oral / Hervir 20-30g en 1 litro de agua por 2 minutos con 10g cada uno de Pimpinela, Cedrón, Mejorana, Siempre Viva, Flores de Amelas, Romero, Claveles, Congona, Manzanilla, Mejorana y Orange Flores. Tomar 4 tazas por día por 1 mes</p>
<p>Fuente: Rainer W. Bussmann – Douglas Sharon (2015). Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú. Trujillo, GRAFICART SRL editorial. Recuperado de https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf</p>	


Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 43-4: Ficha de documentación de la planta medicinal trinitaria

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
	
Título: Guía de Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador	Ficha N° 38
Autor(es): Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa	Año: 2009
Lugar: Quito - Ecuador	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Andinagraph	
Planta identificada: WASHWA YURA, Trinitaria	
Familia:	Nombre científico:
Fabaceae	Otholobium mexicanum
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Se usa principalmente para barrer la casa. Las hojas y flores se preparan en aguas aromáticas para beber después de las comidas. La infusión de la planta, en particular de las flores, se usa para tratar recaídas, acidez estomacal, dolor de estómago, indigestión, empachos, flatulencias e infecciones intestinales, y como anticonceptivo femenino. Las hojas se preparan en infusiones para el posparto. El baño de esta planta junto con "yanasigue" y "tefusi" sirve para eliminar garrapatas en las ovejas. Con tres ramos de esta planta y tres de la "juyangilla" se hace la cruz para curar el espanto</p>
<p>Fuente: Aguilar, Z., P. Hidalgo y C. Ulloa. (2009). Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador. Proyecto de Manejo y Aprovechamiento Sustentable de Alpacas en los Páramos de Zuleta. PPA-EcoCiencia. Quito. Recuperado de https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf</p>	

Realizado por: Freire, D. 2022

Tabla 44-4: Ficha de documentación de la planta medicinal verbena

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO	
Ficha de documentación de plantas medicinales	
Título: Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud	Ficha N° 39
Autor(es): Antonio Vega	Año: 2013
Lugar: Madrid, España	
Tipo de documento: Libro	
Editorial o institución: Ediciones i (Integralia La casa natural S.L)	
Planta identificada: Verbena	
Familia:	Nombre científico:
Verbenaceae	Verbena officinalis L.
Fotografía de la especie	Uso y beneficio
	<p>Son tradicionales las cataplasmas hechas con esta planta para afecciones de garganta, sinusitis, como pectoral. Tiene acción antiinflamatoria, sedante, antiespasmódica, analgésica y digestiva. En gargarismos, inhalaciones, compresas calientes, en afecciones respiratorias y dolores reumáticos y neurálgicos (ciática, lumbago). Favorece la digestión y descongiona el hígado. Útil en jaquecas o migrañas.</p>
<p>Fuente: Vega, A. (2013). Remedios naturales: las 100 mejores plantas medicinales para tu salud. Madrid, Spain: Ediciones i. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/esepoch/59824?page=1.</p>	



Realizado por: Freire, D. 2022

Estas fichas de documentación generadas a base de libros son las que ayudaran a la creación de fichas de observación para determinar los métodos adecuados para la elaboración del recetario medicinal teniendo en cuenta que cada una de las plantas contarán con su uso y beneficio, modo de conservación, método de preparación, precauciones y vía de administración.

4.2. Resultados de la compilación fotográfica



A continuación, se presenta las fichas de observación basadas en las fichas de documentación que se realizó, tomando en cuenta las originarias de los Andes y la introducidas:

Tabla 45-4: Ficha de observación de la planta medicinal ajenjo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Ajenjo	Artemisa absinthium	Asteráceas	01	A001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • El ajenjo hoja es conocido por mejorar el rendimiento y la salud del sistema digestivo. • Es perfecto para el tratamiento de afecciones como la indigestión, gases y eliminación de parásitos intestinales. • En emplastos para hongos en la piel • Provoca la menstruación y es útil a bajas dosis como regulador hormonal. • Es también un buen insecticida. • Corta hemorragia nasal. • Combate dolores reumáticos • Ayuda a combatir los síntomas de los resfriados, alivia la gripe y combate la bronquitis. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Via de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión para combatir los parásitos intestinales</p> <p>20g ajenjo fresco 1 Litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega el ajenjo. Deja reposar por 15 minutos. Se recomienda tomar 2 veces al día.</p>	<p>Infusión</p>	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas. Guarde el ajenjo hojas en un lugar fresco, seco y no expuesto a la luz. Se recomienda consumir el ajenjo hojas antes de los 18 meses de su fecha de envasado.</p>		
Estado de conservación: No extinta - Páramos				
<p>Precauciones: No deben tomarlo los ulcerosos. Es adictivo y puede causar convulsiones y daño cerebral, es un neurotóxico. El uso prolongado del té o la tintura de ajenjo puede causar náuseas, vómitos, insomnio, inquietud, vértigo y convulsiones. No deben tomarlo las embarazadas, ni su uso debe prolongarse más de 4 semanas. Las dosis deben ser bajas.</p>				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 46-4: Ficha de observación de la planta medicinal alfalfa

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Alfalfa	Medicago sativa	Fabaceae	02	A002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> El consumo humano de la alfalfa más común es el brote tierno (germinado). Consumirla de esta manera aporta el triple de calcio que la leche, fósforo, provitamina A, vitaminas C, B y K, clorofila, aminoácidos y fibra vegetal. Evita las infecciones por virus o bacterias urinarias (cistitis) Combate la anemia Aporta fuerza al cabello y retrasa su caída Depura el organismo y favorece la eliminación de toxinas Mejora la artrosis Alivia los dolores de la menstruación Mantiene los niveles de azúcar en sangre, por lo que es muy apte para diabéticos Baja la fiebre 		
Parte utilizada: Hojas, flores y tallos				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Zumo para combatir la anemia</p> <p>5 Cogollos tiernos de alfalfa 2 Zanahoria 1 Cucharada de miel</p> <p>Instrucciones</p> <p>Machacar los cogollos tiernos de alfalfa y sacar el jugo Rallar la zanahoria y sacar el jugo Fusionar el jugo de la alfalfa y el jugo de la zanahoria y agregar una cucharada de miel para endulzar</p>	Zumo	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: La alfalfa no se debe consumir de manera progresiva. No se debe consumir la alfalfa si se consume medicamentos para la hipertensión, el colesterol alto, anticoagulantes como la warferina y antidiabéticos				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 47-4: Ficha de observación de la planta medicinal anís criollo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO 				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Anís criollo, anís verde	Pimpinella anisum	Apiáceas	03	A003
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Gases, Dolor de Estómago, Cólico • Desinflama los intestinos gruesos y delgados • Mejora el apetito • Alivia los cólicos 		
Parte utilizada: Flores, semillas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Infusión con anís criollo para combatir gases, dolor de estómago cólicos 20g semillas secas 1 Litro de agua Instrucciones: Hierva el agua y agrega el las semillas Deja reposar por 15 minutos y colar Se recomienda tomar por 3 días o como se necesita	Infusión	El proceso de secado de las flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas		
Estado de conservación: No extinta - Páramos				
Precauciones: El anís está contraindicado en mujeres embarazadas, en periodo de lactancia y en niños menores de 12 años de edad. Asimismo, su uso debe evitarse por mujeres con cáncer de mama, de endometrio y de ovarios, ya que altera la producción de hormonas femeninas, como el estrógeno, y esto puede influir en el tratamiento del cáncer.				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 48-4: Ficha de observación de la planta medicinal Borraja

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Borraja	Borago officinalis	Boraginaceae	04	B001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • El ajenjo hoja es conocido por mejorar el rendimiento y la salud del sistema digestivo. • Es perfecto para el tratamiento de afecciones como la indigestión, gases y eliminación de parásitos intestinales. • En emplastos para hongos en la piel • Provoca la menstruación y es útil a bajas dosis como regulador hormonal. • Es también un buen insecticida. • Corta hemorragia nasal. • Combate dolores reumáticos • Ayuda a combatir los síntomas de los resfriados, alivia la gripe y combate la bronquitis. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión con borraja para combatir la gripe y bajar la fiebre</p> <p>40 g Flores de borraja 40 g Saúco 30 g Romero 10 g Hojas de eucalipto, 1/2 Litro de agua</p> <p>Hierve el agua y agrega las plantas medicinales Deja reposar tapado por 10 minutos Endulzar con miel Se recomienda tomar 3 vasos al día mientras persiste el malestar</p>	<p>Infusión</p>	<p>No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca</p>		
Estado de conservación: No extinta - Páramos				
Precauciones: El uso prolongado no está recomendado. Tampoco debe consumirse durante el embarazo y la lactancia, y en caso de afecciones hepáticas previas.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 49-4: Ficha de observación de la planta medicinal caballo chupa

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Caballo chupa Cola de caballo	Equisetum bogotense.	Equisetaceae	05	C001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Es diurética • Piel: ayuda a combatir notablemente los hongos • Huesos: remineraliza el sistema óseo. • Cicatrizante: ayuda a cicatrizar heridas. Regenerador celular • Tendones para aquellos deportistas o personas que someten sus ligamentos a duras pruebas, como los tenistas, ciclistas, bailarines, etcétera. • Bajar de peso • Hemorragias: muy útil para controlar y curar hemorragias debido a su capacidad astringente. • Piel: si por algo es consentida esta planta es por sus grandes beneficios que aporte a la piel. Por otro lado, desintoxica y depura las vías urinarias y la sangre, y esta limpieza interior <p>Sobre el cabello: evita las canas debido a su rico contenido de sílice, un elemento esencial del tejido conjuntivo además de aumentar el crecimiento del cabello y mejorar su aspecto, y por supuesto rejuvenece, nutre y vigoriza la piel y el cabello.</p>		
Parte utilizada: Tallos				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión para bajar de peso.</p> <p>1 Cucharadita de cola de caballo seca . 1 Taza de agua (250 ml).</p> <p>Preparación Vierte una cucharadita de cola de caballo en una taza de agua hirviendo. Tape la bebida, déjala reposar 10 minutos y filtrarla con un colador.</p> <p>Bebe como mucho, 2 o 3 tazas al día.</p>	<p>Infusión</p>	<p>El proceso de secado de los tallos es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas.</p> <p>Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>		
Estado de conservación: No extinta - Páramos				
<p>Precauciones: No tomar si se sufre de deficiencia de vitamina B y alcoholismo. No se debe ingerir en exceso porque puede irritar los riñones. Las mujeres embarazadas y en período de lactancia no deben consumirla. No se debe administrar a menores de edad.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 50-4: Ficha de observación de la planta medicinal calaguuala

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO 				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Calaguuala Helecho	Polipodium calaguuala	Polypodiaceae	06	C002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Antioxidantes, utilizado especialmente para proteger las pieles delicadas, en esta planta hace sinergia con los ácidos fenólicos. • Antiinflamatorio natural. Ayuda aliviar los calambres musculares • Proteger la piel de los rayos ultravioleta • Acelerar la síntesis del colágeno. • Combatir infecciones estomacales como la gastroenteritis, aliviando así la diarrea. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Infusión para tratar el herpes zoster 20g Calaguuala 20g valeriana 20g anís estrellado. 1/2 Litro de agua Preparación Se hierve las plantas medicinales con medio litro de agua durante 5 minutos y se macera la noche entera. Se toman dos tazas al día, en ayunas	Cocción Macerado	El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas. Guarde la calaguuala en un lugar fresco, seco y no expuesto a la luz.		
Estado de conservación: No extinta - Páramo				
Precauciones: Puede producir irritación de la mucosa gástrica. Se ha descrito un efecto potenciador de los digitálicos, y la inducción de tigras hiperglucemias en diabéticos, por lo que habría que controlar la glucemia y ajustar las dosis de insulina si fuera necesario.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 51-4: Ficha de observación de la planta medicinal Capulí

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Capulí	Vallea stipularis	Elaeocarpaceae	07	C003
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Medicinalmente la flor se usa para tratar afecciones nerviosas y también como desinflamante. • Las hojas humedecidas en agua ardiente se colocan en la frente para aliviar el dolor de cabeza. Se la usa para tratar el espanto. • Es una planta potencialmente regeneradora de lugares quemados; también sirve como cerca viva y protector climático 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Cocción lesiones en la piel</p> <p>1 Litro de agua 20g Capulí por 1/2 Litro agua 10g verbena 10g cola de caballo</p> <p>Hacer hervir en ollas separada luego juntar las dos aguas y hacer lavados en las lesiones de la piel No ingerir! Lavar solo con agua, no con las Hierbas, 2-3 veces por día como se necesita.</p>	Decocción	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta - páramos				
Precauciones: Nunca se tome en grandes cantidades ya que resulta venenoso, pues ataca y paraliza los centros respiratorios y el corazón.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 52-4: Ficha de observación de la planta medicinal cardo santo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Cardo Mariano Cardo Santo	ArteSilybum marianum Gaertn.	Asteráceas	08	C004
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza para tratar diversas afecciones hepáticas, como, por ejemplo, las infecciones causadas por la ingestión de setas venenosas o la hepatitis aguda. • Resulta asimismo indicada para combatir las jaquecas y las neuralgias • No menos importante es su virtud como antihemorrágica, lo que la convierte en un remedio especialmente útil para tratar reglas abundantes, hemorroides, hemorragias nasales y varices. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Via de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión para normalizar la regla menstrual abundante</p> <p>20g Cardo mariano 20g Ortiga 20g Cola de caballo 1 Litro de agua</p> <p>Se hiere las plantas medicinales con un litro de agua durante 5 minutos.</p> <p>Para prevenir molestias menstruales, puede tomarse una taza diaria, en ayunas, durante los nueve días previos a la regla.</p>	<p>Infusión</p>	<p>El proceso de secado de las hojas y flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas.</p> <p>Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>		
Estado de conservación: No extinta - Páramo				
<p>Precauciones: El consumo de cardo mariano puede generar en algunas personas trastornos gastrointestinales. No está recomendado en caso de hipertensión, pues puede tener efectos sobre la presión arterial. Puesto que altera la capacidad de coagulación, no se recomienda antes ni después de una cirugía</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 53-4: Ficha de observación de la planta medicinal chilca

