

Nivel de conocimiento en el uso de plantas medicinales en infecciones urinarias del Hospital Nacional Arzobispo Loayza (Mayo y Junio) 2015.

Level of knowledge in the use of medicinal plants in infections urinary of the Hospital Nacional Arzobispo Loayza (May and June) 2015.

Daniel Flores Chuquillanqui ¹
Alberto Arbieto Paima ¹
Erick Liñán Alarcón ¹
Pamela Pérez Palomino ¹

1 Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, Universidad Alas Peruanas. Lima, Perú.

RESUMEN

Objetivo : Determinar el nivel de conocimiento en el uso de plantas medicinales en el hospital Arzobispo Loayza mayo-junio 2015.

Materiales y Métodos: Estudio de diseño fue *expost-facto* prospectivo, con una muestra del estudio constituido por el total personas que presentaron infección urinaria que fueron 33 casos los cuales fueron evaluados con signos y síntomas y corroborar con la ayuda de análisis clínicos. Pacientes que fueron encuestados en el Hospital Nacional Arzobispo Loayza.

Resultados: Distribución porcentuales del nivel de conocimiento en el uso de plantas medicinales en el hospital Arzobispo Loayza mayo-junio 2015. Se registraron un 33% de mujeres que conocen el uso de las plantas medicinales en infecciones urinarias y en hombres un 67% que conocen las plantas medicinales en infecciones urinarias pero no lo usan. EL 62.4% es el consumo del herbolario siempre y el 82.3% van a comprar en parafarmacia a veces. Destacan el hecho de que 1 de cada 3 peruanos consumen plantas medicinales con fines terapéuticos.

Conclusiones: Del total de mujeres que tiene 33% conocimiento en el uso de plantas medicinales en infecciones urinarias y porcentaje de mujeres que presento que a partir de los 50 años se cuidan más y consumen más plantas medicinales para la infección urinaria. Del total de hombres que tiene 67% que tiene conocimiento pero no consumen plantas medicinales en infecciones urinarias y el porcentaje de hombres que presento que a partir de los 50 años a más se cuidan su salud. Predisposición a tomar plantas medicinales para infección urinaria que el 92,9; 93% si conocen el 5; 5% no conocen 2,1; 2% ns/nc. Hábitos de consumo lugar de compra el Herbolario 62,4 son más frecuentes. Consumidores de plantas medicinales con fines terapéuticos en infección urinaria si el 33% no 67%.

Palabras Claves: Plantas medicinales, Infecciones urinarias, conocimiento, consumen, herbolario, hombres Mujeres, terapéuticas.

Los alumnos de esta investigación científica de la Universidad Alas Peruanas de la Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, realizaron el trabajo de investigación en el Hospital Nacional Arzobispo Loayza – Lima Perú 2015.

SUMMARY

Objective: To determine the level of knowledge in the use of medicinal plants in the hospital Arzobispo Loayza may-June 2015.

Materials and Methods: Study design was ex post-facto prospective, with a sample of the study consists of the total individuals who presented urinary tract infection that were 33 cases which were evaluated with signs and symptoms and corroborate with the help of clinical analysis. Patients who were surveyed in the Hospital Nacional Arzobispo Loayza. **Results:** percentage distribution of the level of knowledge in the use of medicinal plants in the hospital Arzobispo Loayza may-June 2015. There were 33% of women who know the use of medicinal plants in urinary tract infections in men and 67% that they are aware of the medicinal plants in urinary tract infections but it is not used. The 62.4 % is the consumption of the herb garden and always the 82.3 % go to buy parapharmacy sometimes. They highlight the fact that 1 of every 3 Peruvians consume medicinal plants for therapeutic purposes. **Conclusions:** Of the total number of women that has 33% knowledge in the use of medicinal plants in urinary tract infections and percentage of women who presented that from 50 years tend to be more and consume more medicinal plants for the urinary tract infection. Of the total number of men that has 67% that has knowledge but do not consume medicinal plants in urinary tract infections and the percentage of men who presented that from 50 years to be more health conscious. Willingness to take medicinal plants for urinary tract infection that the 92.9 ; 93% if you know the 5; 5% do not know 2.1 ; 2% ns/nc. Consumption patterns place of purchase the Herb shop 62.4 are more frequent. Consumers of medicinal plants for therapeutic purposes in urinary tract infection if the 33% not 67 %.

