



**UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA**

UNAN - MANAGUA

Instituto Politécnico de la Salud “Luis Felipe Moncada”

Departamento de Enfermería.

**Seminario de graduación para optar al título de Licenciatura en Enfermería
Obstétrica y Perinatal.**

TEMA

Prácticas de fitoterapia

SUBTEMA

Prácticas de fitoterapia en mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022.

AUTORES:

- Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez.
- Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador.
- Br. Adolfo José Espinoza Flores.

TUTOR: MSc. Ivette Pérez Guerrero.

Managua, Nicaragua 07 de marzo 2023



Dedicatoria

Dedico este trabajo principalmente a Dios por haberme dado la sabiduría y el entendimiento para realizar esta tesis, quien como guía estuvo presente en el caminar de mi vida, bendiciéndome y dándome fuerzas para continuar con mis metas trazadas sin desfallecer.

A mis padres Clemente Ordoñez y Danelia Pérez, por su amor incondicional en los momentos más difíciles y por creer en mi desde el primer día, por sus sacrificios y su apoyo constante que han sido la clave de mi éxito.

A mis maestros quienes nunca desistieron al enseñarme, por su dedicación, pasión por la enseñanza y por guiarme en mi camino, por haber impartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de nuestra profesión.

Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez.

Dedicatoria

Dedicado principalmente a Dios quién con su amor y bondad me brindó salud, paciencia, sabiduría y el deseo de superación, a quien un día pedí de rodillas por todo aquello que quería y me permite dar este paso tan importante en mi vida.

A mi madre Keyla Amador y abuelita María Amador por fomentar en mí una buena persona con sus consejos, dándome ejemplo de superación, humildad y sacrificio, por el esfuerzo que hicieron durante estos cinco años, por amarme sin límites y depositar su confianza para poder realizarme profesionalmente.

A mis maestros quienes me formaron durante este periodo, por estar siempre atentos a mis dudas, por su gran disposición, por compartir con dedicación y compromiso sus conocimientos, he impulsarme a ser mejor y lograr con éxito mi carrera.

A mi equipo de trabajo, pero en especial a mi compañera y buena amiga Letzy Ordoñez, por brindarme su amistad y el ánimo, para lograr y concluir este trabajo en conjunto.

Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador.

Dedicatoria

Primeramente, a Dios por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud, ser el manantial de vida y darme lo necesario para seguir adelante día a día para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mi madre y padre por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor y a todos aquellos que ayudaron directa o indirectamente a realizar este documento.

A mi maestra MSc. Ivette Pérez, por su gran apoyo y motivación para la culminación de nuestros estudios profesionales, por su apoyo ofrecido en este trabajo, por haberme transmitidos los conocimientos obtenidos y haberme llevado paso a paso en el aprendizaje.

Br. Adolfo José Espinoza Flores.

Agradecimiento

Agradecemos principalmente a **Dios** todo poderoso quien nunca nos abandonó en los momentos más difíciles, que nos guío y nos iluminó para llegar a alcanzar nuestras metas propuestas.

A nuestros **Padres**, nuestros pilares fundamentales, quienes nos apoyaron y nos dieron la ayuda y los ánimos necesarios en todos los momentos de nuestra investigación.

A nuestros **Maestros** que durante cinco años nos transmitieron sus sabios conocimientos y que nos orientaron en la búsqueda de la superación personal.

A nuestra **Tutora y asesora metodológica MSc. Ivette Pérez Guerrero** quien nos instruyó con sus conocimientos desde el inicio hasta la culminación de nuestra tesis, y una vez más darle las gracias por el tiempo disponible que nos brindó durante la investigación de nuestro trabajo para finalizarlo satisfactoriamente.

A todas las **pacientes** que hicieron posible este trabajo, por habernos apoyado y brindarnos su confianza con sus aportes a nuestra tesis, y a todas aquellas **personas** que de alguna u otra manera nos ayudaron incondicionalmente.

Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez

Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador

Br. Adolfo José Espinoza Flores



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Instituto Politécnico de la Salud

“Luis Felipe Moncada” Departamento de Enfermería

2023 “*Seguiremos avanzando en victorias educativas*”

AVAL DEL DOCENTE

En calidad de tutora del presente trabajo de investigación, considerando que cumple con la coherencia metodológica consistente, así como calidad en los resultados suficientes, cumpliendo de esta manera con los parámetros necesarios para su defensa final ante el honorable tribunal examinador.

Por lo cual se extiende el presente AVAL, para la defensa de informe final de Seminario de Graduación.

CARRERA: LICENCIATURA EN ENFERMERÍA OBSTÉTRICA Y PERINATAL.

TEMA: Prácticas de fitoterapia en mujeres púerperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022.

AUTORES:

- Br. Letzy Daniela Ordóñez Pérez.
- Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador.
- Br. Adolfo José Espinoza Flores.

Dado en la ciudad de Managua, a los 06 días del mes de enero de 2023.

MSc. Ivette Pérez Guerrero
Tutora de Seminario de Graduación
Departamento de Enfermería
POLISAL-UNAN



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Instituto Politécnico de la Salud

“Luis Felipe Moncada”

Departamento de Enfermería

AVAL DEL DOCENTE

Considerando que el trabajo tiene la coherencia metodológica consistente, así como calidad en los resultados suficiente, cumpliendo de esta manera con las recomendaciones emitidas por el tribunal examinador. Por lo cual se extiende el presente AVAL para la entrega del informe final de seminario de graduación.

CARRERA: LICENCIATURA CON MENCIÓN EN OBSTETRICIA Y PERINATOLOGÍA

TEMA:

Prácticas de Fitoterapia

SUBTEMA:

Prácticas de fitoterapia en mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022.

Autoras:

- Br. Letzy Daniela Ordóñez Pérez
- Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador
- Br. Adolfo José Espinoza Flores
-

Tutora: MsC. Ivette Pérez Guerrero

Dado en la Ciudad de Managua, a los 07 días del mes de Marzo de 2023.

MsC. Ivette Pérez Guerrero
Tutora de Seminario de Graduación

Resumen

Tema:

Prácticas de fitoterapia

Subtema:

Prácticas de fitoterapia en mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022.

Autores: Br. Letzy Daniela Ordóñez Pérez.

Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador.

Br. Adolfo José Espinoza Flores.

El presente trabajo de investigación trata sobre las prácticas de fitoterapia usadas por mujeres puérperas en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que asisten al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua. Para la realización de dicha investigación se plantearon como objetivos la caracterización de las mujeres puérperas, así como los tipos de plantas medicinales usadas por ellas mismas, además de identificar partes usadas de las plantas, forma de preparación, vía y frecuencia de administración, asimismo si hubo mezcla o no con otros fármacos, con prescripción médica o no y los malestares que atenuaron con el uso de dichas plantas. Para ejecutar esta investigación se emplearon como métodos de recopilación de información las entrevistas y encuestas, el tipo de estudio de este trabajo es cuantitativo, con alcance descriptivo, de corte transversal, de carácter retrospectivo, utilizándose una muestra de 50 mujeres puérperas quienes cumplían con los criterios de inclusión. Entre los principales hallazgos se encontró que en las mujeres puérperas la etapa de mayor relevancia y más uso fue en el embarazo y en el puerperio, sin una prescripción médica, la planta medicinal más usada fue la manzanilla, y la vía de administración con más uso fue oral y tópica.

Palabras claves: fitoterapia, puérperas, embarazo, parto, manzanilla.

ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria	-----	
Agradecimiento	-----	
Resumen	-----	
1. Introducción	-----	1
2. Antecedentes	-----	3
2.1 Antecedentes Internacionales	-----	3
2.2 Antecedentes Nacionales	-----	5
2. Planteamiento del problema	-----	6
3.3 Formulación del problema	-----	7
3.4 Sistematización del problema	-----	7
4. Justificación	-----	9
5. Objetivos de la Investigación	-----	11
5.1 Objetivo General	-----	11
5.2 Objetivos Específicos	-----	11
6. Diseño Metodológico	-----	12
6.1 Tipo de estudio	-----	12
6.1.1 Cuantitativo	-----	12
6.1.2 Descriptivo	-----	12
6.1.3 De corte transversal	-----	13
6.1.4 Retroprospectivo	-----	13
7. Área de estudio	-----	14
7.1 Macrolocalización	-----	14
7.2 Microlocalización	-----	15
8. Universo	-----	15

9. Criterios	15
9.1 Criterios de inclusión	15
9.2 Criterios de exclusión	16
10. Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de datos.	16
10.1 Método observacional.	16
10.2 Técnicas	17
10.2.1 Encuesta y entrevista.	17
10.3 Instrumentos	17
10.3.1 Guía de encuesta.	17
10.3.2 Guía de entrevista.	18
11. Plan de tabulación	18
11.1 Proceso estadístico con SPSS 19 y Programa Microsoft Excel 2019	18
12. Consentimiento informado	19
12.1 Institucional	19
12.2 De carácter personal	20
13. Presentación de la información.	20
14. Prueba de jueces	20
15. Operacionalización de variables	22
16. Marco Teórico	32
16.1 Características sociodemográficas	32
16.2 Generalidades de la Fitoterapia	33
16.3 Tipos de plantas utilizadas en el embarazo.	43
16.4 Tipos de plantas utilizadas en el parto	52
16.5 Tipo de plantas utilizadas en el puerperio.	58
17. Análisis y discusión de datos	66
18. Conclusiones	100

18. Recomendaciones	102
20. Anexos	107

1. Introducción

La fitoterapia es la ciencia que estudia el uso de plantas con propósito terapéutico, cuando hablamos de plantas medicinales, nos referimos a las hojas, raíces, pétalos, corteza, arbustos, frutos, polen, algas, hongos, semillas y a todo vegetal que contenga en uno o varios órganos, sustancias que puedan utilizarse con fines terapéuticos de forma directa o procesados por la industria farmacéutica.

La presente investigación tiene como tema la práctica de fitoterapia en mujeres puérperas en su etapa de embarazo, parto y puerperio, desde un punto de vista etimológico, podemos considerar que el término fitoterapia se refiere a la “Terapéutica de las plantas, es decir a la ciencia que estudia la utilización de los productos de origen vegetal con finalidad terapéutica, ya sea para prevenir, para atenuar o para curar un estado patológico.” (De Catalunya, 2002).

El Plan Nacional de Lucha Contra la Pobreza y para el Desarrollo Humano (2022-2026) contiene políticas, estrategias y acciones transformadoras que ratifican la lucha de crecimiento económico, la defensa y restitución de las familias nicaragüenses, una de ellas presente en esta investigación es consolidar los bienes y servicios públicos, para el bienestar social y el buen vivir garantizando ampliar los programas de promoción de la medicina natural y terapias complementarias, con la inclusión de acupuntura, terapia neural y terapia de flores de Bach, en todos los departamentos del país.

La línea de investigación de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua por área de conocimiento corresponde a salud e interculturalidad, esta línea de investigación pretende evidenciar el abordaje de la salud y desequilibrio, con una cosmovisión desde las personas, pueblos indígenas y afrodescendientes en la práctica de medicina natural, terapias alternativas y ancestrales, en armonía con las leyes que existen en el país y como sub-línea: Medicina natural y terapias alternativas, referida al estudio de la seguridad, eficacia y calidad de la medicina. Todo el mundo conoce que durante el embarazo debe prescindirse en la medida de lo posible, de ingerir medicamentos debido a que durante en esta etapa se producen alteraciones en el metabolismo de los mismos y que muchos de ellos pueden atravesar la barrera placentaria y afectar al feto. Eso hace que muchas mujeres piensen en la fitoterapia para aliviar sus trastornos

durante el embarazo, sin tener en cuenta que muchas plantas pueden estar expresamente contraindicadas ya sea por su efecto sobre el feto o por su acción estimulante uterina o abortiva que puede perjudicar el embarazo y, por otro lado, otras renuncian a todo tipo de tratamiento incluida la fitoterapia. (Osorio, 2017).

Para investigar esta problemática, es necesario estudiar a mujeres que hayan pasado por etapa de embarazo, parto y puerperio, para analizar si hubo prácticas de fitoterapia durante todas estas etapas, esta investigación es conocer cuáles son las plantas utilizadas, en qué etapas han sido utilizadas, su frecuencia, entre otras características, por otra parte, también establecer indicadores sociodemográficos de las mujeres que se van a estudiar, este trabajo es de interés académico y profesional.

2. Antecedentes

Los antecedentes del estudio radican en el surgimiento de la medicina alternativa como una forma tradicional de solventar las necesidades básicas de la salud. Hay escasos trabajos de investigación que estén relacionados con el presente trabajo, sin embargo, hay artículos científicos de monografías, trabajos de seminario y algunos estudios enfocados en la medicina alternativa, esto nos aporta información suficiente para la elaboración de esta investigación.

2.1 Antecedentes Internacionales

Se realizó un estudio descriptivo, prospectivo, en dos policlínicas de atención primaria de la provincia Santiago de Cuba los datos se obtuvieron a partir de encuestas aplicadas a embarazadas de ambas policlínicas: en la Policlínica 1 se encuestaron 100 gestantes y 200 en la Policlínica 2, el universo estuvo constituido por todas las embarazadas de ambas policlínicas y la muestra estuvo integrada por las que asistieron a las consultas de seguimiento de obstetricia, entre febrero de 2004 y junio de 2006 basados en la encuesta se procedió registrar el consumo de plantas medicinales por parte de las gestantes, así como la etapa del embarazo de mayor consumo, las plantas que más se consumieron y la valoración de la implicación del personal médico en la indicación del uso de las diferentes plantas medicinales. (Macías et al., 2009).

Se identificó, además, el motivo por el cual las gestantes consumen las plantas medicinales, luego se realizó la caracterización de las plantas en forma de perfiles fármaco-toxicológicos, documentos que constituyen una recopilación de información especializada acerca de las plantas medicinales e incluyen identificación, descripción botánica, hábitat y distribución, análisis fitoquímico, uso tradicional, propiedades farmacológicas demostradas y estudios toxicológicos reportados. La metodología y estructura de estos documentos está registrada para el Servicio de Consultoría Fármaco toxicológica del Centro de Toxicología y Biomedicina, y en los mismos quedan plasmados los posibles efectos perjudiciales para el embarazo de las plantas más utilizadas. (Macías et al., 2009).

Los estudios mostraron que el consumo de las plantas medicinales por las gestantes fue similar en ambas áreas de salud: 37 % en la Policlínica 1 y 38 % en la Policlínica 2 en cuanto a la etapa del embarazo de mayor consumo, se identificó que fue el primer trimestre de la gestación donde las mujeres consumieron la mayor cantidad de preparados de las plantas medicinales.

Las plantas medicinales más consumidas por las embarazadas fueron la menta japonesa (*Mentha arvensis*), el tilo o carpintero (*Justicia pectoralis*), la verbena (*Stachytarpheta jamaicensis*) y el anísón o caisimón de anís (*Piper auritum*), y hubo un predominio del consumo de las mismas en el área de salud correspondiente a la Policlínica 2, también se consumieron otras plantas como la albahaca (*Ocimum sanctum*), el ajeno (*Artemisia absinthium*), la sábila (*Aloe vera*), el romero (*Rosmarinus officinalis*) y el cundeamor (*Momordica charantia*).

Se identificó que el mayor porcentaje de las gestantes utilizaba las plantas sin indicación médica, ya que el uso estuvo fundamentado en el conocimiento tradicional, sin embargo, un número importante de personal médico prescribió el consumo de las mismas (13.5 % en la Policlínica 1 y 20.5 % en la Policlínica 2). En los perfiles de las plantas medicinales más empleadas se identificó que la mayoría contiene metabolitos activos como la betatuyona, verbenalósido, justicidina B, estragol, aloína, entre otros, capaces de provocar, respectivamente, abortos espontáneos, teratogénesis y otros trastornos adversos para la etapa de embarazo. El motivo que propició el consumo de plantas medicinales durante la gestación fue precisamente aliviar los síntomas característicos del primer trimestre del embarazo como náuseas, vómito, flatulencia, ansiedad y otros. (Macías et al., 2009)

Se efectuó también una investigación en el país de Ecuador que lleva como tema “El uso de hierbas medicinales en el embarazo y su relación con las creencias acerca de los efectos en el parto, en mujeres gestantes que acuden al centro de salud materno infantil N° 2 de Ambato período julio 2014-enero 2015” siendo un estudio de tipo descriptivo, para determinar el uso de hierbas medicinales en el embarazo y su relación con las creencias acerca de los efectos en el parto, así como el nivel de conocimiento de los pacientes en lo referente a al uso de la Fitoterapia, se utilizó una encuesta que permitió verificar la hipótesis. (Núñez et al., 2015)

Los resultados demuestran que la totalidad de las mujeres encuestadas usan plantas medicinales para aliviar ciertos síntomas del embarazo, el método más práctico para el uso de plantas medicinales fue la infusión, entre las plantas medicinales más usadas fueron: manzanilla, menta, toronjil, linaza, canela, orégano, anís, yerbabuena, sábila, ruda, aguacate, chirimoya, higo. En lo que respecta al parto las creencias fueron: que al beber una infusión “se iniciará la labor de parto, reducirá el dolor y que el bebé saldrá pronto”. Las creencias familiares son las que lideran a los demás mediando así el uso de plantas medicinales.

En el país de Trujillo-Perú, se llevó a cabo una investigación con el objetivo de explorar las prácticas relacionadas al uso de plantas medicinales en el trabajo de parto y puerperio en el Puesto de salud Miramar-Región La Libertad abril 2015, se realizó un estudio de tipo cualitativo diseño fenomenológico; la selección de los casos fue por la estrategia de bola de nieve en 13 mujeres multíparas de 22 a 37 años de edad, se elaboró una guía para entrevistas a profundidad y grupo focal con cinco preguntas abiertas, diseñadas de manera que permitió recoger información sobre prácticas relacionadas al uso de plantas medicinales en el trabajo de parto y puerperio, las cuales fueron contestadas en forma de historia o diálogo hasta la saturación teórica. (Vásquez y Tapia, 2015).

Se encontró que las mujeres usan frecuentemente las plantas medicinales durante el parto y puerperio, entre las más usadas se encuentran la albahaca, el ajo, el culantrillo, el hinojo, la ruda que se emplean en infusión vía oral para acelerar el trabajo de parto y la manzanilla en infusión para lavados vaginales durante el puerperio como antiinflamatorio; las prácticas de uso de las plantas medicinales son transmitidas generacionalmente a través de la tradición oral familiar; prefieren usar la infusión como método más práctico y eficaz, la mayoría de las pacientes refirieron que el uso de estas plantas medicinales no le causó ninguna reacción adversa las prácticas culturales de la población en torno al parto y puerperio deben servir como eje fundamental para el cuidado integral de la salud materna. (Vásquez y Tapia, 2015)

2.2 Antecedentes Nacionales

En marzo del año 2017 Keyling Valle Dávila estudiante de la Universidad de las Regiones Autónomas de la Costa Caribe Nicaragüense (URACCAN), realizó un estudio descriptivo, cualitativo, con elementos cuantitativos, de corte trasversal de 10 mujeres, se hizo uso de entrevista, acerca del uso plantas medicinales utilizadas por adolescentes embarazadas de la etnia Miskitu atendidas en el servicio de maternidad del Hospital Nuevo Amanecer de la ciudad de Bilwi, del municipio de Puerto Cabeza, que abarcó segundo semestre 2016 al primer semestre 2017, para valorar el uso y predominio de la fitoterapia en el embarazo, entre las plantas más utilizadas durante de las diferentes etapas del embarazo sobresalen: lengua de gallina (kalilla twisa), pico de pájaro (pisabit), eucalipto (zapol wahia), zacate de limón (ti), manzanilla (tagni lalahni), sandiego (pabula tagni) guarumo (planh), aguacate (sikia) (Valle Dávila, 2017).

3. Planteamiento del problema

3.1 Caracterización del problema.

El uso de las plantas medicinales con fines curativos es una práctica que se ha utilizado desde tiempos inmemoriales, durante mucho tiempo fueron el único recurso del que disponían los médicos esto llevó a profundizar en el conocimiento de las especies vegetales con propiedades medicinales desde época de los egipcios, griegos, romanos y la farmacopea medieval hasta nuestros días. De hecho, dichas plantas medicinales que entonces se utilizaban para aliviar ciertas dolencias, se siguen usando en la actualidad. (Almendros Martín A, 2014).

La Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional (2002-2005), donde se incluye el tratamiento con plantas medicinales, como la medicina más natural, inocua, efectiva, además de tener un costo racional, ser asequible y aceptada por la población, ya que constituye la forma más popular de medicina tradicional y han prevalecido a lo largo del tiempo gracias a la transmisión oral. En efecto, aunque las plantas medicinales son utilizadas por más del 90% de la población de los países en desarrollo, su incorporación a las políticas de salud, aún se encuentra relegada debido a las barreras de los sistemas, servicios y personal de salud y es poco frecuente integrar en un mismo servicio, las medicinas tradicional y alopática.

3.2 Delimitación del problema.

Aunque el tema de fitoterapia continúe siendo un sector poco valorado, en Nicaragua, a través del Ministerio de Salud (MINSA) impulsan a médicos, enfermeras y todo miembro de la salud a capacitarse, adquirir y fortalecer nuevos conocimientos sobre la medicina natural, la madre tierra, la biodiversidad, las técnicas de fitoterapia en enfermedades comunes y crónicas, la toxicidad en plantas medicinales y las terapias complementarias, para llevarlo a todas aquellas comunidades más alejadas en temas de salud general, para lograr reforzar el conocimiento natural y ancestral a fin de que la población tenga otra manera de como medicarse y con esto garantizar una mejor atención a las familias desde el modelo de salud familiar y comunitario (MOSAFC), nuestro país va abriendo brechas hacia un modelo complementario de medicina natural, de las terapias complementarias, la sabiduría ancestral de las parteras, los médicos tradicionales, los sobadores y los chamanes.

Debido a que las plantas por sus principios activos se hallan siempre biológicamente equilibrados por sustancias complementarias, que se potencian entre sí, y aunque su acción sea más lenta en el organismo que un fármaco sintético, ofrece menos riesgo de dependencia química y las acciones adversas son mucho menos frecuentes, su uso puede ser de primera elección por su efectividad e inocuidad o como complemento para el alivio de cualquier afección en mujeres gestantes, en el parto y puerperio, tiene la capacidad para curar síntomas aislados, sino también beneficiar a todo el organismo, es de bajo costo, y gracias a vivir en un país que posee variada y rica naturaleza es muy fácil de conseguir.

En el centro de salud “Silvia Ferrufino” del distrito VI de Managua, el tema relacionado con fitoterapia no es ningún secreto a voces, porque algunas de las mujeres ya sean gestantes, o puérperas practicaron el uso de plantas medicinales, porque su utilidad es percibida como segura, es de fácil acceso y se puede obtener información fácilmente, no es necesario tener una indicación médica, aunque en algunos casos sí es necesario la intervención médica para guiar en el buen uso de estas plantas.

En la fase de exploración realizada al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” permitió observar y preguntar sobre el uso de plantas medicinales en mujeres puérperas que asisten a dicho centro, a lo que se demostró que, si hacen uso de fitoterapia, sin ninguna prescripción médica, habiendo en este centro dos fitoterapeutas expertas en ese tema, a lo cual estas mujeres no recurren a ellas por falta de información.

3.3 Formulación del problema

¿Cuáles fueron las prácticas de fitoterapia en mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022?

3.4 Sistematización del problema

3.4.1 ¿Cuáles fueron las características sociodemográficas en las mujeres puérperas que utilizaron fitoterapia en el embarazo, parto, puerperio y lactancia, que acuden al Centro de salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022?

3.4.2 ¿Cuáles fueron las plantas que utilizaron las mujeres puérperas durante el embarazo que acuden al Centro de salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022?

3.4.3 ¿Cuáles fueron las plantas que utilizaron las mujeres puérperas durante el parto que acuden al Centro de salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022?

3.4.4 ¿Cuáles fueron las plantas que utilizan las mujeres puérperas y lactantes durante el puerperio que acuden al Centro de salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022?

4. Justificación

La fitoterapia constituye el uso de principios activos extraídos a partir de plantas y se define como la ciencia que estudia la utilización de los productos de origen vegetal con finalidad terapéutica, ya sea para prevenir, atenuar, curar o prevenir un estado patológico, por esta razón se pretende conocer la relevancia y el uso que le otorgan a las plantas medicinales las mujeres puérperas en lo referente a su embarazo, parto, puerperio y lactancia, conociendo las creencias que forman parte de su identidad o los conocimientos nuevos que tengan sobre la misma para curar cualquier dolencia común.

En un estudio realizado en Nicaragua en la comunidad de Nandarola, municipio de Nandaime el 63% de las mujeres utilizaron cocimientos caseros con el fin de curar diferentes enfermedades relacionadas con el embarazo, parto y puerperio [...] todo esto, preparado en forma de té y endulzado con miel de jicote, sin embargo, el 37% no mencionó, ni realizó el uso de remedios caseros. (Martínez, et al., 2022)

La presente investigación surge de la necesidad de conocer el uso práctico de las plantas medicinales utilizadas en el embarazo, parto, puerperio y lactancia, con el propósito de saber cuáles son las plantas utilizadas, la forma de preparación, forma de administración, para que malestares la consumieron y si hubo una indicación médica, lo que nos permitirá conocer la práctica de la fitoterapia de mujeres puérperas, siendo como influyente las creencias culturales y la preferencia que nuestro grupo de estudio le da a la fitoterapia para el beneficio de las mismas.

Por otra parte, la investigación contribuye a través de los resultados obtenidos a servir como referentes a las autoridades de la salud con el objetivo también de fortalecer los conocimientos del personal de salud entorno a este tema, con el fin de entender la heterogeneidad cultural de la población, con el propósito de garantizar un cuidado integral, efectivo, satisfactorio y complementario en la atención de la mujer, permitiendo un equilibrio entre el conocimiento popular, tradicional, y el conocimiento científico congruente con la cultura, con el propósito de proyectarlas hacia la promoción de la salud materna.

Este tema propuesto es muy novedoso y útil, porque el tema de fitoterapia en mujeres embarazadas, parto, puerperio y lactancia actualmente es poco estudiado y hay escasa información acerca de los riesgos y beneficios que las plantas puedan llegar a causar sobre la madre y el feto, pese al impacto al que se le ha atribuido en los últimos años, conformando así una alianza en la cual haya una apropiación de saberes científicos y tradicionales, a fin de lograr un beneficio en común, contribuyendo de manera positiva y alcanzando una atención de calidad en la población materno perinatal y también siendo de utilidad metodológica para toda aquella persona que pueda tener acceso este material como documento de apoyo.

5. Objetivos de la Investigación.

5.1 Objetivo General

Analizar las prácticas de fitoterapia en mujeres puérperas, que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022.

5.2 Objetivos Específicos

1. Caracterizar sociodemográficamente a las mujeres puérperas que utilizaron fitoterapia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el Departamento de Managua en el II semestre del año 2022.
2. Identificar las principales plantas que utilizaron las mujeres puérperas durante el embarazo que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el Departamento de Managua en el II semestre del año 2022.
3. Determinar las principales plantas que utilizaron las mujeres puérperas durante el parto que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el Departamento de Managua en el II semestre del año 2022.
4. Determinar las principales plantas que utilizan las mujeres puérperas durante el puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el Departamento de Managua en el II semestre del año 2022.

6. Diseño Metodológico

6.1 Tipo de estudio

6.1.1 Cuantitativo

Según Hernández representa un conjunto de procesos organizados de manera secuencial para comprobar ciertas suposiciones [...]. La ruta cuantitativa es apropiada cuando queremos estimar las actitudes u ocurrencias de los fenómenos y probar hipótesis [...]. Una vez planteado el problema de interés del investigador, este examina lo que se ha indagado y realiza un marco teórico, del cual deriva una o más hipótesis [...]. Los datos se encuentran en forma de números y se deben analizar con métodos estadísticos. (Hernández y Mendoza, 2018).

Este estudio es cuantitativo porque permite medir y analizar datos de forma numérica, conceptual y científica de las prácticas que tenían las mujeres puérperas sobre la fitoterapia como un método terapéutico para aliviar síntomas que están presentes durante todo el proceso grávido, que fue de gran importancia ya que aportó evidencias en relación a lo encontrado en la investigación de acuerdo al tema de estudio, se apoyó con técnicas de recolección de datos como lo es, la encuesta la cual fue aplicada a mujeres puérperas para analizar la práctica que poseían sobre la fitoterapia y se pudo demostrar a través de estadísticas, las prácticas de quienes la usaban como alternativa durante algunas de sus etapas.

6.1.2 Descriptivo

Los estudios descriptivos pretenden especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, procesos, objetivos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, miden o recolectan datos y reportan información sobre diversos conceptos, variables, aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno o problemas a investigar. (Hernández y Mendoza, 2018).

Este estudio buscó representar características importantes de los sujetos de estudio (mujeres puérperas que utilizan fitoterapia), su alcance fue descriptivo debido a que al investigar el uso de fitoterapia en mujeres puérperas, se caracterizó sociodemográficamente a estas mujeres así como el momento en el que utilizaron la fitoterapia ya sea en el embarazo, parto, puerperio y lactancia y que tipos de planta consumieron en cada una de ellas (incluyendo dentro de este la

frecuencia del consumo y si hubo alguna indicación médica) a través de las variables y sus componentes investigativos, así pudiendo describir a la población de interés, este tipo de alcance nos permitió recolectar datos objetivos obteniendo información sobre cada práctica que realizaron cada una de ellas.

Se midieron variables en mujeres puérperas que utilizaron fitoterapia en el embarazo, parto y puerperio demostrando con exactitud las dimensiones de este tema de estudio.

6.1.3 De corte transversal

Una investigación es transversal cuando se estudian las variables simultáneamente en determinado momento, haciendo un corte en el tiempo. En este caso, el tiempo no es importante en relación con la forma en que se dan los fenómenos. (De Canales, F H et al., 1994).

