

# PROYECTO

Fortalecimiento de la resiliencia en las comunidades rurales del departamento de La Guajira y el fortalecimiento de capacidades en el manejo de desastres y la reducción del riesgo (DIPECHO IX).

# PLANTAS MEDICINALES

# CARTILLA MEDIOS DE VIDA

CRUZ ROJA COLOMBIANA - CRUZ ROJA ALEMANA - CRUZ ROJA ESPAÑOLA



Financiado por  
la Unión Europea  
Ayuda Humanitaria



Cruz Roja Colombiana  
Cruz Roja Alemana  
Cruz Roja Española



**NGRD**  
Unidad Nacional para la Gestión del  
Riesgo de Desastres

Sistema Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres

## **Publicación de la Cruz Roja Colombiana**

Avenida Carrera 68 # 66B-31 Bogotá, Colombia

### **Cruz Roja Colombiana**

Fernando José Cárdenas Guerrero - Presidente Sociedad Nacional - CRC

Anabell Carrera - Directora Ejecutiva Cruz Roja Colombiana

Cesar Augusto Urueña Pulido - Director General Socorro Nacional

Solanyi Pachón López - Coordinadora Nacional Proyecto DIPECHO IX

### **Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres**

Carlos Iván Márquez Pérez - Director General UNGRD

### **Equipo Técnico**

Henio Lorenzo Fuentes - Técnico Agropecuario

Saider Aguilar - Técnico Productivo

Lindis Iguarán - Trabajadora Social

### **Organización y Desarrollo**

Diego Alfaro Rojas - Oficial Nacional de Comunicación DIPECHO IX - CRAL

### **Proyecto DIPECHO IX - GESTIÓN DEL RIESGO**

Esta publicación se realizó en el marco del Proyecto "Fortalecimiento de la resiliencia en las comunidades rurales del departamento de La Guajira y el fortalecimiento de capacidades en el manejo de desastres y reducción del riesgo (DIPECHO IX)".

El Proyecto fue implementado por la Cruz Roja Colombiana en coordinación con la UNGRD y contó con el financiamiento de la Dirección General de Ayuda Humanitaria de la Comisión Europea (DG ECHO), Cruz Roja Alemana y Cruz Roja Española.

# PRÓLOGO

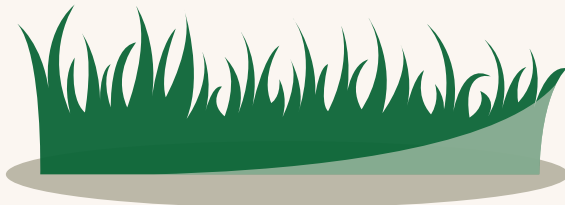
Esta investigación de plantas medicinales tradicionales ancestrales, se realizó mediante la ejecución del proyecto DIPECHO IX con la operación de la Cruz Roja Colombiana, junto a su equipo técnico, la cual trata la forma de obtener participación en el complicado campo de utilización de este tipo de material.

El texto describe de manera sencilla todos los procesos a seguir para que los lectores en forma de ilustración pongan en prácticas todo lo concerniente a esta industria del ramo de las plantas medicinales tradicionales ancestrales, en síntesis es un conjunto de conceptos que requiere de la ayuda de unos conocimientos científicos a fines para conseguir el propósito deseado. En la actualidad la medicina tradicional ancestral se ha consolidado como una disciplina con fundamentos propios que le concede bienestar a la humanidad en los aspectos económicos, sociales y culturales. Espero que todos los lectores de esta revista se empapen y transmitan todos esos conocimientos a sus semejantes ya que el lenguaje utilizado en ella es fácil y de amplia comprensión, el esfuerzo de un grupo de amigos del ramo de esta línea la paciencia de recolectar datos y experiencia dentro y fuera de este marco ecológico Guajiro me da hoy la satisfacción de dar por concluido una parte de este trabajo.



# SÜCHKI TÜ KARA> LOUKTAKAT

Achajawaakat tüü süchiki UNU>U SÜMAIWAJAT EIAJIAKAT AYULII  
aainjushi sünainjee  
Tü proyekto DIPECHO münaka, süma shia>taain KURU ROOJA  
kolompiaanakat yaajakat  
Woumainpa>a Wajira namaa kotti>raashikana sulu>u natüjain, süpüla  
na>inrüin  
Sükuai>papala tü a>yatawaa sümaajatka>lia tüü.  
Ashajuushikat tüü süküjain jamüin sükuai>pa napüla na aashaje>ets-  
hiikana süpüla  
Na>inrüin otta na>yataain süma tü UNU >U SÜMAIWAJAT  
EIAJIAKAT AYUULII, acheküsü saainji>raanüin tü eiajiakat, süpüla  
anain süküai>pa otta saainjünuin tü yaakat sulu>u.  
Ma>ulu yaa tü UNU>U SÜMAIWAJAT EIAJIAKAT AYUULII ,  
atüjaanüitpa a>au tütüin shia süpüla eiajia wayuu otta alijuna ,eesü  
süpüla suikunuin, eesu süpüla saainjünüin  
süsüin wayuu eekai cho>ujaain amüin, otta shia wakuai>pamaajatü.  
Ta>atapüin na>in na aashaje>etshiikana tü kara>louktakat, süpüla  
neki>rajüin otta nouni>rüin tü pütchikat süchiki tü a>yatawaaikat,  
süka mapüleein sa>in sünüiki ,na>yataaain jo na  
Wanee ta>aleewain sünain tü okotchi>raakat süchiki tü unu>ukalii-  
rua, yaajeechiki mmapa>a Wajira, talatsü ta>in süka kettaain süpüshi  
tü ta>yataainkat.



## BIENVENIDO

# PRESENTACIÓN

Constituye motivo primordial del presente trabajo, sobre plantas medicinales tradicionales ancestrales, proporcionar a los indígenas al igual que al alijuna con vocación práctica de este sector. Renglón este que además de ser económico cultura y tradicional, es un paquete de conocimientos y experiencia del autor; adquirida mediante prácticas y seguimientos de métodos con plantas conocidas en la medicina tradicional ancestral de los indígenas wayuu de la península de la Guajira, sin dejar de lado una gama de cursos, capacitaciones etc., que han evidenciado el fortalecimiento de sus conocimientos para transmitirlos en charlas, talleres, conferencias y en el diario trajinar de su perfil profesional.

