

Plantas medicinales para tratar enfermedades primarias en tres comunidades tuahkas

José de la Cruz Meléndez Dixon

INTRODUCCIÓN

Este documento nos muestra resultados concretos sobre el uso medicinal que hacen de las plantas la comunidad tuahka: su preparación y aplicación. También provee información de los sitios en donde se puede encontrar estas plantas, su descripción y las temporadas de corte. Igualmente describe la diferencia, en cuanto a efectividad, entre la medicina tradicional y la occidental. Además de la preparación y aplicación de la medicina, nos brinda información acerca de la forma de proceder y los cuidados que se deben tener durante determinados períodos de curación.

PLANTAS MEDICINALES PARA TRATAR DIFERENTES ENFERMEDEDES PRIMARIAS

En las comunidades indígenas tuahka existen diferentes plantas que son utilizadas para diversas enfermedades. Algunas de estas plantas provienen de culturas exógenas, y otras son utilizadas ancestralmente por nuestras comunidades, tales como las hojas y la raíces de albahaca,

culantro, el zorrillo, pico de pájaro, cogollo de guanábana, leche de Chilamate, hojas de guarumo, corteza de guapinol, hojas de eucalipto, hojas de zacate de limón, corteza de guayaba, ña de gato, hojas de jocote, aceite de coyol, hojas angiosperma, el aceite de coco, aceite de pino, cogoyo y jugo de limón, quinina, corte de mango, raíces de limón, corteza de indio desnudo, fruta y tallo de cedro macho, corteza de querosín, orégano, hombre grande, corteza de nancite.

Estas plantas medicinales se preparan de diferentes maneras y para diversas enfermedades comunes, tales como: diarrea, vómitos, dolor de estómago, dolor de cabeza, tos, resfríos, parásitos, dolor de oído, dolor de muelas, mareo. A continuación presentamos 16 plantas medicinales con sus nombres (científico, mayangna, español), temporadas de corte y el sitio en donde se pueden encontrar. Se utilizan para tratar enfermedades primarias en las comunidades objeto de nuestra investigación, con sus respectivos nombres en español y mayangna. También se presentan las temporadas de corte, su nombre científico y donde pueden ser encontradas:

Tipos de Plantas		Enfermedades	Mayangna	Nombre científico	Tamaño (planta)	Temporada de corte
1	Eucalipto: Son árboles de hasta 40 metros de altura, corteza lisa escamosa, hojas finas, y aromáticas.	Tos y gripe.	-	<i>Eucalyptus</i>	Crecen hasta 40 metros de altura.	Perenne
2	Zacate de limón: Es una hierba de hojas verdes alargadas, a veces teñidas de rojo, que posee un olor agradable a limón.	Fiebre, asma y gripe.	Ti	<i>Cymbopogon</i> y/o <i>Cicatrus</i>	-	Perenne