Key Words: medicinal plants, urinary tract infections, knowledge, consume, herbalist, men, women, therapeutic.

The students of this scientific research of the Peruvian University wings of the Faculty of Human Medicine and Health Sciences, conducted the research work at the National Hospital Arzobispo Loayza - Lima Peru 2015.

INTRODUCCION

La fitoterapia o tratamiento con las plantas medicinales está siendo cada vez está siendo más aceptada en los diferentes es tractos sociales alcanzando un auge insospechado. A pesar de tener una larga historia del saber popular, ha sido hoy en día manejable con los profesionales jóvenes y nuestros Ancestros quienes llenaron de sabiduría el conocimiento de nuestras plantas en el Perú.

La fitoterapia pertenece al ámbito de la medicina y se relaciona estrechamente con la botánica y el estudio del metabolismo secundario vegetal, es ejercida por médicos y por fitoterapeutas la farmacéutica tiene su aproximación a la

fitoterapia en la farmacognosia, que da cuenta de los constituyentes químicos de

las plantas o de sus órganos o partes y de las propiedades farmacológicas de estos. La fitoterapia moderna se basa al conocimiento de la farmacología, y se considera los aspectos fármaco dinámicos y farmacocinéticas de los medicamentos basados en plantas medicinales, en estudios preclínicos y clínicos, sin olvidar los conocimientos Ancestrales heredades de generación en generación.

También la trayectoria y experiencias que apporto Edmund SZELIGA, SDB con más de 70 años de permanencia en el Perú realizo incansable labor de la investigación dedicado más de cuatro décadas al estudio

y aplicación terapeuta de las plantas medicinales Andino-Amazónicas de uso tradicional. Desde 1983 (IPIFA)

Esta mayor incidencia en la mujer es debido a que causa de la cistitis más común es una infección bacteriana (la bacteria *Escherichia coli* que normalmente vive en el intestino) a través de la uretra, ya que las mujeres tienen la uretra más corta que de los hombres y es más fácil que la infección se interne dentro del organismo (por eso el acto sexual o el uso de un diafragma aumenta el riesgo de cistitis) otra de las causas de las cistitis suele ser la presión que sufre la vejiga durante el embarazo. El tratamiento para la cistitis es bastante eficaz y está suele desaparecer a pocos días del tratamiento en los casos que haya más resistencia o se repita con mucha frecuencia deberemos acudir al profesional para descartar otro tipo de problemas en riñones, vejiga o los uréteres renales.

Alrededor de un 50% de las mujeres padecen a lo largo de su vida una infección de vías urinarias, cistitis, originada casi siempre por la bacteria *E. coli*, que habita en la parte más distal del intestino grueso; y puede pasar a infectar el sistema urinario pasando desde el ano hasta la uretra y después a la vejiga, lo que provoca la inflamación e infección.

Este tipo de infecciones son incómodas, sobre todo por las molestas recidivas que suelen presentar, bien es verdad que se podrían evitar con algunos suplementos que mejorarían la situación y las recaídas.

Los síntomas comunes de la cistitis pasan por molestias, irritación, inmovilidad e incontinencia, lo que comporta que la mayoría de las mujeres opinasen que esta enfermedad interfiere a la hora de seguir con sus actividades diarias, ya sea en el ámbito familiar, laboral o social.

Entre otros los síntomas de la cistitis son:

-Sensación de ardor o quemazón cuando se expulsa la orina.

-Molestias o dolor durante las relaciones sexuales.

-Aparición de hematíes en sangre en casos avanzados.