Cuando tome la determinación de plasmar estos conocimientos sobre las plantas medicinales tradicionales ancestrales así como los restantes aportes que cimentan esta investigación, cuyo objetivo es la trascendencia de un pueblo ancestral hacia aquellas personas que por falta de conocimiento ignoran los beneficios o bondades de estas plantas que para un pueblo han sido de gran beneficio en lo relacionado con la salud debido a la carencia de recursos económicos para acceder aquellos productos o medicina comercial.

Lo anterior hizo pensar al autor escribir una obra sencilla y practica con mucha capacidad de síntesis para que los lectores tengan una información básica y la pongan en práctica de manera constante es decir por largo tiempo. Con esta recopilación anhela poner de manifiesto el amor hacia este sistema de producción de plantas medicinales tradicionales ancestrales del departamento de la Guajira; es importante poner en manifiesto mediante la elaboración de estos métodos fundamentar la parte económica social y cultural que amerite.

Por otra parte no se puede dejar de lado que algunas de estas plantas sirven como alimentación de las familias indígenas wayuu; este material da a los lectores una completa información técnica sobre la utilización adecuada de esta gran variedad de plantas medicinales tradicionales ancestrales.

# E&gt;IATIA

Sa>anainmaajatü ma>i a>yatawaakat tüü  
UNU>U SÜMAIWAJATKAT EIAJIA AYULII  
aapaa namüin wayuukana müsi>a namüin na  
alijunakana eekai tütüin a>in sünain  
a>yatawaakat tüü. O>ulaka a>yatawaakat  
tüü sünainmüinsü washirüü otta wakuai>pa  
sümai>wajatu. Süma>anejeesü nütüjain otta  
nia>taain chi kaku>mainshikai, sünainjeesü  
nüchajaain achiki sunu>use wayuu sümai>wa-  
jatü na>aka wayuukana ya>aya süpa>a  
Wajiira, süma jülüjain nain tü eki>rajúnaka  
anain nia süka shiain ni>iateein sütsin  
nütüjain, sünain nüküjain süchiki tü nütüjakat,  
sulu>u tü nia>taakalü amaa waneepia  
nikeraajakat alu>u nukara>loüktse.

Wana süma to>ttuin sünain ashajaa tü  
tatüjakat sünainjee tü UNU>U SÜMAINWA-  
JATKAT EIAJIA AYULII, müsi>a jo süpüshi tü  
tachajaalakat achiki, süpüla sütüjaanüin a>u,  
natuma na nnojoliikana atüjaain sa>u, anain  
ma>i sükuai>pa tü unu>ukaliirua namüin na  
müliashiikana sütuma nnojolin nama>ana tü  
nneet sülianjatka.

Nipeimala chi aku>majüshikai, nüshajüinjatü  
wane, kara>loukta eekai anain ma>i atüjaa  
sünainjee, natuma wanee aashaje>etshiikana  
süpüla na>inrüin shia waneepia. Süma tü  
nükotchirakat ni>itaain na>in sünain süpüla  
alin nüpüla tü apünajaakat UNU>U SÜMAI-  
WAJATKAT EIAJIA AYULII, nanainjee na  
wayuu yaatüjüliikana sulu>u tü mmakat  
Wajiira anasü sütüjaanüle a>au sünainjee  
saainjünüin, jamüin ma>i sukuai>pa, süpüla  
shia>taanüin anain, süpüla suikunuin sümüin  
eekai ein otta kojutuin shia atumaa süka  
wakuai>pamaajatüin, otta wane>eya>asa  
nnojotsü apütüjüjein tü unu>u ekünaajuuik  
natuma na wayuukana, kara>louktakat tüü  
süküjain namüin na aashaje>etshiikana jamüin  
sükuai>papala süsia tü unu>ukaliirua  
sümai>wajatka süpushuaa yaaka ya>ayaa  
napüla na laülaayukana.

# CONTENIDO

SALVIA  
LIMONERO  
TUATUA  
MEJORANA  
PRINGAMOSA  
TOTUMO  
MALVA  
MALAMBO  
DIVIDIVI  
TOTUMO  
LLANTEN  
SABILA  
TORONJIL  
OREGANO  
PAICO



# SÜCHIKI SULU&gt;UKAT KARA&gt;LOUKTAKAT:

SALVIA

LIMONERO/LIMUUNA

TUATUA/AICHUA

MEJORANA

PRINGAMOSA/YAWA

GUAYABITO

NEEN

TOTUMO/ALIITA

BORRAJA

OJO DE BUEY

JAWAAPIA

MALVA

MALAMBO/MALUA

ALMACIGO

BEJUCO DE CADENA/MAYELIIPU

AGUACATE /WAKAATE

LLANTEN/YANTEN





# INTRODUCCIÓN

Escudriñando la historia del departamento de la Guajira quedo demostrado que hace cientos de miles de años este territorio estaba cubierto por agua, prueba de ello es que si se hace una perforación al subsuelo, encontramos vestigios que nos lo demuestran tales como: caracoles, conchas de playas y arena de mar. Lo mismo que agua salada. Queda claro que a medida que pasan los años ha si también aparecen las montañas y los bosques, con ello aparecen también las plantas medicinales tradicionales ancestrales que habían de utilizar los indígenas wayuu y muchos alijunas para curar sus enfermedades la de sus familiares y sus animales. Suponemos que en un principio estas plantas por el desconocimiento de ellas la utilización era poca, se hacen mayores los descubrimientos y el consumo de las mismas, además de las plantas medicinales, descubren también otras que son utilizadas para la subsistencia, algunas eran: raíces, semillas, otros tallos y frutos, con el transcurrir del tiempo muchas de estas plantas han desaparecido pero al igual se le ha dado paso a un sin número de nuevas variedades de plantas, cuyos fines son medicinales y alimentarias.

