

Medicina Tradicional **ANDINA**

*“Uso de plantas en la medicina ancestral andina:
perspectiva de los curanderos del cantón Cuenca”*



MEDICINA TRADICIONAL ANDINA

Folleto Informativo

Proyecto de investigación:

**“Uso de plantas en la medicina ancestral andina:
perspectiva de los curanderos del cantón Cuenca”**



Proyecto de la Dirección de Investigación
de la Universidad de Cuenca

CRÉDITOS:

Nombre del proyecto: “Uso de plantas en la medicina ancestral andina: perspectiva de los curanderos del cantón Cuenca”

Autores: BQF. Adriana Orellana Paucar, Ph.D.
Dra. Lourdes Huiracocha, Mgt.
Dr. David Achig, Ph.D.
Lcda. Aydeé Angulo, Mgt.
BQF. Geovanny Barrera
Soc. Liliana Brito
Lcda. Marcia Campoverde
Dra. Lorena Mosquera, Mgt.

Agradecimiento a los curanderos que colaboraron en el desarrollo del proyecto:

Carmita del Rocío Amaya Tapia
María Cleotilde Bueno
María Griselda Bueno
María Angelita Bueno Villavicencio
María Hortencia Cajamarca Tacuri
María Jacoba Carchichabla Cabrera

María Tránsito Carchichabla Cabrera
Rosa Griselda Coronel Yunga
María Gertrudiz Domínguez Bocanzaca
Ángel Rodrigo Japón Gualán
Aida Florinda Loja Guamarrigra
Rosa Alejandrina Morales Campoverde

María Encarnación Morocho Fernández
Miguel Alberto Pacheco Encalada
María Manuela Pintado
Carmen Delfina Sánchez López
María Delia Sánchez López
Rosa María Sisalima Corte

Derechos de Autor: CUE-003939

ISBN: 978-9978-14-441-1

Proyecto financiado por la Dirección de Investigación de la Universidad de Cuenca

Fecha de publicación: 10 marzo 2020

Diseño e Ilustración: Dis. Jossue Cárdenas

Impresión: Talleres Gráficos de la Universidad de Cuenca

Ejemplares: 200

CONTENIDO

6	Propósito
7	Introducción
8	Aprendamos sobre medicina ancestral
10	DEFINICIONES DE ENFERMEDAD O MALESTAR SEGÚN LA MEDICINA OCCIDENTAL Y LA MEDICINA ANCESTRAL ANDINA <ul style="list-style-type: none">- Concepto de ENFERMEDAD según la medicina occidental- Concepto de MALESTAR o ENFERMEDAD según la medicina tradicional andina
11	TIPOS DE MALESTARES O ENFERMEDADES DE ACUERDO A LA MEDICINA TRADICIONAL ANDINA <ul style="list-style-type: none">- Enfermedades sobrenaturales- Enfermedades naturales
12	ENFERMEDADES SOBRENATURALES MEDICINA ANCESTRAL ANDINA
14	- Susto o espanto
15	- Mal aire
16	- Mal de ojo
17	- Mal del arco iris
18	- Limpia energética
19	ENFERMEDADES NATURALES MEDICINA ANCESTRAL ANDINA
20	- Dolor de estómago (indigestión)
22	- Resfrío y tos
24	- Infección urinaria
26	- Ansiedad, nervios
28	- Quemaduras leves
30	- Dolor
32	- Parásitos
34	- Cólico menstrual
36	Juegos sobre medicina ancestral andina
42	Bibliografía



PROPÓSITO

“Promover la conservación de saberes ancestrales, no la auto-prescripción”

El propósito de este folleto es la preservación del conocimiento ancestral a través de la recopilación bibliográfica de información sobre plantas de uso común que han sido tradicionalmente empleadas como tratamiento de diversas patologías concebidas desde la cosmovisión andina.

Al proporcionar esta información, los investigadores no tienen la intención de apoyar el uso de remedios herbales sin consulta previa o supervisión de los profesionales de la salud. Las personas deben consultar a los facultativos de la salud sobre toda la información disponible a fin de tomar sus propias decisiones informadas antes de la administración de cualquier medicamento, sea éste a base de plantas medicinales o productos sintéticos.

Las plantas medicinales pueden ser tóxicas. Se recomienda no ingerir ni usar ninguna parte de las plantas o preparaciones derivadas de ellas, sin supervisión médica y farmacéutica.