-Fiebre, en caso de que la infección haya alcanzado los riñones.

-Vómitos y náuseas.

-Dolor en los costados y espalda.

-Irritabilidad.

-Aumento de la frecuencia de las micciones.

-Pérdida del apetito.

Las principales causas de la inflamación de las vías urinarias son: infecciones por microorganismos, malos hábitos en la higiene íntima, ciertas enfermedades (diabetes, cálculos, prostatitis), objetos contaminados, traumatismos, e ingestión escasa de líquidos.

Es fundamental cuidar la higiene, sobre todo el evitar aproximar o contaminar la zona de la uretra, evitando que los microorganismos penetren en las vías urinarias o en la vagina. También se deben evitar contaminar objetos de uso íntimo, como es el caso de tampones, diafragma, productos espermicidas, etc.

Para favorecer el lavado de las vías urinarias y la eliminación de los microorganismos es importante incrementar el consumo de agua.

Para el tratamiento de la cistitis tenemos remedios vegetales que abarcan distintos aspectos de la enfermedad:

-Para luchar contra las bacterias usaremos plantas con acción antibiótica, como es el caso de la Equinácea o la Gayuba. Esta última es un excelente antiséptico urinario, sobre todo frente a bacterias pero, para que esto sea así, y la Gayuba realice su cometido de forma correcta, es importante que la orina sea lo más alcalina posible, por lo que se debe combinar con productos alcalinizantes, como el bicarbonato, que alcaliniza la orina. La Uña de gato es otra de las plantas que favorece la estimulación de nuestro sistema inmunológico y por tanto frena la infección.

-Para luchar contra la inflamación usaremos plantas antiinflamatorias como el Abedul, que combina una actividad antibacteriana con una antiinflamatoria. Su uso está muy recomendado para cistitis

crónicas acompañadas de falta de micción. Otra planta antiinflamatoria por su riqueza en mucílago es la Linaza, que a su vez permite la reducción del dolor. También antiinflamatoria y suavizante de las vías urinarias es la raíz de Althea, siendo además un analgésico leve.

Si queremos eliminar todos los agentes patógenos, debemos lavar bien las vías urinarias usando plantas con actividad diurética que estimulen la producción de orina y faciliten su expulsión. Para esto podemos utilizar plantas diuréticas como el Perejil, Ortiga y Diente de león.

Estudios clínicos posicionan el Arándano rojo (*Vaccinium macrocarpon*) en cabeza en el tratamiento de las cistitis e infecciones urinarias. La mayor parte de la evidencia se ha enfocado en sus efectos contra *E. coli*.

El Arándano rojo presenta una acción antiséptica y antibiótica sobre los gérmenes que causan las infecciones urinarias. Uno de sus componentes, las Pro antocianinas, son capaces de impedir que las bacterias se fijen en las paredes del tracto urinario, y la Vitamina C permite reforzar las defensas inmunitarias para combatir la infección. El Arándano ha mostrado también reducir niveles de las bacterias en las vejigas urinarias de las mujeres mayores. Existe un renovado interés en comprobar la capacidad de estas sustancias, de actuar sobre las infecciones urinarias recidivantes tan frecuentes en geriatría.

Las infecciones recurrentes son muy frecuentes en los pacientes incontinentes de ambos sexos. Más del 73% de los enfermos que tienen catéteres uretrales o vesicales y el 40% de los que usan pañales deben tomar antibióticos por sus infecciones urinarias.

Los últimos estudios revelan que la ingesta mínima recomendada de Arándano rojo para el tratamiento de patologías urinarias es de 36 mg. de proantocianidinas, en dos tomas a lo largo del día para garantizar una actuación continuada del principio activo.

Este estudio ha sido desarrollado siguiendo un diseño EXPOST-FACTO PROSPECTIVO en un universo de 100 una muestra conformada de hombres y mujeres

se escogieron la mayoría que aquejaba de las infecciones urinarias, la información se

realizó en el hospital nacional Arzobispo Loayza.

