

5° Encuentro de Pandillas Científicas del Estado de México



ExpoCiencias Zamá 2020 *ConArte, Cultura y Ciencia*

Bálsamo casero a base de malva como alternativa para disminuir el dolor de aftas, dentición y garganta.

Autores: **Reyes Luna Eduardo Alberto.**
Shari Asunción Ramírez Díaz.



Asesora: **Karla Ivett Romero Barranco.**

Área de participación: **Ciencias de los materiales.**

Categoría de participación: **Pandilla Científica Juvenil.**

Coacalco, Estado de México.



INDICE

1. Resumen.....	1
2. Pregunta de Investigación.....	2
3. Planteamiento del problema.....	2
4. Antecedentes.....	2
5. Objetivo.....	9
6. Justificación.....	9
7. Hipótesis.....	9
8. Método.....	10
9. Resultados.....	11
10. Conclusiones.....	11
11. Bibliografía.....	11

Bálsamo casero a base de malva como alternativa para disminuir el dolor de aftas, dentición y garganta.

Reyes, E.

Ramírez, S.

Romero, K.

Resumen

La malva es una planta de la familia de las malváceas, cuyas hojas de color verde y flores de color violeta ayudan a aliviar dolores causados por gastritis, trastornos digestivos y estomacales en general, también tiene propiedades desinflamatorias, antisépticas y anestésicas, es efectiva en personas con asma, faringitis, tos común, ardor de garganta, picaduras de insectos, entre otros. El objetivo de esta investigación fue dar a conocer una forma casera de realizar un bálsamo a base de esta planta enfocándonos en la disminución de dolor de garganta, dentición y/o aftas, utilizando medicina naturista o herbolaria que es la más fácil de utilizar al momento de combatir enfermedades comunes y de igual forma son más fáciles de preparar de forma casera, a pesar de esto y de todas sus propiedades, la malva no tiene un uso muy común en este tipo de medicina ya que muchas personas no conocen sus beneficios, otra razón es que si la planta es administrada de manera incorrecta, es decir, se ingiere una dosis alta y con un corto plazo de tiempo entre una toma se pueden tener efectos adversos, por eso sus gramajes deben ser muy bien tomados. Se obtuvieron como resultado 40 mililitros de este bálsamo con 60 gramos de planta en el contenido, las cuales aportan un mayor beneficio e incluso sabor al producto. Por lo que se concluye que sí es posible elaborar un bálsamo casero que conserve los beneficios de la planta y el cual con una dosis controlada no tendrá efectos secundarios.

Summary

Mallow is a plant of the mallow family, whose green leaves and violet flowers help to relieve pain caused by gastritis, digestive and stomach disorders in general, it also has anti-inflammatory, antiseptic and anesthetic properties, it is effective in people with asthma, pharyngitis, common cough, burning throat, insect bites, among others. The objective of this research was to present a homemade way of making a balm based on this plant, focusing on reducing throat, teething and/or canker pain, using naturopathic or herbal medicine which is the easiest to use when fighting common diseases and it is also easier to prepare at home, despite this and all its properties, mallow does not have a very common use in this type of medicine since many people do not know its benefits, Another reason is that if the plant is administered incorrectly, that is, a high dose is ingested and with a short period of time between taking it can have adverse effects, so its weights should be very well taken. As a result, 40 milliliters of this balm was obtained which contains 60 gr of small pieces of the plants in the content, that serve to give a greater benefit, flavor and even aroma to the product. So it is concluded that it is possible to make a homemade balm that preserves the benefits of the plant and which with a controlled dose will have no side effects.

1. Pregunta de investigación

¿Cómo podemos elaborar un bálsamo casero a base de malva como alternativa para disminuir el dolor de aftas, dentición y garganta?

2. Planteamiento del problema

La medicina alternativa (naturista, botánica, herbolaria) es una solución a los principales malestares y enfermedades comunes, son más fáciles de conseguir a diferencia de las medicinas actuales que algunas son caras y de difícil acceso, cosa que con medicina naturista es más práctica de hacer y barato y mucho más barato. Pueden servir como remedios siempre y cuando tengamos un conocimiento suficiente para poder usar correctamente sus propiedades, al igual que los medicamentos actuales, pero si no los empleamos correctamente, nos podrían provocar una reacción secundaria y desencadenar otros problemas de salud.

