

RAÍCES DE SABIDURÍA

Recuperación y Conservación
de Plantas Medicinales de Loreto





Agradecimientos:

A los sabios que han brindado su tiempo
y conocimientos para recopilar lo que
contienen estas páginas:

Luis Pérez Cahuamari, de la comunidad nativa
de Huitotos de Pucaurquillo

Ana Mosquera, de la comunidad nativa
de Remanso

Milena Hilorio Tamani, comunidad nativa
de Remanso

Zoila Ochoa, de la comunidad nativa
de Centro Arenal

A quienes gentilmente nos apoyaron
a recopilar los testimonios de los sabios:

Deysler Royer Quevare Garcia,
presidente de la FECONA

Jhony Lanzi, poblador de
la comunidad nativa de Remanso

Al vademécum de plantas medicinales
desarrollado por Angélica Peña en las
comunidades de Boras, Huitoto, Yaguas
y Ocaina, de la cuenca del Ampiyacu.

abril del 2025.

INTRODUCCIÓN



La medicina tradicional continúa siendo una alternativa primordial para los pueblos indígenas frente a la medicina occidental, principalmente debido a la limitada disponibilidad de centros de salud y atención médica en sus territorios. Además, esta práctica representa una forma de reivindicar su legado cultural, fortalecer su identidad y reafirmar su vínculo con la tierra.

Estas comunidades poseen un vasto conocimiento sobre diversas plantas medicinales y sus aplicaciones. Utilizan hojas, raíces, cortezas, flores, semillas y resinas para preparar infusiones, jarabes, emplastos y polvos, con los cuales tratan diversas dolencias físicas y malestares. Estos saberes tradicionales que se han transmitido de generación en generación reflejan una profunda conexión con lo espiritual y con la naturaleza, enfatizando la importancia de esta relación para la salud y el bienestar.

Este catálogo reúne los conocimientos otorgados por los sabios* de los pueblos indígenas boras y huitotos de la cuenca del Ampiyacu Apayacu, Bajo Putumayo, así como de la comunidad nativa Centro Arenal, y tiene origen en el vademécum sobre plantas medicinales elaborado por la becaria Ángelica Peña Vásquez, de la comunidad nativa Boras de Pucaurquillo, en el marco del Programa de Mujeres Indígenas de la Amazonía de Conservación Internacional.

El catálogo incluye 42 plantas medicinales, su nombre común en la región, los usos tradicionales de cada una y su forma de preparación con el fin de dar a conocer la cosmovisión y prácticas culturales de las comunidades.

**Se les llama "sabios" a miembros de la comunidad que poseen conocimiento ancestral y de importancia para su comunidad.*



ÁREA DE CONSERVACIÓN REGIONAL
AMPIYACU - APAYACU, REGIÓN LORETO



LEYENDA

- Rios
- ACR Ampiyacu-Apayacu

COMUNIDADES

- Bora
- Huitoto
- Yagua
- Ocaina



Iquitos



Río Amazonas

Propuesta Área de Conservación Regional
Medio Putumayo - Algodón

Parque Nacional Yaguas

Área de Conservación Regional Ampiyacu Apayacu

Río Amazonas

@Diciembre, 2024
Conservación Internacional Perú
Elaborado por: Eddy Mendoza
Lima, Perú

Fuente:
SERNANP, 2023
SICNA, 2023
MINAM, 2023



FORMAS DE PREPARACIÓN

Infusión o Té:

Es la forma más sencilla de emplear las plantas medicinales. Se prepara tomando unos gramos de la planta y añadiéndolos al agua cuando esté en punto de ebullición; se deja reposar, se cuela y se consume.

Decocción o cocinar:

Es la forma más efectiva de obtener los constituyentes activos de una planta. Se realiza colocando unos gramos de la planta en agua fría y se coloca a hervir durante un tiempo; después se cuela. Se puede consumir fría o caliente.

Jarabes:

Son una forma de conservar las infusiones y las decocciones, añadiendo miel o azúcar. Generalmente se calienta la misma cantidad de infusión o decocción y el endulzante, se agita, se disuelve bien hasta tener la consistencia de almíbar, se deja enfriar y se almacena en frascos oscuros.

Lociones:

Son una mezcla a base de agua que se aplica sobre la piel como remedio para refrescar o calmar inflamaciones o irritaciones. La preparación varía de acuerdo con la mezcla que se va a hacer. Una loción podría incluir agua de rosas, tintura de árnica y aceite esencial de lavanda.

GLOSARIO

- Fresquear:** Preparar plantas con agua
Chapear: Triturar
Saladera: Mala vibra, ojear, energía negativa
Sobreparto: Diferentes malestares como dolor de cabeza, cólicos, escalofrío que se manifiestan dentro de los 8 días después que se da a luz.
Pate, Patecito: Tazón confeccionado del fruto del árbol Tutuma o Wingo.



ÍNDICE

- | | | | |
|-----------|----------------------------------|-----------|---|
| 1 | Abuta (<i>Túkémijkeu</i>) | 23 | Ishanga (<i>Áátahe</i>) |
| 2 | Achiote (<i>Néébahe</i>) | 24 | Itininga (<i>Tútsífyiu</i>) |
| 3 | Albahaca (<i>Wáákyuji</i>) | 25 | Jengibre |
| 4 | Algodón (<i>Áhdíhyeé</i>) | 26 | Lancetilla (<i>Duruma</i>) |
| 5 | Cagueña | 27 | Llantén |
| 6 | Capinuri (<i>Áhdíhyeé</i>) | 28 | Malva |
| 7 | Capirona | 29 | Mucura |
| 8 | Casho (<i>Áñáájíhe</i>) | 30 | Ojé (<i>áácámico</i>) |
| 9 | Centavo Caspi | 31 | Pampa Orégano |
| 10 | Chiric Sanango | 32 | Pez Hoja (<i>Ámícuhe</i>) |
| 11 | Chuchuhuasi | 33 | Piñón Rojo y Blanco |
| 12 | Coca (<i>Jipi en murui</i>) | 34 | Piri Piri |
| 13 | Cotopelejo | 35 | Remocaspi Negro |
| 14 | Cumalilla Roja | 36 | Renaquillo |
| 15 | Gallinazo Panga | 37 | Rosa Sisa |
| 16 | Guanábana | 38 | Sacha Ajo |
| 17 | Guayusa | 39 | Sacha Jergón |
| 18 | Guineo Manzano | 40 | Sangre de Grado |
| 19 | Guisador | 41 | Santa María (<i>Duruma</i>) |
| 20 | Hierba Luisa | 42 | Suelda con Suelda (<i>livíu náme</i>) |
| 21 | Hoja del aire o escama de paiche | 43 | Tabaco |
| 22 | Huasai (<i>Tóóllíuji</i>) | 44 | Tamara |
| | | 45 | Ubo |



TESTIMONIO

Para cosechar la abuta, vas a buscar por el monte, lo encuentras, antes de cosecharlo en primer lugar, se le pide al árbol, se le pide que lo estas sacando por una enfermedad. Luego lo cortas, lo sacas, lo traes a la casa, lo cocinas por 10 minutos, no puede ser más hervido porque es un remedio muy amargo, y eso sirve para la diarrea.

