



## I Jornada Científica de Farmacología y Salud

### Cultivo y uso de plantas medicinales

### Cultivation and use of medicinal plants

Raydelis de la Caridad Iglesias Flores<sup>1</sup>,

Antonia Flores Ramos

Midiala Lugo Valdez

<sup>1</sup> Dra. Hospital Comandante Pinares, San Cristóbal, Artemisa, Cuba. e-mail: [raydaflores@nauta.cu](mailto:raydaflores@nauta.cu). Teléfono: 58363963

MSc. Asistente, Filial Ciencias Médicas Manuel Piti Fajardo, San Cristóbal, Artemisa. Cuba. e-mail: [antonia60@infomed.sld.cu](mailto:antonia60@infomed.sld.cu)

**Lic. Asistente**, Filial Ciencias Médicas Manuel Piti Fajardo, San Cristóbal, Artemisa. Cuba. e-mail: [day64@infomed.sld.cu](mailto:day64@infomed.sld.cu)

\*Autor para correspondencia: [raydaflores@nauta.cu](mailto:raydaflores@nauta.cu). Teléfono: 58363963

### Resumen

Se realiza este trabajo, plantas medicinales, con el objetivo de explicar el empleo de algunas, usadas desde los primitivos habitantes de esta isla, lo que incidirá favorablemente en mejorar la calidad de vida de la población, se hace necesario divulgar, los conocimientos pertinentes que le permitan a la población cultivar en cualquier pedazo de terreno, algunas de las plantas medicinales que le sean necesarias en algún tratamiento. Utilizamos como método el análisis y la síntesis, pueden suponer que no inventamos nada sino, recogemos de lecturas, aquello que resulta eficaz e interesante para la cura de enfermedades, se logró reconocer y proteger todo lo que gratuitamente ofrece la naturaleza. El uso popular de plantas medicinales es un arte que ha acompañado al hombre desde los albores de la civilización. La transmisión oral por

generaciones, reúne valiosa información arraigada en nuestros antepasados, quienes tomaron las plantas para aliviar o curar sus dolencias.

**Palabras clave:** plantas medicinales, curar, popular, cultivo, naturaleza.

### **Abstract**

This work is carried out, medicinal plants, with the aim of explaining the use of some, used since the primitive inhabitants of this island, which will have a favorable impact on improving the quality of life of the population, it is necessary to disseminate, the pertinent knowledge that allow the population to cultivate in any piece of land, some of the medicinal plants that are necessary for any treatment. We use analysis and synthesis as a method, they can assume that we do not invent anything but, we collect from readings, what is effective and interesting for the cure of diseases, it is possible to recognize and protect everything that nature offers for free. The popular use of medicinal plants is an art that has accompanied man since the dawn of civilization. Oral transmission for generations, gathers valuable information rooted in our ancestors, who took plants to alleviate or cure their ailments.

**Keywords:** medicine, traditional, cure, popular, art.

### **Introducción**

En los últimos tiempos, debido al bloqueo, la COVID19, la situación que afrontamos es difícil por la falta de financiamientos para la obtención de materia prima, la elaboración de medicamentos; y ese es el resultado la utilización de la medicina verde, se han empleado plantas medicinales como una opción de gran actualidad y necesidad para resolver los problemas de salud de la población.<sup>1</sup>

El hombre desde su surgimiento creó las condiciones para vivir mejor, atenuar enfermedades y mejorar la calidad de vida. Pero no es en este siglo donde se utilizaron por primera vez las plantas con el fin de curar, sino desde tiempos ancestrales. El uso popular de plantas medicinales es un arte que ha acompañado al hombre desde los albores de la civilización. La transmisión oral por generaciones, reúne valiosa información arraigada en nuestros antepasados, quienes tomaron las plantas para aliviar o curar sus dolencias.<sup>2</sup>

El interés por la medicina natural y tradicional, que incluye terapias con medicación basada en plantas medicinales (fitoterapia) y otras como la acupuntura, la homeopatía, terapia floral, etc., se ha incrementado considerablemente, por lo que se ha tomado la decisión de ocuparse de las formas tradicionales y explorar las posibilidades de utilizarlas en la atención primaria de salud.<sup>3</sup>

En los últimos años ha habido un notable crecimiento del interés por los fitomedicamentos, lo que no se limita solo, a los países en desarrollo y consecuente, los mercados nacionales e internacionales, sino que las autoridades sanitarias y la opinión pública se han interesado por la inocuidad y la calidad de estos medicamentos.<sup>2</sup>

El 80 % de la población mundial, más de cuatro mil millones de personas, utiliza las plantas como principal remedio medicinal, según señala la Organización Mundial de la Salud (OMS).<sup>4</sup>