Para poder usar una planta debemos manejar medidas y gramajes, para así poder calcular qué cantidad necesitaremos, así como sus efectos. El problema es que la malva no ha sido explotada como podría, por la dificultad de sus medidas y efectos secundarios y por eso, los expertos prefieren usar plantas con efectos similares pero que no tienen el potencial de la malva y sus beneficios. Queremos darle un giro a la planta creando un bálsamo a base de esta para poder desinflamar y desinfectar la zona bucal y de garganta.

Medicamentos que se pueden comprar sin receta, como ciertas pastillas para disminuir dolores de garganta, contiene medicamentos como la dentocaína y también benzocaína, medicamento que en Panamá está prohibido administrar a menores de 18 años, teniendo como

resultado 22 afectados, entre los cuales se encuentran

3. Antecedentes

Malva, propiedades medicinales, beneficios y usos en remedios caseros

Malva, *Malva sylvestris*, una planta perenne que tiene unas flores púrpuras o rosáceas muy características y diferenciadoras. Se ha utilizado tradicionalmente en la medicina popular debido a las propiedades medicinales de la malva.

Con fines medicinales se utilizan la raíz, las hojas y las flores de la malva. Además las flores son comestibles.

Principios activos de la malva y acción medicinal

La malva contiene principios activos como taninos, mucílagos, malvina y vitaminas A, B1, B2 y C.

Esta planta medicinal tiene acción antiinflamatoria, demulcente, antitusiva, laxante, mucolítica, hipoglucemiante, diurética, emoliente y antiséptica.

Propiedades medicinales de la malva y usos

- La malva se utiliza en infusión para la bronquitis.
- Mitiga el dolor de garganta con una infusión de malva.
- Esta planta medicinal puede contribuir a mejorar el insomnio.
- Alivia el dolor de cabeza con malva.
- La malva es un remedio natural para los episodios de diarrea.
- Es una planta efectiva para las dolencias del aparato urinario.

- La acción antiinflamatoria la hace un excelente remedio natural para artritis, reuma, obesidad, alergias, etc.
- Malva para los casos de gota o ácido úrico alto.
- Puede ser un remedio natural para la úlcera gastroduodenal.
- El efecto emoliente de la malva la convierte en una planta a tener en cuenta cuando elaboramos mascarillas o cremas caseras para alisar arrugas y prevenirlas.
- Mejora el resfriado, la gripe y el constipado con infusiones de malva.
- Para limpiar heridas, cortes, picaduras, forúnculos, utiliza la infusión de malva. Además, ayuda a cicatrizar.
- La malva es muy eficaz para mejorar la afonía y la ronquera.
- Es un buen remedio natural para calmar la tos.
- Los vahos con malva pueden ser muy útiles para eliminar la mucosidad acumulada.

Remedios caseros con malva

* Malva para las hemorroides: para mejorar y reducir las hemorroides vamos a preparar baños de asiento con malva. Ponemos en un cazo un litro de agua y cuando rompa a hervir añadimos 25 gramos de hojas y flores. Apaga el fuego y deja reposar 30 minutos. Después colamos y usamos realizando baños de asiento.

* Malva para la artritis: machaca las flores y hojas de la malva y con el extracto obtenido realiza masajes sobre las zonas afectadas por la artritis para aliviar la inflamación y mejorar la movilidad.

* Malva para garganta irritada y tos: pon a hervir un litro de agua. Cuando rompa a

hervir añade dos cucharadas de hojas y flores de malva. Apaga el fuego y deja reposar durante 20 minutos. Transcurrido este tiempo colamos y, cuando esté a temperatura ambiente, utilizamos haciendo gárgaras tantas veces al día como necesitemos.

Contraindicaciones de la malva

- La malva podría interferir con la acción de algunos medicamentos
- No está recomendado el uso de la malva durante el embarazo y lactancia

Todo lo que debes saber de la malva, la planta con propiedades medicinales

Este género de plantas está conformado por numerosas especies, siendo todas ellas de una gran belleza. Las malvas destacan por sus hojas acorazonadas y sus flores de numerosas tonalidades.

Asimismo, estas plantas son muy importantes para el tratamiento de diversas enfermedades. Puede que no lo sepas, pero las malvas presentan numerosas propiedades beneficiosas para la salud de las personas y para tratar numerosas afecciones.