Este estudio fue de corte transversal porque tomó una población en un periodo determinado de tiempo, es decir prácticas de fitoterapia en mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia en el mes de septiembre a octubre en el período del II semestre del año 2022, el objetivo fue analizar el uso de plantas en este período que fueron representativas en el estudio, centrado en analizar diferentes variables de la población en un momento establecido facilitando que estos resultados sean generalizables

6.1.4 Retroprospectivo

Según el tiempo de ocurrencia de los hechos y registros de la información, los estudios se clasifican en retrospectivos y prospectivos. Los retrospectivos son aquellos en los que el investigador indaga sobre hechos ocurridos en el pasado; en los prospectivos se registra la información según van ocurriendo los fenómenos. En algunos estudios se registra información sobre hechos ocurridos con anterioridad al diseño del estudio, y el registro continúa según los hechos van ocurriendo. Estos son los estudios retroprospectivo. (De Canales, F H et al., 1994).

Este tema de investigación fue de carácter retroprospectivo porque las variables estudiaron tres etapas en la mujer: embarazo, parto, puerperio y lactancia, se registró embarazo y parto como un dato que ya había ocurrido y puerperio y lactancia como un dato que estaba ocurriendo en el momento que se estaba realizando el estudio.

Dentro de las variables retrospectivas tenemos plantas utilizadas en el embarazo y parto ya que estas etapas sucedieron antes de la planificación del estudio, es decir las mujeres a estudiar son puérperas y lactantes y como variable prospectiva tenemos plantas utilizadas en el puerperio y lactancia, porque el fenómeno estaba sucediendo o bien va a suceder conforme va pasando la etapa.

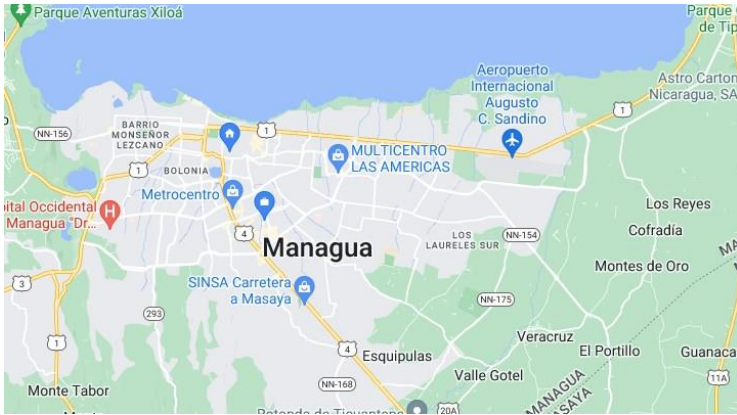
7. Área de estudio

7.1 Macrolocalización

El estudio fue realizado en Nicaragua, en el departamento de Managua, ubicado en la región del pacífico de Nicaragua su cabecera departamental es Managua, sus límites territoriales son: al norte con el departamento de Matagalpa, al sur con el océano pacífico, al este con el departamento de Boaco y al oeste con el departamento de León lo conforman los departamentos de: San Francisco Libre, Tipitapa, Mateare, Villa El Carmen, El Crucero, Ciudad Sandino, Managua (la cabecera departamental), Ticuantepe, San Rafael del Sur con una extensión territorial de 130.373km² y una población estimada de 1,400.000 habitantes, concentrándose la mayor parte en Managua su clima cálido oscila entre los 30 y 35 grados centígrados en el centro del departamento y en los municipios más elevados de 24 a 32 grados dependiendo de las estaciones del año de Managua.

Se decidió tomar en consideración al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” del distrito VI de Managua por la ubicación y afluencia total de mujeres en edad fértil que asisten a dicho centro de atención primaria el Centro de Salud se destaca por su infraestructura y capacidad para abarcar diferentes estaciones médicas y de enfermería, en ella están los ESAFC, atención primaria, sala de emergencia, área de observación, Unidad de atención a pacientes febriles (UAF), área de farmacia, área de laboratorio, atención odontológica, psicología, Programa Ampliado de Inmunizaciones (PAI) y CEYE.

Figura 1. Departamento de Managua



(Fuente: Google maps)

7.2 Microlocalización

Ciudad de Managua, Centro de salud Silvia Ferrufino. Ya habiendo elegido a todas las mujeres que asistían al Centro de Salud se tomaron en cuenta solamente a todas las puérperas y lactantes que asistían al **ES AFC #1** que abarcan los siguientes sectores: Los Rieles arriba y abajo, Jorge Cassaly y Walter Ferreti y **ES AFC #2** en el que abarcan los sectores de Santa María de las Victorias, Waspan Norte y Francisco Aguilar.

8. Universo

Es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones (Chaudhuri, 2018 y Lepkowski, 2008). Es el total de mujeres puérperas que asistían al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” y la cual consta con una población de 50 mujeres.

Este universo fue seleccionado a través de una entrevista previa y en ella estuvieron detallados los criterios de inclusión y exclusión para ser partícipe de la investigación, se realizó esta investigación con el total del universo, ya que al realizar la selección de la población a través de la muestra disminuyó la cantidad de personas para poder realizar el trabajo de investigación.

9. Criterios

9.1 Criterios de inclusión

1. Paciente que desee participar voluntariamente en el estudio de investigación.

2. Mujeres puérperas que hagan uso de la fitoterapia.
3. Mujeres que asistan a la Unidad de Salud.
4. Cualquier nivel académico.
5. Cualquier edad

9.2 Criterios de exclusión

1. Paciente con alguna discapacidad física o alteración mental que limite la recolección de datos.

10. Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de datos.

10.1 Método observacional.

Se define método de observación a aquel registro visual de lo que ocurre en una situación real, clasificando y designando los acontecimientos pertinentes de acuerdo con algún esquema previsto y según el problema que se estudia. (De Canales, F H et al., 1994)

La observación no participante ocurre cuando el investigador no tiene ningún tipo de relaciones con los sujetos que serán observados ni forma parte la situación en que se dan los fenómenos en estudio.

Es observacional no participante porque se llevó el estudio sin participar activamente con las mujeres, nuestro único papel fue de observadores pasivos, pues solo registramos la información brindada sin interactuar ni implicarnos en ella, cuyo objetivo principal fue recolectar la mayor información posible, observando un estado natural sin intervenir nosotros en él.

Se realizó una visita al SILAIS Managua, con el fin de conocer el nombre de responsable de Docencia y dirigir una carta institucional para solicitar realizar nuestro trabajo investigativo en el Centro de Salud “Silvia Ferrufino” del departamento de Managua, recolectando la información necesaria de las participantes en ESAFC #1 y ESAFC #2.

10.2 Técnicas

10.2.1 Encuesta y entrevista.

La encuesta, consiste en obtener información de los sujetos a estudio, proporcionados por ellos mismos, sobre opiniones, conocimientos, actitudes o sugerencias. (De Canales, F H et al., 1994),

Se define entrevista a la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes sobre el tema propuesto.

Se utilizó encuesta y entrevistas ya que nuestras participantes brindaron la información en el dispositivo de mayor alcance, con preguntas abiertas diseñadas para conocer a nuestra población de estudio y con respuestas con opciones, pero también a su criterio, obteniendo información completa de lo que necesitábamos saber, puesto que si había algo que no comprendían las entrevistadas les dimos la oportunidad de interpretar mejor la pregunta para recibir una mejor respuesta. Siendo más adaptable a nuestro público, estudiando su espontaneidad para brindar la información. La encuesta fue ofrecida a personas que supieran leer y escribir, y la entrevista fue una técnica auxiliar en el caso de tener participantes analfabetas.

10.3 Instrumentos

10.3.1 Guía de encuesta.

La encuesta consiste en obtener información de los sujetos a estudio, proporcionados por ellos mismos, sobre opiniones, conocimientos, actitudes o sugerencias. (De Canales, F H et al., 1994).

La encuesta está descrita en 4 acápites de acuerdo a los objetivos de la investigación, el primero fue esencial para conocer las características sociodemográficas de nuestra población como su edad, etnia, lugar de procedencia, religión, entre otros, los siguientes acápites estuvieron descritos para conocer el uso de plantas que nuestras participantes utilizaron en todas las etapas desde su embarazo, parto, puerperio y lactancia, conociendo cuales plantas utilizó, que parte

utilizó, la vía de uso, con qué frecuencia se lo administró, y cuál forma de preparación era la de preferencia, entre otras.

Obteniendo resultados donde el margen de error fue reducido, con preguntas de opción única como la zona de procedencia (urbana y rural), escolaridad, etnia y preguntas de texto abierto (tipos de plantas que usaban, parte, frecuencia, vía), recolectando información y analizándola previamente.

10.3.2 Guía de entrevista.

Es la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a través de ella el investigador puede explicar el propósito de estudio y especificar claramente la información que necesita; si hay una mala interpretación errónea de la pregunta permite aclararla, asegurando una mejor respuesta. (De Canales, F H et al., 1994).

Descrita con los 4 acápites de la encuesta, usada como un método auxiliar en el caso de contar con pacientes analfabetas, o con aquellas que tuvieran alguna limitación física u orgánica que dificultara proporcionar una respuesta escrita, obteniendo la finalidad deseada para conocer a la población.

11. Plan de tabulación

11.1 Proceso estadístico con SPSS 19 y Programa Microsoft Excel 2019

Se utilizó el programa SPSS porque es mucho más fácil y conveniente de manipular, y uno de los más conocidos, una vez teniendo seleccionada nuestra muestra (total de seleccionadas: 50 mujeres puérperas que asisten a la Unidad de Salud), tomamos los datos cuantitativos de la población (edad, lugar de procedencia, etnia, estado civil, religión, principales plantas que utilizaban en cualquiera de las etapas, vía de administración, etc.), definimos los estadísticos de muestra para deducir los parámetros, es decir hablar de estadísticos y parámetros es referirse a valores propios y característicos que representan a la muestra respectivamente. Una vez que los datos de nuestra muestra han sido recolectados lo ideal fue organizarlos, para eso utilizamos la distribución de frecuencias simple variable cuantitativa porque los datos podrán organizarse en una tabla en la que se indique las respuestas registradas para cada uno de los valores de las variables cuantitativo (características sociodemográficas, principales plantas que tomaron las

mujeres puérperas en su estado grávido, parto, puerperio y lactancia), estableciéndose el porcentaje de frecuencia en cada una de estas variables, como también el porcentaje acumulado.

Representadas así en gráficos estadísticos, para nuestras variables cuantitativas los tipos de gráficos son: Gráfico de barras verticales u horizontales y gráfico de sector circular o diagrama de pizza, el primero nos resulta conveniente por ser una representación cartesiana de las variables a estudio, en el eje horizontal se ubicará las variables cuantitativas y en cada una de ellas se dibujará un rectángulo cuya altura representa la frecuencia de las variables. El gráfico circular nos será de utilidad porque su forma es proporcional a la frecuencia de la variable cuantitativo, pues resulta conveniente porque algunas subvariables son binominales, es decir presentan dos resultados.

La información recolectada fue analizada en conjunto con el programa Microsoft Excel 2019, en cuál también se realizó procesamientos de análisis de datos porque algunos datos eran mixtos debido a la selección múltiple de las participantes referente a algunos ítems como parte de la planta, forma de preparación y vía de administración, obteniendo gráficos de barra y tablas. La discusión de los resultados y todo lo antes mencionado fue presentado en Microsoft Power Point 2019.

12. Consentimiento informado

12.1 Institucional

El consentimiento informado es un documento legal e informativo que contiene el nombre del proyecto de investigación y los protagonistas de este, en el que participaran los objetos a estudios, objetivos del estudio, es decir, qué se pretende obtener con la investigación, derechos, responsabilidades y beneficios como participante en ese estudio, confidencialidad y manejo de la información, es decir que lo datos no podrán ser vistos o utilizados por otras personas ajenas al estudios ni tampoco para propósitos diferentes a los que establece el documento que firma. (Comité de ética en Investigación, Gobierno de México., 2017)

Se realizó un consentimiento informado de carácter institucional dirigido al SILAIS Managua, con el fin de solicitar el permiso de forma legal para realizar nuestro estudio en el Centro de

Salud “Silvia Ferrufino” del distrito VI de Managua, con el fin del beneficio nuestro y de la Institución que nos brindó la información, donde detallamos: Nombres, identificación estudiantil, carrera, año, universidad, en donde nos comprometíamos a brindar un trabajo investigativo final de manera digital, para el beneficio de toda aquella persona que tenga acceso a él.

12.2 De carácter personal

Se realizó un consentimiento informado de carácter personal, dirigido a todas aquellas participantes que de manera voluntaria cumplieran con todos los criterios de inclusión en donde detallamos una clara explicación de la naturaleza del estudio, brindando nuestros nombres como investigadores, identificación estudiantil, carrera, año, universidad, brindando el tiempo estimado para dicha entrevista, siendo de manera confidencial toda la información que se recolecte y fotografías tomadas, en donde el nombre de las participantes fue codificado con sus iniciales y DNI a fin de proteger su identidad, teniendo derecho a ser informada ante cualquier duda que tuviese durante su participación por los investigadores, y abandonando en el momento que así lo deseara, firmando al final si está de acuerdo con los términos.

13. Presentación de la información.

El presente documento tiene como características: Microsoft Word versión estable 2021, Normativa APA 7ma edición 2020, tamaño de letra No. 14 para títulos y No. 12 textos, Tipo de letra Times New Roman normal (párrafos) y negrita (encabezados), encabezados con interlineado sencillo. Interlineado: 1.5 Margen superior 2.5, margen inferior 2.5, margen derecho 2.5, margen izquierdo 3, orientación vertical y horizontal, tamaño carta, párrafos justificados, alineación de encabezados central.

14. Prueba de jueces.

Para la validación de instrumentos, se sometió a revisión por tres expertos en la materia, tres profesionales de Enfermería del POLISAL UNAN-Managua, quienes examinaron detalladamente la metodología y diseño tomando a consideración la relación de todo el trabajo investigativo, como resultados brindaron retroalimentación, para mejorar el estudio.

Se orientó mejorar redacción de preguntas en el instrumento, valorar si el universo es suficiente para poder realizar la investigación, mejorar aspectos de redacción, agregar la opción de “otros” para poder incluir otras respuestas libres, actualización de bibliografía, considerar la posibilidad de la triangulación en relación a las etapas del tema en estudio y organizar como se va a registrar las respuestas en las tablas.

15. Operacionalización de variables

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
1. Características sociodemográficas	1.1 Características demográficas	1.1.1 Edad	_____años	
		1.1.2 Lugar de procedencia	-Urbano -Rural	
		1.1.3 Etnia	-Mestizo -Miskitus -Garifunas -Criollos	
	1.2 Características sociales	1.2.1 Estado civil	-Soltera -Casada -Unión libre -Divorciada -Viuda	
		1.2.2 Religión	-Católica -Cristiana -Mormonismo -Testigos de Jehová -Otros _____	
		1.2.3 Escolaridad	-Analfabeta -Primaria -Secundaria -Técnico. -Universidad -Licenciatura -Otros _____	

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
1. Características sociodemográficas	1.2 Características sociales	1.2.4 Ocupación		
		1.2.5 Número de hijos	-1 -2 -3 o más.	

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
2. Principales plantas que utilizaron las mujeres durante el embarazo.		2.1 Durante el embarazo ¿utilizó algún tipo de planta medicinal?		Sí____ No____
		2.2 ¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?		-Manzanilla -Jengibre -Tilo -Menta -Zacate de limón -Linaza -Valeriana -Naranja -Piña -Espinaca -Mango -Remolacha -Zanahoria -Otros_____
		2.3 ¿Qué parte de la planta utilizó?		-Raíz -Tallo -Flor -Hoja -Semilla -Frutos -Otros_____
		2.4 ¿En qué forma la utilizó?		-Aceites -Cocción -Inhalaciones -Baños -Pomadas -Ensaladas -Jugos -Combinado con comidas -Por si sola -Otras_____

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
2. Principales plantas que utilizaron las mujeres durante el embarazo.		2.5 ¿En qué forma se la administró?		-Oral. -Tópica -Ótica. -Nasal -Otras_____
		2.6 ¿Con qué frecuencia lo administró?		-Una vez al día. -Dos veces al día. -Día de por medio. -Una vez por semana. -Otros_____
		2.7 ¿Mezcló medicamentos con plantas naturales?		Sí___ No___
		2.8 ¿Hubo indicación médica?		Sí___ No___
		2.9 ¿Para qué malestar utilizó esta planta?		-Náuseas -Mareos -Vómitos -Reflujo -Inflamaciones -Otros_____

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
3. Principales plantas que utilizaron las mujeres durante el parto.		3.1 Durante el parto ¿utilizó algún tipo de planta medicinal?		Sí___ No___
		3.2 ¿Qué plantas utilizó durante el parto?		-Canela -Clavo de olor -Manzanilla -Llantén -Valeriana -Linaza -Naranja agria
		3.3 ¿Qué parte de la planta utilizó?		-Raíz -Tallo -Flor -Hoja -Semilla -Otros_____

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
3. Principales plantas que utilizaron las mujeres durante el parto.		3.4 ¿En qué forma la utilizó?		-Aceites -Cocción -Inhalaciones -Baños -Pomadas -Otras_____
		3.5 ¿En qué forma se la administró?		-Oral -Tópica -Ótica. -Nasal
		3.6 ¿Con qué frecuencia se lo administró?		-Una vez al día. -Dos veces al día. -Día de por medio. -Una vez por semana. -Otros_____
		3.7 ¿Mezcló medicamentos con plantas naturales?		Sí___ No___
		3.8 ¿Hubo indicación médica?		Sí___ No___
		3.9 ¿Para qué malestar utilizó esta planta?		-Mareos -Dolor de estómago o abdominal -Inflamaciones -Visión borrosa -Otros_____

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
4. Principales plantas utilizadas durante el puerperio y lactancia.		4.1 ¿Utiliza usted algún tipo de planta medicinal durante el puerperio y lactancia?		Sí____ No____
		4.2 ¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?		-Manzanilla -Canela -Menta -Zacate de limón -Valeriana -Aguacate -Piña -Espinaca -Coco -Avena -Jícara -Culantro -Otras____
		4.3 ¿Qué parte de la planta utiliza?		-Raíz -Tallo -Flor -Hoja -Semilla -Frutos -Otros____
		4.4 ¿En qué forma la utiliza?		-Aceite -Cocción -Inhalaciones -Baños -Pomadas -Ensaladas

				-Jugos -Combinado con comidas -Por si sola -Otras_____
--	--	--	--	---

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
4. Principales plantas utilizadas durante el puerperio y lactancia.		4.5 ¿En qué forma se la administra?		-Oral. -Tópica -Ótica. -Nasal -Otras_____
		4.6 ¿Con qué frecuencia se lo administra?		-Una vez al día. -Dos veces al día. -Día de por medio. -Una vez por semana. -Otros_____
		4.7 ¿Mezcla medicamentos con plantas naturales?		Sí__ No__
		4.8 ¿Hay indicación médica para utilizar estas plantas?		Sí__ No__
		4.9 ¿Para qué malestar utiliza esta planta?		-Sangrado superior a la menstruación. -Molestias o dolor al orinar. -Estimular producción de leche. -Limpiar zona genital.

Variable	Subvariable	Indicador	Valor	Criterio
4. Principales plantas utilizadas durante el puerperio y lactancia.		4.9 ¿Para qué malestar utiliza esta planta?		<ul style="list-style-type: none"> -Realizar una ducha para el aseo personal. -Inflamaciones. -Dolores -Curaciones y limpieza de herida post cesárea -Estreñimiento. -Ayudar a dormir. -Otros _____

16. Marco Teórico

16.1 Características sociodemográficas

Son todas las características asignadas a la edad, sexo, educación, ingresos, estado civil, trabajo, religión, tamaño de la familia, acceso a los servicios públicos. Esto se hace para cada paciente de la población.

Los factores sociodemográficos de la paciente que determinan perfil, es decir, su mayor probabilidad para ser candidata a estudio y asumir la responsabilidad de la atención y tratamiento: la relación entre receptor y familia, el sexo, el vínculo familiar, el estado civil, la edad, el nivel educativo, la situación laboral, el nivel económico, y la clase social. Haremos a continuación un desarrollo sucinto de cada una de ellas. (De Martínez et al., 2014)

16.1.1 Edad

La edad joven de la paciencia en edad fértil ha aparecido como un predictor para seleccionar el sujeto de estudio.

16.1.2. Estado civil

Es el conjunto de condiciones de una persona física, que determinan su situación jurídica y le otorgan un conjunto de derechos y obligaciones.

16.1.3 Lugar de procedencia.

Clasificación según el área geográfica donde vive la persona.

16.1.4 Etnia

Se refiere a un grupo humano que comparte una cultura, una historia y costumbres, y cuyos miembros están unidos por una conciencia de identidad.

16.1.5 Religión

Este factor influye en la toma de decisiones médicas la mayoría de la comunidad religiosa adopta ciertas creencias que pueden o no afectar a la paciente.

16.1.6 Escolaridad

Es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, este factor es importante en la paciente para determinar su nivel de comprensión.

16.1.7 Ocupación

Si la paciente es un trabajador dependiente, se verá afectado para desempeñar su papel sujeto de estudio ya que requerirá compromiso y responsabilidad generando una mayor sobrecarga.

16.1.8 Número de hijos

Es el vínculo que existe entre dos personas por lazos de sangre, afinidad, o alguna relación afectiva. El vínculo familiar es relevante en la determinación del perfil de la paciente. Ya que el reflejará la posibilidad de acercarse futuramente a tratamientos de carácter natural.

16.2 Generalidades de la Fitoterapia

16.2.1 Concepto general

Los fitomedicamentos, según la Organización Mundial de la Salud (2013), son “Productos medicinales acabados y etiquetados cuyos ingredientes activos están formados por partes aéreas o subterráneas de plantas u otro material vegetal, o combinaciones de éste, en estado bruto o en forma de preparaciones vegetales, la generación de investigación en las plantas medicinales está logrando obtener inventarios y clasificaciones terapéuticas de las planta así como hallar criterios científicos que aseguren la calidad de las preparaciones y su eficacia para el tratamiento de algunas enfermedades y desarrollar normas internacionales que regulen los fitomedicamentos.

16.2.2 Generalidades de la fitoterapia

La fitoterapia, se define como la ciencia que estudia la utilización de los productos de origen vegetal con finalidad terapéutica ya sea para prevenir o para atenuar un estado patológico. Entre los productos de origen natural, los hay de diversos grados de potencia farmacológica/ toxicológica: muy potentes y relativamente poco potente; la

base de los medicamentos fitoterapéuticos, son las drogas vegetales y los diferentes tipos que de ellas se obtiene (Vanaclocha y Cañigüeral, 2003).

El término droga vegetal no debe de confundirse con planta medicinal, la OMS (1978), definió dichos conceptos como “planta medicinal es cualquier planta que en uno o más de su órgano contiene sustancia que pueden ser utilizada con finalidad terapéutico o que son precursores para la hemisíntesis, químico-farmacéutico”.

La fitoterapia utiliza, por tanto, drogas vegetales, extractos de dichas drogas o principios activos aislados de la misma estos productos deben ser convenientemente preparados, dando la forma farmacéutica más adecuada para su administración. (Zhang, 2013).

Los primeros productos curativos utilizados por el hombre fueron de origen vegetal, mezclándose los terapéuticos con los tóxicos, y los que se iniciaron consumiéndose solo como alimentos, como el té, que ya era cultivado por los chinos 2.500 a. de J.C. (Allen, 2001)

La cultura de las plantas estuvo muy extendida en Egipto, confirmándolo los famosos papiros hallados en los templos egipcios, los relatos de los viajeros, las informaciones provenientes de las viejas farmacias y los primitivos libros de medicina, uno de estos testimonios los tenemos en el famoso papiro de Eberts descubierto en 1872 y que deja bien claro que la botánica y la fitoterapia fueron muy populares entre los egipcios, descubriendo elementos purgantes, vermífugos, reconstituyentes, etc.

La fitoterapia según la forma en que actúa sobre el cuerpo humano tiene una clasificación para los diferentes tipos de plantas y, curiosamente continúa siendo la misma clasificación que indicó Aristóteles en el siglo IV a. de J.C.

1. **Plantas astringentes:** ayudan a contraer los tejidos que se han vuelto demasiados flojos.
2. **Plantas antiespasmódicas:** ayudan a prevenir los espasmos repetidos.
3. **Plantas emolientes:** ayudan a calmar y enfriar los tejidos inflamados o con heridas.

4. **Plantas tónicas:** ayudan a fortalecer el sistema de las glándulas endocrinas.
5. **Plantas depurativas:** ayudan a la remisión, liberación y eliminación de toxina del organismo.
6. Y, además, de forma más concreta, pueden clasificarse como plantas relajantes, plantas hepáticas, plantas estimulantes etc.

La ventaja de los tratamientos fitoterapéuticos es que actúan de forma equilibrada y armónica en el organismo humano, manteniéndose durante mucho tiempo, sin utilizar maneras agresivas o supresivas. El resultado de las plantas se concreta en curar, reparar y reestablecer las funciones normales, gracias a sus efectos, que proporcionan a los tejidos los nutrientes que necesitan. (Allen, 2001)

Según la normativa 042 Norma de Atención Respetuosa y Humanizada del Parto Asistido con Pertinencia Cultural y Guía de Atención Respetuosa y Humanizada del Parto Asistido con Pertinencia Cultural (2010), describe un listado de hierbas que pueden ser utilizadas durante el trabajo de parto y puerperio y que el personal de salud debe conocer y permitir su consumo de acuerdo a lo establecido en este cuadro.

Estas infusiones generalmente son llevadas por la partera o familiar que acompaña a la embarazada al establecimiento de salud, se sugiere que se converse con la partera y/o familiar para conocer el contenido de las mismas. Cabe mencionar que no se trata de que el MINSA garantice el abastecimiento de estas, sino solo para conocimiento y respeto de estas prácticas naturales, en aras de garantizar el respeto y promover el parto humanizado y adecuado culturalmente en nuestro país. (MINSA, 2020).

Guía de Atención Respetuosa y Humanizada del Parto Asistido con Pertinencia Cultural.

Anexo 7. Hierbas utilizadas durante el trabajo de parto y postparto

Nombre común	Nombre científico	Propiedades	Indicaciones terapéuticas	Dosis	Contraindicaciones y reacciones adversas (embarazadas o lactantes)
Aguacate (Hoja, fruto, semilla)	Persea americana (Mill.)	Hoja y Semilla: uterotónico	Hoja: dolor parto y postparto	Infusión de las hojas secas al 10%. Se toma de 2 a 3 vasos diarios	No conviene seguir tratamientos largos con las semillas (5 g X litro), debido a su toxicidad.
Alcotán (Hoja, Raíz)	Cissampelos pareira (L)	Hoja: relajante músculo liso Raíz: diurético, antihistamínico, depresor SNC, anticonvulsivo, hipotensor, bradicárdaco, tónico amargo, espasmolítico, antitumoral.	Aliviar el dolor	Infusión: media raíz en un vaso en agua, hervir por dos minutos. Administrar 2-3 veces al día, después de las comidas durante un máximo de 2-3 semanas	No usar durante el embarazo, período de lactancia, niños menores de 12 años.
Berbería (Hoja, Flor, Corteza)	Cochlospermum violaceum (Willd.)	Raíz: estimulante uterino, antihemorrágico	Hoja: apurar parto, detiene hemorragia postparto Raíz: dolor vientre	Infusión: remojar una cuarta de corteza en un litro de agua tomar media taza 3 veces al día	No se dispone de información. Es una planta que necesita más estudios, pero popularmente es usada con resultados positivos.

Cacao (Semilla)	Theobroma cacao (L)	Semilla: antioxidante, antiulcerosa gástrica, relajante bronquial, estimulante SNC y cardíaco, diurético	Favorecer trabajo de parto	Infusión: una cuarta de cáscara en 1 litro de agua se deja en remojo por 12 horas, tomar 1 taza 3 veces al día	Está contraindicado en el embarazo, períodos de lactancia materna y alergia respiratoria; es incompatible con sedantes y anestésicos.
--------------------	------------------------	--	----------------------------	--	---

Café (semilla)	Coffea arábica (L)	Hoja fresca: relajante traqueal. Cafeína: estimulante SNC, diurético.	Apurar parto. En diferentes estudios se ha podido comprobar la actividad estimulante sobre el SNC de las semillas de café y de la cafeína, así como su actividad vasodilatadora periférica, vasoconstrictor a nivel craneal y estimulante de la musculatura lisa y esquelética, sobre los sistemas cardiovascular y urinario	Infusión: 15g/día	Cardiopatía. Úlcera péptica. A dosis elevadas puede producir taquicardia, insomnio, irritabilidad, reflujo gastroesofágico y úlcera péptica
-------------------	-----------------------	---	--	----------------------	---

Canela (corteza)	Cinnamomum verum (J.S.Presl)	Corteza: antibacterial y relajante músculo liso Aceite esencial: anestésico.	Dolor postparto	Infusión de la corteza: 0.5-1.0g diarios	Hipersensibilidad a los componentes de la planta. La canela puede producir reacciones alérgicas en algunas personas. La sobredosis del aceite puede producir náuseas, vómito y posible lesión renal. No se recomienda a niños menores de dos años ni en mujeres embarazadas y lactantes
---------------------	---------------------------------	---	-----------------	--	---

Clavo de olor	Eugenia caryophyllata (Thunberg)	Bactericida, insecticida, analgésico, antiinflamatorio.	Estimula el tono uterino durante el parto	Infusión: cocer tres clavos para una taza de agua y tomar una taza de agua antes de cada comida (tres tazas al día)	El clavo de olor es probablemente seguro cuando se toma por vía oral en cantidades presentes en los alimentos. No existe suficiente información confiable sobre si resulta segura la ingesta de clavo de olor en dosis medicinales en mujeres embarazadas o lactantes. Sea precavida y evite su uso.
Coco	Cocos nucifera L.- Arecaceae	Se emplea para el asma, afección de los riñones (infección de las vías urinarias, retención de líquidos, chistata), parásitos, Enfermedades del hígado (hepatitis), irritaciones de la piel, amebas, hemorragia en la mujer.	Facilita la labor y aliviar los dolores de parto	Infusión: Tomar el agua de cocción de un pedazo de raíz de coco colorado junto con un limón pedazo de raíz de criollo.	No se recomienda el consumo por parte de personas con afecciones nerviosas. “Descontrola el Sistema Nervioso”.
Culantro (hoja, raíz)	Eryngium foetidum (L)	Hoja: antimalárica, fungicida, bactericida, antiviral. Antipirética, antiespasmódico, hipotensiva, anticonvulsiva, fuente de hierro y calcio. Raíz: sudorífica, febrífuga, diurética, emenagoga, estimulante.	Dolor vientre, limpiar después del parto	Infusión preparada con 20-30g de hojas en un litro de agua: una taza tres veces al día.	No usar durante el embarazo, lactancia, ni en niños menores de 3 años.