Mayormente es para el sida, eso se convida cuatro gotas en una cuchara y eso es suficiente para el momento que está tomando, y luego va a tener tratamiento de 15 días, va a tomar tres gotas por 15 días.

**Sabio: Luis Pérez Cahuamari.
CN Huitotos de Pucaurquillo**





*ABUTA

(Túkémijkeu)

Parte que se utiliza: La sogá

¿Cómo la utilizo?

Para la diarrea se cocina por 10 minutos, se hace hervir y tomar como agua de tiempo. Para el sida se le da a la persona cuatro gotas en una cuchara por 15 días.

Para la malaria, machacar la sogá de aprox 50 cm de largo y hacer

hervir en tres litros de agua durante 30 minutos y se toma una copa del remedio mientras dure el tratamiento.

Secreto

Antes de cosechar la planta hay que pedir el permiso y autorización al árbol para que cure la enfermedad.



*ACHIOTE

(Néébahe)

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para la conjuntivitis, para los malos espíritus, la fiebre y para la picadura de pucacuro.

¿Cómo la utilizo?

Para la conjuntivitis se saca el cogollo y se coloca en tres cucharadas de agua. Luego, sacar 8 palitos de achiote y colocarlo boca abajo. Batir por 5 minutos, hasta que se ponga espeso. Administrar dos gotas dentro del ojo afectado.

Para los malos espíritus, debes sacar

ramas larguitas del achiote junto con una rama de guingo y se debe barrer la casa de adentro hacia afuera y luego colgar en la puerta de la casa o del cuarto.

Para la fiebre triturar 10 hojas en dos litros de agua fresca, tomar una taza y refrescar la cabeza.

Para picadura de Pucacuro, frotar la parte afectada.



*ALBAHACA

(Wáákyuji)

Parte que se utiliza: Hojas y semillas

¿Para qué la utilizo?

Sirve para el dolor de cabeza, la vista, fiebre, diarrea y vómito.

Sirve para el mal aire, cicatrización de heridas.

También sirve para la carnosidad, cólico y dolor de oído.

¿Cómo la utilizo?

Se chapea seis hojas, se frota en la frente o cabeza. Se hace un zumo con las hojas y se toma tibio por tres días. Se toma en horas de la mañana, chapeado las hojas y ramas, y se deja al sereno toda la noche. Para la diarrea se le da de tomar el zumo.

Para el mal aire se saca las hojas de la albahaca y lo chapeas en media taza de agua y se da de tomar.

Para las heridas se machaca bien y lo exprimes en las heridas para cicatrizar.

Para la carnosidad, machacar las semillas y remojarlo en media taza de agua fresca, para echar en la vista unas gotas al día antes de dormir hasta que dure el tratamiento.

Para el cólico, hacer hervir en un litro de agua las hojas durante diez minutos y tomar una taza tibia.

Para el dolor de oído, triturar las hojas con los dedos y exprimir una gota de la masa remojada por el orificio del oído.

Para el frío se chapea las hojas en media taza de agua.

Secreto

Cuando la mujer esta con su menstruación no se puede acercar a coger las hojas.



*ALGODÓN

(Áhdíhyeé)

Parte que se utiliza: Hojas, semillas y bellota

¿Para qué la utilizo?

Para ayudar en el parto, para el dolor de oído y para el estómago.

Para el frío y para alergias en la piel.

¿Cómo la utilizo?

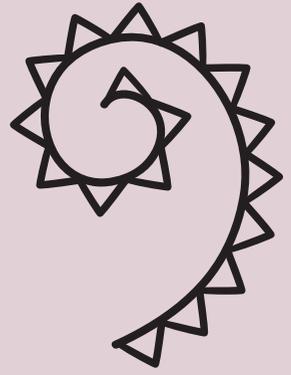
Se coge la hoja, se le hace hervir y se se le da a la mujer a punto de dar a luz para ayudarla a dilatar.

Para el dolor de oído, se calienta en candela las pepitas más pequeñas para gotear en el oído, se coloca gotas de las semillas en el oído.

Cuando estas mal del estómago sacas la hoja con semilla y corteza y empiezas a limpiar a la persona.

El cogollo se toma en infusión para el frío y dilatación de mujeres embarazadas.

La bellota se ralla bien para lograr una masita, se unta en la zona afectada por la alergia.



*CAGUEÑA

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para la fiebre muy alta y el sobreparto.

¿Cómo la utilizo?

Se recoge la cagueña en las mañanitas y se muele con las manos con agua. La persona con fiebre debe tomar medio vaso y luego bañarse. Hacer esto en la mañana y también a las 3 de la tarde.

Para el sobreparto se puede tomar como infusión, hirviendo 5 hojas trituradas en un litro de agua durante quince minutos y tomar un vaso tres veces al día durante tres días.

Secreto

Acompañar con ícaros*

*Ícaros son cantos tradicionales indígenas Amazónicos que se interpretan como acompañamiento de las ceremonias de curación con plantas sagradas.



*CAPINURI

(Áhdihyeé)

Parte que se utiliza: Resina

¿Para qué la utilizo?

Para la fractura de huesos.

¿Cómo la utilizo?

Sacas la resina de ambos lados del árbol y se junta en una botella. Tomas una cucharada a las 6 de la mañana y a las 6 de la tarde.

Empapar dos cucharadas de la resina en un trapo o venda y envolver la parte afectada, hacerlo las veces que sea necesario.