El uso de las plantas medicinales es común en la población de Cuba, aunque gran parte de ella desconoce muchas de sus propiedades, formas de empleo y modos de aplicación. Para avanzar en el conocimiento de la gestión tradicional de los recursos naturales de origen vegetal y de las relaciones entre las sociedades humanas y las plantas, se realizan estudios etnobotánicos que son de gran relevancia en los últimos años, ya que varias compañías farmacéuticas están interesadas en las plantas como un gran potencial, para la obtención de fármacos de origen natural que son útiles en el tratamiento de las enfermedades que más afectan a las comunidades.<sup>5</sup> Cada día se presta más atención al estudio de las especies medicinales de manera tal que la fitoterapia y la fitoquímica toman un auge, tanto en la práctica de la medicina complementaria como en el ámbito académico.<sup>6</sup>

Reconocer, proteger y explicar todo lo que gratuitamente te ofrece la naturaleza beneficioso para la salud, es precisamente objetivo de nuestro trabajo, estas plantas que te mostramos te servirán para la vida.

## **Desarrollo**

Las plantas medicinales para la población no resultan ajenas, por lo que aprovechando el conocimiento local que tienen sobre ellas se debe pensar en estas como desarrollo de nuevos cultivos y reflexionar que se deben tener presente los problemas generados por las técnicas agrícolas actuales e impulsar sistemas alternativos de producción agrícola

en sintonía con el ambiente, relacionadas con el manejo integral del cultivo y el desarrollo de prácticas agronómicas para una producción sostenible, o sea, el logro de rendimientos que no declinen a lo largo del tiempo dentro de una amplia gama de condiciones; tecnologías que faciliten la producción agroecológica de las plantas donde se tiene presente además los efectos sobre la prevención y disminución de las plagas y la conservación de los biorreguladores considerando las interacciones Planta-Suelo- Condiciones climáticas- Plagas.<sup>7</sup>

¿Qué aspectos hay que tener en cuenta para cultivar una planta medicinal?

Como parte de los requisitos para una producción exitosa de plantas medicinales, es fundamental la preparación del suelo y su manejo. Esta es una labor destinada a que el suelo quede bien mullido, de manera que pueda recibir sin dificultad las semillas o plántulas que germinarán y crecerán con mayor facilidad.<sup>8</sup>

De cómo se prepare el suelo dependerá en gran parte cuantas veces tendremos que eliminar las malezas del cultivo. Suelos ferralíticos rojos, fersialíticos, pardos sialíticos, húmicos sialíticos, fluvisoles y antrosol, bien drenados, arcillosos, relieve estable, con pH entre 6,0 y 7,5. Es muy importante dejar un espacio de tiempo entre una labor y otra, es decir por ejemplo, después de roturado el suelo, para practicar la próxima labor, que sería el cruce, deben transcurrir entre 15 y 20 días, de este modo las semillas de las malezas germinarán y serán destruidas.<sup>8</sup>

Para un buen desarrollo de las plantas y que la producción sea eficiente, debemos mantener una sistematicidad en el riego, que tiene como objetivo mantener una buena relación aire-humedad por encima del 80% por lo cual se tendrá en cuenta el límite superior de humedad, a partir de la cual se comenzarán los riegos. Se debe destacar la importancia de mantener una buena relación aire-humedad. Un control a tiempo de las plagas, redundará en beneficio de la producción, siempre teniendo cuidado de consultar un fitosanitario con experiencia, ya que siempre es recomendable utilizar productos biológicos, plantas trampa o productos de origen natural, así como explotar efectos alelopáticos.<sup>8</sup>

**Formas de empleos más frecuentes de las plantas medicinales que se pueden hacer en casa.**

Los modos de aplicación varían del mismo modo; una forma frecuente de empleo es la infusión, en que el principio activo se disuelve en agua mediante una cocción más o menos larga. La tisana resultante se bebe. Otras plantas se preparan en tinturas, se comen, se inhala el humo de su combustión, o se aplican tópicamente como cataplasmas o compresas.<sup>9</sup>

**Infusión:** se hierve el agua y se añade la parte necesaria de la planta cuando rompa el primer hervor. Seguidamente se aparta del fuego, se tapa y se deja reposar unos minutos. La infusión una vez hecha no debe hervir. Se suele preparar con las partes jóvenes de la planta, como hojas, flores y semillas.<sup>9</sup>

**Decocción o cocimiento:** durante este proceso, la planta se hierve en agua durante un período de tiempo determinado. Se usa este procedimiento con las partes más duras, como corteza, hojas coriáceas, raíces y tallos, o cuando el principio activo no es fácilmente extraíble.<sup>9</sup>