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO 				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Chilca	Baccharis latifolia	Asteráceas	9	C006
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Usos en medicina tradicional andina: reumas, inflamación, mal aire, baño caliente, cicatrizante. • Usos en medicina occidental: antibacteriano, antifúngico, antiviral, citoprotector, antioxidante, antiinflamatorio. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Infusión para desinflamación del hígado 10 Gramos de chilca 1 Litro de agua Instrucciones En 1 litro de agua y Hervir por 3-5 minutos. Tomar 3 veces al día por 2 semanas.	Infusión	El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas		
Estado de conservación: No extinta - Páramo				
Precauciones: No se han reportado contra indicaciones en el uso de esta planta.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 54-4: Ficha de observación de la planta medicinal chuquiragua

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Chuquiragua kanchalagu	Chuquiraga jussieui	Asteráceas	10	C007
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Usos en medicina tradicional andina: estomaca!, dolor molar, inflamación, gripe, circulación, paludismo, diabetes, resfrio, tos, sarampión, fiebre, dolores musculares. • Usos en medicina occidental: antioxidante, diurético, antiinflamatorio. <p>Contraindicaciones: sensibilidad a la planta o a sus compuestos.</p>		
Parte utilizada: Hojas, tallo				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Calmente para la tos fuerte</p> <p>10g Chuquiragua 10g Cola de caballo 10g Llantén 10g Diente de león 1 litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega todas las plantas Deja reposar por 15 minutos. Se recomienda tomar 3 veces al día por 5 días</p>	<p>Infusión</p>	<p>El proceso de secado de las hojas y flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>		
Estado de conservación: Riesgo de extinción				
Precauciones: No deben tomarlo mas de lo requerido				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 55-4: Ficha de observación de la planta medicinal Diente de león

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Diente de león taraxáco	Taraxacum officinale	Asteráceas	11	D001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Planta con acciones positivas sobre el hígado y los riñones. Es un digestivo y tónico estomacal, aumenta la producción de jugos digestivos. • Estimula la producción de bilis hepática y su secreción, ayudando en las insuficiencias hepáticas, trastornos biliares, cálculos biliares y de riñón. • Es un diurético y depurativo, bueno para los pietóricos, gotosos y artríticos. • En eccemas, erupciones, forúnculos, celulitis. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión de diente de león para los huesos</p> <p>10g raíces picadas de diente de león 10g flores trituradas de diente de león 1/2 Litro Tazas de agua 1 Cucharada de aceite para cocinar.</p> <p>Instrucciones</p> <p>Picar las raíces y triturar las flores. Es indispensable que estén secas. Posteriormente, puedes freirlas con un poco aceite en unos minutos. Calienta el agua y, cuando hierva, añade las ramas y hojas de diente de león y deja que la infusión por cinco minutos. Finalmente, cuando la bebida adquiera color, retira del fuego. Cuéle, endulza al gusto y consume.</p>		Infusión	<p>El proceso de secado de las hojas, tallos y flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas.</p> <p>Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>	
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: El diente de león no debe utilizarse nunca en caso de problemas biliares sin la supervisión de un médico y está contraindicado en caso de obstrucción de las vías biliares.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 56-4: Ficha de observación de la planta medicinal eucalipto

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Alcanfor (Camphor), Eucalipto Serrano, Eucalipto (Eucalyptus)	Eucalyptus globulus	Myrtaceae	12	E001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Sus hojas tienen una interesante acción antiséptica, mucolítica (desinfecta y hace expectorar), broncodilatadora, febrífuga y sudorífica. • Se dice que también es eficaz como hipoglucemiante (en la diabetes). • En catarros, bronquitis, asma. Calma la tos y colabora en la regeneración de las células dañadas en el tracto respiratorio. A dosis muy fuertes puede ser dañino, produciendo gastritis y hematuria (sangre en orina). • Se usa, además de en infusiones, en inhalaciones, en los trastornos respiratorios. • El carbón de su madera se usa con éxito en las intoxicaciones como antídoto universal, por su notable efecto absorbente de tóxicos. • En colitis, diarrea y fermentaciones intestinales es capaz de absorber toxinas intestinales producidas por gérmenes patógenos. Se vende en comprimidos. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Inhalación para Bronquitis, Respiración, Resfrio, Tos, Sinusitis, Asma, Reumatismo 10g de eucalipto 10g manzanilla 10g matico 10g nogal 10g chilca 1 Litro de agua Instrucciones Hervir el agua por 10 min. con todas las hierbas. Cubrir cabeza y inhalar por 15 min una vez por semana por 1 mes.	Decocción	El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: No se recomienda administrar durante el embarazo o lactancia ni a niños menores de dos años				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 57-4: Ficha de observación de la planta medicinal grama

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Grama	Cynodon dactylon	Poaceae	13	G001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Está indicado en afecciones genitourinarias, como infecciones de orina, oliguria o dificultad para orinar, para mejorar la retención de líquidos y el edema, y como apoyo para prevenir cálculos renales y favorecer su expulsión. • También se emplea en niveles altos de ácido úrico o urea, y frente a la hipertensión arterial. • La grama se ha indicado en alteraciones hepáticas y biliares, combinada con plantas que refuerzan su acción: centaurea menor, fumaría, agracejo, cardo mariano... • Se incorpora a mezclas para la inflamación hepática y la colecistitis no aguda, las piedras en la vesícula biliar, intoxicaciones alimentarias y empachos. 		
Parte utilizada: Raíces, tallos				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Problemas de la vejiga</p> <p>10g de grama tallos y rizomas 10g de cola de caballo 1/2 Litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Colocar en el agua hirviendo las hierbas Dejar reposar 5 minutos Tomar durante todo el día.</p>	Decocción	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: La grama es un diurético potente. En caso de hipertensión, si se están tomando medicamentos diuréticos debe consultarse con el médico a fin de evitar interacciones. La parte aérea de la planta debe evitarse, pues contiene heterósidos cianogénicos y ha provocado numerosas intoxicaciones en el ganado.				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 58-4: Ficha de observación de la planta medicinal hierba buena

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Hierba Buena	Mentha spicata L.	Lamiaceae	14	H001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Uno de los usos de la hierbabuena más comunes es como digestivo. • Gracias a su aroma y a los aceites esenciales de sus hojas, es un maravilloso antiespasmódico. • Ideal como infusión para calmar el estómago, su uso comenzó a popularizarse por esta razón. • No solo favorece el tránsito intestinal sino que, además, reduce las flatulencias. • Algo que la convierte en un remedio natural perfecto para quienes tienen dolencias estomacales. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión para Dolor de Estómago</p> <p>16 Hojas de hierba buena 1 Litro de agua</p> <p>Indicaciones</p> <p>Deja hervir el agua y, cuando alcance el punto de ebullición, añade las 16 hojas de hierbabuena fresca. Deja hervir durante 2 minutos y apaga el fuego.</p>			<p>No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca</p>	
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Dosis muy grandes de té de hierbabuena pueden dañar el útero. Evite el uso de grandes cantidades de menta verde durante el embarazo. Lactancia: La menta verde y el aceite de menta verde se consumen comúnmente en los alimentos.</p>				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 59-4: Ficha de observación de la planta medicinal hierba mora

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Hierba mora	Solanum americanum	Solanaceae	15	H002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> La hierba mora contiene un glucosido que es considerado como tóxico pero si se emplea de manera adecuada no es nada peligroso. La hierba mora es un excelente analgésico y también funciona como purgante. Cuenta con propiedades antiinflamatorias, sedantes y antiespasmódicas. Es muy recomendado para tratar problemas del estómago debido a sus propiedades contra los espasmos, además se pueden aliviar los padecimientos que provocan los trastornos de vesícula y de hígado. Incluso sirve para tratar afecciones en la piel. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Emplastos dolor de hemorroides</p> <p>10 Hojas de hierba mora</p> <p>Instrucciones</p> <p>Triturar unas cuantas hojas de hierba mora Coloque sobre la zona adolorida. Deje actuar por 20 minutos y retire. Repita esta cura dos veces por semana.</p>		<p>Infusión</p> <p>Emplastos</p>	<p>El proceso de secado de las hojas y toda la planta es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas. Esta planta se debe recoger en verano.</p>	
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: Ten en cuenta que no deberás consumir más de 30 gramos de la planta por día, pues puede ser muy peligroso para la salud. Lo aconsejable es consumir hierba mora bajo la supervisión de un profesional de la salud				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 60-4: Ficha de observación de la planta medicinal higo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Higo	Ficus carica	Moraceae	16	H003
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Esta bebida es un excelente laxante que estimula la digestión, alivia los problemas de las personas con estreñimiento y facilita el proceso de adelgazamiento. • Consumir regularmente una taza de té de hojas de higo es la solución para disminuir la presión de las arterias y, por consecuencia, vencer los problemas que trae consigo la hipertensión, como insuficiencia renal, lesiones en el cerebro y problemas para dormir. • Las hojas de higo reducen la cantidad de insulina en el organismo, debido a que son ricas en potasio, un mineral encargado de regular la cantidad de azúcar absorbida por el cuerpo. • Y no solo la bronquitis, el té de hojas de higo también trata las enfermedades relacionadas con las vías respiratorias, como el asma. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión para la bronquitis</p> <p>20g de hojas de higo 1/2 Litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Después de 10 minutos (antes de que el líquido llegue a punto de ebullición), apaga el fuego y permite que repose durante 20 minutos. Por último, sirve en una taza, endulza con unas gotas de miel y repite dos veces a la semana.</p>		Infusión	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca	
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Se recomienda evitar el consumo excesivo de este ingrediente debido a que ocasionan diarrea. El abuso de las infusiones de la hoja de higo puede provocar niveles de glucosa muy bajos. El contacto directo con las hojas de higo causan erupciones cutáneas en personas de piel sensible.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 61-4: Ficha de observación de la planta medicinal lechuga

<p style="text-align: center;">ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO</p> 				
<p>Ficha de observación de plantas medicinales</p>				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Lechuga	Lactuca sativa	Asteráceas	17	L001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • La lechuga es un alimento alcalinizante, refrescante, remineralizante. • Tiene cualidades hipnóticas, que ayudan a conciliar el sueño, y también analgésicas frente al dolor. Presenta propiedades calmantes sobre la excitación nerviosa. • Posee una acción aperitiva, estimulando las glándulas digestivas, así como una suave actividad laxante por su contenido en fibra. Debido a que drena el hígado, ejerce una acción depurativa general del organismo. • También posee propiedades hipoglucemiantes (reduce el azúcar en sangre), lo que hace aconsejable su consumo por los diabéticos. • Como es rica en betacaroteno, contribuye a la prevención del cáncer, especialmente de colon y pulmón. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Té de lechuga para dormir placenteramente</p> <p>5 o 6 hojas de lechuga 1 litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>En una olla echa el litro de agua y ponlo a hervir. Cuando el proceso se haya completado agrega las hojas de lechuga y déjalas cocinar por aproximadamente 10 minutos. Pesado el tiempo deja reposar el té y bebe una taza antes de ir a dormir.</p>	Decocción	<p>No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Por sus propiedades sedantes, no se recomienda consumir en exceso especialmente si tienes que desempeñar actividades donde se precisa un gran esfuerzo físico o mental, ya que te sentirás adormecido. Si tienes problemas renales es mejor que te abstengas de consumir esta infusión, ya que si estás llevando a cabo un tratamiento diurético estarás ampliando el efecto y podría ser excesivo, por lo que podrías conseguir efectos adversos y empeorar tu situación.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 62-4: Ficha de observación de la planta medicinal llantén

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Llantén	Plantago australis	Plantaginaceae	18	L002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Como planta digestiva, resulta eficaz contra las indigestiones, inflamaciones gástricas, diarreas, colitis, un exceso de gases en el abdomen y como revulsivo contra el estreñimiento. • Tiene un acusado efecto como planta expectorante y demulcente, capaz de despejar las vías respiratorias, reducir las décimas de fiebre y eliminar la afonía. • Es un arma muy útil para plantar cara a los catarros, aplacar la tos persistente, combatir las infecciones de faringe, laringe y bronquios, y contrarrestar los efectos de la gripe. • Ha sido utilizado contra la tuberculosis pulmonar y la neumonía. • Por su efecto antiinflamatorio, actúa eficazmente contra el dolor de oídos y de muelas, y reduce la inflamación ocular. • El llantén es una planta muy polivalente, indicada igualmente como solución de apoyo en trastornos hepáticos y urinarios. • También se recomienda como cura contra las hemorroides y para sanar todo tipo de afecciones cutáneas. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Emplastos para desinflamar</p> <p>20g hojas de llantén 1/2 litro de agua</p> <p>Indicaciones</p> <p>Se trata de una técnica para aplicar de forma local en la zona afectada o lesionada como uso antiinflamatorio. Lavar las hojas de llantén frescas y escaldarlas en agua hirviendo. Escurrirlas y molerlas en un mortero, la pasta resultante se aplica directamente sobre la zona a tratar, dejar actuar unos 30 minutos y en función del caso repetir tres veces al día.</p>		Emplastos	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca	
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Está contraindicado en el embarazo y durante la lactancia. Personas que tienen alergia a algún componente de esta planta. Si se padece de estreñimiento. Pacientes que toman medicamentos anticoagulantes.</p>				

Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 63-4: Ficha de observación de la planta medicinal malva