Eneldo (hoja, semilla)	Anethum graveolens (L)	Parte aérea: antibacterial Raíz: Sudorífica, febrífuga, diurética, emenagoga, estimulante. Semilla: eupéptica, carminativa, espasmolítico, vasodilatador Aceite esencial (Semilla): antifúngica, hipotensora, sedante.	Acelerar el parto, disminuye el dolor vientre, estimula la leche materna.	Infusión: una taza, dos a tres veces al día	El aceite esencial induce aberraciones en los cromosomas de linfocitos humanos e inhibe parcialmente la actividad mitótica Puede producir fotosensibilización Contraindicado en pacientes que requieren dieta baja en sodio (Fetrow C. y col., 2000; Invima, 2007).
Guácimo (de terreno), hoja, corteza, fruto	Guazuma ulmifolia (Lam.)	Hoja: antibacterial, estimulante respiratorio, expectorante, broncodilatador, estimulante SNC (cafeína)	Acelerar parto, expulsar placenta	Infusión de una cucharada de hojas en 1 taza de agua, tomar 1 taza 3 veces al día	El fruto en sobredosis provoca náuseas, vómito, diarrea. Está contraindicado en el embarazo, períodos de lactancia materna y alergia respiratoria; es incompatible con sedantes y anestésicos.
Guarumo rojo (Hoja, Látex, Cogollo, Corteza, Fruto)	Cecropia peltata (L)	Hoja y Raíz: antibacterial, astringente, diurética, sudorífica gusano de seda Raíz y Corteza: cardiotónica.	Corteza: acelerar parto, parto seco, expulsar placenta Cogollo: Disminuye el dolor ovarios.	Infusión: Una taza dos veces al día.	No se han reportado efectos adversos en humanos y/o animales, asociados al consumo de la planta.
Jícara (Hoja, Flor, Pulpa fruto, Corteza)	Crescen Paalata (Kunth.)	Hoja: antibacterial. Hoja y Fruto: antiséptico, astringente, analgésico, calmante, desinflamatorio, emenagogo, emético, emoliente, expectorante, febrífugo, laxante, sudorífico vermífugo Fruto: antibacterial	Corteza: mejora los cólicos Postparto.	Infusión: Cocimiento de una cuarta de cáscara en 1 litro de agua, tomar 1 taza 3 veces al día por un día.	El uso prolongado y en grandes dosis puede ser tóxico.

Llantén (hoja)	Plantago major (L)	Planta: antibacterial, antiinflamatorio, emoliente, espasmolítico, relajante traqueal, expectorante, laxante, antialérgica, antipruriginosa (tópico), hepatoprotectora, antidiarreico hemostática, cicatrizante (taninos astringentes), diurética (ácido úrico), inmunomoduladora	Disminuye el dolor postparto	Infusión: la planta entera hervida en 1 litro de agua, tomar 1 ó 2 veces al día	Se reportan casos de obstrucción intestinal por el uso de las semillas de esta planta como laxante. Por esta causa no es recomendable su uso con este fin.
-------------------	-----------------------	---	---------------------------------	--	--

Linaza (semilla)	Linum usitatissimum	Semilla: antiinflamatorio, protecmucosas, reduce colesterol, hipoglucemiante	Disminuye el dolor vientre, parto seco	Infusión 1-2 cucharadas de semillas en una taza, agregar agua hirviendo, tapar de 510 minutos, colar, endulzar al gusto, ingerir caliente de 2-3 veces al día durante 5-6 semanas	Óleo parolítico Dolor abdominal de cualquier origen.
Liquidamba r (corteza)	Liquidambar macrophylla (Oerst.)	Corteza: antibacterial (E.C).	Disminuye el dolor postparto	Infusión de una cuarta de corteza en 1 litro de agua tomar 1 taza 3 veces al día por 8 días.	No administrar en embarazadas, lactantes y niños.

Manzanilla (hoja y flor)	Matricaria chamomilla (L)	Hoja y flor: antiinflamatorio, cicatrizantes úlceras, espasmolítico Flor: protector úlcera gástrica, regenerante hepático Aceite esencial: antibacterial, antiviral, antifúngica, digestiva, sedante.	Disminuye la hemorragia vaginal, dolor vientre, limpieza postparto	Infusión de 1- 2 cucharadas de la planta en una taza, agregar agua hirviendo, tapar de 5 a 10 minutos, colar, endulzar al gusto, ingerir caliente de 3-4 veces al día durante 5-6 semanas	No prescribir el aceite durante el embarazo
-----------------------------	------------------------------	---	--	--	--

Naranja agria (fruto, hoja, flor y corteza)	Citrus aurantium (L)	Fruto: antibacterial, antimicótico, cicatrizante, fuente Vitamina C, inmunomodulador Aceite esencial: sedante, antiespasmódico, miorelajante, antitumoral, adelgazante, diurético, antioxidante Hoja: tónica, aperitiva, carminativa, antialérgica Pericarpio y fruto: hemostático.	Raíz: facilitar parto, parto seco, expulsar placenta, disminuye la hemorragia postparto	Infusión: 3 a 4 hojas por taza de agua hirviendo. Cocer por quince minutos. Tomar 2 a 3 tazas al día	No presenta toxicidad alguna, pero si se consume demasiado, su acidez favorece la gastritis
---	-------------------------	---	---	--	---

Pericón (parte aérea)	Tagetes lucida (Cav.)	Parte aérea: antibacterial, antifúngica, espasmolítica.	Disminuye el dolor vientre, acelerar parto	Infusión 1- 2 cucharadas del a plata en una taza, agregar agua hirviendo, tapar de 5- 10 minutos, colar, endulzar al gusto, ingerir caliente de 2-3 veces al día, después de las comidas durante 3- 6 semanas	La planta no presenta ninguna toxicidad. Sin embargo, su uso prolongado no está indicado.
--------------------------	--------------------------	--	--	---	--

Roble (hoja, corteza)	Catalpa longissima (Jacq.) DC	Corteza: Cicatrizante ulcera, oxitóica	Corteza: facilitar el parto	Infusión: las agallas de color blanco y rosado que se forman en sus ramas conocido como “algodón de roble”, es utilizado en cocción para los dolores menstruales	No administrar a personas con problemas cardíacos, embarazo y lactancia.
Siguapate (hoja, raíz)	Pluchea carolinensis (Jacq.) g. Don	Planta: antiinflamatorio, analgésica, fungicida, insecticida, vasodilatador, espasmogénica.	Raíz: disminuye el dolor y sangrado postparto	Infusión de una raíz en medio litro de agua, tomar 1 taza 3 veces al día por 1 día.	No se registran efectos tóxicos
Verbena (parte aérea)	Verbena off. (L)	Planta: antipirética, antiespasmódico, colagoga, galactogéna, rubefactoria, vulneraria.	Facilitar parto, estimula la leche materna.	Infusión: un puño en un litro de agua, hervir por un minuto y administrar 2 ó 3 veces al día después de las comidas durante 3-4 semanas.	No se recomienda durante el embarazo.

Normativa para la atención a pacientes con tratamientos fitoterapéuticos.

En respuesta a una diversidad de necesidades se crea como una norma el vademécum, cómo acción en la que la dirección general de un grupo de profesionales de la salud, solicitó elaborarlo como una herramienta de información al servicio de los equipos de salud que, como tal, colabora en la complejidad de la tarea de prescripción y suministros de medicamentos, a los usuarios en tratamientos en los distintos dispositivos del Hospital, técnica y procedimientos para la prevención, captación y manejo del usuario que prefiera ser atendido con procedimientos de carácter natural .

Teniendo en cuenta que en dicha norma refleja estudios en los que referencia y fundamenta acciones que proponen para mantener a un manejo del medicamento junto con información basada en hechos. Dentro está norma establece base conceptual para iniciar a comprender su contenido, de las cuales son esenciales para el conocimiento de

dichos tratamientos. Referencia a su disposición general, en la cual señala sector de salud tiene la competencia para establecer la norma por el abordaje de carácter natural y conservador, siendo que el establecimiento el cual debe promover, brindar todo el apoyo para el cumplimiento dentro de los cuales establecen en dicha norma. (Vanaclocha y Cañigueral, 2003).

El vademécum expone la clasificación de las plantas medicinales y el seguimiento oportuno que se le puede brindar al cualquier tratado por la misma y la forma de monitoreo en cada consulta, y la cita que se propone al paciente para dar el seguimiento más cercano. Así mismo podemos intuir al momento de su captación, que exámenes le deben de cumplir para poder garantizar una atención completa e integral dentro de la cual se debe integrar al paciente en su totalidad al igual que los familiares para que puedan dar un seguimiento cercano a la paciente de la misma forma al tener que efectuar referencias a otro centro hospitalario, en la cual se pueda contar con los especialistas necesario.

Los tipos de tratamiento a prescribir según las necesidades de cada paciente, ya sea un paciente pediátrico o un paciente adulto, lo cual se debe de tener cuidado oportuno, puesto que cada uno debe evaluarse de manera individual para brindar una atención de calidad a las personas. Nos permitirá entender y explicar los tipos de alimentación de acuerdo a la necesidad de los pacientes, de los cuales deben seguir de acuerdo a la posibilidad de que cuenta cada uno.

Asimismo, permite un uso más racional y eficaz de la medicación en post de garantizar la seguridad del usuario.

16.3 Tipos de plantas utilizadas en el embarazo.

16.3.1 Manzanilla (Comomilla)

Parte utilizada:

Hojas y flores

Acción farmacológica:

Se emplea las flores y las hojas para tratar un gran número de afecciones: tratamientos digestivos (dolor de estómago, indigestión, dispepsia, cólico y diarrea), afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales. La manzanilla puede ayudar a aliviar los síntomas de ansiedad y depresión y mejorar la calidad del sueño, pero es probable que los efectos sean menores. La manzanilla parece ser razonablemente inocua.

Las personas que toman anticoagulantes (como la warfarina), sedantes (incluido el alcohol), suplementos de hierro, tamoxifeno, terapia de reemplazo hormonal y anticonceptivos orales que contienen estrógenos.

Efectos secundarios:

La manzanilla (camomila) se considera segura. El efecto secundario más probable es una reacción alérgica, sobre todo en personas que son alérgicas a la ambrosía o a los girasoles. Esta reacción alérgica puede incluir irritación de la piel y de los ojos, estornudos y secreción nasal excesiva (rinorrea).

16.3.2 Jengibre

Parte utilizada: Raíz

Acción farmacológica:

El jengibre es una planta de flores con una raíz (rizoma) que se ha venido empleando desde la antigüedad en la cocina y en la medicina y a la que se le atribuyen efectos antioxidantes y antiinflamatorios. Los antioxidantes protegen a las células del daño producido por los radicales libres, que son subproductos de la actividad normal de las células muy activos desde el punto de vista químico. El tallo contiene sustancias denominadas gingeroles que proporcionan al jengibre su sabor y olor característicos. El shogaol es otro tipo de ingrediente activo. El jengibre se puede usar fresco, seco o en forma de jugo o aceite.

El jengibre es relativamente inocuo y puede ser eficaz para el alivio de las náuseas relacionadas con el embarazo y las náuseas y los vómitos postoperatorios. El jengibre también puede ayudar a aliviar los periodos dolorosos debidos a la dismenorrea primaria.

Efectos secundarios:

El jengibre no suele ser perjudicial, aunque algunas personas experimentan una sensación de ardor cuando lo ingieren, molestias digestivas y sabor de boca desagradable. Puede incrementar el riesgo de hemorragia.

16.3.3 Tilo (Tilia Plantyphyllos).**Parte utilizada:**

Hojas, raíces y corteza inferior del árbol.

Acción farmacológica:

Tiene efecto antiespasmódico, antitóxico, antidiaforetico, sedante, diurético, antiinflamatorio puede potenciar el efecto sedante de antihistamínicos, barbitúricos benzodiacepinas y alcohol.

Efectos secundarios:

La tila para dormir debe consumirse con moderación, ya que podría causar náuseas o hacer que el cuerpo se sienta más pesado. Además, las personas que sean alérgicas al tilo no deberían probar su infusión bajo ningún concepto.

16.3.4. Menta (Mentha)**Parte utilizada:**

Flor, hojas y tallo

Acción farmacológica:

Sus hojas tienen un color verde y disponen de un aroma penetrante y fácil de distinguir es antiinflamatorio, anti expectorante tiene propiedades analgésicas, antibacteriano o antitusivo, posee una fibra con 0.3 gramos de grasa y 0.48 gramos de carbohidrato y dispone de minerales tales como potasio, cobre, magnesio cuenta con vitamina A, B, C y D.

Precauciones:

No se debe administrar el uso con personas con cálculos biliares y madres que amamantan (puede reducir el flujo de leche).

16.3.5 Zacate de limón**Parte utilizada:**

Ramificaciones de hojas y raíz

Acción farmacológica:

Neutraliza los niveles de grasa en la sangre, reduce los niveles de triglicéridos y colesterol, gracias a sus antioxidantes, es un antiinflamatorio natural, estimula la buena digestión, su potasio ayuda a dilatar los vasos sanguíneos, mejorando la circulación y reduciendo la tensión en el corazón, alivia los dolores de cabeza y musculares, reduce la presión arterial, ayuda a aliviar los resfriados ya que reduce la fiebre y molestias como la tos, fomenta la relajación, funciona como un desintoxicante que ayuda a eliminar lo que tu cuerpo no requiere, es un buen diurético.

Contraindicaciones:

El zacate de limón no es recomendado durante el embarazo ni el periodo de lactancia por ser el causante de reducir la producción de leche materna y provocar malestares durante proceso del embarazo tales como: mareos, boca seca, náuseas, somnolencia y disminución de la presión arterial, pudiendo desencadenar desmayos.

16.3.6 Linaza (Lino)**Parte utilizada:**

Semillas

Usos:

Las semillas en infusión o maceración son empleadas en el tratamiento de estreñimiento, colon irritable e inflamaciones gastrointestinales y como mucílago en caso de gastritis y enteritis. Se usan además como demulcentes, laxantes y emolientes. Externamente se usan

como cataplasma en el tratamiento de afecciones cutáneas e inflamaciones locales. El aceite se emplea como laxante, purgante, emoliente y demulcente tópico

Indicaciones:

Uso interno: Laxante. Coadyuvante en el tratamiento del estreñimiento crónico, colon irritable y gastritis.

Contraindicaciones:

Íleo paralítico o dolor abdominal agudo de cualquier origen. No administrar durante el embarazo y tomar precauciones con pacientes diabéticos pues puede disminuir el efecto de los medicamentos hipoglucémico, como todo laxante no se debe realizar en tratamiento por más de una a 2 semanas.

16.3.7 Valeriana

Parte utilizada:

Raíz

Usos tradicionales:

Las raíces se usan en casos de histeria y otros trastornos nerviosos. Se emplea como calmante del dolor, antiespasmódico, sedante, carminativo, reduce la ansiedad, la tensión nerviosa, el insomnio y el dolor de cabeza. Tópicamente se usa para mejorar la irritación, las erupciones cutáneas y para tratar las articulaciones inflamadas.

Principales constituyentes:

En la valeriana se encuentran valepotriatos, diovaltrato, acevaltrato, isovaltrato, ácido clorogénico, colina, ácido cafeico, ácido bohémico, ácido isovaleriánico e isovalerianato de bornilo, ácidos valeriánicos, acético, fórmico y málico, alcaloides y glucósidos. El aceite esencial contiene acetato de bornilo, cariofileno, terpineno, canfeno, timol, valeranol, isovalerato, α y β -pineno, borneol, p-cimeno, limoneno, ácido valérico.

Indicaciones:

Uso interno: Sedante, ansiedad y trastornos del sueño de origen nervioso.

Contraindicaciones y precauciones:

No prolongar su uso por más de dos meses. Debe tenerse precaución con el uso simultáneo con alcohol y otros depresores del SNC y en personas que requieran ánimo vigilante. A dosis altas y uso prolongado puede causar cefalea.

16.3.8 Naranja (Citrus Aurantium)**Parte utilizada:**

Árbol: Hojas, flores y corteza

Fruto: Cáscara, semillas pulpa.

Acción farmacológica:

Farmacodinamia: los principios amargos le dan al naranja propiedades apetitiva y tónica. En medicina tradicional se emplean en las hoja, las flora y la corteza del fruto; la función preparada con la hoja se utiliza popularmente para el tratamiento de afecciones digestivas (cólico, dispepsia, inapetencia, náuseas) y respiratoria (bronquitis, tos, resfrío), en cambio las flores, en jarabe o infusión y así tomando las otras partes de las plantas se utilizan como tranquilizante nervioso y antidepresivo dolor de cabeza insomnio algunos autores advierten sobre el uso de formulaciones de naranja en tratamiento de la obesidad.

Contraindicaciones:

Está contraindicado en la administración con medicamento que contenga ciclosporina.

Efectos secundarios:

El consumo constante provoca un pico y una caída de azúcar, lo cual puede provocar un aumento de peso.

16.3.9 Piña Parte utilizada:

Fruto

Acción farmacológica:

La bromelina es una mezcla de proteasas que favorece la digestión, en modelos exprimen antiagregantes plaquetarios; se utilizan tales, cómo acción antiinflamatoria anti exudativa, como agente detergente de las llagas. Las fibras presentes en el corazón de la piña tienen un ligero efecto saciante del apetito.

Contraindicaciones:

Hipersensibilidad a la bromelaína.

Efectos secundarios:

La bromelaína puede causar ocasionalmente trastornos gástricos, diarrea y acciones alérgicas. Interacción con otras drogas la bromelina puede aumentar el efecto de medicamento anticoagulante, así como los niveles sanguíneos de la tetraciclina.

16.3.10 Espinaca**Parte utilizada:**

Las hojas principalmente, constituyen abundantes celulosas, sales, minerales, hierro, yodo, calcio, clorofila, ácido fólico, oxálico, vitamina K y provitamina A.

Acción farmacológica:

Usos tradicionales: anemia, estreñimiento, el vademécum considera insuficientemente documentada la aplicación terapéutica.

Contraindicaciones:

Litiasis urinaria

16.3.11 Mango**Parte utilizada, fruto, semilla, hoja.**

La pulpa del mango presenta una concentración significativa de compuestos bioactivos tales como la vitamina A (esencial para el mantenimiento de los tejidos epiteliales piel y mucosas), así como de compuestos con una gran actividad antioxidante entre ellos

la vitamina C, vitamina E, polifenoles, carotenos, entre otros, además de presentar una importante concentración de minerales como potasio y magnesio, los cuales intervienen en la transmisión nerviosa y muscular, también aporta pequeñas cantidades de hierro, fósforo y calcio. Asimismo, la pulpa del mango contiene fibra soluble (pectinas), ácidos orgánicos (cítrico y málico). (Ballinas, 2013)

De acuerdo a un estudio de Kuskoski et al. (2005) la pulpa de mango presentó una mayor actividad antioxidante y una mayor concentración de compuestos fenólicos totales comparada con la pulpa de uva, guayaba y piña por su parte Robles-Sánchez et al. (2009) reportaron que el consumo de mango en personas redujo el estrés oxidativo y los niveles de triglicéridos en plasma de la misma manera,

16.3.12 Remolacha

Remolacha azucarera (*Beta vulgaris* L.)

Parte utilizada: Las raíces

Sus principales constituyentes sacarosa (15-20%) pigmentos, fundamentalmente betaína, Colina, glutamina. Vitaminas A, B, C. Sales minerales. saponósidos. Fitoestrógenos.

Acción farmacológica: el uso fundamental de la remolacha es la obtención de sacarosa, edulcorante y excipiente de jarabes, tabletas y otras formas galénicas, tradicionalmente se le ha atribuido a la raíz una acción hepatoprotectora e hipolipemiente, similar a la alcachofera.

Indicaciones:

Usos tradicionales: hepatitis, cirrosis, colecistopatías, prevención de la arteriosclerosis, anemia, astenia y convalecencia.

Posología: Uso alimentario y jugo fresco: 100 ml una o más veces al día

Presentación: jugo de remolacha: Botella de 500 ml de jugo de remolacha 100% natural de cultivo biológico, suero láctico fermentado.

Biorandin (concentrado de remolacha de cultivo biológico)

Jugo de remolacha: 1 vaso cada día antes de las comidas.

Biorandin: Tomar a cucharaditas tres veces al día o diluido en agua o leche los niños la mitad., también puede utilizarse en sopas, sobre pan tostado e incluso mezclado en la leche de los biberones

16.3.13 Zanahoria

Zanahoria (*Daucus carota* L.)

Parte utilizada: La raíz y los frutos (semillas).

Principales constituyentes: raíz: glucosa, sacarosa, mucilagos, pectina, vitaminas (C, B1, B2), proteínas, y sobre todo carotenos (provitamina A)

Semillas: aceite esencial, conteniendo pineno, limoneno, carotol, daucol, ácido isobutírico, asarona.

Acción farmacológica: raíz: utilizada popularmente como antidiarreica, remineralizante y vitamínica. Según algunos estudios prospectivos, el consumo de zanahorias puede reducir el riesgo de cáncer pulmonar y de otros tipos de cáncer, aunque debemos ser prudentes a la hora de hacer una valoración de estos datos. Experimentalmente se ha visto que tiene un papel protector sobre el daño hepático agudo provocado por tetracloruro de carbono en animales.

Semillas: usadas tradicionalmente como aperitivas, carminativas, diuréticas, galactógenas y vermifugas. El aceite esencial ha mostrado, in vitro, producir un efecto antiespasmódico sobre la fibra muscular lisa (útero, aparato digestivo, vasos sanguíneos), además de un efecto bactericida sobre gérmenes grampositivos experimentalmente se ha demostrado una actividad hipotensora debida a un bloqueo en los canales del calcio del mismo modo se ha mostrado un estímulo de la respuesta inmune humoral, aumentando la producción de linfocitos CD4.

Posología:

Usos populares: infusión (semillas): una cucharadita de café por taza. Infundir 10 minutos, tres tazas al día.

Jugo de zanahorias: 50 a 500 ml. al día. Para los niños se puede diluir en un poco de agua o leche.

De cocción (gastroenteritis): 500 g de zanahorias en 1 litro de agua. Hervir 20 a 30 minutos, triturar y añadir agua hasta completar el litro y una cucharadita de las de café de sal, tomar como único alimento durante dos o tres días, mientras dure la diarrea

16.4 Tipos de plantas utilizadas en el parto

16.4.1 Canela

Parte utilizada:

La corteza de las ramas tiernas privada del súber externo y del parénquima subyacente (segunda corteza).

Acción farmacológica:

Medicamentos aprobados por la Comisión E (corteza de canela de Ceilán y China), como procinético digestivo), fungistático, antibacteriano. Tradicionalmente se han utilizado como: estimulante del apetito, eupéptico, carminativo, antiséptico, espasmolítico, emenagogo, antidismenorreico. Externamente: ligeramente astringente, rubefaciente. Dolor postparto.

Dosis:

Infusión de la corteza: 0.5-1.0g diario.

Contraindicaciones:

Embarazo: Hipersensibilidad al bálsamo de Perú.

Efectos secundarios:

El aceite esencial de canela es el responsable de la dermatitis de las manos de los pasteleros. El consumo de chicles aromatizados con canela puede originar dermatitis priorales.

16.4.2 Clavo de olor**Parte utilizada:**

La droga está constituida por los botones florales desecados (Caryophylli flos).

Acción farmacológica:

El clavo muestra actividad antiséptica, antibacteriana, antifúngica, antiviral, antiespasmódica, anestésica local. En lo que se refiere a la actividad antiviral, la eugenina inhibe de forma no competitiva la DNA polimerasa de diferentes cepas de virus del herpes simple 1 y 2 y, además, aumenta la eficacia terapéutica del aciclovir en el tratamiento del herpes simple. Por otro lado, casuarictina, eugenina y telimagrandina I interfieren en la interacción de las glicoproteínas gp120 y gp41 implicadas en la infección por virus VIH. El aceite esencial ha mostrado una amplia actividad antibacteriana sobre grampositivo y gramnegativo que se ha atribuido a la estructura fenólica del eugenol. Este compuesto es capaz de inhibir también el crecimiento de levaduras como *C. albicans* *C. neoformans* y de hongos filamentosos.

Por otro lado, extracto metabólico ha sido efectivo frente a patógenos anaerobios orales gramnegativo, siendo principales responsables de esta acción los flavono les kemferol y miricetina. El extracto acuoso es un potente inhibidor del crecimiento de *Helicobacter Pylori*. El eugenol tiene propiedades anestésicas locales (inhibe la conducción nerviosa) y es antiinflamatorio (inhibe la síntesis de prostaglandinas y la quimiotaxis de leucocitos). Finalmente, se ha constatado que el extracto acuoso tiene actividad antialérgica ya que inhibe reacciones anafilácticas a nivel cutáneo y sistémico en rata, mediante la estabilización de la membrana de los mastocitos y la inhibición de la liberación de la histamina.

Estimula el tono uterino durante el parto.

Dosis:

Infusión: Cocer tres clavos de olor para una taza y tomar una taza de agua antes de cada comida (tres tazas al día).

Efectos secundarios:

La aplicación repetitiva del aceite esencial sin diluir sobre la mucosa bucal puede dañar el tejido gingival.

Precauciones: La intoxicación por ingesta de eugenol puede inducir daño hepático por depleción del glutatión, que puede prevenirse con N – acetilcisteína. Se trata de una intoxicación análoga a la producida por sobre dosis de paracetamol. La sintomatología de la intoxicación por aceite esencial cursa con acidosis, desórdenes sanguíneos lesión hepática, e incluso con un ataque generalizado que puede llevar al coma.

16.4.3 Manzanilla**Parte utilizada:**

Hojas y flores

Acción farmacológica:

Se emplea las flores y las hojas para tratar un gran número de afecciones: tratamientos digestivos (dolor de estómago, indigestión, dispepsia, cólico y diarrea), afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales. La manzanilla puede ayudar a aliviar los síntomas de ansiedad y depresión y mejorar la calidad del sueño, pero es probable que los efectos sean menores. La manzanilla parece ser razonablemente inocua.

Las personas que toman anticoagulantes (como la warfarina), sedantes (incluido el alcohol), suplementos de hierro, tamoxifeno, terapia de reemplazo hormonal y anticonceptivos orales que contienen estrógenos.

Efectos secundarios:

La manzanilla (camomila) se considera segura. El efecto secundario más probable es una reacción alérgica, sobre todo en personas que son alérgicas a la ambrosía o a los girasoles.

Esta reacción alérgica puede incluir irritación de la piel y de los ojos, estornudos y secreción nasal excesiva (rinorrea).

16.4.4 Llantén

Parte utilizada: La hoja y la parte aérea de *Plantago lanceolata* que incluye solamente la hoja.

Acción farmacológica:

Emoliente, antiinflamatoria, antimicrobiana. La acción emoliente es debida al elevado contenido en mucílagos. La actividad antiinflamatoria se ha relacionado con los iridoides heterolíticos (aucubina) y los derivados del ácido cafeico, como el plantamajósido y el acetósido. Este último ha demostrado también actividad antioxidante. La sustancia responsable de la actividad antibacteriana sería el aglicón de la aucubina, denominado aucubigenina, liberado por una B – glucosidasa. Durante la infusión o decocción esta enzima se destruye por efecto de la temperatura, impidiéndose la hidrólisis de la aucubina y la liberación del principio activo. Además, se han descrito otras actividades: antiulcerosa, antioxidante, diurética, hipotensora e hipoglucemiante.

Alivia el dolor postparto

Dosis:

La planta entera hervida en un litro de agua, tomar 1 o 2 veces al día.

16.4.5 Valeriana

Parte utilizada:

Raíz

Usos tradicionales:

Las raíces se usan en casos de histeria y otros trastornos nerviosos. Se emplea como calmante del dolor, antiespasmódico, sedante, carminativo, reduce la ansiedad, la tensión nerviosa, el insomnio y el dolor de cabeza. Tópicamente se usa para mejorar la irritación, las erupciones cutáneas y para tratar las articulaciones inflamadas.

Principales constituyentes:

En la valeriana se encuentran valepotriatos, diovaltrato, acevaltrato, isovaltrato, ácido clorogénico, colina, ácido cafeico, ácido bohémico, ácido isovaleriánico e isovalerianato de bornilo, ácidos valeriánicos, acético, fórmico y málico, alcaloides y glucósidos. El aceite esencial contiene acetato de bornilo, cariofileno, terpineno, canfeno, timol, valeranol, isovalerato, α y β -pineno, borneol, p-cimeno, limoneno, ácido valérico.

Indicaciones:

Uso interno: Sedante, ansiedad y trastornos del sueño de origen nervioso.

Contraindicaciones y precauciones:

No prolongar su uso por más de dos meses. Debe tenerse precaución con el uso simultáneo con alcohol y otros depresores del SNC y en personas que requieran ánimo vigilante. A dosis altas y uso prolongado puede causar cefalea.