**Gargarismo o enjuague:** es la aplicación de un líquido a la cavidad bucal. Se usa para lograr la acción local en la boca y/o garganta y así limpiar de secreciones, bacterias e impurezas estas áreas. Puede usarse para prevenir infecciones bucales o respiratorias. Para prepararse el líquido puede usarse una infusión, un cocimiento o un jugo de la planta.<sup>9</sup>

**Tintura o vinos medicinales:** es la maceración hecha en alcohol y normalmente lleva una parte de la planta por cinco de alcohol. Se usa si los principios activos no se disuelven bien en agua o son de sabor desagradable, empleándose generalmente la planta seca.<sup>9</sup>

**Lavados:** Es la aplicación de infusiones, cocimientos o tinturas diluidas para tratar tópicamente afecciones externas localizadas, como heridas, llagas, úlceras, hemorroides, vaginitis y otras afecciones de la piel o de las mucosas.<sup>10</sup>

**Extractos:** los extractos pueden prepararse como fluidos blandos o fluidos secos. Pueden ser extractos acuosos, en los que se introducen las partes de la planta en cuestión, en agua durante 15 y 30 días; o extractos hidroalcohólicos, donde se emplea una mezcla de agua (70%) y alcohol (30%), durante 30 días.<sup>10</sup>

**Elixir:** mezcla de diferentes concentraciones disueltas en alcohol.

**Zumos:** se obtiene triturando directamente las plantas frescas y colando el líquido utilizando un paño limpio.<sup>10</sup>

**Jarabes:** decocciones azucaradas muy utilizadas como vehículo de medicamento.

**Aceites medicinales:** al igual que el alcohol, el aceite es otro de los disolventes más usados. Hay ciertas plantas que transfieren mejor sus principios activos al aceite. Son los preparados más utilizados para uso externo (friegas, masajes o untes).<sup>10</sup>

**Cataplasmas o compresas:** se preparan hirviendo la planta o sometiéndola a la acción del agua. Las plantas hervidas se envuelven en paños delgados que se sitúan sobre la zona a tratar.<sup>10</sup>

**Vahos:** se preparan con hierbas aromáticas, las cuales se hierven en agua. El vapor que se desprende del recipiente una vez retirado éste del fuego, es el que debe ser inhalado.

**Ensalada:** es una forma de ingerir las hierbas medicinales en una forma directa, sin ninguna modificación o transformación consecuencia del procesamiento. Se lavan y desinfectan las partes de la planta que se piensa ingerir, y se prepara como una ensalada tradicional, eventualmente mezclándola con otras verduras o vegetales, sazonándolo sal, aceite de oliva y limón.<sup>10</sup>

### **Algunas de las plantas medicinales que pueden ser cultivadas.**

**Nombre científico:** aloe vera (L.) BURM. F.

**Nombre vulgar:** Sábila (**ver fig.1**)

**Descripción botánica:** Hierba perenne sin tallo aparente, hojas carnosas lanceoladas, agrupadas formando una roseta. Flores tubulares, amarillas, dispuestas en una espiga que se sitúa en el extremo de un tallo erguido (escapo), el que sobresale marcada-mente sobre las hojas. Pertenece a la familia Liliaceae.

**Origen y estatus:** es originaria de la zona del África tropical y naturalizada en Cuba, se desarrolla muy bien en el trópico. En la actualidad a escala mundial la sábila constituye una importante materia prima en la industria cosmética para la fabricación de aromas humectantes, champús, bronceadores y otras especialidades.

### **Usos más comunes:**

- Cicatrizante, antihemorroidal, antiasmático y anticatarral; es protector del hígado, estimulador del sistema inmunológico, incluyendo a las células T4, que son guardianes naturales del organismo contravirus y bacterias, que le confieren propiedades antivirales y antibacteriales.

- Ayuda a la cura de trastornos intestinales, entre ellos diarrea, estreñimiento, úlceras y colitis.
- Se obtiene un gel que puede ser utilizado como anestésico suave.
- Reduce la inflamación de la artritis.
- Reduce el colesterol “malo” y los triglicéridos.
- Protege la piel de las radiaciones si se aplica en forma tópica.
- Reduce los síntomas de la psoriasis.
- Acelera la curación de las heridas.
- Alivia el efecto de las quemaduras.
- Dilata los capilares, fortalece la circulación.
- Constituye un limpiador natural del colon
- Vigorizante general, fuerte antioxidante.

**Formas de uso y preparación:**

Se preparan extractos acuosos del mesófilo de sus hojas, y además cremas al 25 y 50%, jarabes, ungüento rectal, supositorio vaginal e inyección subcutánea o intramuscular.