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Malva	Malva sylvestris	Malvaceae	19	M001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Constituye un remedio de primer orden para eliminar la mucosidad que se acumula en las vías altas respiratorias y combatir la tos seca e irritativa, suavizar la garganta y poder respirar con normalidad. • Se indica asimismo en amigdalitis, bronquitis, laringitis y procesos gripales. • La malva se usa también para regular el tránsito intestinal y aliviar el estreñimiento, combinada con sen o frángula. • Asimismo resulta diurética y se ha considerado hipoglucemiante. • En los herbolarios se aconseja sobre todo como emoliente, para mejorar granos, forúnculos, llagas y aftas bucales. • La malva se indica también contra picaduras de insectos, en urticarias infantiles, eccemas, conjuntivitis, estomatitis y vulvovaginitis. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión para afecciones de las vías respiratorias</p> <p>20g Borraja 20g Eucalipto 20g Malva 20g Saúco 20g Tilo 1 litro de agua</p> <p>Instrucciones:</p> <p>Hierve el agua y agrega las plantas medicinales Deja reposar por 20 minutos. Se recomienda tomar 2 veces al día.</p>		Infusión	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca	
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: Por prudencia elemental, y dada la presencia de taninos, se recomienda no abusar de las dosis, para evitar un posible efecto irritante sobre las mucosas gástricas.				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 64-4: Ficha de observación de la planta medicinal manzanilla

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Manzanilla	Matricaria chamomilla	Asteráceas	20	M002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Planta sedante y antiespasmódica, en cólicos y espasmos intestinales. • Tónico intestinal y carminativo. Alivia las náuseas, los vómitos y las dispepsias. • Estimula la menstruación (Matricaria procede de "matrix", matriz). • Es febrífuga y sudorífica. Analgésica, en dolores de cabeza y neuralgias. Antialérgica, en conjuntivitis, rinitis o asma. • En forma de frías en reumatismos y contusiones. • Es cicatrizante, suavizante y antiséptica; en uso externo en heridas, úlceras, infecciones de la piel, erupciones y eccemas. • Como colirio para la conjuntivitis. 		
Parte utilizada: Hojas, tallo, flores				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
infusión de manzanilla para el insomnio, Nervios, inflamación de heridas, Cólico, Dolor de Estómago 20g de manzanilla seca o fresca 1/2 Litro de agua Instrucciones: Hierva el agua y agrega la manzanilla Deja reposar por 15 minutos. Se recomienda 3 tazas por día por una semana	Infusión	El proceso de secado de las hojas, tallos, flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: El efecto secundario más probable es una reacción alérgica, sobre todo en personas que son alérgicas a la ambrosia o a los girasoles. Esta reacción alérgica puede incluir irritación de la piel y de los ojos, estornudos y secreción nasal excesiva (rinores).				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 65-4: Ficha de observación de la planta medicinal marco

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Altamisa, Marco, Artamisa, Manzanilla del Muerto, Marcos, Alta Misa, Ajenco	Ambrosia peruviana Willd	Asteráceas	21	M003
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Reduce los dolores menstruales mitigando los calambres pélvicos. • Regula el ciclo menstrual en trastornos ginecológicos. • Alivia los síntomas de la menopausia. • Mitiga los vértigos y los mareos. • Se le atribuye un notable efecto protector sobre el hígado y la vesícula, ya que favorece la secreción de bilis y la eliminación de residuos tóxicos y metales pesados. • Mejora las digestiones lentas y pesadas. • Evita la aparición de náuseas y formación de gases. • Alivia los cólicos. • Remedio tradicional contra los parásitos intestinales. • Estimula la función de los riñones y combate la retención de líquidos. • Purifica la sangre y facilita la eliminación de toxinas. • Combate la fatiga física y mental gracias a su acción tónica. • Es expectorante, por lo que está indicada en los resfriados, las gripes y las bronquitis. • Es la hierba que utilizan los acupunturistas que practican la moxibustión. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión para el dolor menstrual</p> <p>9 Hojas de marco 1/2 Litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega el marco Deja reposar por 10 minutos. Se recomienda tomar 3 veces al día, si el dolor no cesa suspender el consumo</p>		Infusión	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>	
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Si se toma en altas dosis puede causar vómitos o malestar estomacal. No debe tomarse por más de cuatro semanas. Algunos pacientes son alérgicos. Algunas personas han reportado alergias, el cual se detecta con granos en la piel o ataques de tos, en estos casos es mejor consultar con el médico. Si se es alérgico a los cardos, dientes de león u otras plantas entonces es mejor evitar el consumo.</p>				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 66-4: Ficha de observación de la planta medicinal matico

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO 				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Yerba del Soldado, Tilonga, Matico, Mogo-Mogo	Piper aduncum	Piperaceae	22	M004
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> La planta matico cuenta con propiedades antilusígenas, bactericidas y antiinflamatorias y, por ello, se utiliza en tratamientos contra afecciones. Este tipo de planta contiene principios activos que contribuyen a la rápida cura de infecciones leves y la cicatrización de heridas. También es efectiva como calmante contra picaduras. Además, son conocidos los beneficios contra otras enfermedades o síntomas cutáneos como las heridas, las úlceras e incluso el acné, pues sus propiedades cicatrizantes, antiinflamatorias, calmantes y antibacterianas actúan eficazmente en la piel. No obstante, su mayor efecto y uso es para parar las hemorragias leves. También es una planta medicinal conocida por sus propiedades depurativas y diuréticas. Asimismo, por estas propiedades, también es adecuada para ayudar en la prevención y el tratamiento de cálculos renales, cálculos biliares e inflamaciones e infecciones urinarias, entre otras afecciones, cierta gravedad. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Macerado para dolores en articulaciones</p> <p>5 Raíces de matico 10 Hojas de matico 1 litro de agua.</p> <p>Prepara el agua y ponla al fuego, cuando empiece a hervir agrega las hojas y las raíces. Deja la infusión a fuego lento durante unos 10 minutos aproximadamente. Retira la olla o el cazo del fuego y deja que repose por unos 5 minutos. Mantén en un fresco en un lugar fresco por 3 semanas y utilízalo para masajes en las articulaciones con dolor.</p>		Macerado	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>	
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: No es recomendable su consumo en mujeres embarazadas ni durante la lactancia. Tampoco se debe utilizar como cicatrizante en personas diabéticas. Las personas alérgicas a alguno de los componentes de esta planta no deben consumirla. Es muy importante consultar al médico antes de iniciar su consumo, ya que puede provocar efectos nocivos al reaccionar con diferentes tipos de medicamentos.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 67-4: Ficha de observación de la planta medicinal menta

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Menta	Mentha piperita	Lamiaceae	23	M005
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • la menta es una de las plantas más utilizada por la población del país en todo tipo de desórdenes digestivos, como antiparasitario y para combatir cefaleas. • Las hojas y sumidades floridas tienen propiedades estimulantes, estomacales, carminativas y antisépticas. • Se puede tomar fresca o seca, sola o en mezclas con otras especies; con ella se preparan jarabes, alcoholatos, tinturas y elixires; muy empleada en licorería y en la preparación de vinagres aromáticos. • De las hojas de menta se obtiene un aceite esencial usado en la industria alimenticia, farmacéutica y cosmética como agente saborizante y aromatizante por su alto contenido en mentol, principal responsable del agradable aroma y de la actividad terapéutica de esta planta. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión para calmar el estrés</p> <p>1 Cucharada de Miel 1 Taza de agua 1 Flor de tilo 5 Hojas de menta</p> <p>Instrucciones</p> <p>Incorpora las plantas en una taza de agua hirviendo, tápelas y déjalas reposar 10 minutos. Pasado este tiempo, cuela la infusión y ensátzala con una cucharada de miel. Ingiere la bebida 30-60 minutos antes de acostarte. Tómala 2 o 3 veces a la semana.</p>	<p>Infusión</p>	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: No se debe administrar a niños menores de 2 años. Cuidado con personas con cálculos biliares y madres que amamantan (puede reducir el flujo de leche). Almacenar en un lugar fresco y protegido de la luz.</p>				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 68-4: Ficha de observación de la planta medicinal Milín

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO 				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Milín	Cynodon dactylon	Poaceae	24	M006
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Está indicado en afecciones genitourinarias, como infecciones de orina, oliguria o dificultad para orinar, para mejorar la retención de líquidos y el edema, y como apoyo para prevenir cálculos renales y favorecer su expulsión. • También se emplea en niveles altos de ácido úrico o urea, y frente a la hipertensión arterial. • La grama se ha indicado en alteraciones hepáticas y biliares, combinada con plantas que refuerzan su acción: centaurea menor, fumaría, agracejo, cardo mariano... • Se incorpore a mezclas para la inflamación hepática y la colecistitis no aguda, las piedras en la vesícula biliar, intoxicaciones alimentarias y empachos. 		
Parte utilizada: Raíces, tallos				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Problemas de la vejiga 10g de grama tallos y rizomas 10g de cola de caballo 1/2 Litro de agua Instrucciones: Colocar en el agua hirviendo las hierbas. Dejar reposar 5 minutos. Tomar durante todo el día.	Decocción	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: La grama es un diurético potente. En caso de hipertensión, si se están tomando medicamentos diuréticos debe consultarse con el médico a fin de evitar interacciones. La parte aérea de la planta debe evitarse, pues contiene heterósidos cianogénicos y ha provocado numerosas intoxicaciones en el ganado.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 69-4: Ficha de observación de la planta medicinal eneldo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO 				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Eneldo	Anethum graveolens	Umbelíferas	25	E002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • El eneldo es una hierba 'milagrosa' para la digestión. • Uno de los principales beneficios radica en sus virtudes calmantes contra los gases, las flatulencias y los cólicos, estando especialmente recomendado en los cólicos infantiles. • Evita las terribles molestias estomacales. • Esta planta medicinal también destaca por su poder diurético. • Está recomendado para eliminar las toxinas del cuerpo de forma natural. • Refuerza el sistema inmunológico: Por su alto contenido de vitamina C, ayuda a reforzar el sistema inmunológico y a prevenir resfriados e infecciones. • Esta especie histórica contribuye a aliviar el insomnio por su poder sedante y calmante. • Además, también está indicado para suavizar las molestias menstruales y atenuar los espasmos uterinos, así como para calmar el dolor que producen las hemorroides. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Via de administración	Modo de conservación		
Infusión para el dolor de cabeza 20g Hojas frescas de eneldo 1/2 litro de agua Colocar en el agua hirviendo las hierbas Dejar reposar 5 minutos Primero respirar sus vapores y luego beberlo.	Infusión	El proceso de secado de las hojas y flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: Existen casos en que la ingesta de eneldo podría desencadenar reacciones alérgicas. Los síntomas más comunes son los vómitos, la diarrea, la picazón en la boca, la hinchazón de la garganta y las protuberancias rojas en la lengua.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 70-4: Ficha de observación de la planta medicinal nogal

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Nogal	Juglans regia	Juglandaceae	26	N001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> Las hojas del nogal contienen ácidos elágitico y galico, naftoquinonas como la juglona y la plumbagina, flavonoides como la juglanina y la quercetina, aceite esencial y taninos. Son astringentes, antidiarreicas y hemostáticas; también son antiinflamatorias y antisépticas. El pericarpo contiene además ácidos orgánicos e hidrojuglona. Las nueces aportan ácidos grasos insaturados, como el ácido linoleico (omega-6) y el alfa-linolénico (omega-3), vitaminas A, B y E y sales minerales. Las infusiones de nogal son un buen remedio para atajar las diarreas estacionales y reactivas. En uso externo, para curar las llagas bucales, las encías inflamadas y aliviar la irritación en ojos y párpados, y se han indicado para tratar las infecciones urinarias, reducir la micción frecuente y para la disolución de piedras en el riñón. El aceite de nueces, por su parte, se usa para tratar heridas cutáneas, eccemas, dermatitis y pruritos. En uso interno, este aceite elimina los parásitos intestinales y alivia el dolor premenstrual. Tisana de nogal contra la diarrea 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Via de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión de nogal para eliminar el pie de atleta.</p> <p>10 hojas de nogal 1 litro de agua</p> <p>Instrucciones:</p> <p>Hierve el agua y agrega el nogal Deja reposar por 15 minutos. Se recomienda introducir los pies durante 10 minutos. 5 veces por semana</p>	<p>Infusión</p>	<p>No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Es importante advertir de la necesidad de evitar las formulaciones con nogal por vía interna en caso de gastritis y úlcera gastroduodenal, puesto que el contenido en taninos puede irritar las mucosas.</p>				

Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 71-4: Ficha de observación de la planta medicinal flor de Ñachak

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Ñakachay, Flor de ñachag	Bidens andicola Kunth	Asteráceas	27	N001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • En infusión sirve como expectorante y diurético. • Se usa para bajar la fiebre y aliviar el dolor de cabeza, machacando la planta y bebiendo este sumo disuelto en agua. • Las hojas en infusión sirven para tratar la insolación colocando paños húmedos. • La planta machacada sirve para tratar escaldaduras. • La infusión de las hojas y flores ayuda a tratar golpes y contusiones. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Infusión para ojos amarillos de los recién nacidos 20 Flores de ñachag 1 Litro de agua Instrucciones Hierva el agua y agrega las flores Deja reposar por 15 minutos. Darle de beber al bebe en una jeringa de 3 ml. Tibiar el agua y bañarle	Infusión	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: La información en cuanto a la dosis puede acarrear problemas secundarios si una persona se trata sin tener los conocimientos suficientes para interpretarla				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 72-4: Ficha de observación de la planta medicinal orégano

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Orégano	Origanum vulgare	Lamiaceae	28	OR001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Malas digestiones (dispepsias), trastornos digestivos de origen nervioso, dolores intestinales de tipo espasmódico, gases. • Combate la Cándida y otras levaduras, en uso interno o externo. • Mitiga la tos seca e irritante y hace expectorar. Cataplasmas y fricciones para dolores musculares. • Es un excelente antioxidante, preventivo de procesos degenerativos. • Infecciones en general. No usar el aceite esencial en el embarazo. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión para tratar el Cólico, Calambres de Menstruación, Dolor de Estómago, Gases, Calambres de Estómago como parte de Síndrome Pre Menstrual.</p> <p>3g de orégano 1 Taza de agua</p> <p>Hierve el agua y agrega las flores Hervir por 3-5 minutos. Tomar caliente por menstruación. Tomar templado por Cólico.</p> <p>Evitar tomar demasiado porque puede causar aborto. Tomar 2 tazas por 1 día solo.</p>	Infusión	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: El orégano debe usarse con precaución en los pacientes epilépticos debido a su posible efecto neurotóxico. En los niños pequeños se debe tener especial cuidado al usar el aceite esencial puro y no sobre- pasar nunca las dosis diarias recomendadas, ya que puede resultar neurotóxico y convulsivante.</p>				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 73-4: Ficha de observación de la planta medicinal ortiga verde

