

# Herbolaria y dolor



MÉXICO

Autora: Lic. Ángeles Santiago Méndez

**D**esde su aparición en la Tierra hasta nuestros días, el hombre ha luchado por paliar sus dolencias. Así, los primeros homínidos encontraron en la naturaleza un proveedor de remedios para sus enfermedades y dolores. Primero imitando el comportamiento de los animales, a los que observaba comer ciertas hierbas cuando enfermaban o estaban heridos, y después siguiendo su intuición y a base de prueba y error, el hombre primitivo empezó a distinguir las plantas comestibles de las curativas o dañinas. En su caminar por la evolución y guiado por su inicial carácter nómada que lo condujo a poblar distintas latitudes, el hombre llevó consigo hojas, tallos y raíces como arsenal terapéutico.

Lejos de extinguirse, esta medicina natural se arraigó en todas las culturas, en primer lugar gracias al surgimiento de la agricultura y en segundo término por la aparición del lenguaje, eficaz instrumento para denominar, clasificar y proteger plantas que quedarían impresas en la memoria colectiva, muchas veces bajo el resguardo de la figura primigenia del médico, es decir, el brujo o curandero. Este proceso llevó miles de años hasta llegar a la configuración de un cuerpo teórico-práctico de conocimientos herbolarios, de manera que cientos de plantas resultaron tan eficaces que permanecen vigentes.

México cuenta con una antiquísima tradición en el uso de la herbolaria con fines terapéuticos. De las 7 mil especies vegetales botánicamente clasificadas en nuestro país, se estima que 3 mil son empleadas en el área medicinal y su utilidad se remonta a la época prehispánica. Se calcula que el hombre llegó a Mesoamérica hace aproximadamente 21 mil años y es a partir de la segunda mitad del cuarto milenio cuando se empiezan a conformar las civilizaciones del periodo llamado preclásico. Al respecto, Fray Bernardino de Sahagún menciona: “primero existieron los toltecas, sabían y conocían las calidades y virtudes de las ➔

## Referencias bibliográficas

1. Aguilar, Abigail, Argueta, Arturo, Caro, Leticia, *Flora medicinal indígena de México*, Tomos I y II, Instituto Nacional Indigenista, México, 1994.
2. Aguilar, Abigail, Camacho, Juan Raúl, *Herbolaria medicinal del IMS, IMSS*, México, 1994.
3. Argueta, Arturo et al. *Atlas de la medicina tradicional mexicana*, Tomos I, II y III, Instituto Nacional Indigenista, México, 1994.
4. Linares, Edelmira, Bye Robert, Flores, Beatriz, *Plantas medicinales de México/ Usos y remedios tradicionales*, Universidad Nacional Autónoma de México, México, 1999.
5. Lozoya, Xavier, *Plantas, medicina y poder/Breve historia de la herbolaria mexicana*, Pax, México, 1994.
6. Lozoya, Xavier, *Xiuhpatli*, Universidad Nacional Autónoma de México, México, 1999.
7. Márquez, Carmen, et al. *Plantas medicinales de México III/Composición, usos y actividad biológica*. Universidad Nacional Autónoma de México, México, 1999.

hierbas, porque sabían las que eran de provecho y las que eran dañinas y mortíferas y por la gran experiencia que tenían de ellas dejaron señaladas y conocidas las que ahora se usan para curar [...]. Los olmecas son muy ricos porque sus tierras son muy fértiles y abundosas. Allí se da mucho cacao que llaman *cuapatlachi* (hule) y la flor que llaman *yoloxóchitl* (flor de corazón) y todas las demás hierbas que son muy preciadas para curar”.

Por otro lado, existen amplias referencias de la importancia de los jardines botánicos en el México prehispánico. Según Francisco del Paso, los toltecas legaron sus conocimientos sobre las plantas medicinales a los aztecas y compartieron su admiración por las plantas con los tarascos y zapotecas. La copia de bellos murales de principios del periodo clásico –ubicado hacia el año 300 de nuestra era– hallados en lo que fuera el área de Tepantitla (en la ciudad de Teotihuacan) es una de las primeras representaciones gráficas de las plantas medicinales. Los expertos señalan que en el mural se observan, entre otra, flores como el *tecomaxóchitl* (hoy llamado floripondio), hierbas como el *yautli* (pericón) y psicotrópicos (hongos alucinógenos) siendo aplicados a enfermos.

