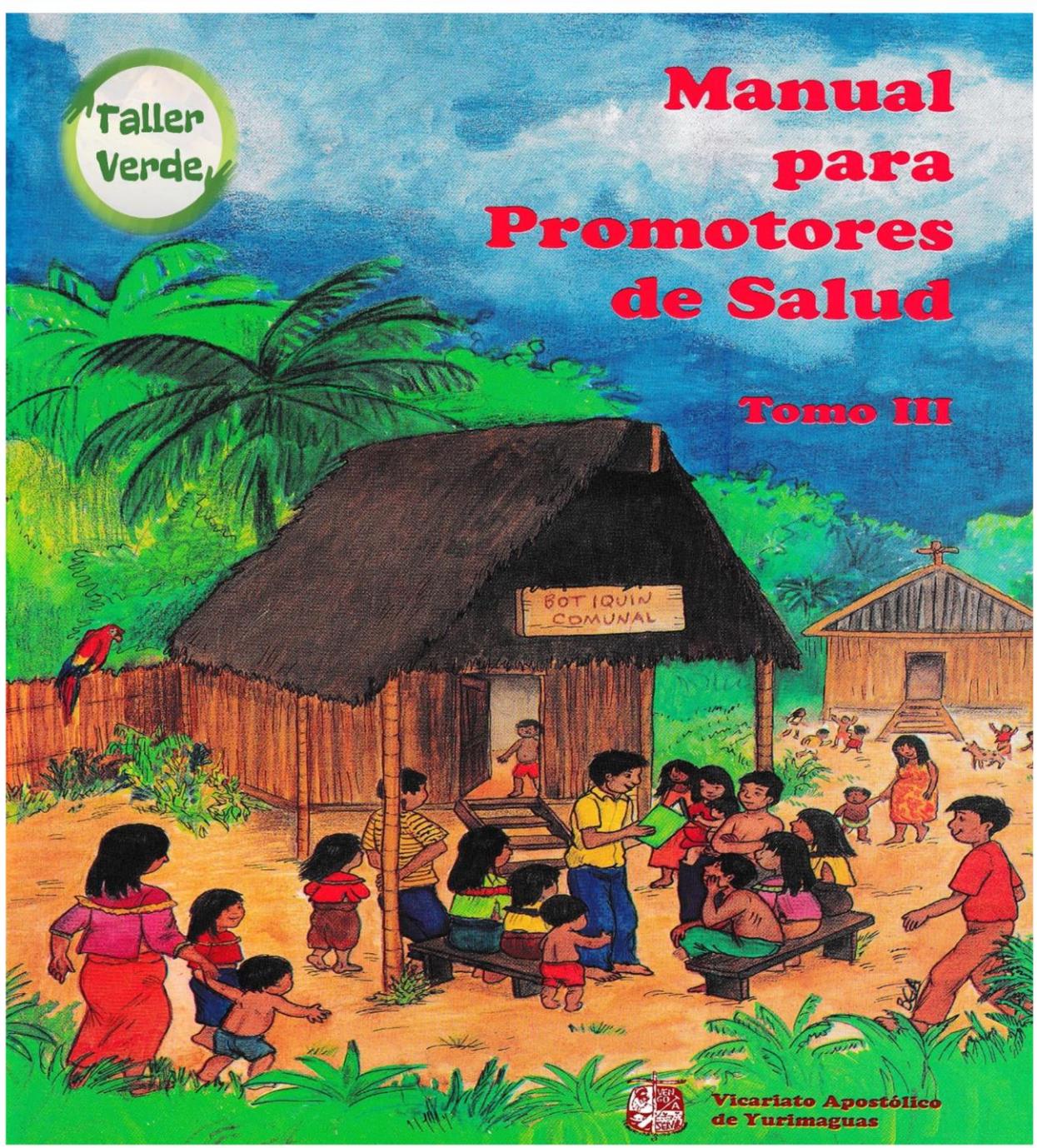


Taller Verde

# Manual para Promotores de Salud

Tomo III



Vicariato Apostólico de Yurimaguas



**MANUAL PARA  
PROMOTORES  
DE SALUD**

**TOMO III**

---

**YURIMAGUAS**



©> 1996 MISIONEROS DE JESUS  
VICARIATO APOSTOLICO DE YURIMAGUAS • PERU  
Calle Bolvar N° 205. • TeH.: (094) 352128. Fax (094) 332612  
Yurimaguas Reglón Loreto  
Colaboración: Bióloga JUDIT COS (SETEM • BARCELONA)  
Diagramación e ilustraciones: Bea Mosquero  
Producción Gráfica: Industrial Papiros S.A.

El Diseño Educativo de este manual ha sido posible con la colaboración de la  
Arquidiócesis de Friburgo (Alemania) y su publicación gracias al apoyo de  
INTERMON Barcelona (España)



Hermano Promotor Ponemos en tus manos el tercer tomo del manual de Promotores de salud.

Con los dos primeros tomos hemos estudiado los síntomas, tratamiento y prevención de las enfermedades más comunes de nuestra selva.

En los cursillos de capacitación hemos trabajado todos, sobre los usos de las plantas medicinales. Y hoy, en este tomo, te entregamos una relación de esas plantas con los usos que, de forma científica, están más comprobados.

Es importante que los promotores conozcamos y utilicemos la gran variedad de plantas medicinales que Dios ha puesto en la naturaleza para nuestro bien, para podernos mejorar de algunas enfermedades.

Deseamos que este manual te ayude en tu servicio de promotor de vida, de salud.

Gracias por tus aportes

**MISIONEROS DE JESÚS**





# **PLANTAS MEDICINALES**

## ¿CÓMO USAR ESTE MANUAL?



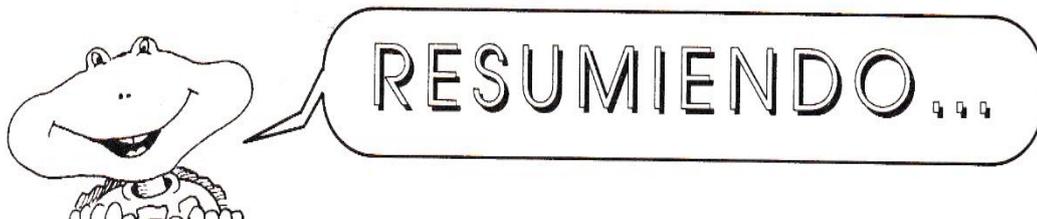
En la parte que se llama “PLANTAS MEDICINALES” encontraras primero 2 páginas en donde se explica cómo preparar una infusión, un jarabe una pomada, etc. Luego viene cada planta con su nombre que conocemos, con su dibujo, con su nombre científico (que es un idioma latín) y la explicación de cómo usarla en cada caso.

La parte que se llama “INDICES”, contiene 2 índices.

1. En el primero podrás hallar el nombre de las plantas medicinales por orden Alfabético, para que sirven y el número de página donde puedes encontrar la explicación.



En el segundo índice hallarás el nombre de la enfermedad que tú has diagnosticado, y las plantas medicinales que puedes indicar, con el número de página en la que está.



- Si tienes plantas y quieres saber para qué sirven y como se convidan, tienes que buscar el Índice 1.
- Si quieres convidar o recetar el uso de plantas medicinales para alguna enfermedad que tú has diagnosticado, buscas en el índice 2.

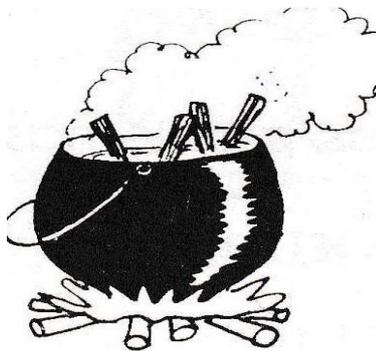
¡Ah! en el índice 2 hemos seguido el orden de enfermedades de los manuales anteriores... eso te ayudará en tu diagnóstico y puedes hacer un tratamiento completo (en muchas enfermedades las medicinas vegetales y de farmacias se ayudan).



## TÉ

### O INFUSION

Paramos una olla en la candela y echamos un pocillo de agua. Cuando el agua esté hirviendo echaremos una cucharada grande de la planta lavada y picacheada, sean hojas o flores. Retiramos la olla y dejamos reposar 5 o 10 minutos y cernimos. Tomar tibio o fresco, medio pocillo por varias veces al día, según tratamiento. En caso de semillas, raíces y cortezas, haremos cocimiento.



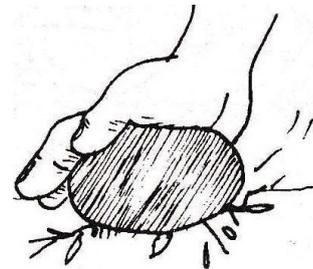
### **2.COCIMIENTO**

Ponemos 2 pocillos de agua, una cucharada de raíces, corteza o semillas de la planta. Poner al fuego y dejar reposar un ratito.

Cerner y tomar medio pocillo varias veces al día, según tratamiento.

### **3.EXTRACTO**

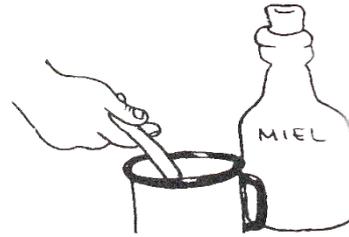
Lavamos bien la planta, la cortamos y machacamos hasta sacar su juguito propio. Tomar según tratamiento.



#### **4. JARABE**

Con el extracto o infusión de la planta, mezclaremos con miel o azúcar hasta espesar.

Dar o tomar cucharadas, según tratamiento.



A line drawing of a person's head in profile, gargling. Sound effects 'GGRRRR' and 'GRR' are written above the head, and 'FUSS' is written below the mouth.

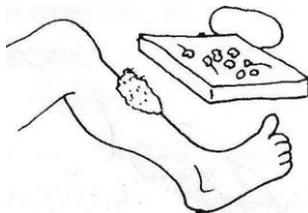
#### **5. GARGARISMOS**

Se prepara como té o infusión y sirve para enjuagar la boca y garganta. No se tiene que tragar, sino escupir. Tomar tibio, nunca demasiado caliente ni demasiado frío.

#### **6. POMADAS**

Preparemos un extracto de la planta y le mezclamos manteca, hasta tener una masa.

Hemos de poner igual cantidad de extracto, igual cantidad de manteca. Muy usado en casos de reumatismo, fracturas, problemas de piel.



#### **7. CATAPLASMA**

Lavar la planta y picachear o machacar hasta hacer una pasta. No añadiremos agua. Pondremos directo sobre la zona afectada



## ACHIOTE

**Nombre**

**Científico:**

**BIXA ORELLANA**

¿PARA QUE SIRVE?



**Lo usamos para aliviar:**

- QUEMADURAS
- HÍGADO
- HERIDAS Y CAÍDA DE PELO
- ÚLCERAS
- DIARREA
- Y también como RELAJANTE, DIGESTIVO y contra las NÁUSEAS y VÓMITOS del embarazo. También podemos usarlo para hacer LAVADO VAGINAL y ¡cómo REPELENTE DE MOSQUITOS!



¿CÓMO SE USA?

en

**QUEMADURAS**



Hacer pomada de las semillas y poner en la quemadura.

- Lavar la quemadura con el agua de las hojas cocinadas, cuando está fría.
- Poner directamente la pulpa de las hojas sobre la quemadura reciente, así evitamos la formación de ampollas.

**Para ÚLCERAS**



Poner 1 cucharada de semillas en 2 pocillos de agua. Reposar una noche y cernir.

Para

## DIARREA



- Hacer té de sus hojas (3 hojas por 1 pocillo de agua).  
Tomar 3 veces al día. Dejar reposar durante la noche.
- Una cucharada de semillas con 2 pocillos de agua. Cernir y tomar 3 cucharadas 3 veces al día, hasta

## HÍGADO

Tomar té de los cogollos  
Medio pocillo 3 veces al día.



para

## HERIDAS Y CAÍDA DEL PELO

- Dejar de 9 a 12 hojas reposando en 3 pocillos de agua, durante la noche. Poner a la mañana siguiente sobre la herida a cicatrizar.
- Infusión de 3 cogollos en 1 pocillo de agua hirviendo. Lavar con esa infusión.



como

## RELAJANTE, Y PARA VÓMITOS, NÁUSEAS DEL EMBARAZO.

Hacer té de 3 hojas en un pocillo de agua.

Tomar 3 veces al día.

Para

## LAVADO VAGINAL

Poner al sereno 3 pocillos de agua con 10 hojas machacadas.

Con esa agua, lavarse al siguiente día.



Como

## REPELENTE DE MOSQUITOS

Pintarse con las semillas.



## Albahaca

**Nombre Científico:**

**OCIMUM BASILICUM**

¿PARA QUE  
SIRVE?



**Lo usamos para aliviar los siguientes males:**

- DOLOR DE CABEZA Y FIEBRE
- REUMATISMO
- TOS SECA
- CONJUNTIVITIS
- DEMORA DEL PARTO
- ESTREÑIMIENTO
- CÓLICOS
- Y también lo usamos como RELAJANTE.



¿CÓMO SE  
USA?



### **DOLOR DE CABEZA Y FIEBRE**

Lavar y machacar 3 hojitas.  
Dar a tomar con medio pocillo  
de agua tibia, 3 veces al día.  
Niños la mitad.



### **REUMATISMO**

Preparar té de las hojas.  
Tomar medio pocillo 3 veces  
al día. Ayuda a calmar el  
dolor.

<p><b>TOS SECA</b> Tomar el té o cocimiento de las hojas durante todo el día. Para niños dar la mitad.</p> 	<p><b>CONJUNTIVITIS</b> Machacar unas hojitas, sacar su jugo y echa 2 gotas en cada ojo.</p> 
<p><b>DEMORA DEL PARTO</b> Cuando demora la dilatación para el parto, preparar un té de las hojas de Albahaca con hojas de Toronja, de Algodón y de Malva. Tomar 1 pocillo al día. También se pueden hacer ligadas de esta agua preparada</p> 	<p><b>ESTREÑIMIENTO</b> Cocinamos las hojas con un ají picante. Tomar medio pocillo en ayunas.</p> 
<p><b>CÓLICOS</b> Preparar el té de las hojas. Tomar medio pocillo después de comer.</p> 	<p><b>RELAJANTE</b> Preparar un Té con toda la planta y damos a tomar medio pocillo 3 veces al día, Para niños, la mitad.</p> 



Nombre científico:

**GOSSYPIUM BARBADENSE**

¿PARA QUÉ SIRVE?