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Ortiga verde	Urtica dioica	Urticaceae	29	OR002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Son muchas sus acciones. En primer lugar hay que comentar las conocidas ortigaclones que consisten en sacudir con la planta las zonas doloridas e inflamadas (hay un fuerte aporte de sangre a la piel, descongestionando el interior). • Acción depurativa y diurética; en reumatismos, gota, artritis. • Planta antianémica, remineralizante, en convalecencias y desnutrición. • Hemostática y vasoconstrictora, en hemorragias nasales y uterinas. • Facilita la digestión estimulando los jugos pancreáticos y la bilis. Astringente con uso exitoso en diarreas. Hipoglucemiante (diabéticos no insulino dependientes), galactógena (produce leche en la madre). • Afecciones de la piel como eccemas, erupciones y acné. "Para contrarrestar la acción alérgica de los moluscos, Bohn, 1927". 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Contra la gota y reumatismos, diabetes, digestiones pesadas, etc. .</p> <p>20g ortiga 20g cola de caballo 1 litro de agua</p> <p>Mezclar las plantas. Poner los 20g de cada una en un litro de agua. Cocer 10 minutos y reposar media hora . Filtrar y tomar el litro en el día. Durante 2 o 3 semanas.</p>		Decocción	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca	
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Proteger de la humedad y de la luz. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, informese que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 74-4: Ficha de observación de la planta medicinal paja blanca

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Paja, paja amarilla, paja blanca, cebadilla, vizcachera	Anatherostipa venusta	Poaceae	30	P001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Se usa para tratar la tos. • Inflamaciones de útero, ovarios • Resfríos del cuerpo 		
Parte utilizada: Tallos, raíces				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Infusión para Dolor de ovarios, inflamación de ovarios, inflamación de útero 20g paja blanca 1 Litro de agua Instrucciones Hervir los 20g de paja blanca en 1 litro de agua por 3-4 min. Tomar 3 veces por día.	Decocción	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: Si estás embarazada, amamantando o bajo el cuidado de un médico, consulta a su médico.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 75-4: Ficha de observación de la planta medicinal pino

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Pino	Pinus patula Schidl	Pinaceae	31	P002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • La trementina aplicada externamente está muy indicada en las afecciones respiratorias como bronquitis, traqueitis, sinusitis, asma. • Facilita la expulsión de mucosidades. • Antirreumática y vulneraria porque atrae la sangre hacia la piel, descongestionando el interior y porque cicatriza las heridas. • En esguinceos y torceduras. • Las yemas, muy usadas, tienen propiedades antisépticas y expectorantes, muy útiles en catarros y afecciones de los bronquios. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Decocción para catarros, gripes, bronquitis, pulmonías.</p> <p>2 Yemas de pino 20g eucalipto 1 Litro de agua</p> <p>Hierve el agua y agrega las dos plantas Cocer 3 minutos Deja reposar por 10 minutos. Filtrar y tomar 4 o 5 vasos pequeños al día, a pequeños sorbos y caliente. Durante el tiempo necesario.</p>	<p>Infusión</p> <p>Decocción</p>	<p>No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Se deben evitar dosis altas e inhalaciones prolongadas, pues podrían provocar estados nerviosos. El aceite esencial no debe tomarse por vía interna. La infusión de las hojas y la corteza puede provocar irritación gástrica.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 76-4: Ficha de observación de la planta medicinal romero

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Romero	Rosmarinus officinalis L.	Lamiaceae	32	R001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Tiene una clara acción tónica del organismo, útil en convalecientes, agotados, depresivos, ancianos, para devolver la vitalidad. • Se pueden tomar baños, fricciones con su alcoholatura, inhalaciones, gargarismos, fomentos e infusiones. • Es diurético y actúa contra los espasmos, por ejemplo, es de utilidad en los cólicos renales. • Facilita las digestiones y libera los gases. • Antirreumático en uso externo dando fricciones con la alcoholatura, hecha con la esencia y con las hojas y flores maceradas en alcohol. • Cura las heridas y úlceras de la piel, en aftas bucales y afecciones de garganta. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión para Gases, Corazón, Nervios, Bronquitis, Indigestión, Cólico, Dolor de Cabeza, Estómago, Mal de amor</p> <p>10g eucalipto 10g romero 10g cola de caballo 10g de ruda 1 litro de agua</p> <p>Instrucciones:</p> <p>Hierve el agua y agrega las plantas Deja reposar por 15 minutos. Tomar 2 tazas por día por 2 días, 4 tazas por día por 1 mes</p>		Infusión	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>	
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: No se recomienda su uso durante periodos de tiempo prolongados o a dosis mayores a las recomendadas y se debe tener especial cuidado cuando se usa en niños. El romero no debe usarse en embarazo y lactancia, ya que puede inducir a un aborto espontáneo por su posible efecto estrogénico.				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 77-4: Ficha de observación de la planta medicinal ruda

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Ruda, Ruda (Macho y Hembra), Hierba del Quinde	Ruta graveolens L.	Rutaceae	33	R002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • se utilizan las ramas con sus hojas, sobre todo, para calmar los cólicos abdominales y eliminar parásitos intestinales; como estimulante del flujo menstrual en casos de reglas dolorosas, irregulares y débiles. • En forma externa se emplea para calmar dolores reumáticos, curar sarna, psoriasis, eccemas, conjuntivitis y como tratamiento natural de la pediculosis. • En muchas culturas, esta planta tiene además usos mágico-religiosos; se cree que protege contra los malos espíritus por lo que se emplea en sahumientos, ramos de "limpia", baños, o simplemente se coloca una maceta de ruda a la entrada de la casa. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Infusión para cólicos fuertes</p> <p>20g Ruda 1 Litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega la ruda Deja reposar por 15 minutos. Se recomienda tomar 2 veces al día, por 3 días</p>	<p>Infusión</p>	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas.</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Está contraindicado durante el embarazo. En estado fresco puede producir fotodermatitis de contacto. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio</p>				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 78-4: Ficha de observación de la planta medicinal sábila

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Sábila, Zábila, Aloe, Hojas de Sábila, Aloe Vera	Aloe vera	Xanthorrhoeaceae	34	S001
Fotografía de la especie:		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • La sábila proporciona poderosos beneficios sobre la piel y el cabello, debido a que contiene sustancias mucilaginosas y queratina que funcionan como un emoliente y renuevan las células dañadas sobre la piel, asimismo, posee polisacáridos y hormonas vegetales responsables por la estimulación e hidratación de las células. • El aloe vera por ser rico en vitaminas y minerales como vitamina A, B, C y E, calcio, magnesio, potasio, selenio, zinc y fosfato de manosa, este último actúa sobre el crecimiento de los tejidos proporcionando un efecto cicatrizante, así como ayuda a fortalecer el sistema inmune. • Además de ser una gran aliada para la salud del cabello y de la piel, la sábila también se puede utilizar para tratar problemas como anemia, artritis, dolor de cabeza, dolor muscular, heridas, gripe, insomnio, pie de atleta, en procesos inflamatorios, estreñimiento y los problemas digestivos. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación Emplasto para la inflamación Vaginal 2 Hojas de sábila Instrucciones Remover espinas. Cortar la hoja longitudinal y remover baba. Calentar y poner en área inflamada como Emplasto 2 veces por día por 1 semana. Dejarlo por 5 min.		Vía de administración Emplastos	Modo de conservación No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca	
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: El extracto de hojas enteras o el látex de sábila tomados por vía oral podrían no ser seguros y es probable que no sean seguros en dosis altas. Tomar 1 gramo de látex de sábila al día durante varios días puede provocar insuficiencia renal aguda y puede ser mortal. El látex de sábila también podría causar cáncer.				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 79-4: Ficha de observación de la planta medicinal santa maría

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Santa María	Tanacetum parthenium	Asteráceas	35	S002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Es un poderoso antibiótico; en efecto, muchos recurren a su uso para poder curar las molestias que puedan ocasionar sobre la piel las hiedras y hierbas venenosas, de igual forma, las aplicaciones de cataplasma resultan ideales para curar o tratar los problemas de la dermis, como la dermatitis atópica o las infecciones ocasionadas por hongos. • Su uso principal se repuntan para el tratamiento de las patologías que generen fluctuaciones en la presión o tensión arterial, es así, como los expertos en botánicas refieren a que la ingesta de su fruto en ayunas o bien la toma de su infusión ayuda a controlar la tensión en sus niveles normales. • Alivio de los síntomas estomacales, que cursen con flatulencias, reflujo y vómitos, como también con dolor, pero su mayor uso se repunta al tratamiento de las diarreas, y es que esta planta resulta ideal para reestablecer la flora intestinal en caso de ingestas de comidas pesadas o en mal estado. • También existen casos que reportan que la ingesta de este té, ocasiona mejoría en las extremidades inferiores, coadyuvando en el tratamiento de molestias sobrevenidas por el peso, el uso excesivo de las mismas extremidades y la mala circulación. 		
Parte utilizada: Flores, hojas				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Decocción Para el colerín</p> <p>3 Flores de Santa maria 1/4 litro de licor (puro) 1 pisca de sal 1 pisca de bicarbonato</p> <p>Instrucciones</p> <p>Flamear el licor (puro) remover con una cuchara Sacar los pétalos a las 3 flores y agregar al licor que se esta flameando Agregar la pisca de sal y de bicarbonato Apagar el flameado dejar reposar por 3 min. y beber</p>	Decocción	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: En pacientes con sensibilidad conocida. Evitar su uso durante el embarazo.				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 80-4: Ficha de observación de la planta medicinal tilo

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Cinta de Novia, Sauco, Saucotillo, Tilo	Sambucus peruviana	Adoxaceae	36	S004
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> El tilo es un gran aliado para aliviar los síntomas del resfriado y el estado gripal. Gracias a la presencia de mucílagos, la tila permite reducir las secreciones nasales y aliviar la congestión. Expectorante, es también eficaz para disminuir el dolor de garganta y calmar la tos irritativa. Tiene además efecto antipirético (permite bajar la fiebre). Se le atribuyen al tilo propiedades diuréticas y depurativas. Se ha observado que las flores de tilo contribuyen a evitar la retención de líquidos, lo cual ayuda en el adelgazamiento y la pérdida de peso. Por último, por su acción antiespasmódica, favorece la digestión y evita pesadez e hinchazón del estómago. El tilo es un gran aliado para aliviar los síntomas del resfriado y el estado gripal. Gracias a la presencia de mucílagos, la tila permite reducir las secreciones nasales y aliviar la congestión. Expectorante, es también eficaz para disminuir el dolor de garganta y calmar la tos irritativa. Tiene además efecto antipirético (permite bajar la fiebre). 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
<p>Decocción para la tos</p> <p>2 Flores de tilo 5 Moras 1 Litro de agua 1 Limón 1 Cucharada de miel</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega las moras y las flores de tilo y un limón partido Deja reposar por 15 minutos. Se recomienda tomar 2 veces al día. Por una semana</p>	<p>Infusión</p> <p>Emplastos</p>	<p>No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: Los pacientes que presentan obstrucción de las vías biliares no deben consumirlo. Si estás tomando algunos medicamentos especialmente anticoagulantes, debes consultar con tu médico.</p>				


Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 81-4: Ficha de observación de la planta medicinal toronjil

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Toronjil, Melissa	Melissa officinalis L.	Lamiaceae	37	T001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • El toronjil también puede tener un interesante efecto anestésico, al reducir y bloquear las señales de malestar que normalmente viajarían rápidamente por nuestro sistema nervioso. • Es frecuente que se emplee para disminuir las molestias propias de la cefalea o la migraña, las molestias digestivas o incluso los dolores musculares. • Otra de las propiedades útiles del toronjil se encuentra en su capacidad para hacer rebajar los niveles de tensión arterial, algo que puede ser de utilidad en casos de ansiedad y en sujetos con hipertensión. • Se suele emplear el toronjil para el tratamiento de las molestias de los problemas intestinales, dado que permite reducir los niveles de gases y prevenir situaciones como cólicos. También favorece la protección del hígado y la secreción de bilis (favoreciéndola). • Se ha observado que la toma de toronjil, especialmente cuando se hace en infusiones, contribuye a calmar, aliviar y reducir los niveles de tos y de irritación en la garganta. 		
Parte utilizada: Hojas				
Método de preparación		Vía de administración	Modo de conservación	
<p>Infusión relajante</p> <p>20g de toronjil 1 Litro de agua 3 Limones 1 Cucharada de miel por taza</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega el toronjil. Deja reposar por 15 minutos y agrega el zumo de los 3 limones. Se recomienda tomar 1 veces al día.</p>		Infusión	<p>El proceso de secado de las hojas es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas. Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>	
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: Evitar la administración conjunta con fármacos sedantes por posible potenciación de su efecto. Posible efecto neurotóxico y teratogénico.				



Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 82-4: Ficha de observación de la planta medicinal trinitaria

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
WASHWA YURA, Trinitaria	Otholobium mexicanum	Fabaceae	38	T002
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • La trinitaria es depurativa, diurética y fluidificadora de la sangre, lo cual, unido a su alto contenido en vitamina C, la hace muy eficaz en los problemas circulatorios —especialmente los venosos—, y en todo tipo de enfermedades de la piel, sobre todo las eruptivas y todas aquellas que suelen aparecer cuando existen problemas neurológicos y artríticos. • Por ello se emplea en el tratamiento de costra láctea, eccemas, herpes, tina, urticaria y escrofulismo, así como en el reumatismo, la arteriosclerosis y los espasmos nerviosos. • No tiene otro inconveniente que su acción relativamente lenta, pues no suelen empezar a percibirse los resultados hasta 10 o 15 días después de iniciado el tratamiento, y las dosis no pueden aumentarse porque de hacerlo se convierte en laxante, y si la dosis es excesiva, en vomitivo. Con todo, vale la pena perseverar varias semanas porque los resultados suelen ser espectaculares. • También por dicho motivo, y en los problemas circulatorios de cierta urgencia —en las fiebbris, por ejemplo— suele usarse en fórmulas complejas, en las que su acción se ve acelerada y complementada por los demás componentes. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Vía de administración	Modo de conservación		
Infusión para la gripe y resfriado 5 Flores de trinitaria 2 Flores y hojas de tilo 1/4 litro de agua Instrucciones Hierve el agua y agrega las plantas Deja reposar por 10 minutos. Se recomienda tomar 3 trazas diarias	Infusión	No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca		
Estado de conservación: No extinta				
Precauciones: Es importante señalar que la trinitaria posee espinas que se encuentran recubiertas por una sustancia que puede provocar urticaria o dermatitis de contacto cuyos síntomas incluyen picazón, ardor, dolor o cierta sensibilidad. Por ello, se recomienda usar guantes al manejar esta planta. En caso de sufrir una herida, se aconseja aplicar paños de agua fría para reducir estos síntomas.				

Realizado por: Freire, D. 2023

Tabla 83-4: Ficha de observación de la planta medicinal verbena

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO				
Ficha de observación de plantas medicinales				
Nombre de la planta	Nombre Científico	Familia	Ficha N°	Código
Verbena	Verbena officinalis	Verbenaceae	39	V001
Fotografía de la especie		Uso y beneficio		
		<ul style="list-style-type: none"> • Son tradicionales las cataplasmas hechas con esta planta para afecciones de gar-ganta, sinusitis, como pectoral. • Tiene acción antiinflamatoria, sedante, antiespasmódica, analgésica y digestiva. • En gargarismos, inhalaciones, compresas calientes, en afecciones respiratorias y dolores reumáticos y neurálgicos (ciática, lumbago). • Favorece la digestión y descongestiona al hígado. Útil en jaquecas o migrañas. 		
Parte utilizada: Hojas, flores				
Método de preparación	Via de administración	Modo de conservación		
<p>Decocción para jaquecas</p> <p>5g manzanilla 5g toronjil 5g verbena 1/4 Litro de agua</p> <p>Instrucciones</p> <p>Hierve el agua y agrega las plantas Cocer 1 minuto Deja reposar por 5 minutos. Se recomienda tomar 2 veces al día. Filtrar y tomar 3 vasos al día, antes de las comidas, durante unos meses.</p>	Decocción	<p>El proceso de secado de las hojas y flores es natural pues da mejores resultados además de no perder sustancias activas.</p> <p>Otro proceso de secado es con los rayos del sol pero no por mucho tiempo para no perder las sustancias activas</p>		
Estado de conservación: No extinta				
<p>Precauciones: La verbena posee acción estimulante uterina por lo que no debe utilizarse durante el embarazo. Durante la lactancia va a aumentar la producción de leche. Está contraindicada además en personas que padezcan hipotiroidismo porque posee acción frenadora de esta glándula. Dosis elevadas de verbena pueden provocar vómitos.</p>				

Realizado por: Freire, D. 2023

4.3. Resultados del diseño y Diagramación


Dentro del diseño y la diagramación, siguió varios procesos utilizando como base la compilación de información, lo cual ayudó para la creación del producto final y la maquetación del recetario medicinal fotográfico.

4.3.1. Etapa creativa

En este apartado, según los lineamientos y la metodología de Bruce Archer en la etapa creativa se utilizarán varios procesos que llevó al producto final utilizando la información obtenida en el proceso anterior, en lo cual se colocó la información tomando en cuenta las plantas nativas como prioridad, pero también se utilizó las introducidas.

4.3.1.1. Buyer persona

Tabla 84-4: Buyer Persona

Buyer persona		
Nombre: Mirian Guapi		
Edad: 38	Ciudad o Cantón: Colta	
Ocupación: Ama de Casa		
Fotografía:	Intereses	Actividades diarias
	Salud de la familia, medicina natural, medicina ancestral, plantas medicinales, cuidado de la salud a través de plantas medicinales	Encargarse de la limpieza alimentación y cuidado de su familia
Personalidad:		Metas
Soy una persona muy alegre que me preocupo por el bienestar de mi familia, soy servicial, atenta, y divertida, no me gusta el desorden, me pone de mal humor las cosas mal hechas, me gusta estar rodeada de mi familia y que todos estén sanos, me gusta utilizar plantas medicinales, pero no conozco mucho de ellas.		Saber más sobre la medicina natural, ser una buena esposa y madre de familia además de poder mantener a mi familia con una buena salud.

Frustraciones

Mis hijos estén enfermos y no saber que planta utilizar para sanarlos, el no tener una guía medicinal que me ayude a saber más sobre la medicina ancestral

Realizado por: Freire, D. 2023

4.3.1.2. Implicaciones

Lo que se logró con el recetario medicinal fotográfico es ayudar a todas las madres que se preocupan por el bienestar de su familia y principalmente por su salud, los beneficios es que dentro del recetario se puede encontrar diferentes plantas medicinales que se encuentran dentro del cantón Colta y diferentes recetas para curar enfermedades

4.3.1.3. Formulación de idea rectora

Se planifica el contenido para un mejor desarrollo del producto final.

a. Portada

El diseño de la portada constó de 3 fotografías de las plantas en su habitat natural con un fondo de plantas ilustradas con opacidad, para el título del recetario se utilizará una tipografía legible.

b. Introducción

Aquí se describió la importancia de la medicina ancestral y de cómo esta ayuda al cuerpo humano de una manera más natural, sin componentes químicos, además se habló de los objetos de estudio para el desarrollo del proyecto como son las plantas medicinales que se encuentran dentro del cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba

c. Índice

En el índice se tomó en cuenta la cromática obtenida de las plantas medicinales, además de colocar cada una de las plantas que se utilizó, dando prioridad a las nativas y luego a las introducidas, luego las recetas de cada una de las mismas.

d. Fotografías

Para las fotografías de patrimonio natural se capturó cada una de ellas en su habitat natural, las cuales se editaron dándoles una misma coloración para todas y cada una de ellas. Para las recetas de las plantas que se colocó en el recetario y se generó fotografía de producto.

e. Diseño de paginas

En el diseño de las páginas se utilizó dos columnas en la cuales se colocó los ingredientes y los pasos a seguir de las recetas medicinales, cabe recalcar que la fotografía de la receta se ubicó en una cara entera y se utilizó dos retículas, la jerárquica para las fotografías de las recetas

f. Contraportada

La portada constó de una hoja en blanco con textura de algunas de las plantas medicinales ilustradas y con una frase sobre las plantas y el respeto por la naturaleza.

4.3.1.4. Planificación del sistema de tipología grafica

Para la elaboración del recetario medicinal fotográfico se consideró utilizar varios estilos de retículas para la diagramación y maquetación, teniendo en cuenta que se colocó fotografías y las recetas, es por esta razón que se eligió la retícula jerárquica para las fotografías y la retícula modular para las recetas y que el recetario cumpla con la función de ser claro y comprensible para el público objetivo.

Estilo

Se eligió un estilo monocromático, además de un estilo sencillo y elegante, logrando de que los colores y el estilo denote frescura y tenga conexión con las plantas y la salud

Tipografía

La tipografía, se utilizó para los títulos importantes es una tipografía decorativa acompañada de un palo seco para mantener el equilibrio además de tener en cuenta el estilo, la tipografía tiene que ser legible para el público objetivo

Cromática

La cromática fue tomada de las fotografías de las plantas medicinales de tal manera que sea acorde al recetario, dándole una cromática de toos verdes el cual destaca su relación con la salud y la naturaleza, además se conecta con la armonía, la paz interior y la tranquilidad.

4.3.1.5. *Toma de partida*

Para el desarrollo del recetario se tomará en cuenta dos tipos de retículas: la jerárquica, y modular, hay que tener en cuenta que las fotografías van a destacar en el recetario además de la información recolectada tomando en cuenta cada uno de los objetivos de los proyectos.

4.3.1.6. *Formalización de idea*

Para el desarrollo del recetario se debe definir lo que complementara al recetario, pero teniendo en cuenta las retículas y un diseño apropiado, además de una cromática que sea acorde al tema y complemente el diseño, también la tipografía al usarse debe crear armonía y un complemento en el recetario

- **Cromática**

Para la cromática se utilizará una gama de colores verdes, igualmente se manejará una analogía y variaciones del color verde y amarillo, el cual tiene que ver con la naturaleza y está acorde con lo que se quiere representar en el recetario medicinal fotográfico.

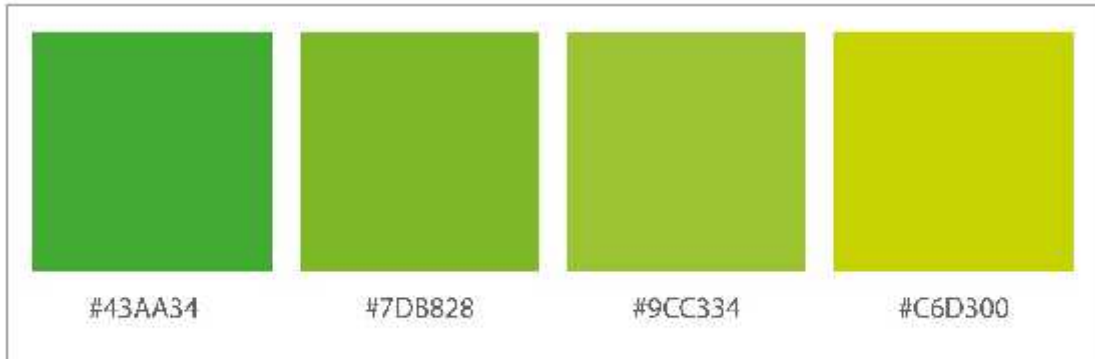


Ilustración 1-4: Paleta de color

Realizado por: Freire, D. 2023

- **Tipografías**



Ilustración 2-4: Familia tipográfica 1

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 3-4: Familia tipográfica 2

Realizado por: Freire, D. 2023

- **Diseño de hoja tipo**

Reumatismo

Ingredientes:

- 20g Ortiga
- 20g Cola de caballo
- 1 ltr. Agua

Preparación:

- 1 Hierve el agua y agrega las plantas.
- 2 Hervir el agua por 10 min.
- 3 Deja reposar por 30 minutos
- 4 Se recomienda tomar el litro en el día durante 2 o 3 semanas

Precauciones:
Proteger de la humedad y de la luz. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmese que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Proceso de secado:
No contiene modo de conservación debido a que se pierde las sustancias activas de la planta, es mejor consumirla de manera fresca

Ilustración 4-4: Familia tipográfica 2

Realizado por: Freire, D. 2023

- **Maquetación**



Ilustración 5-4: Maquetación de Portada

Realizado por: Freire, D. 2023





Ilustración 9-4: Maquetación de plantas nativas

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 10-4: Maquetación de plantas introducidas

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 11-4: Maquetación de plantas introducidas

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 12-4: Maquetación de plantas introducidas

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 13-4: Maquetación de páginas 11-12

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 14-4: Maquetación de páginas 12-14

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 15-4: Maquetación de páginas 13-14

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 16-4: Maquetación de páginas 15-16

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 17-4: Maquetación de páginas 17-18

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 18-4: Maquetación de páginas 19-20

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 19-4: Maquetación de páginas 21-22

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 20-4: Maquetación de páginas 23-24

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 21-4: Maquetación de páginas 25-26

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 22-4: Maquetación de páginas 27-28

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 23-4: Maquetación de páginas 29-30

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 24-4: Maquetación de páginas 31-32

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 25-4: Maquetación de páginas 33-34

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 26-4: Maquetación de páginas 35-36

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 27-4: Maquetación de páginas 37-38

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 28-4: Maquetación de páginas 39-40

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 29-4: Maquetación de páginas 41-42

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 30-4: Maquetación de páginas 43-44

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 31-4: Maquetación de páginas 45-46

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 32-4: Maquetación de páginas 47-48

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 33-4: Maquetación de páginas 49-50

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 34-4: Maquetación de páginas 51-52

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 35-4: Maquetación de páginas 53-54

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 36-4: Maquetación de páginas 55-56

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 37-4: Maquetación de páginas 57-58

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 38-4: Maquetación de páginas 59-60

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 39-4: Maquetación de páginas 61-62

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 40-4: Maquetación de páginas 63-64

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 41-4: Maquetación de páginas 65-66

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 42-4: Maquetación de páginas 67-68

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 43-4: Maquetación de páginas 69-70

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 44-4: Maquetación de páginas 71-72

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 45-4: Maquetación de páginas 73-74

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 46-4: Maquetación de páginas 75-76

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 47-4: Maquetación de páginas 77-78

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 48-4: Maquetación de páginas 79-80

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 49-4: Maquetación de páginas 81-82

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 50-4: Maquetación de páginas 83-84

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 51-4: Maquetación de páginas 85-86

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 52-4: Maquetación de páginas 87-88

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 53-4: Maquetación de páginas 89-90

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 54-4: Maquetación de páginas 91-92

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 55-4: Maquetación de glosario