**Parte utilizada:** hojas frescas o el jugo de la planta.

La hoja de la sábila contiene un 95-96% de agua, pero en el otro 4-5% se hallan no menos de 70 sustancias de probado poder curativo, incluyendo aminoácidos, vitaminas, minerales y enzimas.

- Forma de propagación: hijos
- Época de siembra: todo el año
- Distancia de siembra: 70 x 30 cm
- Ciclo vegetativo: perenne
- Población aproximada: 17 000 plantas/ha
- Gasto de semillas: 47 600 hijos/ha
- Cosecha: comienza a los 30 meses de plantada y se le darán dos cosechas al año
- Rendimiento: 180,5 toneladas de hojas verdes

**Nombre científico:** Cassiaajatal

**Nombre vulgar:** Guacamaya francesa• Palo santo (ver fig.2)

**Descripción botánica:** Arbusto de hasta 4 m de altura, hojas compuestas con foliolos grandes, oblongos, subtruncados en la base, redondeados, lampiños; el par inferior próximo al nudo y distante del par inmediato; los peciolos son triangulares, desprovistos de glándulas; flores amarillas, vistosas, en racimos terminales, con brácteas grandes,

caducas; los pétalos son lacerados en el margen. Legumbre tetrágona, con lazos formados por alas longitudinales situadas a lo largo del medio de las valvas; son dehiscentes, con los bordes enteros y las alas cremuladas, negras, mucronadas, multicelulares; semillas comprimidas, paralelas a los tabiques. Pertenece a la familia Fabaceae.

**Origen y estatus:** Es originaria de Surinam, América Central, Bolivia, Perú y Chile, introducida y naturalizada en Cuba.

**Usos más comunes:** Dermatológico, antifúngico; es usada en América para combatir la tiña, afecciones micóticas de la enfermedad “pie de atleta” y para combatir parásitos intestinales. Tiene probada acción laxante.

**Formas de uso y preparación:** Se preparan decocciones con sus hojas para las afecciones de la piel y de sus semillas para los parásitos intestinales.

- Parte utilizada: Hojas y semillas.
- Forma de propagación: semillas
- Época de siembra: noviembre 20 - diciembre 20
- Distancia de siembra: 90 cm (chorrillo), y por trasplante 35 - 90 cm
- Ciclo vegetativo: 105 días
- Población aproximada: 37 000 - 66 000 plantas/ha
- Gasto de semillas: 0,6 kg/ha
- Cosecha: 8 - 10 cosechas
- Rendimiento: 1,5 t de flores frescas

**Nombre científico:** *Justicia pectoralis* Jacq.

**Nombre vulgar:** Tilo (**ver fig.3**)

**Descripción botánica:** Hierba con ramas delgadas de nudos bien diferenciados y algo engrosados; hojas simples opuestas, lanceoladas de bordes enteros, con el ápice atenuado y la base obtusa de entre 3 y 6 cm de longitud, y hasta 2 cm de ancho. Inflorescencia en panículas terminales, de hasta 10 cm de longitud. Flores irregulares, pequeñas, violáceas y bilabiadas. Frutos en cápsulas comprimidas. Pertenece a la familia Acanthaceae.

**Origen y estatus:** Es una planta originaria de Puerto Rico, y de toda la América tropical; es endémica del continente.

**Usos más comunes:** Sedante, pectoral y antiespasmódico.

**Formas de uso y preparación:** En infusiones o en decocciones del follaje.



- Parte utilizada: Hojas y ramas.
- Forma de propagación: estaca
- Época de siembra: diciembre - marzo
- Distancia de siembra: se realiza en cuatro hileras, a 20 cm entre estas, y a 10 entre plantas de la misma hilera
- Ciclo vegetativo: perenne
- Población aproximada: 400 plantas/10 m<sup>2</sup> de cantero
- Cosecha: comienza a los cuatro meses de plantadas.
- Rendimiento: 24 t de masa verde/ha en cada corte

**Nombre científico:** Matricaria recutital.

**Nombre vulgar:** Manzanilla (ver fig.4)

**Descripción botánica:** Hierba anual de alrededor de 50 cm de altura, de ramas delgadas. Hojas alternas, en los últimos segmentos pinnatisectas, filiformes y peciolo ausente. Capítulos florales terminales, con flores radiadas periféricas blancas; las florestubulares centrales, son de color amarillo intenso. Frutos pequeños, en aquenio, cónicos de color verde parduzco.

**Origen y estatus:** es de origen euroasiático; se encuentra distribuida en toda América, donde fue introducida por los conquistadores.