16.4.6 Linaza**Parte utilizada**

Las semillas (Lini semen) maduras y desecadas, que se conocen también con el nombre de linaza **Acción farmacológica:**

Acción laxante suave de tipo mecánico gracias al contenido en mucilagos y fibra insoluble (celulosa) que provoca un aumento del contenido intestinal, distensión de la pared y consiguiente estimulación del peristaltismo, principalmente en el intestino grueso. Efecto protector de la mucosa gastrointestinal, mediante una acción de recubrimiento, en caso de inflamación. Los metabolitos del lignano secoisolariciresinol diglucósido se han relacionado con un efecto preventivo del cáncer de mama y de colon.

Se relaciona con el parto seco y la disminución del dolor de vientre.

Dosis:

Infusión: 1-2 cucharadas de semillas en una taza, agregar agua hirviendo, tapar de 5-10 minutos, colar y endulzar al gusto, ingerir caliente de 2-3 veces al día durante 5-6 semanas.

Contraindicaciones:

Está contraindicado en casos dolor abdominal agudo de cualquier origen. La absorción de otros medicamentos administrados simultáneamente puede ser retardada, al igual que la de glucosa, lo cual debe ser tenido en cuenta en personas diabéticas.

Precauciones:

La administración por vía oral debe realizarse acompañada de líquido abundante, mínimo 200 ml por toma, Es recomendable, mantener un aporte de líquido de 1,5-2 l / día. Es preferible que las personas obesas ingieran las semillas enteras, sin triturar, debido al alto contenido en aceite.

16.4.7 Naranja agria**Parte utilizada**

El azahar o flores de naranjo amargo los frutos inmaduros de naranja amarga y su corteza (pericarpio).

Acción farmacológica flores: popularmente se utilizan como tranquilizantes suaves, frutos inmaduros y pericarpio: por sus característico sabor amargo-aromático, se utilizan para estimular el apetito y facilitar las digestiones. Su uso más frecuente es como corrector de sabor.

Los flavonoides de la corteza de naranja amarga se consideran protectores de la pared capilar y potencian la acción de la vitamina C, el zumo de naranja dulce (diferentes variedades) se emplea como saborizante y como fuente de vitamina C.

Indicaciones:

Flores (uso popular): nerviosismo, alteraciones del sueño.

Pericarpio: Inapetencia, dispepsias hiposecretoras.

Preparados a base de citroflavonoides: trastornos circulatorios periféricos.

Posología:

Infusión de flores: 2 g/taza. Infundir 10 minutos, 2 0 3 tazas al día, de cocción (pericarpio): 1-2 cucharadas de postre por taza, una a tres al día.

16.5 Tipo de plantas utilizadas en el puerperio.

16.5.1 Manzanilla

Parte utilizada: (hoja y flor).

Propiedades:

Hoja y flor: antiinflamatorio, cicatrizantes úlceras, espasmolítico.

Flor: protector úlcera gástrica, regenerante hepático.

Aceite esencial: antibacterial, antiviral, antifúngica, digestiva, sedante.

Indicaciones terapéuticas:

Disminuye la hemorragia vaginal, dolor vientre, limpieza post parto.

Dosis: Infusión de 1-2 cucharadas de la planta en una taza, agregar agua hirviendo, tapar de 5-10 minutos, colar, endulzar al gusto, ingerir caliente de 3-4 veces al día durante 5-6 semanas.

Contraindicaciones y reacciones adversas: No prescribir el aceite durante el embarazo.

16.5.2 Canela (Cinnamomum verum)

Parte utilizada: La corteza de las ramas tiernas privada del súber externo y del parénquima subyacente (segunda corteza).

Acción farmacológica:

Medicamentos aprobados por la Comisión E (corteza de canela de Ceilán y China), como procinético digestivo), fungistático, antibacteriano. Tradicionalmente se han utilizado como: estimulante del apetito, eupéptico, carminativo, antiséptico, espasmolítico, emenagogo, antidismenorreico. Externamente: ligeramente astringente, rubefaciente.

Dolor postparto.

Dosis:

Infusión de la corteza: 0.5-1.0g diario.

Contraindicaciones:

Embarazo: Hipersensibilidad al bálsamo de Perú.

Efectos secundarios:

El aceite esencial de canela es el responsable de la dermatitis de las manos de los pasteleros. El consumo de chicles aromatizados con canela puede originar dermatitis priorales.

16.5. 3Menta**Parte utilizada:**

Flor, hojas y tallo

Acción farmacológica:

Sus hojas tienen un color verde y disponen de un aroma penetrante y fácil de distinguir es antiinflamatorio, antiexpectorante tiene propiedades analgésicas, antibacteriano o antitusivo, posee una fibra con 0.3 gramos de grasa y 0.48 gramos de carbohidrato y dispone de minerales tales como potasio, cobre, magnesio cuenta con vitamina A, B, C y D.

Precauciones:

No se debe administrar el uso con personas con cálculos biliares y madres que amamantan (puede reducir el flujo de leche).

16.5.4 Zacate de limón

Parte utilizada:

Ramificaciones de hojas y raíz

Acción farmacológica:

Neutraliza los niveles de grasa en la sangre, reduce los niveles de triglicéridos y colesterol, gracias a sus antioxidantes, es un antiinflamatorio natural, estimula la buena digestión, su potasio ayuda a dilatar los vasos sanguíneos, mejorando la circulación y reduciendo la tensión en el corazón, alivia los dolores de cabeza y musculares, reduce la presión arterial, ayuda a aliviar los resfriados ya que reduce la fiebre y molestias como la tos, fomenta la relajación, funciona como un desintoxicante que ayuda a eliminar lo que tu cuerpo no requiere, es un buen diurético.

Contraindicaciones:

El zacate de limón no es recomendado durante el embarazo ni el período de lactancia por ser el causante de reducir la producción de leche materna y provocar malestares durante proceso del embarazo tales como: mareos, boca seca, náuseas, somnolencia y disminución de la presión arterial, pudiendo desencadenar desmayos.

16.5.5 Valeriana

Parte utilizada:

Raíz

Usos tradicionales:

Las raíces se usan en casos de histeria y otros trastornos nerviosos. Se emplea como calmante del dolor, antiespasmódico, sedante, carminativo, reduce la ansiedad, la tensión nerviosa, el insomnio y el dolor de cabeza. Tópicamente se usa para mejorar la irritación, las erupciones cutáneas y para tratar las articulaciones inflamadas.

Principales constituyentes:

En la valeriana se encuentran valepotriatos, diovaltrato, acevaltrato, isovaltrato, ácido clorogénico, colina, ácido cafeico, ácido bohémico, ácido isovaleriánico e isovalerianato de bornilo, ácidos valeriánicos, acético, fórmico y málico, alcaloides y glucósidos. El aceite esencial contiene acetato de bornilo, cariofileno, terpineno, canfeno, timol, valeranol, isovalerato, α y β -pineno, borneol, p-cimeno, limoneno, ácido valérico.

Indicaciones:

Uso interno: Sedante, ansiedad y trastornos del sueño de origen nervioso.

Contraindicaciones y precauciones:

No prolongar su uso por más de dos meses. Debe tenerse precaución con el uso simultáneo con alcohol y otros depresores del SNC y en personas que requieran ánimo vigilante. A dosis altas y uso prolongado puede causar cefalea.

16.5.6 Aguacate**Parte utilizada:**

(Hoja, fruto, semilla).

Propiedades:

Hoja y semilla: uterotónico.

Indicaciones terapéuticas:

Hoja: dolor postparto.

Dosis: Infusión de las hojas secas al 10%. Se toma de 2 a 3 vasos diario.

Contraindicaciones y reacciones adversas:

No conviene seguir tratamientos largos con las semillas (5 g x litro), debido a su toxicidad.

16.5.7 Piña**Parte utilizada:** Fruto

Acción farmacológica:

La bromelina es una mezcla de proteasas que favorece la digestión, en modelos exprimen antiagregantes plaquetarios; se utilizan tales, cómo acción antiinflamatoria anti exudativa, como agente detergente de las llagas. Las fibras presentes en el corazón de la piña tienen un ligero efecto saciante del apetito.

Contraindicaciones:

Hipersensibilidad a la bromelaína.

Efectos secundarios:

La bromelaína puede causar ocasionalmente trastornos gástricos, diarrea y acciones alérgicas. Interacción con otras drogas la bromelina puede aumentar el efecto de medicamentos anticoagulantes así como los niveles sanguíneos de la tetraciclina.

16.5.8 Espinaca**Parte utilizada**

Las hojas principalmente, constituyen abundantes celulosas, sales, minerales, hierro, yodo, calcio, clorofila, ácido fólico, oxálico, vitamina K y provitamina A.

Acción farmacológica:

Usos tradicionales: anemia, estreñimiento, el vademécum considera insuficientemente documentada la aplicación terapéutica.

Contraindicaciones:

Litiasis urinaria

16.5.9 Coco (Cocos nucifera)

Parte utilizada: Pulpa, agua del interior.

Propiedades: Es usado como diurético, emoliente, vermífugo, discretamente laxante.

La cascara quemada se emplea como sahumero en caso de dolor de muelas. Con la pulpa se hace un jarabe pectoral. La decocción del mesocarpo fibroso, en las zonas de origen,

se usa como purgante y antihelmíntico. Por su constitución el coco es una fruta con propiedades de la vitamina E de importante acción antioxidante sobre la piel y es ideal para las personas que se encuentran con debilidad.

Composición nutricional: Calorías: 350, vitaminas: C (39mg), B1 (0,06mg), B2 (01,8mg), minerales: Potasio (398mg), fosforo (110mg), calcio (16mg), hierro (4mg).

Ácidos grasos:

Poliinsaturados (1gr), monoinsaturados (4gr), grasas saturadas (53gr).

16.5.10 Avena (*Avena sativa* L.)

Parte utilizada: Sumidades o partes aéreas de la planta verde (*Avenae herba*).

Principales constituyentes: Abundantes sales minerales: hierro (39 mg/100 g de peso seco), manganeso (8,5 mg), cinc (19 mg). En las hojas existen abundantes sales silícicas y saponinas esteroídicas de tipo furostánico (avenacósidos A y B). Las inflorescencias son ricas en flavonas. En la droga hay también carotenoides y derivados de la clorofila. Vitaminas: A, B1, B2, PP, trazas de E y D. Fenoles en las semillas: avenantramida A, K y C, ácido p-hidroxibenzoico, vainillina, ácido vainílico, ácido cafeico, ácido p-cumárico, ácido ferulico, etc.

Acción farmacológica: Popularmente se utiliza como sedante, remineralizante y vitamínico. Los fenoles de la avena han mostrado actividad antioxidante por inhibición de la oxidación de las LDL y de proteínas. Además, la capacidad antioxidante total es debida a la mezcla compleja de compuestos antioxidantes y prooxidantes. Los avenacósidos presentes en las hojas tienen una acción antimicótica.

Indicaciones: La Comisión E, debido a que la eficacia de la droga no ha sido demostrada, no aconseja su uso con finalidad terapéutica.

Contraindicaciones: No se han descrito contraindicaciones ni interacciones.

Efectos secundarios: En casos esporádicos ha aparecido hipersensibilidad al gluten de la avena.

16.5.11 Jícara

Parte utilizada:

(Hoja, flor, pulpa, fruto, corteza).

Propiedades:

Hoja: antibacterial.

Hoja y fruto: antiséptico, astringente, analgésico, calmante, desinflamatorio, emenagogo, emético, emoliente, expectorante, febrífugo, laxante, sudorífico, vermífugo.

Pulpa fruto: antibacterial.

Indicaciones terapéuticas:

Corteza: mejora los cólicos postpartos.

Dosis:

Infusión: Cocimiento de una cuarta de cáscara en 1 litro de agua, tomar 1 taza 3 veces al día por un día.

Contraindicaciones y reacciones adversas:

El uso prolongado y en grandes dosis puede ser tóxico

16.5.12 Culantro

Parte utilizada: (Hoja, raíz)

Propiedades: Hoja: antimalárica, fungicida, bactericida, antiviral, antipirética, antiespasmódico, hipotensiva, anticonvulsiva, fuente de hierro y calcio.

Raíz: sudorífica, febrífuga, diurética, emenagoga, estimulante.

Indicaciones terapéuticas:

Dolor vientre, limpiar después del parto.

Dosis:

Infusión preparada con 20-30g de hojas en un litro de agua: una taza tres veces al día.

Contraindicaciones y reacciones adversas:

No usar durante el embarazo, y lactancia.

17. Análisis y discusión de datos

Gráfico 1.

Edad, lugar de procedencia y etnia de mujeres puérperas que practican fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 1.

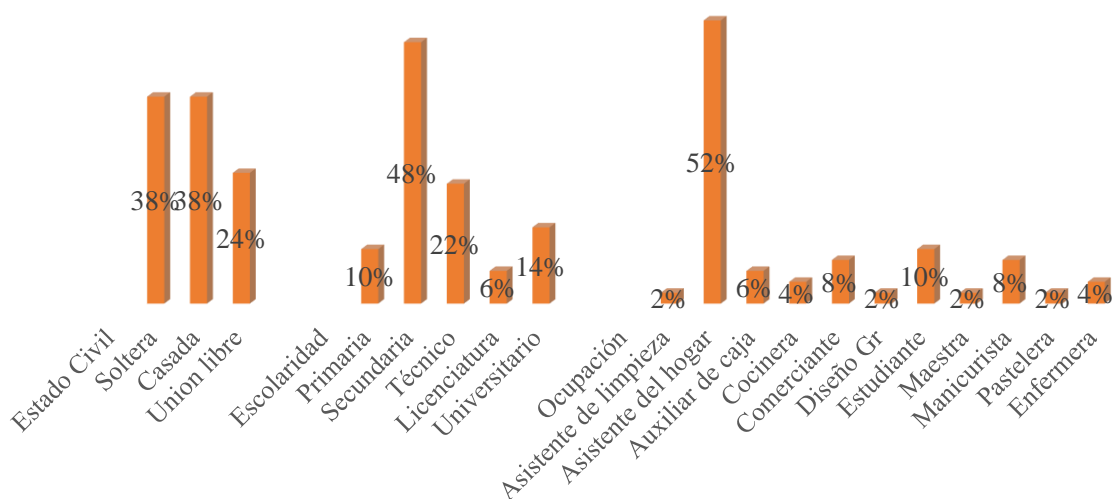
La edad que más prevalece entre las mujeres puérperas que hacen uso de fitoterapia es de 20 a 25 años, siendo en su mayoría mujeres jóvenes, según las encuestadas, conocen de fitoterapia por recomendaciones familiares, por el acceso a internet, incluso por cuenta propia.

La etnia es del 100% mestizos, ya que el trabajo fue realizado en un centro de salud de la capital de Managua, lo mismo ocurre en la procedencia de las mujeres que es 100% urbana, la procedencia influye en el uso de plantas medicinales ya que el área urbana hace menos uso de la fitoterapia que el área rural, según un artículo de Estudio Comparativo de plantas medicinales vinculadas a tradiciones indígenas y europeas en Uruguay, se concluyó que el 70% de la población indígena hace más uso de plantas medicinales, las cuales eran nativas de esa región por otra parte el 30% correspondió a

la población Europea, siendo esta un área con más desarrollo que se caracteriza por ser un área urbana (Tabakian, 2019), todo lo expuesto confirma que aún existe un porcentaje del área urbana hacen uso de fitoterapia.

Gráfico 2.

Estado civil, ocupación y escolaridad de mujeres puérperas que practican fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



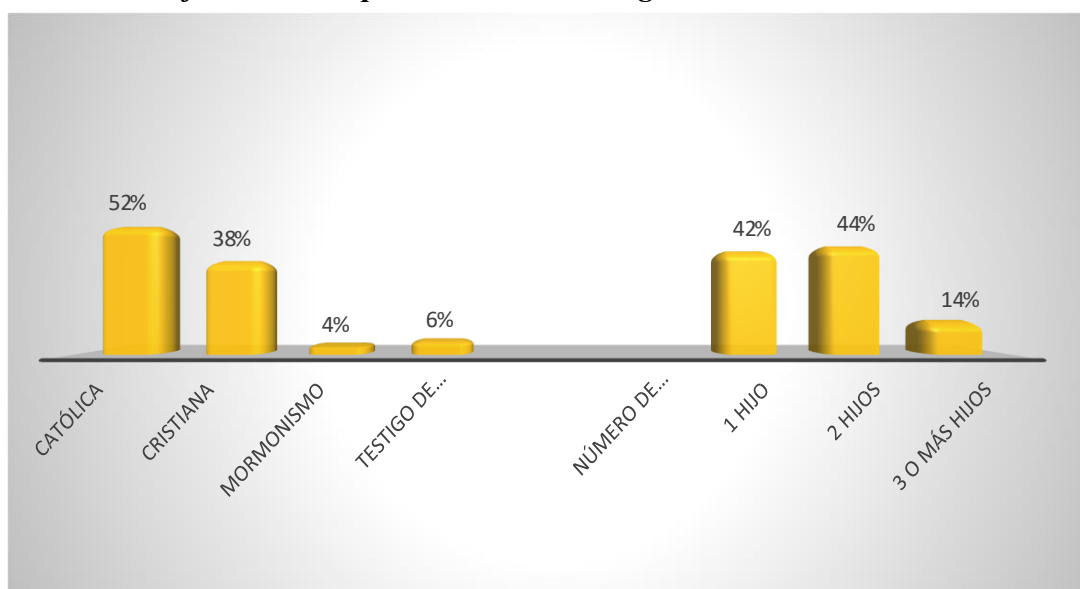
Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 2.

El nivel de escolaridad representada en este grafico el más predominante fue el nivel secundario con un 48%, siguiendo el técnico con un 22%, el 14% universitario y el 10% con un nivel de primaria, ahora bien una adecuada educación se asocia con mayores estándares de salud y mejor situación económica, según la (UNESCO, 2017) la educación básica permite a los individuos adquirir habilidades y competencias fundamentales para convertirse en ciudadanos empoderados capaces de participar activamente en su cultura, sociedad y economía por otro parte la ocupación de estas mujeres en su 52% corresponde a la asistencia del hogar, indicando que no tienen un trabajo formal, el 48% de mujeres realizan diferentes trabajos representando que están siendo proactivas en un ámbito laboral, según (Sagastume R, 2001) realizó un estudio

sobre los factores socio-económicos que influyen en el uso de plantas medicinales, encontrando cuatro grupos sociales que usan plantas con propiedades curativas entre ellos: Los agentes tradicionales, las amas de casa, hombres ancianos y campesinos y un grupo mixto de profesionales y no profesionales, que utilizan las plantas medicinales para curar enfermedades respiratorias, digestivas, entre otras, del mismo modo el resultado en este trabajo según su ocupación predominaron las asistentes del hogar en otro orden, en relación al estado civil el 38% de mujeres son solteras y el 38% casadas ambas corresponden al 76%, el otro 24% corresponde a unión libre.

Gráfico 3

Religión y número de hijos de mujeres puérperas que practican fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



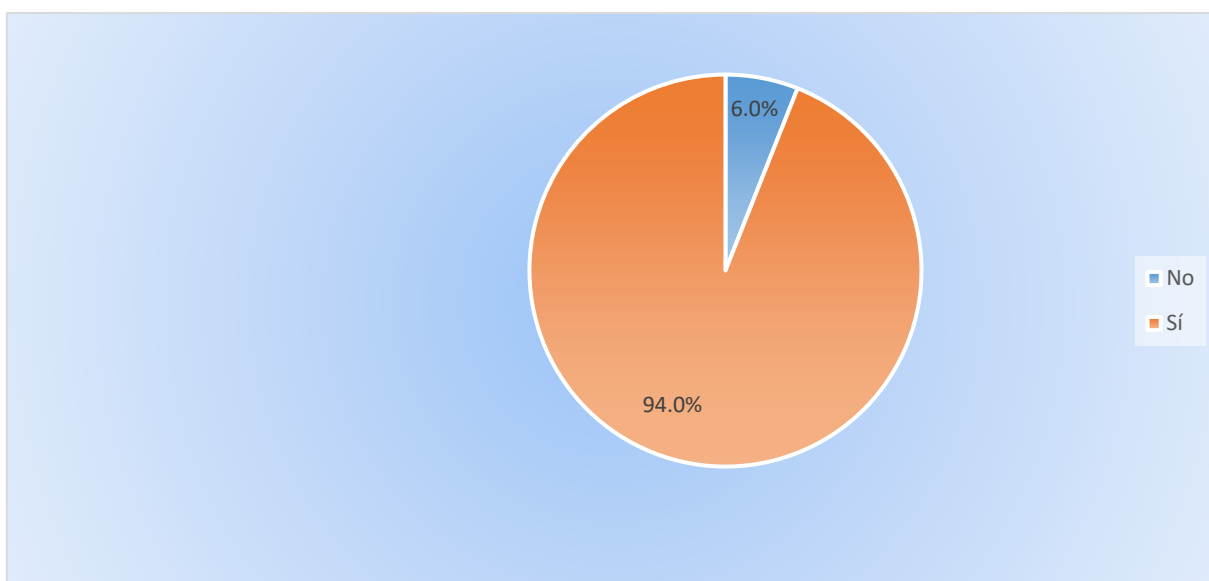
Fuente: Encuesta a mujeres, tabla 3

En nuestro país Nicaragua, según las cifras de una encuesta realizada por CID Gallup, entre los meses de septiembre y octubre del año 2021 indicó que el 44.3% de los nicaragüenses son católicos y el 38.1 son evangélicos, este gráfico representa que la religión de mujeres puérperas con mayor prevalencia fue la católica con un 52%, siguiendo la religión cristiana con un 38%, el 6% Testigos de Jehová y el 6% mormonismo, en este gráfico igualmente se representa el número de hijos y se encontró que el 44% tienen 2 hijos, el 42% 1 hijo y solo el 14% tienen de 3 o más hijos, cabe

destacar que las mujeres que tienen 2 hijos a más, hicieron uso de la fitoterapia en el periodo de cada embarazo.

Gráfico 4.

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo en mujeres puérperas que practican fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 4.

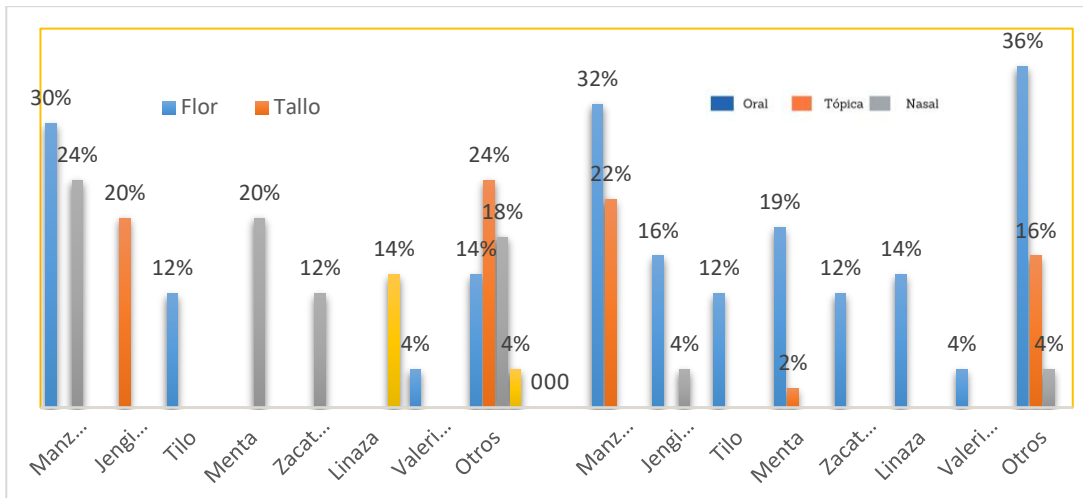
De acuerdo al gráfico el uso de plantas medicinales utilizadas en mujeres puérperas en la etapa de embarazo fue el del 94% consumiendo con la finalidad de aliviar los diversos síntomas que este nuevo estado fisiológico les produce, el otro 6% no hace uso de fitoterapia, debido a temores por una reacción no deseada al consumir alguna planta medicinal tanto para ella como para el feto.

Pese a que durante años los remedios naturales han estado en un segundo plano, actualmente, la OMS en el año 2015, determinó que alrededor del 80% de las personas en los países en desarrollo han utilizado en algún momento de su vida las plantas medicinales en busca de soluciones para sus problemas de salud, asimismo, un estudio sobre el uso de plantas medicinales en el embarazo refiere que hace aproximadamente dos décadas se ha observado un especial interés por el empleo de plantas medicinales en los países occidentales, entre los motivos referidos por las mujeres embarazadas se

encuentran el deseo de tener un control sobre su salud, insatisfacción con los tratamientos convencionales y la preocupación por los efectos secundarios de estos.

Gráfico 5

Plantas utilizadas durante el embarazo con relación a qué parte de la planta utilizó, y en que vía se la administró, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 5 y 6.

Las plantas utilizadas durante el embarazo con relación a que parte de la planta utilizó, según las encuestadas el 30% de las mujeres utilizó la flor de la manzanilla y un 24% utilizó la hoja, la manzanilla según el Libro de Medicamentos Herbarios Tradicionales, determina que la manzanilla es una de las plantas más utilizadas por la población en general, se emplean las flores y hojas para tratar un gran número de afecciones: trastornos digestivos (dolor de estómago, indigestión, dispepsia, cólicos, diarreas), afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales en forma externa se usa para lavar heridas, descongestionar los ojos, y para aplicar en calidad de fomentos en casos de cólicos intestinales. (MINSA, 2019)

Según las mujeres encuestadas utilizaron esta planta por sus diversos factores favorables entre los cuales está controlar las náuseas y problemas digestivos, con relación a la vía en que se lo administró, según las encuestadas, el 32% de las mujeres usaron la manzanilla de forma oral, el 22% la utilizó a nivel tópico siendo una de las formas más óptimas para evitar las estrías ya que la manzanilla contiene un extracto llamado apigenina siendo este

efectivo para hidratar la piel y aliviar distintos cuadros de dermatitis, un 20% utilizó la hoja de la menta, como método para disminuir los dolores de cabeza al igual que la manzanilla para el control de náuseas de ellas el 19% de mujeres utilizaron la menta de forma oral ya que esta es la mejor forma en las cuales se aprovechan propiedades de la planta, el 2% la utilizó de forma tópica debido a sus propiedades anti inflamatorias y aliviar el dolor de miembros inferiores,

El 20% de las mujeres uso el tallo del jengibre esta planta la utilizaron para el manejo de las náuseas y vómitos un estudio del jengibre como tratamiento de vómitos y náuseas en el embarazo concluyó que puede considerarse una buena opción para el tratamiento de las náuseas y vómitos, sin embargo afirman un efecto anticoagulante que puede aumentar hemorragias y abortos espontáneos, (Terán, 2019) el 16% de estas mujeres utilizaron el jengibre de forma oral y el 4% la utilizaron de forma nasal a través de inhalaciones.

El 14% utilizó la semilla de la linaza para mejorar el ardor estomacal a causa de los vómitos en los últimos años, el consumo de linaza se ha promovido como un alimento funcional por sus beneficios para la salud, principalmente atribuibles a su contenido de ácidos grasos omega-3, lignanos y fibra dietética (Cuevas, 2012), el 12% utilizó la flor del tilo para ayudar a mejorar la ansiedad, asimismo el 12% lo utilizo el tilo de forma oral en forma de té, el 12% utilizó la hoja del zacate de limón, estas dos plantas fueron utilizadas mayormente para evitar la tos y la irritación de la garganta del mismo modo el 12% utilizó el zacate de limón de forma oral.

Por otra parte las mujeres hicieron uso de un 24% del tallo de la sábila no es aconsejable su empleo oral durante el embarazo, la lactancia y niños menores de 10 años ni cuando existan dolores abdominales, náuseas y vómitos, siendo estas precauciones totalmente desconocidas en las mujeres, en el caso de la naranja agria fue utilizada su hoja en un 18% siempre con el fin de controlar náuseas y vómitos según el libro de medicamentos herbarios la hoja es utilizada para afecciones digestivas y las flores y las otras partes de la planta se usan como tranquilizante nervioso y digestivo siendo este un buen indicador del uso adecuado de la parte de la planta que utilizan las mujeres puérperas, esta fue utilizada en un 36% de forma oral, la infusión preparada con las hojas se utiliza

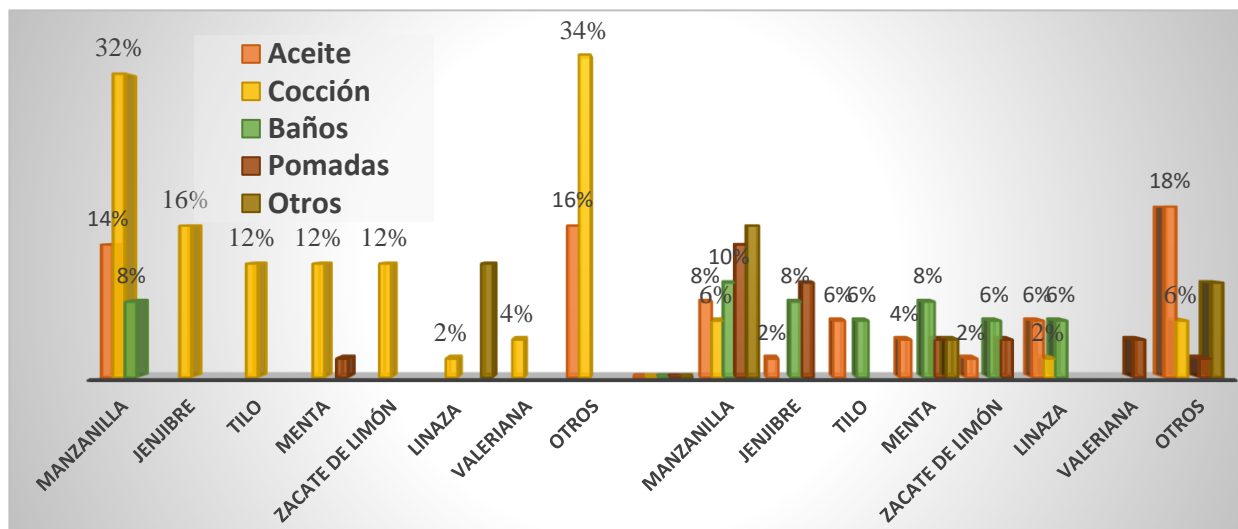
popularmente para el tratamiento de afecciones digestivas (cólicos, dispepsia, inapetencia, náuseas).