La usamos para aliviar:

- CÓLICOS
- DOLOR DE CABEZA
- FIEBRE
- GASES
- PIEL HEMORROIDES
- DOLOR DE MUELAS
- ESTIMULANTE DE PARTO
- DESINTERIA, DIARREA
- DIURÉTICO



¿CÓMO SE USA?

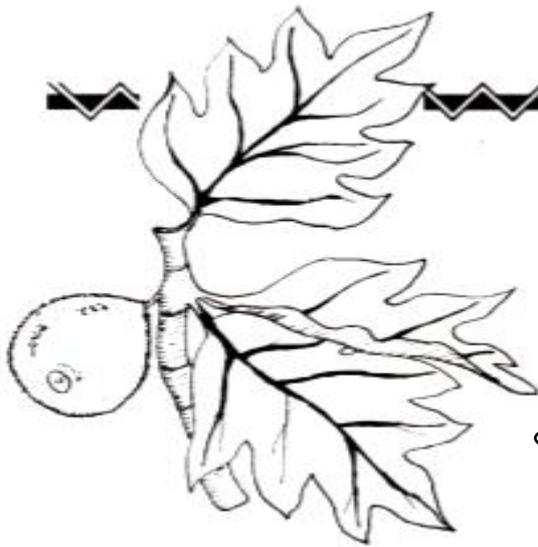
Para  
**CÓLICOS**  
Cocinar el cogollo de las  
Hojas y tomas el té.



**DOLOR DE  
CABEZA**

Se machacan las semillas  
y se forma una pasta que  
pondremos sobre la zona  
dolorosa.

<p><b>FIEBRE</b> Se prepara una infusión con sus hojas y se convida caliente al enfermo.</p> 	<p><b>GASES</b> A un pocillo de agua hirviendo añadimos 3 hojas de algodón. Daremos al enfermo medio pocillo 3 veces al día.</p> 
<p><b>PIEL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se quema algodón y se pone la ceniza sobre las escaldaduras del bebé o sobre las heridas en la cabeza.</li> <li>• Machacamos bien las hojas y las semillas y hacemos una pomada con manteca.</li> </ul> 	<p><b>DOLOR DE MUELAS</b> Pondremos en la muela sus semillas machacadas. No daremos nunca a mujeres embarazada</p> 
<p><b>ESTIMULANTE DEL PARTO (DILATACIÓN)</b> Preparamos un té con las hojas <b>Nunca Semillas.</b> Medio pocillo por 3 veces al día.</p> 	<p><b>HEMORROIDES</b> Preparamos un emplasto con sus hojas y lo aplicamos encima.</p> 
<p><b>DIURÉTICO</b> Cocinamos la raíz y se toma el agua, varias veces al día.</p> 	<p><b>DISENTERÍA-DIARREA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacemos una infusión con sus hojas y convidamos al enfermo.</li> <li>• Tomar un té frío de su corteza con jugo de limón</li> </ul> 



## Árbol de Pan o pandisho

Nombre científico:

**ARTOCARPUS ALTILIS**

¿PARA QUÉ SIRVE?

La usamos para aliviar:

- QUEBRADURAS Y HERNIAS
- DOLOR DE MUELAS
- HERIDAS



¿CÓMO SE USA?



### QUEBRADURAS Y HERNIAS

- Poner una cataplasma de la resina en la zona afectada.
- En el pupo de los yuyos poner también cataplasma de la resina.



### DOLOR DE MUELAS

Hacer enjuagues de boca con el cocimiento de las raíces.



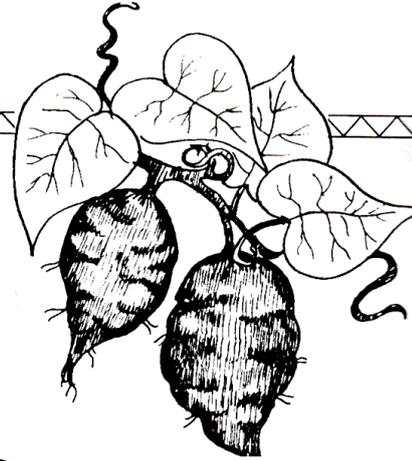
### HERIDAS

Para cicatrizar heridas poner la resina del tallo encima de la herida.

# Camote

Nombre científico:

**IPOMOCA  
BATATAS**



¿PARA QUÉ SIRVE?

La usamos para aliviar:

- QUEMADURAS
- COMEZON EN LA PIEL



¿CÓMO SE USA?



para **QUEMADURAS**

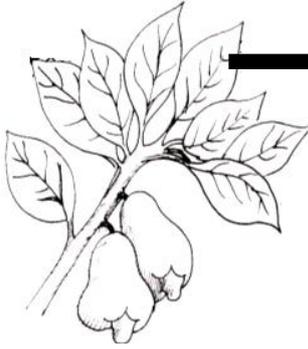
•Rallamos el camote y le apegamos sobre la quemadura. Cambiar a cada rato.



para **COMEZON EN LA PIEL**

•Cocinamos sus hojas, las machacamos y las mezclamos con algún ungüento o manteca.

El preparado lo usamos sobre lesiones que nos den comezón.



**Casho o  
marañón**

Nombre científico:  
**ANACARDIUM  
OCCIDENTALE**

**¿PARA QUÉ SIRVE?**



Lo usamos para aliviar los siguientes males:

- + HONGOS
- + DOLOR DE CABEZA
- + DIARREA por frío

**¿CÓMO SE USA?**



### **HONGOS**



Sacar la semilla, machacar bien hasta convertirlo en una masa. Poner directamente sobre la parte afectada, varias veces al día hasta que sane por completo.

### **DOLOR DE CABEZA**

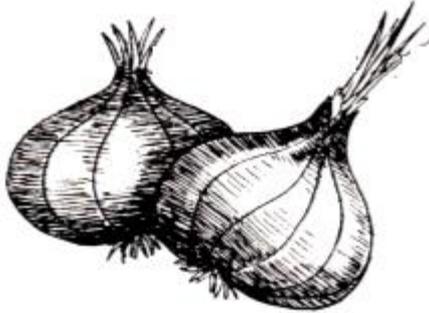


Cocinar la corteza hasta quedar agua negra. Tomar medio pocillo por 3 veces al día.

### **DIARREA POR FRÍO**

- Tomar te caliente de hojas de casho.
- Tomar el jugo del fruto.

# Cebolla



Nombre científico:

**ALLIUM CEPA**

¿PARA QUÉ SIRVE?

La usamos para:

- RESFRIADOS Y TOS
- CHUPOS Y QUISTES
- BOTAR PARÁSITOS
- Y también como DURÉTICO



¿CÓMO SE USA?



## RESFRIADOS Y TOS



- Prepararemos un cocimiento de 2 cebollas medianas con 2 pocillos de agua. Cocinar hasta consumir la mitad del agua. Tomar 1 cucharada grande 3 veces al día. A niños dar 1 cucharadita.
- Rallar 1 cebolla, añadir el jugo de 1 limón, 5 cucharadas de colmena, 1 ajo. Todo molido y cernido. Tomar 1 cucharada 3 veces al día.

## CHUPOS Y QUISTES



- Rallar la cebolla y poner como emplaste encima del quiste. Amarrar con un trapo limpio y dejar unas horas o toda la noche. Repetir varios días seguidos.

## Como DIURÉTICO

Cocinamos 3 cebollas troceadas

En 4 pocillos de agua.

Tomar como agua del tiempo.



## Como botar PARÁSITOS

Realizar 1 cebolla mediana y tomar en ayunas con medio pocillo de agua tibia.



# Coca

Nombre científico:

**ERYTHROXYLUM COCA**

¿PARA QUÉ SIRVE?



La usamos:

- Para aliviar el DOLOR DE MUELAS
- Como ANALGÉSICO
- Para QUEMADURAS
- Para aliviar en REUMA
- Para el dolor de GARGANTA
- Como DESINFLAMANTE
- Para curar los CÓLICOS

¿CÓMO SE USA?



Para el **DOLOR DE MUELAS**

Lavar la ropa y ponerla directamente en la muela dolorida.



Como **ANALGÉSICOS**

Preparar el té de las hojas y tomar el pocillo 3 veces al día.



**QUEMADURAS**

Cuando duele, machacaremos las hojas y pondremos encima de la quemadura.



### REUMA

Lavar y masticar una hoja pequeña, una vez cada día por unas semanas.



### DOLOR DE GARGANTA

Preparar té de hoja de coca, añadir unas gotas de limón y 1 pizca de sal (si hay infección-postema).  
Hacer gárgaras 3 ó 4 veces o día.



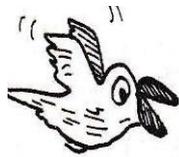
### DESINFLAMANTE

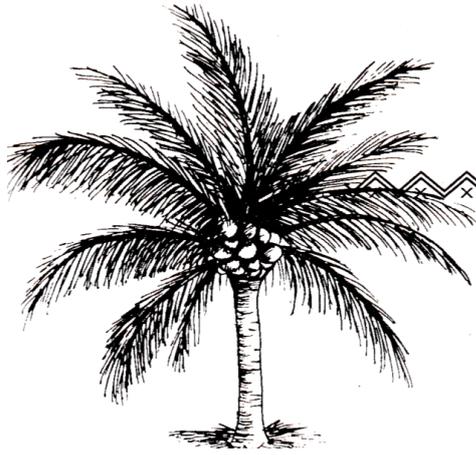
Preparar pomada con el jugo de las hojas machacadas y manteca de zorro o vaselina.



### CÓLICOS

Tomar té de hojas de coca. Medio pocillo por 3 veces al día.





## Cocotero

Nombre científico:

**COCOS NUCIFERA**

### ¿PARA QUÉ SIRVE?

Sirve para aliviar el DOLOR DE MUELAS; Sirve como PURGANTE y también para ayudar en la LACTANCIA.



### ¿CÓMO SE USA?



#### Como **PURGANTE**

después de purgar con otros vegetales, tomar el agua de coco con malva chapeada, en ayunas.



#### Para la **LACTANCIA**

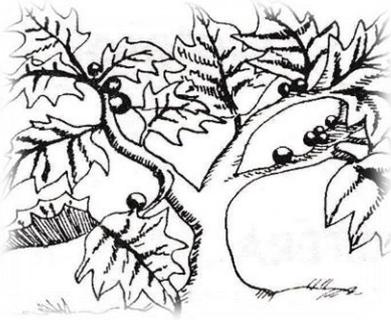
Comer el fruto maduro, ayuda a aumentar la leche.



#### Para el **DOLOR DE MUELAS**

Se cocina la corteza del cocotero. Hacer enjuagues de boca con el agua.





## COCONA

NOMBRE CIENTÍFICO

**SOLANUM  
SESSILIFLORUM**

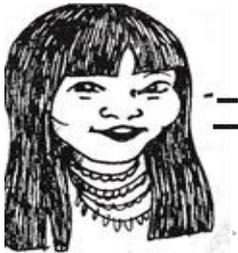
### ¿PARA QUÉ SIRVE?



La usamos para aliviar los siguientes males:

- CEGUERA POR DIABETES
- ESTREÑIMIENTO
- QUEMADURAS
- GRIPE

### ¿CÓMO SE USA?



**CEGUERA POR  
DIABETES**



Tomar el jugo (o refresco) de la fruta. Sin azúcar, cada 4 horas.

**ESTREÑIMIENTO**

El jugo de su fruto puro o con dulce.



**QUEMADURAS**

Chapeamos sus hojas y su jugo lo ponemos directamente en la quemadura. Con las hojas tapamos la herida.



**GRIPE**

Comer el fruto crudo.





## Copaiba

Nombre científico:

**COPAIFERA RETICULATA**

**¿PARA QUÉ SIRVE?**



Las usamos para curar:

- SARNA
- HERIDAS, CICATRICES Y HEMORROIDES
- HEMORRAGIAS

**¿CÓMO SE USA?**



### **SARNA (RASCA-RASCA)**

Sacamos el aceite del fruto y lo pasamos por las zonas donde tenemos comezón, 2 veces: en la mañana y en la noche.



### **HERIDAS, CICATRICES Y HEMORROIDES**

Poner la resina directo a la lesión. Varias veces al día.



### **HEMORRAGIAS**

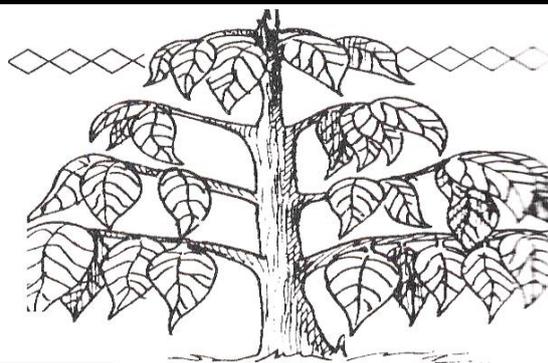
En caso de hemorragias en la mujer o flujos extraños, tomar 1 gota de resina en medio pocillo de caldo de inguiri. Tres veces al día durante 15 días.



## Cordoncillo

Nombre científico

**PIPER ADUNCUM**



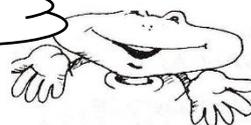
### ¿PARA QUÉ SIRVE?



Lo usamos para aliviar los siguientes males:

- HERIDAS
- HEMORRAGIAS
- GRANOS
- DESINTERÍA
- ULCERAS
- Para prevenir las CARIIES.
- LAVADOS VAGINALES

### ¿CÓMO SE USA?



#### HERIDAS

Preparamos té con las hojas y lavamos la herida.



#### HEMORRAGIAS

Preparar un té con las hojas y tomar (combinar con pijuayo)



#### GRANOS

Preparar té con las hojas. Lavar los granos con agua y jabón. Y después, lavar con ese té de hojas de cordoncillo.