De manera generalizada se puede asegurar que en una planta de carácter medicinal tradicional ancestral se encuentran varios principios activos medicinales, pero solo uno el principal determina sus beneficios curativos, los principios indiferentes o de lastre aíslan el principio activo principal dándole su acción específica, los principios activos no se distribuyen de manera uniforme en toda la planta, si no que se concentran en las raíces, flores, hojas, semillas frutos y cortezas. El contenido de los principios activos de una planta medicinal depende de su cultivo, recolección o almacenamiento.

En las plantas bien tratadas y almacenadas a penas se pierden y en las frescas se encuentran integro, las plantas medicinales se deben almacenar de preferencia en la mañana cuando se halla evaporado el sereno de la noche o el rocío de la mañana, la recolección se debe hacer cuando las ramas estén tiernas pero desarrolladas por completo y en plena florescencia. Es preferible recogerlas hasta 3 días después de abiertas, las raíces se deben recolectar cuando estén desarrolladas fuertes, el secado solo se debe realizar cuando ya se haya evaporado de las plantas el rocío de la mañana o el sereno de la noche para evitar que se enmohezcan; para secarlas a la sombra sobre cedazos o colgadas, se debe escoger un lugar sombreado y bien aireado nunca al sol directo.

La gran mayoría de las plantas se pueden almacenar hasta por un año, después de este pierden su poder curativo, antes de almacenarlas hay que estar seguro de que estas plantas estén completamente secas.

Por otra parte hay que destacar que las familias wayuu se encuentran dispersas en todo el departamento de la Guajira y que a su vez este departamento se subdivide, en alta, media y baja; son tres escalas totalmente diferentes, en cuanto a temperatura, suelo y clima.

Cabe anotar que en la alta Guajira las lluvias son escasas, es por ello que se le conoce como el desierto colombiano de ahí su escasa vegetación, hacen parte de ella los municipios de Uribía, del cual se encuentran los corregimientos de Nazaret y Siapana; también hace parte el municipio de Manaure en donde la mina de sal es una fuente importante de empleo para los habitantes que en su mayoría son de la etnia wayuu, incluye los corregimientos del pájaro y Arenasain por último, al norte del Municipio de Maicao se encuentra el corregimiento de Yotojoroy.

Por otro lado la media Guajira se caracteriza por su zona minera, sus grandes elevaciones que forman la serranía del Perijá el cual nos conecta con la República Bolivariana de Venezuela y sus bosques naturales bien formados, bañada en su mayoría por el Río Ranchería y sus afluentes, también se encuentran inmerso en ella el macizo montañoso, sierra nevada de Santa Marta, que hace presencia en los municipios de San Juan, Riohacha y Dibulla, estos dos últimos se encuentran al norte del departamento.

Es importante anotar los municipios que integran la media Guajira, los cuales se mencionan a continuación: Maicao, Riohacha, Dibulla, Albania, Hato nuevo y Barrancas, en donde las condiciones agroecológicas son diferentes, porque la temperatura es más baja, los bosques son más poblados y los suelos son más livianos, fértiles y las precipitaciones son más frecuentes.

Por último encontramos la baja Guajira conocida también como el sur del departamento, ubicada al norte del departamento del Cesar, cuyas tierras son llanas en su mayoría exceptuando unas pequeñas elevaciones que corresponden al cerro Pintao que a su vez lo componen los municipios de Villanueva, Urumita y la Jagua del Pilar. Esta zona es bañada en su mayoría por el Río Ranchería y el Río Cesar, últimamente fue construida la represa del rancharía la cual está ubicada en el municipio de Distracción, son terrenos totalmente fértiles con una biomasa en constante descomposición y una capa de materia orgánica gruesa, en los remansos encontramos los famosos suelos aluvionados, que no son más que la descomposición de material vegetal y animal, que al ser utilizados en la agricultura son de gran ayuda para la productividad del suelo.



# EKEROTIA

Paalamññüü sümaiwa sükjain tü kara>louktakat süchiki tü mmakat Yaa Wajjiira piratapu>usu uwin, eesu ma>aka po>lootua po>looin po>loo shikii juya alatüin süchiki, ma>aka sütünjaaneere a>au müin shia, eesüja sүpүla sүpotunüin wane ishi, suustuneetka warutta, müsi>a jasai palaairukujatu.

Atüjaana a>aulu sүlatapa suuyase, ja>yasü uuchikaliirua, mojuui otta unu>ukaliirua, ja>yasü süma>aleeya tü unu>u sүpүlajatka eiajia , sunu>use wayuu otta alijuna sümaiwa müsi>a eiajia namü>nüin.

Sa>in wamüin , nnojotpү>üsü aapaanüin sümaiwa tü unu>ukaliirua sүpүla eiajia ,sүka nnojolin sütünjaanüin a>au , otta sa>atapүnaa tü unu>u eiajjakat eesü oustunuin waneerua:

Sү>ü, sүtuna, otta süchon tü unu>ukaliirua eekai ekaajuulin, shiasa>a sүlatapa juyakaliirua, eesü sa>aka tүүirua eekai amoulouitpain , eesü waneerua eekai suustunuin , anain sүpүl eiajia ayuulii.

Sa>aka tü UNU>U EIAJIA SÜMAIWAJATKA ,eesü eekai anain sүmüin eiajia waima ayuulii , akatsa >a een waneeshia ne>e china>akajanakai ojutaakai atuma tü ayuuliikat , tü waneerua sa>akajatka tü unu>ukaliirua akaalinjүsү sүpүla tütüin tü unu>ukat ,sүpүla kapayalain sүpүla ayuuliikat nnojotsu jo wanaawain sүpayalain tü unu>ukat sүнain, eesü shiain pүlain tü suura>lakat , eesü shiale sүsii eesü shiale sүpana , sү>ü , sүchon otta sүtapa>a.