Secreto:

Al estar bajo el árbol debes mirar de dónde sale el sol y por dónde se oculta el sol, antes de cortarlo y sacar la resina.



*CAPIRONA

¿Para qué la utilizo?

Sirve para tratar las manchas de la cara.

¿Cómo la utilizo?

Se saca la corteza de árbol y se machaca. Se soba el preparado en las manchas de la cara.

Secreto:

Debes sacar la planta a las 6 de la mañana sin conversar con nadie.



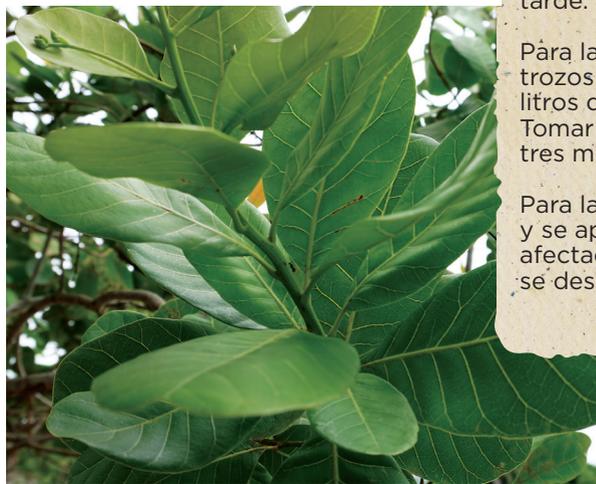
*CASHO

(*Áñáájíhe*)

¿Para qué la utilizo?

Para la diarrea.

Para la diabetes y la caracha.



¿Cómo la utilizo?

Para la diarrea se hace hervir bien la corteza y se toma dos cucharadas a las 6 de la mañana y a las 6 de la tarde.

Para la diabetes se despedaza 4 trozos de corteza y hace hervir en 5 litros de agua durante 20 minutos. Tomar como agua de tiempo durante tres meses.

Para la caracha se destapa la semilla y se aplica la esencia en el lugar afectado y evitar mojarse hasta que se desprege la esencia.



*CENTAVO CASPI



Parte que se utiliza: Resina

¿Para qué la utilizo?

Sirve para las manchas a la cara y el pático rojo.

¿Cómo la utilizo?

Se saca la corteza de árbol y se machaca. Se soba el preparado en las manchas de la cara.

Para el pático rojo se le pone 3 cucharadas de resina en agua tibia y se toma el remedio por una semana.

Secreto

Debes sacar la planta a las 6 de la mañana sin conversar con nadie.



*CHIRIC SANANGO



Parte que se utiliza: Raíz

¿Para qué la utilizo?

Para el reumatismo y resfrío.

¿Cómo la utilizo?

Para el reumatismo, sacar la raíz, lavarla y rasparla. Colocar lo reunido en un envase, luego enterrarlo por un tiempo.

Se debe tomar todas las mañanas el remedio en ayunas y bañarse para sentir sus efectos curativos.

También se prepara, para ambas enfermedades, raspar la corteza de la raíz y ponerlo en un litro de agua y tomar el preparado, un vasito cada mañana por 15 días.

Secreto

Para cosechar se debe cortar y jalar la raíz de una sola vez. La persona que lo toma debe de metersa al agua despues de tomar la medicina.



TESTIMONIO

La escama del paiche sirve para toda clase de enfermedades. A veces algunos de nosotros tenemos cáncer, y no nos podemos curar con los remedios que hay en el botiquín del hospital. Le preparamos pues, esta escama de paiche le sacamos secretamente, le sacamos en el día de la luna nueva; nueve hojitas. Esas nueve hojitas le cocinamos, después le serenamos y al siguiente día ya le consumimos, le tomamos como agua de tiempo.

**Sabia: Milenia Hilorio Tamani,
CN Remanso.**





*CHUCHUHUASI

Parte que se utiliza: Corteza

¿Para qué la utilizo?

Para la hemorragia, el reumatismo, cortes de piel, diarrea y descenso.

¿Cómo la utilizo?

Se raspa la corteza y se pone en un litro de agua, luego se entierra el envase por siete días.

Para la hemorragia y diarrea, tomar una copita de corteza macerada en medio vaso de agua tres veces al día.

Para cortes de piel quemar la corteza para obtener las cenizas y cubrir las heridas con las cenizas.

Para el descenso, hervir la esencia en un litro de agua y tomar dos veces al día.

Secreto

Para el descenso se debe tomar el remedio y no salir al sol durante el tratamiento.



*COCA

(Jipi en murui)

Parte que se utiliza: Hojas y resina

¿Para qué la utilizo?

Sirve para el dolor de diente y para el sobrepeso. También sirve para que los sabios encuentren medicinas, vean a los niños y para que trabajen.

¿Cómo la utilizo?

Se hierva seis hojas y se toma para el sobrepeso.

Para el dolor de muela se hecha la resina en el diente o muela. También se puede comer.

Secreto

Para curar, se tiene que hacer en horas de la tarde, cuando el sol ha declinado.

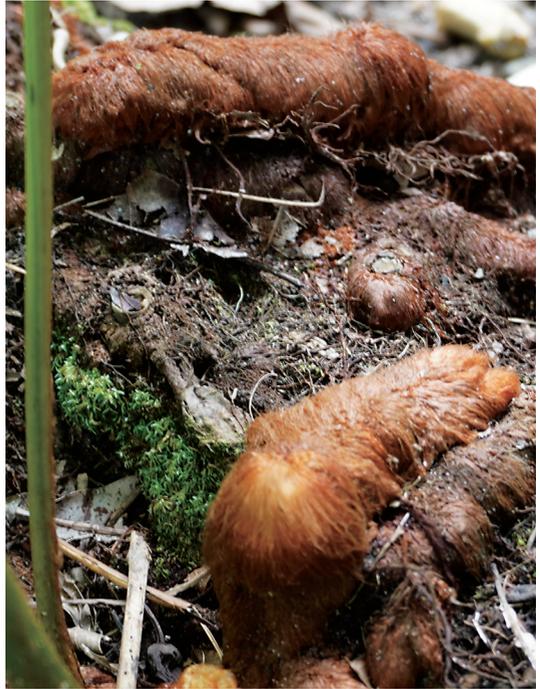
*COTOPELEJO

¿Para qué la utilizo?