Dado que no existen fuentes directas que abundan sobre las culturas que siguieron a los toltecas, teotihuacanos y olmecas, la única información disponible sobre herbolaria proviene de manuscritos que los conquistadores elaboraron basados en los relatos de los ancianos. Actualmente es quizá la náhuatl una de las culturas más estudiadas. El aspecto medular de la herbolaria nahua –y de múltiples aspectos culturales– reside en su particular concepto del universo, según el cual éste se dividía en cielo e inframundo; en uno hacía calor y en el otro frío, y el hombre se situaba en medio de ambos. El organismo, pensaban, se mantenía sano cuando su frío y su calor estaban en equilibrio. Fue en esa polaridad frío-calor que los nahuas se basaron para clasificar enfermedades, órganos y medicamentos (herbolaria).

Para restituir un posible desequilibrio se acudía a los tianguis o mercados indígenas. En este tipo de consultorios ancestrales existían los *ticitl* (médicos) de distintas especialidades, quienes poseían el

saber herbolario y eran capaces de curar fracturas hasta *enderezar el corazón*. Hacia 1521, después de un recorrido por las recién conquistadas tierras americanas, Hernán Cortés escribiría en la segunda de sus famosas *Cartas de relación*: “Hay calles de herbolarios donde hay todas las raíces y yerbas medicinales que en esta tierra se hallan. Hay casas como de boticarios donde [...] venden mucha leña y carbón y yerbas de comer y medicinales”. No debe olvidarse que la herbolaria mantenía una estrecha relación con el aspecto mágico-religioso, sin que por ello se demeriten las propiedades curativas de muchas plantas y los conocimientos –ciertamente en muchos casos atinados y valiosos– que eran transmitidos en forma oral.

Con bases empíricas de la herbolaria, pero con una parte cognoscitiva suficiente para construir todo un sistema médico, los nahuas hicieron una clasificación de las plantas cuyos rasgos fueron comunes a las de casi todos los pueblos posteriores a ellos. De igual forma, esta división botánica indígena era similar a la usada por los europeos del siglo XVI. Al nombre genérico, como hierba (*xihuitl*), palo o árbol (*cuahuitl*) o flor (*xóchitl*) le anteponian la denominación característica. Ésta se refería no sólo a aspectos morfológicos, como la raíz, las hojas o las flores, sino también a aspectos como colores, texturas (hierba espinosa, vara lisa), localización geográfica (hierba del Anáhuac, hierba de Oaxtepec), consistencia (hierba lechosa, árbol), sabores, el lugar donde crecía, nombres de animales relacionados con ellas (hierba del zorri-llo, hierba de la hormiga) o aun con las acciones medicinales reconocidas en ellas. *Cochizapoquahuítl*, por ejemplo, provenía de *cochi*, que significa sueño, *zapotl* (zapote) y *quahuítl*, que quiere decir árbol. En conjunto equivalía a: árbol que produce zapotes para dormir. Hoy en día existen estudios que confirman sus propiedades como hipotensor.

Una vez establecido el virreinato de la Nueva España (siglo XVI), surgió el deseo de

inventariar toda aquella riqueza herbolaria, por lo que médicos prestigiados de la época participaron de esta fiebre por los productos naturales de México, entre ellos Francisco Hernández (1517-1587), quien en su obra *Historia natural de la Nueva España* agrupó 2,200 plantas medicinales. Este texto se convirtió en la información científica oficial con la que España introdujo los nuevos medicamentos herbolarios de su colonia americana en Europa y en la base de todos los libros que durante siglos posteriores se escribirían al respecto.

Entre el siglo XVI y el XVII aparecieron otros trabajos sobre plantas medicinales en la Nueva España. Uno de ellos fue el *Libellus de medicinalibus indorum herbis* (librito de las plantas medicinales de los indios), escrito en 1592 por los indígenas Martín de la Cruz y Juan Badiano y que describe 250 plantas curativas que se empleaban en ese tiempo en el Valle de México y sus alrededores; se distingue por sus 185 bellísimos dibujos en miniatura, a color. Otro libro importante fue *La historia general de las cosas de la Nueva España*, realizado por el franciscano Bernardino de Sahagún –entre 1548 y 1582– con la ayuda de varios indígenas. El texto fue escrito tanto en español como en náhuatl e incluyó 130 dibujos, ilustrando plantas y tratamientos.

