

RESUMEN EXPERENCIA DOCUMENTADA

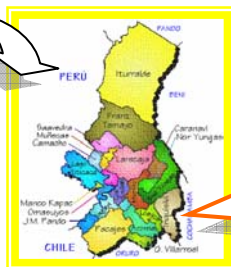
NOMBRE FACILITADOR LOCAL	Asociación Integral de Productores "A I P – Inquisivi" - Organización "Kollamarca". Elsa Choque, Martha Baltasar, Eusebia Mamani, Alcira Villanueva, Betty Choque, Edwin Mamani. Rigoberto Choque
APOYO INSTITUCIONAL	Sergio S. Quispe sergio@agrecolandes.org
DEPARTAMENTO	La Paz
PROVINCIA	Inquisivi
MUNICIPIO	Quime
COMUNIDAD	Camillaya
NOMBRE DE LA EXPERENCIA	PLANTAS MEDICINALES DEL BOSQUE NATIVO, LA FARMACIA COMUNAL. <i>Nuestra experiencia con plantas que curan.</i>
EXPERENCIA A SER INTERCAMBIADA CON:	AYLLU MAJASAYA MUJLLI PROVINCIA TAPACARI DEPARTAMENTO COCHABAMBA

DESCRIPCIÓN DE LA TECNOLOGÍA /EXPERIENCIA

1.- Introducción

Esta experiencia se ha desarrollado en la comunidad Camillaya de hace muchos años atrás venimos formándonos a través de las instituciones. Con estas experiencias hemos profundizado en la recolección de plantas medicinales y elaborando diferentes productos como ser: Pomada para reumatismo, embolsados para Vías Renales, Tintes, Antiodontalgia, Jarabes, entre otros productos.

2.- Lugar donde se desarrolló la experiencia



La experiencia se desarrollo en la comunidad de Camillaya perteneciente al municipio de Quime, de la provincia Inquisivi, en el departamento de La Paz. Quime es la capital de la segunda sección de la provincia Inquisivi, se encuentra al sur este del departamento de La Paz.



Camillaya está a una altura promedio de 2850 m.s.n.m., con 32 familias afiliadas al sindicato agrario y una población de 265 habitantes.

En Camillaya, se producen diferentes productos como la miel de abejas y sus derivados, medicinas naturales, se hace también agricultura tradicional, cultivo de frutales y se realizan plantaciones forestales con fines de obtención de madera para construcción. En la comunidad viven 53 familias que se dedican a la producción de diferentes rubros agrícolas.

Para llegar a la comunidad de Camillaya hay dos líneas de buses Trans Santiago y Trans Inquisivi que salen diario de la ciudad de La Paz y movilidad de la ciudad de Oruro.



La comunidad de Camillaya se encuentra al Noreste del municipio de Quime, a 15 kilómetros de la población del mismo nombre, y está afiliado a la Central Agraria de Quime que agrupa en su seno a 28 comunidades.

En nuestra comunidad producimos maíz, papa poroto, trigo arveja, zapallo, hortalizas, duraznos, manzanas y un alto porcentaje de los pobladores se dedican a la actividad

forestal (palizada).

3. Descripción de la experiencia

En la comunidad, se puede distinguir claramente tres zonas, identificadas cada una como: parte baja, parte media y la parte alta, donde cada zona tiene vegetación característica.



La zarza mora.- existe en la parte alta denominado en el lugar de Pekenkara Sirve para purificar la sangre existe todo el tiempo se recolecta en las mañanas Es recomendable recolegir cuando hay luna llena, y hasta cuarto creciente, porque la humedad esta ya en la parte de debajo de la planta.

Karqueja.- existe en la parte alta sirve para la enfermedad de Artritis, Reumatismo se utiliza las hojas verdes y se toma tres veces al día en infusión.

Esta planta no solo se puede tomar como mate, también entra para fabricar la pomada, y para tintura. Para curar la tos, se puede masticar directamente un pedazo de carqueja. Esta planta hay todo el año y se encuentra sobre todo en la parte alta de la comunidad.