INTRODUCCIÓN

La medicina ancestral se fundamenta en los saberes de los pueblos y forma parte importante de su propia cultura. Tiene diversas manifestaciones y formas de interpretación así como su propia cosmovisión. A través de ella, las comunidades indígenas han confrontado el proceso salud-enfermedad desde la base de sus creencias, conocimientos, prácticas y valores.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la medicina tradicional como el conjunto de saberes y prácticas basados en teorías, creencias y experiencias indígenas que se emplean para el diagnóstico y prevención de enfermedades, el tratamiento de enfermedades físicas o mentales y el mantenimiento de la salud.

Desde la antigüedad, las comunidades indígenas utilizaron las plantas medicinales para el tratamiento de diversas enfermedades. Con el avance de la tecnología, los tratamientos basados en plantas medicinales fueron reemplazados por los medicamentos elaborados a partir de compuestos sintéticos. En la actualidad, la OMS promueve activamente la difusión del conocimiento sobre medicina ancestral a través del empleo terapéutico racional de plantas medicinales por parte de los usuarios y profesionales de la salud. La integración de los servicios de salud (oficial y tradicional) permitirá ampliar la cobertura y mejorará de manera importante su asequibilidad, especialmente en sectores poblacionales con escasos recursos económicos.

APRENDAMOS SOBRE MEDICINA ANCESTRAL

Doña Mamaqura (*significado kichwa: señora hierba*), la curandera.

Don Kunak (*significado kichwa: el que aconseja*), el abuelo que confía en el uso tradicional de plantas medicinales.

Wayna (*significado kichwa: joven, amigo*), el nieto escolar de Don Kunak.

Doña Nuna (*significado kichwa: alma, espíritu*), la madre de Suyana.

Suyana (*significado kichwa: esperanza*), la hija adolescente de Nuna.

Doctora Qhawa (*significado kichwa: la que vigila, centinela*) y **Doctor Sayri** (*significado kichwa: el que ayuda a quien lo pide*), tratantes de la medicina occidental que incorporan los saberes de la medicina tradicional andina en su práctica profesional.



DEFINICIONES DE ENFERMEDAD O MALESTAR

SEGÚN LA MEDICINA OCCIDENTAL Y LA MEDICINA ANCESTRAL ANDINA

Concepto de ENFERMEDAD según la medicina occidental

Desde la visión de la medicina occidental, una enfermedad se define como:

1. La pérdida de la salud originada por una alteración estructural o funcional del organismo , y,
2. El conjunto de signos y síntomas originados por una causa concreta, que se manifiestan de manera similar en individuos diferentes.

Concepto de MALESTAR o ENFERMEDAD según la medicina tradicional andina

Desde la cosmovisión andina, el malestar es el resultado de un desequilibrio entre el individuo, su ambiente inmediato y el mundo espiritual.

El “jinchi” o equilibrio vital es la capacidad del cuerpo para reaccionar a las enfermedades. Un “jinchi” fuerte permite que el cuerpo resista enfermedades, mientras que un “jinchi” débil hace el cuerpo más propenso a las enfermedades.

Así, para gozar de salud y bienestar, una persona debe encontrarse en armonía consigo misma (un estado que se conoce como “allicai” en kichwa) y debe vivir en armonía con los demás (una condición que se conoce como “allikawsay”).

TIPOS DE MALESTARES O ENFERMEDADES

DE ACUERDO A LA MEDICINA TRADICIONAL ANDINA

ENFERMEDADES SOBRENATURALES

Causadas por un ser espiritual con poderes extraordinarios. Algunas de estas enfermedades son el susto, mal aire, mal de ojo y el mal del arco iris.

Los seres espirituales que causan este tipo de enfermedades pueden actuar de manera autónoma o ser convocados por una persona para causar enfermedad en otra.

Este tipo de enfermedades solo pueden ser tratadas por un "Yachak" (sabio curandero de la medicina tradicional andina).

ENFERMEDADES NATURALES

Producidas por una causa capaz de ser identificada tanto por la medicina andina como por la medicina occidental. Entre ellas se encuentran la gastritis, anemia, resfriado, fiebre, parasitosis y otras.

Pueden ser tratadas por el médico o por el "Yachak".

ENFERMEDADES **SOBRENATURALES**
MEDICINA ANCESTRAL ANDINA





SUSTO o ESPANTO

¿Qué es?