Médicos, frailes y exploradores de la época colonial produjeron textos sobre plantas medicinales, de los cuales mencionamos sólo algunos: Francisco Ximénez (*Cuatro libros de la naturaleza y virtudes de las plantas*, 1615); Gregorio López (*El tesoro de las medicinas*, 1672); Nicolás Monardes (*Primera y segunda y tercera partes de la historia medicinal de las cosas que se traen de nuestras indias occidentales que sirven en medicina*).

En el campo de la herbolaria, como en muchos otros, hubo un choque de creencias y conceptos que más tarde terminaron por fusionarse; de manera inevitable a cada vegetal se le atribuiría una compleja com-

binación de propiedades curativas. Al final del siglo XVII la herbolaria medicinal mexicana era totalmente híbrida. Numerosas plantas europeas fueron adoptadas por los indígenas y actualmente son catalogadas como típicas de México, tal es el caso de la manzanilla, albahaca, hierbabuena, ajo, perejil y ruda, entre otras. Desafortunadamente, gran parte del arsenal terapéutico mexicano se perdió ante la prohibición de la Iglesia de usar determinadas hierbas que eran consideradas instrumento de idolatría. En algunos casos se preservaron ciertas plantas *convirtiéndolas* al cristianismo mediante el cambio de nombre, por ejemplo, *yauhtli* por Santa María; *ololihuqui* por semillas de la virgen; *yoyotli* por codo de fraile; *tolozin* por hierba del diablo.

Casi relegada durante los 400 años que duró la Conquista, la terapéutica medicinal indígena resurgió poco después de la Independencia de México, alrededor de 1859, cuando José María Vargas inició el estudio químico de nuestra riquísima flora. Tanto en el siglo XIX como en los primeros 60 años del XX la investigación científica sobre herbolaria se llevó a cabo sin ahondar en el saber popular. Fue a partir de los años 70 del siglo XX cuando el quehacer etnobotánico tomó en cuenta el conocimiento transmitido de boca en boca. En 1974, la OMS hizo un llamado para incorporar la medicina tradicional a la estrategia global de salud.

Antes, en 1933, Maximino Martínez publicó su libro *Las plantas medicinales de México*, en el que reunió información valiosa de los dos últimos decenios del siglo XIX. Esta obra no sólo se basó en la etnobotánica sino también en el uso que la población hacía de unas 300 plantas. Más tarde, en los años 50, con el hallazgo del barbasco, eminentes científicos mexicanos impulsaron la investigación en el área de la herbolaria. Actualmente el conocimiento que se tiene sobre las plantas medicinales empieza a recuperar la información no asentada en escritos, se está empezando a tomar en cuenta la opinión de especialistas en el campo o de los usuarios de la herbolaria. No se pretende aquí hacer un recuento de los proyectos e instituciones que ➤

desde la época independentista de México existieron sobre las plantas curativas. Basta decir que la historia y aun la ciencia han demostrado la valía de los recursos herbolarios que existen en nuestro país.

Tampoco se trata de recomendar el consumo indiscriminado de las plantas medicinales, ya que sus principios activos están lejos de ser totalmente inocuos. Lo que se desea es revalorar la medicina herbolaria, pasar del folclor a la evaluación farmacológica, pero sin ignorar la sabiduría de nuestros antepasados. Xavier Lozoya plasma claramente esta idea: “un renacer caracteriza a la medicina de nuestros días y es posible avizorar que en el siglo XXI ésta contará con novedosos medicamentos de origen vegetal y alternativas biotecnológicas para su producción, mediante una fructífera conciliación entre las ideas antiguas y nuevas, que servirán de base para la construcción de un nuevo paradigma médico”. A continuación se hará una breve descripción de algunas plantas que hasta el día de hoy se consideran útiles para el tratamiento de ciertos tipos de dolor.

### Árnica

**Nombre científico:** *Heterotheca inuloides* Cass.

**Nombres comunes:** acahual, falsa árnica y cuautetenco.

**Usos:** esta planta de origen mexicano, que crece silvestre en regiones de clima templado, se recomienda para aliviar el dolor de muelas y el producido por contusiones, aunque su uso actual más generalizado es para lavar heridas. También tiene gran aplicación como analgésico en dolor de úlcera, dolor de la boca del estómago, de pulmón, de pecho, muscular, renal o de reumas.