Salvia.- Es una planta que crece en la parte alta de la comunidad, tiene flores de color blanco. En la parte del bajo también hay una planta llamada salvia, o cabra salvia con flores azules, se puede usar para mal de aire, o estirones nerviosos (encogimientos).

Es una planta sudorífica, y se utiliza la hoja, el tallo para humear.

Esta planta es una trepadora que no hay en tiempo de invierno. Se encuentra desde enero hasta finales de mayo. Es mejor recolectar en la mañana antes que

salga el sol, porque los rayos solares quitan sus propiedades.

Aliso.- Planta que crece en la parte alta y sirve para la enfermedad de Vías Renales, Epato Biliar.

La parte que se usa es la hoja en infusión para problemas hepatobiliares. La cáscara se utiliza para el preparado de embolsados como infusión.

“En la comunidad se ha visto 2 tipos de alisos: El aliso rojo y el aliso blanco. El aliso blanco es el mas efectivo. Se puede encontrar en cualquier época del año. Planta que se usa para preparar diferentes clases de tónicos.



Se debe usar en poca cantidad por que es toxico en mayores cantidades". Edwin Mamani



Andres Huaylla.- Es un árbol de pequeño tamaño que crece en la parte alta de la comunidad, sirve para bajar la temperatura, también se utilizan las hojas en baños de vapor para bajar la temperatura.

La Andrés Huaylla blanca (de pie blanco, su palito es blanco) es el mejor recomendado para medicina. Hay el de palo negro que es muy venenoso. Al solo consumir una ramita, un ganado puede morir. Se puede recoger en cuarto hasta luna llena y sobre todo en las mañanas antes de que salga o vea los rayos del sol. *En luna llena (poqota paxi=luna madura), es la época mas recomendable.* Betty Choque

Las plantas no se deben recoger así nomás, tiene su espíritu y cuando uno recoge tienen que pedir permiso a la pachamama, hay que Qoar un poquito y recoger con fe para que cure bien. Martha Baltasar

Wira Wira.- Es una hierba que crece en la parte alta. Sirve para curar enfermedades de los pulmones, para curar la tos, Bronquitis. Se utiliza todo el tallo, preparando en infusión que se debe tomar acompañado con miel de abejas. Con esta planta, también se puede preparar jarabes para la tos.

Esta planta se puede encontrar entre primavera y otoño. En invierno se seca y se puede encontrar alguna vez en lugares húmedos.



Zarzaparrilla.- Es una planta rastrera que crece en la parte alta de la comunidad es de color rosado el que crece en esta zona. También se encuentra en la parte baja pero es de color blanco. Ambos son muy buenos para medicina. La parte que se usa es el tubérculo, que se puede usar como mates haciendo secar. Es una medicina para problemas de hígado, bilis, además que purifica la sangre. Recomendable tomar en infusión, unas tres veces al día. Hay todo el año.

Culandrillo.- Esta hierba crece en lugares húmedos, tiene sus ramas de color negro. Sirve para las hemorragias, se toma en infusión. Es una hierba recomendado para preparar medicinas para problemas de las vías renales. (No es el culantro que se usa en la cocina)



Hay como tres variedades de esta hierva, uno es el culandrillo criollo (que se usa para confites), otro el silvestre (el que se usa en cocina, para preparar llajhua) y el tercero que sería el que es para medicina. Martha Baltazar



Poleo.- Es una hierva que crece en la parte media de la comunidad, alta y también crece en el bajo. Es una planta con flores de color blanco menudo. SE usa para enfermedades hepatobiliosos (higado). Sirve para calmar el dolor de estomago, ingerido en infusión. Es una planta que hace transpirar, entonces es sudorífico.

Eucalipto.- Esta árbol proporciona las hojas que sirven para preparar mates para curar la tos, resfrios, gripe, bronquitis, faringitis. Las hojas se usan también para preparar pomadas, tinturas para reumatismo en combinación con otras plantas. A base de hojas de eucalipto, se puede preparar tintura para la tos y resfriados.