Para el sarampión y la varicela.

¿Cómo la utilizo?

Se pone a hervir tres cotopelejos en una olla con dos tazas de agua. Se toma como agua de tiempo hasta que la persona se sane.



* CUMALILLO ROJO

(Tiitímuhe)

Parte que se utiliza: Corteza

¿Para qué la utilizo?

Sirve para las heridas, para la fiebre y para la diarrea.

¿Cómo la utilizo?

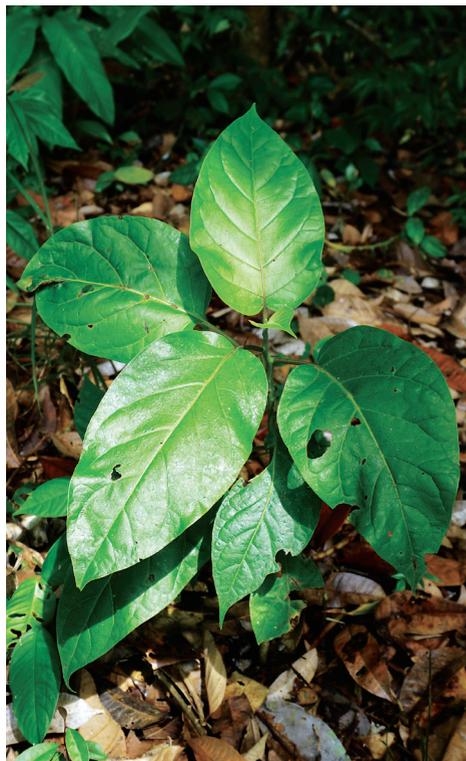
Se saca la corteza de árbol y se lo machaca, para las heridas. Se debe de poner el preparado todas las mañanas y todas las tardes en la herida para que cicatrice.

Para la diarrea, se hace hervir la corteza en un litro de agua por 10 minutos se debe tomar el preparado a las 6 de la mañana y a las 6 de la tarde por 8 días.

Para la fiebre, con las hojas chapeadas frotar la cabeza las veces que sea necesario.

Secreto

Irse en la mañanita sin conversar con nadie.



*GALLINAZO PANGA

Parte que se utiliza: Hojas.

¿Para qué la utilizo?

Sirve para el dolor de cabeza y para la gripe.

¿Cómo la utilizo?

Se chapea 4 hojas en 5 tazas de agua. Se toma 3 cucharadas del remedio. No se puede tomar más porque es un remedio muy fuerte.



*GUANÁBANA

Parte que se utiliza: Hojas.

¿Para qué la utilizo?

Para la diabetes y la gastritis.

¿Cómo la utilizo?

Para la diabetes, se saca la hoja más madura de la planta y se le cocina en un litro de agua. Se cocinan 6 hojas.

Para ambas enfermedades también se puede hacer hervir las hojas de la guanábana en tres litros de agua durante 20 minutos.

En cualquier caso, se toma como agua de tiempo.





TESTIMONIO

El tabaco sirve para cuando una persona, un niño esta con calentura. Se le chapea y se le hace bañar con eso. Con ese mismo, se le cocina la misma hoja para que lo usen los abuelos o los sabios. Lo sabios comen eso y se entretienen para poder ver, tener visión de cómo encontrar la medicina, saber qué es lo que tienen los niños, y también para concentrarse para encontrar los remedios. Para eso sirve.

**Sabia: Ana Mosquera García,
CN Remanso.**





*GUAYUSA

Parte que se utiliza: Hojas y corteza

¿Para qué la utilizo?

Diarrea, purgar y para tener más energía.

¿Cómo la utilizo?

La corteza sirve para la diarrea. Para eso se hierve bien y se toman dos cucharadas a las 6 de la mañana y a las 6 de la tarde.

Para purgar hervir hojas de guayusa en una olla y beber el preparado en ayunas.

Secreto

Continuar la dieta o el ayuno en la chacra, de 7 a 11 de la mañana.



*GUINEO MANZANO

Parte que se utiliza: Tronco

¿Para qué la utilizo?

Para la tuberculosis, el asma y la bronquitis.

¿Cómo la utilizo?

Se debe cortar el tronco del tallo por la tarde, a 10 centímetros de la tierra y cavar sobre el tallo dejando espacio para que se acumulen ahí los jugos. Luego tapar con las hojas de plátano y dejar reposar. A las 6 de la mañana, en ayunas se toma un vaso del preparado y luego lo tapa para que se sigan acumulando los jugos. También se toma como agua de tiempo.

Secreto

La persona que consume el tratamiento, después de tomar el remedio debe irse sin mirar atrás.



***GUISADOR**

Parte que se utiliza: Raíz y hojas

¿Para qué la utilizo?

Para la hepatitis y para la fiebre.
Para desinflamar el hígado.

¿Cómo la utilizo?

Se cocina y se toma como agua de tiempo por 5 días. Luego volver a tomar unos 10 gajos. Cocinar, machacar bien, y tomar. Para sacar el condimento se le tuesta durante cuatro días y luego se ralla.

Para desinflamar el hígado se cosecha la cúrcuma y se lava bien, luego se ralla en medio vaso, se exprime bien y se toma.

El tratamiento es por 8 días. También se hierven las hojas para luego bañarse con eso.

Secreto

Cosechar en ayunas sin conversar con nadie.



***HIERBA LUISA**

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para el sobrepeso, la presión, cólicos, los riñones y la fiebre.

¿Cómo la utilizo?

Se cocina la hoja y se toma un vaso del líquido caliente. Se deja toda la noche en un tazón para serenarlo y al día siguiente se toma como agua de tiempo.

Secreto

Se saca secretamente en la mañana sin que nadie te vea.