El 14% utilizaron el cilantro por que ayuda a eliminar o mejorar la fatiga y el insomnio, según (Ortega, 2019) los estudios realizados con extractos y principios activos aislados de esta planta medicinal, entre los que sobresale el linalol, han puesto de manifiesto diversas actividades farmacológicas, tales como antimicrobianas, antioxidantes, antiproliferativas, neuroprotectoras, ansiolíticas, analgésicas, antiinflamatorias y antidiabéticas, un 4% consumió la semilla de la chía esta fue la menos utilizada pero es una de las que ofrece los mejores efectos positivos por la cantidad de fibra soluble que aporta al cuerpo, la semilla de chía es conocida como un importante antioxidante vegetal. (Di Sapio, 2020)

El 16% utilizaron el aceite de coco de manera tópica, el aceite de coco puede ser utilizado como una crema hidratante de la piel, ayudando con la piel seca, como tratamiento para el acné y se ha demostrado en un estudio de reducir la pérdida de proteína cuando se usa en el cabello (Cruz, 2018)

Gráfica 6

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la forma de preparación y la frecuencia de uso, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 7 y 8.

Las plantas utilizadas durante el embarazo con relación a la forma en que se la preparó, según las encuestadas el 32% de las mujeres utilizaron la manzanilla en cocción, el cual debe ser este su modo de preparación para tomarla, el 14% la utilizó en aceite para disminuir inflamaciones en miembros inferiores y el 8% la utilizó en baños como un método de terapia para relajarse y aliviar inflamaciones, con relación a la frecuencia en que se lo administró, según las encuestadas, el 16% de las mujeres utilizaron la manzanilla 3 veces al día, el 14% la utilizó una vez por semana, el 10% la utilizó día de por medio, el 6% la utilizó dos veces al día y el 8% una vez al día, según (MINSA, 2019) la infusión se prepara con una cucharada de flores para 1 litro agua recién hervida su dosis es 1 taza 3 veces al día, en este gráfico solo el 16% de mujeres está cumpliendo con la dosis establecida, lo que en el resto de mujeres revelar que no se esperará el efecto deseado de la planta medicinal.

Un 34% correspondió al limón utilizado en forma de cocción para aliviar náuseas y dolores articulares según (García, 2003) un estudio de esta fruta contiene un componente llamado flavona diosmina, es un flavonoide importante en el limón, este compuesto tiene importantes aplicaciones farmacológicas, siendo el componente activo de ciertas

medicinas empleadas en el tratamiento de varias enfermedades del sistema circulatorio, mejora el tono muscular, la resistencia vascular y las afecciones inflamatorias, por lo que se emplea en el tratamiento de enfermedades como la insuficiencia venosa crónica y artritis reumática.

Ahora bien el 16 % usaron el jengibre en cocción de igual forma para poder consumirlo como té, del mismo modo el jengibre el 10% la utilizó una vez por semana, el 8% la utilizó día de por medio y el 2% la utilizó una vez al día, el 12% utilizaron el tilo en forma de cocción, el 6% de las encuestadas lo utilizó en un 6% una vez al día y en un 6% la utilizo día de por medio, según el Libro de Medicamentos Herbarios Tradicionales la infusión se prepara con una cuchara del vegetal para un litro de agua recién hervida: beber una taza tres veces al día, en los estados gripales, usar la infusión caliente, en los demás frías (MINSA, 2019)

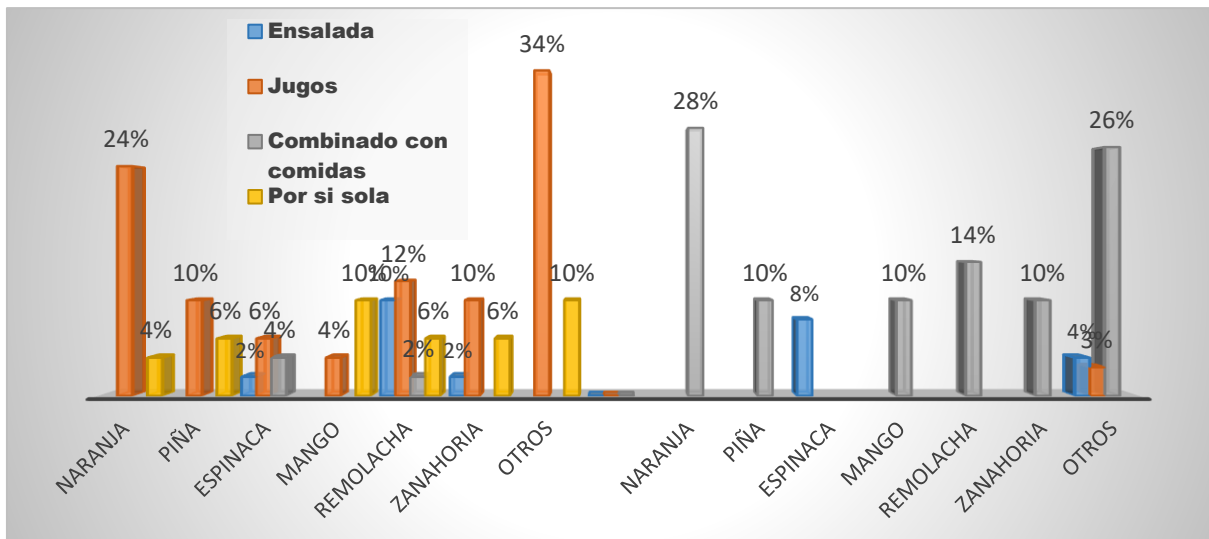
El 12% utilizar la meta en cocción debido a sus propiedades para disminuir las molestias gastrointestinales, mejorar la circulación y reducir los dolores de cabeza y el 2% en pomadas naturales de menta para aliviar dolores musculares, asimismo la menta la utilizaron en un 8% día de por medio, un 4% la utilizaron una vez por semana, un 4% la utilizó 3 veces por semana y un 4% la utilizó una vez al día, el 12% uso el zacate de limón en cocciones, y su frecuencia fue un 2% una vez al día, 6% día de por medio y un 4% una vez por semana

El 12% utilizó la linaza en forma de jugos y el otro 2% en forma de cocción para ayudar al estreñimiento, en un 4% la valeriana fue utilizada en cocción con una frecuencia del 4% correspondiente a una vez por semana en otras plantas con un 16% utilizaron el coco en forma de aceite para hidratar la piel del abdomen, siendo común que en las embarazadas aparezcan estrías por el estiramiento de la piel, debido al crecimiento del bebé.

El 34% correspondiente a una vez en el día es de la hoja de naranja agria siendo su dosis de 3 tazas al día, lo que no cumple con la dosis correcta para que este sea eficaz un 6% utilizó la canela dos veces al día y un 2% utilizaron el coco una vez por semana.

Gráfico 7

Plantas utilizadas durante el embarazo con relación a qué parte de la planta utilizó y de que forma la preparan las mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 9 y 10.

Las plantas utilizadas durante el embarazo con relación a que parte utilizó, según las encuestadas, el 28% de las mujeres utilizaron el fruto de la naranja siendo la de más uso debido al rico nivel del calcio y vitamina C, que a su vez este cítrico ayuda a la gestante a controlar náuseas, con relación a la forma de preparación, según las encuestadas, el 24% de las mujeres utilizaron la naranja en jugos el 4% la utilizó por si sola una de las mejores formas de preparar la fruta ya que se extrae la mayoría de los antioxidantes y vitamina C, el 10% utilizaron el fruto de la piña un 10% en jugos y el otro 6% por si sola para aprovechar los aportes nutricionales que ofrece la fruta como la vitamina C y la absorción del hierro, a piña es una fruta que es única porque contiene bromelina, un agente activo antiinflamatorio que ayuda a prevenir la propagación de células cancerosas en todo el cuerpo, la investigación indica que una mayor ingesta de alimentos de color amarillo brillante puede ayudar a reducir el riesgo de cáncer, en este caso las mujeres la utilizaron para aliviar las náuseas.

La hoja de la espinaca fue usada en un 16% el 6% utilizó la espinaca en jugos, el 4% combinado con comida y solo un 2% en ensalada, el valor nutritivo de las espinacas radica en su contenido de vitaminas y minerales. En concreto, este alimento es fuente de folatos,

vitamina C y vitamina A y vitamina E. Los folatos contribuyen a la formación normal de las células sanguíneas (Fundación Española de la Nutrición, 2019), las mujeres hicieron uso de ella para consumir hierro de forma natural, para ayudar al buen crecimiento y desarrollo del bebé

El fruto del mango fue utilizado en un 10% el mango fue utilizado en un 10% por sí solo como un alimento ácido para calmar las náuseas, el 4% fue utilizado en jugos, el 4 % como antojo de la etapa del embarazo, desde el punto de vista del valor nutritivo, el mango es una fuente importante de fibra y vitaminas, la pulpa del mango presenta una concentración significativa de compuestos bioactivos tales vitamina A, vitamina C, vitamina E, polifenoles, carotenos, entre otros, además de presentar una importante concentración de minerales como potasio y magnesio, los cuales intervienen en la transmisión nerviosa y muscular, también aporta pequeñas cantidades de hierro, fósforo y calcio, de este modo ayuda a las mujeres con buenos aportes nutricionales en su etapa de embarazo, la hortaliza remolacha fue consumida en un 14% debido a que es rica en hierro y fuente rica de ácido fólico, la remolacha fue utilizada en un 12% en jugos, un 10% en ensaladas 6% por si sola y un 2% combinada con comida, gracias a su alta concentración de hierro (Martínez, 2012).

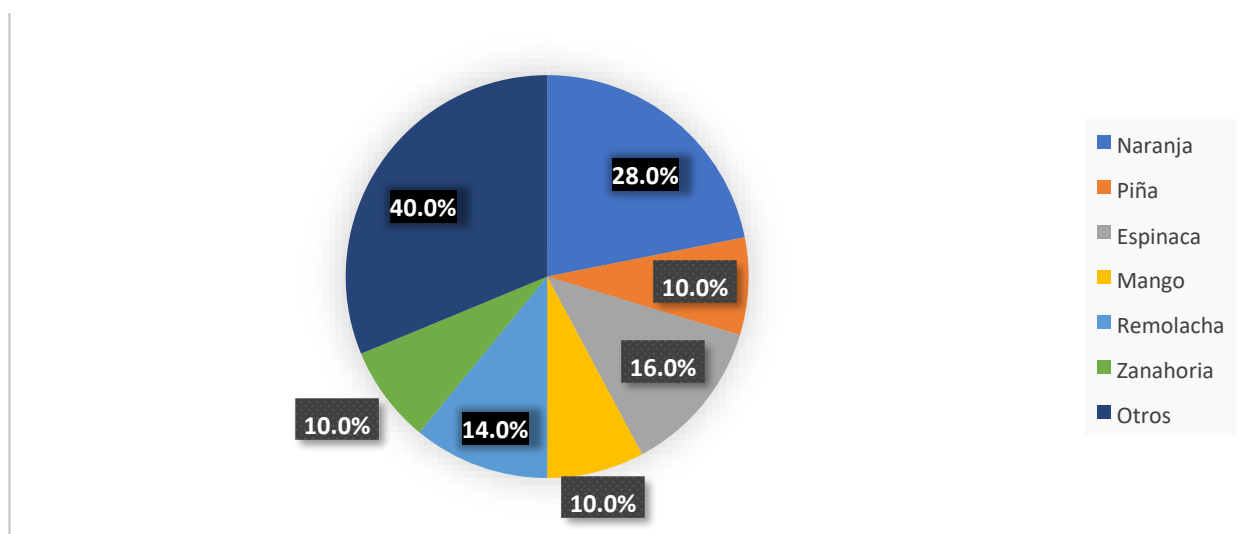
El tubérculo de la zanahoria fue utilizado en un 10% jugos ya que de esta manera asegura un buen aporte de fibra insoluble, el 6% fue utilizada por si sola y un 2% en ensaladas, las mujeres la utilizaron para ayudar a mejorar el estreñimiento, la zanahoria contiene una cantidad apreciable de hidratos de carbono, si bien el aspecto más destacable de este alimento desde el punto de vista nutricional es su contenido en vitamina A la cual contribuye al mantenimiento de la visión, la piel y las mucosas en condiciones normales. (Fundación Española de la Nutrición, 2019)

Otras de las frutas usadas con un 26% fue el limón con el 34% en forma de jugo y un 4% la hoja, siendo este una fuente rica de vitamina C y ayudando a estimular el sistema digestivo de las más provechosa, entre otro fruto fue el marañón fue utilizado en un 10% por sí solo los frutos secos que el aporta como tal y en jugos por la fruta llena de vitaminas.

Se llega a la conclusión que en este gráfico que los frutos que más predominaron fue la naranja y el limón y su forma de preparación más común entre las mujeres puérperas fue en jugos para aliviar los vómitos y náuseas que causan el embarazo.

Gráfico 8

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la vía de administración oral en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

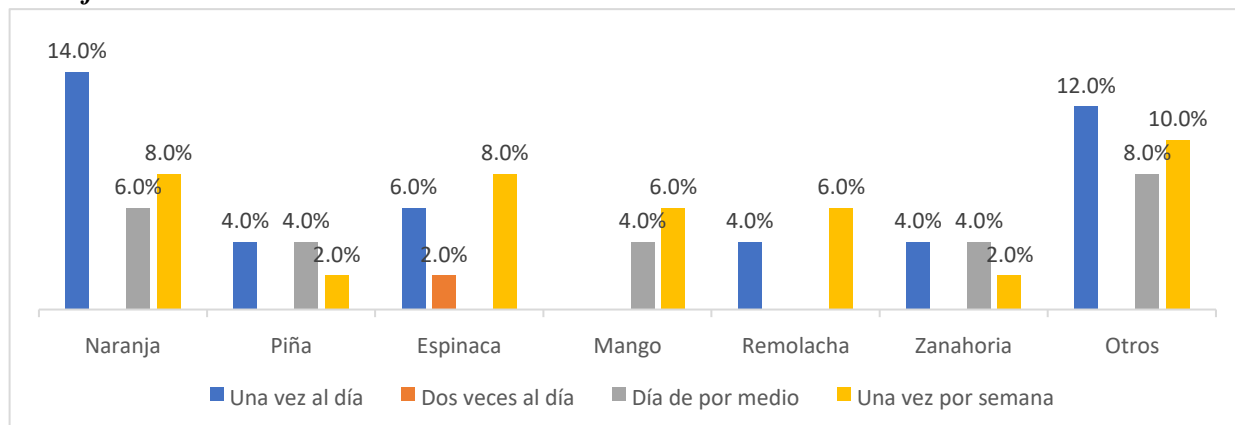


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 11.

De acuerdo al gráfico correspondiente las plantas utilizadas durante el embarazo con relación a la forma en que se administró, siendo esta exclusivamente la vía oral, el más predominante fue el limón con un 40%, siguiendo la naranja con el 28% de consumo, todo lo expuesto confirma los afines de las mujeres embarazadas por el sabor ácido encontrándolos en estos frutos que a su vez son cítricos, controlando las náuseas, aliviando el malestar causado por las mismas, según las mujeres encuestadas el sabor ácido de estas frutas neutralizan la acidez y vómitos matutinos que el embarazo les provoca.

Gráfico 9

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino".



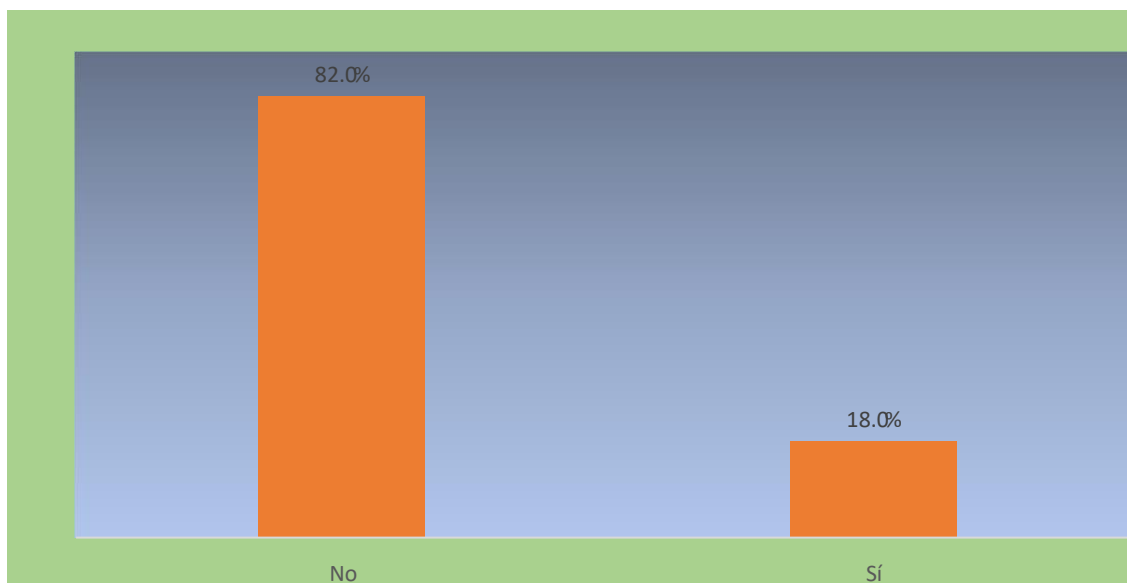
Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 12

Las plantas utilizadas durante el embarazo con relación a la frecuencia de administración, según las encuestadas, el 14% de las mujeres utilizaron la naranja una vez al día, el 6% la utilizó día de por medio, el 8% la utilizó una vez por semana, un 4% utilizó la piña una vez al día, el 4% día de por medio y un 2% una vez por semana, integrar frutas a la alimentación es importante y siendo frutas cítricas en la etapa del embarazo lo hace aún más, ya que al ser antioxidantes y ricos en fibra estas ayudan a la digestión, la absorción de vitaminas, reforzar el sistema inmunitario previniendo enfermedades, sobre todo las relacionadas con el aparato respiratorio y mantener saludable al bebé, esto es apoyado por Dra. Leticia Cruz Sánchez. Master en Atención Integral a la Mujer que apoya esta teoría e indica que “las concentraciones plasmáticas de muchas vitaminas y minerales disminuyen durante la gestación tal vez por la hemodilución, por lo que es recomendable incluir cítricos además de otras vitaminas en la nutrición de las diferentes etapas de la vida y con prioridad en las embarazadas” (Sánchez Cruz, 2012) , la espinaca tuvo una utilidad del 8% una vez por semana, 6% una vez al día y 2% dos veces al día, el mango fue utilizado un 6% una vez por semana y un 4% día de por medio, consumieron la remolacha un 6% una vez por semana, 4% una vez al día, la zanahoria en un 4%, una vez al día, otro 4% día de por medio, y un 2% una vez por semana, zanahoria fue utilizada un 4% una vez al día y día de por medio, la utilizaron una vez a la semana un 2%, la zanahoria

y remolacha consideradas como hortalizas son precursoras de vitamina A y los betacarotenos, son pobres en grasa y contienen fibra, ideales para el consumo en la etapa de gestación, esto es apoyado por Dra. Marta López Menes. Especialista Segundo Grado en Medicina General Integral, quién afirma “La vitamina A es esencial para una visión normal, el crecimiento, la diferenciación de los tejidos corporales y la integridad del sistema inmune, su déficit se asocia a partos prematuros, retraso del crecimiento intrauterino, así como bajo peso al nacer. Los requerimientos diarios son de 6,000U/día” (Menes López, 2012), en otros se encontró con un 12% la avena utilizada una vez al día, un 8% la rosa mosqueta utilizada día de por medio, y en un 10% la lechuga un 10% utilizada una vez por semana.

Gráfico 10

Plantas medicinales mezcladas con medicamentos en mujeres puérperas que practican fitoterapia en su etapa de embarazo, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



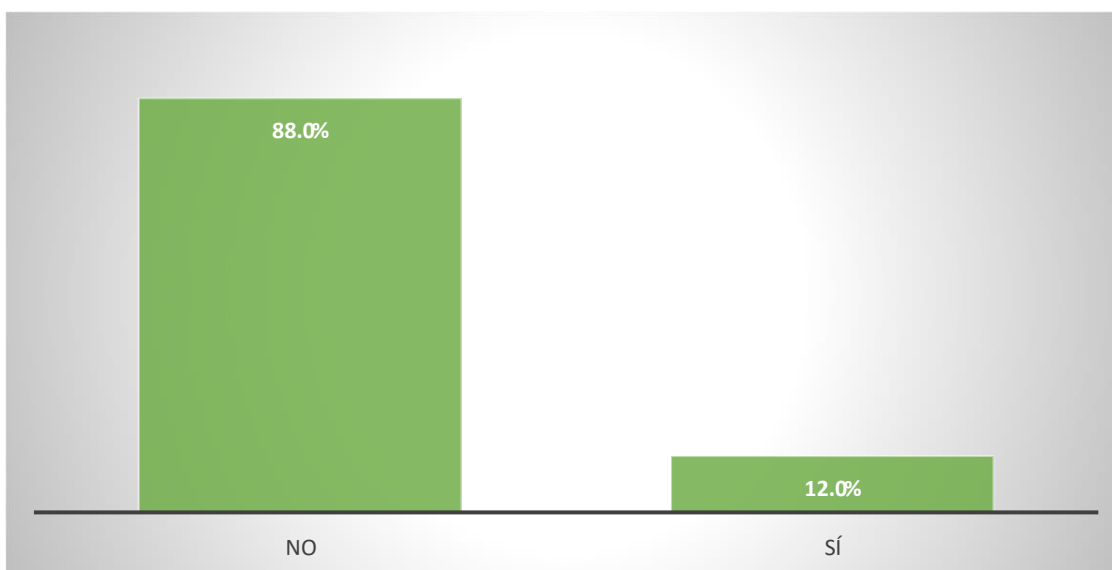
Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 13.

En las mujeres embarazadas es común que el médico recete medicamentos para controlar náuseas, vómitos entre otros síntomas relacionados a esta etapa de la mujer, el 82% utilizó en su mayoría plantas medicinales para aliviarlos, tales como la manzanilla, limón, canela entre otras, y solo el 18% hizo combinación de plantas medicinales con medicamentos.

Es común creer que las plantas medicinales no pueden tener efectos perjudiciales, pero combinadas con algunos medicamentos, pueden tener efectos no deseados, pudiendo haber interacciones alterando el efecto del fármaco en su absorción, afectando la motilidad o por la formación de complejos no absorbibles, por otra parte, al ser contenido de una estructura química definida, interactuará, no solo con el organismo, sino con otros medicamentos, sean naturales o sintéticos o con alimentos, lo cual podrá provocar, desde un sinergismo hasta una inhibición, con resultados que si no se estudian resulta impredecibles para la salud. (Centro de Farmacovigilancia de Navarra., 2006)

Gráfico 11

Mujeres puérperas que hicieron uso de fitoterapia en el embarazo bajo indicación médica, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



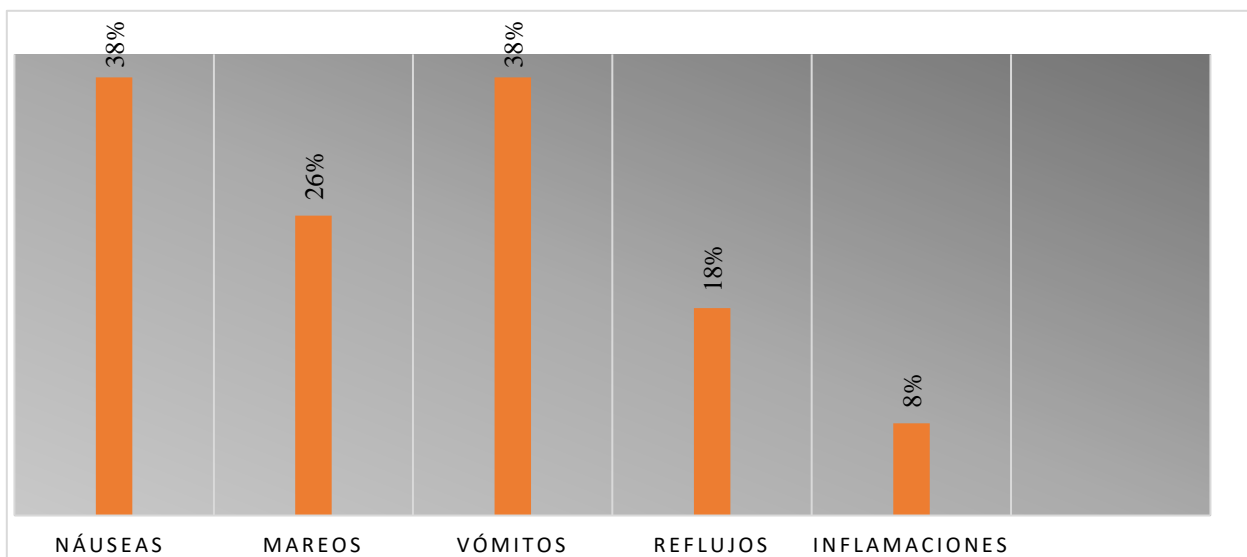
Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 14.

Todo uso de un producto sin una indicación médica en el humano, no debe, ni puede hacerse sobre la base de un empirismo absoluto, ya que, aunque una sustancia sea de origen natural, no es solo tributaria de inocuidad, sino que la misma actuará sobre un mecanismo fisiológico o patológico del organismo, podrá corregirlo o alterarlo y por tanto, provocará un efecto farmacológico que resulte terapéutico o por el contrario sea una reacción adversa, el 88% alegó que hicieron uso de plantas sin consultar a un médico, ya que sus mamás, abuelas y personas cercanas, le recomendaban por experiencia propia

el buen resultado al consumir dichas plantas, ninguna de ellas tuvo efectos adversos, por el contrario el 12% consultó con un médico para consumir alguna o algunas plantas medicinales en específico.

Gráfico 12

Uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares en mujeres puérperas en su etapa de embarazo, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022

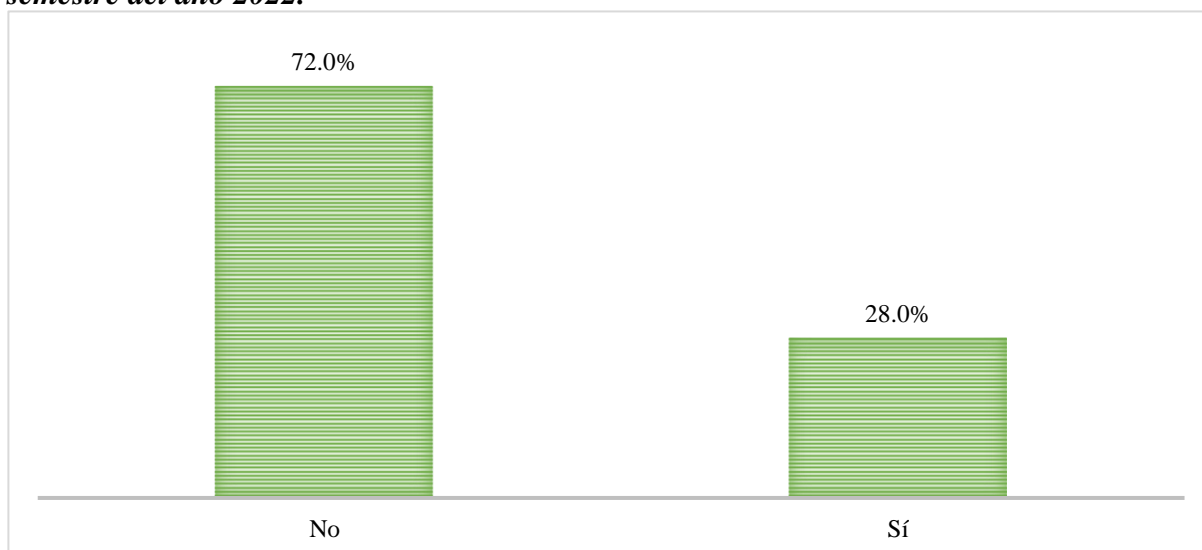


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 15

Según las encuestadas, se constató que las mujeres puérperas en su estado gravídico, un 38% de prevalencia hacían uso de fitoterapia para aliviar náuseas y vómitos, mareos 26%, 18% reflujo y el 8% inflamaciones en miembros inferiores. El embarazo es una etapa donde se reflejan malestares debido a los cambios físicos que el cuerpo sufre y eso hace que muchas mujeres piensen en fitoterapia para aliviar sus trastornos durante esta fase (Osorio A, 2017).