Sүpүla kapayalain ma>i tü sa>akakat jүlүjainjatü a>in tü sүpүnajjakat, sukotchöjjakat otta sünaajaya. Unu>u eekai anain atumaa ,sүnaajүнachoin yapaiwa shia , anasü ,tü unu >u eiajjakat anaajүneesü wattachon , su>unapa sojojokat jemiai , müsi>a süsamalakat wattachon, okotchöjүneesü sүtүнachenka jo>wiwa shia, süma yapain otta katsiin. Anaka sүkotchöjүнüi apүniipa ka>i suju>talaain , otta tü suura>lakat okotchöjүneesü yapapa shia

Oosojүneesü su>unapa süsamalakat sheemiaishe wattachon, müsi>a sojojokat aipa>a, suulia kacka>in otta sүmoujain , oosojүneesü sulu>u kachetüin shia otta sulu>u manai , jemiowishii ,eere suataain jouktai watta suulia ka>ikat.

Sүpushua>a tü unu>ukaliirua eesü sүpүla sünaajүнüin so>u wane juya suchikeje ti>a mapүlainsat ,sүpүlapүnaa sünaajүнüin jүlүjeesü a>ññüü ,josole shia.

Anүtaa jo waimain sүüle tü mmakat Wajjiira, müsi>a na wayuukana süma napүshi, sүpa>ashii tü mmakat ya>ayaa.

Müsi>a tü mmakat yaa Wajjiira kakatajasü: yaletshii (winpumuin), shiatapünaa (wopumuin), unapüshii (uuchimuin) wane>eya sümüin tü sa>ayulakat, sheemiaishekat otta mmakat.

Nnojotsu ma>i a>itüin juyakat cha>ya winpumuin, müsese shi>raajünüin süma anouwi kolompiaanakat, aika shi>ire iyotshii, süpüshi tü mmakat shia Uriwia (ichipkii) eere tü laülaapiakat Nasaree otta Sia>apana, otta Manaau-re (Akuolu>u), eere shikiiskat ichii, na>yataain na wayuukana, sünainje tü mmakat nna>aya tü mma Paajaro otta Aleemasain, müsi>a wiinaa sünain Maiko>u nna>aya türa laülaapiakat yotojooloin.

Jo wane>eya>asa yaa shiatapünaa Wajjiira (Wopumuin). Waima türa shikiiskat washirüü., Eesü yaletshiirua (uuchiirua), ma>aka sa>in tü uuchi Perijaakat anülia, sulu>u tü wopu chainjatka eemüin tü mma pawalaawaka amaa waya República Bolivariana Wenesueela, süma tü unu>ulia anashaa-naka ma>i, so>oji>rüinkat tü süchi, Rancheriiaakat anülia müsi>a sutuna-chen, otta yalain sa>aka, shikiiska wane uuchiirua Sierra Nevada de Santa Marta münüsü, sulu>uka mmakaliirua: San Juan, Riwaacha, (Süchiima) otta Dibulla (Yuuya) tü piamaskaliirua, winpejeesü sünain tü mmakat Wajjiira.

Shiatapünaa (Wopümuin) Wajjiira shia tü mmakaliirua: Maiko>u, Riwaacha (Süchiima) Dibulla, (yuuya), Albania, Hatonuevo, otta Waranka eere waneetüin sükuai>papala tü apünajuushikat, süka saamatuulin, waima tü unu>uliakat, jamaamasü tü mmakat, kachomeesü ma>i otta müin waneepiaka sa>in juyakat.

Yaa chiirua sulu>u unapüshii Wajjiira (uuchejee), winpejee sünain türa mma Cesar münakat oustuna anainru türa mma wanaawaka sulu>u püchiratüin shia, müsi>a sa>akapünaa eesu yaletshii, süma ein tü uuchi Cerro Pintao münakat, so>omüinsü tü mmakaliirua, Wiiyanuwewa, Urumita, müsi>a la Jagua del Pilar. Mmakat tüüirua so>oji>rüin süchikaliirua Rancheria otta Cesar. Joolu>u jekenainka aku>majünüsü tü ataüjiakat win Rancheria, suumainru>u Distracción, mma kachonlü ma>i müsü sa>in kasa aku>ma-jaasü waneepia, müsi>a wane sütapa>a ka>akasü kasairua kale>sü ma>i, otta eere tü laachenkat eesü tü mma anashaanaka ma>i, eere tü sa>atakaliirua unu>uirua otta mü>rülüirua, süpünajünapa alu>u kachonshaatasu ma>i.



## **LAS HIERBAS MEDICINALES SU HISTORIA Y SU IMPORTANCIA**

Esta investigación de plantas medicinales tradicionales ancestrales, se realizó mediante la ejecución del proyecto DIPECHO IX con la operación de la Cruz Roja Colombiana, junto a su equipo técnico, la cual trata la forma de obtener participación en el complicado campo de utilización de este tipo de material.

El texto describe de manera sencilla todos los procesos a seguir para que los lectores en forma de ilustración pongan en prácticas todo lo concerniente a esta industria del ramo de las plantas medicinales tradicionales ancestrales, en síntesis es un conjunto de conceptos que requiere de la ayuda de unos conocimientos científicos a fines para conseguir el propósito deseado. En la actualidad la medicina tradicional ancestral se ha consolidado como una disciplina con fundamentos propios que le concede bienestar a la humanidad en los aspectos económicos, sociales y culturales. Espero que todos los lectores de esta revista se empenen y transmitan todos esos conocimientos a sus semejantes ya que el lenguaje utilizado en ella es fácil y de amplia comprensión, el esfuerzo de un grupo de amigos del ramo de esta línea la paciencia de recolectar datos y experiencia dentro y fuera de este marco ecológico Guajiro me da hoy la satisfacción de dar por concluido una parte de este trabajo.

## **LA IMPORTANCIA DE LAS PLANTAS**



Las plantas de nuestro planeta cumplen con varias funciones indispensables para la continuación de la vida sobre la tierra, aseguran la producción y renovación del oxígeno necesario para la vida animal; son imprescindibles para la alimentación de los seres vivos; y a su vez, contienen principios activos medicinales que muchos animales utilizan por instinto, y que el hombre ha aprendido a emplear. Dichos principios activos de las plantas se deben generalmente a una mezcla de sustancias químicas y no a una sola sustancia.