#### DESINTERÍAA

Tomar té de cordoncillo, malva y cogollo de guayaba, 1 pocillo 3 veces al día.



## ULCERAS

Machacamos las hojas secas y el polvito que sale lo colocamos sobre las úlceras.



## Para prevenir **LAS CARIES**

Tomar diariamente 1 pocillo de té de las hojas.



## Para **LAVADO VAGINAL**

Cocinamos un ratito (10 o 20 minutos) sus hojas y con el cocimiento hacemos lavados vaginales.



## Chancapiedra

Nombre científico:

### PHYLLANTHUS URINARIA



#### ¿PARA QUE SIRVE?

La usamos para aliviar los síntomas de:

- CÓLICO RENAL, CÁLCULOS BILIARES Y como DIURÉTICO.
- GONORREA
- MALARIA o PALUDISMO

#### ¿CÓMO SE USA?

##### CÓLICO RENAL, CÁLCULOS BILIARES Y DIURÉTICO.

- Cogemos la planta sin raíz y con ella preparamos un té. Convidar caliente o como agua del tiempo varias veces al día.



##### GONORREA

Tomar el jugo de la planta, fresco, con jugo de limón. Varias veces al día.

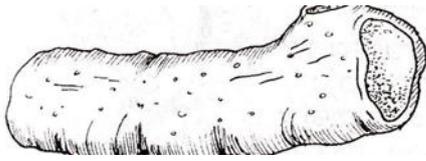


##### MALARIA Ó PALUDISMO

Tomar una cucharada del jugo de hojas de chanca piedra con el jugo de verbena y sal quemada 3 veces al día.



## CHUCHUHUSA



Nombre científico

**MAYTENUS MACROCARPA**

¿PARA QUE SIRVE?



Sirve para aliviar:

- REUMATISMO
- HEMORROIDES
- AFECCIONES DE LAS MAMAS
- BRONQUITIS
- LESIONES DE LA PIEL

¿CÓMO SE USA?



### REUMATISMO

- Hacer pomada/ ungüento con manteca o vaselina. Poner en la zona con dolor 2 veces al día.
- Raspar la corteza y cocinar un buen rato (1/2 hora). Tomar ½ pocillo 3 veces al día.



### HEMORROIDES

Cocinamos su corteza de chuchuhuasa y hacemos baños de asiento.



### AFECCIONES DE LAS MAMAS

Cocinamos su corteza de chuchuhuasa (1/4 olla llena de corteza,  $\frac{3}{4}$



## BRONQUITIS

- Raspar corteza y hervir en 8 pocillos de agua durante 1 hora.

Cernir y poner en una botella. Añadir 2 pocillos de aguardiente. Guardar durante 10 días.

- **Tomar 1 cucharada, todas las mañanas durante 15 días.**



## LESIONES DE LA PIEL

Poner el raspado de la corteza directo a la piel y tapar con una venda, o trapo limpio.





## Guayaba

Nombre Científico:

**PSDIUM GUJAVA**

¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para aliviar:

- ESTREÑIMIENTO
- TOS
- DOLOR DE MUELAS
- DOLOR DE CABEZA
- DIARREA
- DISENTERÍA
- Y también cómo PURGANTE.

¿CÓMO SE USA?



### ESTREÑIMIENTO

Comer el fruto maduro (tiene efecto laxante).



### DOLORES DE MUELAS

Damos al enfermo las hojas, para las masticas frescas.



### TOS

Cocinamos sus hojas y lo convidamos al enfermo. Es una bebida rica en aceites, vitamina B1 B2, B6, C.



## DIARREA



•Lavar un pedazo de corteza grande, trocear y cocinar en 6 pocillos de agua por 1 /2 hora, hasta que quede rojizo. Tomar

1 /2 pocillo 3 veces al día, Niños la mitad, durante 3 días. Se puede añadir pamporégano.

Tomar té de las hojas junto con el fruto verde por 3 veces o 4 veces al día.



## DOLOR DE CABEZA:

Se cocina la corteza hasta que el agua sea negra. Tomar 3 veces al día.



## DESÍENTERÍA

- Chapear las hojas y tomar, con agua 3 veces al día hasta sanar.
- Hacer té de cogollo de guayaba con cordoncillo y malva. Tomar medio pocillo. 3 veces al día.



## PURGANTE

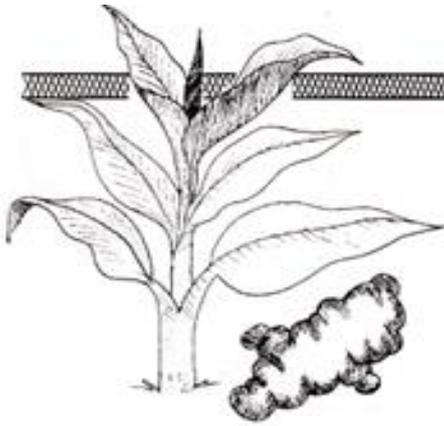
Dejamos serenando 7 hojas crudas en 1/2 litro de agua durante una noche. También podemos preparar un té, poniendo 1 cuchara de hojas frescas por cada pocillo de agua.

•Convidaremos 1 /2 pocillo 3 veces al día de cualquiera de las preparaciones.



¡Tiene mucha Vitamina C!  
(Combate las infecciones)





# Guisador

Nombre científico:

**CURCUMA LONGA**

¿PARA QUE SIRVE?

Lo usamos para curar la HEPATITIS



¿CÓMO SE USA?



Podemos usarla de dos maneras

- Tomar en té, ½ pocillo, 3 veces al día, durante meses.



- Rallamos la papa del guisador y la hacemos tomar al enfermo.



# HUITO

Nombre científico

**GENIPA AMERICANA**



**¿PARA QUE SIRVE?**

Lo usamos para aliviar:

• **TOS**

• **BRONQUITIS**

**¿CÓMO SE USA?**



**TOS**

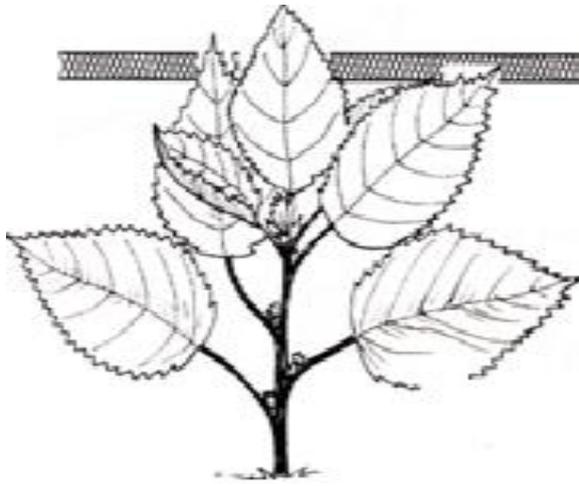
• Preparar un té con las hojas y tomar medio pocillo por 3 veces al día. Niños la mitad.

• Preparar un jarabe con el jugo de las hojas y del fruto maduro con colmena. Tomar 1 cucharada grande después de las comidas. Para niños 1 cucharadita



**BRONQUITIS**

Cortar en pedazos 3 huitos maduros. Cocinar en 6 pocillos de agua hasta que se desmenuce y parezca un líquido espeso. Cernir y guardar en botella. Tomar 1 cuchara grande durante 15 días.



## ISHANGA

Nombre científico:

**LAPORTEA AESTUANS**

¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para curar el **DOLOR DE CABEZA** y para mejorar la **CIRCULACION**.



¿CÓMO SE USA?

### **DOLOR DE CABEZA**



Se soba la planta en la frente.

Para mejorar la **CIRCULACION**

Se soba la planta en la frente.



Se soba la planta para que circule mejor la sangre.

### **ISHANGA COLORADA**

Tambien podemos usar la ishanga colorada para aliviar el **SARAMPION**. Se toma el té de la planta como agua de tiempo, hasta que se sane el sarampión.



# KION O JENGIBRE

Nombre Científico

**ZINGIBER  
OFFICINALIS**



## ¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para curar los siguientes males:

- DIARREA POR CALOR
- HERIDA CON POSTEMA
- HEMORRAGIAS
- BRONQUITIS
- DOLOR DE CABEZA
- REUMATISMO
- MORDEDURA DE VÍBORA
- TOS SECA

## ¿CÓMO SE USA?



### DIARREA POR CALOR

Cocinar 4 papas de kión en 3 pocillos de agua, durante 20 minutos. Tomar esa agua como té frío, en la mañana y en la noche.



### HERIDA CON POSTEMA

Poner directamente la papa de kión limpia y rayada en la herida.



### HEMORRAGIA

Machacar la papa de kión con canela. Cocinar hasta que el agua sea amarilla. Tomar medio pocillo en caldo de inguiri.



### PICADURA DE VÍBORA

Ponemos la papa de kion machacada con sal encima de la herida.



### TOS SECA

•Masticar la papa de kión. Calma la tos y escozor de garganta.

•Rallar la papa de kión con una cebolla. Poner en medio pocillo de agua con 1 cucharada de colmena. Tomar 3 veces al día.

•Tomar jarabe como para bronquitis.



### BRONQUITIS

•Machacar las papas de kión y cocinar en 4 pocillos de agua hasta que quede líquido espeso. Poner en una botella y añadir media botella de colmena con el jugo de 1 limón.

•Tomar 2 veces al día, 2 cucharadas grandes, en la mañana y 2 en la noche, todos los días.



### REUMATISMO

Cogemos unos 3 Kgs. de papa de kión, los pelamos y machacamos. Los cocinamos en una olla grande y añadimos 1 botella de colmena, hasta que espese. Lo dejamos reposar 8 días. Se convida el jarabe al enfermo una copita 3 veces al día.



### DOLOR DE CABEZA

Sacar el jugo de la raíz y aspirar por la nariz.

## Lancetilla

Nombre científico:

**PEPERONIA RUBEA**



**¿PARA QUE SIRVE?**



LA USAMOS PARA ALIVIAR LA TOS FERINA Y BAJAR LA FIEBRE.

**¿CÓMO SE USA?**



**FIEBRE**

Tomar el té de sus hojas medio pocillo 3 veces al día. Mejor si combinamos otras plantas: malva, hoja piñón.



**TOS FERINA**

Machacar sus hojas, mezclar el jugo con jugo de medio limón. Tomar 2 ó 3 veces al día.

## Leche Caspi

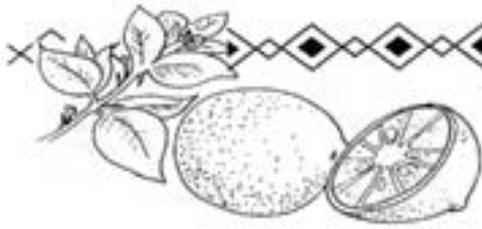


Nombre científico:

**COUMA MACROCARPA**

La usamos para aliviar la DIARREA:

Tomar una cucharada de resina, tres veces al día.



# Limón

Nombre científico:

**CITRUS LIMON**

## ¿PARA QUE SIRVE?

- El limón tiene muchísimos usos. Aplicar en los siguientes casos.



- GRIPE
- CAIDA DEL PELO
- MORDEDURA DE VÍBORA
- PURGANTE
- SUDORÍFICO
- VÓMITOS Y NAÚSEAS

- BRONQUITIS
- FILARIAS
- RELAJANTE
- DIARREA
- DESINTERIA
- HEMORRAGIA NASAL
- DOLOR DE MUELAS

## ¿CÓMO SE USA?



### GRIPE

Tomar 3 veces al día, medio pocillo de agua caliente, con el jugo de medio limón caliente, con el jugo de medio limón y 1 cucharada de colmena.



### CAÍDA DEL PELO

Mezclar el jugo de 1 limón con medio pocillo de vinagre y 2 pocillos de agua. Enjuagar el cuero cabelludo, dejar un rato y lavar.



### MORDEDURA DE VÍBORA

Poner puro jugo de limón a la herida con un poco de creolina.



### PURGANTE

Mezclar el jugo de limón con ají. Dejarle reposar media hora. Tomar 3 veces al día.





## SUDORÍFICO

Cocinar 1 limón verde entero con 2 pocillos de agua, hasta que el agua se consuma a la mitad. Tomar caliente.



## NÁUSEAS Y VÓMITOS

Tomar 2 cucharadas de jugo en ayunas.



## BRONQUITIS

- Sacar el jugo de 4, limones machacar un diente de ajos y mezclarlo.
- Tomar medio pocillo 3 veces al día. Para niños 1 cucharadita 3 veces al día.

## FILARIAS

Poner la raíz de la planta de limón en agua fría durante 5 días. Tomar una vez al día 2 cucharadas grandes, de esa agua.



## RELAJANTE

Preparar un té con las flores de limón hierba luisa. Dar a tomar 1/2 pocillo 3 veces al día.



## DIARREA

- En un litro de agua cocinada ya fría ponemos el jugo de 2 limones, 1/2 cucharadita de sal, 1/2 de bicarbonato y 4 cucharaditas de azúcar (si no se tiene bicarbonato se pone 1 entera de sal). Así haremos un suero casero.

- El agua cocinada de arroz y agua de coco también sirven.

## DESINTERÍA

Hacer té de corteza de piñón, corteza de guayaba y poner el jugo de 1 limón. Tomar 1/2 pocillo por 3 veces al día,

- Para niños convidar 2 cucharadas por 3 veces al día. También pueden bañarse con esa agua.



## HEMORRAGIA NASAL

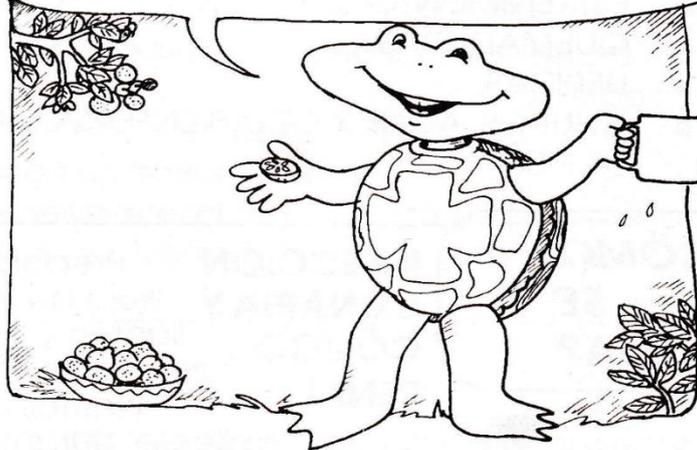
Poner agua al sereno con el jugo de un limón verde y hojas de malva. Dejar toda la noche. En la mañana lavar nuca y espalda (parte alta). Hacer cada día hasta que pare la hemorragia. Puede salir humo por calentura.