Es una enfermedad que se produce por experiencias desagradables, accidentes, episodios violentos o momentos de angustia que producen un impacto emocional en el paciente.

Síntomas:

Nerviosismo, falta de apetito, pérdida del sueño.

Plantas usadas en el tratamiento:

Santa María (*Tanacetum parthenium* L.) Sch. Bip.), ruda (*Ruta graveolens* L.), guando amarillo (*Brugmansia aurea* Lagerh.), palo santo (*Bursera graveolens* (Kunth) Triana & Planch.), toronjil (*Melissa officinalis* L.).



MAL AIRE

¿Qué es?

Es una enfermedad causada por vientos fuertes experimentados mientras la persona camina abajo de una colina, por contacto con el aire frío cuando la persona sale de un lugar protegido, o cuando una persona camina a través de los cementerios o de los lugares donde hay tesoros ocultos (“entierros”).

Síntomas:

Mareo, dolor de cabeza, vómito, dolor de estómago, desmayos, malestar general del cuerpo.

Plantas usadas en el tratamiento:

Poleo (*Minthostachys mollis* (Kunth) Griseb.), poleo de llano (*Clinopodium nubigenum* (Kunth) Kuntze), shadán (*Baccharis obtusifolia* Kunth), ajenjo (*Artemisia absinthium* L.), limoncillo (*Siparuna muricata* (Ruiz & Pav.) A. DC.), laurel (*Morella parvifolia* (Benth.) Parra-Os.), altamisa (*Ambrosia arborescens* Mill.), romero (*Rosmarinus officinalis* L.), chilca negra (*Baccharis* sp.), cholo valiente (*Tagetes terniflora* Kunth), chichira (*Lepidium chichicara* Desv.), ruda (*Ruta graveolens* L.), aliso

(*Alnus acuminata* subsp. *acuminata*), santa maría (*Tanacetum parthenium* (L.) Sch. Bip.), eucalipto blanco (*Eucalyptus globulus* Labill.), congona (*Peperomia inaequalifolia* Ruiz & Pav.), guando rojo (*Brugmansia sanguinea* (Ruiz & Pav.) D. Don), guando amarillo (*Brugmansia aurea* Lagerh), mortiño (*Solanum nigrescens* M. Martens & Galeotti), comino (*Cuminum cyminum* L.), manzanilla (*Matricaria recutita* L.), paico (*Chenopodium ambrosioides* L.), tabaco (*Nicotiana tabacum* L.)



MAL DE OJO

¿Qué es?

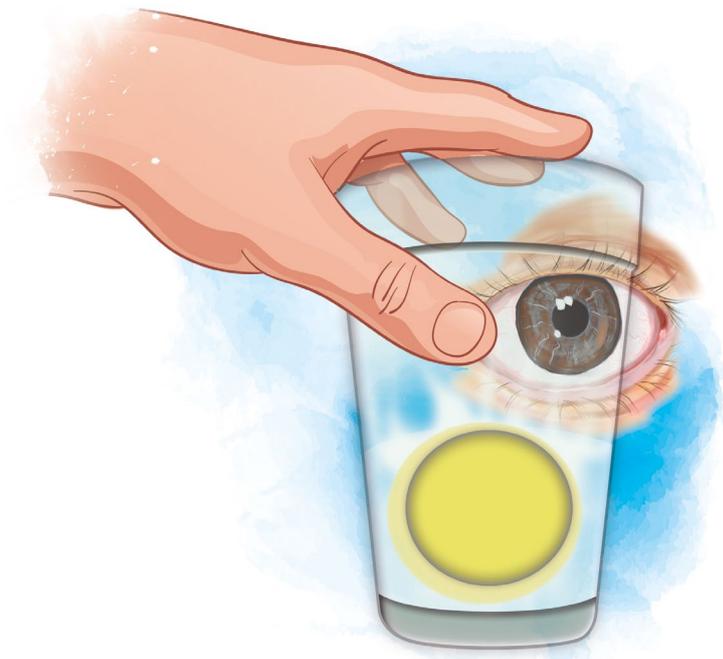
Esta enfermedad es causada por una persona que dirige una mirada fuerte con cariño u odio hacia otra persona. Los niños son más propensos a sufrir este malestar.

Síntomas:

Desmayo, nerviosismo, cara pálida, dolor de cabeza, diarrea, vómito, fiebre. En los niños se manifiesta con decaimiento, llanto constante y presencia de lagañas en los ojos.