Gráfico 13

Uso de plantas medicinales utilizadas durante el parto en mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

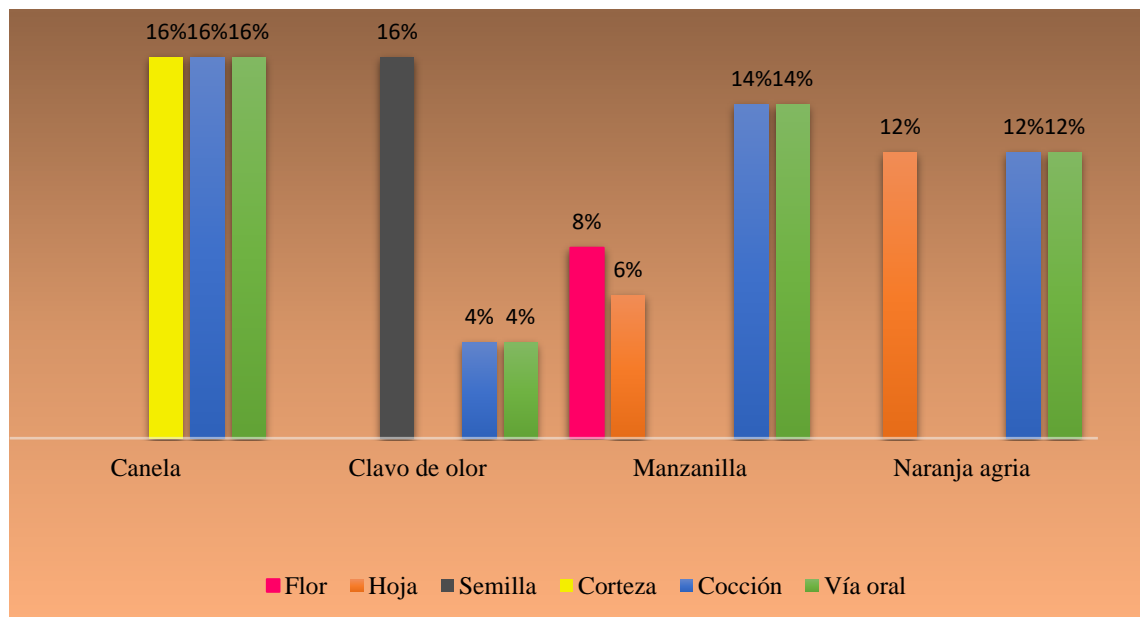


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 16.

En esta gráfica se observa que el 72% no hace uso de plantas a la hora del parto, el 28% restante si hace uso para controlar nervios durante el proceso de labor y parto. Ante todo, deben ser evitadas todas aquellas plantas medicinales que tienen efectos estrogénicos y oxitócicas que puedan llegar a incrementar el tono de la contractilidad uterina, que puede ocasionar un peligro inminente para la gestante y el recién nacido. Esto es apoyado por Jordi Cebrián. Periodista especializado en plantas medicinales, que afirma “Las plantas que presentan una acción estrogénica u hormonal deben de ser utilizadas con mucha cautela y siempre consultando con el ginecólogo, a fin de evitar efectos indeseados. Es el caso de la artemisa, el sauzgatillo, la salvia, la alfalfa, el cilantro, el ginseng y el hinojo, pudieran suponer un riesgo alto al feto y a la salud de la madre”. (Cebrián, 2023)

Gráfico 14

Plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a qué parte de la planta utilizó, forma en que la utilizó, y forma de administración en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 17, 18, 19.

Según las encuestadas, el 16% utilizó la corteza de la canela, este mismo porcentaje la preparó en forma de cocción y otro 16% se lo administró vía oral, la canela tiene propiedades como expectorante, estimula la circulación sanguínea, es antibacteriana, antiinflamatoria, antifúngica, mejora la digestión entre otras bondades algunos de sus efectos negativos en el parto, si se consume en grandes cantidades son: posibles daños a la placenta, el causante sería un componente de la canela llamado glicirricina, tiene efectos hipoglucemiantes e hipotensores. (Báez, 2022).

Otro porcentaje del 16% hizo uso de las semillas del clavo de olor, y el 4% la preparó en forma de cocción y con este mismo porcentaje la vía de administración fue la oral. Entre sus beneficios está ayudar a mejorar los dolores de cabeza, los escalofríos y la fiebre, ya que es un antiséptico, antipirético y analgésico natural, posee propiedades carminativas lo cual ayuda a la disminución de gases a través de una sustancia aceitosa, denominada eugenol. El hecho de que contenga flavonoides, hace que el clavo de olor también funcione como antiinflamatorio, para ello, se aplica de forma externa, como aceite

esencial, o se toma su infusión. En cantidades de consumo mayores de 19gr (aprox. 10 tazas) puede afectar los niveles de azúcar en sangre causando hipoglucemia.

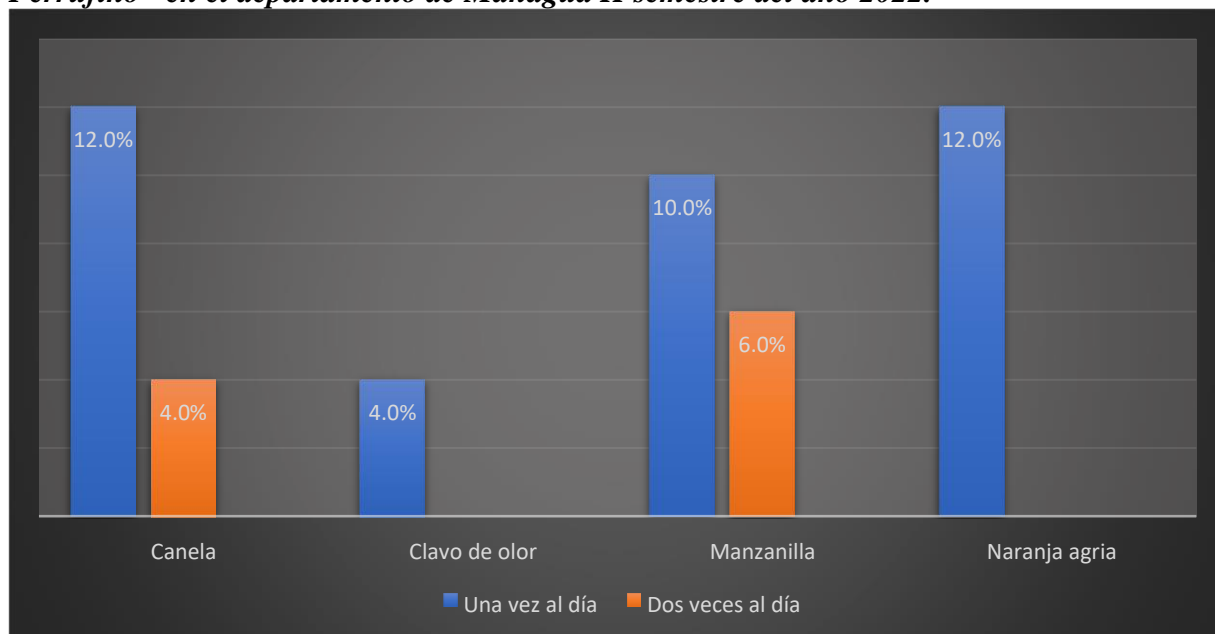
Un 14% utilizó la manzanilla siendo de esta un 8% para la flor y un 6% para la hoja, el 14% la preparó en forma de cocción y un mismo porcentaje del 14% se lo administró vía oral. Entre sus múltiples bondades están: Es antiinflamatorio, alivia los trastornos digestivos incluyendo indigestión, náuseas, vómitos, pérdida de apetito, y gases, ayuda a promover el sueño incluso bajo condiciones de estrés, debido a un compuesto llamado crisina, gracias a su rico contenido en colina, un nutriente que pertenece al grupo de las vitaminas B y que participa en múltiples reacciones metabólicas del cuerpo, la manzanilla protege al hígado de la acumulación de grasa y ayuda a eliminarla de la sangre. Un estudio impulsado por el Colegio Imperial de Londres reveló que, la ingesta de manzanilla (*Chamaemelum nobile*), aumenta la producción de glicina e hipurato, los cuales actúan como relajantes nerviosos y musculares por tanto no sorprende lo extendido de su uso en el parto para combatir el estrés, la ansiedad y los síntomas depresivos, sea que se consuma en infusión o en aromaterapia.

El 12% utilizó la hoja de naranja agría, y con ese mismo porcentaje la prepararon en forma de cocción y vía de administración. Según las encuestadas les ayudó a relajarse y a tranquilizar sus nervios, también para mejorar procesos de congestión nasal, y mejorar malestares de náuseas. Uno de los beneficios de las hojas de naranja agría es que puede ayudar a combatir el insomnio, esto debido a que contiene propiedades que ayudan a calmar el sistema nervioso, además contiene sustancias que pueden calmar los dolores de cabeza causados por el estrés. Incluso es recomendado en caso de tener dolor de garganta o congestión; también es bueno para fortalecer el sistema inmunológico, esto porque es una fuente de vitamina C. (El Universal CDMX, 2020).

Estas plantas fueron utilizadas exclusivamente en forma de cocción, aprovechándose algunas de ellas combinadas entre sí para liberar sus principios activos, siendo todas distintivamente consumidas por la vía oral, que en su mayoría es la de preferencia por ser cómoda y segura, de efecto rápido y de elección siempre que sea posible.

Gráfico 15

Plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

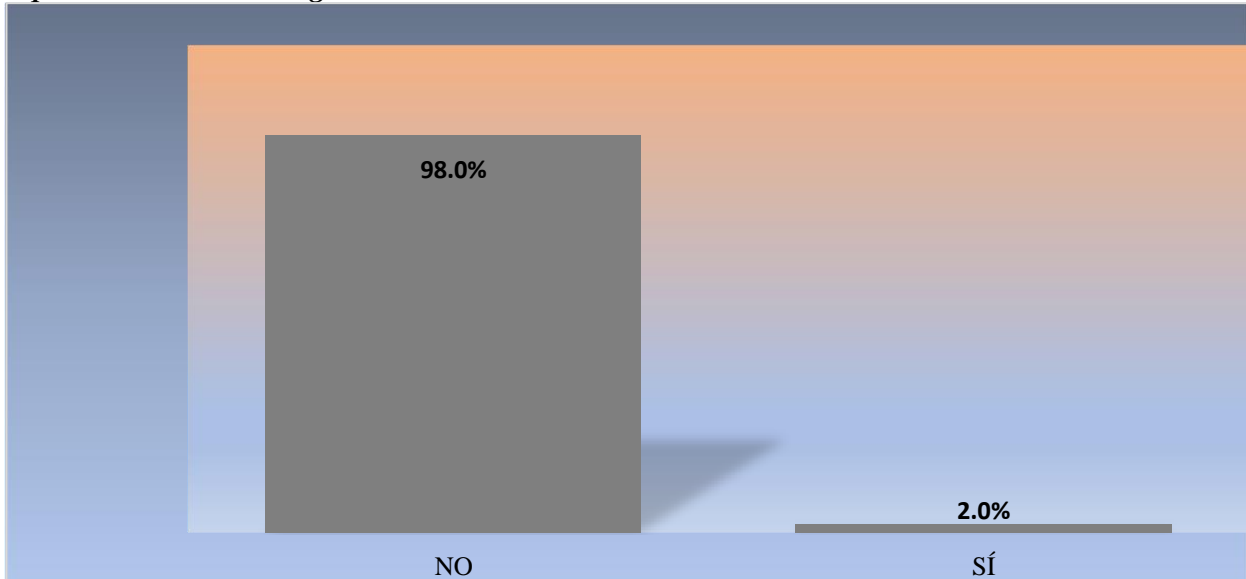


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 20.

Las plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a la frecuencia de administración, corresponde según las encuestadas a un total del 16% para la canela, siendo de esta un 12% correspondiente a una vez al día y a un 4% para dos veces al día, un total de 16% para la manzanilla de esta un 10% corresponde a una vez al día, un 6% a dos veces al día, un total del 12% hace referencia una vez al día al uso que se le da a la naranja agria y en un 4% del total para el clavo de olor corresponde a una vez al día. Debido a que la canela y el clavo de olor son plantas, que en su consumo excesivo pueden provocar hipoglucemia e hipotensión también en el parto, se recomienda no exceder más de 4 tazas al día (Acosta, 2020) por lo que podemos deducir que la frecuencia de administración para todas estas plantas fue la correcta sin excedentes, logrando según las puérperas los efectos esperados.

Gráfico 16

Plantas medicinales mezcladas con medicamentos en mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de parto, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. **Tabla 21.**

De acuerdo al gráfico correspondiente a plantas medicinales mezcladas con medicamentos, el 98% no mezcló ningún tipo de medicamento a la hora del parto y un pequeño porcentaje del 2% mezcló medicamentos con plantas naturales. Según Normativa 042- Primera Edición **Guía de Atención Respetuosa y Humanizada del Parto Asistido con Pertinencia Cultural**, en su Anexo 7 describe un listado de hierbas en específico que pueden ser utilizadas durante el parto y postparto y que el personal de salud debe conocer y permitir su consumo de acuerdo a lo establecido en ese cuadro, es por ello que hay un acuerdo o aviso al médico para consumir algún tipo de planta medicinal durante el parto, en aras de garantizar el respeto y promover el parto humanizado y adecuado culturalmente en nuestro país.

Gráfico 17

Mujeres puérperas que hicieron uso de fitoterapia en el parto bajo indicación médica, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

Hubo indicación medica		
	N	%
NO	14	28%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 22.

El 28% de las mujeres puérperas la etapa de parto, no tuvo ninguna indicación médica para hacer uso de fitoterapia. En el parto es de suma importancia conocer que el uso inadecuado de una planta que no se conoce su principio activo y posibles reacciones, puede ocasionar un problema de salud más allá de su beneficio o de su poder curativo (Díaz Lobos, 2019). Según las encuestadas hacían uso de fitoterapia por iniciativa propia y por sugerencias de sus mamás, ya que son plantas conocidas, de uso común, que no podían conducir a ningún riesgo, por ende no solicitaron el punto de vista médico.

Gráfico 18

Uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares en mujeres puérperas en su etapa de parto, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

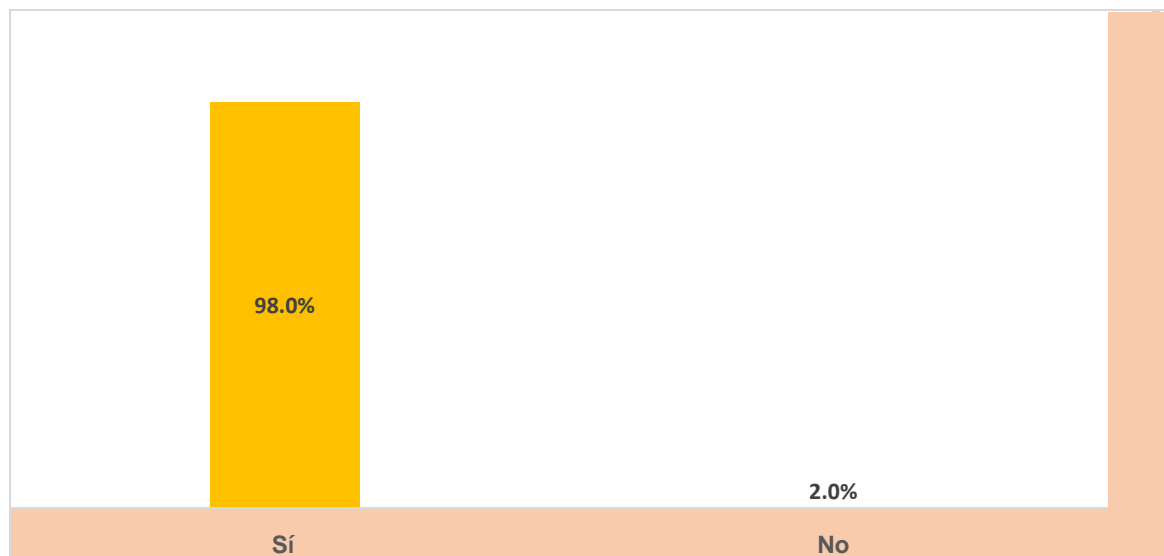


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 23.

De acuerdo al gráfico de uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares, un pequeño e importante porcentaje utilizó plantas medicinales para aliviar molestias, entre estos un 6% hizo uso para los mareos, un 4% para dolor de estómago o abdominal, otro 4% para inflamaciones y un 2% para visión borrosa. Según la OMS el parto es un proceso fisiológico normal que se puede desarrollar sin complicaciones para la mayoría de las mujeres, sin embargo los estudios indican que una parte importante de las mujeres embarazadas sanas sufren al menos una intervención clínica durante el parto y el nacimiento, en el cual las mujeres experimentan diversos tipos de malestares, los síntomas que fueron constatados por las puérperas en su estado de parto, son signos clínicos de quizás una presión arterial elevada. Debido al carácter crónico de la HTA, la posibilidad de establecer tratamientos prolongados de bajo riesgo hace de la fitoterapia una herramienta de gran utilidad en el tratamiento de las HTA leves y moderadas. La fitoterapia cuenta con tres plantas medicinales de acción hipotensora particularmente eficaces: el espino blanco, el ajo y el olivo (Luengo, 2001).

Gráfico 19

Uso de algún tipo de planta medicinal durante el puerperio y lactancia en mujeres, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

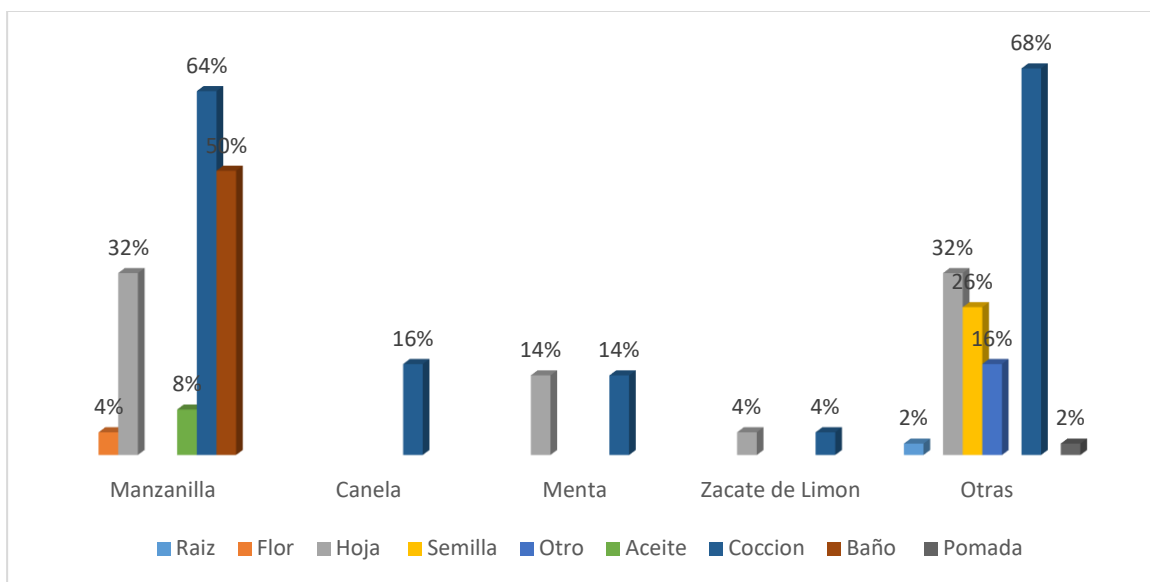


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 24

Según el gráfico de uso de algún tipo de planta medicinal durante el puerperio y lactancia, las mujeres puérperas en un 98% hacen uso de estas y un pequeño porcentaje del 2% no la practican, el uso de las plantas medicinales en ellas fue para aliviar dolores e inflamación post parto, duchas para el aseo personal, así como para ayudar a la producción de la leche materna, entre otras. La Organización Panamericana de la Salud (**OPS**) en el año 2007 según una revista de ginecología y obstetricia, describe como las complicaciones durante el puerperio ocupan un lugar importante como causa de muerte materna, el puerperio además de ser un hecho biológico es sobre todo un acontecimiento cargado de significado cultural en el que el uso de plantas medicinales desempeña un papel importante en las prácticas culturales y tradicionales desde la antigüedad.

Gráfico 20

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la parte y la forma en que utilizo la planta en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, Tabla 24, 25.

Durante la etapa del puerperio las mujeres hacen más uso de las plantas para sus diversas dolencia está el caso de la manzanilla siendo unas o la más importante por sus diversos usos y formas de utilizarlas, siendo este el caso de utilizar la hoja de la manzanilla se puede hacer de diversas formas ya sea en cocción por sus diversos efectos principales; antiinflamatorio, antiespasmódicos, relajantes y antialérgicos, al ser utilizada como baño se obtienen los mismos efectos, al utilizar la flor para hacer aceites, esto generalmente es usado para aclarar las estrías después del parto y como un antiespasmódico.

Según (OMS,2019) sugiere el uso de la manzanilla debería permanecer bajo vigilancia e indicación médica debido a que tiene como contraindicación el uso de esta planta si la toma con otros medicamentos tales como los anticoagulantes, aspirina, ginkgo biloba, incluso puede producir dermatitis por contacto por tener interacción directa de la hoja cuando ella esta tierna.

El uso de la hoja del zacate de limón en cocción es una de las pocas plantas utilizadas en el puerperio. Debido a sus efectos sedantes sin embargo su mayor uso es para calmar la tos, el insomnio, la ansiedad, la flatulencia y los espasmos abdominales. Según (OMS, 2019) recomienda el uso de esta planta debido a que puede calmar las flatulencias casi en un 70% de los casos y dada a su falta de toxicidad a dosis correcta, el consumo moderado en la lactancia no supone un riesgo a la alteración de la producción siendo el riesgo prácticamente nulo en la etapa del puerperio.

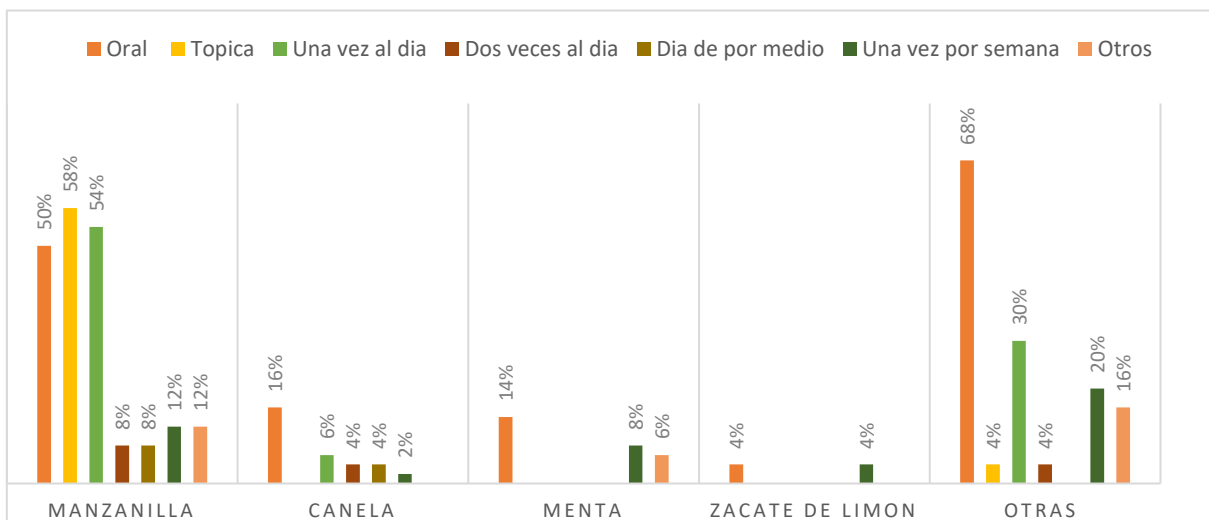
El uso de la canela en cocción fue utilizado para disminuir los niveles de azúcar en sangre según (MINSA 2019) sugiere evitar el uso de esta planta debido a diversos factores, debido a que puede provocar hipersensibilidad por los componentes de esta planta, la canela puede producir reacciones alérgicas en algunas personas, siendo así no recomendable en embarazadas y lactante.

Entre otras plantas esta la rosa de mosqueta la cual utilizaron la raíz para hacer pomadas, lo que destaca de esta planta es su factor hidratante, ayuda a la prevención de estrías aclarándolas y por ende disminuyéndolas visiblemente, siendo esta única la única función que le dieron.

(Offarm, 2009) propone que el uso de este producto no se limita a uso en pomada o cataplasma sino también al del aceite esencial, para ser aplicado en estrías gravídicas y para minimizar la cicatriz tras una cesárea o episiotomía extendiendo su uso y asociándolo a masajes perineales, en un intento de favorecer su distensibilidad durante el parto para reducir la aparición de desgarros y minimizar la práctica de episiotomías y su morbilidad asociada.

Gráfico 21

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la vía y la frecuencia en la que se la administró, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino". en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 27, 28

Las plantas utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la vía y la frecuencia en que se lo administró según las encuestadas, la manzanilla con un 52% una vez al día, 12% una vez por semana, 8% utilizaron dos veces al día y una vez de por medio, y un 12% que la utilizaron en tiempos más retirados de una vez al mes, siendo la manzanilla la planta medicinal más utilizada y más versátil existe mucha desinformación de la misma, una de las recomendaciones principales que se da a su uso en el puerperio es de tomar dos veces por semana para evitar intoxicaciones o que pueda de forma disruptiva, teniendo esto claro y usándola de manera correcta se obtiene grandes beneficios como tal la producción de la leche ya que es considerado el mejor galactogogo, otros de los beneficios favorables es el hecho de que puede calmar los cólicos y evitar la ansiedad por sus efectos relajantes.

El 6% de las mujeres utilizaron la canela una vez al día, el 4% la utilizó dos veces al día y día de por medio y un 2% la utilizó una vez por semana siendo utilizada de manera oral siendo usada por sus diversos efectos sobre el cuerpo uno de los principales es el efecto relajante que tiene al ser consumida en polvo en pocas cantidades en un periodo de tiempo de no más de una o dos veces a la semana. (Vanaclocha y Cañigüeral, 2003) ya que el uso excesivo de esta puede producir un riesgo al recién nacido ya que puede haber un aumento

del metabolismo y disminuir los niveles de azúcar en sangre. Es de importancia señalar que la canela no está regulada por ello se desconocen a su totalidad los riesgos y los efectos del consumo de canela durante la lactancia.

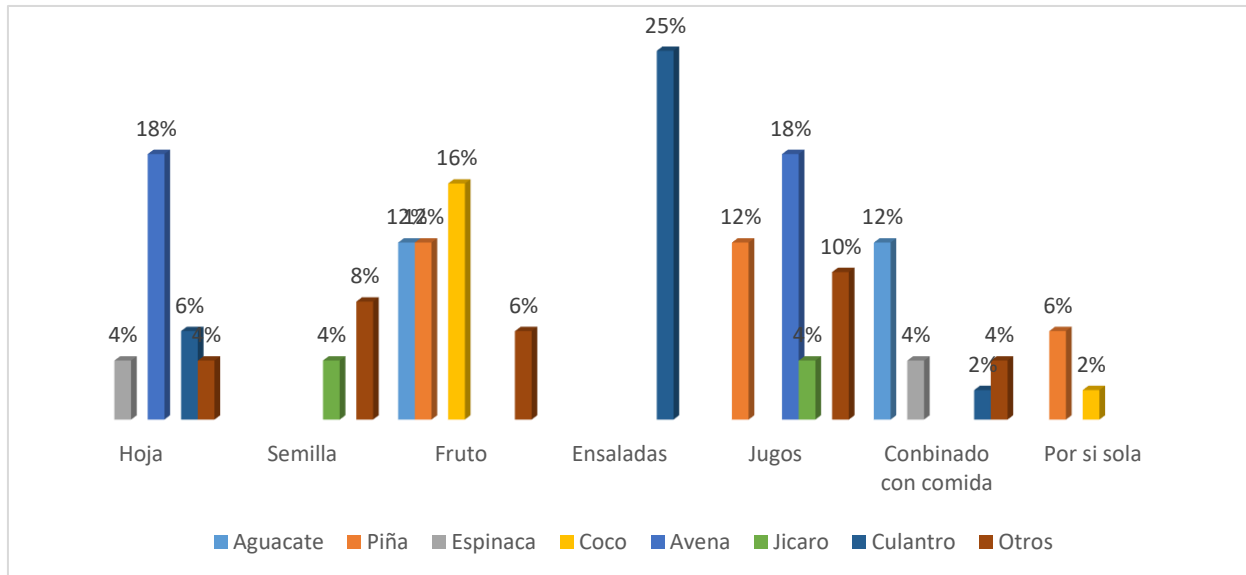
Entre otras de las plantas utilizadas está el ajo con un 16% de uso con una frecuencia de uso de una vez al día, esta fue utilizada como métodos desparasitantes, para aliviar la tensión arterial y dolores recurrentes de oídos.

Esta es una de las plantas más utilizadas durante la lactancia en algunas partes del mundo. En algunas culturas se emplea como galactogogos sin pruebas documentadas su olor y sabor se trasmite a la leche materna, haciendo que el lactante succione por más tiempo favoreciendo un mejor agarre al lactante y se cree que puede condicionar a una adaptación posterior de distintos sabores durante la introducción de alimentos. Esta planta no es responsable de provocar cólicos.

Según (Vanaclocha y Cañigüeral 2003) recomiendan una ingesta de ajo de una a dos veces por semana en la etapa de la lactancia, ya que la ingesta de dosis inadecuada de esta planta puede provocar dolor abdominal, sensación de plenitud, flatulencias, anorexia y desencadenar reacciones alérgicas (dermatitis de contacto), por el contrario las mujeres puérperas hicieron uso del ajo una vez por semana lo que indican que ellas tienen un consumo que puede alterar su estado de salud.

Gráfico 22

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la parte y la forma en que se la utilizó en mujeres puérperas, que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas, tabla 29, 30

Por otra parte (Minsa, 2019) aconseja el no uso del aguacate durante el embarazo y la lactancia por que puede disminuir el efecto coagulante de medicamentos del tipo warfarina. Utilizaron el aguacate en un 12%, la espinaca en un 4%, el culantro y la naranja agria un 4% siendo utilizadas estas en combinadas con comidas utilizando el método más óptimo para la absorción de nutrientes, vitaminas, fibras esto ayuda al proceso digestivo y de paso evita la inflamación abdominal.