## DOLOR DE MUELA

La semilla de limón, machacando, poner en la en la muela. También con clavo de olor.

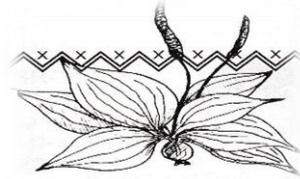
**EL JUGO DE LIMÓN ES BUENO PARA  
MEZCLAR EN TODOS LOS PREPARADOS PARA  
GRIPES, PROBLEMAS RESPIRATORIOS,  
DIARREAS Y PARASITOSIS.**



# Llantén

Nombre científico:

**PLANTAGO MAJOR**



¿PARA QUE SIRVE?



El llantén nos sirve para aliviar muchas dolencias, como:

- INFECCIÓN URINARIA Y CÓLICO RENAL
- VÓMITOS
- FIEBRE
- PROBLEMAS RESPIRATORIOS
- INFLAMACIONES DE BOCA Y GARGANTA
- CONJUNTIVITIS
- HEPATITIS
- ESTREÑIMIENTO
- QUEMADURAS
- HERIDAS
- CHUPOS, ÁCNE Y OTRAS ENFERMEDADES DE LA PIEL

¿CÓMO SE USA?



## INFECCION URINARIA Y CÓLICO RENAL

- Preparar un té con hoja de yerba santa, llantén y paico. Hacer un lavado vaginal de 10 minutos con el agua caliente, durante 3 noches.
- Tomar té de sus hojas, medio pocillo 3 veces al día. Para los niños la mitad. Se puede mezclar con yerba santa y pelo de maíz



## VÓMITO

- Colocar 3 hojas en 1 pocillo de agua y reposar 5 minutos. Mezclar con clara de huevo batido.
- Cuando el paciente vomite sangre le daremos a tomar el té de sus hojas con clara de huevo batido y romero.



## FIEBRE

Machacamos las hojas y se convida el jugo con unas gotas de limón.



## CONJUNTIVITIS

Preparamos un té de sus hojas y hacemos lavadas con esta agua fría, 3 veces al día.

## PROBLEMAS RESPIRATORIOS

- Preparamos jugo con sus hojas y con el jugo de medio limón y 2 cucharadas de colmena. Convidaremos al enfermo varias veces al día.
- Calentamos las hojas y colocamos en la zona dolorida con un trapo encima.
- Para la tos seca, mezclamos el jugo de las hojas con clara de huevo batido y 3 gotitas de limón. Convidamos al paciente 3 veces al día.



## PROBLEMAS DE BOCA Y GARGANTA

Masticar las hojas frescas, varias veces al día.



## HEPATITIS

Preparamos un té con una cucharada de planta fresca (sin raíces) machacada y un pocillo de agua. Dosis: medio pocillo 3 veces al día. Niños, la mitad.



## HERIDAS

- Cocinamos con agua la planta sin raíces. Con esa agua lavamos la herida infectada
- Para cicatrizar las heridas cocinaremos las hojas y las machacaremos. Las pondremos encima de la herida limpia en forma de cataplasma.



## ESTREÑIMIENTO

Cocinamos 2 cucharadas grandes de semilla y se convida el agua.



## QUEMADURA

- Pondremos una cataplasma de las hojas cocinadas.
- Para llagas que no curan pondremos las hojas limpias y calentadas.



## CHUPOS, ANGOCHUPOS ACNÉ Y OTRAS ENFERMDADES DE LA PIEL.

- Lavaremos la zona infectada con agua de las hojas cocinadas.
- También podemos hacer cataplasmas de las hojas cocinadas.

# MAÍZ



Nombre científico:

**ZEA MAYS**

¿PARA QUE SIRVE?

- Lo usamos en caso de INFECCIONES y HEPATITIS.



¿CÓMO SE USA?



## INFECCIONES

Cocimiento del pelo o la espiga tierna del ciclo. Tomar como agua del tiempo.



## HEPATTIS

Cocinamos el pelo del choclo y tomamos 1 pocillo de esa agua con una cucharada de colmena 3 veces al día.



## Malva

Nombre científico:

**MALACHRA RUDERALIS**

¿PARA QUE SIRVE?

La usamos para aliviar:

- DOLOR DE CABEZA
- FIEBRE
- INFLAMACIONES
- DIARREA POR CALOR
- DISENTERIA
- ESTREÑIMIENTO
- RIÑONES Y como DIURÉTICO



¿CÓMO SE USA?



### DOLOR DE CABEZA

•Se chapean las hojas y sale un jugo mucoso. Esta flema se pone en agua en un vaso y unas gotas de limón.

•Tomar 4 veces al día hasta que mejore.



### FIEBRE

Chapear malva con yerba santa, añadir medio pocillo de agua con 10 gotas de limón. También en té o para frescor enfermo.



## IMFLAMACIONES DE LA PIEL

Cataplasmas del cocimiento de las hojas y flores. Dejar puesto unas horas.

### DIARREA POR CALOR

Tomar chapeado o té frío de las hojas.

### RIÑONES Y DIURÉTICO



- Preparar un té con hojas y flores. Tomar como agua del tiempo.

- Chapear las hojas con medio pocillo de agua y unas gotas de limón. Tomar 3 veces al día.



### DESINTERÍA

Tomar el té de hojas de malva las hojas. y cordoncillo con cogollos de guayaba, Medio pocillo, 3 veces al día.

### ESTREÑIMIENTO



Machacamos hojas y flores. Dejar serenar en agua.

Se convida el agua al paciente en ayunas.

- Pueden cocinarse hojas y flores con agua y tomar un pocillo en ayunas, de esa agua.

Nombre científico:  
**PASSIFLORA EDULIS**



¿PARA QUE SIRVE?

- Sirve mucho en estos dos casos



### **DESNUTRICIÓN**

Tomar el fruto maduro del árbol, es rico en vitaminas.



### **CHUPOS**

Bañar la zona con el jugo de las hojas de maracuyá.

**¡EL FRUTO ES RICO EN VITAMINAS!**



## ÑUCÑUPICHANA



Nombre Científico:

**SPOPARIA SULCIS**



¿PARA QUE SIRVE?

La usamos para curar:

- RESFRIADO, GRIPE Y TOS FERINA
- FIEBRE
- HERIDAS Y HEMORRAGIAS
- Y también como VÓMITO

¿CÓMO SE USA?



### **RESFRIADO, GRIPE Y TOS FERINA**

- Machacar y sacar el jugo verde. Mezclarlo con aceite de almendras o manteca de zorro. Mitad manteca. Tomar 1 cucharada 3 veces al día.
- Cogemos 3 o 4 plantas con una verbena y las machacamos. Al jugo le añadimos el jugo de limón grande y 1 cucharada de aceite vegetal crudo. Tomar 1 vez al día por 4 días. Ayuda a botar la flema. Puede provocar vómitos y mareos.



•Machacamos hojas de llantén y de ñucñucpichana. Ponemos en un trapo limpio y le sacamos el jugo. Añadimos 3 gotitas de aceite de almendras, 3 gotas de limón y la yema de un huevo. Tomar 1 cucharada 3 veces al día durante varios días. Niños la mitad.



### **FIEBRE**

•Machacamos 3 ó 4 plantas enteras, con una de verbena y limón grande y 1 cucharada de aceite. Puede hacerse también con la raíz solo. El enfermo tomará todo el preparado. Vomitará a los 5 o 10 minutos.

Repetirá la toma a los 3 ó 4 días.

•Puede provocar diarrea y vómitos.



### **HERIDAS Y HEMORRAGIAS**

- Hacer un cocimiento con las hojas y con el agua hacer lavados.



# Ojé

Nombre científico:

**FICUS ANTIHELMÍNTICA**



¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos como:

- PURGANTE y cuando hay
- MORDEDURA DE VÍBORA

¿CÓMO SE USA?



Como **PURGANTE**

- Mezclar 1/2 pocillo de resina con 1 pocillo de zumo de naranja por 4 días seguidos. Para niños de 1 a 6 años, 1/2 cucharada en ayunas, para niños de 6 a 2 años 1 cucharada en ayunas, 4 días seguidos.
- Repetir cada 4 meses.



para **MORDEDURA DE VÍBORA**

Al poco rato del accidente tomar 1 cucharada grande. Niños la mitad.





## Paico

Nombre científico:

**CHENOPODIUM AMBROSIoidES**

(*Chenopodium ambrosioides*)



¿PARA QUE SIRVE?

**Lo utilizamos en los siguientes casos:**

- Como PURGANTE (cuando hay OXIUIROS y Áscaris)
- HONGOS
- HERIDAS
- DIARREA
- PROBLEMAS DE LA PIEL
- INFECCIONES URINARIAS
- HEMORROIDES
- GASES Y CÓLICOS



OJO: NO DAR A MUJERES EMBARAZADAS NI A LACTANTES.

### ¿CÓMO SE USA?

Como **PURGANTE** (PARA AXIUIROS Y ASCARIS)

- Coger las hojas frescas, lavar, machacar y sacar su jugo. Tomar 1 cucharada grande en ayunas, los adultos 4 días seguidos. Niños la mitad. Tomar con agua tibia. No usar dosis mayores, ni más de 4 días.
- Hacer té de las hojas. Tomar tibio, medio pocillo 3 veces al día. Niños, la mitad. En bebé una cucharada grande.

Contra **HONGOS**

- Cocinar hojas de paico con hojas de papaya y sal colorada. Lavar con esa agua la herida del hongo por 2 veces al día.
- Machacar la hoja de paico, poner directo sobre la herida del hongo y envolver con hoja de Santamaría.

## HONGOS



- Ponemos hojas machacadas con todo y su juguito sobre las heridas para desinfectar.
- Cocinamos las hojas y flores para lavar la herida con esa agua.
- Hacer cocimientos con hojas de paico y hojas de papaya y un poco de sal colorada. Con su agua lavar la herida.

## DIARREA

Tomar el té de las hojas y flores.  
Medio pocillo 3 veces al día.



## PIEL

Lavamos la parte enferma con agua del cocimiento de las hojas.



## INFECCIONES URINARIAS

- Hacer lavados vaginales con el té de la hoja de yerba santa, de llantén y de paico. Hacer el baño con agua tibia, durante 10 minutos (3 noches).
- Cocimiento de paico con pamporégano.  
Medio pocillo, 3 veces al día, hasta que el enfermo sane.



## HEMORRAGIAS

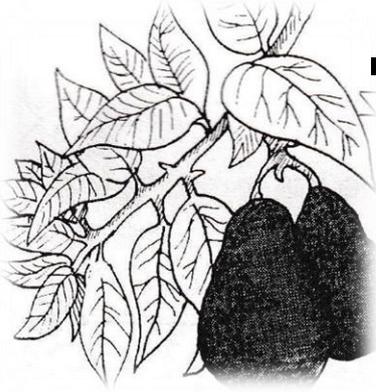
Con el té de paico hacer baños de asiento.



## GASES Y CÓLICOS

Preparar té de sus hojas.  
Tomar medio pocillo caliente, 4 veces al día.





## PALTA

Nombre científico:

**PERSEA AMERICANA**

¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para alivia:

- DOLOR DE ESTÓMAGO
- CÓLICO RENAL
- GOTA
- DOLOR DE MUELAS
  
- DIARREA AMEBIANA (CON FLEMA Y PUJOS)
- DISENTERÍA
- MORDEDURA DE VÍBORA
- Y también para mejorar el CABELLO.



¿CÓMO SE USA?

para

### **DOLOR DE ESTÓMAGO**

Cocinar la corteza y hojas. Tomar medio pocillo del té después de comer.



### **CÓLICO RENAL Y DIURÉTICO**

Cocinar 2 cucharadas de corteza y 3 hojas en 3 posillos de agua. Tomar 1 pocillo 3 veces al día hasta mejorar.



### **GOTA**

Para calmar los dolores, tomar el té de las hojas 3 veces al día



### **DOLOR DE MUELAS**

Té de la corteza del árbol. Tomar 1/2 pocillo del agua 3 veces al día.



## DIARREA AMEBIANA

Cocinamos su semilla y damos a tomar medio pocillo del agua 3 veces al día.



## DISENTERÍA

Semilla cocinada con pan quemado y azúcar quemado. Tomar medio pocillo de agua, 3 veces al día.

## MORDEDURA DE VÍBORA

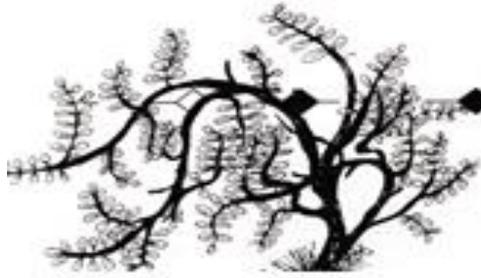
- Hacer un cocimiento con la semilla y con el agua lavar la herida.
- Mezclar con otros remedios.



## Para dar brillo al CABELLO

- El aceite de su semilla se usa contra la caída del cabello y da brillo.
- Chapeamos el fruto maduro (sin piel ni semilla) y lo ponemos en el pelo durante un rato. Después lavamos con jabón suave y bastante agua.





## Pamporégano

Nombre científico:

**LIPPIA ALBA**

¿PARA QUE SIRVE?



La usamos para aliviar:

- CÓLICO RENAL, DIARREA Y DISMENORREA (Dolor de la regla)
- FIEBRE
- DOLOR DE MUELAS
- HERIDAS
- Como ESTIMULANTE DEL PARTO
- Como TRANQUILIZANTE
- CÓLICOS DE GASES
- Cómo REPELENTE DE MOSQUITOS

¿CÓMO SE USA?