Malva: Qué es y qué características tiene

Clase: Magnoliopsida

Orden: Malvales

Familia: Malvaceae

Género: Malva

Origen: El género de Malvas es originario de las regiones templadas, subtropicales y tropicales de África, Asia y Europa.

Distribución: Las plantas que conforman este género se distribuyen en las mismas zonas de las que son originarias.

- En la Península Ibérica es muy abundante y se puede encontrar en los caminos, en las zonas baldías y en terrenos secos.
- Las malvas son plantas perennes que se mantienen verdes durante todo el año. Pueden llegar a medir el metro de altura, por lo que se las consideran hierbas. Presentan una base leñosa, con tallos erectos.
- Las hojas son enteras, en forma de corazón y con 5-7 lóbulos poco pronunciados. Y las flores suelen desarrollarse de manera solitaria (ocasionalmente lo hacen reunidas en racimos laterales).
- Las malvas florecen en verano.
- Sus flores varían de color de acuerdo a la especie que sea. Por ejemplo, hay variedades que son rosas, otras son amarillas y otras son blancas. Lo que no cambia de una especie a otra es la cantidad de pétalos que presenta.
- Todas las malvas cuentan con 5 pétalos en la corola.
- Los frutos estas plantas son esquizocarpo (una especie de fruto seco) y tienen la forma de los gajos de la mandarina. Son indehiscentes, lisos o rugosos. Sabrás que un fruto de malva está maduro cuando observes que cambia de tonalidad y se vuelve de un color más parduzco.
- El fruto de la malva es indispensable a la hora de identificar qué especie es.

¿Cuáles son las propiedades de la malva?

La malva no es una mera planta decorativa que sólo sirve para ornamentar un jardín o un espacio verde. Todo lo contrario.

Quizás no lo sepas, pero las especies que conforman este género vegetal presentan diferentes propiedades que se consideran beneficiosas para la salud humana. Esto se debe a sus principios activos, a saber:

- Taninos
- Mucílagos
- Malvina
- Vitaminas: A, B1, B2 y C.

Las malvas tienen propiedades antiinflamatorias, laxantes, cicatrizantes, calmantes, digestivas y expectorantes. Como ves, sus aplicaciones son muchas y variadas, pues sirven para tratar numerosas afecciones y enfermedades, pero destacan los siguientes usos:

Las malvas son perfectas para tratar enfermedades del aparato respiratorio pues tiene propiedades emolientes que suavizan las mucosas respiratorias y reducen la inflamación.

Son populares en afecciones del aparato digestivo, por ejemplo, sirven para tratar el estreñimiento o un estómago irritado.

También se emplea en el tratamiento de heridas, llagas y picaduras de insectos. Se puede machacar la planta tierna y aplicarla a la parte afectada o usar el jugo de la misma para tratar una zona concreta.

Esta planta también tiene aplicaciones culinarias. Ya en la antigüedad se empleaba en la elaboración de diferentes platos, en los que se mezclaban con otros vegetales alimenticios. Actualmente, las flores se comen en ensaladas y las hojas como si fuera una verdura.

El cultivo de malva: Necesidades y requisitos de la planta:

Las malvas son plantas poco exigentes en cuanto a su cultivo. Son las especies ideales para los usuarios con poca mano para la jardinería, pues no necesitan demasiados cuidados. Aunque es un género vegetal muy agradecido, las variedades que lo conforman no están exentas de un cierto mantenimiento y unos ciertos cuidados.

Las condiciones de plantación de las malvas son las siguientes:

- **Ubicación:** El lugar en el que se plante una malva es un factor muy a tener en cuenta. Como muchas otras plantas, este género necesita estar colocado en una ubicación expuesta de manera directa a la luz solar.
- **Riegos:** Los riegos deben ser frecuentes, sobre todo en la época de sequía (verano). Evita los encharcamientos, las malvas no toleran el exceso de agua pues corren riesgo de que se pudran sus raíces. Mantén húmeda la tierra.
- **Abonado:** Estas plantas deben abonarse desde primavera y hasta finales de verano. Lo mejor es que aportes un abono orgánico formado por humus de lombriz.
- **Trasplante:** También se aconseja trasplantar la malva a una maceta mayor cuando se observe que la planta ha crecido de más. Para ello, extrae la planta del recipiente actual (con cuidado), colócala en el centro de la nueva maceta, rellena con sustrato, riega hasta que la tierra esté empapada y déjala en un lugar en el que de el sol. Así de simple. También puedes trasplantarla al jardín.