## HISTORIA DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Desde antes de ser homínidos, el hombre utilizó instintivamente las plantas como medicina, esto no es exclusividad del ser humano, sino que lo comparte con el resto de los animales. Muestra de esto es el asombroso comportamiento de perros y gatos, que comen pasto para aliviar sus afecciones digestivas, o el leopardo que se revuelca sobre las hojas y flores de la caléndula para detener sus hemorragias y calmar el dolor de sus heridas causadas por sus peleas.

Con el transcurrir del tiempo el hombre ha adquirido variados conocimientos sobre las propiedades medicinales de las plantas a través de su propia experiencia, transmitiendo sus beneficios oralmente de generación en generación; el componente instintivo inicial, dio paso a una aptitud más racional y a una investigación más exhaustiva, dando lugar a registros escritos de las diversas investigaciones sobre las plantas que se han ido llevando a cabo a lo largo de los años.

La utilización de las plantas para la curación, como ya se dijo, tiene orígenes muy remotos, existen diferencias entre los diversos textos históricos sobre el origen de la curación por medio de plantas, lo cierto es que entre los primeros pueblos que se beneficiaron con las plantas figuran los asiáticos, como por ejemplo China, más tarde lo hicieron los pueblos Egipcios y Hebreos, así como Griegos y Romano. Las primeras descripciones de plantas medicinales surgen en los trabajos de Hipócrates, Teofrasto, Galeno y Celso entre otros. En América diversas culturas se han destacados por la utilización de plantas medicinales, las civilizaciones Mayas y Azteca estaban muy desarrolladas en este sentido, mucho más que los Europeo.

En Colombia la medicina popular se originó en el medio rural, los guaraníes de las misiones tuvieron un papel importante, lentamente fue penetrando a través de los curanderos y arriesgándose en vastos sectores de la población.

De igual forma la medicina era ejercida por individuos seleccionados en quienes se fundía la labor sacerdotal con la médica por el carácter de comunión ecológica y social que predominaba en la estructura de las comunidades indígenas, los grupos taironas, colimas y panche los denominaban mohanés y realizaban sus prácticas en unas casas especiales para ellos que los españoles llamaban bugíos, ellos recibían una educación especial por varios años en una suerte de seminario o convento llamado "cuca", donde eran instruidos por indios mayores, entre tucanos y cogí, los médicos se denominaban shamane, mientras que los grupos del litoral pacífico se denominan jaibana o nieles, independientemente del nombre asignado el chamán emerge en medio de las culturas indígenas como un individuo de unas particulares condiciones que le permiten percibir el orden de su entorno, en el cual se encuentra incluido el estado de salud de los demás indígenas y que tienen la sabiduría para emprender medidas que permitan restablecer la armonía cuando esta se pierde.

Los seres humanos aborígenes, incluyendo por su puesto a aquellos que perduran en nuestras actuales comunidades indígenas, están lejos de la charlatanería y construyen una fuerza legítima y poderosa en control y administración de los recursos naturales de las comunidades indígenas, al ser poseedores de una amplia gama de conocimientos que los hacen responsable de la supervivencias de sus sociedades, responsabilidad que ciertamente asumían y a un hoy enfrentan.

Por otro lado en la cultura wayuu estos shamane se denominan "piache" quienes son los encargados de diagnosticar y curar por medio de una detallada observación al paciente, y que además realiza lo que podía llamarse un ritual en donde por medio de la palpación, o la salvación al rededor del cuerpo, el sonar de instrumentos "maracas" y la utilización del olfato busca las pistas que le indiquen el origen de dicha enfermedad, dependiendo de esto utiliza las plantas adecuadas para tratar el problema.



## SÜCHIKI SÜKUI>PA OTTA SUJUTU UNU>U EIAJIA AYUULII

Eeirü ma>aka po>lootua po>loo shikii juyairua, sütüjaanüin a>au sujutu, tü unu>u eiajiakat ayuulii natuma na alijunakana, sa>akapünaa tü juya alatakaliirua, otta tü akuai>paakat, aapaanüsü süpüla anaate>era otta eiajia tü naatakaliirua ayuulii.

Eejee shiatapünaa tü kaka>iaitka ma>i, piantuakat po>lootua po>loo shikii juya, naapüin na>in chi alijunakai, sünain nnaate>erüin tü nukuai>pakat sünainjee tü yaakat sa>u mmapa>akat, jülüjasü na>in jamüin saiinjia otta sükuai>pa ty unu>u eiajiakat ayuulii, süpüla anain nia nüle>eru>upunaa, sünain kataakalu o>uu. Waima naa achajaaliikana süküai>pa tü kasakaliirua, eki>rajaakana sünain tü unu>u eiajiakat ayuulii, natüjaaka>a sa>u süpälain, kojutka shia natuma sünainje. Süka sütüjaanüin a>u, asha-jünüsü, oju>itinnüsü süpüla shi>raajünüin jo ma>aulu yaa.



## SUJUTU UNU>UKALIIRUA

Tü unu>ukaliirua ya sa>u mmapa>akat waimashaata tü anakat apüla, eesü süpüla katüin wo>u ya sa>u mmakat, ayatüsü waneepia suju>itia, otta shi>iratia tü asanajünaka cho>ujaasüü süpüla katüin so>u mürü>tkaliirua, cho>ujaashaatasü ma>i süpüla shiküin tü kasakaliirua katakalü o>u ka>akasü kasa tütüsü eiajia ayuulii, eesü shiküin tü mürü>tka süka sa>in süma nnojolin natüjaain a>au, otta na alijunakana neki>rajaaitpa anain jamüin süküai>pa. Müsi>a tü kasa tütükat, sa>akakat tü unu>ukaliirua, waima türa sa>akaliirua nnojotsü waneesüin.



## SÜCHIKI SÜKÜAI>PA TÛ UNU>U EIAJIAKAT AYUULII

Süüpälapünaa nu>ttuin chi alijunakai sümaa nütüjaain sa>u wane kasa, naapaatüjülia tü unu>u eiajiakat ayuulii süka na>in, nnojoishi niain nümüiwa>a sa>au, müsi>a sütuma mürü>tkaliirua. Ma>aka tü etkaliirua otta muusairua, neküin tü iyoshikaliirüa süpüla naawa>lain mojeele nale>eru>u otta chi makai sa>in kannajapüt (el que se parece al tigre) apalasijashi sa>u unu>upana otta sa>u süsii unu>u "Calendula" süpüla süsha>wale>eruïn süsha, müsi>a saawa>lain naalin mayeinre nia sütuma atkawaa.

