

Actividad práctica #2 - Formación en Medicina Botánica

Elaboración de Extracciones Botánicas

Objetivo general

Fomentar la práctica de la maceración con el objetivo de extraer principios activos de plantas medicinales.

Consigna general

Cada estudiante realizará el proceso completo para una extracción botánica por maceración, específicamente oleato o tintura madre, siguiendo los siguientes pasos:

1. Definir la intención medicinal y el objetivo de uso
 2. Investigar sobre la planta y forma de maceración a utilizar
 3. Cosechar y secar el material vegetal
 4. Realizar la extracción botánica
-

Paso 1 · Definir la intención medicinal y el objetivo de uso

Objetivo:

Definir con qué intención se qué se realizará la extracción, orientando la elección de la planta y el tipo de preparado.

Se espera que el/la estudiante identifique una necesidad concreta (propia, familiar o hipotética) y la relacione con una acción terapéutica de las plantas (digestiva, calmante, antiinflamatoria, etc.).

Ejemplos:

- Preparar una tintura madre con fines **digestivos**, para aliviar pesadez o gases.
- Elaborar un preparado de uso **tópico**, orientado al cuidado de la piel (irritaciones, heridas leves).

Paso 2 · Investigar sobre la planta y forma de maceración a utilizar

Objetivo:

Recopilar información confiable sobre la planta elegida y definir el método de extracción más adecuado.

Se deberá investigar: nombre común y científico, parte utilizada, propiedades principales, principios activos mayoritarios y forma de extracción recomendada.

Ejemplos:

- Investigar una planta rica en **aceites esenciales** y decidir realizar una tintura madre u oleato según el objetivo final.

- Identificar que ciertos principios activos requieren **alcohol** y optar por una tintura.

*Los pasos 1 y 2 pueden llegar a invertir su orden en caso que ya tenga la planta y después de estudiarla decida qué uso darle.

Paso 3 · Cosechar y secar el material vegetal

Objetivo:

Obtener materia prima de calidad, respetando los tiempos de la planta y las condiciones adecuadas de secado para preservar sus propiedades.

La cosecha debe realizarse en momentos adecuados (según la parte de la planta) y evitando ejemplares dañados o contaminados. El secado debe hacerse en un ambiente aireado, a la sombra y sin humedad.

Ejemplos:

- Cosechar hojas por la mañana, luego de que se evapore el rocío.
- Secar flores en un lugar oscuro y ventilado para conservar aroma y color.

En caso de no cosechar y adquirir la planta:

- Comprar en herboristerías o a productores de confianza.
- Verificar que el material esté bien conservado (color, aroma, ausencia de humedad o moho).
- Priorizar plantas de origen agroecológico u orgánico.

Ejemplos:

- Adquirir flores de lavanda secas de buena calidad para realizar un aceite para masajes.
- Cosechar hojas frescas de llantén asegurando que estén firmes y sin manchas para su secado y posterior extracción en tintura madre.

Paso 4 · Realizar la extracción botánica

Objetivo:

Aplicar el método de extracción elegido para obtener los principios activos de la planta de forma adecuada y segura.

La elección del método dependerá del órgano vegetal, los principios activos y el uso final del preparado.

Ejemplos según tipo de extracción:


- **Tintura (alcohol):**
Adecuada para **cualquier órgano vegetal con compuestos hidrosolubles y solubles en alcohol**. Elegir la graduación y concentración de acuerdo a la información obtenida sobre la planta y sus principios activos.
Ejemplo: realizar una tintura de hojas de melisa con alcohol de 60° y concentración 2:10 para relajar el sistema nervioso.
- **Oleato (aceite):**
Indicado para **flores o partes blandas** con principios liposolubles.
Ejemplo: macerar flores de caléndula en aceite de almendras para calmar irritaciones cutáneas.


Durante el proceso, se recomienda respetar proporciones, tiempos de maceración y condiciones de higiene.

Forma de entrega

En un documento en blanco completa la siguiente información:

- Registro escrito de los pasos 1 y 2, resumiendo la información obtenida
- Breve registro fotográfico de los pasos 3 y 4

 **Nombrar el archivo de la siguiente manera:**
Apellido_Nombre_ActividadExtraccionesBotanicos

 **Enviar por el grupo de WhatsApp o al mail:**
siembralibertad@gmail.com