Como ves, las malvas son muy sencillas de cultivar. Su mantenimiento es bajo y los cuidados son básicos.

Las enfermedades que pueden sufrir las malvas:

Hagas lo que hagas, en muchas ocasiones, tus plantas acabarán por enfermar (leve o gravemente), y las malvas son especies que pueden verse afectadas por el ataque de diversos hongos u organismos.

Los más habituales son los siguientes:

- Los caracoles atacan a estas plantas comiendo su follaje. Es una de las plagas más habituales y para combatirla cava una fosa alrededor de la planta y llénala de cebo especial para caracoles.
- Otra enfermedad muy común en las malvas es el hongo *Puccinia malvarum*. Sabrás que tu planta está enferma cuando veas que sus hojas están deformadas. El hongo se manifiesta en las partes aéreas y causa protuberancias duras de color marrón.
- Otras plagas destacadas son las de la araña roja, los gorgojos y los mosquitos verdes. En este caso, es muy importante que se lleven a cabo tratamientos preventivos desde el comienzo de la primavera hasta pasado el verano.

Propiedades medicinales de la malva

Existe un amplio conocimiento de medicina tradicional en México y la malva es un quelite que se ha usado desde hace mucho tiempo con fines medicinales. A esta planta se le conoce como ahala, malba, malva de campo, malva de castilla, malva de

quesitos, du-ene (En mazahua) y baldag malv (En zapoteco).

Se lee en el Atlas de las Plantas de la Medicina Tradicional Mexicana que en el siglo XX, Alfonso Herrera mencionó que “las hojas secas y pulverizadas forman un polvo que se conoce como harina de malva, el cual, solo o mezclado con la harina de linaza, se usa para hacer cataplasmas emolientes. Sus flores se usan en infusión como diaforéticas”.

La principal función de la malva es actuar como desinflamante así que se usa para aliviar golpes, heridas o abscesos, o en inflamaciones de garganta, estómago, hígado, intestino, mucosas, músculo liso, riñones, pulmones y zona vaginal. Por lo general, se bebe el cocimiento de hojas, flores o toda la planta, aunque en ocasiones se aconsejan lavados con ella o machacada para que sirva como cataplasma.

Otras propiedades medicinales de la malva

En Chiapas, la infusión incluye otras plantas como patillo (*Cuphea aequipetala*), lanté (*Plantago major*), malvavisco (*Sida rhombifolia*) y maíz rojo (sp. n/r), con lo cual se aplican fomentos o cataplasmas tres veces al día. En otros estados del país, se acostumbra baños con el cocimiento de las ramas, principalmente en los niños con el objeto de bajar la fiebre. En Aguascalientes, lo administran como lavado intestinal.

También se usa para aliviar dolores de cabeza, cintura, cuerpo y muelas así como en malestares relacionados con el aparato digestivo como diarrea, disentería, la “cruda” o indigestión. Asimismo, se le utiliza en algunos padecimientos respiratorios como bronquitis, tos, catarro, traqueo-bronquitis, tuberculosis y ronquera.

Otros usos de la malva

La malva es una poderosa y reputada planta medicinal, pero también es mucho más que eso. Es muy apreciada en jardinería, con la ventaja añadida de que precisa de pocos cuidados. Prefiere ambientes algo húmedos, en posiciones a semi sombra. Resiste bastante bien tanto las heladas como las temporadas de lluvia escasa.

La malva está también presente en cosmética y perfumería. Puedes encontrar productos que la integran, destinados especialmente a combatir picaduras de insectos, o bien para aplicar sobre eccemas y abscesos. Se incluye así mismo en la formulación de champús y lociones para el cabello, cremas de manos y cremas corporales, mascarillas faciales y, por supuesto, en repelentes de insectos.

La decocción de las flores de malva, bien concentrada, se ha empleado, una vez frío, como un excelente tónico facial.