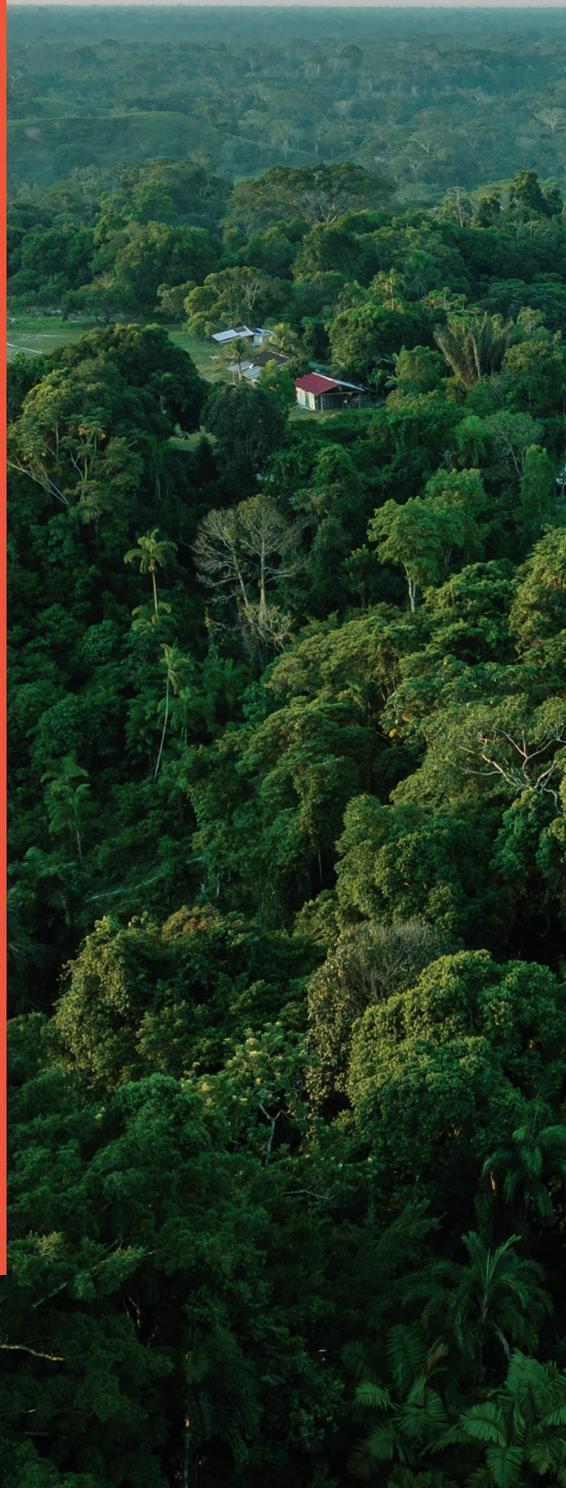


TESTIMONIO

El pampa orégano tiene variedades, uno de los secretos es ir a coger en la mañanita cuando está fresquito la hoja. Cuando el niño está airado, cuando le da un mal aire, entonces el niño empieza a vomitar, a tosear, porque en la selva eso sucede, bueno en la ciudad no se ve, pero acá sí se ve eso, empieza a vomitar, a vomitar, a tosear, entonces decimos: ya lo airado el tunche decimos nosotros.

Entonces hay que ir a sacar las hojitas del pampa orégano, lo machacas bien machacado, lo pones tres gotitas de agua florida y le das de tomar bien. Entonces el niño empieza a mejorar. O también puedes hacer tu té cuando tu estómago está mal, con gases. A veces la comida te ha hecho mal y entonces tomas tu pampa orégano, y es más manejable.

**Sabia: Zoila Ochoa,
CN Centro Arenal.**







*HOJA DEL AIRE O ESCAMA DE PAICHE

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para el cáncer, para el dolor de oído y para la tos. Para la fiebre alta y erupción en piel.

¿Cómo la utilizo?

Para el oído, se machuca y se soba en el oído, también se le toma el jugo.

Para el cáncer cocinamos nueve hojitas, serenamos y luego se toma como agua de tiempo.

Se machaca las hojas y se reposa en trago o en agua, luego se coloca las hojas machadas y remojadas directamente al cuerpo, en caso de áreas infectadas se coloca alrededor.

Secreto

Le sacamos secretamente en luna nueva.



*HUASAI

(Tóóllíuji)

Parte que se utiliza: Raíz

¿Para qué la utilizo?

Para la malaria.

¿Cómo la utilizo?

En un litro de agua se ponen doce raíces fresquitas y se le hace hervir durante 20 minutos. Se toma como agua de tiempo por 15 días. Preparar las veces que sea necesario.





*ISHANGA

(Átahe)

Parte que se utiliza: Hojas y flor

¿Para qué la utilizo?

Para el dolor de cuerpo y para el parto seco.

También sirve para el reumatismo y para la picadura de insectos venenosos.

¿Cómo la utilizo?

Para el parto seco se coge unas hojas, aproximadamente 5 y se chapea en un envase con agua hasta que quede bien espeso. Se le convida a la mujer que está a punto de dar a luz.

Para el reumatismo se frota la flor en la parte afectada, luego se soba.

Para la picadura de insectos venenosos se chapea hojas en un litro de agua y se toma. También se frota en la parte afectada.



*ITININGA

(Tútsífyiu)

Parte que se utiliza: Liana

¿Para qué la utilizo?

Para la mordedura de víbora y para la tos ferina.

¿Cómo la utilizo?

Se usa un rollo de diez lianas. Para la mordedura de víbora se machaca bien hasta que quede bien espeso, se exprime y se le da tres veces a la persona afectada. Machacar y cocinar en dos litros de agua durante quince minutos y tomar como agua de tiempo hasta que sea necesario.

Para la tos ferina se hacer hervir 100 gramos de itininga en un litro de agua y se toma como agua de tiempo.



*JENGIBRE

Parte que se utiliza: Raíz

¿Para qué la utilizo?

Para el covid, para el dolor de vientre y para el dolor de cabeza.
Para los bronquios y para el asma

¿Cómo la utilizo?

Se cocina dos gajitos de la raíz y se toma como agua de tiempo para las diferentes enfermedades.

Se prepara con huito y chancaca, se debe conseguir un huito suave y retirar toda la pulpa, luego picar el huito y hacer hervir con el jengibre y chancaca durante una hora. Hacer hervir dos veces para lograr una textura gelatinosa.

Secreto

Cosechar en ayuno y dietar.

*LANCETILLA

(Duruma)

Parte que se utiliza: Hojas y resina

¿Para qué la utilizo?

Sirve para el dolor de cabeza, de muela y para la fiebre alta.

¿Cómo la utilizo?