### **CÓLICO RENAL, DIARREA Y DISMENOEA**

- Preparar té con las hojas y convidar al paciente medio pocillo, tres veces al día.
- Preparar tintura con una cucharada de hojas por  $\frac{1}{2}$  pocillo de aguardiente (trago). Dejar reposar 10 días y empezar a tomar 1 cucharadita 3 veces al día.

### **FIEBRE**

Preparar té con las hojas y dar a tomar medio pocillo a cada rato.

### **DOLOR DE MUELAS**

Tomar el té de sus hojas. Medio pocillo, 3 veces al día.

## HERIDAS



Poner encima de la herida hojas machacadas y calientes.

## TRANQUILIZANTE Y SOMNÍFERO



Hacer un cocimiento con hojas y tallos ("tronquito"). Se convida al paciente medio pocillo del té, a media tarde y por la noche.

## ESTIMULANTE DE PARTO

Hacer té con las hojas. Convidamos a la parturienta medio pocillo.



## CÓLICOS Y GASES



Hacer té con las hojas de pamporégano yerba luisa y hoja de algodón. Convidar medio pocillo de té 3 veces al día.



## Balsamina o papailla

Nombre científico:

### MOMORDICA CHARANTINA



#### ¿PARA QUE SIRVE?

Para aliviar:

- CÓLICOS Y DIARREA
- DIABETES
- TOS
- HERIDAS Y PROBLEMAS DE LA PIEL
- Y COMO PURGANTE PARA LAS PARASITOSIS



#### ¿CÓMO SE USA?



### CÓLICOS Y DIARREA

- Machacar el fruto, sacar su jugo y cernir. Tomar 1 cucharada del jugo por las mañanas con agua. Niños la mitad.
- Cocinar la pulpa del fruto y convalidar al enfermo medio pocillo 3 veces al día.

### DIABETES

- Cocinamos 6 cucharadas de hojas en 3 pocillos de agua. Dejar reposar y cernir. Tomar como agua de tiempo durante 30 días.
- Preparar un té de las hojas y tomar medio pocillo 3 veces al día.

### HERIDAS Y PROBLEMAS DE LA PIEL

Sacamos la pulpa de las semillas y la mezclamos con manteca. Así tendremos una pomada para infecciones:



### TOS

- Tomar el té de sus hojas con colmena varias veces al día.
- Chupar las semillas maduras. La carapa del fruto es veneno. No vale comer.



### PARASITOSIS (Purgante)

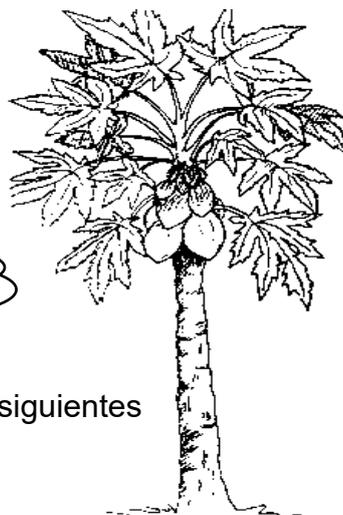
- Sacamos el jugo de tallos y hojas, mezclamos con agua y ponemos enema, sobre todo a niños.
- No usar si no es con ayuda de expertos, pues es muy fuerte.



# Papaya

Nombre científico:

**CARICA PAPAYA**



¿PARA QUE SIRVE?

Lo usamos para aliviar los siguientes males:

- Como PURGANTE (para TENIA, ASCARIS, OXIUROS)
- ESTREÑIMIENTO
- AFECCIONES MAMARIAS
- PALUDISMO
- DOLOR DE GARGANTA
- CALLOS, VERRUGAS Y PECAS
- HONGOS
- Como CICATRIZANTE DE HERIDAS
- Como DESINFECTANTE
- Como DEPURATIVO Y DESINFECTANTE
- Como DIURÉTICO y para los RIÑONES



¿CÓMO SE USA?

## **PURGANTE (TENIA, ASCORIS, OXIURUS)**

- Como prevención, comer 6 semillas del fruto maduro, cada día en ayunas.
- Para botar bichos tomar 20 semillas del fruto maduro machacadas. En ayunas con agua tibia por 4 días.
- Sacar 2 cucharas grandes de resina por 1/2 pocillo de agua tibia. Convidar 2 cucharadas en ayunas. Niños la mitad.



## **Estreñimiento**

Tomar abundante fruto maduro y masticar con algunas semillas.



## AFECCIONES MAMARIAS

- Frotar el fruto verde o lavar con el agua del fruto verde cocinado o tomar su té, ayuda a producir más leche.
- Para los pezones agrietados poner las hojas directamente.

## CALLOS, VERRUGAS Y PECAS



Poner la resina encima de la lesión.

## HONGOS

- Machacar las semillas hasta convertirlas en una masa o pasta y poner directamente en la parte afectada por 5 días.
- Cocinar hojas de papaya y de tabaco con sal. Poner 2 veces al día sobre la zona.



## DEPURATIVO Y TRANQUILIZANTE

Coger una papaya verde/pintona. Cortar a cuadros y serenar con agua por una noche. Añadir unas gotas de limón. Tomar como agua del tiempo. También puede añadirse rosa castilla al preparado.



## PALUDISMO

Hervir 2 hojas. Tomar su té 3 veces al día.



## DOLOR DE GARGANTA

Hervir las hojas y hacer gárgaras con esa agua varias veces al día.



## CICATRIZANTE DE HERIDAS

- Sacar la resina y poner encima de la herida limpia.
- Machacar las hojas y poner su juguito en la lesión.
- Machacar las semillas y poner su polvito en la herida.
- Si hay postema, machacaremos la papaya verde y pondremos encima.



## DESINFECTANTE

Machacar y chapear hojas de papaya con hojas de malva. mezclarlo con sal y poner en la zona infectada.



## DIURÉTICO Y RIÑONES

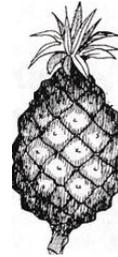
- Cocinar las hojas más jóvenes. Tomar como té, varias veces al día.
- El polvo de la raíz, seco, también sirve. Tomar con agua.

# Papaya

Nombre científico  
**ANANAS COMOSUS**



¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos como:

- DIURÉTICO
- CICATRIZANTE (Heridas y golpes)
- PURGANTE

¿CÓMO SE USA?

## DIURÉTICO

- Lavar bien, pelar y cocinar la cáscara. Tomar como agua del tiempo.
- Tomar un vaso en ayunas de jugo del fruto maduro.

## CICATRIZANTE (Heridas y golpes)

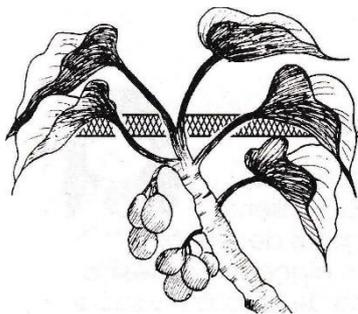
- Machacar las hojas frescas y poner ese jugo en la herida.
- Cortar el fruto en pedazos. cocer, botar el agua. Machacar el fruto y aplicar sobre heridas infectadas.



Y como purgante: Comer el fruto maduro siempre que se puede. Además, ¡tiene mucha vitamina C!

¡y es delicioso!

# Piñón Blanco



Nuestro científico:

**JATROPHA CURCAS.**

¿PARA QUE SIRVE?

Lo usamos para curar:

- DISENTERIA
- DIARREA por frío
- DOLOR DE GARGANTA
- CONJUNTIVITIS
- REUMATISMO
- DOLOR DE MUELAS
- HERIDAS

Y también como:

- PURGANTE
- LAXANTE
- RATICIDA
- REPELENTE DE CHINCHES

Y para hacer LAVADO VAGINAL



¿CÓMO SE USA?



## DISENTERIA

Machacar cogollo de piñón con cogollo de guayaba y unas gotas de limón en medio pocillo de agua. Tomar 3 veces el día.



### DIARREA POR FRÍO

- Preparar medio pocillo de caldo de inguri y añadir 10 gotitas de resina de piñón. Tomar varias veces al día hasta sanar.
- En medio pocillo de agua recoger la resina del tallo de la hoja. Con el mismo tallo moverlo hasta espesar con espuma. Tomar varias veces al día.
- En diarreas con olor muy fuerte, machacamos su cogollo y añadimos unas gotas de limón en medio pocillo de agua. Tomar cada 4 horas hasta sanar completamente.



### DOLOR DE MUELAS

Con la resina de la corteza le sobamos la encía, o ponemos encima de la muela que c



### GARGANTA

- Hacer gárgaras con agua caliente y unas gotas de resina.
- Mojar un algodón con resina, agarrarlo de un palito y sacar la postema de la garganta.



### CONJUNTIVITIS (Infección de ojos)

Poner una gota en cada ojo de la resina de la corteza.



### REUMATISMO

Cogemos sus hojas, las calentamos y las ponemos calientes sobre la zona dolorida.



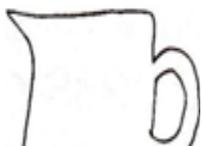
### HERIDAS

Hechar unas gotas de resina encima de la herida.



## LAVADO VAGINAL

- En caso de rasguños y desgarros vaginales ayuda, a cicatrizar.
- Poner la resina de la corteza en la mano limpia y frotar hasta que se haga espuma. Con esto lavaremos la zona vaginal afectada.



## Como LAXANTE:

Tomar 2 o 4 semillas sin cáscara y masticarlos en la noche. No tomar hartos, es un laxante fuerte.



## Como PURGANTE

- En adultos, masticar y tragar con agua, 3 semillas sin cáscara en ayunas.
- Tostar 10 semillas y machacar. Mezclar con 1 pocillo de agua y cernir. Tomar medio pocillo en la mañana con agua tibia. Para niños sólo 2 cucharadas.

## Como RATICIDA

Moler las semillas con aceite de palma.



## Para alejar CHINCHES

Frotar con hojas de piñón.



## Piñon negro

Nombre científico: **JATROPHA GASSYPIFOLIA**

LO USAMOS PARA  
ALIVIAR LA **PELAGRA**

- Tomar el té de la corteza. Medio pocillo 2 veces al día hasta desaparecer el mal.
- Tomar un baño frío del cocimiento de las cortezas de cedro, capirona y piñón negro. Una vez al día, hasta sanar.



## Piñon colorado



USAMOS SUS HOJAS PARA  
HACER PURGANTE

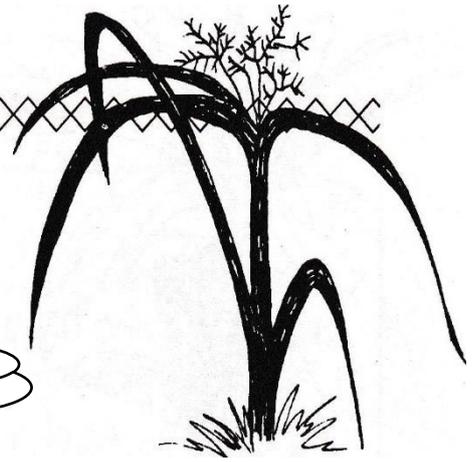
Machacar 2 puñados de hojas de piñón colorado. Cernir el jugo y tomar con medio pocillo de agua tibia. En ayunas, 2 días seguidos.



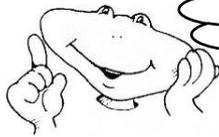
## Piri Piri

Nombre científico:

**CYPERUS DIFFUSA**



¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para curar:

- PROBLEMAS RESPIRATORIOS
- HEMORRAGIAS

¿CÓMO SE USA?



### PROBLEMAS RESPIRATORIOS

Preparamos un té de la planta (sin raíz). Tomar varias veces al día. En resfríos alivia las molestias. También para hemorragias pulmonares.



### HEMORRAGIAS

- Raspar su papa y amarrarla a la herida que sangre.
- Cocer su papa y tomar 3 cucharadas de su agua en caso de hemorragias fuertes 3 veces al día.
- Cocinamos 2 papas en 2 pocillos de agua. Ponemos el jugo de 1 limón y 5 gotas de resina de la hoja de piñón. Mezclamos todo y damos a tomar medio pocillo, 3 veces al día.





## Plátano

Nombre científico:

**MUSA PARADISIACA**

¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para aliviar los siguientes males:

- CONTRACCIONES DEL MÚSCULO
- SUDORACIÓN DEL PIE
- HEMORRAGIAS
- CALLOS, VERRUGAS Y PECAS
- DIARREA
- ULCERAS
- PROBLEMAS RESPIRATORIOS

¿CÓMO SE USA?



### CONTRACCIONES DEL MÚSCULO

Hacer una cataplasma con las hojas secas.

### SUDORACION DE PIE

Bañar los pies por un rato con el caldo de inguri.

### HEMORRAGIAS

Echar la resina de la corteza en la herida para parar la hemorragia.

### CALLOS, VERRUGAS Y PECAS.

La resina del tallo y del fruto verde, poner encima de la lesión.

## DIARREA

- Cortar el tronco del plátano a medio metro del suelo, cavar el tronco 2 palmas (40 cm). Botar la primera agua, recoger en su envase y cernir.
- Añadir ½ cucharadita de sal. Tomar como agua de tiempo.
- En caso de disentería-amebiasis, comer puro inguiri y arroz.



## ÚLCERAS

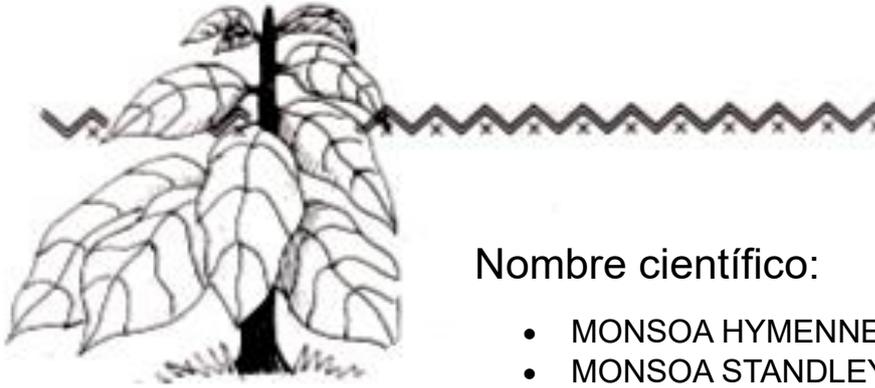
Coger la corteza podrida del pie del plátano, pasarlo por el fuego, dejar enfriar y poner sobre úlceras.