### Cacaloxóchitl

**Nombre científico:** *Acutifolia* poiret

**Nombres comunes:** candelero, flor de mayo y palo de oído.

**Usos:** en sus flores y hojas se han detectado componentes como monoterpenos, cumarato y el glucósido cumárico, lo cual hace del cacaloxóchitl un eficaz analgésico. Su látex, por ejemplo, sirve para curar el dolor de oídos, sacar espinas,

eliminar verrugas y aliviar otras afecciones de la piel. Estudios farmacológicos han probado que el tallo ejerce una gran acción analgésica, antiespasmódica y antiviral.

### Cempasúchil

**Nombre científico:** *Tagetes erecta* L.

**Nombres comunes:** flor de difunto, flor de muerto y cempazúchitl.

**Usos:** tiene gran aplicación en el alivio del dolor de pecho provocado por afecciones del pulmón o del corazón. Asimismo, la flor tiene una útil actividad antibiótica para una enorme cantidad de bacterias y hongos. También sirve para curar enfermedades de tipo respiratorio, como catarro, gripe, bronquitis, y problemas ginecoobstétricos (desinflamación del vientre, *frialdad* en la menstruación, cólicos menstruales y baños posparto).

### Cola de caballo

**Nombre científico:** *Equisetum hyemale* L.

**Nombres comunes:** cola de rata, equiseto, limpiaplata, carricillo y cañuela.

**Usos:** se emplea para contrarrestar el dolor de riñón, como tratamiento de padecimientos que afectan este órgano y, mezclado con plantas como el pelo de elote, para aliviar problemas urinarios. Además, se utiliza para curar heridas. Algunos autores refieren sus cualidades para tratar enfermedades como gota, reumatismo, ciática, úlceras varicosas, artritis, lumbago y afecciones del estómago e hígado.

### Chile

**Nombre científico:** *Capsicum Nahum* L.

**Nombres comunes:** existe más de una veintena de especies, las más conocidas son el chile chipotle, el serrano, el habanero, de árbol y jalapeño.

**Usos:** estudios químicos han revelado que el chile contiene un principio analgésico llamado capsicina, sustancia que posee la capacidad para interferir la transmisión de

las señales nerviosas del dolor. Esto explica el uso analgésico del chile en el dolor dental y en el producido por padecimientos reumáticos. Hoy en día son famosas las pomadas que se emplean para mitigar el dolor muscular originado por lesiones.

### **Epazote**

**Nombre científico:** *Teloxys graveolens* (Willd.) Webber.

**Nombres comunes:** epazote de perro, epazote morado, hierba de perro e ipazote de zorrillo.

**Usos:** se emplea para aliviar el dolor de estómago y para los cólicos menstruales, aunque –según la tradición– es eficaz como desparasitante, para el vómito, para la disentería y la bilis. De igual forma, se cree que es útil para el *espanto*, *susto*, *aire*, calambres y para acelerar el parto. Es sabido que sus hojas son parte de los condimentos más usados en la cocina mexicana actual.

### **Gordolobo**

**Nombre científico:** *Gnaphalium* spp.

**Nombres comunes:** tozonpotinic.

**Usos:** generalmente se utiliza para quitar el dolor en padecimientos de garganta y bronquiales, en el resfriado común, contra el dolor abdominal y los dolores causados por el reumatismo. En uso externo sirve para desinflamar quemaduras leves. Algunos señalan su eficacia para aliviar dolores generalizados del cuerpo y para reducir las hemorroides.

### **Huele de noche**

**Nombre científico:** *Cestrum nocturnum* L.

**Nombres comunes:** hediondilla, hierba del zorrillo, minoche y orcajada negro.

**Usos:** la sabiduría popular refiere que para sanar el dolor de cualquier parte del cuerpo esta hierba se muele fresca y se forma una masa que se unta en el lugar afectado. Asimismo, se recomienda para quitar el dolor de cabeza y de estómago. Por otro lado, se emplea en padecimientos de la piel, como

granos y mezquinos, y en el sarampión. Además, se le atribuyen propiedades para desinfectar heridas.

### **Laurel**

**Nombre científico:** *Lisea glaucescens* Knuth. *Lauraceae*.

**Nombres comunes:** lauredó, llor, loureriro y ereinotz.

**Usos:** es útil en dolores reumáticos y en contusiones leves; su infusión ayuda a aliviar el dolor de estómago, sobre todo el de tipo cólico en niños y en caso de diarrea. Disminuye la fiebre, el dolor y la infección de garganta. Suele emplearse para tratar el cólico flatulento, el dolor de entuerto en el posparto y para evitar que las mujeres se hinchen, ya que extrae el aire de la matriz.