Tipos de Plantas		Enfermedades	Mayangua	Nombre científico	Tamaño (planta)	Temporada de corte
3	Mango	Diarrea con sangre, tos y asma.	<i>Mankru</i>	<i>Mangifera indica.</i>	Crecen hasta 40 metros de altura.	Perenne
4	Uña de gato: Es un especie de bejuco de 3cm, de forma redonda, color café, en el interior color rojizo.	Hemorragia vaginal.	<i>Kubamh Anan</i>	-	Bejuco cuyo grueso desarrolla 3 cm.	Perenne
5	Zorrillo: Hierba de hasta 1m, hojas elípticas, flores verdosas, pétalos ausentes.	Resfriado.	-	<i>Petiveria alliacea</i>	Crece hasta 1 metro.	-
6	Guapinol: Árbol de 6 m de altura, desarrolla hasta 30 metros de ancho.	Restaura la debilidad.	<i>Tip</i>	-	Desarrolla unos 60 metros de altura.	Perenne
7	Kungtitir: Una hoja redonda en forma de moneda, en la orilla tiene cortadas, no tiene olores simples.	Para dar a luz con mayor rapidez.	<i>Kungtitir</i>	-	-	Perenne
8	Albahaca: Planta aromática de hojas verdes de 15 cm de alturas y flores blancas.	Dolor de oído.	-	<i>Ar habaga</i>	15 cm de altura.	Perenne
9	Guayaba: Planta de cuatro metros de altura, tiene hojas gruesas y duras, flores blancas, tronco liso de madera muy dura.	Diarrea.	<i>Kuabris</i>	<i>Psidium Guajava</i>	Puede alcanzar hasta 4 metros de altura.	Perenne
10	Indio desnudo: Planta de 40 metro de altura, corteza lisa, color rojizo.	Susto o espanto.	<i>Limhsi</i>	-	Crece hasta 40 metros.	Estación lluviosa
11	Tomate:	Llagas, quemadura y carate.	<i>Paumak</i>	<i>Lycopersicon</i>	1 metro de altura.	Estación primaria.
12	Quinina: Es una especie de bejuco de 10 metros, se desarrolla en el subsuelo, redondo color rojizo.	Diabetes.	<i>Samalay</i>	-	Desarrolla 8 cm redondo, rojizo.	Paumak
13	Ayote: Es una especie de bejuco delgado, fino, su fruta se desarrolla del tamaño de una sandía, hojas redondas, gruesas y verdes.	Parásitos.	<i>Mukata</i>	<i>Calabaza</i>	10 a 15 metros de largo.	Apante
14	Pico de pájaro:	Llaga, tiña y otras afecciones superficiales.	<i>Pisabit</i>	<i>Senna occidentalis</i>	Plantas de 2 metros de altura.	Anual

Tipos de Plantas		Enfermedades	Mayangna	Nombre científico	Tamaño (planta)	Temporada de corte
15	Nancite: Planta frutal de hasta 20 metros, hojas pequeñas, ovaladas, flor amarilla, olor simple, es gruesa y escamosa.	Diarrea.	<i>Krabu</i>	-	20 metros de altura, 2.5 de diámetro.	Se corta anualmente.
16	Querosín: Árbol leñoso ramado, corteza aromática.	Hongos.	<i>Sahkal</i>	-	40 metros de altura, corteza gruesa y aromática.	Perenne
17	Cacao: Árbol, coliflor, flor y frutos nacen directamente del tallo y ramas, hojas anchas de 1.5 cm.	Cicatriz.	<i>Kakan</i>	<i>Del cacao o cacaotero</i>	Árbol de 10- 12 metro de alto.	Temporada primaria y secundaria
18	Waibon:	Diabetes como reconstituyente en la sangre.	<i>Piswal Wanh</i>	<i>Senna occidentalis</i>	Plantas de dos metros de altura.	Anual o perenne
19	Manzanilla: Hierba anual racimosa, de unos 60 cm. Hojas con segmentos lineales.	Varicela.	<i>Sisit</i>	<i>Matricaria curativa</i>	Hierba de unos 60 cm.	Perenne
20	Matapalo: Una planta ovalada, primero se identifica como una especie de bejuco y se desarrolla en un árbol grande, corteza lisa, ralita.	Huesos fracturados.	<i>Laka</i>	-	Crece unos 60 cm de largo.	Perenne
21	Roble: Flores blancas, por dentro semillas con pelusas.	Amenorrea.	<i>Pala</i>	-	10-25 metros de altura.	Perenne
22	Angiosperma: Planta cuyas semilla están cerradas.	Diarrea líquida.	<i>Pisit</i>	-	Una planta casera de 4 a 5 metro de altura.	Perenne

APLICACIÓN DE PLANTAS MEDICINALES A DIFERENTES TIPOS DE ENFERMEDADES PRIMARIAS

Para este apartado se presenta la aplicación de plantas medicinales en diez enfermedades primarias y comunes en las comunidades tuahkas. Se explica sus aplicaciones y dosis, dependiendo de las enfermedades. Las aplicaciones se realizan a través de plantas medicinales.

Basah (diarrea)

Preparación y dosis: Se pone a cocer, por 40 minutos, unos cuantos trocitos de la corteza de guayaba, hasta obtener un líquido bastante fuerte color rojizo. A los niños se les da dos cucharadas cada tres horas; a los adultos, ½ taza cada dos horas.

Recomendación: Para combatir la deshidratación y los

golpes de calor, tomar dos vasos de agua de arroz al día, después de hervir, dejar enfriar y colarlo.