## PROBLEMAS RESPIRATORIOS

- Tomar en ayunas 1 pocillo de resina del tronco, todas las mañanas. Ayuda a tratamientos de tuberculosis (mejor si es guineo).
- Cocinar el plátano verde con cáscara, chapear y tomar con un poco de sal. Una vez al día.





## Sacha ajo

Nombre científico:

- MONSOA HYMENNEA
- MONSOA STANDLEYL

¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para aliviar:

- DOLORES REUMÁTICOS Y
- BRONQUITIS

¿CÓMO SE USA?



### DOLORES REUMATICOS

- Coger 1 hoja chiquita, machacar y tomar 1 cucharadita de jugo con agua. Por la mañana durante 1 o 2 meses según sigue el dolor.
- Machamos sus hojas y las calentamos en el fuego en hoja de patarasca. Cuando están calientes, se colocan en la zona dolorida. Cada noche se repite.
- Lavar y machacar el tallo y la raíz. Mezclar con una botella de trago y tomar 1 copita en el desayuno.

### BRONQUITIS

- Se calientan las hojas con mentol y se ponen en el pecho.
- Para la tos prepararemos un cocimiento de su corteza y daremos a tomar en la mañana y en la tarde.





## Sacha Culantro

Nombre científico:  
**ERYNGIUM FOETIDUM**

¿PARA QUE SIRVE?



La usamos para aliviar:

- DOLOR DE CABEZA
- TOS SECA
- PROBLEMAS DE LA PIEL Y CHUPOS
- HEPATITIS
- DIARREA
- DIABETES
- Como RELAJANTE
- Como DIGESTIVO y para GASES
- Para ayudar al tratamiento de TUBERCULOSIS (topado)
- Para ayudar al PARTO

¿CÓMO SE USA?



### **DOLOR DE CABEZA**

Ponemos hojas de la planta amarradas a la frente. Repetir varias veces al día.

### **TOS SECA**

Lavamos y machacamos las hojas. En  $\frac{1}{2}$  pocillo de agua poner 1 cucharada del jugo con 3 gotas de limón, 1 cucharadita de aceite y 1 de miel. Damos para tomar 3 veces al día.

## PROBLEMAS DE LA PIEL Y CHUPOS

Lavar, machacar las hojas y mezclar el jugo con 1 cucharadita de aceite vegetal. Repetir varias veces hasta que se madure o desaparezca el chupo.



## DIARREA

Preparamos té de las hojas. Convidaremos al enfermo varias veces al día.



## Como DIGESTIVO y para GASES



- Tomar el té de las hojas después de las comidas.
- Lavar y masticar algunas hojas y semillas después de comer.

## Como RELAJANTE

Machacamos los frutos verdes y los mezclamos con la comida. Ayuda a dormir tranquilo.



## HEPATITIS



Lavar y comer como ensalada. Es amargo.

## DIABETES



Cocinar 3 puñadas de la planta en 3 pocillos de agua. Dejar reposar. Tomar como agua de tiempo por 3 meses seguidos.

## TUBERCULOSIS (topado)

Para ayudar al tratamiento del TBC. Lavar las hojas, machacarlas y tomar 1 copita del jugo en ayunas durante el tiempo del tratamiento.



## Para ayudar al PARTO

El té de sus hojas ayuda a dilatar en el parto. Tomar medio pocillo 2 o 3 veces al día.





## Sacha Huiro

La usamos  
para aliviar  
la TOS  
FERINA

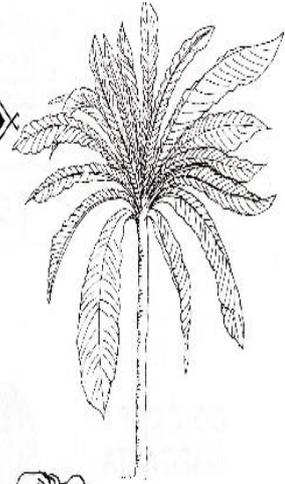


### TOS FERINA

Machacamos su caña y sacamos el jugo. Tomamos 2 cucharaditas con medio pocillo de agua, 2 veces al día. Para niños dar a tomar la mitad.

## Sacha Mango

Nombre científico:  
**GRIAS PERUVIANA**



En caso de  
**RESFRIADOS** y  
**SINUSITIS:** Se saca  
el jugo de la semilla  
y se echan unas  
gotas en la nariz.

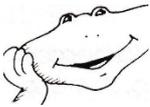


## Sangre de grado

Nombre Científico:  
**CROTON LECHLERI**



¿PARA QUE SIRVE?



Lo usamos para aliviar:

- DOLOR DE GARGANTA
- HEMORRAGIA
- AMENAZA DE ABORTO
- DIARREA (con pujos)
- ULCERAS DE ESTÓMAGO
- HERIDAS

¿CÓMO SE USA?



### DOLOR DE GARGANTA

Mezclar una cucharadita de resina con medio pocillo de agua caliente y hacer gárgaras, mañana y tarde.



### DOLOR DE GARGANTA

Mezclar una cucharadita de resina con medio pocillo de agua caliente y hacer gárgaras, mañana y tarde.



### AMENAZA DE ABORTO

Mezclar en 1 pocillo de agua una cucharada de corteza rallada, para cortar la hemorragia.



### DIARREA (con pujos)



Tomar 1 cucharadita en 1/2 pocillo de agua. Tomar 2 veces al día hasta que sane. Niños con menos de 5 años, sólo 5 gotas.

### ULCERAS DE ESTÓMAGO

Tomar 10 gotas en 1/2 pocillo de agua, antes de comer.

Hacer tratamiento de 2 meses por lo menos.



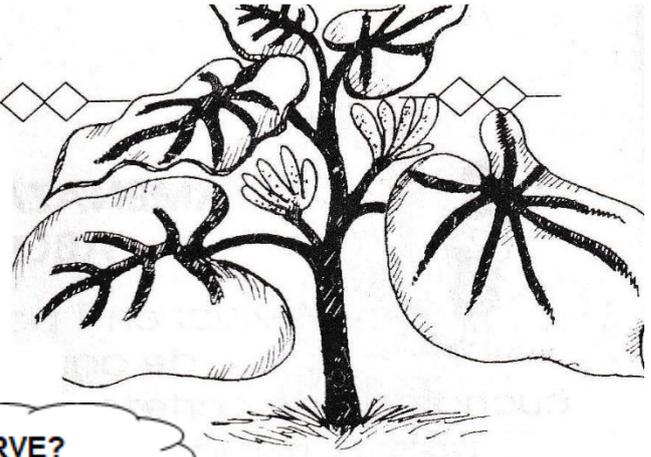
### HERIDAS

Cuando la herida no tiene postema, poner la resina encima de la herida, 1 vez al día.



# Santa María

Nombre científico:  
**LEPIANTHES PELTATA**



¿PARA QUE SIRVE?



La utilizamos para solucionar:

- HONGOS
- VOMITOS
- DOLOR DE CABEZA
- FIEBRE
- REUMA Y FRACTURAS (inflamaciones)
- DOLOR DE MUELAS
- PARTO
- AFECCIONES MAMARIAS
- (para vaciar la leche del seno)
- Como DIURÉTICO
- Como VÓMITIVO
- Como RELAJANTE PARA YUYOS

¿CÓMO SE USA?



## HONGOS

Machacar hojas de paico y poner encima de los hongos. Envolver con la hoja de santa maría.



## DOLOR DE CABEZA

- Se calientan hojas y se ponen por el cuerpo.
- Hacer baños con agua donde se han serenado hojas con jugo de limón



## VÓMITOS

Cocinar 1 papa de la planta de santa María con 3 posillos de agua por 10 minutos. Dejar enfriar y tomar como agua de tiempo.



## FIEBRE

Bañar al enfermo con agua serenada con las hojas de santa maría y jugo de limón.



## DOLOR DE MUELAS

Cocinamos las hojas tomamos medio pocillo de su agua. También podemos poner las hojas encima de la muela, como cataplasma.



## PARTO

Poner las hojas calentadas sobre el cordón cuando la placenta tarda en salir.



## DIURÉTICO

Hacer té de la raíz. Y tomar medio pocillo 3 veces al día.



## REUMA Y FRACTURAS (inflamaciones)

Frotar la pulpa de las hojas sobre la zona adolorida ó inflamada.



## AFECCIONES MAMARIAS (para vaciar la leche el seno).



Lavar las hojas, cortar según tamaño del seno. Untar con aceite o manteca y poner encima del seno que tiene demasiada leche.

## Como VOMITIVO



Hacemos un cocimiento con la raíz. Y convidamos 1 pocillo. Debe estar tibio.

## Como RELAJANTE PARA LLULLOS

- Cocinamos hojas en bastante agua. Bañar con el agua cocinada.



Poner las hojas encima del cuerpo del yuyo.

# Sauco



Nombre científico:  
**SAMBUCUS PERUVIANA**

¿PARA QUE SIRVE?



La utilizamos para aliviar:

- FIEBRE
- ESTREÑIMIENTO
- Como DIURÉTICO
- Como RELAJANTE
- Para HERIDAS

¿CÓMO SE USA?



## FIEBRE



Preparar un té de sus flores. Dar a tomar caliente durante varias veces al día.

## Como DIURÉTICO

Lavamos, picacheamos y cocinamos la corteza con bastante agua. Tomar medio pocillo, 4 veces al día.



## RELAJANTE



En casos de intoxicación alcohólica. Cocinar 2 ramas con flores en 3 pocillos de agua y dar a tomar 1 pocillo, 1 vez al día.

## HERIDAS

Con té de la planta lavaremos la herida.



## ESTREÑIMIENTO

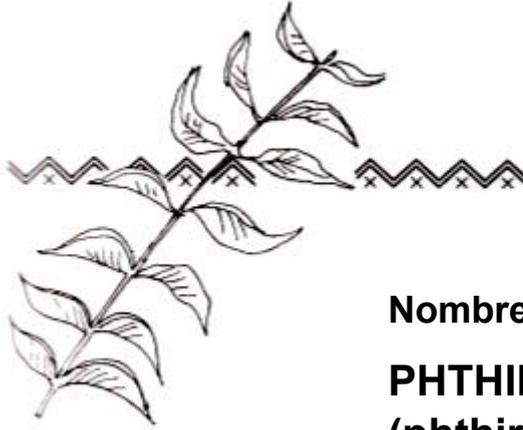
### LAXANTE FUERTE

Con té de la planta lavaremos la herida.



### LAXANTE SUAVE

Cocinar frutos y flores con 3 pocillos de agua. Tomar 1 pocillo en ayunas. Niños solo medio pocillo en ayunas.



## Suelda Consuelda

Nombre científico:

**PHTHIRUSA ADUNCA**  
(phthirusa adunca)

¿PARA QUE SIRVE?



La utilizamos para estos casos:

- FRACTURAS Y QUEMADURAS
- HERNIA
- Como ABORTIVO
- Como DIURÉTICO
- Para el POSTPARTO (Después de la operación)

¿CÓMO SE USA?



### FRACTURAS QUEMADURAS

Y

### HERNIA

Machacamos la planta sin su raíz. El jugo lo ponemos sobre la fractura o esguince. Favorece la formación de callos óseos y repara ligamentos. Dietar chancho, sal y ají.

Cocinar las hojas y la soga en 3 pocillos de agua. Tomar un vaso en ayunas.



## Como ABORTIVO

Machacar hojas y tomar con jugo de limón



## POSTPARTO

Machacar las hojas. Sacar el jugo y tomar 2 cucharadas de jugo con medio pocillo de agua, durante 9 semanas seguidas, en ayunas, todos los días una vez.



## Como DIURÉTICO

Cuando se orina cargado, se toma medio pocillo de té de suelda consuela con hojas de malva, la ralladura de la cáscara de limón y plátano verde. 1 pocillo en la mañana cada 15 días.





## Toronja

Nombre científico:

**CYTRUS PARADIS**

¿PARA QUE SIRVE?



La usamos para aliviar:

- DOLOR DE BARRIGA (y también como TRANQUILIZANTE)
- GASES
- CÓLICOS
- FIEBRE

¿CÓMO SE USA?



### DOLOR DE BARRIGA Y TRANQUILIZANTE

Tomar té de hojas frescas. Medio pocillo después de las comidas.

### GASES



Preparar té con 7 cogollos. Tomar medio pocillo, caliente, sin azúcar 3 veces al día después de las comidas.

### CÓLICOS

Preparar té con cogollo de toronja, cogollo de guayaba, malva y hojas de albahaca. Tomar medio pocillo 3 veces al día.



### FIEBRE

Chapear malva con cogollos de toronja y trozo del fruto. Frescar al enfermo 3 veces al día.



## Toro urco o Turunco



Nombre científico:  
**RASPALLUM  
CONJUGATUM**

¿PARA QUE SIRVE?



La usamos para tratar la CONJUNTIVITIS

¿CÓMO SE USA?



La podemos usar de 2 formas:

- Presionar el tallo con los dedos. Cuando salga su juguito de dentro poner una gotita en el ojo enfermo, por 2 veces al día.
- Cocinar los tallitos. Con esa agua y una pizca de sal, lavar el ojo 2 veces al día.





## Uña de Gato o Garabato



Nombre científico:

**UNCARIA TOMENTOSA**  
**UNCARIA GUIANENSIS**



¿PARA QUE SIRVE?

La usamos para:

- Aliviar el REUMATISMO, LA ARTRITIS Y como ANTIINFLAMATORIO.
- DESARREGLOS EN LA MENSTRUACION
- Ayudar en el tratamiento contra el CANCER Y EL SIDA
- Reforzar las DEFENSAS DEL CUERPO
- PROTEGER EL HÍGADO

¿CÓMO SE USA?



En todos los casos se usa la corteza, así:

Preparar un cocimiento de la corteza, haciéndola hervir media hora. Tomar medio pocillo 3 veces al día. Niños la mitad. Los tratamientos de enfermedades crónicas deben demorar 3 meses.