Realizado por: Freire, D. 2023

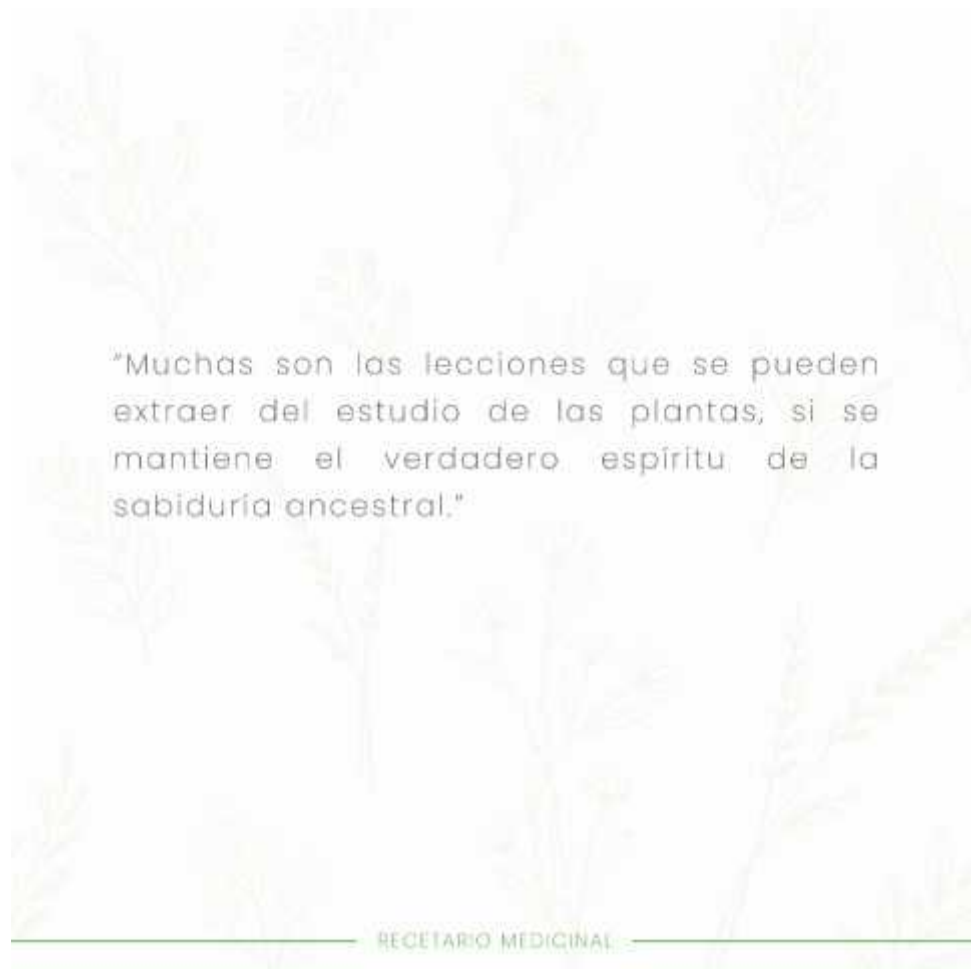


Ilustración 56-4: Maquetación de contraportada

Realizado por: Freire, D. 2023

4.3.1.7. Verificación

En esta etapa final de verificación de Bruce Archer, se mostró el diseño del recetario medicinal fotográfico, generando la solución al problema y el cumplimiento de los objetivos establecidos inicialmente, dando la mayor importancia en la retroalimentación para la mejora del producto.

La presente encuesta estuvo dirigida a 10 madres de entre 27 a 59 años del cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba

Resultados de las encuestas realizadas

PREGUNTA 1: ¿Le parece útil la información que aporta este recetario medicinal?

Tabla 85-4: Primer pregunta

MADRES DE ENTRE 27 A 59 AÑOS		
Opciones	Cantidad	Porcentaje
1	0	0%
2	0	0%
3	0	0%
4	1	10%
5	9	90%
TOTAL	10	100%

Realizado por: Freire, D. 2023



Ilustración 58-4: Resultado pregunta 1

Realizado por: Freire, D. 2023

Conclusión

El 90% de los encuestados expresaron que la información del recetario medicinal fotográfico es útil para el diario vivir de las madres que se preocupan por la salud de su familia, y el 10% de las madres expresaron que es poco útil el recetario debido a que si conocen sobre las plantas medicinales y sus usos.

PREGUNTA 2: ¿Le gustaría adquirir este recetario medicinal para su uso?

Tabla 86-4: Segunda pregunta

MADRES DE ENTRE 27 A 59 AÑOS		
Opciones	Cantidad	Porcentaje
1	0	0%
2	0	0%
3	1	10%
4	4	40%
5	5	50%
TOTAL	10	100%

Realizado por: Freire, D. 2023

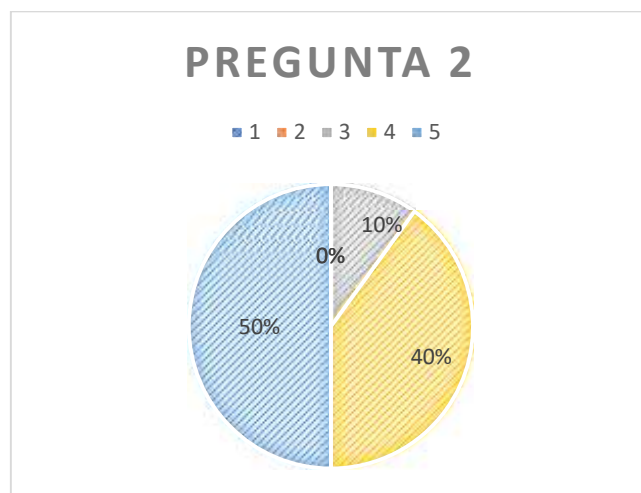


Ilustración 59-4: Resultado pregunta 2

Realizado por: Freire, D. 2023

Conclusión

El 50% de los encuestados expresaron que, si desean adquirir el recetario medicinal fotográfico para el diario, vivir de las madres que se preocupan por la salud de su familia, y el 40% de las

madres expresaron que es probable que puedan adquirir el recetario, 10% es poco probable debido a que no poseen recursos necesarios para poder adquirirlo.

PREGUNTA 3: ¿El recetario aporta el conocimiento suficiente sobre las plantas medicinales y sus usos?

Tabla 87-4: Tercera pregunta

MADRES DE ENTRE 27 A 59 AÑOS		
Opciones	Cantidad	Porcentaje
1	0	0%
2	0	0%
3	0	0%
4	0	0%
5	10	100%
TOTAL	10	100%

Realizado por: Freire, D. 2023

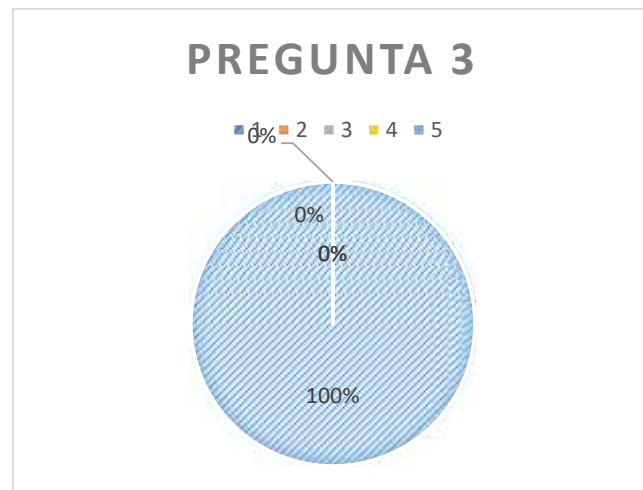


Ilustración 60-4: Resultado pregunta 3

Realizado por: Freire, D. 2023

Conclusión

El 100% de los encuestados expresaron que el recetario medicinal fotográfico aporta el conocimiento suficiente sobre las plantas medicinales y sus usos adema desean adquirir el recetario medicinal fotográfico para su uso.

PREGUNTA 4: ¿Cree usted que el recetario medicinal es de fácil comprensión?

Tabla 88-4: Cuarta pregunta

MADRES DE ENTRE 27 A 59 AÑOS		
------------------------------	--	--

Opciones	Cantidad	Porcentaje
1	0	0%
2	0	0%
3	0	0%
4	2	20%
5	8	80%
TOTAL	10	100%

Realizado por: Freire, D. 2023

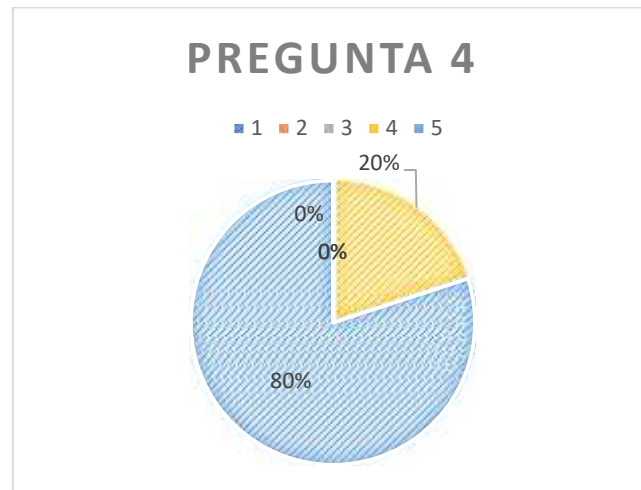


Ilustración 61-4: Resultado pregunta 4

Realizado por: Freire, D. 2023

Conclusión

El 80% de los encuestados expresaron que el recetario medicinal fotográfico es excelente y fácil de comprender aporta el conocimiento suficiente sobre las plantas medicinales y el 20% enunciaron que el recetario tiene una buena comprensión.

PREGUNTA 5: ¿Qué tan atractivo le pareció el recetario medicinal fotográfico?

Tabla 89-4: Quinta pregunta

MADRES DE ENTRE 27 A 59 AÑOS		
Opciones	Cantidad	Porcentaje
1	0	0%
2	0	0%
3	0	0%
4	3	30%
5	7	70%
TOTAL	10	100%

Realizado por: Freire, D. 2023

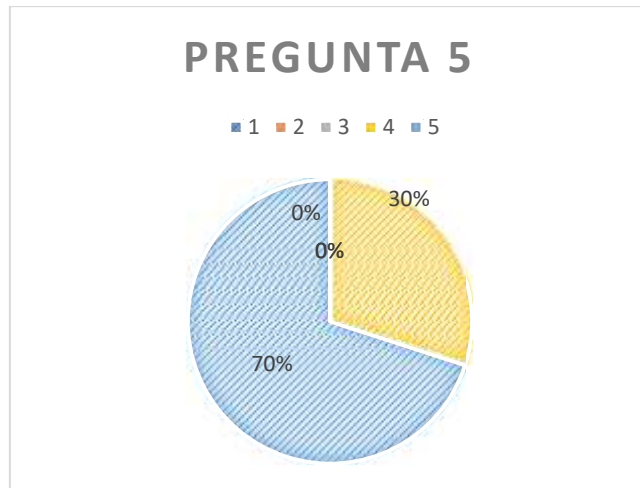


Ilustración 62-4: Resultado pregunta 5

Realizado por: Freire, D. 2023

Conclusión

El 70% de los encuestados expresaron que el recetario medicinal fotográfico es atractivo además de aportar el conocimiento suficiente sobre las plantas medicinales, y el 30% consideraron que es poco atractivo.

4.3.2. Etapa ejecutiva

La plataforma en la que el recetario medicinal fotográfico denominado “Raíces Andinas” inspirado en las plantas medicinales del cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba está colocado en la plataforma ISSU, esta es una plataforma que permita subir archivos y convertirlos en interactivos, esta aplicación permitirá a las madres conocer y leer el recetario sin necesidad de tenerlo físicamente.

CAPITULO V

CONCLUSIONES

Para determinar la planta que se encuentran dentro del cantón Colta se realizaron 3 entrevistas a personas entendidas en el tema, en donde se formuló una lista de las plantas que fue depurada en base a 4 parámetros: ser de la región interandina, que se encuentren dentro del clima templado frío, que soporten heladas debido a las bajas temperaturas que poseen el cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba, y que sean originarias de los Andes o América del sur que son prioritarias, pero también se tomó en cuenta plantas que no son originarias, pero cumplen los demás requisitos.

Mediante la investigación bibliográfica y de campo se puede determinar que entre las principales propiedades de la planta medicinales consta de varios tratamientos para diferentes dolencias que ayudan a tratar problemas de lo diferentes sistemas como el digestivo, circulatorio, muscular, reproductor, urinario, etc.

Con el uso de las fichas de documentación se pudo reconocer cada una de las plantas medicinales y sus principales características. Con la ficha de observación y el apoyo de la fotografía de patrimonio natural se llevó a cabo información relevante misma que se incluyó dentro del recetario

Como lenguaje visual se estableció una retícula de tipo jerárquica y modular con cromática que denota la naturaleza, equilibrio y la salud, se utilizó tipografía de tipo san serif y decorativa. Para la fotografía se aplicaron 2 técnicas: fotografía de patrimonio natural y fotografía de producto dando realce al recetario medicinal

Conociendo la lista de plantas que formaran parte del recetario y una vez determinado el lenguaje visual apropiado se da paso al diseño del recetario medicinal fotográfico con nombre “Raíces Andinas”, que tiene el propósito de la conservación del conocimiento ancestral en las madres de la provincia de Chimborazo cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba.

RECOMENDACIONES

Se recomienda realizar campañas o cursos educacionales que brinden información acerca de las plantas medicinales y sus beneficios para la salud, además de concientizar a la población de lo importante que es practicar estas tradiciones ancestrales.

Continuar con el desarrollo de proyectos relativos al tema de las plantas medicinales con el fin de generar interés de la población por consumir medicina natural.

Conocer los diferentes puntos en donde se pueden encontrar varias de las plantas medicinales, dado que esto facilitará la recolección de información y el registro fotográfico.

Generar centros de atención en donde se aplique métodos curativos con medicina natural adentrándose en las costumbres y creencias ancestrales para así promover el consumo de medicina natural.

Diseñar en base al lenguaje visual correspondientes al tema y al público objetivo para que así el producto final sea de interés social.

GLOSARIO

Comadrona: Persona que tiene por oficio asistir a la mujer en el parto; antiguamente, este oficio era ejercido solo por mujeres basándose en la experiencia tradicional y actualmente requiere titulación específica.

Cromática: Es una representación ordenada y circular de los colores de acuerdo con su matiz o tono, en donde se representa a los colores primarios y sus derivados. Su uso es compatible tanto con los modelos Síntesis sustractiva de color, como con los modelos Síntesis aditiva de color.

Fitofármaco: Los fitofármacos son medicamentos cuya sustancia activa contiene el extracto de una determinada planta, a diferencia de un fármaco químico que proviene de una molécula químicamente sintetizada.