La redacción de la información se realizó en medio de encuestas a los transeúntes dentro del hospital y consultorios en las salas de esperas.

La recolección de datos preparada y diseñada especialmente para la investigación (se presenta en anexos) los datos se codificaron y fueron transcritos a fichas de resumen; por medio de recuento manual fueron obtenidos los totales y subtotales de clase de indicadores de las variables de estudio los resultados se presenta en cuadros de doble entrada y gráficos correspondientes.

Los resultados muestran que el 33% de las mujeres son las que más utilizan nuestra fitoterapia en las infecciones urinarias en un total (100 encuestas realizadas) y que un 67% de hombres que no tienen conocimiento y no consume las plantas medicinales.

Sin embargo servirán de comparación y referencia para otros estudios.

Se recomienda al médico profesional tener conocimiento en el manejo de la fitoterapia en las infecciones urinarias detectar tempranamente las infecciones urinarias y el manejo de la fitoterapia en los lugares alejados de los pueblos basándonos a los signos y síntomas de una infección urinaria.

También se recomienda a través de las campañas de salud dar charlas educativas, fomentar la prevención de las infecciones urinarias, tener conocimiento de plantas medicinales. Para estas afecciones.

MATERIALES Y METODOS

LUGAR DONDE SE REALIZÓ EL ESTUDIO

El presente trabajo de investigación se realizó en el hospital Arzobispo Loayza en la Avenida Alfonso Ugarte entre la altura del 2 de mayo en el distrito de lima.

En el cual tiene como misión de brindar atención integral en los servicios de medicina, cirugía, ginecología, obstetricia,

traumatología, cardiología neumología y otras especialidades es un hospital de categoría III.

Además brinda docencia a través de diversos convenios con universidades del país.

DISEÑO DE LA INVESTIGACION

El Tipo de diseño fue expost-facto prospectivo.

UNIVERSO

El universo de la investigación estuvo constituido por un total de personas entre hombres y mujeres de 100 y que el 33% de mujeres si conocen la fitoterapia de nuestras plantas medicinales.

Y el 67% no conocen no utiliza falta más información y conocimiento de nuestras plantas medicinales.

MUESTRA

La muestra del estudio constituido por el total personas que presentaron infección urinaria que fueron 33 casos los cuales fueron evaluados con signos y síntomas y corroborar con la ayuda de análisis clínicos.

RESULTADOS.

En el periodo de mayo y junio 2015 en el hospital Arzobispo Loayza se registraron 100 encuestas de los cuales se detectaron 33 mujeres que presentaba infección urinaria lo que equivale 33%.

De los (100) encuestados los hombres que por alguna razón conocen el uso de las plantas medicinales pero no lo consumen según nuestro criterio fueron incluidos que son 67 hombres lo que equivale 67%de los encuestados mayo y junio -2015.

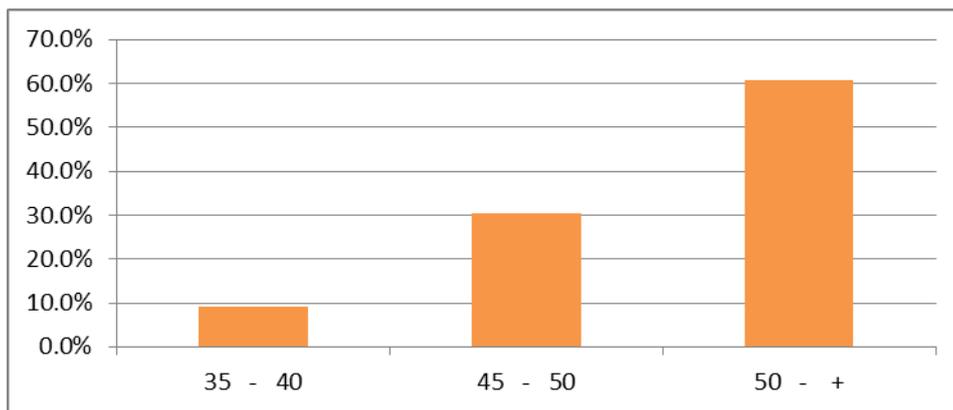
Según los hábitos de consumo lugar de compras, farmacia, herbolario, parafarmacia súper/hipermercado dietética, naturopata/ acupuntor Otros lugares mayo y junio 2015.