Usos de la malva en la cocina

Y la malva también se puede comer, no en vano es muy rica en vitaminas. Flores y brotes jóvenes de malva se incorporan crudos en ensaladas, picadas en sopas y cremas vegetales, y como adorno en diferentes guisos.

Cómo se toma la malva

La forma más usual de tomar malva es en infusión, a la que aporta una tonalidad rojo oscura muy característica y un sabor ligeramente adulado, pero también es posible adquirirla en otras formas.

- Infusión simple o en combinación con otras hierbas. Una cucharada

sopera por taza, dos o tres tazas al día.

- En tintura alcohólica.
- El extracto líquido en gotas, una cucharada de café disuelta en agua o zumo de frutas.
- En jarabe, hasta tres cucharadas soperas al día, para afecciones respiratorias y digestivas.
- Jugo de la planta fresca, aplicado directamente sobre picaduras de insectos.
- La decocción de hojas y flores para empapar compresas, o para aplicar en baños parciales, o para regar sobre heridas y otras impurezas de la piel.
- Decocción depurada para aplicar en forma de colutorio o gargarismo para aliviar inflamaciones bucales.
- Decocción depurada para aplicar en forma de colirio sobre ojos cansados o irritados, conjuntivitis, blefaritis, alergias.

Beneficios y propiedades de la malva

Contar en el botiquín casero con una pequeña provisión, a renovar cada cierto tiempo, de malva seca, es una excelente idea para poder afrontar con remedios plenamente naturales algunas afecciones corrientes, que en algún momento acaban por afectar a algún miembro de la familia.

Para aprovechar sus propiedades, una vez cosechada la malva, la debes dejar a secar en un espacio fresco y seco, alejado de la luz directa del sol, y mantenerla en tal estado hasta que esté completamente libre de humedad.

- La malva atesora múltiples beneficios, entre los que destaca sus virtudes antiinflamatorias, demulcentes, mucolíticas,

antitusivas, laxantes, antiespasmódicas, oftálmicas y ligeramente diuréticas. Por todo lo cual te la recomendamos para los siguientes problemas de salud:

- En resfriados con mucha tos y congestión, en procesos gripales. En caso de darse fiebre, mejor asociarla a plantas febrífugas como la ulmaria o el sauce blanco.
- Amigdalitis, faringitis, laringitis y bronquitis, con accesos de tos irritativa y congestión. Ablanda la tos, calma la irritación de las mucosas del aparato respiratorio, y ayuda a recobrar el bienestar.
- Combate las alergias respiratorias y su sintomatología, como tos, lagrimeo frecuente, mucosidad abundante, estornudos explosivos, o inflamación ocular.
- Es un apoyo natural para dar alivio en caso de procesos asmáticos leves.
- Contribuye a regularizar las funciones del sistema digestivo.
- Mitiga la irritación gástrica; es un apoyo en caso de acidez estomacal y en úlceras gastrointestinales.
- Tiene un ligero efecto laxante, apto para mediar en episodios de estreñimiento puntual.
- Es también eficaz en caso de inflamación gástrica o gastritis, y para tratar alergias e intoxicaciones alimentarias.
- Se le atribuye un ligero efecto hipoglucemiante, como apoyo para diabéticos.
- Ayuda a combatir la retención de líquidos, y se ha indicado como apoyo para perder peso y eliminar toxinas por la orina.
- En combinación con otras plantas de efectos diuréticos y antisépticos, está indicada igualmente para aliviar la

cistitis y otras infecciones del tracto urinario.

- Por vía tópica se aprovecha su potente acción antiinflamatoria y demulcente para aliviar picaduras de insectos y abscesos, así como para restaurar las pieles dañadas por forúnculos, heridas leves y llagas.
- Se aplica sobre encías inflamadas, para rebajar la inflamación de la lengua o glositis, y en inflamaciones aftosas en el labio, o en las mucosas del interior de la boca y la garganta.
- Es un excelente antiinflamatorio natural muy eficaz en caso de conjuntivitis aguda, y en la inflamación del entorno de los ojos y los párpados, o blefaritis.

Precauciones con la malva

No se le conocen efectos indeseados ni interacciones con otras plantas o medicamentos. En todo caso, por prudencia elemental, y dada la presencia de taninos, se recomienda no abusar de las dosis, para evitar un posible efecto irritante sobre las mucosas gástricas. Es una planta apta durante el embarazo y la lactancia, en dosis moderadas, e igualmente se puede administrar a niños y ancianos bajo esta misma consideración.