### **Matarique**

**Nombre científico:** *Psacalium peltatum*

**Nombres comunes:** matarique y matariqui.

**Usos:** su raíz se utiliza, en primer lugar, para aliviar el dolor de muelas, de riñón y el dolor por enfermedades reumáticas. Asimismo, sirve para quitar el dolor de cabeza, de pecho y el hepático. Se recomienda para quienes padecen diabetes, combinando la planta con pingüica o palo de tejocote (tomado como agua de tiempo) y para curar heridas.

### **Milenrrama**

**Nombre científico:** *Achillea milleforium*.

**Nombres comunes:** alcanfor, cola de zorro, flor de melón, plumasilla, plumilla y plumerillo.

**Usos:** dada su propiedad analgésica, se recomienda para el dolor de oído, de cabeza y por reumatismo. Se le emplea también como tratamiento en cólicos, empacho, dolor de estómago, disentería, vómito indigestión y acidez. En los niños, se considera eficaz en caso de espasmos, latido y crisis convulsivas. Suele usarse cuando los niños no pueden nacer y para tratar la dismenorrea.

### **Pericón**

**Nombre científico:** *Tapetes lucida* Cav.

**Nombres comunes:** anisillo, cedrón, hierba de san Miguel, periquillo y atagote. ☞

**Usos:** la tradición indica que es útil para calmar el dolor estomacal, de espalda, abdomen, cerebro, cuerpo, huesos, muelas, riñones, dolores internos y de *aire* producidos por cambios bruscos de temperatura, enfriamiento localizado en la cintura, oídos, cabeza y pecho. Además, se recomienda en caso de cólicos menstruales y dismenorrea.

### **Peyote**

**Nombre científico:** *Lophora williamsii* (Lem.) Coulter.

**Usos:** aunque desde la antigüedad esta cactácea ha sido relacionada con rituales religiosos y procesos de adivinación, se dice que es de gran ayuda para tratar el dolor por reumatismo, para aliviar contusiones, mallugaduras, fracturas y heridas. Por otro lado, se considera que el peyote es inmunizante y que ingerido o aplicado localmente es útil contra la picadura de animales venenosos. Se ha reportado su eficacia para curar la fiebre y el estreñimiento.

### **Ruda**

**Nombre científico:** *Ruta graveolens*.

**Nombres comunes:** lota, lura, arruda y besasa.

**Usos:** la propiedad más importante de esta planta es la de aliviar el dolor de estómago y el dolor de oído. También ha sido calificada como: antiartrálgica, antiespasmódica, antiparasitaria, antitusígena, enemagoga y diurética. La tradición oral menciona que la ruda quita el dolor originado cuando se ha salido de un lugar caliente a uno más frío.

### **Santa María**

**Nombre científico:** *Chrysanthemum parthenium* L.

**Nombres comunes:** chapote, matasano e *iztactzapotl*.

**Usos:** esta planta de inflorescencias amarillas y de sabor amargo se emplea para mitigar el dolor de cabeza y el dolor abdominal. De igual modo, suele utilizarse para curar úlceras en la boca, irritación en la piel, indigestión, diarrea y problemas urinarios.

### **Té limón**

**Nombre científico:** *Cymbopogon citratus*.

**Nombres comunes:** zacate limón.

**Usos:** es conocido por su eficacia en caso de dolor de estómago y de cabeza. También se aconseja usar su infusión en otros desórdenes del aparato digestivo, como vómito, diarrea. Sirve, además, para aliviar la gripe, tos y para detener la hemorragia vaginal, así como para bajar la presión arterial y reducir el colesterol.

### **Toloache**

**Nombre científico:** *Datura innoxia* Miller.

**Nombres comunes:** chamico, hierba verde y floripondio.

**Usos:** una de sus aplicaciones más importantes es en el dolor por reumatismo y en el dolor de cuerpo. Además, esta planta se recomienda para aliviar el dengue, la calentura, los golpes, el dolor de ombligo y contra la picadura de serpiente. Por otro lado, el toloache resulta útil para contrarrestar el dolor y los ataques asmáticos.

### **Yoloxóchitl**

**Nombre científico:** *Talauma mexicana* (DC) Don.

**Nombres comunes:** aguacote, árbol de corazón y magnolia.

**Usos:** es ampliamente recomendado para curar diversas afecciones cardíacas. La tradición popular dicta que es eficaz para controlar la presión, para los nervios y para mejorar la circulación. De igual forma, se menciona su uso terapéutico en el dolor de estómago y de cabeza. **DOLOR**