Sülatüin juyakaliirua waima nütüjaaka a>au chi alijunakai, sünajjee sükuai>papala tü unu>u eiajiakat ayuulii sütuma naapaain shia waneepa, müsi>a nüküjain shia waneepia namüin na antüshiiikana nüchiiruejee, tü naainjapü>üka paala süka na>in, nütüja apüleeruat mapa süka nüchajaain achiki sükuai>pa niki>rajaa anainrü, nüshajaka süchiki sükuai>pa tü unu>ukaliirua so>u waima juya na>ainraka alu>u shia.

Kaka>iairü ma>i su>ttia tü eiajaakat süka unu>a wattairü saalin kara>loukta ashajünaka süchiki, eekaja>a shiimüinskat ma>i anain atuma tü unu>u eiajiakat naya palajana na waneejena akuai>pa "asiáticos" münüshii ma>aka wane mma "china" münüsu, nachikeje naya "Egipcios otta Hebreo, müshi>iya na Griegos nama Romano". Palajana ma>i ashajünüin süchiki tü unu>u eiajiakat ayuulii sünajjeesü nia>taain "Hipocrates, Teofrasto, Galeno, otta Celso" na>akajee na alijuna achajaakana sükuai>pa.

Ya>aya Ameerika waima tü akuai>paakaliirua tütükat sünaïn aapawaa tü unu>u eiajiakat ayuulii, "Mayas otta Azteca" akuai>paakaliirua tüürua tütüshaanashii ma>i sünaïn, ko>omüinreesia noulia na chajana sulu>u tü mma Europa münakat.

Yaa Kolompia tü unu>u eiajiakat ayuulii ottüsü sü>ütpünaa nepia na apünajülikana, na "guaranés" amüliajülikana anülia kojutshii ma>i sünaïnjee, nachikeje eewalaja shia nanti>rüin na kurantetkana otta no>unaji>rüin sa>akamüin watta saalin tü alijunakaliirua. Paalainka na eiajülikana ayuulii kakatshii ma>i atumaa nayapü>ü kotti>raaka ama>ana ne>e na a>yataakana sünaïn kapüchiinaa\* otta na ttotootkana. Süka müi>nña tü sükuai>pakat a>imajia mmapa>akat otta tü amüliajiakat sa>akapünaa nakuai>pa na wayuukana waneenanaka akuai>pa, eekaja na Taironas, colimas otta panches, "mohanes" münapü>üshii eki>rajünüshii sulu>u wane pinchiirua napülaajatia sünülia natuma españoolekana "bugios, waima juya neki>rajain sulu>u wane pinchi "cuca" münüsu, eere anain ma>i neki>rajaya natuma laülaayuu nakuai>pamajaatü, na>aka na "tucanos otta kogui, na ttototkana "shamane", münüshii, eekaja na kepiakana solo>u palaakat "pacífico", jaibana, nieles, münüshii, suulia nünülia chi "chaman" münakai niakai sulu>ushi nakuai>pa a wayuu waneenanaka akuai>pa süka pülashin nia, nütüjaa a>aulu jamüin sükuai>pa tü kasakaliirua ya süpa>a mmakat, süma>ale>eya tü ayuulii nanainka, otta natüjaain sa>u, jamüinjatüin sükuai>pa wane kasa eekai amuloulin, süpüla nanaate>erüin je noustuin sükuai>pa.



## ALBAHACA:

**Nombre técnico:** Ocimum basilicum L.

**Nombre vulgar:** Albahaca.

**Nombre Guajiro.** Aruwalo.

**Usos:** Interno Y externo. Dolor de cabeza y estomago digestivo. Calma el vómito, ayuda a combatir el insomnio, desinfectante de la boca y encías.



## TORONJIL:

**Nombre técnico:** Melissa Offcinalis.

**Nombre vulgar:** Toronjil.

**Nombre Guajiro.** Torönjil.

**FAMILIA:** Labiadas.

**USOS:** Externo e interno. Calma los nervios y tranquiliza, también se puede utilizar para el insomnio y problemas digestivos.

## PAICO:

**Nombre técnico:** Chenopodium ambrosioides L.

**Nombre vulgar:** Paico.

**Nombre Guajiro:** Shipiwai.

**FAMILIA:** Quenopodiaceas.

**USOS:** Interno e externo. Contra los gusanos intestinales y las verrugas.



## OREGANO:

**Nombre técnico:** Origanum Vulgare L.

**Nombre vulgar:** Oregano.

**Nombre Guajiro:** Oremano.

**FAMILIA:** Labiadas.

**USOS:** interno y externo, condimento, problemas digestivos, tosferina, asma, bronquitis crónicas, gárgaras, encías inflamadas, dolores reumáticos etc.



## SALVIA:

**Nombre técnico:** Salvia Officinalis L.

**Nombre vulgar:** Salvia.

**FAMILIA:** Labiadas.

**USOS:** Interno y externo, condimento, inflamaciones bucales, gárgaras, heridas, diarreas, expulsa cálculos renales, trastornos nerviosos.

## SABILA ALOE:

**Nombre técnico:** Aloe Vulgaris L.

**Nombre vulgar:** Sábila.

**Nombre Guajiro:** Rülip, Rüipi.

**FAMILIA:** Liliáceas.

**USOS:** Externo e interno, tosferina quemaduras, bronquitis, piel y cabellos.



## LLANTEN:

**Nombre técnico:** Plantago Lanceolata L.

**Nombre vulgar:** llantén

**FAMILIA:** Plantaginaceas.

**USOS:** Interno y externo, dolores de cabeza, jaquecas, fiebres, tos, inflamaciones de las encías y garganta, heridas.



## LIMONERO O LIMON:



**Nombre técnico:** Citrus limonum L.

**Nombre vulgar:** Limón.

**Nombre Guajiro:** Limuuna.

**FAMILIA:** Rutáceas.

**USOS:** Interno y externo, artritis, arteriosclerosis, problemas de la próstata, jaquecas, dolor de garganta, diarreas, desinfectante, adelgazante estabiliza la tensión arterial.