Para la fiebre alta se chapea seis hojas y se toma como agua de



tiempo. También se pueden triturar las hojas, dejar al sereno y tomar dos cucharadas si es adulto, y una si es menor de edad.

Para el dolor de muela se coloca la resina en la muela afectada.

*LLANTÉN

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para los cólicos.

¿Cómo la utilizo?

Hervir 20 hojitas en media taza de agua. Se toma tres cucharadas del preparado, cada hora.



*MALVA

Parte que se utiliza: Hojas y bulbo

¿Para qué la utilizo?

Para la fiebre, para dar a luz y para la alergia. También sirve para sanar los riñones.

¿Cómo la utilizo?

Para la fiebre se chapea cinco hojas y se toma el jugo. Se recomienda frotarse el cuerpo con las hojas en las horas de la mañana y tomar dos cucharadas de hojas chapeadas para la fiebre.

Para la alergia se frota en la parte afectada.

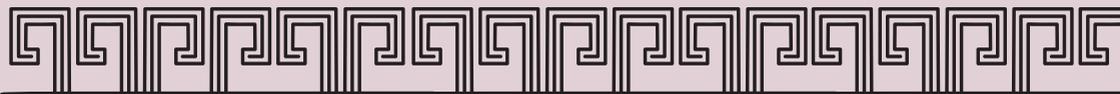
Para dar a luz también se chapea cinco hojas de malva y se le toma en patecito.

Para los riñones se chapea la hoja de malva y se le pone en un recipiente al sereno, tapado con un trapito transparente y limpio. Se toma por 7 días la malva chapeada, por la mañana al levantarse y sin conversar con nadie.

También se puede hervir un litro de agua, y colocar 10 hojas de malva por 10 segundos cuando ya esté hirviendo y tomar como agua de tiempo.

Secreto

Para los riñones, la persona que toma no debe conversar con nadie al tomar el remedio, por eso debe ser temprano.





*MUCURA

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Sirve para la tos, gripe, neumonía, saladera y también para el cáncer.

¿Cómo la utilizo?

Para el cáncer se cocina seis hojas y se toma.

Para la gripe se frota y se toma. También se puede hacer gárgaras.

Para la tos o neumonía se saca el zumo de la mucura y se da con limón.

Se debe curar por las mañanas.

Para el Asma machacar las hojas y colocare en medio litro de agua caliente. Tomar las veces que sea necesario.

Para la saladera se baldea la casa con esa preparación.

Secreto

Para cosechar se le pide a lá planta misma.



* OJÉ

(áccámico)

Parte que se utiliza: Resina

¿Para qué la utilizo?

Para purgarse de parásitos intestinales y para la mordedura de raya.

¿Cómo la utilizo?

Para purgarse de parásitos intestinales, preparar la resina del ojé en media taza de agua, poner 6 gotas de resina en agua tibia. Se le da una cucharada del remedio a la persona.

Para la picadura de raya, calentar una cucharada de remedio y aplicar en la herida.

Secreto

Tanto como el que cosecha como el que ingiere el remedio tiene que dietar, no comer en el día cosas calientes ni frías.

Para cosechar la planta del ojé tienes que ir a primera hora de la mañana sin conversar con nadie y sin que nadie te vea.

El árbol se corta por donde sale el sol hacia donde se oculta el sol.



* PAMPA OREGANO

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para los cólicos y vómitos y para el frío.

¿Cómo la utilizo?

Reposar una ramita en un litro de agua y tomar en infusión para cólicos y vómitos.

También se prepara haciendo hervir las hojas en un litro de agua durante diez minutos y tomar tibio, las veces que sea necesario.

Para el mal aire, sacas las hojitas del pampa oregano y lo machacas bien, a ese preparado se le agrega tres gotitas de agua florida. Se le da el remedio al niño que debe tomar todo.

Para el estómago se hace en infusión con las hojas.

Secreto

Tomar caliente y en ayunas.

GUÍA PARA SANAR

*CABEZA:

Fiebre:
Albahaca
Dolor de cabeza:
Albahaca, Santa María
Gallinazo Panga

*OJO:

Conjuntivitis:
Achiote

*CARA:

Quitar manchas:
Capirona
Dolor de dientes:
Coca

*PECHO:

**Bronquitis, Asma,
tuberculosis:**
Guineo Manzano

*OREJAS:

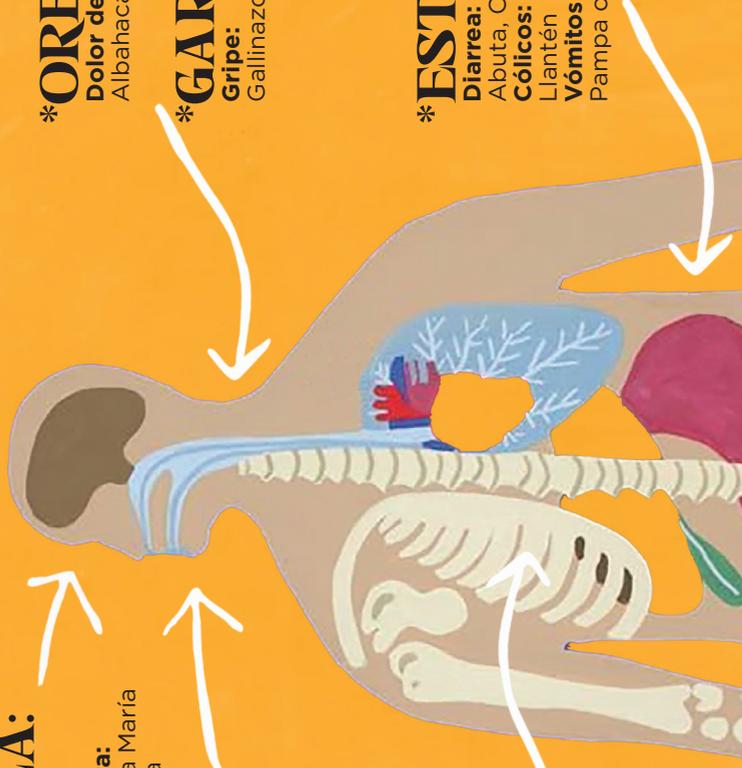
Dolor de oído:
Albahaca, Algodón

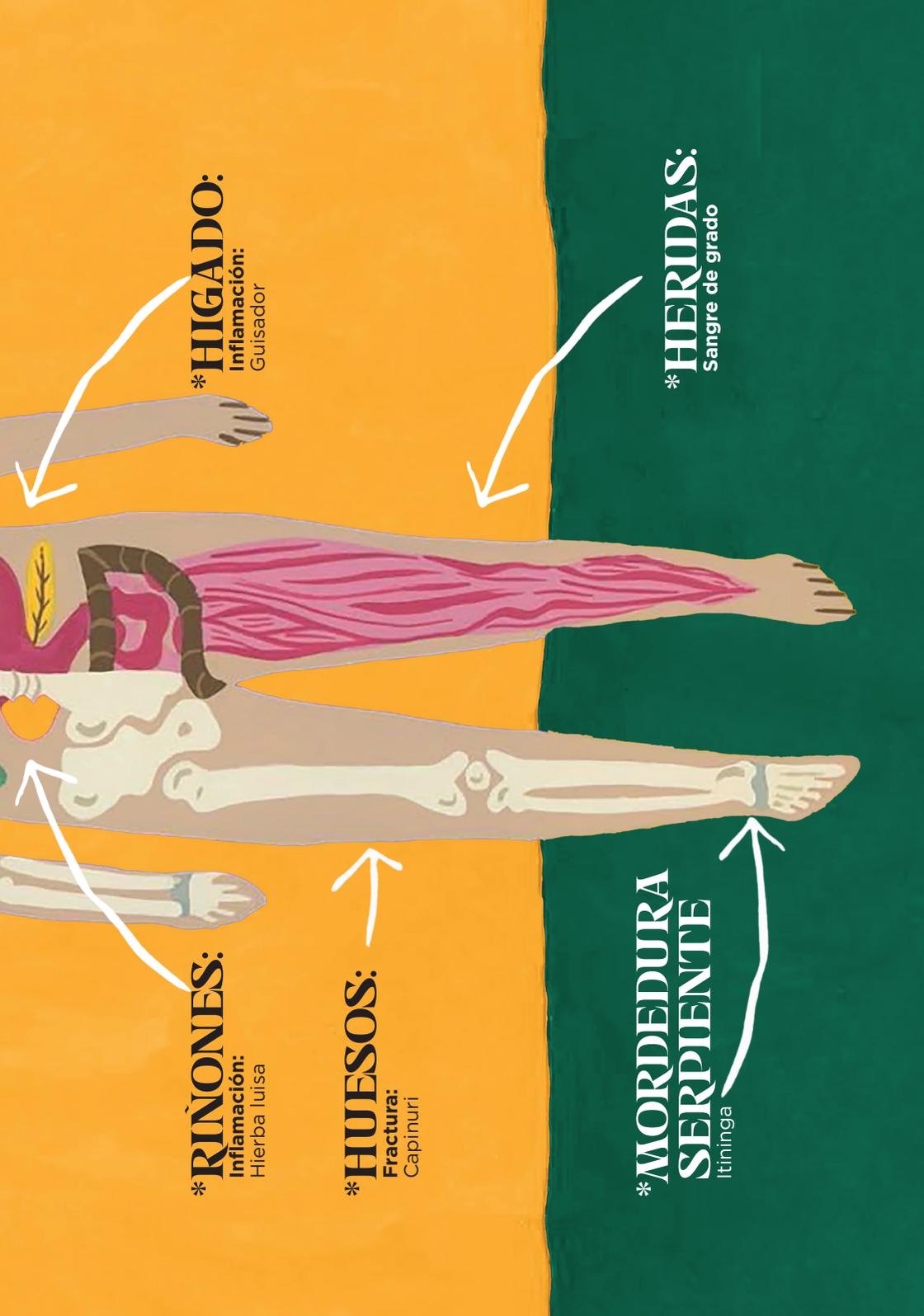
*GARGANTA:

Gripe:
Gallinazo Panga

*ESTÓMAGO:

Diarrea:
Abuta, Casho, Piri piri
Cólicos:
Llantén
Vómitos
Pampa orégano





*** RIÑONES:**

Inflamación:
Hierba Luisa

*** HIGADO:**

Inflamación:
Guisador

*** HUESOS:**

Fractura:
Capinuri

*** MORDEDURA
SERPIENTE**

Itininga

*** HERIDAS:**

Sangre de grado

*PEZ HOJA

(*Amícuhe*)

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para la alergia, carachas y uta.

¿Cómo la utilizo?

Se machaca tres hojitas del pez hoja

con saliva. Se le pone el preparado directamente a la zona afectada.

También se machaca la hoja y se puede calentar. Sirve para las tres enfermedades. Aplicar la sustancia en la zona afectada hasta que solita se despegue en uno o dos días, no mojar.



*PIÑÓN ROJO Y BLANCO

**Parte que se utiliza:
Hojas y resina**

¿Para qué la utilizo?

Para la hepatitis y para la diarrea.

¿Cómo la utilizo?

Para la hepatitis sacar la resina de la hojita chancando bien la hojita. Esa resina la sacas para el remedio. El preparado se pone en la herida del hepático.

Para la diarrea se cocina 3 hojas en una taza de agua por 5 minutos y se da tres cucharadas del remedio cada tres horas, hasta que le pase la diarrea.





*PIRI PIRI

Parte que se utiliza: Hojas y bulbo

¿Para qué la utilizo?

Para la hemorragia, diarrea y para el vómito.

¿Cómo la utilizo?

Para la hemorragia vaginal se machaca dos o tres papitas de piri piri, luego se cuele en un trapito finito y se exprime bien y luego el resultado se hace hervir en una ollita.

Para la diarrea de frío se machaca el piri piri, se cuele y se le hace hervir, para la diarrea de calor no se debe hacer hervir.

Para el vómito rallar 5 tubérculos y cocinar durante quince minutos en dos litros de agua y tomar como agua de tiempo.

Secreto

Se tiene que sacar a las 3 o 4 de la mañana para que nadie te pueda ver.



*REMOCASPI NEGRO

Parte que se utiliza: Corteza

¿Para qué la utilizo?

Para la malaria, dengue y picadura de raya.

¿Cómo la utilizo?

Para la malaria y el dengue, se raspa la corteza y se hace hervir en un litro de agua. Se toma como agua de tiempo.