Usuarios de plantas con fines terapéuticos destacan el hecho de que 1 de cada 3 peruanos consume plantas medicinales con fines terapéuticos .en las infecciones urinarias.

Cuadro Nº 1

En el periodo de mayo y junio 2015 en el hospital Arzobispo Loayza se registraron 100 encuestas de los cuales se detectaron 33 mujeres que presentaba infección urinaria lo que equivale 33%.

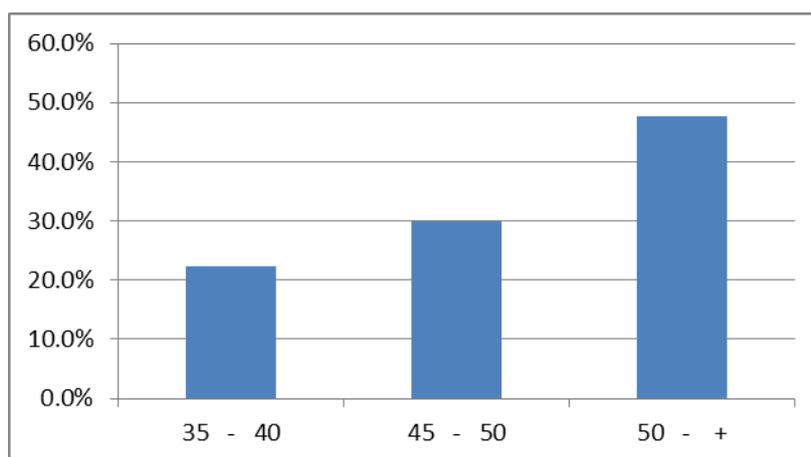
Total de consumidores de plantas medicinales	Edades	frecuencia	Nº	100%
	35 - 40	3	3	9,1
Mujeres 33	45 - 50	10	10	30,3
	50 - +	20	20	60,6
Totales			33	100



Cuadro N° 2

De los (100) encuestados los hombres que por alguna razón conocen el uso de las plantas medicinales pero no lo consumen según nuestro criterio fueron incluidos que son 67 hombres lo que equivale 67% de los encuestados mayo y junio -2015.

Total de consumidores de plantas medicinales	Edades	frecuencia	Nº	100%
	35 - 40	15	15	22,3
Hombres 67	45 - 50	20	20	29,9
	50 - +	32	32	47,8
Totales			67	100