(MINSA, 2019) sugiere promover el comer alimentos crudos ya que tiene evidentes efectos beneficiosos para el organismo. Entre ellos destaca la mejora del equilibrio intestinal al provocar las mejores digestiones.

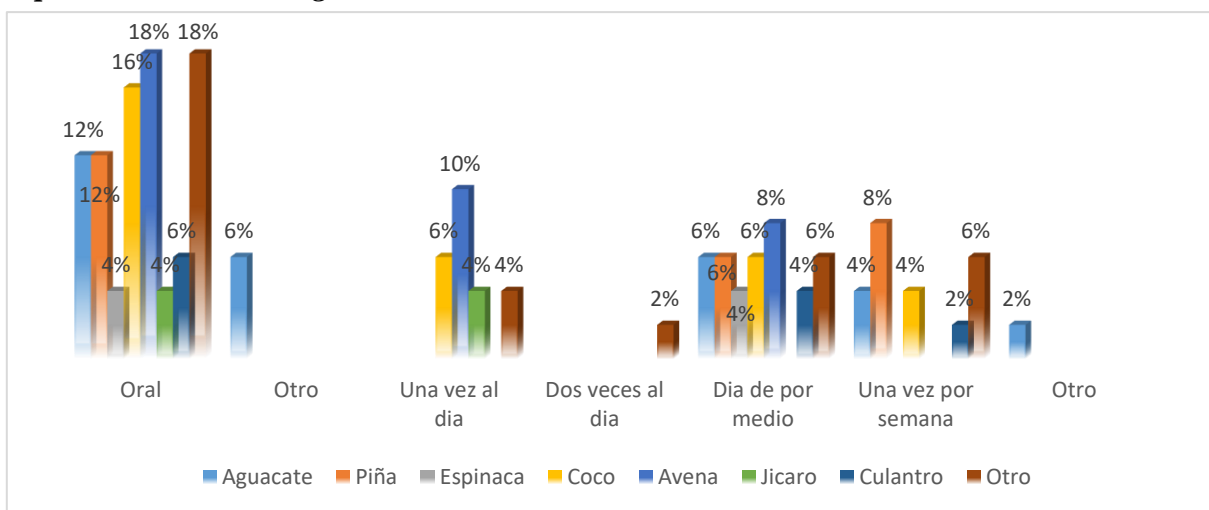
La piña con un 12%, la avena con un 18% y la naranja agria fueron estas 3 utilizadas en forma de jugo (Hernández R, et, 2013) El consumo de jugos de fruta es beneficioso para la salud. Es un alimento libre de colesterol, contiene antioxidantes naturales y pese un 70-95% de agua; por su mayor importancia es su aporte de vitaminas, minerales, enzimas y

carbohidratos a la dieta, el jugo de fruta contiene un 100 por ciento de los mismos componentes de la misma.

En mi opinión considero que la mayoría de las plantas frutales son un medio importante en la etapa del puerperio y son útiles en la lactancia ya que con ellas se pueden reponer nutrientes y vitaminas que van a favorecer al lactante al ser amamantado, (Vanaclocha y Cañagüeral 2003) sugiere evitar plantas que tengan la tendencia a cambiar el sabor de la leche ya que puede haber un rechazo a ella del parte del lactante.

Gráfico 23

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la vía y la frecuencia, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 31 y 32.

Según las encuestadas la mayoría de las plantas fueron utilizadas de forma oral exceptuando una pequeña parte que la utilizo de manera tópica utilizándola en el cabello y usándola en la piel como mascarilla siendo esta el aguacate con un 6%. (Bravo, 2009) En el ámbito de la cosmética natural, la pupa de aguacate es empleada en innumerables recetas de belleza. Tal así es, que el aguacate es un ingrediente idea para preparar mascarillas para las arrugas, ya que es muy efectivo, como para el acné, la dermatitis, la psoriasis y las quemaduras, también empleado para el tratamiento para el cabello seco.

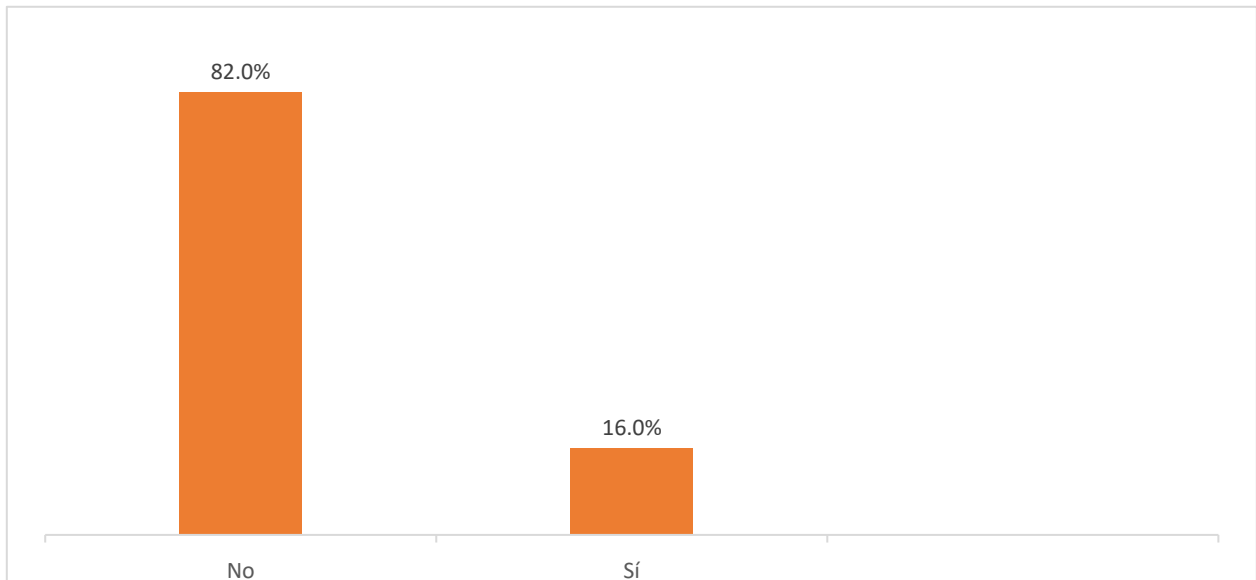
Relacionándolo con la frecuencia el aguacate con un 6% día de por medio, con 4% una semana por medio y con 2% la utilizaron en tiempos más retirados siendo este una vez al mes (MINSA, 2019) aconseja el no uso durante el embarazo y la lactancia por que puede disminuir el efecto coagulante de medicamentos de tipo warfarina.

La piña con un 6% un día de por medio y 8% una vez por semana, considerada con una excelente fruta para uso más amplio y sugerido en la etapa de la lactancia debido a alto aporte de ácido ascórbico, vitamina C y ácido cítrico (Vanaclocha y Cañigueral 2013) recomienda su uso de una a dos veces a la semana ya que ayuda a distintos procesos metabólicos en el cuerpo lo cuales son indispensables en el funcionamiento del metabolismo de nuestro organismo.

Entre otras plantas está el maíz siendo unos de los más utilizados en esta etapa ya sea por costumbre o por cultura tiene un 6% lo utilizó día de por medio siendo un alimento con la capacidad de sustentar y crear una sensación de quedar satisfecha y con un 6% lo utilizó una vez por semana, perejil con 4% utilizada una vez al día y 2% utilizada dos veces al día para el aumento del ácido fólico y la circulación.

Gráfico 24

Plantas medicinales mezcladas con medicamentos en mujeres puérperas que practican fitoterapia, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

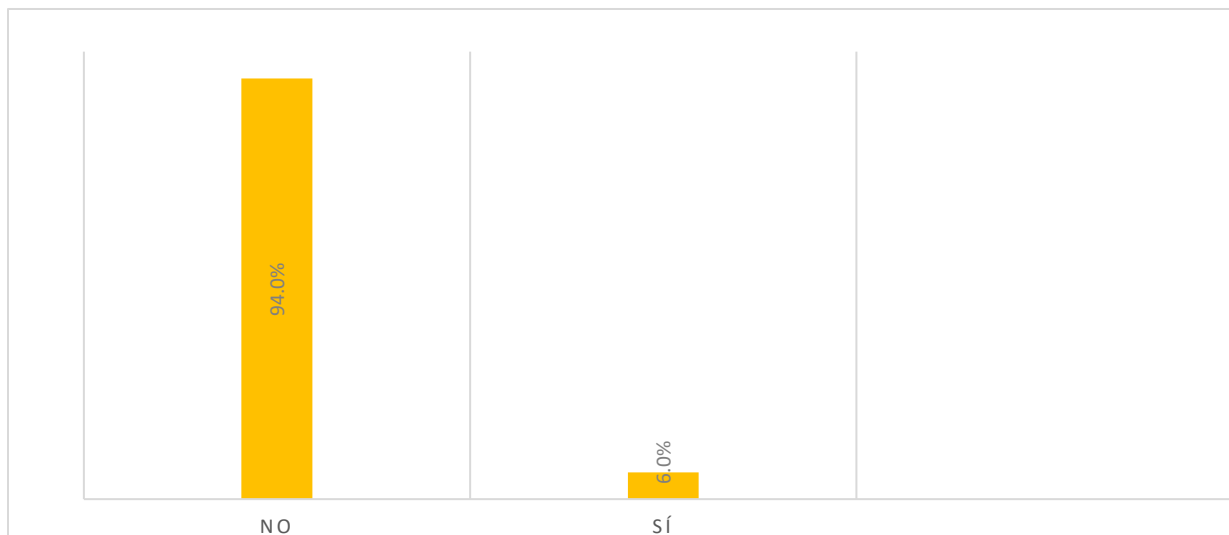


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 33.

Las mujeres puérperas que participaron en el estudio el 82% no mezclaron medicamentos con plantas naturales, mientras que el 16% restante si lo hacen en conjunto con fármacos que ayudan a disminuir las inflamaciones post parto como el ibuprofeno, las mujeres usan las hierbas medicinales por recomendación de la madre, por iniciativa propia, sugerencia de familiares uso de plantas medicinales en base a sus creencias para aliviar sus malestares.

Gráfico 25

Mujeres que hicieron uso de fitoterapia en el puerperio bajo indicación médica, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

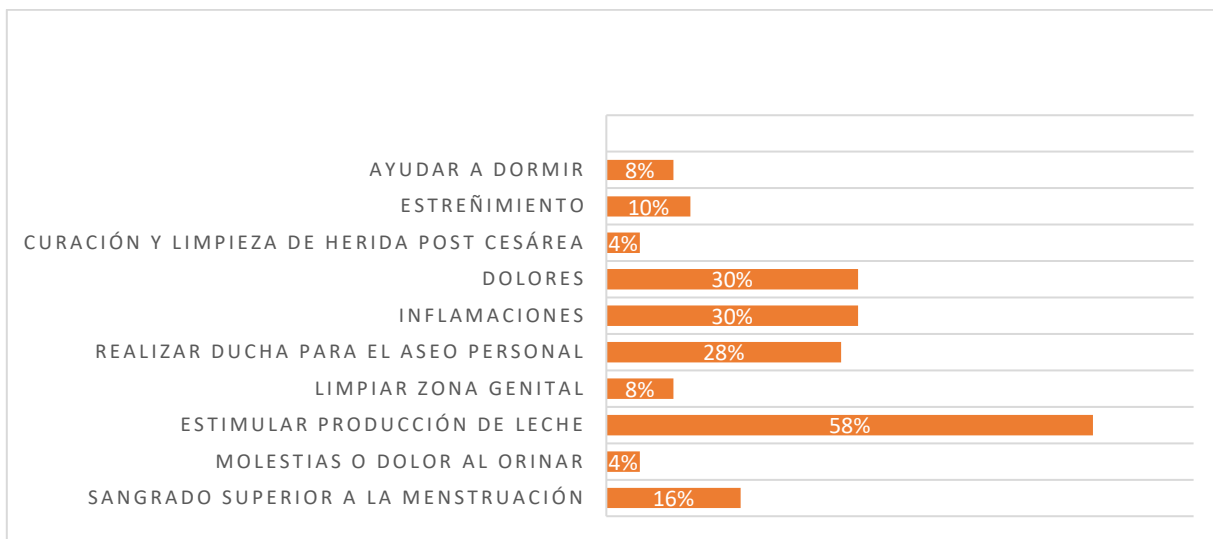


Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 34

Según la encuesta el 94% de las mujeres indican que no hubo indicación médica, por el miedo a preguntar si se puede o no hacer uso de plantas medicinales para aliviar malestares del puerperio, decidieron hacer uso por recomendación de la madre, por iniciativa propia, sugerencias de familiares y el 6% por sugerencia médica, es de suma importancia tomar en cuenta la opinión de un experto (médico, fitoterapeuta) acerca del consumo de plantas medicinales, para ayudar a mejorar la evolución de una mujer puérpera de manera integral.

Gráfico 26

Uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.



Fuente: Encuesta a mujeres puérperas. Tabla 35

Tras el parto, los pechos de la madre empiezan a producir leche, siendo este un proceso natural para alimentar al recién nacido, esta leche materna muy rica en nutrientes asegura el crecimiento y desarrollo saludable del bebé en sus primeros meses, por lo que resulta potencialmente importante que la madre esté bien alimentada y lleve una vida equilibrada, según la encuesta el 58% de las mujeres utilizaron plantas medicinales para estimular la producción de leche, estas plantas medicinales se conocen como plantas galactógenas ya que estimulan la secreción de la leche en madres que están lactando, el 30% de las mujeres puérperas utilizaron plantas herbales para inflamaciones y dolores post parto, el 16% para ayudar al sangrado y limpieza del útero, el 28% para hacerse baños de manzanilla para disminuir la inflamación, el 8% para limpiar zona genital y ayudar a conciliar el sueño, un 4% para curar heridas de las cesáreas y molestias al orinar, en la etapa del puerperio es donde mayor es el consumo de plantas medicinales ya que son utilizadas para aliviar diversos malestares postpartos, según las mujeres puérperas encuestadas, con el uso de ellos disminuyeron sus dolores abdominales y disminución del sangrado, así como la estimulación de la producción de la leche

18. Conclusiones

Respecto a las características sociodemográficas, el rango de edad que predomina es de 20 a 25 años, con ocupación de asistente de hogar del 52%, con escolaridad secundaria correspondiente al 48%.

Se utilizó en un 94% en la etapa del embarazo el uso de fitoterapia, siendo la planta más consumida la flor y hoja manzanilla, la hoja de naranja agria ambas en forma de preparación de cocción, siguiendo el fruto de naranja y limón en forma de jugos y ensaladas, exclusivamente estas plantas solo por vía oral, la frecuencia más usada por las mujeres fue de una vez al día, el 82% no realizó mezcla de fármacos con plantas medicinales, no hubo indicación médica en el 88% de estas mujeres, y se logró aliviar malestares entre los más mencionados están las náuseas y vómitos ambos con un 38% lo que en su conjunto da un 76%.

Se constató que la etapa de parto fue una de las etapas con menos registro de uso de plantas medicinales, con un índice de apenas el 28%, en la cual la manzanilla con un índice de consumo del 14% y la naranja agría con un porcentaje del 12%, formaron parte esencial en momentos de tensión y ansiedad, debido a que son consideradas plantas con propiedades calmantes, desde su aroma suave hasta su sabor, complementándose con el uso del clavo de olor y la canela en un 16% para cada una, la vía de administración exclusiva fue la vía oral, y la forma de preparación más distintiva fue la de cocción, en intervalos de una y dos veces al día en dependencia de la estancia que estuvo la paciente en el área de labor y parto, estas plantas fueron utilizadas por iniciativa propia y sin indicación médica, y un pequeño porcentaje del 2% sí mezcló medicamentos con fitoterapia, logrando aliviar malestares como mareos, dolor de estómago, inflamaciones en miembros inferiores, para un total del 14%.

Para concluir se destaca que en la etapa del puerperio y lactancia las mujeres hacen uso de las plantas medicinales entre las más usadas esta; la manzanilla usando diferentes artes de ella y para distintos usos ya sea la flor en un 4% y la hoja en un 32% para utilizarla en aceite con un 8%, en cocción en un 58% y baños en un 50% siendo esta entre las más usadas debido al fácil alcance en el que se encuentra y a los diversos efectos que favorecen a la madre

siendo el principal antiinflamatorio, entre esto está la contra parte la cual es la canela siendo una de las plantas peligrosa por sus altas tasas de intoxicación ya que el uso excesivo de esta puede producir un riesgo al recién nacido ya que puede haber un aumento del metabolismo y disminuir los niveles de azúcar en sangre. Es de importancia señalar que la canela no está regulada. Por ello se desconocen a su totalidad los riesgos y los efectos del consumo de canela durante la lactancia.

Las plantas medicinales siguen siendo el primer método que usan las pacientes para curar las enfermedades comunes, por eso es que la cultivan en pequeños jardines o son plantadas dentro de macetas en sus propios hogares haciendo que esto haga que las plantas medicinales sean de alcance. La mayoría de las pacientes que el uso de estas plantas medicinales no les causó ninguna reacción adversa

18. Recomendaciones

A Director de Centro de Salud.

- Capacitar a los recursos, en conocer el empleo de la fitoterapia en la etapa gravídica de la mujer y en el puerperio, brindándole herramientas tales como charlas, materiales visuales, para así poder lograr que, a través del personal de salud, las mujeres logren un buen uso de las plantas medicinales, asimismo las que deberían evitar consumir y las que pueden consumir en las diferentes etapas.
- Enseñar a las mujeres el buen uso de las plantas medicinales, las que pueden consumir durante el embarazo y las que no son recomendables durante el mismo

A las pacientes:

- Investigar con el personal capacitado sobre el uso adecuado de plantas medicinales en cualquiera de las etapas.
- Compartir y fortalecer un vínculo interpersonal con el personal médico a fin de comentar si se está haciendo uso de la misma con detalles.
- Practicar el uso de medicina herbolaria y alternativa teniendo en cuenta que es su derecho, y no se juzgará por la preferencia de la medicina tradicional.

19. Bibliografía

- Allen, J. (2001). *Más salud con las plantas medicinales*.
- Amaya M. et al. Manual de plantas medicinales para mujeres durante el embarazo parto y puerpero. San Cristóbal 2008. Páginas 1-8.
- Aragón, M. (2016). Uso de plantas naturales en la mujer embarazada.
- Bricklin, Mark. (2014). *Enciclopedia de medicina natural para la familia*. Buenos Aires, República de Argentina: Ediciones Lidiun.
- Centro de Farmacovigilancia de Navarra. (2006). Interacción entre fármacos y plantas medicinales. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272006000300007
- Cruz, M. y. (2018). Proyecto de aceite de coco. Obtenido de https://www.academia.edu/38443196/Proyecto_Aceite_de_coco
- Cuevas, O. (2012). Caracterización de semillas de linaza (*Linum usitatissimum* L.) cultivadas en Venezuela. Obtenido de <http://ve.scielo.org/pdf/alan/v62n2/art14.pdf>
- Comité de ética en Investigación, Gobierno de México. (28 de diciembre de 2017). ¿Qué es el consentimiento informado?: Dirección de investigación. Recuperado el sábado de junio https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/consentimiento_inf.html
- De Canales, F. D. (1994). Metodología de la investigación.
- DiSapio, O. (2020). Chia antioxidante vegetal. Obtenido de https://rehip.unr.edu.ar/bitstream/handle/2133/1249/Chia_AM24.pdf?sequence=1#:~:text=Las%20semillas%20de%20ch%C3

%ADa%20aportan%20los%20siguientes%20efectos%3A,y%20nervioso%2C%20y%2

0alimento%20mineralizante%2C%20vitam%3ADnico%20y%20proteico.

Facultad de Enfermería. (2011). *Uso de hierbas medicinales en mujeres gestantes y en lactancia en un Hospital Universitario de Bogotá*. Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, Colombia. Recuperado el 31 de marzo de 2022 de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113212962012000300005

Fajardo, G (2017) Medición en epidemiología: prevalencia, incidencia, riesgo, medidas de impacto *Revistas mexicana de metodología de la investigación* 64 (1), 109-120 <https://doi.org/10.29262/ram.v64i1.252> anales, F. A. (1994). *Metodología de la investigación* (Segunda ed.).

Formación Alcalá. (04 de mayo de 2021). SPSS: ¿Qué es y cómo puede ayudarte en tu investigación? Obtenido de <https://www.formacionalcala.com/articulos/88/spss-que-es-y-como-puede-ayudarte-en-tu-investigacion>

Fundación Española de la Nutrición. (2019). Espinacas. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/400139908/espinacas-pdf>

García, L. (2003). El limón y sus componentes bioactivos. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/285695850_El_limon_y_sus_componentes_bioactivos

Hernández, S. R. (2018). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITOREA, S.A de C. V.

Hernández, S. R. (s.f.). *Metodología de la investigación*.

Macías Peacock, B. (2009). *Consumo de plantas medicinales por mujeres embarazadas*. Cuba. Recuperado el 31 de marzo de 2022, de

<https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im2009/im093q.pdf>

Martínez Fierro, Parco Fernández, Yalli Clemente, 2018
<https://hdl.handle.net/20.500.12866/3969>

Martínez, S. (2012). RED DE VALOR DEL MANGO Y SUS DESECHOS CON BASE EN LAS PROPIEDADES NUTRICIONALES Y FUNCIONALES. Obtenido de <http://aramara.uan.mx:8080/bitstream/123456789/901/1/RED%20DE%20VALOR%20DEL%20MANGO%20Y%20SUS%20DESECHOS%20CON%20BASE%20EN%20LAS%20PROPIEDADES.pdf>

MINSA. (2019). Libro de Medicamentos Herbarios Tradicionales. Chile. Obtenido de https://www.academia.edu/28942870/Medicamentos_Herbarios_tradicionales

Ortega, T. (2019). Cilantro. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7187472>

Prensa, L. (2018). Nicaragua segunda tasa más alta de embarazos en adolescentes en América Latina.

Sagastume R, Z. E. (2001). Factores socioeconómicos y culturales que influyen en el uso de plantas medicinales de dos barrios del municipio de Siuna. Obtenido de <http://repositorio.uraccan.edu.ni/817/>

Tabakian, G. (2019). Estudio comparativo de plantas medicinales vinculadas a tradiciones indígenas y europeas en Uruguay. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/6857/685771982005/html/#:~:text=Estudio%20comparativo%20de%20plantas%20medicinales%20vinculadas%20a%20tradiciones,Noviembre%202018%20Aprobaci%C3%B3n%2001%20Junio%202019%20DOI%3A%20https%3A%2F%2Fdoi.org%2F10.30972%2Fbon.2>

Terán, M. y. (2019). Jengibre como tratamiento de náuseas y vómitos en el embarazo.

Recuperado el 2019, de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-186857>

Universidad de San Martín de Porres, Sociedad Peruana de Farmacología y Terapéutica experimental. (Junio de 2021). *Scielo Perú*. Recuperado el 31 de marzo de 2022, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727558X20221000200009&script=sci_artt_ext

Valle Dávila, K. (2017). *Uso de plantas medicinales por adolescentes embarazadas de la etnia Miskita*. Universidad de las Regiones Autónomas de la Costa Caribe Nicaragüense.

20. Anexos



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA



Sub Dirección Docente

"2022: Vamos Por más Victorias Educativas"

Managua, 21 de octubre 2022

Lic. Ninoska María Cruz Rivera
Dirección de Docencia
SILAIS-Managua

Estimada Licenciada Cruz:
Reciba saludos fraternos del Instituto Politécnico de la Salud.

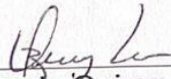
A través de la presente y con todo respeto, solicitamos de manera formal su apoyo y gestión en autorizar que tres estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería Obstétrica y Perinatal V año, se les permita el acceso de poder realizar investigación con el tema: Prácticas de fitoterapia en mujeres en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022. Los autores son: Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez, Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador, Br. Adolfo José Espinoza Flores.

Adjuntamos perfil e instrumentos.

Agradeciendo su amable atención a la presente, le saludo.



Cordialmente.


Ph.D. Zoneyda Quiroz Flores
Sub Dirección Docente



Cc
Archivo

¡A la Libertad por la Universidad!

Rotonda Universitaria Rigoberto López Pérez, 150 Metros al Este, Código Postal: 663 - Managua, Nicaragua
Teléfonos 505 22770267 | 22770269, Ext. 6109, 6126
Correo: ips@unan.edu.ni | www.unan.edu.ni



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

INSTITUTO POLITECNICO DE LA SALUD "LUIS FELIPE MONCADA"

DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA

LICENCIATURA EN ENFERMERIA OBSTETRICIA Y PERINATAL

Lic. Katy Chávez

Estimado/a maestra Chávez, reciba saludos cordiales.


Nuestros nombres son: Letzy Ordoñez, Jessy Mendieta, Adolfo Espinoza, estudiantes de la licenciatura en Enfermería Obstétrica y Perinatal y como modalidad de graduación estamos desarrollando una investigación que lleva por título "Prácticas de Fitoterapia de mujeres púerperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto y puerperio que acuden al Centro de Salud Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua en el I semestre del año 2022. Por lo anterior es que le estamos solicitando nos apoye en la validación de los instrumentos de recolección de datos, el cual es: Guía de revisión de documental y cuestionario a pacientes.


Junto a esta carta se le entregara **el trabajo** y una **ficha de opinión de expertos** que tiene algunos criterios que pueden facilitar la revisión. Referente al trabajo, este contiene:

- Portada
- Introducción
- Planteamiento del problema
- Diseño metodológico
- Instrumento
- Carta dirigida al jurado
- Instrumento para validación

Estaríamos muy agradecidos si usted raya directamente el trabajo o en paginas aparte escribe las observaciones.

Sin mas a que referirnos nos despedimos, agradeciendo su apoyo.

Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez 

Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador 

Br. Adolfo José Espinoza Flores. 

B o V O




UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LA SALUD "LUIS
FELIPE MONCADA"

DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA

Ficha de opinión de expertos

Datos generales del experto

1. Nombres y apellidos Katy Esther Chávez Morales
2. Cargo e institución donde labora Docente - Polisal UNAN - Managua
3. Especialidad Enfermera Materno Infantil

Datos del trabajo

1. Título delimitado del trabajo Prácticas de Fisioterapia de mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto y puerperio que acuden al Centro de Salud Silvio Rendón
2. Autor (es) B. Letzy Daniela Urdonez Perez
B. Jessy Aracelly Mendieta Amador
B. Adolfo José Espinoza Flores

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
1	Claridad	El instrumento está formulado con lenguaje apropiado al tipo de usuario que lo aplicará (auto administrado o por entrevista)				X	
2	Actualidad	Los conceptos, clasificaciones y lenguaje técnico son adecuados al avance de la ciencia y la tecnología			X		
3	Organización	En el instrumento existe una organización lógica.		X			
4	Suficiencia	El instrumento comprende los aspectos en cantidad y calidad.				X	
5	Consistencia	El instrumento está basado en aspectos teóricos, científicos.				X	
6	Coherencia	Existe coherencia entre las variables y los indicadores			X		

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
7	Metodología	Existe coherencia metodológica entre tema, objetivo, planteamiento del problema, y diseño metodológico.				X	
8	Objetividad	El instrumento evidencia que fue creado evitando ser influenciado por creencias, tendencias ideológicas, orientación sexual o afinidad política de los investigadores.				X	
9	Validez de contenido	El instrumento mide adecuadamente las principales dimensiones de la variable principal en cuestión.				X	
10	Evidencia relacionada con el instrumento	En el documento entregado se explica cómo opera el instrumento además de qué significan las puntuaciones (en caso de tener puntuaciones)		X			
Total							

Debe sumar todos los puntajes obtenidos por cada criterio.

Puntaje	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
	Igual a 10 pts.	11 - 20 pts.	21 - 30 pts.	31 - 40 pts.	41 - 50 pts.
				34.	

Resumen de observaciones

- Revisar la bibliografía de Arelino Cox. (El vuelo del Alma) les puede ayudar.
- Revisar desde la operacionalización de las variables.
- Debe organizarse mejor el espacio en la organización de la encuesta, muchas hojas sueltas.
- No hay indicaciones de cómo se va registrar la respuesta en las tablas.

Firma del experto evaluador: _____

[Firma manuscrita]



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LA SALUD "LUIS FELIPE MONCADA"

DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA

LICENCIATURA EN ENFERMERIA OBSTETRICIA Y PERINATAL

MSc. Jonathan Mejía Ugarte

Estimado maestro Mejía, reciba saludos cordiales.

Nuestros nombres son: Letzy Ordoñez, Jessy Mendieta, Adolfo Espinoza, estudiantes de la licenciatura en Enfermería Obstétrica y Perinatal y como modalidad de graduación estamos desarrollando una investigación que lleva por título "Prácticas de fitoterapia de mujeres púerperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto y puerperio que acuden al Centro de Salud Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua en el I semestre del año 2022. Por lo anterior es que le estamos solicitando nos apoye en la validación de los instrumentos de recolección de datos, el cual es: Guía de revisión de documental y cuestionario a pacientes.

Junto a esta carta se le entregará **el trabajo** y una **ficha de opinión de expertos**, que tiene algunos criterios que pueden facilitar la revisión. Referente al trabajo, este contiene:

- Portada
- Introducción
- Planteamiento del problema
- Diseño metodológico
- Instrumento
- Carta dirigida al jurado
- Instrumento para validación

Estariamos muy agradecidos si usted raya directamente el trabajo o en páginas aparte escribe las observaciones.

Sin más a que referimos nos despedimos, agradeciendo su apoyo.

Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez

Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador

Br. Adolfo José Espinoza Flores

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
7	Metodología	Existe coherencia metodológica entre tema, objetivo, planteamiento del problema, y diseño metodológico.					2
8	Objetividad	El instrumento evidencia que fue creado evitando ser influenciado por creencias, tendencias ideológicas, orientación sexual o afinidad política de los investigadores.				2	
9	Validez de contenido	El instrumento mide adecuadamente las principales dimensiones de la variable principal en cuestión.				2	
10	Evidencia relacionada con el instrumento	En el documento entregado se explica cómo opera el instrumento además de qué significan las puntuaciones (en caso de tener puntuaciones)				2	
Total							

Debe sumar todos los puntajes obtenidos por cada criterio.