## ORTIGA O PRINGAMOZA:

**Nombre técnico:** Urtica Urens L.

**Nombre vulgar:** Ortiga O Pringamoza

**FAMILIA:** Urticaceas.

**USOS:** Interno y externo, artritis, gota, problemas hepáticos, urticarias, problemas de la piel, su tallo lechoso tiene injerencia en dolores de muela.



## MEJORANA:

**Nombre técnico:** *Maiorana hotensis* L.  
**Nombre vulgar:** Mejorana o Quita Dolor  
**FAMILIA:** Labiadas  
**USOS:** Interno y externo, calma los dolores de estómagos, diarreas, gases, nervios, enfriamientos, tos, cólicos de bebe, dislocaciones, torceduras, heridas mal cicatrizadas, afonías y ronqueras.



## TUATUA:

**Nombre técnico:** *Jatropha gossypifolia* L.  
**Nombre vulgar:** Tuatúa.  
**Nombre Guajiro:** Aichüa.  
**FAMILIA:** Eupohrbiaceae  
**USOS:** Interno y externo, calma los dolores renales, heridas tumba las verrugas las hojas cocidas calman también los dolores de la cadera.



## MALAMBO:

**Nombre técnico:** *Croton Malambo* Karst.  
**Nombre vulgar:** Malambo.  
**Nombre Guajiro:** Alo'uka  
**FAMILIA:** Eupohrbiaceae.  
**USOS:** Interno, se utiliza en picaduras, dolores de estómagos, dolores de cabezas etc.



## MALVA:

**Nombre técnico:** Malva silvestri

**Nombre vulgar:** Malva

**Nombre Guajiro:** Maluuya, Malu'wa.

**FAMILIA:** Malvaceae

**USOS:** Se utiliza en infusión herbal para adelgazar y para la limpieza del colon.



## TOTUMO:

**Nombre técnico:** Crescentia Cujete.

**Nombre vulgar:** Totumo.

**Nombre Guajiro:** Aliita

**FAMILIA:** Bignoniaceae.

**USOS:** se utiliza para el tratamiento de la erisipela, la semilla seca se utiliza para elaborar harina (arita) que se consume en polvo, se utiliza para el asma, gripa y tos.



## TRUPILLO O CUJI:

**Nombre técnico:** Prosopis juliflora

**Nombre vulgar:** Trupillo.

**Nombre Guajiro:** Ai' pia Aipia.

**FAMILIA:** Mimosaceae

**USOS:** La ingestión de los frutos crudos o del jugo obtenido de su cocción con panela sirve como reconstituyente, desparasitante y para aliviar los dolores de cabeza. Los frutos se trituran y se aplican para combatir el dolor de muelas. La cocción de las raíces se toma contra la fiebre alta.



## DIVIDIVI:

**Nombre técnico:** Libidibia coriaria.

**Nombre vulgar:** Dividivi.

**Nombre Guajiro:** Ichii, Chii.

**FAMILIA:** Caesalpiniaceae

**USOS:** El zumo o cocción de los frutos verdes, aplicados directamente se utiliza para curar llagas bucales y encías maltratadas, en lavados cura la diarrea y combate el dolor de estómago. El polvo seco se aplica para cicatrizar las heridas y quemaduras.



**ALBAHACA:**

**Sünülia natuma atüjashii:** Ocimum basilicum L.

**Sünülia atumaa:** Albahaca.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Aruwalo.

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta sütapa>apünaa  
Alii ekii otta ale>e, Süsha>wale>erüin eetaa,  
atunkusü, Eekai matunkuin, tütüsü süpüla,  
e>ikawaa aanükü



**TORONJIL:**

**Sünülia natuma atüjashii:** Toronjil

**Sünülia atumaa:** Türonjit.

**Süpüshi:** Labiadas.

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta sütapa>apünaa  
Payala sümüin awataa a>in, süpüla  
Eekai matunkuin otta mojuu ale>e

**PAICO:**

**Sünülia natuma atüjashii:** Chenopodium ambrosioides L.

**Sünülia atumaa:** Paico

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Shipiwai.

**Süpüshi:** Quenopodiaceas

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta sütapa>apünaa  
Süpüla eekai uliuunain otta e>wein  
Eekai awanülüüjain



## OREGANO:

**Sünülia natuma atüjashii:** Origanum Vulgare L.

**Sünülia atumaa:** Oregano.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Oreekano.

**Süpüshi:** Labiados

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta sütapa>apünaa

Anasü Süpula Sa>aka eküülü, mojuu Ale>e oonojoo, kakuaa a>in, eiajia amüra lu>upunaaSaitu>u eekai shitüin, Alii eimüshalu>upunaa