**Usos más comunes:** afecciones cutáneas y digestivas; es antidiarreica, antiinflamatoria, antiespasmódica, suavizante de la piel, antifúngica, antiviral, antibacteriana; se puede usar para la soriasis y la linfangitis, para las diarreas agudas y las dismenorreas. Es sedante y vasodilatadora, además de ser usada también como cicatrizante.

**Formas de uso y preparación:** Se prepara en cremas para uso dermatológico, aunque en ese caso también se pueden usar los extractos fluidos. Su uso más conocido es preparado como infusión.

- Parte utilizada: Flores, hojas y la parte aérea en general.
- Forma de propagación: semillas
- Época de siembra: noviembre 20 - diciembre 20
- Distancia de siembra: 45 cm, a chorrillo.
- Ciclo vegetativo: 105 días
- Gasto de semillas: 3,5 kg/ha
- Cosecha: se inicia a los 60 - 70 días de la siembra
- Rendimiento: 0,1 kg/ha de peso se

**Nombre científico:** Orthosiphonaristatus (Blume) MIQ.

**Nombre vulgar:** Té de Riñón (**ver fig.5**)

**Descripción botánica:** arbusto perenne de 50 a 70 cm de altura, muy ramificado, de tallos angulosos, hojas opuestas de entre 2 y 7 cm de largo, romboidales o elípticas, cortas, con pecíolos de bordes dentados. Flores irregulares de color lila claro, con estambres muy claros, dispuestos en espigas terminales de hasta 8 cm de largo. Pertenece a la familia Lamiaceae.

**Origen y estatus:** Asia tropical, Indonesia y Australia; introducida en Cuba desde la República Soviética de Georgia, en la década del 70.

**Usos más comunes:** tónico, antiespasmódico, carminativo, diurético, antitusivo y litolítico. Tiene ciertas propiedades contra la diabetes. Actúa sobre la arterioesclerosis y la hipertensión.

**Formas de uso y preparación:** Se usa en infusiones y decocciones.

- Parte utilizada: hojas.
- Forma de propagación: estacas previamente enraizadas o siembra directas
- Época de siembra: noviembre-marzo
- Distancia de siembra: 90 cm x 90 cm
- Ciclo vegetativo: perenne
- Población aproximada: 37 000 plantas/ha
- Cosecha: el primer corte se efectúa entre los 80 y 90 días a partir de la fecha de plantación, y los restantes a intervalos de 45 días aproximadamente
- Rendimiento: 6 t de masa verde/ha por corte

**Nombre científico:** RutagraveolensL.

**Nombre vulgar:** Ruda (**ver fig.6**)

**Descripción botánica:** Planta perenne de fuerte olor, de 30 a 60 cm de altura. Hojas alternas, pinnadas. De 2 a 3 pares perfectas. Pertenece a la familia Rutaceae.

**Origen y estatus:** Es una planta originaria de los países mediterráneos orientales y el Asia Menor; introducida y naturalizada en Cuba.

**Usos más comunes:** Abortivo, emenagogo, para dolores de oídos, antihelmíntico y sedante. Calma el dolor de cabeza, la histeria, la taquicardia y otros síntomas de ansiedad, así como trastornos leves del sistema digestivo; aumenta también la circulación periférica, fortalece la pared capilar y disminuye la tensión arterial.

**Formas de uso y preparación:** se utiliza la infusión de las hojas secas como sedante, para la dispepsia, el dolor de cabeza, la histeria y otros síntomas de ansiedad; pero su uso más frecuente en Cuba es extrayendo el jugo de sus hojas para el dolor de oídos.

- Parte utilizada: Las hojas.
- Forma de propagación: esquejes
- Época de siembra: todo el año
- Distancia de siembra: 0,60 - 0,90 x 0,35 m
- Ciclo vegetativo: perenne
- Población aproximada: 57 - 70 plantas/10 m<sup>2</sup>
- Cosecha: dos al año
- Rendimiento: 1,8 kg/ha

**Nombre científico:** Rosmarinus officinalis L.

**Nombre vulgar:** Romero (ver fig.7)

**Descripción botánica:** Arbusto de hasta 1 m de altura, muy ramificado, de hojas largas estrechas, gruesas y duras al tacto, con bordes doblados hacia abajo, de color verde en su parte superior y grisáceo en la inferior. Las flores son pequeñas, agrupadas en la punta de la rama, de color azul pálido con manchas violáceas. Toda la planta es fuertemente aromática, y las hojas y flores tienen un sabor picante. Pertenecen a la familia Lamiaceae.

**Origen y estatus:** Es una planta originaria del Mediterráneo, introducida y naturalizada en Cuba.

**Usos más comunes:** Colerético y protector del tejido hepático, antiespasmódico; carminativo y antiséptico; para la circulación y los nervios, en catarros, bronquitis y asma; para dolores musculares, reumatismo y ciática; tiene también propiedades analgésicas.