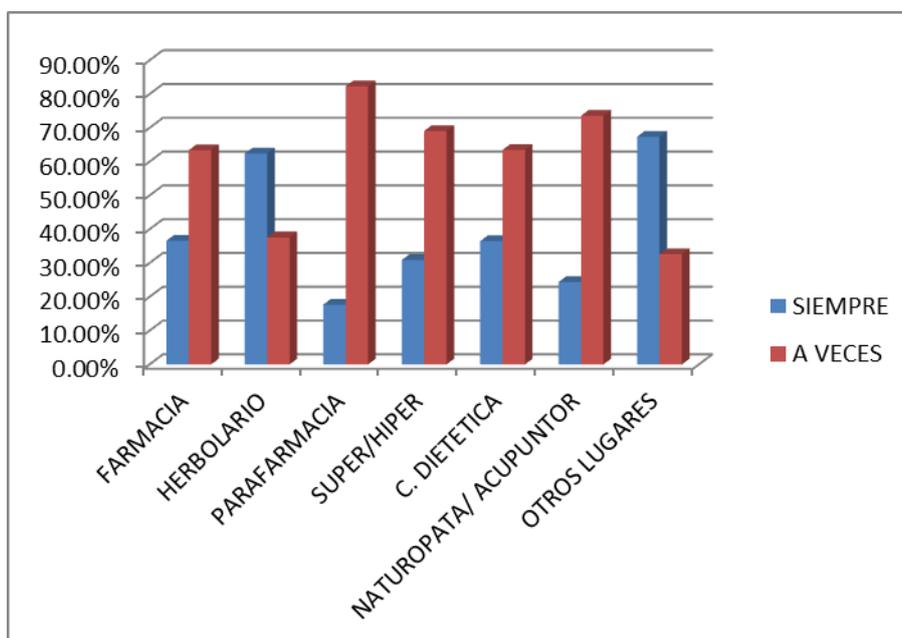


Cuadro N° 3

Según los hábitos de consumo lugar de compras farmacia, herbolario, parafarmacia, súper/hipermercado dietética, neurópata/acupuntor.

Otros lugares mayo y junio 2015.

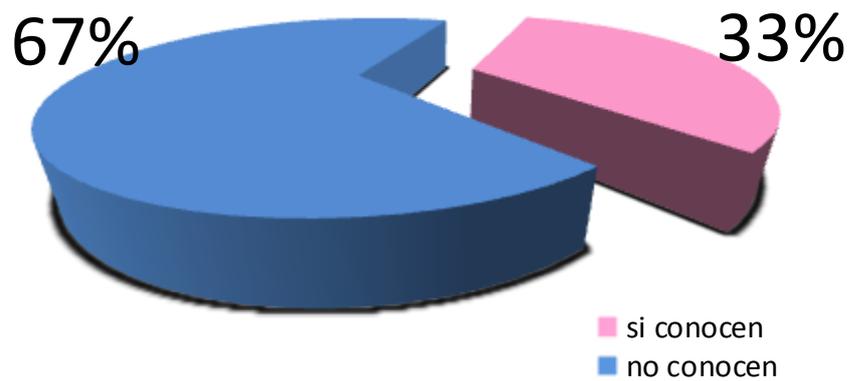
BASE COMPRAS EN :	SIEMPRE	A VECES
FARMACIA	36,6	63,4
HERBOLARIO	62,4	37,6
PARAFARMACIA	17,7	82,3
SUPER/HIPER	30,9	69,1
C. DIETETICA	36,5	63,5
NATUROPATA/ ACUPUNTOR	24,4	73,6
OTROS LUGARES	67,4	32,6



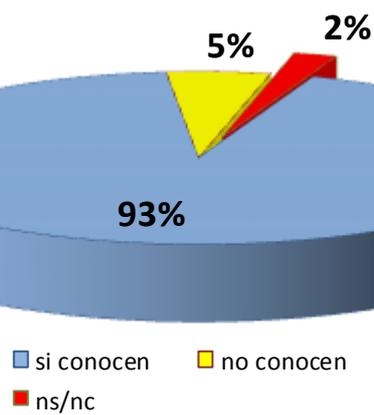
Cuadro N° 4

Destaca el hecho de que 1 de cada 3 peruanos consume plantas medicinales con fines terapéuticos.

Consumidores de plantas con fines terapéuticos en Infección Urinaria



Predisposición a tomar plantas para Infección Urinaria



DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos de las plantas medicinales que compraron en el herbolario mencionan para el tratamiento de la Infección urinaria como los Arándanos rojos llamado cramberry es de color rojo intenso fruto comestible sabor ácido son más de 450 especies crecen en regiones frías del hemisferio norte potente oxidante, evita el envejecimiento prematuro de la piel, protege los vasos sanguíneos, mantiene los niveles adecuados del colesterol en sangre, previene la infección urinaria, prevención de úlceras gástricas provocadas por el *helicobacter pylori*.

Según Dr.: Charles Couillard's 2003 en el estudio clínico que el jugo de Arándano rojo en tomar demasiado puede causar efectos secundarios como leve malestar estomacal diarreas.