Qué es la malva y principios activos

Se conocen algo más de 30 especies de malvas en el mundo, la mayoría en el hemisferio septentrional, en regiones templadas. Sólo en España se encuentran diez especies distintas, y sin duda la más común y la más conocida es la malva silvestre *Malva sylvestris*. Aunque otras especies afines, como la malva de Creta *Lavatera cretica*, la robusta malva arbórea *Lavatera arborea*, o la malva olbia *Lavatera olbia*, se han usado también con fines

medicinales, cosméticos, e incluso gastronómicos, ninguna tiene tanto uso y está tan presente en los herbolarios como la citada malva silvestre.

Cómo es y dónde se encuentra la malva

Por poco que hayas paseado por el campo, pero también por suburbios, sembrados y riberas, te habrás encontrado con esta planta, de la que poca gente conoce su potencial medicinal.

La malva es una planta herbácea, perenne o bienal, de la familia de las malváceas. Muy variable de tamaño, puede medir entre los 20 y los 150 cm de alto. Está muy ramificada, suele ser erecta, pero a veces aparece postrada. Tiene las hojas grandes, de forma palmeada, divididas en cinco lóbulos muy dentados. Las flores, muy bellas, presentan los pétalos escotados, de color rosa o púrpura, atravesados por finas venas más oscuras. El fruto o mericarpo es una cápsula pentagonal, que contiene las semillas en su interior. La malva tiene una floración larga y persistente, que puede iniciarse en febrero o marzo y, según las condiciones de humedad, prolongarse hasta bien entrado octubre.

La malva es muy frecuente en descampados y solares abandonados, en márgenes de caminos y sembrados, pero también en riberas y herbazales. Suele estar asociada a la presencia de ganado y animales domésticos por su naturaleza nitrófila (se beneficia de la abundancia de nitrógeno que aportan las deyecciones de los animales).

Seguramente habrás oído muchas veces la expresión 'estar criando malvas', que refiere a una persona que ya es difunta, y que se basa en la facilidad que tienen estas plantas para propagarse por todos lados, incluidos los camposantos y los cementerios, donde

los cuerpos de los muertos les servirían de abono, una expresión no poco tétrica.

Las flores de malva son una fuente de vitaminas y minerales como el calcio e hierro.

Es una planta nativa de Europa, presente en todo el continente, salvo el norte de Escandinavia, Islandia, y norte de Rusia. También es nativa del norte de África y de Asia occidental. En Sudamérica, en las regiones templadas, como Uruguay, Chile y Argentina, se encuentra como adventicia y puede ser muy común.

Principios activos de la malva

La malva es una planta medicinal, a la que se le atribuyen diferentes efectos sobre la salud humana. Se cosechan tanto las hojas, como principalmente las flores; éstas en el momento álgido de su floración. Las hojas se recolectan en primavera o verano, las flores en primavera. Se deben cosechar enteras, incluso con el pedicelo o raballo correspondiente.

Sus principales componentes bioquímicos son:

- Mucílagos en abundancia, sobre todo en las flores, lo que le confiere una acusada acción demulcente y antiinflamatoria.
- Antocianósidos en los pigmentos que dan color a los pétalos, en especial la malvina, que se descompone en malvidina y glucosa.
- Taninos.
- Vitaminas A, B1, B2 y vitamina C.
- Sales minerales, destacando la presencia de calcio, magnesio y hierro.

4. Objetivo

Elaborar un bálsamo casero a base de malva como una alternativa para disminuir el dolor de aftas, dentición y garganta.

5. Justificación

Hemos decidido hacer este tema ya que expertos en el área de la botánica y medicina no consideran apropiado administrar medicamento a infantes para acabar o combatir dolores comunes, y aun así algunos padres no toman en cuenta estas indicaciones y administran medicamento y en ocasiones es medicamento para adulto que daña la salud del infante. Es por eso que optamos por hacer un bálsamo a base de malva para disminuir el dolor de aftas, dentición y garganta en infantes.

La malva es una planta que florece de enero a octubre, como florece gran parte del año. Tenemos un problema, mucha gente sólo lo utiliza para decorar.