**Formas de uso y preparación:** Se recomienda la infusión de hojas secas para la dispepsia, vómitos y vértigo. La maceración alcohólica sirve para el reumatismo, los dolores musculares y la ciática; se hacen también tinturas y elixires y el aceite de sus hojas se usa para fricciones.

- Parte utilizada: Follaje.
- Forma de propagación: esquejes
- Época de siembra: todo el año
- Distancia de siembra: 0,60 - 0,90 x 0,35 m
- Ciclo vegetativo: 3 - 4 años

- Población aproximada: 8 000 plantas/ha

**Nombre científico:** Plantago major L.

**Nombre vulgar:** Llantén (ver fig.8)

**Descripción botánica:** Hierba sin tallo y hojas ovales grandes, largamente peciolada. Flores pequeñas, poco vistosas, agrupadas en espigas y apretadas a largos pedúnculos que sobresalen entre las hojas. Fruto pequeño, dehiscente, con numerosas semillas de color carmelita. Pertenece a la familia Plantaginaceae.

**Origen y estatus:** Es una planta europea, introducida y naturalizada en Cuba.

**Usos más comunes:** Afecciones hepáticas, renales, anginas; anticatarral, antiinflamatorio; contra los cólicos nefríticos, las úlceras, aftas estomacales, quemaduras, estomatitis; es antitusivo y expectorante suave; astringente en las diarreas.

**Formas de uso y preparación:** La decocción se usa por vía oral para las inflamaciones del tracto digestivo, o de las encías; también se usa para compresas en afecciones de la piel y ojos; también se pueden preparar cremas para la piel.

- Parte utilizada: Parte aérea.
- Forma de propagación: semillas
- Época de siembra: noviembre - diciembre
- Distancia de siembra: 20 cm x 42 cm
- Ciclo vegetativo: de 8 - 9 meses
- Población aproximada: 11 1000 posturas/ha
- Gasto de semillas: 3,5 kg/ha
- Cosecha: la primera se efectúa al mes de plantada, las restantes con un intervalo de 45 días
- Rendimiento: 33.4 t/ha de masa verde en tres cortes

**Nombre científico:** Piper auritum Kunth.

**Nombre vulgar:** Caisimón de anís (ver fig.1)

**Descripción botánica:** Planta silvestre, el tallo alcanza entre 60 - 150 cm, acanalado, hojas distantes, grandes, cordiformes, terminadas en puntas, pecíolos largos, espigas blancuzcas en número de 3 a 6. Exhala un olor agradable. Pertenece a la familia Piperaceae.

**Origen y estatus:** Nativa de México, América Central y el norte de Suramérica; introducida y naturalizada en Cuba.

**Usos más comunes:** Emoliente, diurético, antirreumático, estimulante, antiespasmódico y antiinflamatorio. El extracto tiene comprobada acción antiespasmódica, así como analgésico y antiinflamatorio; en extracto alcohólico tiene propiedades antibacterianas.

**Formas de uso y preparación:** Se usan las hojas directamente aplicadas a la parte inflamada, o los extractos fluidos al 70% contra los dolores. El extracto alcohólico contra infecciones bacterianas y fúngicas.

- Forma de propagación: semillas, esquejes
- Época de siembra: todo el año
- Distancia de siembra: 1,20 m x 1,20 m
- Ciclo vegetativo: perenne
- Población aproximada: 1 600 plantas/ha
- Cosecha: todo el año

**Nombre científico:** *Ocimum sanctum* L.

**Nombre vulgar:** Albahaca morada (**ver fig.10**)

**Descripción botánica:** Planta anual o bienal, erecta, ramificada de hasta 80 cm. de altura, hojas aovadas, elípticas, dentadas de 3 - 5 cm de largo con pecíolo delgado. Esta planta sembrada a pleno sol presenta el tallo de color morado oscuro. Pertenece a la familia Lamiaceae.

**Origen y estatus:** Nativa de Asia tropical, e introducida y naturalizada en Cuba.

**Usos más comunes:** Antiespasmódico, contra la diabetes mellitus. Es también comprobadamente antimicrobiana y antidepresiva.

**Formas de uso y preparación:** Se usan extractos fluidos al 70%, y también se usan los extractos oleosos en la medicina dental.