Plantas usadas en el tratamiento:

Santa maría (*Tanacetum parthenium* (L.) Sch. Bip.), ruda (*Ruta graveolens* L.), shuyu rosas (*Eryngium humile* Cav.), killu rosas (*Tagetes erecta* L.), cholo valiente (*Tagetes terniflora*), aliso (*Alnus acuminata* subsp. *acuminata*), poleo (*Minthostachys mollis* (Kunth) Griseb.), palo santo (*Bursera graveolens* (Kunth) Triana & Planch.), poleo de llano (*Clinopodium nubigenum* (Kunth) Kuntze), romero



(*Rosmarinus officinalis* L.), san pedro (*Echinopsis pachanoi* (Britton & Rose) Friedrich & G.D. Rowley), guando rojo (*Brugmansia sanguinea* (Ruiz & Pav.) D. Don), guando amarillo (*Brugmansia aurea* Lagerh), albahaca (*Ocimum basilicum* L.), ajo (*Allium sativum* L.), mortiño (*Solanum nigrescens* M. Martens & Galeotti).

Prevención: Colocar una cinta roja en la mano del niño o vestirle con ropa de color rojo.

MAL DEL ARCO IRIS

¿Qué es?

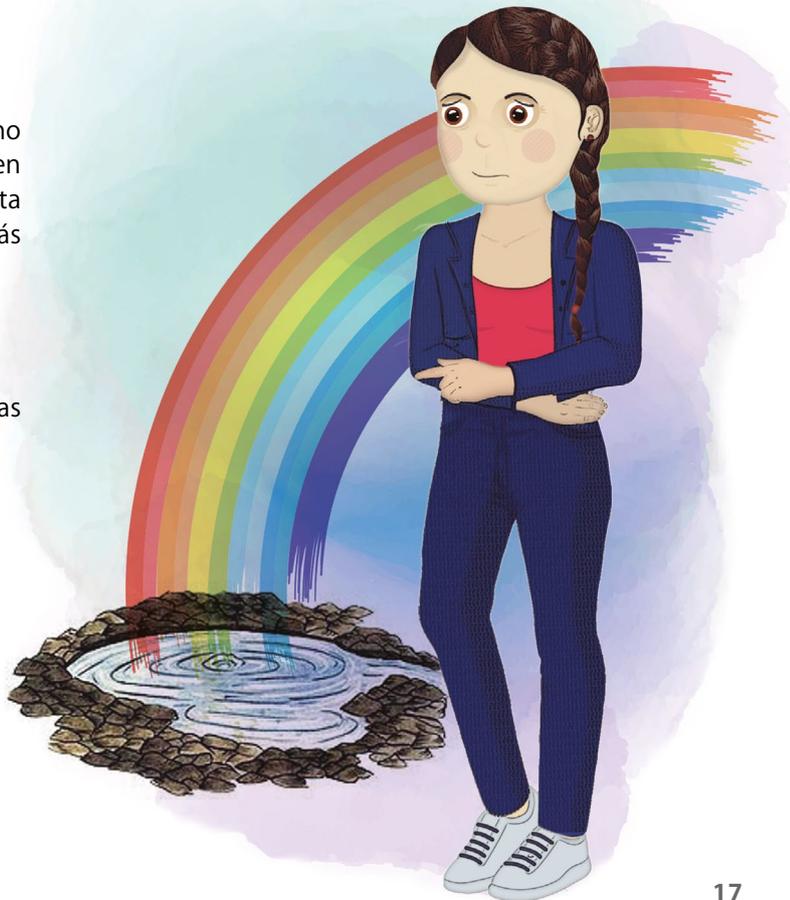
Es un trastorno que aparece en las personas como consecuencia de la acción del arco iris o espectro solar en aguas estancadas. La persona se enferma cuando transita cerca de estos lugares. El "mal del arco" se presenta con más frecuencia en mujeres jóvenes.

Síntomas:

Depresión, astenia, dolor muscular, vesículas, pústulas en las piernas o en todo el cuerpo.

Plantas usadas en el tratamiento:

Manzanilla (*Matricaria recutita* L.), ruda (*Ruta graveolens* L.), pampapoleo (*Clinopodium brownei* (Sw.) Kuntze), chichira (*Lepidium chichicara* Desv.), aliso (*Alnus acuminata* subsp. *acuminata*), romero (*Rosmarinus officinalis* L.), ajo (*Allium sativum* L.).