Fitoterapia: Tratamiento médico de algunas enfermedades basado en el empleo de plantas y sustancias vegetales.

Lenguaje visual: El lenguaje visual es un sistema de comunicación que utiliza la imagen como medio de expresión, es decir, transmite mensajes visuales.

Maquetación: La maquetación es la composición de texto, imagen u otros elementos en las páginas de medios impresos y electrónicos, como libros, diarios y revistas.

Medicina ancestral: Es la suma de todos los conocimientos, aptitudes y prácticas propias basadas en las teorías, las creencias y las experiencias autóctonas de las distintas culturas, tengan o no explicación, que utilizan para mantener la salud y prevenir, diagnosticar o tratar las enfermedades físicas.

Metodología: Se denomina la serie de métodos y técnicas de rigor científico que se aplican sistemáticamente durante un proceso de investigación para alcanzar un resultado teóricamente válido.

Pacha mama: “Pacha” significa universo, mundo, tiempo, lugar, mientras que “Mama” es madre.

Retícula: Conjunto de líneas o elementos dispuestos en forma de red.

Tipografía: La tipografía es la técnica de escribir, utilizando diferentes diseños de letras y caligrafía, con la finalidad de resaltar lo que se desea comunicar.

Yachak: Palabra *kichwa* que significa saber, conocer, refiriéndose específicamente al conocimiento ritual y en el sentido relacionado al aprendizaje y a todo lo que globalmente implica desde el aprender hasta el aprehender.

Yerbatero: Persona que se dedica al cultivo, industrialización o venta de la yerba

BIBLIOGRAFÍA

AGUILAR, Z. et al. *Plantas Útiles de los Páramos de Zuleta, Ecuador*. [en línea]. Quito - Ecuador: Andinagraph, 2009. [Consulta el: 10 de diciembre de 2022]. Disponible en: https://www.missouribotanicalgarden.org/Portals/0/staff/PDFs/ulloa/Imbabura_Zuleta.pdf

ALIAD, A. *Definición de recetario - Qué es, Significado y Concepto Recetario: ¿Cómo construirlo con éxito?* [blog]. 8 octubre, 2020. [Consulta el: 13 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://corbuse.edu.mx/blog/index.php/recetario/>

ANÓNIMO. *Cajabamba*. [blog]. Riobamba: 23 mayo, 2017. [Consulta el: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.encyclopediadelecuador.com/geografia-del-ecuador/cajabamba/#:~:text=Cabecera%20del%20cant%C3%B3n%20Colta%20de,Jos%C3%A9%20Mar%C3%ADa%20P%C3%A1cido%20Caama%20B%20>

APUANGO, Marcia. *Gastronomía de Chimborazo*. [blog]. Riobamba: 13 julio, 2016. [Consulta el: 21 de octubre de 2022]. Disponible en: <http://primersemestreunach.blogspot.com/>

ASHESTOLIFE. *Principios activos*. [en línea], 2019. [Consulta el: 19 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.ashestolife.es/?s=principio+activo>

BAUTISTA BASTIDAS, Dangelo Fabricio & FREIRE QUIÑÓNEZ, Silvia Gabriela. *Diseño de un catálogo fotográfico publicitario de las artesanías del cantón Pujilí*. [en línea] (Trabajo de titulación). (Ingeniería) Universidad Técnica de Cotopaxi (UTC), Latacunga, Ecuador. 2016, pp. 26-31 [Consulta el: 9 de noviembre de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/4969>

BEMBIBRE, V. *Definición de Formato*. [blog]. 2009. [Consulta el: 9 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1556&context=abya_yala

BOTTASSO, Noemi & IÑAMAGUA, Delfa. “*SISTEMAS Y PRÁCTICAS DE MEDICINA ANCESTRAL PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE*”, *Revista Etnobiología*. [en línea], 2019, (Ecuador) 17(3), pp. 5-19 [Consulta el: 16 de octubre de 2022]. ISSN 1665-2703. Disponible en: <https://revistaetnobiologia.mx/index.php/etno/article/download/63/61/>

BUSSMANN, Rainer, & SHARON, Douglas. *Plantas medicinales de los Andes y la Amazonia - La Flora mágica y medicinal del Norte del Perú* [en línea]. Trujillo - Perú: GRAFICART SRL, 2015. [Consulta el: 15 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/916684/plantas-medicinales-de-los-andes-y-la-amazonia-la-flora-magica-_Qa3dgqr.pdf

CACHIGUANGO C, Luis Enrique. *Código de Ética de la Medicina Ancestral-Tradicional de las Nacionalidades y Pueblos del Ecuador* [en línea]. Quito- Ecuador, 2020. [Consulta el: 12 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/12/codigo_de_etica_revision_final_23_12_2020-pdf.pdf

CAÑIGUERAL, S. & VILA, R, & VANACLOCHA, B. *La Fitoterapia racional*. [blog]. Barcelona: [Consulta el: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.sefit.es/que-es-fitoterapia/#:~:text=La%20Fitoterapia%20es%20un%20t%C3%A9rmino,de%20las%20enfermedades%20con%20plantas.>

CARTAY, Rafael. *¿Qué es un recetario de cocina y para qué sirve?* [blog]. 02 marzo, 2022. [Consulta el: 10 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://egmanabi.com/recetario-de-cocina-para-que-sirve/>

DEHESA G., Marco. Ecuador uso y comercio de plantas medicinales. Situación actual y aspectos importantes para su conservación. [en línea] (Trabajo de titulación). (maestría), Quito, Ecuador. 2002. [Consulta el: 21 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.traffic.org/site/assets/files/9729/ecuador-uso-y-comercio-de-plantas-medicinales.pdf>

DILIGENT, Team. *Formatos de páginas DIN A0, A1, A2, A3, A4, A5, A6, A7 y A8.* [blog]. Barcelona: 15 mayo, 2017. [Consulta el: 9 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.diligent.es/formatos-de-paginas-din-a0-a1-a2-a3-a4-a5-a6-a7-y-a8-desde-021bcn/>

ECHEGARAY RODRÍGUEZ, Ramón, et al. “*FITOTERAPIA Y SUS APLICACIONES*”, *Revista Española de pedagogía.* [en línea], 2011, (España) 7(1), pp. 258-267 [Consulta el: 22 de octubre de 2022]. ISSN 258 - 267. Disponible en: <https://revistaetnobiologia.mx/index.php/etno/article/download/63/61/>

FLASH, Many. *Tipos de Fotografía: Define tu Estilo como Fotógrafo.* [blog]. 22 diciembre, 2020. [Consulta el: 13 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://toomanyflash.com/tipos-de-fotografia/>

Familias de plantas. [blog]. 11 febrero, 2020. [Consulta el: 14 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.botanical-online.com/botanica/familias-plantas>

GALLEGOS ZURITA, Maritza Emperatriz. Las plantas medicinales: usos y efectos en el estado de salud de la población rural de Babahoyo – Ecuador – 2015. [en línea] (Trabajo de titulación). (Posgrado) Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. 2017. [Consulta el: 21 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/03/880037/las-plantas-medicinales-usos-y-efectos-en-el-estado-de-salud-de_iHP5e7s.pdf

GALVEZ MUÑOZ, Inés, et al. *PLANTAS MEDICINALES, Principios básicos de Fitoterapia* [en línea], 2014. [Consulta el: 16 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1556&context=abya_yala

GUZMÁN MÉNDEZ, Juan Carlos & RIVERA JARQUÍN, Marco Antonio. Conocimientos, actitudes y prácticas del uso de fitofármacos por usuarios del instituto de estudios superiores de medicina oriental (IESMO), managua, en el mes de noviembre del año 2013. [en línea] (Trabajo de titulación). (licenciado) Universidad Nacional Autónoma De

Nicaragua, Nicaragua, Managua. 2014. [Consulta el: 22 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/01/877492/conocimientos-actitudes-y-practicas-del.pdf>

GOMEZ, Alex. *El método sistemático para diseñadores*”, desarrollado por Bruce Archer. [blog]. 15 septiembre, 2013. [Consulta el: 17 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.clubensayos.com/Ciencia/El-m%C3%A9todo-sistem%C3%A1tico-para-dise%C3%B1adores-desarrollado/1039575.html>

GHINAGLIA, Daniel. *TALLER DE DISEÑO EDITORIAL* [en línea]: Editorial Index Book, 2009. [Consulta el: 15 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://www.palermo.edu/dyc/encuentro-virtual/pdf/ghinaglia_daniel.pdf

GMD, M. *Fotografía de Paisaje ¿Qué es y qué equipo utilizar?*. [blog]. 01 marzo, 2022. [Consulta el: 13 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://masterclassphotographers.com/fotografia-abstracta/>

IGLÉSIAS FRANCH, David. *La fotografía digital en los archivos: qué es y cómo se trata* [en línea]. España: Ediciones Trea, 2008. [Consulta el: 18 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://elibro.net/es/ereader/esepoch/60530?page=28>

LA RETÍCULA EN EL DISEÑO GRÁFICO: DEFINICIÓN Y USOS. [blog]. [Consulta el: 5 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.pixartprinting.es/blog/reticulas/>

LENIS, A. *Tipografías en diseño gráfico: importancia, tipos y fuentes más usadas.* [blog]. 20 diciembre, 2021. [Consulta el: 11 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://blog.hubspot.es/marketing/tipografia-diseno-grafico>

LOZADA, Helena. *Clasificación de las tipografías.* [blog]. 20 abril, 2022. [Consulta el: 12 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://blog.hubspot.es/marketing/tipografia-diseno-grafico>

LOZADA, Belén. *Clases de plantas.* [blog]. 26 junio, 2019. [Consulta el: 13 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.ecologiaverde.com/clases-de-plantas-2093.html>

LLASERA, Jaime P. *Tipografías: Qué son, los diferentes tipos y sus variables tipográficas.* [blog]. 13 diciembre, 2022. [Consulta el: 11 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://imborrable.com/blog/tipografias-que-son/>

MAZÓN, Nelson & RIVERA JARQUÍN, Marco Antonio. et al. Las plantas medicinales de la Sierra ecuatoriana: Biodiversidad y usos. [en línea] (investigación). Instituto nacional autónomo de investigaciones agropecuarias, Quito. 1997. [Consulta el: 22 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.iniap.gob.ec/bitstream/41000/2658/1/iniapscpls.n.p.pdf>

MÁXIMA URIARTE, Julia. *Historia de la Fotografía.* [blog]. Argentina: 17 de septiembre, 2020. [Consulta el: 14 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://humanidades.com/historia-de-la-fotografia/>

MUÑOZ, A. *Composición Fotográfica | Elementos, Técnicas y Reglas.* [blog]. 02 noviembre, 2021. [Consulta el: 12 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://masterclassphotographers.com/composicion-fotografica/>

MUSSO, C. *Fotografía De Plantas (Todo Lo Que Siempre Quisiste Saber).* [blog]. 14 junio, 2021. [Consulta el: 13 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.blogdelfotografo.com/fotografia-de-plantas/>

ORELLANA, Adriana. et al. *SABIDURÍA ANCESTRAL ANDINA Y USO DE PLANTAS MEDICINALES.* [en línea]. Cuenca - Ecuador: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca, 2020. [Consulta el: 13 de diciembre de 2022]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/342134076_Sabiduria_Ancestral_Andina_y_Uso_de_Plantas_Medicinales

PACHENCO, P. *¿Qué es la fotografía de naturaleza? Blog de fotografía.* [blog]. 11 marzo, 2022. [Consulta el: 19 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.blogdelfotografo.com/fotografia-de-plantas/>

PÉREZ PORTO, J., GARDEY, A. *Definición de recetario - Qué es, Significado y Concepto.* [blog]. 2014. [Consulta el: 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://definicion.de/recetario/>

PÉREZ PORTO, J., GARDEY, A. *Definición de Formato - Qué es, Significado y Concepto.* [blog]. 2011. [Consulta el: 11 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://definicion.de/formato/>

PORRAS NIÑO, Karina. *Medicina Ancestral.* [blog]. Buenos Aires: [Consulta el: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.soc.unicen.edu.ar/observatorio/index.php/22-articulos/119-medicina-ancestral>

PRODUCCIONES, A. *Recetas de Cocina: Ingredientes e Instrucciones para Cocina.* [blog]. 03 diciembre, 2022. [Consulta el: 16 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.blogichef.com/recetas-de-cocina-ingredientes-e-instrucciones-para-cocina/>

Qué características tiene un recetario y para qué sirve. [blog]. 18 marzo, 2021. [Consulta el: 12 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://aleph.org.mx/que-caracteristicas-tiene-un-recetario-y-para-que-sirve>

REDONDO MALDONADO, ESTEBAN GERARDO. *El diseño editorial es un proceso comunicativo con intención de* [en línea]: 2018. [Consulta el: 12 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://docplayer.es/22859010-Capitulo-ii-desarrollo-el-diseno-editorial-es-un-proceso-comunicativo-con-intencion-de.html>

REYES C., Belem. *¿Para qué sirve un recetario de cocina?* [blog]. 2022. [Consulta el: 14 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://aprende.com/blog/gastronomia/gastronomia-internacional/para-que-sirve-un-recetario-de-cocina/>

ROSKELL, Tara. *Maquetación: Todo lo que debes saber sobre esta disciplina milenaria.* [blog]. 26 octubre, 2018. [Consulta el: 7 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.pixartprinting.es/blog/reticulas/>

ROMO MEJÍAS, Martín J. *Plantas medicinales* [en línea] 2da Edición. Málaga- España: Editorial ICB, 2012. [Consulta el: 15 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://elibro.net/es/ereader/epoch/120363?page=12>

RUBIO K, CHÁVEZ A. *Farmacología general.* [en línea], 2014. [Consulta el: 18 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1489§ionid=96949390#:~:text=Los%20fitof%C3%A1rmacos%20son%20medicamentos%20cuya,de%20una%20mol%C3%A9cula%20qu%C3%ADmicamente%20sintetizada.>