## SALVIA:

**Sünülia natuma atüjashii:** Salvia officinalis L.

**Sünülia atumaa:** Salvia.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Ishisükat unu>u.

**Süpüshi:** Labiados

**Saapaaya:** ISulu>upunaa otta sütapa>apünaa

Anasü süpula sa>aka eküülü, shitaa aanükü

Eiajia amüralu>upunaa, e>ijaa, sujui>tirüin

Shiipainchein achü>üin, süpüla eekai Patapatain sa>in



## SABILA ALOE:

**Sünülia natuma atüjashii:** Aloe Vulgaris

**Sünülia atumaa:** Sabila.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Rulipe - Rüipi.

**Süpüshi:** Liliaceas

**Saapaaya:** Sütapa>apünaa otta sulu>upunaa

Oonojoo, ishaa, josoo a>in, süpüla

Anaa atapa>a otta a>walaa





## LLANTEN:

**Sünülia natuma atüjashii:** Plantago Lanceolata.

**Sünülia atumaa:** LLanten.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** yanten.

**Süpüshi:** Plantaginaceas

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta sütapa>apünaa

Payala süpüla alii ekii, aapuwa

Jolojojolo, shittaa aitu>u, amüralu>upunaa



## LIMONERO O LIMON:

**Sünülia natuma atüjashii:** Citrus Limonum L.

**Sünülia atumaa:** Limón.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Limuuna.

**Süpüshi:** Rutáceas

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta  
sütapa>apünaa

Alii eimüshalu>upunaa, kojoo asha

Ayuuire sütatu>u nüshü>u, alii ekii

Alii amüralu>upunaa, e>ijaa, süpüla

e>ikawaa, süpüla aasülajaa,

sünaa te>erüin süshapala



## ORTIGA O PRINGAMOZA:

**Sünülia natuma atüjashii:** Urtica Urens L

**Sünülia atumaa:** Ortiga o Pringamoza.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Yawa.

**Saapaaya:** Sulu>upunaa, otta sütapa>apünaa

Alii eimüshalu>upunaa, achechejaa

Asa>a, ayuulii apana, ekuwaa atapa>a

Mojuu atapa>a, paya>la süleechinkat

Süpüla alii ai.



## MEJORANA:

**Sünülia natuma atüjashii:** Meiorana hotensis L.

**Sünülia atumaa:** Meiorana o quita dolor

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Jemetakat eejun.

**Saapaaya:** Sulu>upunaa otta sütapa>apünaa

Eimale>etsü: alii ale>e, e>ijaa

Asítaa otta aünawaa, awatuu a>in

Eemiajaa, jolojooloo, saalin süle>e

Jo>uyuu, oju>ttaa, oshokonojoo, e>ikawaa eekai

nnojorin süshateein Mojuu amüralu>u, mamülaa



## TUATUA:

**Sünülia natuma atüjashii:** Jatropha gossypifolia L

**Sünülia atumaa:** Tuatua.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Aichua.

**Saapaaya:** Sulu>upunaa, otta sütapa>apünaa

Eimale>etsü: alii achü>üin, e>ikawaa,

Sujuti>rüin e>wein eekai awanülüjain

Tü unu>upanakat a>lakajuushi shiima le>erüin

Tü aliika achüipa>a



## MALAMBO:

**Sünülia natuma atüjashii:** Croton malambo karst

**Sünülia atumaa:** Malambo.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Aruwalo.

**Süpüshi:** Eupohrbiaceae

**Saapaaya:** Sulu>upunaa, tütüsü

süpüla shiküle

Otta süchotüin kasa, süpüla alii ale>e

Otta ekii



## MALVA:

**Sünülia natuma atüjashii:** Malva silvestri

**Sünülia atumaa:** Malva.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Maruuya, malua

**Süpüshi:** Malvaceae

**Saapaaya:** Payala sulu>u sü>lakajuushin  
süpüla

Aasülajaa otta süpüla o>ulejia sükokoretse



## TOTUMO:

**Sünülia natuma atüjashii:** Crescentia cujete

**Sünülia atumaa:** Totumo.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Aliita.

**Süpüshi:** Bignoniaceae

**aapaaya:** Payala süpüla wanülüle süsa>a  
nüsü sü>ukat oosojünüsü saainjünaka>a

Sulu>u sawain shia, tütüsü

Süpüla kakuaa a>in, shunui otta  
Jolojooloo



## TRUPILLO O CUJI:

**Sünülia natuma atüjashii:** Prosopis juliflora

**Sünülia atumaa:** Trupillo.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Aipia.

**Supushi:** Mimosaceae

**Saapaaya:** Tü shirakat sulu>u iein otta sulu>u

Sü>lakajuushin süma paneera

Asünüsü süpüla tütüü a>in otta süpüla

Uliuuna, alii ekii, achitünüsü aipiakat

Süpüla alii ai, anasü süpüla aapuwa

Sulu>u sü>lakajuushin



## DIVIDIVI:

**Sünülia natuma atüjashii:** Libidibia coriaria.

**Sünülia atumaa:** Dividivi.

**Sünülia Wayuunaikiru>u:** Ichii,.

**Supushi:** Caesalpiniaceae

**Saapaaya:** Anasü shira

süchon sulu>u iein

Otta sü>lakajuushin, e>itaanüsü

Süpüla eiajaa aanüküü otta

Aitu>u eekai shi>ikain, eiajüsü

e>ijaa otta alii ale>e. Müsi>a

Tü sümamülachenkat sulu>u

josoin e>itaanüsü sa>u ishasü

otta mayelii



# BIBLIOGRAFIA

HENIO LORENZO FUENTES AVILA; nació en minguí Riohacha la Guajira Colombia un día 18 de enero de 1955 sus estudios primarios los realizo en la escuela rural mixta del pueblo que lo vio nacer (mingui) los secundarios los realizo en los institutos técnicos agropecuario, de carraipia en la guajira y san Gerónimo en Antioquia respectivamente, en este último recibe el título de técnico agropecuario; tiene en su haber cursos, capacitaciones, talleres entre otros direccionados a enriquecer un propósito o un principio que nace en casa y crece con él.

Es consiente que haber nacido en la clase social media baja le ha causado inconvenientes de tipo económico para continuar desarrollando la parte científica del sector agropecuario, a pesar de estos obstáculos ha logrado hacer realidad parte de su proyecto de vida, significa un reto soñar con metas que se cumplen si existe voluntad, sacrificio, norte y compromiso, pero sobre todo conciencia.

Aprendió de la vida que las cosas de valor se obtienen con mucha dedicación y que para conseguirlas hay que ser perseverante constante. Ha sido autor de algunos trabajos bibliográficos de los cuales se ha publicado un libro el cual lleva como título original "COMO SEMBRAR HORTALIZAS, VERDURAS Y LEGUMBRES" editado por Editorial fondo Nacional Feria nacional del libro de la ciudad de Villavicencio.



Federación de  
la Unión Europea  
Ayuda Humanitaria



Cruz Roja Colombiana  
Cruz Roja Alemana  
Cruz Roja Española



**NGRD**  
Unión Nacional de Cruz Roja del  
Magdalena

Ministerio del Interior y Gobierno del Magdalena del Atlántico