LIMPIA ENERGÉTICA

Doña Mamaquna, ¿puede hacerme una “limpia”? Me siento cargada de energía negativa.



Claro que sí. No te preocupes, vas a sentirte mejor con una “limpia” hecha con las plantitas que tengo en mi huerto.

La “limpia” también es útil para el tratamiento del susto, el mal aire y el mal de ojo.

Plantas usadas en la “limpia”:

Poleo (*Minthostachys mollis* (Kunth) Griseb.), poleo de llano (*Clinopodium nubigenum* (Kunth) Kuntze), ajeno (*Artemisia absinthium* L.), laurel (*Morella parvifolia* (Benth.) Parra-Os.), altamisa (*Ambrosia arborescens* Mill.), romero (*Rosmarinus officinalis* L.), chilca negra (*Baccharis* sp.), cholo valiente (*Tagetes terniflora* Kunth), ruda (*Ruta graveolens* L.), aliso (*Alnus acuminata* subsp. *acuminata*), santa maría (*Tanacetum*

parthenium (L.) Sch. Bip.), eucalipto blanco (*Eucalyptus globulus* Labill.), guando rojo (*Brugmansia sanguinea* (Ruiz & Pav.) D. Don), guando amarillo (*Brugmansia aurea* Lagerh), mortiño (*Solanum nigrescens* M. Martens & Galeotti), palo santo (*Bursera graveolens* (Kunth)), shuyu rosas (*Eryngium humile* Cav.).

ENFERMEDADES **NATURALES**
MEDICINA ANCESTRAL ANDINA



DOLOR DE ESTÓMAGO (INDIGESTIÓN)

Abuelito, me duele el estómago, algo del almuerzo me sentó mal. ¿Qué puedo tomar?

Hijo, te voy a preparar una infusión de manzanilla para que la tomes. Esto aliviará tu dolor de estómago.

Ingredientes:

Cabezas de flor de manzanilla
(*Matricaria recutita L.*)



Preparación y dosis:

Infusión para adultos: 2 - 8 gramos en una taza (240 mililitros), tomar 3 veces al día.

Infusión para infantes: 2 gramos en una taza (240 mililitros), tomar 3 veces al día.

PREVENCIÓN

Recuerda que la manzanilla está contraindicada en pacientes con alergia a las plantas de la familia botánica Asteraceae como altamisa, chilca negra y blanca, cholo valiente, diente de león, ñâchag (*Bidens humilis* H.B.K.) y quinquín (*Sonchus oleraceus* L.).

RECOMENDACIONES

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con manzanilla y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.



RESFRÍO y TOS

Mami, ayer cuando salí del colegio estuvo lloviendo. Ahora estoy resfriada y tengo tos. ¿Qué puedo tomar?

Puedes preguntarle a Doña Mamaqura, ella sabe mucho de plantas medicinales.

Suyana, prepara una infusión con eucalipto para el resfrío y la tos que tienes.

Ingredientes:

Hojas de eucalipto

(*Eucalyptus globulus* Labill.)



Preparación y dosis:

Dosis diaria: 4 - 6 gramos de droga cruda o preparaciones equivalentes.

Infusión: verter 150 mililitros de agua caliente sobre media cucharadita de hojas, dejar reposar durante 10 minutos, luego retirar las hojas con un colador. Una taza (240 mililitros) de la infusión recién preparada se bebe lentamente tres veces al día.

También se recomienda inhalar el vapor de la infusión.

RECOMENDACIONES

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con eucalipto y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.

Esta recomendación es muy importante puesto que el eucalipto puede disminuir el efecto terapéutico de los medicamentos administrados simultáneamente.



PREVENCIÓN

Las infusiones de eucalipto no deben administrarse a niños, embarazadas, pacientes con inflamación del tracto gastrointestinal, enfermedad de la vesícula biliar o con alteración de la función hepática.

INFECCIÓN URINARIA

Doña Mamaqura, el Doctor Sayri me ha dicho que tengo infección urinaria. Además de los medicamentos que me recetó quisiera complementar con tratamientos de medicina tradicional, ¿qué me recomienda usted?

Doña Nuna, debe prepararse y beber una infusión de flores de diente de león.