SERRANO P, Vladimir, et al. *CIENCIA ANDINA* [en línea] 2da Edición. Quito- Ecuador: Ediciones Abya-Yala, 1997. [Consulta el: 12 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1556&context=abya_yala

TIROSH, Ofer. *Maquetación: Todo lo que debes saber sobre esta disciplina milenaria.* [blog]. España: 14 julio, 2021. [Consulta el: 9 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://es.tomedes.com/blog-de-traduccion/maquetacion>

ZAPPATERRA, Y. & CALDWELL, C. *Diseño editorial: periódicos y revistas / medios impresos y digitales.* [en línea], Barcelona- España: Editorial GG, 2014. [Consulta el: 16 de noviembre de 2022]. Disponible en: https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1556&context=abya_yala

ANEXOS

ANEXO A: ENTREVISTA A LA SRA. MARÍA JULIA REMACHE



ANEXO B: LOCALIZACIÓN PARA EL REGISTRO FOTOGRÁFICO (SICALPA-VAQUERÍA)



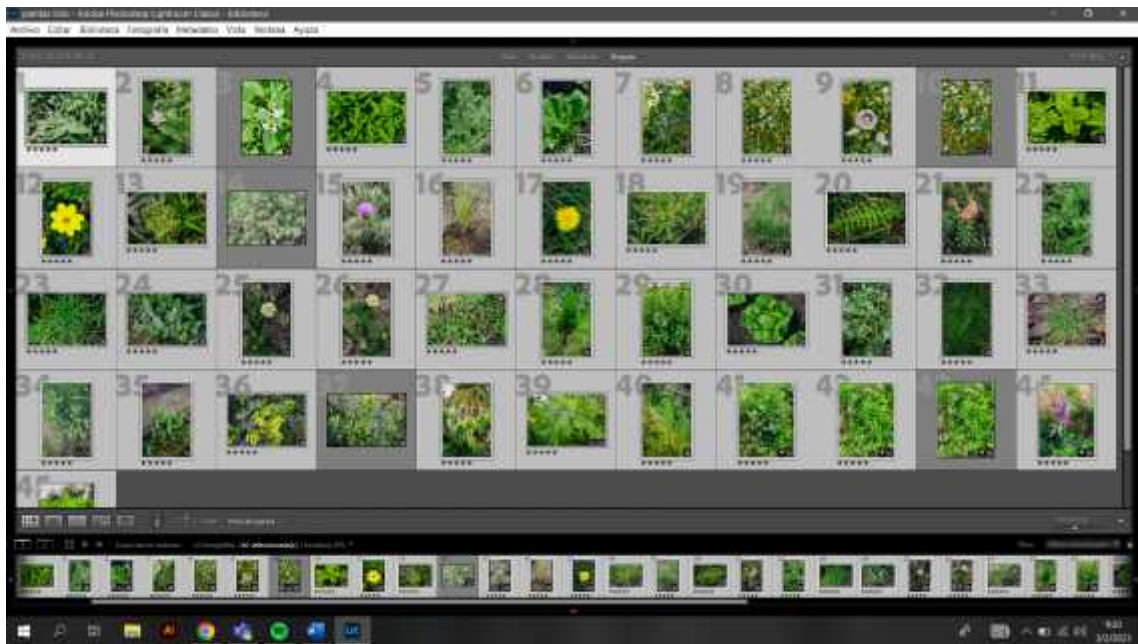
ANEXO C: TOMA DE FOTOGRAFÍAS DE PATRIMONIO NATURAL



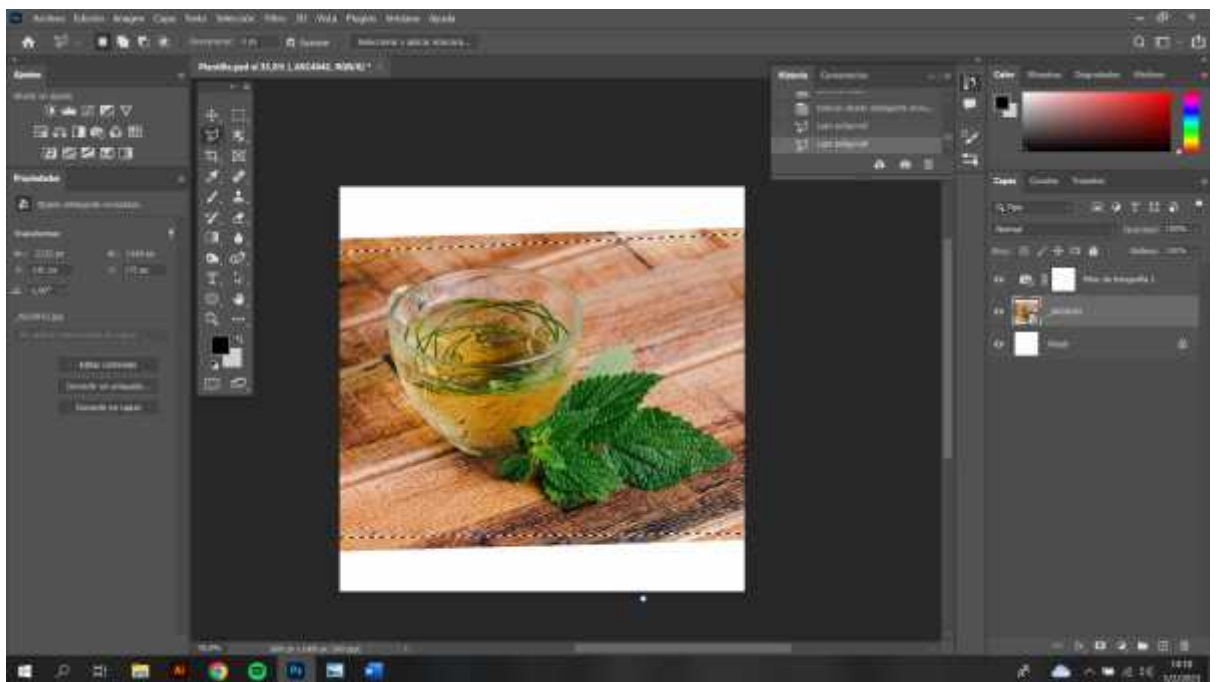
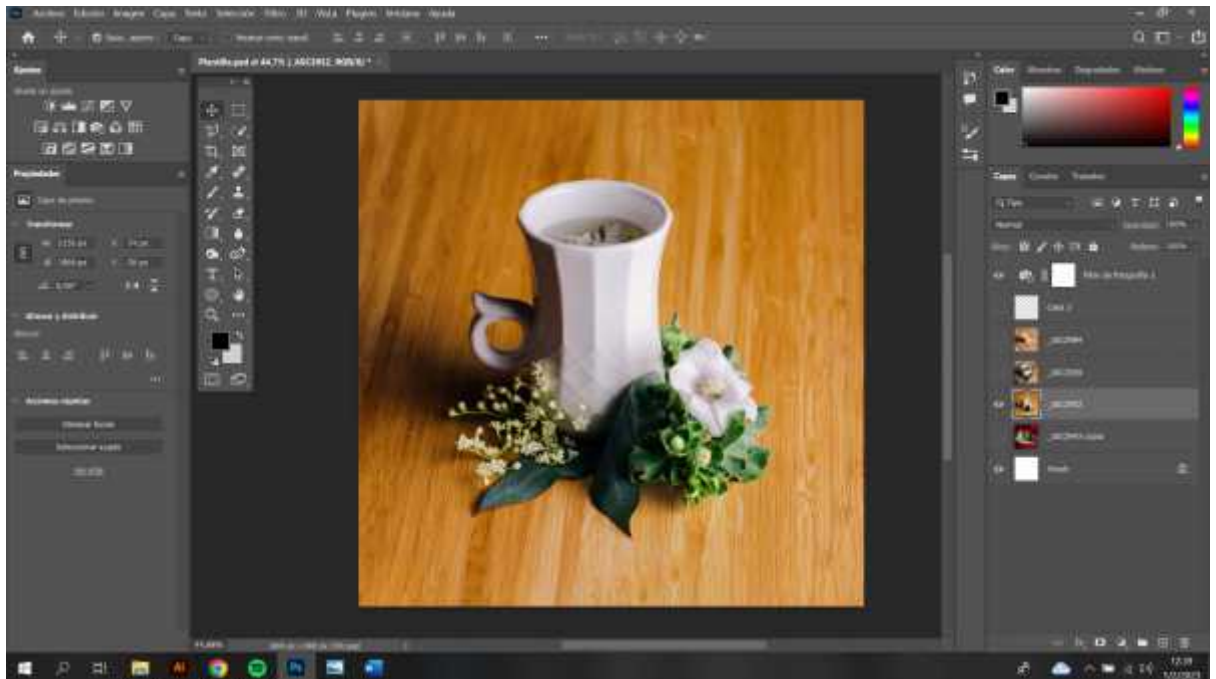
ANEXO D: TOMA DE FOTOGRAFÍAS DE PRODUCTO



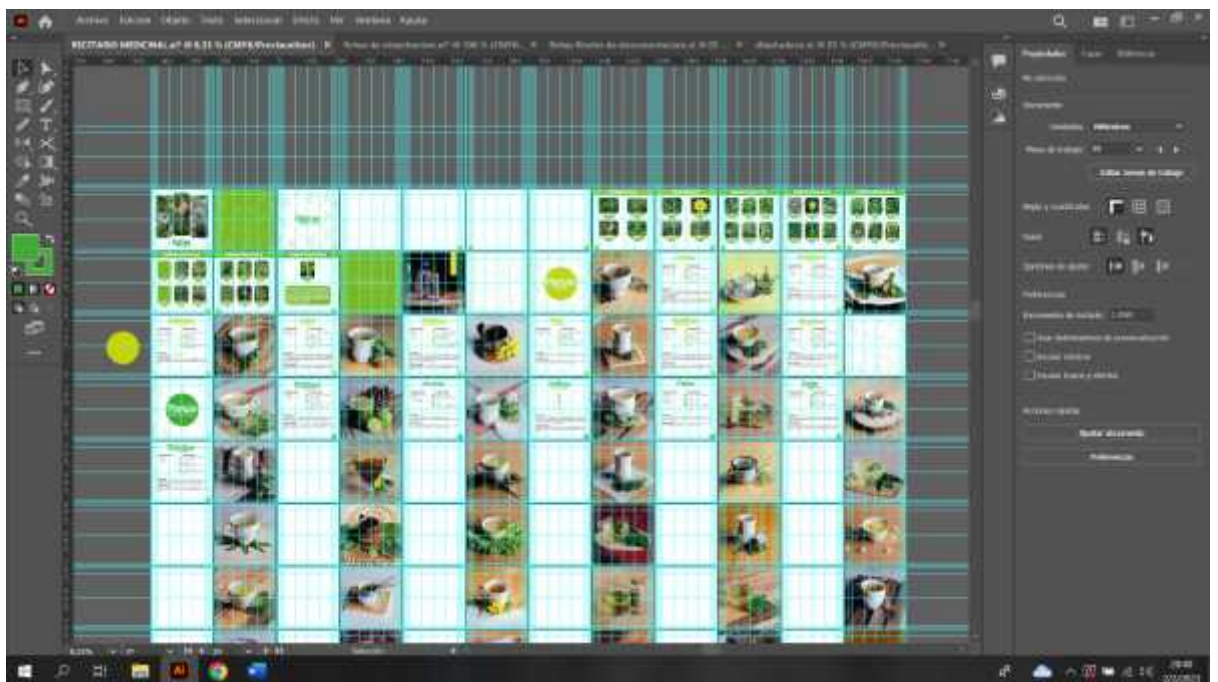
ANEXO E: EDICIÓN FOTOGRÁFICA: FOTOGRAFÍAS DE PATRIMONIO NATURAL



ANEXO F: EDICIÓN FOTOGRÁFICA: FOTOGRAFÍA DE PRODUCTO



ANEXO G: MAQUETACIÓN DEL RECETARIO MEDICINAL FOTOGRÁFICO



ANEXO H: ENCUESTA REALIZADA A MADRES DEL CANTÓN COLTA EN LAS PARROQUIAS DE SICALPA Y CAJABAMBA

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE INFORMÁTICA Y ELECTRÓNICA
CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO



TEMA:
RECETARIO MEDICINAL FOTOGRAFICO INSPIRADO EN PLANTAS MEDICINALES DEL CANTÓN COLTA - CHIMBORAZO

OBJETIVO: La presente entrevista servirá como medio de verificación del recetario medicinal fotográfico "Raíces Andinas", inspirado en plantas medicinales del cantón Colta en las parroquias de Sicalpa y Cajabamba.

ENCUESTA					
NOMBRE:					
OCUPACIÓN ACTUAL:					
EDAD:					
Calificar dentro de la escala del 1-5, siendo 1 la más baja y 5 la más alta					
PREGUNTAS	1	2	3	4	5
¿Le parece útil la información que aporta este recetario medicinal?					
¿Le gustaría adquirir este recetario medicinal para su uso?					
¿El recetario aporta el conocimiento suficiente sobre las plantas medicinales y sus usos?					
¿Cree usted que el recetario medicinal es de fácil comprensión?					
¿Qué tan atractiva le pareció el recetario medicinal fotográfico?					




**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE
CHIMBORAZO**

**DIRECCIÓN DE BIBLIOTECAS Y RECURSOS DEL
APRENDIZAJE**



UNIDAD DE PROCESOS TÉCNICOS
REVISIÓN DE NORMAS TÉCNICAS, RESUMEN Y BIBLIOGRAFÍA

Fecha de entrega: 19/05/2023

INFORMACIÓN DE LA AUTORA	
Nombres – Apellidos: ELSA DANIELA FREIRE SALINAS	
INFORMACIÓN INSTITUCIONAL	
Facultad: INFROMÁTICA Y ELECTRÓNICA	
Carrera: DISEÑO GRÁFICO	
Título a optar: LICENCIADO EN DISEÑO GRÁFICO	
f. Analista de Biblioteca responsable:	 Ing. Fernanda Arévalo M.