Para la picadura de raya se quema y machaca la corteza y se pone el polvo del remedio en la herida las veces que sea necesario.



*RENAQUILLO

Parte que se utiliza: Corteza y resina

¿Para qué la utilizo?

Para la lisiadura.

¿Cómo la utilizo?

Se calienta 5 cucharadas de resina y la corteza. Con la resina y la corteza caliente se le frota en la parte lisiada y luego se le venda.



* ROSA SISA

Parte que se utiliza: Hojas

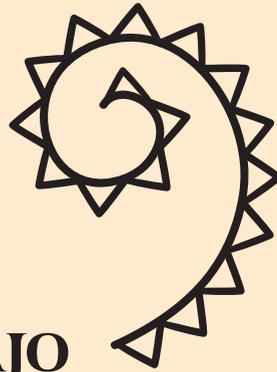
¿Para qué la utilizo?

Para el mal espíritu, para el mal aire y para la fiebre.

¿Cómo la utilizo?

Se machaca bien la hoja y se toma. También, con la hoja machacada, se soba por todo el cuerpo a la persona enferma.

Machacar las hojas, alrededor de unas 30, y se coloca en un envase cerrado con dos litros de agua fría. Se toma una taza pequeña del preparado por las mañanas y las tardes hasta ver mejoría. Con otro poco remojar la cabeza las veces que sea necesaria.



*SACHA AJO

Parte que se utiliza: Raíz y hojas

¿Para qué la utilizo?

Sirve para la saladera, fiebre, tos y gripe. También para el dolor de hueso, frío o asma.

¿Cómo la utilizo?

Raspar la raíz y hojas del sacha ajo y hacer una infusión.

Para la fiebre, tos y gripe raspar las raíces y machacar las hojas, colocar en un solo envase con dos litros de agua y cocinar por 15 minutos. Tomar dos veces al día de forma tibia, una copita.

Para la saladera se raspa muy bien la raíz y se le deja macerar en un litro de agua ardiente. El tiempo de maceramiento es de 8 días. Tomar un vasito todas las mañanas y luego bañarse.

Secreto

El que cosecha el sacha ajo tiene que dietar. La persona debe bañarse a la medianoche después de haber tomado media taza de líquido, además al día siguiente no debe desayunar, solo almorzar con poca sal.



*SACHA JERGÓN

Parte que se utiliza: Bulbo

¿Para qué la utilizo?

Para la diabetes, úlceras y gastritis.
Para la picadura de serpientes e insectos venenosos.

¿Cómo la utilizo?

Para la diabetes se hace hervir la pepa, puede ser entera, molida o rallada. Se toma la preparación como agua de tiempo. Se puede tomar al menos tres veces al día.

Para la picadura de serpientes e insectos venenosos cocinar la papa entera en un litro de agua y tomar una cucharada tres veces al día hasta ver la mejoría. Preparar las veces que sea necesario.

Para curar la diabetes, lavar bien la papa y cortar en rodajas finas, una vez que esté seco, moler y guardar en un frasco seco y limpio. Tomar en ayuna y en bebidas como, leche, jugos, todos los días.



*SANGRE DE GRADO

Parte que se utiliza: Resina

¿Para qué la utilizo?

Para heridas internas y externas.

¿Cómo la utilizo?

Para heridas internas se pone 5 gotas en media taza de agua tibia y se toma el preparado.

Para heridas externas colocar en la zona afectada con un algodón limpio.



*SANTA MARÍA

(Duruma)

Parte que se utiliza: Resina

¿Para qué la utilizo?

Sirve para el dolor de cabeza.

¿Cómo la utilizo?

Se chapea el cogollo de la planta. Se toma el remedio en las mañanas y al mediodía, por dos días.





*SUELDA CON SUELDA

(*livíu náme*)

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Para la lisiadura
Para el cáncer.

¿Cómo la utilizo?

Para la lisiadura se machaca las hojas y se le mezcla con la yema de un huevo de gallina regional. El preparado se pega bien en la parte de la fractura hasta que seque. Se tiene que aplicar a las 6 de la tarde y retirar a las 5 de la mañana. Botar el preparado luego de usarlo en un lugar que no sea muy transitable.

Al secarse el preparado se siente una pequeña comezón que indica que se debe retirar para poner otro de nuevo, hasta la mejoría.

Para la lisiadura también se puede hacer hervir tres o cuatro hojitas y tomarlo como té.

Para el cáncer tienes que hervir un kilo de hojas del suelda con suelda en tres litros de agua, que hierva bien hasta que quede un litro. Se debe tomar la preparación por 15 días.

Secreto

Para el cáncer, la persona que toma tiene que dietar, no puede comer animales de monte o animales grandes porque contaminan.

*TABACO

Parte que se utiliza: Hojas

¿Para qué la utilizo?

Sirve para la fiebre y manchari. También sirve para que los abuelos o sabios vean cómo encontrar medicinas y remedios.

¿Cómo la utilizo?

Para la fiebre se cocina la hoja y se toma, también se le chapea y se le baña.

Para curar el manchari se frota en ayunas todo el cuerpo y se baña con la planta.

También se fuma para el mal de aire.

Secreto

Al cosechar, cuando la mujer está con la menstruación no se debe acercar.

*TAMARA

Parte que se utiliza: Corteza y hojas

¿Para qué la utilizo?

Para el dolor de articulaciones, reumatismo y dolor de cabeza.

¿Cómo la utilizo?

Para reumatismo: raspar la corteza y machacar las hojas en medio litro de agua. Envolver en bijao en forma de patarashca y cuando se seque

colocar en las partes afectadas como las articulaciones.

Para el dolor de cabeza colocar el preparado en la frente, envuelto en un trapo y remojar la cabeza las veces necesarias.

Para el dolor de cabeza también se raspa la corteza para obtener el polvo y oler profundamente el preparado.

*UBO

Parte que se utiliza: Corteza

¿Para qué la utilizo?

Sirve para las heridas y para la diarrea.

¿Cómo la utilizo?

Para las heridas se quema la corteza y se muele. Se coloca el preparado en la zona afectada.

Para la diarrea se hace hervir la corteza por 10 minutos y se toma el preparado.

Secreto

Para sanar la diarrea, la persona afectada no debe consumir cosas picantes ni pescados con dientes grandes.





**CONSERVACIÓN
INTERNACIONAL**

Perú