Las hojas embadurnadas con miel de abejas, son eficaces para las quemaduras. Martha Baltazar

Haciendo hervir las hojas en orín, es bueno para combatir la fiebre aplicándose en todo el cuerpo. Elsa Choque



Berro.- Es una planta que crece en los lugares húmedos. Florece de color amarillo. Su consumo es recomendable en ensaladas.

“Bueno para combatir la anemia por que es una rica fuente de hierro. Se puede también consumir en jugos mezclado con miel de abejas, llegando a constituir una rica fuentes de vitaminas y minerales.....”. Martha Baltazar

Esta planta se puede encontrar todo el año, en los ríos.

Paiqu.- Es una planta que crece en la parte media de la comunidad, Solo se puede encontrar en determinadas épocas, habiendo en abundancia desde diciembre hasta mayo. En invierno se seca, quedando defoliado. Las hojas se usan para combatir los dolores de estómago o empachos. En infusión los abuelos del altiplano recomiendan tomar para la maldición.



Para bilis se utiliza la raíz en infusión mezclado con raíz de perejil y con un poco de limón. Elsa Choque

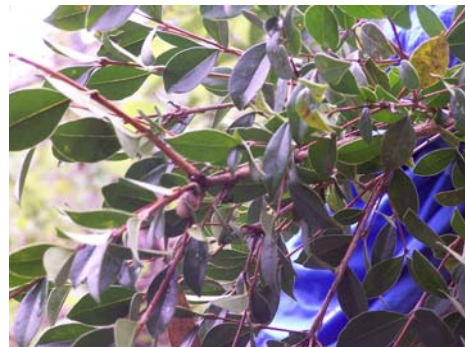


Calendula.- Es una hierba que se puede cultivar en los jardines con suma facilidad.

Sus propiedades curativas indican que es bueno para dolores de reumatismo, dolor de hueso. En mezcla con otras hiervas, se pueden elaborar pomadas, tinturas, artritis.

Es una planta de flores de color anarajando, y crece en cualquier época del año. En tiempo de invierno y si se falta humedad se seca.

Boldo.- Planta arbóreo de porte bajo, crece en lugares de bajo. Se utilizan las hojas en preparados para infusión para problemas hepato biliares, manchas de la cara en combinación con otras. Para bilis, se prepararan tónicos a base de esta planta.



Hay disponible todo el año.

Hay otro boldo de hojas más grandes conocido como boldo mayor, con iguales propiedades que el boldo. Para el dolor de muela se mastica y tiene propiedades analgésicas.



Kalawala.- Hierba que crece en rocas. Durante todo el año.

Esta planta se usa para preparar medicinas para problemas renales. El preparado de las raíces en cocción, se consume combinado con otras hierbas como llantén y sillu sillu.

SUNCHU.- es una planta que se usa para problemas reumáticos en forma de pomada, tintura y en combinación con otras hierbas. Uso externo.

Las flores son de color amarillo anaranjado. Hay todo el tiempo, si hay riego puede crecer en las parcelas agrícolas.



Sillu sillu.- Existe en la parte alta sirve para la enfermedad de Vías Renales se usa todo el tallo y se toma en infusión tres veces al día

4. Recomendaciones en base a la experiencia

La recolección de las plantas medicinales debe efectuarse de los lugares mas limpios, alejados del camino, y sobre todo hay que tener cuidado de recoger antes de que salga el sol.

Las plantas medicinales son un regalo de la naturaleza, hay que usarlo bien, hay que cuidarlo bien. Se debe sacar solamente lo que se necesita. Por ejemplo, si vamos a utilizar las hojas, no es necesario arrancar desde la raíz, Si vamos a usar el tallo, sacar solamente lo necesario.

“Las plantas tienen vida, por ejemplo en las mañanas, mueven sus hojas como haciendo ejercicios, por eso las plantas tienen vida, tienen sentimientos, hay que respetar la naturaleza que es la misma Pachamama”. Elsa Choque, Martha Baltasar.