## Verbena

Nombre científico:

**VERBENA LITTORALIS**



¿PARA QUE SIRVE?



**La usamos para aliviar:**

- FIEBRE
- TOS FERINA Y TOS
- IRRITACION DE LA PIEL (Escaldaduras)
- HERIDAS (cicatrizante)
- PROBLEMAS DE DIENTES Y BOCA
- PURGANTE
- ÚLCERAS



**TOS FERINA (Expectorante)**

- Machacamos sus hojas y cernimos. Tomamos su jugo con sal y aceite de almendras 3 veces al día, medio pocillo. Podemos añadir ñucñucpichana.
- Cataplasma de sus hojas cocidas. Pondremos caliente sobre el pecho en la noche.
- Cuando la tos es de tiempo, haremos tomar una cucharadita del jugo de la planta machacado en la mañana y en la noche.
- Para botar flema prepararemos el té de sus hojas. Medio pocillo, 3 veces al día.

## IRRITACIÓN DE LA PIEL

(Escaldaduras)

Cocinamos la planta entera y nos lavamos con su agua.

## HERIDAS

(Cicatrizante)

Cocinamos las flores y con el cocimiento lavamos la herida.



## PROBLEMAS DE DIENTES Y BOCA.



Cocinamos la planta y con el preparado, le damos al enfermo para que se enjuague la boca. Por 2 veces al día.

## PURGANTE

Podemos convidar 1 pocillo de té de la planta o 1 cucharada del jugo fresco. Tomar en ayunas por 4 días seguidos.



## ÚLCERAS

Lavaremos las úlceras con el agua de haber cocinado verbena, cuando está fría.



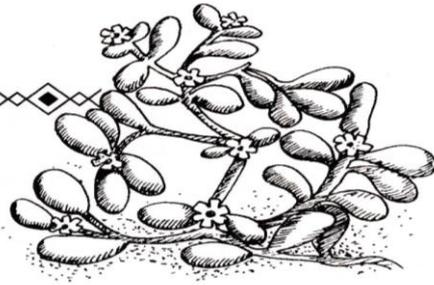
## FIEBRE



Cogemos las hojas de las plantas que están con flor y las cocinamos.

Damos 1 /2 pocillo del agua varias veces al día. El cocimiento también es usado en enema veces al día. Para la FIEBRE TIFOIDEA.

# Verbena



Nombre científico:

**PORTULACA OLERACEA**



¿PARA QUE SIRVE?

**La usamos para aliviar:**

- PROBLEMAS DE LA PIEL
- DOLOR DE MUELAS
- Y también como PURGANTE

¿CÓMO SE USA?



## PROBLEMAS DE LA PIEL



En caso de dermatosis convidar 1 cucharada de jugo de sus hojas, 3 veces al día. Poner también en la piel.

## DOLOR DE MUELAS

Tomar té de sus hojas y flores. Mantener el líquido un ratito en la boca.

## PURGANTE

Lavar la planta y comer como ensalada. Evita el tener bichos pero no los bota.



**Yerba  
Luisa**

Nombre científico:  
**CYMBOPOGOM  
CITRATUS**



¿PARA QUE SIRVE?

**La usamos para aliviar:**

- DOLOR DE BARRIGA (Digestivo)
- VÓMITOS
- PALUDISMO
- PROBLEMAS RESPIRATORIOS
- DOLOR DE GARGANTA Y TOS
- Y para limpiar los DIENTES

¿CÓMO SE USA?



**DOLOR DE BARRIGA  
(Digestivo)**

- Tomar té de hojas frescas, medio pocillo después de comer.
- Se puede cocinar con otras plantas, pamporégano, algodón...



**VÓMITOS**

Tomar té de hojas frescas con pamporégano. Añadir 2 gotas de mentol, a medio pocillo de té. Tomar 3 veces al día.



**PALUDISMO**

Para resistir y no contagiar. Tomar medio pocillo de té de hojas, 3 veces al día.



## PROBLEMAS RESPIRATORIOS

Cogemos 2 hojas, las machacamos en un pocillo de agua hirviendo. Tomar caliente 3 veces al día y uno antes de acostarse. Niños  $\frac{1}{2}$  pocillo.

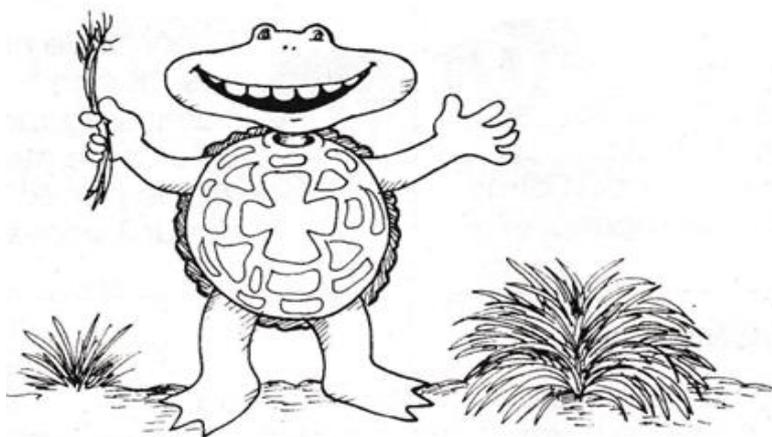


## DOLOR DE GARGANTA Y TOS

- Coger las raíces, lavarlas bien y dar al enfermo que las masque.
- Machacar 6 hojas, añadir 2 pocillos de agua hirviendo y dejar reposar. Tomar como agua del tiempo. Para niños echar sólo 4 hojas en 2 pocillos de agua hirviendo.



Se usan las raíces para limpiar los restos de comida que quedan entre los dientes.





## Yerba Santa

Nombre científico:

**CESTRUM HEDIONDINUM**

¿PARA QUE SIRVE?



La usamos en los siguientes casos:

- FIEBRE Y DOLOR DE CABEZA
- DOLOR DE VEJIGA
- HERIDAS
- DIARREA EN NIÑOS
- HEMORROIDES
- Y contra la CASPA

¿CÓMO SE USA?



### DOLOR DE VEJIGA

Preparar té de sus hojas y tomar 3 veces al día hasta sanar.



### FIEBRE Y DOLOR DE CABEZA

•Tomar 1 cucharada de jugo de hojas frescas, machacadas con agua, 3 veces al día.

•Chapeamos las hojas, con hojas de malva y jugo de limón verde. Se toma medio pocillo 3 veces al día



### HERIDAS

- Lavamos las hojas, las machacamos y ponemos en un trapo. Colocar en la herida para bajar la infección, varias veces al día.
- Lavar la herida con un cocimiento de la planta.



## HEMORROIDES

Cocinamos hojas y con esa agua, hacemos lavados y baños de asiento.



## DIARREA EN NIÑOS

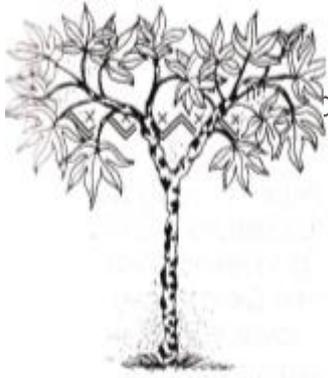
Machacar sus hojas, sacar el jugo y mezclar con agua y 5 gotas de limón. Tomar varias veces al día.



### Y CONTRA LA CASPA:

Lavamos el pelo con agua en la que hemos cocinado la planta !





# YUCA

Nombre Científico:  
**MANIHOT ESCULENTA**

¿PARA QUÉ SIRVE?



Nos sirve para curar:

- FIEBRE
- LESIONES DE LA PIEL (de sarampión, varicela y otras heridas).
- CONJUNTIVITIS
- Como PURGANTE
- ULCERAS O QUEMADURAS
- DIARREA AMEBIANA
- PELAGRA

¿CÓMO SE USA?



## FIEBRE

Preparamos almidón de la yuca y lo colocamos por la cabeza y todo el cuerpo como cataplasma.



## LESIONES DE LA PIEL

(de sarampión varicela y otras heridas).

•Lavamos las hojas, machacamos y frotamos sobre las lesiones de SARAMPION, VARICELA o HERIDAS.

•Preparar la yuca con aguardiente y poner el macerado sobre chupos y arco.



## CONJUTIVITIS

Sacamos la resina del tallo y ponemos una gota en cada ojo.



## Como PURGANTE

Lavamos, machacamos las hojas y tomamos con medio pocillo de agua fría, 3 días seguidos en ayunas.



## ÚLCERAS QUEMADURAS

O

Poner una cataplasma con harina de yuca y aguardiente, 2 veces al día. Demorar un buen rato.



## PELAGRA

Pelar la yuca y poner la cáscara encima de la lesión de la piel. Demorar un rato y lavar. Repetir cada día hasta sanar.



---

## DIARREA AMEBIANA

En caso de infección, diarrea verde y vómito, preparar almidón de yuca y tomar 4 cucharadas con 10 gotas de limón. Niños la mitad. A partir de 6 meses, 1 cucharada de almidón con 3 gotas de limón





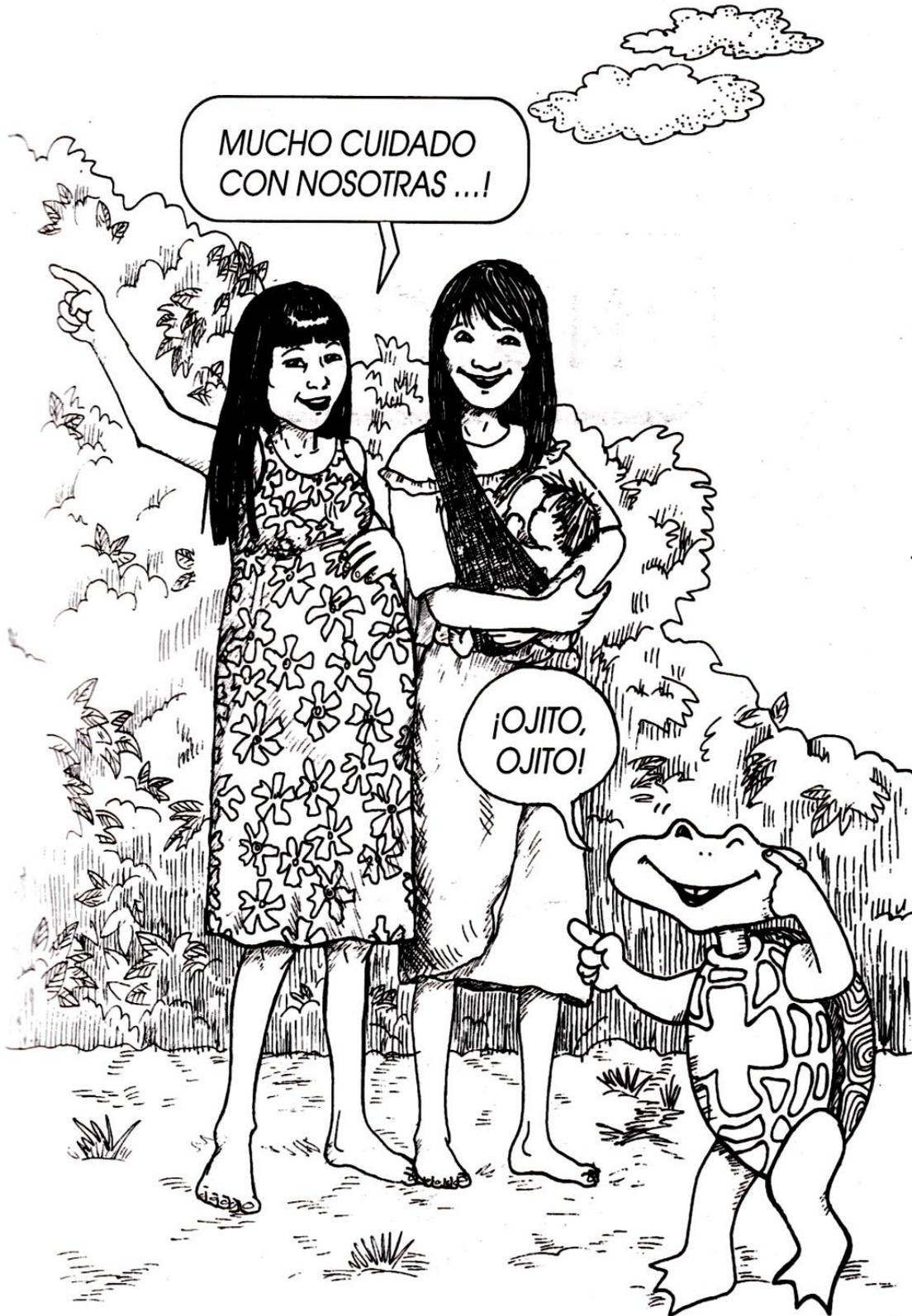
AQUÍ TERMINAN  
NUESTRAS PLANTAS  
MEDICINALES.

EN LA PRÓXIMA  
PÁGINA VEREMOS  
ALGUNAS  
RECOMENDACIONES.