- Parte utilizada: Follaje.
- Forma de propagación: estacas, semillas
- Época de siembra: todo el año
- Distancia de siembra: 0,5 x 0,9 m
- Ciclo vegetativo: 120 días
- Población aproximada: 27 800 - 41 900 plantas
- Gasto de semillas: 22 200 estacas/ha

- Cosecha: de 1 a 2 cosechas al año
- Rendimiento: 25 t/ha/corte de follaje fresco

**Nombre científico:** *Ocimum basilicum* L.

**Nombre vulgar:** Albahaca blanca (**ver fig.11**)

**Descripción botánica:** Planta anual, erecta, ramificada, de 30 a 40 cm. de alto; hojas elípticas, aovadas u oblongas de 3 a 4 cm de largo, con peciolo delgado; inflorescencia de hasta 20 cm de largo. Pertenece a la familia Lamiaceae.

**Origen y estatus:** Es originaria de la zona entre Indochina e Indonesia, y naturalizada en Las Antillas y en Cuba.

**Usos más comunes:** Antiespasmódico, carminativo y digestivo; también se usa contra las afecciones de las vías respiratorias, para el dolor de cabeza, bajar la fiebre, en forma de fricciones. Es comprobadamente antimicrobiana y antiespasmódica.

**Formas de uso y preparación:** Generalmente se usan extractos fluidos.

- Parte utilizada: Follaje.
- Forma de propagación: estacas, semillas
- Época de siembra: todo el año
- Distancia de siembra: 0,5 x 0,9 m
- Ciclo vegetativo: 120 días
- Población aproximada: 27 800 - 41 900 plantas/ha
- Gasto de semillas: 22 000 estacas/ha
- Cosecha: 1 - 2 /año
- Rendimiento: 25 t/ha de follaje fresco/corte

**Nombre científico:** *Ocimum gratissimum* L.

**Nombre vulgar:** Orégano, Albahaca cimarrona

**Descripción botánica:** Sub-arbusto de 1 a 2 m de altura. Hojas estrechadas hacia ambos extremos. Flores pequeñas e irregulares, blancas, agrupadas en espigas de 10 a 15 cm de longitud, situadas en el extremo de la rama. Fruto en forma de una pequeña cápsula abierta en su extremo apical, conteniendo 4 semillas pardas. Pertenece a la familia Lamiaceae.

**Origen y estatus:** Ampliamente distribuida en las Antillas y en los trópicos del Viejo Mundo.

**Usos más comunes:** Antiespasmódico, expectorante y antitusivo. Se le atribuyen propiedades antigripales y febrífugas. Tiene comprobada acción antiespasmódica.

**Formas de uso y preparación:** En decocciones de las hojas y en extractos fluidos.

- Parte utilizada: Las hojas.
- Forma de propagación: semillas
- Época de siembra: todo el año. La fecha óptima es de septiembre a noviembre
- Distancia de siembra: 0,9 x 0,4 m
- Ciclo vegetativo: perenne
- Población aproximada: 27 900 plántulas/ha
- Gasto aproximado de semillas: 100 q/ha
- Cosecha: el primer corte se efectúa a los 120 días de haberlas plantado. Admite un corte mensual
- Rendimiento: 70 t de masa verde/ha en cada corte.<sup>10,11</sup>

## **Conclusiones**

Es fundamental la preparación del suelo y su manejo, para un buen desarrollo de las plantas y que la producción sea eficiente, manteniendo sistematicidad en el riego, por la gran importancia de la relación aire-humedad.

El uso de las plantas medicinales es común en la población de Cuba, aunque gran parte de ella desconoce muchas de sus propiedades, formas de empleo y modos de aplicación. Para avanzar en el conocimiento de la gestión tradicional de los recursos naturales de origen vegetal y de las relaciones entre las sociedades humanas y las plantas.

Necesario divulgar, los conocimientos pertinentes que le permitan a la población cultivar en cualquier pedazo de terreno, algunas de las plantas medicinales que le sean necesarias en algún tratamiento.

## **Referencias Bibliográficas**

1. Lima López Yenice, Guzmán Guzmán Vivian, López Linares Yahimara, Satchwell Robinson Ruth. La medicina tradicional herbolaria en los sistemas de salud convencionales. Rev Hum Med [Internet]. 2019 Abr [citado 2021 Jun 08]; 19( 1 ): 201-217. Disponible en:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202019000100201&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202019000100201&lng=es).