Tining (vómitos)

Preparación y dosis: Se utiliza una buena cantidad de planta centavito; se machaca, se cuele con agua limpia, como si fuese algún fresco; en seguida se bebe un litro diario por tres días.

Recomendación: En esta aplicación no se prohíbe la dieta.

Ûtrangh (dolor de estómago)

Preparación y dosis: Se utiliza el bejuco de piswalwanh, se

corta tres pedacitos de tres centímetros y se rajan en cuatro partes. Luego se ponen a cocer por 45 minutos hasta obtener bastante solidez; después se deja reposar para enfriar, se vierte en un frasco de 2 ½ litros y se guarda por quince días. Cada tres horas se bebe ½ taza hasta terminar el contenido.

Recomendación: Se recomienda también la utilización de manzanilla la cual favorece las digestiones difíciles y ayuda a expulsar los gases del aparato digestivo.

Tunrangh (dolor de cabeza)

Preparación y dosis: Se procede a la preparación con las siguientes plantas: la dormilona, pico de pájaro, y escobillo. Se extraen las hojas y se machaca bien, luego se calienta con una hojita en el fuego, después se aplica frotando la parte afectada de la cabeza. La hoja machacada se aplica como cataplasma en la parte donde duele.

Recomendación: Una vez aplicado el remedio, no se debe salir al sereno ni mojarse, por un periodo de ocho días o más.

Uhuh (tos)

Preparación y dosis: Se pone a cocer, de cuatro a cinco minutos, tres raíces de culantro y un puñito de hojas de eucalipto, se mezclan los dos remedios y posteriormente se deja que se enfríe. Tomar luego ½ taza varias veces al día sin medida.

Recomendación: También se recomienda el jugo de limón ácido, con sal y agua tibia.

Utbanbil (parásitos)

Preparación y dosis: Se cuecen siete hojas grandes y un

puño de hojas tiernas de jocote durante veinte minutos. Luego tomar ½ tacita cada cuatro horas por un día y medio.

Recomendación: Se puede utilizar también la fruta seca de ayote cocido y tomar ½ taza cada seis horas.

Taprangh (dolor de oído)

Preparación y dosis: Machacar tres hojas de albahaca y colarlas con un trapo limpio; luego vertir en el oído dos gotitas; posteriormente se coge un pedazo de algodón mojado en el líquido y se introduce escasamente en el oído y se deja tapado. Se saca hasta el día siguiente.

Recomendación: También se recomienda para esta enfermedad el perejil. Se fabrica una pequeña pelotita, se humedece con aceite de coyol, se agrega un poquito de sal y se introduce mojado en el oído.

Anrangh (dolor de muela)

Preparación y dosis: Para este tratamiento se recomienda la leche de chilamate. Se recoge en un frasco y luego, con un pedacito de algodón o con otro material, se moja y posteriormente se introduce con mucha calma en el diente afectado.

Recomendaciones: Se debe preparar con mucha anticipación.

Dinut (mareos)

Preparación y dosis: Corteza de guapinol cocido con leche de vaca; reconstituye y quita el mareo y otras enfermedades.

PORTADORES CULTURALES DE LA INVESTIGACIÓN

Roger Stiven Sailas • Sonia Juwith • Leonel Franklin • Aquilino Melendez M. • Jacinto Marcos Taylor • Faustina Bendlis Jhony • Silvia Bendlis • Maritza López Montiel • Manuela Stiven Sailas • Paladino Fenly Penn • Saida washintong • Rivas Fedrick Isidro • Evans Penn Taylor • Cornelio Fenly Penn • Hayde Penn Taylor • Elna Dixon Bendlis • Herminia Castillo • Indalecio Scoth • Roberto Jhony Somons • Cedy Penn Morales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Hermanidad de mujeres indígenas (1997). San José, Costa Rica.

Talamanca y Cabagra. (2011). Narraciones Bribris. San José pag.48.

Ley No 759. Ley de medicina tradicional ancestral, Gaceta Diario oficial 04/07/2011 pág. 123.

La Rouse (2011).Diccionario de la lengua española

www.organizacion mundial de la salud. (2007). Bajado el 10/10/11)

www.costaricaspinalcare.com (2006). Bajado el 10/10/11)