Las otras plantas medicinales ya conocidas por la vida cotidiana que transmitimos de nuestros antepasados y es manejados con mayor frecuencia para una dolencia de nuestro organismo, tenemos la manayupa, chanca piedra, yerbaluisa manzanilla, uña de gato, tomillo, zarzamora, el brezo, la capuchina la piña, la chicoria, cola de caballo, el Abedul, el ajo, la muña, linaza, sábila, antiinflamatorios que corrigen el sistema inmune y la lucha contra el desarrollo de tumores y cáncer hoy en día tenemos un auge de sanar, fortalecer nuestro organismo con las plantas medicinales y el manejo de la fitoterapia.

CONCLUSIÓN

Según los resultados obtenidos del estudio, se corrobora, de acuerdo con otros estudios, que del total de mujeres que tiene 33% conocimiento en el uso de plantas Medicinales en infecciones urinarias y porcentaje de mujeres que presento que a partir de los 50 años se cuidan más y consumen más plantas medicinales para la infección urinaria.

Del total de hombres que tiene 67% que tiene conocimiento pero no consumen plantas medicinales en infecciones urinarias y el porcentaje de hombres que presento que a partir de los 50 años a más se cuidan su salud.

Predisposición a tomar plantas medicinales para infección urinaria que el 92,9; 93% si

conocen el 5; 5% no conocen 2,1; 2% ns/nc.

Hábitos de consumo lugar de compra el Herbolario 62,4 son más frecuentes.

Consumidores de plantas medicinales con fines terapéuticos en infección urinaria si el 33% no 67%.

RECOMENDACIONES

Los resultados obtenidos por el grupo de investigadores ratifican que se recomienda al Profesional Médico que la fitoterapia se debe conocer el manejo y la preparación de las plantas medicinales y conocer los signos, síntomas de una enfermedad y aplicarlos en los sitios alejados de la ciudad, para salvar vidas. Conocer las variedades de plantas medicinales para las infecciones urinarias. Trabajar en equipo para dar mayor confort a nuestros pacientes afectados de una dolencia. Dar a conocer a la población de la importancia de las plantas medicinales. Realizar reuniones clínicas para conocer el manejo y tratamiento de las enfermedades con la fitoterapia.

REFERENCIAS

- Jepson RG, Mihaljevic, Craig J. "Arándanos para la prevención de infecciones urinarias" .Artículo de trabajo de investigación, Revisión Revista Cochrane traducida. 27 noviembre 2003.
- Ámbito Farmacéutico- Aplicaciones Fitoterapéuticas del arándano rojo, prevención de las infecciones del tracto urinario.
- Artículo de la Revista OFFARM Vol. 27 número 9, octubre 2008.
- Vidlar A, Vostalova J., Ulrichova J, Student V., Stejskal D., Reichenbach R, Vrbkova J., Ruzicka F, Simanek V. Br J Nutr, "La eficacia de arándanos rojos (*Vaccinium marocarpum*) secos en hombres con síntomas del tracto urinario". 2010; 104(8):1181-9.
- Juan Echevarria- Zarate, Elsa Sarmiento Aguilar, Fernando Osoro-Plenge. Infección urinaria y manejo antibiótico. [Artículo].Lima (Perú): Servicio de Publicaciones De Acta méd .peruana, UPCH; 2006.
- Yolanda Guzmán Guzmán. Plantas Medicinales del Amazonas. Estudio de Uso y Cultivo. [LIBROS].Iquitos (Perú):