Ingredientes:

Planta entera de diente de león
(*Taraxacum officinale* F.H. Wigg.)



Preparación y dosis:

Dosis media diaria: 3 - 4 gramos de planta entera cortada o en polvo tres veces.

Decocción: hervir 3 - 4 gramos de planta entera en 150 mililitros de agua.

Infusión: 1 cucharada de la planta entera en 150 mililitros de agua.

RECOMENDACIONES

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con diente de león y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.

Esta recomendación es muy importante porque el diente de león puede disminuir el efecto terapéutico de los medicamentos administrados simultáneamente como el caso del antibiótico ciprofloxacino.

PREVENCIÓN

El diente de león está contraindicado en pacientes con obstrucción del tracto biliar o intestinal y en la inflamación aguda de la vesícula biliar.



ANSIEDAD, NERVIOS

Abuelo, mañana juego la final de fútbol en mi escuela, estoy nervioso y no puedo dormir. ¿Qué debo tomar para estar tranquilo?

El toronjil es una muy buena opción para que te mantengas tranquilo.



Ingredientes:

Hojas frescas y/o secas de toronjil (*Melissa officinalis L.*)



Preparación y dosis:

Infusión: 1,5 - 4,5 gramos de hojas de toronjil por taza (240 mililitros).

RECOMENDACIONES

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con toronjil y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.



PREVENCIÓN

Esta infusión está contraindicada en pacientes embarazadas.

En el caso de los niños debe administrarse bajo supervisión médica.

QUEMADURAS, LEVES

Doña Mamaqura, el fin de semana estuve en el campo, me olvidé mi sombrero en la casa y fueron días de mucho sol. Ahora tengo la cara de color rojo ¿Qué puedo ponerme?

Don Kunak, el gel fresco de la sábila es un remedio natural muy bueno para las quemaduras ligeras de la piel.

Ingredientes:

Hojas frescas de sábila
(*Aloe vera* (L) Burm. F.)



Preparación de gel fresco:

Recolectar las hojas y lavarlas con agua y una solución diluida de cloro (25 gotas de cloro por cada litro de agua). Quitar las capas externas de la hoja, dejando un "filete" de gel. Se debe tener cuidado de no rasgar la corteza verde que puede contaminar el filete de gel con otras sustancias de la hoja. Aplicar el gel sobre las quemaduras.

RECOMENDACIONES

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con sábila y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.

Antes de usar la sábila, recuerda consultar con tu médico para que valore la magnitud de la quemadura.

PREVENCIÓN

La sábila está contraindicada en casos de alergia conocida a las plantas de la familia botánica Liliaceae como el ajo.



DOLOR

Doña Mamaqura, me siento mal, me duele la rodilla. ¿Qué puedo tomar para sentirme mejor?

Wayna, pídele a tus papás que te preparen una infusión hecha con los frutos del hinojo. Eso aliviará tu dolor.



Ingredientes:

Frutos de hinojo

(*Foeniculum vulgare* Mill.)



Preparación y dosis:

Preparar una infusión con 5-7 gramos de frutos de hinojo y prepararlos en infusión. Dosis diarias superiores a 7 gramos de frutos de hinojo no deben ingerirse sin supervisión médica.

PREVENCIÓN

La administración de hinojo está contraindicada en el caso de alergia conocida a las plantas de la familia botánica Apiaceae como el culantro.

No debe emplearse durante el embarazo. Los aceites esenciales puros de hinojo no deben administrarse a lactantes o niños.

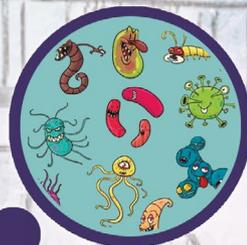


RECOMENDACIONES

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con hinojo y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.

PARÁSITOS

Doña Mamaqura, el médico me ha dicho que tengo parásitos ¿Qué debo tomar para eliminarlos?



Don Kunak, las hojas de llantén son una buena opción para eliminar los parásitos, pero recuerde acudir al médico para asegurar un tratamiento seguro y exitoso.

Ingredientes:

Hojas frescas y/o secas de llantén (*Plantago major L.*)



Preparación y dosis:

Tomar una cucharada de la infusión (10 gramos de hoja seca en 200 mililitros de agua hervida durante 15-20 minutos), tres veces al día antes de las comidas.

Zumo de las hojas frescas: una cucharada (5 mililitros) tres veces al día, antes de las comidas.