La mayoría de las personas desconoce las propiedades de la malva y piensan que esta planta no es beneficiosa a menos de que sea en infusión para eliminar la gastritis y liberar el intestino.

Las propiedades de la malva nos pueden ayudar a usarla como anestésico y desinflamatorio de amplio espectro por lo que fabricar un bálsamo a base de esta puede ser una alternativa a los casos de dolores comunes en garganta, aftas y encías..

6. Hipótesis

Si elaboramos un bálsamo casero a base de malva entonces tendremos una alternativa para disminuir el dolor de aftas, dentición y garganta.

7. Metodología

- 50 gramos de malva fresca
- 10 gramos de tomillo
- 10 gramos de clavo
- Contenedor con tapadera
- Malva seca
- Olla
- Mortero
- Estufa



Figura 1. Colocar a baño María la malva fresca hasta que la misma comience a soltar su esencia.



Figura 2. En una olla colocar 20 ml de agua y 30 gr de malva seca, hervir para así obtener una infusión.



Figura 3. Mientras la infusión se enfría, moler el clavo y el tomillo.



Figura 4. Mezclar y colar la esencia y la infusión de malva seca con el clavo y el tomillo.



Figura 5. Envasar la mezcla en el recipiente y dejar enfriar.

8. Resultados

Se obtuvieron 40ml de bálsamo el cual contiene 60 gr de trozos pequeños de las plantas que sirven para dar un mayor beneficio, sabor e incluso aroma al producto. La forma de aplicación del mismo debe ser humectando la punta de un hisopo y después colocarlo en el lugar del afta, o en caso(s) de dolor y/o ardor de garganta se puede colocar en las encías y con ayuda de la saliva y el movimiento normal de la boca, poco a poco el bálsamo pasará a la zona de la garganta afectada e irá surgiendo efecto.

A pesar de los beneficios que este bálsamo puede traer, un mal uso podría dar los resultados contrarios, una dosis mal administrada, es decir, de gran cantidad, con cortos plazos de tiempo entre una toma y otra así como un “tratamiento” duradero podría traer como consecuencia dolor de estómago e irritación. Se recomienda usar otro hisopo en cada aplicación, las cuales deben ser cada hora hasta que el dolor cese.

9. Discusión

Algunos dolores comunes, (Como lo son el dolor de aftas, encías y garganta), suelen ser efectos secundarios de enfermedades, estos malestares se suelen tratar con analgésicos, estos pueden causar efectos secundarios en algunas personas como alergia o hinchazón, en el caso de los infantes el dolor de dentición puede ser muy molesto por lo que buscar una solución a las personas que no pueden consumir estos fármacos era necesario, las propiedades de las plantas nos pueden ayudar siempre y cuando se administre en la medidas y gramajes correctos por lo que son una alternativa fácil de conseguir.

10. Conclusiones

El uso excesivo de analgésicos puede ser perjudicial para la salud de algunas persona, por lo que nos dimos a la tarea de realizar un producto casero que fuera desinflamatorio, anestesiante y antiséptico, esto beneficia a muchas personas las cuales han sufrido algún efecto secundario por el uso de estos fármacos y así poder brindarles una alternativa casera, barata y natural.

11. Bibliografía

Jordi Cebrián, Qué es la malva y principios activos, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/plantas-medicinales/que-es-la-malva-y-principios-activos>

Jordi Cebrián, Beneficios y propiedades de la malva, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/plantas-medicinales/beneficios-y-propiedades-de-la-malva>

Jordi Cebrián, Cómo se toma la malva, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/plantas-medicinales/como-se-toma-la-malva>

Jordi Cebrián, Otros usos de la malva, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/plantas-medicinales/otros-usos-de-la-malva>

Blog Seccion Amarilla, Propiedades medicinales de la malva, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en

<https://blog.seccionamarilla.com.mx/propiedades-medicinales-de-la-malva/>

Husqvarna, Todo lo que debes saber de la malva, la planta con propiedades medicinales, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en <https://www.todohusqvarna.com/blog/malva/>

Eco agricultor, Malva, propiedades medicinales, beneficios y usos en remedios caseros, consultado el lunes 4 de noviembre de 2019 en <https://www.ecoagricultor.com/malva-propiedades-medicinales-beneficios-y-usos-en-remedios-caseros/>