- Instituto de Investigaciones de la Amazonía Peruana. Publicaciones 2011.
- Minaya Sánchez Tito Ricardo. Nivel de conocimiento de salud bucal en gestantes. [TESIS].Chimbote (Perú): ULADECH. Publicaciones 2013.
 - <http://www.fotonostra.com>
 - <http://www.solomedicinatural.com>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://misremedios.com>
 - <http://macapunch.com>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://www.solomedicinatural.com>
 - <http://www.regmurcia.com>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://www.ecoagricultor.com>
 - <http://www.ecoagricultor.com>
 - <http://www.plantas-medicinal-farmacognosia.com>
 - <http://www.ecured.cu>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://www.natureduca.com>
 - <http://www.botanical-online.com>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com>
 - <http://www.plantasparacurar.com>
 - <http://www.botanical-online.com>
 - <http://www.ecoagricultor.com>
 - <http://elhorticultor.org>
 - "Arándanos para la prevención de infecciones urinarias" Artículo de trabajo de investigación, Jepson RG, Mihaljevic, Craig J. Revisión Revista Cochrane traducida. 27 noviembre 2003
 - Artículo de la Revista OFFARM –Ámbito Farmacéutico- Aplicaciones Fitoterapéuticas del arándano rojo, prevención de las infecciones del tracto urinario. Vol. 27 número 9, octubre 2008
 - Juan Echevarria-Zarate,Elsa Sarmiento Aguilar,Fernando Osoro-Plenge. Infección urinaria y manejo antibiótico. [Artículo].Lima (Perú): Servicio de Publicaciones De Acta méd.peruana, UPCH; 2006.
 - Yolanda Guzmán Guzmán. Plantas Medicinales de las Amazonas. Estudio de Uso y Cultivo. [LIBROS].Iquitos (Perú): Instituto de Investigaciones de la Amazonía Peruana. Publicaciones 2011.
 - Minaya Sanchez Tito Ricardo. Nivel de conocimiento de salud bucal en gestantes. [TESIS].Chimbote (Perú): ULADECH. Publicaciones 2013.
 - "La eficacia de arándanos rojos (Vaccinium marocarpon) secos en hombres con síntomas del tracto urinario". Vidlar A, Vostalova J., Ulrichova J, Student V., Stejskal D., Reichenbach R, Vrbkova J., Ruzicka F, Simanek V. Br J Nutr, 2010; 104(8):1181-9
 - <http://www.fotonostra.com/albums/plantas/manzanilla.htm>
 - <http://www.solomedicinatural.com/2011/03/plantas-medicinales-linaza.html>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-medicinales-de-la-achicoria/>
 - <http://misremedios.com/sustancias/zarza-mora-rubus-fruticosus/>
 - <http://macapunch.com/chancapiedra.html>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-medicinales-arnica/>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-medicinales-del-sauco/>
 - <http://www.solomedicinatural.com/2011/08/plantas-medicinales-tomillo.html>
 - http://www.regmurcia.com/servlet/s.SI?sit=c,543,m,2719&r=ReP-19967-DETALLE_REPORTAJESPADRE
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-curativas-del-abedul/>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-medicinales-del-ajo/>
 - <http://www.ecoagricultor.com/fitoterapia-las-propiedades-y-usos-de-la-cola-de-caballo/>
 - <http://www.ecoagricultor.com/la-borrajapropiedades-y-aplicaciones-medicinales/>
 - <http://www.plantas-medicinal-farmacognosia.com/productos-naturales/pi%C3%B1a/propiedades-de-la-pi%C3%B1a/>
 - <http://www.ecured.cu/index.php/Pi%C3%B1a>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-medicinales-capuchina/>
 - http://www.natureduca.com/med_espec_brezo.php
 - <http://www.botanical-online.com/medicinalsprunusavium.htm>
 - <http://www.hierbasyplantasmedicinales.com/propiedades-medicinales-cerezo-silvestre/>
-

- <http://www.plantasparacurar.com/propiedades-medicinales-del-cerezo/>
- <http://www.botanical-online.com/medicinalsmarialuisacastella.htm>
- <http://www.ecoagricultor.com/la-hierba-luisa-una-planta-medicinal-con-propiedades-antibacteriana-hepatoprotectora-y-anticancerigena/>
- <http://elhorticultor.org/2013/05/10/propiedades-del-cedron-o-hierba-luisa/>