RECOMENDACIONES

Ante la sospecha de enfermedad causada por parásitos consulta a tu médico para que mediante un examen de laboratorio determine el tratamiento más adecuado para el tipo de parásito.

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con llantén y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.

PREVENCIÓN

El llantén no debe administrarse durante el embarazo.



CÓLICO MENSTRUAL

Doña Mamaqura,
tengo un cólico menstrual
muy fuerte. ¿Qué puedo
tomar?

Para el cólico menstrual se
recomienda una infusión de
hojas de romero.

Ingredientes:

Hojas secas de romero
(*Rosmarinus officinalis* L.)



Preparación y dosis:

Para uso oral se emplean entre 4 a 6 gramos de hojas secas.

Infusión: 2 - 4 gramos en 150 mililitros de agua tres veces al día.

RECOMENDACIONES

Recuerda que si presentas dolor o sangrado menstrual intensos debes consultar con tu ginecólogo.

Consulta a tu curandero sobre la duración del tratamiento con romero y comenta a tu médico sobre tu decisión de emplear esta planta con fines terapéuticos a fin de que pueda supervisar su uso, junto con los medicamentos recetados.



PREVENCIÓN

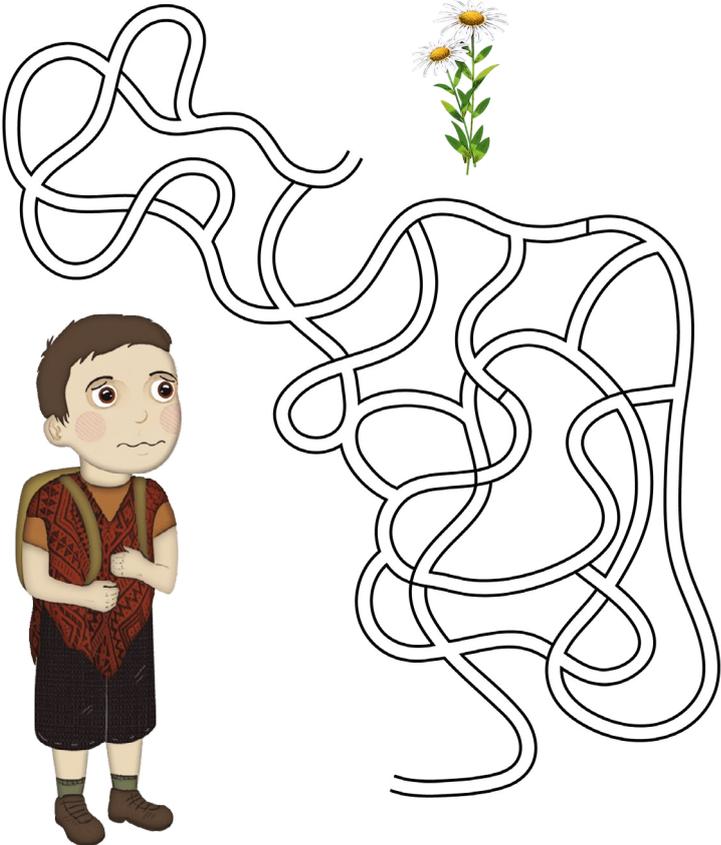
Su uso debe ser supervisado por tu médico porque el romero puede disminuir el efecto terapéutico de medicamentos administrados simultáneamente.