Puntaje	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
	Igual a 10 pts.	11 - 20 pts.	21 - 30 pts.	31 - 40 pts.	41 - 50 pts.
					2

Resumen de observaciones

Deben de revisar bien el universo, muestra y criterios de inclusión, no hay coincidencia con estas tres expectativas, así mismo deben revisar mejorar redacción y elaboración de preguntas en su instrumento.

Firma del experto evaluador: _____



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

INSTITUTO POLITECNICO DE LA SALUD "LUIS FELIPE MONCADA"

DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA

LICENCIATURA EN ENFERMERIA OBSTETRICIA Y PERINATAL

MSc. Onelia Galeano

Estimada maestra Galeno, reciba saludos cordiales.

Nuestros nombres son: Letzy Ordoñez, Jessy Mendieta, Adolfo Espinoza, estudiantes de la licenciatura en Enfermería Obstétrica y Perinatal y como modalidad de graduación estamos desarrollando una investigación que lleva por título "Prácticas de Fitoterapia de mujeres puérperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto y puerperio que acuden al Centro de Salud Silvia Ferrufino en el departamento de Managua en el I semestre del año 2022". Por lo anterior es que le estamos solicitando nos apoye en la validación de los instrumentos de recolección de datos, el cual es: Guía de revisión de documental y cuestionario a pacientes.

Junto a esta carta se le entregará **el trabajo** y una **ficha de opinión de expertos** que tiene algunos criterios que pueden facilitar la revisión. Referente al trabajo, este contiene:

- Portada
- Introducción
- Planteamiento del problema
- Diseño metodológico
- Instrumento
- Carta dirigida al jurado
- Instrumento para validación

Estaríamos muy agradecidos si usted raya directamente el trabajo o en páginas apartes escribe las observaciones.

Sin más a que referirnos nos despedimos, agradeciendo su apoyo.

Br. Letzy Daniela Ordoñez Pérez

Br. Jessy Aracelly Mendieta Amador

Br. Adolfo José Espinoza Flores.

Jessy Aracelly Mendieta Amador
Adolfo Espinoza

Onelia Galeano
15/08/22

Letzy Ordoñez
B. O. P.



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LA SALUD "LUIS
FELIPE MONCADA"

DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA

Ficha de opinión de expertos

Datos generales del experto

1. Nombres y apellidos Onelia del Socorro Galeano
2. Cargo e institución donde labora Docente del Departamento de Enfermería Materno - Infantil.
3. Especialidad

Datos del trabajo

1. Título delimitado del trabajo Prácticas de fitoterapia de mujeres perperas que utilizaron en su etapa de embarazo, parto y puerperio que acuden al centro de Salud Silvia Fernández
2. Autor (es) Br. Letzy Daniela Ordóñez Pérez.
Br. Jessy Aracelly Meudíeta Amador
Br. Adolfo José Espinoza Flores.

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
1	Claridad	El instrumento está formulado con lenguaje apropiado al tipo de usuario que lo aplicará (auto administrado o por entrevista)					X
2	Actualidad	Los conceptos, clasificaciones y lenguaje técnico son adecuados al avance de la ciencia y la tecnología					X
3	Organización	En el instrumento existe una organización lógica.					X
4	Suficiencia	El instrumento comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
5	Consistencia	El instrumento está basado en aspectos teóricos, científicos.					X
6	Coherencia	Existe coherencia entre las variables y los indicadores					X

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
7	Metodología	Existe coherencia metodológica entre tema, objetivo, planteamiento del problema, y diseño metodológico.					X
8	Objetividad	El instrumento evidencia que fue creado evitando ser influenciado por creencias, tendencias ideológicas, orientación sexual o afinidad política de los investigadores.					X
9	Validez de contenido	El instrumento mide adecuadamente las principales dimensiones de la variable principal en cuestión.					X
10	Evidencia relacionada con el instrumento	En el documento entregado se explica cómo opera el instrumento además de qué significan las puntuaciones (en caso de tener puntuaciones)					X
Total							

Debe sumar todos los puntajes obtenidos por cada criterio.

Puntaje	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
	Igual a 10 pts.	11 - 20 pts.	21 - 30 pts.	31 - 40 pts.	41 - 50 pts.
					X

Resumen de observaciones

Agregar sugerencias.

Firma del experto evaluador: 

Bosquejo de marco teórico

1. Características sociodemográficas de la población.

- 1.1 Edad
- 1.2 Lugar de Procedencia
 - 1.2.1 Urbano
 - 1.2.2 Rural
- 1.3 Etnia
 - 1.3.1 Mestizo
 - 1.3.2 Miskitus
 - 1.3.3 Garifunas
 - 1.3.4 Criollos
- 1.4 Estado Civil
 - 1.4.1 Soltera
 - 1.4.2 Casada
 - 1.4.3 Unión libre
 - 1.4.4 Viuda
 - 1.4.5 Divorciada
- 1.5 Religión
 - 1.5.1 Catolicismo
 - 1.5.2 Cristianismo
 - 1.5.3 Mormonismo
 - 1.5.4 Testigos de Jehová.
 - 1.5.5 Otros
- 1.6 Escolaridad
 - 1.6.1 Analfabeta
 - 1.6.2 Primaria
 - 1.6.3 Secundaria
 - 1.6.4 Técnico

- 1.6.5 Universidad
- 1.6.6 Licenciatura
- 1.6.7 Otros
- 1.7 Ocupación
- 1.8 Número de hijos
 - 1.8.1 Uno
 - 1.8.2 Dos
 - 1.8.3 Tres o más

2. Generalidades de la fitoterapia

3. Tipos de plantas utilizadas durante el embarazo

- 3.1 Manzanilla
- 3.2 Jengibre
- 3.3 Tilo
- 3.4 Menta
- 3.5 Zacate limón
- 3.6 Linaza
- 3.7 Valeriana
- 3.8 Naranja
- 3.9 Piña
- 3.10 Espinaca
- 3.11 Mango
- 3.12 Remolacha
- 3.13 Zanahoria
- 3.14 Otros

4. Tipos de plantas utilizadas en el parto

- 4.1 Canela
- 4.2 Clavo de olor
- 4.3 Manzanilla
- 4.4 Llantén
- 4.5 Valeriana
- 4.6 Linaza
- 4.7 Otros

5. Tipos de plantas utilizadas en el puerperio y lactancia.

- 5.1 Manzanilla
- 5.2 Canela
- 5.3 Menta
- 5.4 Zacate de limón
- 5.5 Valeriana
- 5.6 Aguacate
- 5.7 Piña
- 5.8 Espinaca
- 5.9 Coco
- 5.10 Avena
- 5.11 Jícara
- 5.12 Culantro
- 5.13 Otros

INFORMACIÓN PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN.

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es proveer a las participantes en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como su papel en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por los bachilleres: Letzy Daniela Ordoñez Pérez, Jessy Aracelly Mendieta Amador, Adolfo José Espinoza Flores, estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería Obstétrica y Perinatología de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN-Managua), el objetivo de investigación es **“Prácticas de fitoterapia en mujeres en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de**

Salud Silvia Ferruffino en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022”. Esto tomará entre 5 a 10 minutos de su tiempo, la participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información y la toma de fotografía que se recolecte, será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación, su información personal será codificada usando sus iniciales como identificación y por lo tanto serán anónimos a fin de proteger su identidad, si tiene alguna duda sobre este proyecto puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación a los investigadores, desde ya agradecemos su participación.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____ acepto participar voluntariamente en esta investigación conducida por los bachilleres: Letzy Daniela Ordoñez Pérez, Jessy Aracelly Mendieta Amador, Adolfo José Espinoza Flores. He sido informada sobre el objetivo de este estudio **“Prácticas de fitoterapia en mujeres en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud Silvia Ferrufino en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022”**.

Me han indicado que tendré que brindar la información requerida para la validación del tema, lo cual tomará aproximadamente entre 5 a 10 minutos, reconozco que la información que yo provea en el transcurso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento. He sido informada que de tener dudas puedo hacer preguntas a los investigadores en cualquier momento durante mi participación.

Entiendo que este documento me será entregado para firmar y brindar mi número de cédula y luego debo devolverla a los investigadores para su finalidad del estudio.

DNI del participante

Firma del participante



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA



Recinto Universitario Rubén Darío

Instituto Politécnico de la Salud “Luis Felipe Moncada”

Departamento de Enfermería

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

La fitoterapia es el uso de los productos vegetales con una finalidad terapéutica: aliviar síntomas, prevenir enfermedades o restablecer el estado de salud, el empleo de plantas medicinales en cualquier etapa fértil de la mujer es una práctica que se ha utilizado desde tiempos atrás y que se sigue utilizando en la actualidad, porque la fitoterapia nunca ha dejado de tener vigencia.

La siguiente encuesta será utilizada para el trabajo de Seminario de Graduación, titulado **“Prácticas de fitoterapia en mujeres en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud Silvia Ferrufino en el departamento de Managua en el II semestre del año 2022”**. La información recolectada será utilizada con fines académicos de uso exclusivo de los investigadores, es confidencial, las respuestas de cada pregunta son importantes, por ello le solicitamos responder a todas, le agradecemos su participación voluntaria y que usted forme parte de este estudio.

I. Características sociodemográficas.

En los siguientes incisos, complete la información solicitada y encierre en un círculo al grupo que pertenece:

1. Iniciales: _____ Edad: _____

2. Lugar de procedencia:

- Urbano
- Rural

3. Etnia:

- Mestizo
- Miskitus
- Garifunas
- Criollos

4. Estado civil:

- Soltera
- Casada
- Unión libre
- Divorciada
- Viuda

5. Religión:

- Católica
- Cristiana
- Mormonismo
- Testigos de Jehová
- Otros _____

6. Escolaridad:

- Analfabeta

- Primaria
- Secundaria
- Técnico
- Universidad
- Licenciatura
- Otros _____

7. Ocupación: _____

8. Número de hijos:

- 1
- 2
- 3 o más

II. Principales plantas utilizadas en el embarazo (Marque con una X).

2.1 Durante el embarazo ¿utilizó algún tipo de planta medicinal?

Sí _____ No _____

2.2 ¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	2.3 ¿Qué parte de la planta utilizó?						2.4 ¿En qué forma la utilizó?						2.5 ¿En qué forma se la administró?				2.6 ¿Con qué frecuencia se lo administró?				
	Raíz	Tallo	Flor	Hoja	Semilla	Otros	Aceites	Cocción	Inhalaciones	Baños	Pomadas	Otros	Oral	Tópica	Ótica	Nasal	Una vez al día	Dos veces al día	Día de por medio	Una vez por semana	Otros
Manzanilla																					
Jengibre																					
Tilo																					
Menta																					
Zacate de limón																					
Linaza																					
Valeriana																					

Otros:																						
--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2.2 ¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	2.3 ¿Qué parte de la planta utilizó?				2.4 ¿En qué forma la utilizó?					2.5 ¿En qué forma se la administró?		2.6 ¿Con qué frecuencia se lo administró?				
	Hoja	Semilla	Frutos	Otros	Ensaladas	Jugos	Combinado con comidas	Por si sola	Otras	Oral	Otras	Una vez al día	Dos veces al día	Día de por medio	Una vez por semana	Otros
Naranja																
Piña																
Espinaca																
Mango																
Remolacha																
Zanahoria																

Otras:																
---------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2.7 ¿Mezcló medicamentos con plantas naturales?

Sí _____

No _____

2.8 ¿Hubo indicación médica?

Sí _____

No _____

2.9 ¿Para qué malestar utilizó esta planta?

- Náuseas. _____
- Mareos _____
- Vómitos _____
- Reflujo _____
- Inflamaciones _____
- Otros _____

III. Principales plantas utilizadas en el parto. (Marque con una X)

3.1 Durante el parto ¿utilizó algún tipo de planta medicinal?

Sí _____

No _____

3.7 ¿Mezcló medicamentos con plantas naturales?

Sí _____

No _____

3.8 ¿Hubo indicación médica?

Sí _____

No _____

3.9 ¿Para qué malestar utilizó esta planta?

- Mareos _____
- Dolor de estómago o abdominal _____
- Inflamaciones _____
- Visión borrosa _____
- Otros _____

IV. Principales plantas utilizadas en el puerperio y lactancia (Marque con una X)

4.1 ¿Utiliza usted algún tipo de planta medicinal durante el puerperio y lactancia?

Sí _____

No _____

4.2 ¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	4.3 ¿Qué parte de la planta utiliza?						4.4 ¿En qué forma la utiliza?						4.5 ¿En qué forma se la administra?				4.6 ¿Con qué frecuencia se lo administra?					
	Raíz	Tallo	Flor	Hoja	Semilla	Otros	Aceites	Cocción	Inhalaciones	Baños	Pomadas	Otros	Oral	Tópica	Ótica	Nasal	Una vez al día	Dos veces al día	Día de por medio	Una vez por semana	Otros	
Manzanilla																						
Canela																						
Menta																						
Zacate de limón																						
Valeriana																						
<u>Otros:</u>																						

4.2 ¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	4.3 ¿Qué parte de la planta utiliza?				4.4 ¿En qué forma la utiliza?					4.5 ¿En qué forma se la administra?		4.6 ¿Con qué frecuencia se lo administra?				
	Hoja	Semilla	Frutos	Otros	Ensaladas	Jugos	Combinado con comidas	Por si sola	Otras	Oral	Otras	Una vez al día	Dos veces al día	Día de por medio	Una vez por semana	Otros
Aguacate																
Piña																
Espinaca																
Coco																
Avena																
Jícara																
Culantro																
<u>Otras:</u>																

4.7 ¿Mezcla medicamentos con plantas naturales?

Sí_____

No_____

4.8 ¿Hay indicación médica para utilizar estas plantas?

Sí_____

No_____

4.9 ¿Para qué malestar utiliza esta planta?

- Sangrado superior a la menstruación _____
- Molestias o dolor al orinar_____
- Estimular producción de leche_____
- Limpiar zona genital_____
- Realizar una ducha para el aseo personal _____
- Inflamaciones_____
- Dolores _____
- Curación y limpieza de herida post cesárea_____
- Estreñimiento_____
- Ayudar a dormir_____
- Otros_____

Tablas

Tabla 1

Edad, etnia y lugar de procedencia de mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

Edad en rangos	N	%	Etnia	N	%	Lugar de procedencia	N	%
15 a 20 años	4	8%	Mestizo	50	100%	Urbano	50%	100%
20 a 25 años	20	40%						
25 a 30 años	14	28%						
30 a 35 años	7	14%						
35 a 40 años	5	10%						
Total	50	100%	Total	50	100%	Total	50%	100%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 2

Estado civil, escolaridad y ocupación de mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

Estado civil	N	%	Escolaridad	N	%	Ocupación	N	%
Soltera	19	38%	Primaria	5	10%	Asistente de limpieza	1	2%
Casada	19	38%	Secundaria	24	48%	Asistente del hogar	26	52%
Unión libre	12	24%	Técnico	11	22%	Auxiliar de caja	3	4%
			Licenciatura	3	6%	Cocinera	2	4%
			Universitario	7	14%	Comerciante	4	8%
						Diseño grafico	1	2%
						Enfermera	2	4%
						Estudiante	5	10%
						Maestra	1	2%
						Manicurista	4	8%
						Pastelera	1	2%
Total	50	100%	Total	50	100%	Total	50	100%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 3

Religión y número de hijos de mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

Religión	N	%	Número de hijos	N	%
Católica	26	52%	1 hijo	21	42%
Cristiana	19	38%	2 hijos	22	44%
Mormonismo	2	4%	3 o más hijos	7	14%
Testigo de Jehová	3	6%			
Total	50	100%	Total	50%	100%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 4

Uso de plantas medicinales en mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
No	3	6.0%
Sí	47	94.0%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 5

Plantas utilizadas durante el embarazo con relación a qué parte de la planta utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	¿Qué parte de la planta utilizó?							
	Tallo		Flor		Hoja		Semilla	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	10	20.0 %	15	30.0 %	12	24.0 %		
Jengibre								
Tilo			6	12.0 %	10			
Menta						20.0%		
Zacate de limón					6	12.0%		
Linaza							7	14.0 %
Valeriana Otros	12	24.0%	2	4.0%	9	18.0%		
			7	14.0%			2	4.0%
Total	22	44.0%	30	60.0%	37	74.0%	9	18.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 6

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la vía de administración en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?			¿Con qué frecuencia se lo administró?					
			Tópica		Ótica		Nasal	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	16	32.0%	11	22.0 %				
Jengibre	8	16.0%					2	4.0 %
Tilo	6	12.0%						
Menta	9	19.0%	1	2.0 %				
Zacate de limón	6	12.0%						
Linaza	7	14.0%						
Valeriana	2	4.0%						
Otros	18	36.0%	8	16.0%				

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 7

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo en relación a la forma de preparación, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	¿En qué forma la utilizó??											
	Aceites		Cocción		Inhalaciones		Baños		Pomadas		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	7	14.0 %	16	32.0%			4	8.0 %				
Jengibre			8	16.0%								
Tilo			6	12.0%								
Menta	1	2.0 %	6	12.0%					1	2%		
Zacate de limón			6	12.0%								
Linaza			1	2.0%							6	12.0 %
Valeriana			2	4.0%								
Otros	8	16.0%	17	34.0%								

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 8

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferruffino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	¿Con qué frecuencia se lo administró?									
	Una vez al día		Dos veces al día		Día de por medio		Una vez por semana		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	4	8.0%	3	6.0 %	5	10.0%	7	14.0%	8	16.0 %
Jengibre	1	2.0%			4	8.0%	5	10.0 %		
Tilo	3	6.0%			3	6.0%				
Menta	2	4.0%			4	8.0%	2	4.0%		
Zacate de limón	1						2	4.0%	2	4.0 %
Linaza	3	2.0%			3	6.0%				
Valeriana Otros	9	6.0 %	1	2.0 %	3	6.0 %	2	4.0%		
		18.0%	3	6.0%			1	2.0%	5	10.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 9

Plantas utilizadas durante el embarazo con relación a qué parte de la planta utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	¿Qué parte de la planta utilizó?					
	Hoja		Semilla		Frutos	
	N	%	N	%	N	%
Naranja					14	28.6%
Piña					5	10 %
Espinaca	8	167 %				
Mango					5	10%
Remolacha					7	14. %
Zanahoria					5	10%
Otros	4	8%	3	6%	13	265%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 10

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo en relación a la forma de preparación, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?					¿En qué forma la utilizó?					
	Ensalada		Jugos		Combinado con comidas		Por si sola		Otras	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Naranja			12	24%			2	4%		
Piña			5	10%			3	6%		
Espinaca	1	2%	3	60%	4	8%				
Mango			2	4.0%			5	10%		
Remolacha	5	10%	6	12%	2	4%	3	6%	3	6%
Zanahoria	1	2%	5	10%			3	6%		
Otros			17	34.0%			5	10%	3	6%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 11

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la vía de administración oral en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	¿En qué forma se la administró?	
	Oral	
	N	%
Naranja	14	28%
Piña	5	10%
Espinaca	8	15%
Mango	5	10%
Remolacha	7	14%
Zanahoria	5	10%
Otros	20	40%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 12.

Plantas medicinales utilizadas durante el embarazo con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el embarazo?	¿Con qué frecuencia se lo administró?									
	Una vez al día		Dos veces al día		Día de por medio		Una vez por semana		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Naranja	7	14.0%			3	6.0%	4	8.0%		
Piña	2	4.0%			2	4.0 %	1	2.0%		
Espinaca	3	6.0 %	1	2.0 %			4	8.0%		
Mango					2	4.0 %	3	6.0%		
Remolacha	2	4.0%					3	6.0%	2	4.0 %
Zanahoria	2	4.0%			2	4.0%	1	2.0%		
Otros	6	12.0%			4	8.0%	5	10.0%	5	10.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 13

Plantas medicinales mezcladas con medicamentos en mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
No	41	82.0%
Sí	9	18.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 14

Mujeres puérperas que hicieron uso de fitoterapia en el embarazo bajo indicación médica, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del 2022

	N	%
No	44	88.0%
Sí	6	12.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 15

Uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares en mujeres puérperas en su etapa de embarazo que acudieron al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
Náuseas	19	38%
Mareos	13	26%
Vómitos	19	38%
Reflujo	9	18%
Inflamaciones	4	8%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 16

Uso de plantas medicinales utilizadas durante el parto en mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de embarazo, parto, puerperio y lactancia que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022

	N	%
No	36	72.0%
Sí	14	28.0%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 17

Plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a qué parte de la planta utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el parto?	¿Qué parte de la planta utilizó?							
	Flor		Hoja		Semilla		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Canela							8	16.0%
Clavo de olor					8	16.0%		
Manzanilla	4	8.0%	3	6.0%				
Naranja agría			6	12.0%				

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 18

Plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a la forma de preparación, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el parto?	¿En qué forma la utilizó?	
	Cocción	
	N	%
Canela	8	16.0%
Clavo de olor	2	4.0%
Manzanilla	7	14.0%
Naranja agría	6	12.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 19

Plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a la forma de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el parto?	¿En qué forma se lo administró?	
	Oral	
	N	%
Canela	8	16.0%
Clavo de olor	2	4.0%
Manzanilla	7	14.0%
Naranja agría	6	12.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 20

Plantas medicinales utilizadas durante el parto con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el parto?	¿Con qué frecuencia se lo administrò?			
	Una vez al día		Dos veces al día	
	N	%	N	%
Canela	6	12.0%	2	4.0 %
Clavo de olor	2	4.0%		
Manzanilla	5	10.0%	3	6.0 %
Naranja agría	6	12.0%		

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 21

Plantas medicinales mezcladas con medicamentos en mujeres puérperas que practicaron fitoterapia en su etapa de parto, que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
No	49	98.0%
Sí	1	2.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 22

Mujeres puérperas que hicieron uso de fitoterapia en el parto bajo indicación médica, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
No	14	28.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 23

Uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares en mujeres puérperas en su etapa de parto, que acuden al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
Mareos	3	6%
Dolor de estómago o abdominal	2	4%
Inflamaciones	2	4%
Visión borrosa	1	2%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 24

Uso de algún tipo de planta medicinal durante el puerperio y lactancia en mujeres, que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
Sí	49	98.0%
No	1	2.0%
Total	50	100.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 25

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a qué parte de la planta utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	¿Qué parte de la planta utilizó?									
	Raíz		Flor		Hoja		Semilla		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	1	2%	2	4.0%	16	32.0%				
Canela									8%	16.0%
Menta					7	14.0%				
Zacate de limón					2	4.0%				
Otros					16	32.0%	13	26.0%		

Tabla 26

Plantas utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la forma en que la utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	¿En qué forma la utilizó?							
	Aceites		Cocción		Baños		Pomadas	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	4	8.0%	32	64.0%	25	50.0%		
Canela			8	16.0%				
Menta			7	14.0%				
Zacate de limón			2	4.0%				
Otros			34	68.0%			1	2.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 27

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la forma de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	¿En qué forma se lo administró?			
	Oral		Tópica	
	N	%	N	%
Manzanilla	25	50.0%	29	58.0%
Canela	8	16.0%		
Menta	7	14.0%		
Zacate de limón	2	4.0%		
Otros	34	68.0%	1	4.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 28

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	¿Con qué frecuencia se lo administró?									
	Una vez al día		Dos veces al día		Día de por medio		Una vez por semana		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Manzanilla	26	52%	4	8%	4	8%	6	12%	6	12%
Canela	3	6%	3	6%	2	4%	1	2%		
Menta							4	8%	3	6%
Zacate de limón							2	4%		
Otros	15	30%	15	30%			10	20%	8	16%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 29

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a qué parte de la planta utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utilizó durante el puerperio y lactancia?	¿Qué parte de la planta utilizó?					
	Hoja		Semilla		Frutos	
	N	%	N	%	N	%
Aguacate					6	12.0%
Piña					6	12.0%
Espinaca	2	4.0%				
Coco					8	16.0%
Avena	9	18.0%				
Jícara			2	4.0%		
Culantro	3	6.0%				
Otros	2	4.0%	4	8.0%	3	6.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 30

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la forma en que la utilizó, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	;En qué forma la utilizó?									
	Ensalada		Jugos		Combinado con comidas		Por si sola		Otras	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Aguacate					6	12.0%			3	6.0%
Piña			6	12.0%			3	6.0%		
Espinaca					2	4.0%				
Coco							1	2.0%	8	16.0%
Avena			9	18.0%						
Jícaro			2	4.0%						
Culantro	1	2.0%			1	2.0%			1	2.0%
Otros	2	4.0%	5	10.0%	2	4.0%				

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 31

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la forma de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	¿En qué forma se la administró?			
	Oral		Otras	
	N	%	N	%
Aguacate	6	12.0%	3	6.0%
Piña	6	12.0%		
Espinaca	2	4.0%		
Coco	8	16.0%		
Avena	9	18.0%		
Jícaro	2	4.0%		
Culantro	3	6.0%		
Otros	9	18.0%		

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 32

Plantas medicinales utilizadas durante el puerperio y lactancia con relación a la frecuencia de administración, en mujeres puérperas que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

¿Qué plantas utiliza durante el puerperio y lactancia?	¿Con qué frecuencia se lo administró?									
	Una vez al día		Dos veces al día		Día de por medio		Una vez por semana		Otros	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Aguacate					3	6.0%	2	4.0%	1	2.0%
Piña					3	6.0%	4	8.0%		
Espinaca					2	4.0%				
Coco	3	6.0%			3	6.0%	2	4.0%		
Avena	5	10.0%			4	8.0%				
Jícara	2	4.0%								
Culantro					2	4.0%	1	2.0%		
Otros	2	4.0%	1	2.0%	3	6.0%	3	6.0%		

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 33

Plantas medicinales mezcladas con medicamentos en mujeres puérperas que practican fitoterapia, que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
No	42	82.0%
Sí	8	16.0%
Total	50	100.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 34

Mujeres que hicieron uso de fitoterapia en su etapa de puerperio y lactancia, bajo indicación médica, que acuden al Centro de Salud "Silvia Ferrufino" en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
No	47	94.0%
Sí	3	6.0%
Total	50	100.0%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Tabla 35

Uso de fitoterapia utilizadas para aliviar malestares en mujeres puérperas en su etapa de embarazo que acudieron al Centro de Salud “Silvia Ferrufino” en el departamento de Managua II semestre del año 2022.

	N	%
Sangrado superior a la menstruación	8	16%
Molestias o dolor al orinar	2	4%
Estimular producción de leche	29	58%
Limpiar zona genital	4	8%
Realizar una ducha para el aseo personal	14	28%
Inflamaciones	15	30%
Dolores	15	30%
Curación y limpieza de herida post cesárea	2	4%
Estreñimiento	5	10%
Ayudar a dormir	4	8%

Fuente: Encuesta a mujeres puérperas.

Presupuesto

Rubros	Mes	Gastos
Papelería	Marzo	C\$ 70
	Abril	C\$ 100
	Mayo	C\$ 150
	Junio	C\$ 100
	Julio	C\$ 153
	Agosto	C\$100
	Septiembre	C\$ 200
	Octubre	C\$ 400
	Noviembre	C\$ 200
	Diciembre	C\$ 200
	Enero	C\$ 300
	Febrero	C\$ 800
Movilización o transporte	Marzo	C\$ 700
	Abril	C\$ 800
	Mayo	C\$ 900
	Junio	C\$ 1,700
	Julio	C\$ 500

	Agosto	C\$ 200
	Septiembre	C\$ 200
	Octubre	C\$ 400
	Noviembre	C\$ 500
	Diciembre	C\$ 200
	Enero	C\$ 400
	Febrero	C\$ 300
Alimentación	Marzo	C\$ 150
	Abril	C\$ 200
	Mayo	C\$ 400
	Junio	C\$ 1000
	Julio	C\$ 600
	Agosto	C\$ 500
	Septiembre	C\$ 500
	Octubre	C\$ 500
	Noviembre	C\$ 600
	Diciembre	C\$ 300
		Enero
	Febrero	C\$ 300

Equipos tecnológicos	Marzo	C\$ 300
	Abril	C\$ 500
	Mayo	C\$ 1,500
	Junio	C\$ 2,100
	Julio	C\$ 500
	Agosto	C\$ 300
	Septiembre	C\$ 400
	Octubre	C\$ 500
	Noviembre	C\$ 400
	Diciembre	C\$ 300
	Enero	C\$ 500
	Febrero	C\$ 400
Personal del trabajo	Marzo	C\$ 1,256
	Abril	C\$ 1,256
	Mayo	C\$ 1,600
	Junio	C\$ 4,500
	Julio	C\$ 2,000
	Agosto	C\$ 3,000
	Septiembre	C\$ 1,500

Octubre	C\$ 2,000
Noviembre	C\$ 1,000
Diciembre	C\$ 500
Enero	C\$ 500
Febrero	C\$ 800

Cronograma de actividades

Actividades	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero
Selección del tema	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Selección del lugar del trabajo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Redacción de objetivos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Bosquejo de marco	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Tutorías	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Inicio de marco teórico	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Diseño metodológico	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Realización de introducción	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Elaboración de justificación	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Elaboración de planteamiento del problema	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Elaboración de antecedentes	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Entrega de borrador de protocolo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Entrega final	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Actualización de Cronograma	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Mejorar componentes del protocolo sobre la base de recomendaciones	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Validación de instrumentos y pilotaje	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Permisos institucionales	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Fase de campo (recolección de información)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Análisis de información	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Elaboración de conclusiones, recomendaciones, bibliografía	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

Primer borrador avances del trabajo (informe final)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Redacción de introducción, justificación, resumen	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Redacción informe final	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Presentación del trabajo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Entrega de tres manuscritos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Predefensa	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Defensa	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X