2. Escalona Cruz Luis Jesús, Tase Aguilar Aliuska, Estrada Martínez Aliuska, Almaguer Mojena Maida Luisa. Uso tradicional de plantas medicinales por el adulto mayor en la comunidad serrana de Corralillo Arriba. Guisa, Granma. Rev Cubana Plant Med [Internet]. 2015 Dic [citado 2021 Jun 08] ; 20( 4 ). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-47962015000400007&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-47962015000400007&lng=es).
3. Pláin Pazos C, Pérez de Alejo Plain A, Rivero Viera Y. La Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades. Rev cuba med gen integr [Internet]. 2019 [citado 8 Jun 2021];, 35(2):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://www.revmqi.sld.cu/index.php/mqi/article/view/754>
4. Mustelier Cardona L, Sánchez Díaz AP, Peraza Corrales JA. Uso de plantas medicinales en enfermedades otorrinolaringológicas. Rev Cubana Otorrinolaringol Cirug Cabeza Cuello [Internet]. 2020 [citado 8 Jun 2021];4(3):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://www.revotorrino.sld.cu/index.php/otl/article/view/170>
5. Escalona Cruz LJ. Uso tradicional de plantas medicinales por el adulto mayor en la comunidad serrana de Corralillo Arriba. Guisa, Granma. Rev cuba plant med [revista en Internet]. 2015 [citado 8 Jun 2021];, 20(4):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revplantasmedicinales.sld.cu/index.php/pla/article/view/274>
6. Lee Garcés Y, Lee Garcés Y, Guerrero Silva I, Delgado Ros T, Lois Martén A. El proceso de atención de Enfermería y la Medicina Natural y Tradicional. Rev Inf Cient [Internet]. 2015 [citado 8 Jun 2021];, 93(5):[aprox. 9 p.]. Disponible en: <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/190>
7. Acosta de la Luz Lérica. Cultivo de plantas medicinales, su producción agroecológica. Rev Cubana Plant Med [Internet]. 2005 Dic [citado 2021 Jun 08] ; 10( 3-4 ). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-47962005000300001&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-47962005000300001&lng=es).
8. Ocampo - Sánchez, R.A; Valverde R. Manual de cultivo y conservación de Plantas medicinales [Internet]. 2000 [citado 2021 Jun 08]. San José, Costa Rica.



Disponible

en:

<http://www.manioc.org/gsd/collect/recherch/import/tramil/manualdecu1.pdf>

9. Fuentes, V; Granda M. Conozca las plantas medicinales. (1997). [citado 2021 Jun 08]. La Habana: Ed. Científico Técnica.
10. Scull R, Miranda M, Infante R E. Plantas medicinales de uso tradicional en Pinar del Río: Estudio etnobotánico. I. Rev Cubana Farm [Internet]. 1998 Abr [citado 2021 Jun 10]; 32( 1 ): 57-62. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75151998000100009&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75151998000100009&lng=es).
11. Fuentes, V; Granda M. Conozca las plantas medicinales. (1997). La Habana: Ed. Científico Técnica.

### **Bibliografía**

12. Bermúdez, A. y D. Velásquez (2002). Etnobotánica médica de una comunidad campesina del estado Trujillo, Venezuela: un estudio preliminar usando técnicas cuantitativas. Universidad Central de Venezuela. Rev. Fac. Farm; 44:2-6.
13. Bertsch, F. (1995). La Fertilidad de los suelos y su Manejo. ACCS; Costa Rica, 157pp
14. Beyra, Á.; M.C. León; D. Ferrándiz y R. Herrera (2004). Estudios etnobotánicos sobre plantas medicinales en la provincia de Camagüey, Cuba. Anales del Jardín Botánico de Madrid. 61(2):185-204.
15. Detroux y Gostinchar J., (1970). Los herbicidas y su empleo. Edic. Revolucionaria. Instituto del Libro. 477 pp.
16. Fuentes, V; Granda M. Conozca las plantas medicinales. (1997). La Habana: Ed. Científico Técnica.
17. Gauniyal. A.K.; A.K. Rawat y P. Pushpangadan (2005). Interactive meeting for evidenced-based complementary and alternative medicines: a report. Evid Based Complement Alternat Med; 2:249-52.
18. Jacob, A. y Nexkull (1967). Principios de fisiología vegetal, Ed. Revolucionaria.
19. Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución. VI Congreso del Partido Comunista de Cuba [Folleto]. Editora Política, 2011.

20. Londoño, P.; A.F. Morais de Oliveira y L. Cavalcanti (2010). Plantas medicinales de uso femenino en la comunidad indígena Pankararu, nordeste del Brasil. En el IV Congreso Internacional de Plantas medicinales. Palmira (Valle). Colombia: Universidad Nacional de Colombia. Sep 16-18.
21. Morales, M.; A. Hernández; F. Marentes; F. Funez-Monzote; Y. Borges; F. Morell, D. Vargas y H. Ríos (2008). Nuevos aportes sobre el efecto de la disminución de materia orgánica en los suelos Ferralíticos Rojos Lixiviados. Revista Agrotecnia de Cuba, 32(1):57-64.
22. Verpoorte, R.; Y.H. Choi y H.K. Kim (2005). Ethno pharmacology and systems biology: a perfect holistic match. J Ethnopharmacol; 100:53-6.