JUEGOS SOBRE MEDICINA ANCESTRAL ANDINA



ENCUENTRA EL CAMINO



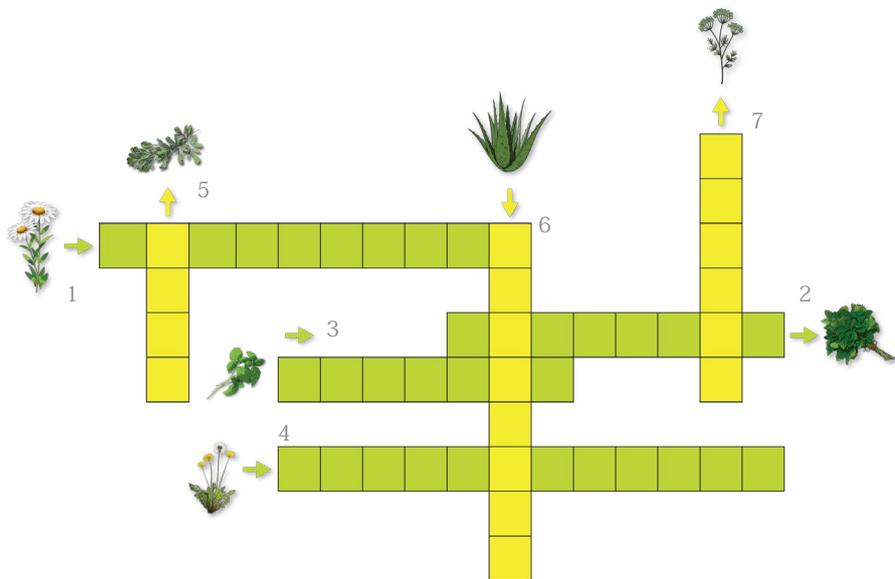
Ayuda a Wayna a encontrar la manzanilla para aliviar su dolor de estómago.

SOPA DE LETRAS

TORONJIL
 MANZANILLA
 CEDRON
 MATICO
 EUCALIPTO
 MENTA
 ROMERO
 OREGANO
 POLEO
 HIERBA BUENA
 CHUQUIRAGUA
 RUDA

A	C	O	F	E	U	E	F	A	C	O	R	E	T	O
E	C	E	U	C	A	L	I	P	T	O	A	L	L	R
R	E	S	M	E	N	T	O	L	R	N	D	O	C	E
M	D	G	A	I	R	U	D	A	E	I	R	H	T	G
N	R	H	T	U	V	H	S	U	O	E	U	O	O	N
P	O	L	E	O	G	O	B	R	M	O	R	V	C	A
B	N	J	H	D	Z	A	T	O	R	O	N	J	I	L
V	N	C	L	N	B	A	R	J	O	T	P	C	T	L
C	U	Ñ	A	R	Z	L	G	I	L	D	I	A	A	I
E	Q	M	E	N	T	A	L	L	U	T	N	E	M	N
Y	I	I	P	N	N	M	B	L	P	Q	H	R	M	D
Q	H	Z	O	R	E	G	A	N	O	T	U	Y	A	G
C	X	K	T	H	E	B	A	B	E	R	I	H	T	Z
E	M	A	N	Z	A	N	I	L	L	A	O	F	C	E
M	A	N	A	Z	C	T	O	L	O	P	S	I	O	U

CRUCIGRAMA



HORIZONTAL – Planta que se usa para:

1. Dolor de estómago
2. Nervios
3. Parásitos
4. Infección de vías urinarias

VERTICAL – Planta que se usa para:

5. Limpia energética
6. Quemaduras
7. Dolor

Soluciones horizontales: MANZANILLA, TORONJIL, LANTEN, DIENTE DE LEÓN
Soluciones verticales: RUDA, ALOE VERA, HINOJO

ENCUENTRA LAS DOCE DIFERENCIAS



PINTA A DOÑA MAMAQURA



Bibliografía

Armijos C, Cota I, González S. Traditional medicine applied by the Saraguro yachakkuna: a preliminary approach to the use of sacred and psychoactive plant species in the southern region of Ecuador. *J Ethnobiol Ethnomed*. 2014;10:26.

Cerón-Martínez CE. Plantas medicinales de los Andes ecuatorianos. En: *Botánica Económica de los Andes Centrales*. Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés; 2006. p. 557.

Organización Mundial de la Salud (OMS). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2013. 75 p.

Organización Mundial de la Salud. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 1. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 1999. 295 p.

Organización Mundial de la Salud. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 2. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2004. 358 p.

Organización Mundial de la Salud. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 3. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2007. 390 p.

Organización Mundial de la Salud. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 4. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2009. 456 p.

Quezada A, Hermida C, Vega G, Cañizares E, Hermida J. La práctica médica tradicional en las provincias del Azuay, Cañar, El Oro y Morona Santiago. 2a ed. Cuenca: Universidad de Cuenca; 1992. 459 p.

Zambrano-Intriago LF, Buenaño-Allauca MP, Mancera-Rodríguez NJ, Jiménez-Romero E. Estudio etnobotánico de plantas medicinales utilizadas por los habitantes del área rural de la Parroquia San Carlos, Quevedo, Ecuador. *Universidad y Salud*. 2015;17(1):97-111.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ISBN: 978-9978-14-441-1



9 789978 144411