# PLANTAS QUE NO PUEDEN TOMAR MUJERES EMBARAZADAS NI LACTANTES (Madres e hijos)

- **ALGODÓN BLANCO** (semilla)
- **ANGEL SISA** *Caesalpinio*
- **CAMOTE** (Hojas) *Ipomoeo batatas*
- **OJÉ** *Ficus helmintica*
- **PAICO** *Chenopodium*
- **PALTA** (semilla) *Persea americano*
- **PAPAILLA** *Mamordica charentio*
- **PUSPO POROTO** *Cajanus cajan*
- **RUDA** *Ruta chalepeusis*
- **SUELDA CONSUELDA** *Oryctanthus alveolatus*
- **UÑA DE GATO** *Uncaria tomentoso* o *Uncaria guineanensis*
- **RETAMA** *Cassio reticulado*



# INDICES



# INDICE 1

## Por nombres de plantas



NOMBRE	USOS	PÁG.
Achiote	Quemaduras - hígado - heridas - caída de pelo - úlceras -diarrea - repelente de mosquitos - lavados vaginales - relajante - vómitos - nauseas - embarazo.	11
Albahaca	Dolor de cabeza - fiebre - reumatismo - tos seca - conjuntivitis - parto - estreñimiento - relajante - cólicos.....	13
Algodón	Cólicos - dolor de cabeza - fiebre - gases - piel hemorroides - dolor de muelas - heridas - (rozaduras, escaldaduras) - estimulante del parto: dilatador - disentería - diurético .....	15
árbol de pan Pandisho	Quebraduras - hernias - dolor de muelas - heridas.....	17
Camote	Quemaduras - comezón.....	18

NOMBRE	USOS	PAG.
Casho (Marañón)	Hongos, dolor de cabeza, diarrea por frio.....	19
Cebolla	Resfriados, Tos, Chupos, quistes, parásitos, diurético.....	20
Coca	Dolor de muelas, analgésico, quemadura, reuma, garganta, desinflamante, cólicos .....	21
Cocotero	Dolor de muelas, purgante, lactancia.....	23
Cocona	Ceguera por diabetes, estreñimiento, quemaduras y gripe.....	24
Copaiba	Sarna, rasca rasca, heridas, cicatrices, hemorroides, hemorragia.....	25
Cordoncillo	Heridas, hemorragias, granos, disentería, anticaries, úlceras, lavados vaginales.....	26
Chanca piedra	Cólico Renal, diurético, cálculos biliares, gonorrea, malaria y paludismo.....	28
Chuchuhuasi	Reumatismo, hemorroides, afecciones de las mamas, bronquitis, lesiones de piel.....	29
Guayaba	Disentería, diarrea, estreñimiento, tos, dolor de muela, purgante, dolor de cabeza.....	31
Guisador	Hepatitis .....	33
Huito	Tos, bronquitis.....	34
Ishanga	Dolor de cabeza, circulación, sarampión.....	35
Kión (Gengibre)	Diarrea por calor, herida con postema, hemorragia, bronquitis, dolor de cabeza, romatismo, mordedura de víbora, tos seca.....	36

NOMBRE	USOS	Pág.
Lancetilla	Fiebre, tos ferina.....	38
Leche Caspi	Diarrea.....	38
Limón	Gripe, caída de pelo, mordedura de víbora, purgante, sudorífico, Vómitos, náuseas, bronquitis, filarias, relajante, diarrea, hemorragia nasal, disentería, dolor de muelas.....	39
Llantén	Infección urinaria, cólico renal, vómito, fiebre, problemas respiratorios, conjuntivitis, hepatitis, estreñimiento, quemadura, heridas forúnculos, acné, piel, garganta.....	42
Maíz (malva)	Infecciones, hepatitis, dolor de cabeza, fiebre, diarrea por calor, disentería, inflamaciones, estreñimiento, riñones, diurético.....	45-46
Maracuyá	Chupos, desnutrición.....	48
Ñunucpichana	Resfriado, gripe, tos ferina, hemorragias, heridas, vómitos.....	49
Ojé (Paico)	Purgante, mordedura de víbora, hongos, heridas, diarrea, piel, infecciones urinarias, hemorroides, gases, cólicos.....	51-52
Palta	Dolor de estómago, cólico renal, diurético, gota, piel y cabello, dolor de muelas, diarrea amebiana, disentería, mordedura de víbora.....	54
Pamporégano	Cólico renal, diarrea, dismenorrea, fiebre, muelas, heridas, parto, repelente de mosquitos, tranquilizantes, cólicos, gases.....	56
Papailla (balsamina)	Cólicos, diarrea, diabetes, tos, heridas, parasitosis....	58

NOMBRE	USOS	PÁG.
Papaya	Purgante, estreñimiento, diurético, riñones, afecciones mamas, paludismo, dolor de garganta, callos, verrugas, pecas, cicatrizante, hongos, desinfectante, depurativo y tranquilizante.....	60
Piña	Diurético, riñones, heridas, cicatrizante, para golpes.....	62
Piñon blanco	Diarrea por frío, disentería, purgante, garganta, conjuntivitis, reumatismo, dolor de muelas, heridas, laxante, raticida, para alejar chinches, lavado vaginal.....	63
Piñon negro	Pelagra.....	66
Piñon colorado	Purgante.....	66
Piri Piri	Problemas respiratorios, hemorragias.....	67
Plátano	Contracciones musculares, sudoración de piel, hemorragias, callos, verrugas, pecas, diarrea, úlceras, problemas respiratorios.....	68
Sacha ajo	Dolores reumáticos, bronquitis.....	70
Sacha culantro	Dolor de cabeza, tos seca, chupos, hepatitis, partos, diarreas, relajante, TBC, gases, diabetes.....	71
Sacha Huiro	Tos ferina.....	73
Sacha mango	Resfriado, sinusitis ,.....	73
Sangre de grado	Dolor de garganta, hemorragia, amenaza de aborto, diarrea con pujo, úlcera estomacal, heridas.....	74
Santa María	Hongos, vómitos, dolor de cabeza, fiebre, reuma, fracturas, inflamaciones, dolor de muela.....	

PROBLEMAS DE SALUD MAS FRECUENTE	CLASIFICACION	PLANTAS MEDICINALES	PÁG.
<b>PRIMEROS AUXILIOS</b> Manual, TOMO I Pág. 31		Pamporégano..... 56 Piñon blanco..... 63 verbena..... 84 verdolaga..... 86	
	Dolor de espalda, cintura por golpes. 	Coca..... 21 Malva..... 46 Piña..... 62 Santa María..... 76 Uña de gato..... 83	
	Reumatismo 	Albahaca..... 13 Coca..... 21 Chuchuasi..... 29 Kion (Gengibre)..... 36 Piñon blanco..... 63 Sacha ajo..... 70 Santa María..... 76 Uña de gato..... 83	
	Heridas 	Achiote..... 11 Árbol del pan..... 17 Copaiba..... 25 Cordoncillo..... 26 Kion (Gengibre)..... 36 Llantén..... 42 Ñucñucpichana..... 49 Paico..... 52 Pamporégano..... 56 Sangre de grado..... 74 Sauco..... 78 Verbena..... 84 Yerba santa..... 87	
	Hemorragias 	Copaiba..... 25 Cordoncillo..... 26 Kion (Gengibre)..... 36 Piri Piri..... 67 Limón..... 39 Ñucñucpichana..... 49 Plátano..... 68 Sangre de grado..... 74	
	Fracturas, luxaciones. 	Suelda con suelda	
	Quemaduras 	Achiote..... 11 Camote..... 18	

PROBLEMAS DE SALUD MAS FRECUENTES	CLASIFICACION	PLANTAS MEDICINALES	PÁG.
		Coca..... Cocona..... Llantén..... Sueda consueda..... Yuca.....	21 24 42 91
<b>MORDEDURA DE VÍBORA</b> Manual, tomo I, Pág. 37	Mordedura de víbora (fresca, recién). 	Kión (Gengibre)..... Limón..... Ojé..... Palta..... Papaya..... Piña..... Piñon blanco.....	36 39 51 54 60 62 63
<b>INFECCIONES RESPIRATORIAS</b> Manual, Tomo I Pág. 47	Para aliviar los síntomas de la gripe y gripe complicada. 	Albahaca..... Cebolla..... Coca..... Cocona..... Chuchuhuasi..... Huito..... Guayaba..... Kión (Gengibre)..... Limón..... Llantén..... Ñucñucpichana..... Sacha culantro..... Papaila..... Papaya..... Piñon Blanco..... Plátano..... Sacha Ajo..... Sacha Mango..... Sangre de grado..... Yerba Luisa..... Verbena.....	13 20 21 24 29 34 31 36 39 42 49 71 58 60 63 68 70 73 74 87 84
<b>LAS DIARREAS</b> Manual, Tomo I Pág. 51	Diarrea simple 	Achiote..... Casho..... Guayaba..... Kion (Gengibre)..... Leche caspi..... Limón..... Malva..... Paico..... Pamporégano..... Papaila..... Piñon Blanco.....	11 19 31 36 38 39 46 52 56 58 63

NOMBRE	USOS	PÁG.
	parto, afecciones mamarias, diurético, relajante.....	76
SAUCO	fiebre, diurético, estreñimiento, hernia abortiva, post parto.....	78
TORONJA	Dolor de barriga, digestión, tranquilizante, gases, cólicos, fiebre.....	81
TORO URCO (TURUNCO)	Conjuntivitis, ojos irritados.....	82
GARABATO (UÑA DE GATO)	Reumatismo, artritis, antiinflamatorios, desarreglos de la menstruación, cáncer y sida, reforzar las defensas del cuerpo, protege el hígado.....	83
VERBENA	Fiebre, tos ferina, expectorante, irritación de la piel, heridas, dientes, coca, purgante, úlceras.....	84
VERDOLOGA	Piel, muelas, purgante.....	86
YERBA LUISA	Digestivo, dientes, vómitos, paludismo, problemas respiratorios, garganta, tos.....	87
YERBA SANTA	Fiebre, dolor de cabeza, dolor de vejiga, heridas, diarrea de niños, piel, contra caspa, hemorroides.....	89
YUCA	Fiebre, piel, conjuntivitis, purgante, úlceras o quemaduras, diarrea amebiana, pelagra.....	91

# INDICE 2

Aquí encontrarás la enfermedad que buscas, y de que clases es...



## Por nombres de plantas

...Y aquí está para qué sirve y en que página lo encontraras...



PROBLEMAS DE SALUD MAS FRECUENTE	CLASIFICACIÓN	PLANTAS MEDICINALES	PÁG.
<b>DOLORES</b> Manuel, TOMO I Pág. 27	Dolor de barriga o cólico.  	Albahaca.....	13
		Algodón.....	15
		Coca.....	21
		Llantén.....	42
		Paico.....	52
		Palta.....	54
		Pamporégano.....	56
		Papailla.....	58
		Toronja.....	81
	Dolor de cabeza  	Albahaca.....	13
		Algodón.....	15
		Casho.....	19
		Coca.....	21
		Guayaba.....	31
		Ishanga.....	35
		Kión-Gengibre.....	36
		Malva.....	46
		Sacha culantro.....	71
		Santa María.....	76
		Yerba santa.....	87
	Dolor de muelas  	Algodón.....	15
		Árbol del pan.....	17
		Coca.....	21
		Cocotero.....	23
		Guayaba.....	31
		Limón.....	39
Palta.....	54		

PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTE	CLASIFICACION	PLANTAS MEDICINALES	PÁG.
		Plátano..... Sacha Culantro..... Yerba santa.....	68 71 89
	Disentería 	Algodón..... Cordoncillo..... Guayaba..... Limón..... Malva..... Palta.....	15 26 31 39 46 54
	Amebiasis 	Palta..... Yuca.....	54 91
<b>PARASITOSIS</b> Manual, TOMO I, Pág. 59	Parásitos 	Cebolla..... Cocotero..... Huayaba..... Limón..... Ojé..... Paico..... Papailla..... Papaya..... Piñón colorado..... Verbena..... Verdolaga.....	20 23 31 39 51 52 58 60 66 84 86
<b>PALUDISMO</b> Manual, Tomo I, pág.61	Alivia los síntomas de inflamación del hígado graso. 	Chancapiedra..... Papaya..... Yerba Luisa.....	28 60 87
	Sarna, rasca-rasca, comezón. 	Copaiba..... Algodón..... Chuchuasi..... Llantén..... Paico..... Verbena..... Yerba santa..... Yuca..... Camote.....	25 15 29 42 52 84 86 89 91 18
	Rozadura, escaldado 	Algodón.....	15
	Chupos 	Cebolla..... Maracuyá..... Sasha culantro.....	20 48 71

<b>PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES</b>	<b>CLASIFICACIÓN</b>	<b>PLANTAS MEDICINALES</b>	<b>PÁG.</b>
Manual, Tomo II,	Hongos 	Casho..... Paico..... Santa María.....	19 52 76
<b>NUTRICIÓN Y DESNUTRICIÓN</b> Manual, TOMO II Pág. 53	Anemia, pelagra 	Maracuyá..... Piñón negro..... Uña de gato..... Yuca.....	48 66 83 91
<b>EMBARAZO</b> Manual, TOMO II Pág. 53	Náuseas de embarazadas	Achiote.....	11
	Parto 	Albahaca..... Algodón..... Pamporégano..... Santa María..... Suelda consuela.....	13 15 56 76
<b>ENFERMEDADES QUE NO HEMOS ESTUDIADO PERO SABEMOS RECONOCER Y SÍNTOMAS QUE PODEMOS TRATAR CON VEGETALES</b>	Náuseas, Vómito 	Limón..... Ñucñupichana..... Santa María.....	39 49 76
	Estreñimiento 	Albahaca..... Cocona..... Guayaba..... Llantén..... Malva..... Piñón Malva..... Toto urco..... Yuca..... Ishanga.....	13 24 31 42 46 63 82 91 35
	Conjuntivitis 	Albahaca..... Llantén..... Piñón blanco..... Toro Urco..... Yuca..... Ishanga	13 42 63 82 91 35
	Sarampión 	Ishanga.....	35
	Tos ferina 	Lancetilla..... Verbena.....	38 84
	Hemorroides 	Paico..... Algodón.....	52 15

PROBLEMAS DE SALUD MAS FRECUENTE	CLASIFICACIÓN	PLANTAS MEDICINALES	PÁG.
	Gases 	Algodón..... Paico..... Pamporégano..... Sacha culantro..... Toronja.....	15 52 56 71 81
	Caída del Pelo 	Achiote..... Limón..... Palta.....	11 39 54
	Quistes 	Cebolla..... Uña de gato.....	20 83
	Callos, verrugas 	Papaya..... Plátano.....	60 68
	Hígado (hepatitis, inflamación) 	Achiote..... Guisador..... Llantén..... Maíz..... Uña de gato.....	11 33 42 45 83
	Riñón - Diurético 	Chancapiedra..... Llantén..... Pamporégano..... Malva..... Palta..... Papilla..... Piña.....  Algodón..... Cebolla..... Palta..... Piña.....	28 42 56 46 54 58 62  15 20 54 62
	Relajante 	Albahaca..... Limón..... Pamporégano..... Papaya..... Sacha culantro..... Santa María..... Sauco..... Toronja.....	13 39 56 60 71 75 78 81