



**PLANTAS MEDICINALES DOMESTICAS DE LA VEREDA COBALO
RESGUARDO DE KOKONUKO-MUNICIPIO DE PURACE**

GLADEMIR ESCOBAR
HUMBERTO VALENCIA AVIRAMA

UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTONOMAS DE LA COSTA CARIBE
NICARAGUENSE – URACCAN
UNIVERSIDAD AUTONOMA INDIGENA INTERCULTURAL – UAIIN
CONSEJO REGIONAL INDIGENA DEL CAUCA - CRIC
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA COMUNITARIA
COLOMBIA, 2012



**PLANTAS MEDICINALES DOMESTICAS DE LA VEREDA COBALO
RESGUARDO DE KOKONUKO - MUNICIPIO DE PURACE**

GLADEMIR ESCOBAR
HUMBERTO VALENCIA AVIRAMA

Trabajo de grado para optar el título de:
LICENCIADOS EN PEDAGOGÍA COMUNITARIA

Orientador UAIIN
MANUEL SISCO

UNIVERSIDAD AUTONOMA INDIGENA INTERCULTURAL – UAIIN
CONSEJO REGIONAL INDIGENA DEL CAUCA - CRIC
LICENCIATURA DE PEDAGOGÍA COMUNITARIA
COLOMBIA 2012

Nota de aceptación

El presente trabajo de investigación "PLANTAS MEDICINALES DOMESTICAS DE LA VEREDA COBALO RESGUARDO DE KOKONUKO MUNICIPIO DE PURACE, fue aprobado el 26 DE OCTUBRE DE 2012.

Representante CRIC

Coordinador UAIIN

Gobernador del Cabildo

Orientador

Popayán, Noviembre de 2012

DEDICATORIA

Con profunda gratitud al Ángel de bondad mi madre y especialmente a mi abuela que en mis primeros años siendo mi maestra me entrego un puñado de semillas que hoy feliz veo fructificar entre los seres que más amo mis hijos, alumnos y familia.

GLADEMIR ESCOBAR

Con mucho cariño a Jesucristo el autor de mi vida, a mi esposa Lilia, a mis hijos Jhonatan, Angie Daniela y a mis padres quienes me han brindado todo su apoyo, y que me han comprendido en mis ausencias.

HUMBERTO VALENCIA AVIRAMA

AGRADECIMIENTOS

Los autores expresamos agradecimientos a:

MANUEL SISCO asesor metodológico por su constante interés, apoyo incondicional y efectivas sugerencias

Igualmente le agradecemos a toda la Comunidad Educativa del Centro Educativo Pisanrabó sede Escuela Cobalò que cultivan los valores espirituales, ancestrales y éticos como su mayor tesoro. Igualmente nuestro agradecimiento a los mayores, médicos tradicionales, parteras, sobanderos, y custodios de semillas mayores y mayores de la comunidad.

De igual manera agradecemos a los docentes, estudiantes de grado cuarto y quinto, y a los padres de familia del por su valiosa colaboración.

También queremos expresar nuestro agradecimiento a las autoridades tradicionales en especial al cabildo de Kokonuko por su apoyo en los diferentes procesos de la educación.

Además expresamos los más sinceros agradecimientos al profesor Rubén Darío Muñoz por su valioso apoyo y colaboración con el proyecto.

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	12
1 PROBLEMÁTICA.....	15
2 JUSTIFICACION.....	16
3 CONTEXTO	17
3.1 ASPECTOS GEOGRAFICOS.....	17
3.2 EL RESGUARDO DE KOKONUKO.....	18
3.2.1 <i>Ubicación en el contexto geográfico</i>	19
3.3 ASPECTOS SOCIOECONÓMICOS.....	23
3.4 ECOLOGIA.....	23
3.5 HIDROGRAFÍA.....	23
3.6 LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA.....	24
4 LA INVESTIGACION	26
5 OBJETIVOS.....	30
5.1 OBJETIVO GENERAL.....	30
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	30
6 CONCEPTUALIZACIÓN.....	31
6.1 LA MEDICINA TRADICIONAL.....	31
6.2 LAS PLANTAS MEDICINALES Y SU IMPORTANCIA	32
6.3 LA MEDICINA TRADICIONAL Y LA JUVENTUD.....	40
6.4 LA AUTORIDAD Y LA MEDICINA TRADICIONALES	42
6.5 LA IMPORTANCIA DE LAS SEMILLAS	43
6.5.1 <i>El custodio de semillas</i>	44

6.6 LA MEDICINA TRADICIONAL Y LA EDUCACION PROPIA.....	45
6.7 INVESTIGACION EN EL CAMPO CON PLANTAS.....	48
7 METODOLOGÍA.....	51
7.1 ESTRATEGIAS METODOLOGICAS.....	51
7.2 DISEÑO METODOLOGICO.....	55
7.2.1 Trabajo de campo.....	55
8 PROPUESTA PEDAGOGICA O EDUCATIVA.....	57
9 UNIDAD DIDACTICA.....	61
9.1 RESULTADOS CON GRADOS 4 Y 5.....	62
9.1.1 Conclusiones.....	63
9.1.2 Recomendaciones.....	63
9.1.3 Evaluación.....	63
9.1.4 Recursos de la investigación.....	63
9.2 PASOS – PARA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA.....	64
9.3 GUIA ILUSTRADA DE PLANTAS MEDICINALES (PROPUESTA).....	64
10 RESULTADOS O HALLAZGOS.....	67
10.1 INTRODUCCION A LA GUIA.....	69
11 CONSIDERACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	84
FUENTES DE CONSULTA.....	86
ANEXOS.....	89

LISTA DE FIGURAS

- Figura 1. Volcán Puracé Tomada por Glademir Escobar.**18**
- Figura 2. Mapa 1 de Suramérica con Colombia, Cauca.**19**
- Figura 3. Mapa 2. Resguardo Kokonuko – Vereda Cobaló.**20**
- Figura 4. Mapa 3. Resguardo de Kokonuko Hidrográfico.**21**
- Figura 5. Mapa 4. Resguardo de Kokonuko y los pisos térmicos.**22**
- Figura 6. Escuela Cobaló.**24**
- Figura 7. Niños visitando la huerta del abuelo Higinio vereda Cobaló.**28**
- Figura 8. Profesores y niños de Cobalò sembrando plantas medicinales.**36**
- Figura 9. Niños de la escuela Cobalò, recorriendo la vereda Cobalò.**36**
- Figura 10. Entrevista a los mayores de la vereda cobalò.**40**
- Figura 11. Exposición del médico tradicional.**41**
- Figura 12. Conversatorio de estudiantes e investigadores con la líder empírica.**41**
- Figura 13. Encuentro con custodios de semillas los custodios de semillas.**44**
- Figura 14. Encuentro del Medico tradicional y la comunidad.**45**
- Figura 15. Niños y padres de familia seleccionando y cultivando las plantas.**47**
- Figura 16. Panorámica de la escuela Cobalò.**47**
- Figura 17. Recorrido por el territorio de Cobalò.**50**
- Figura 18. Elaboración del mosaico de plantas medicinales por los estudiantes.**52**
- Figura 19. Elaboración del mosaico de plantas medicinales por los estudiantes.**53**

- Figura 20. Capacitación en la toma fotografías a estudiantes. **54**
- Figura 21. Recopilación de la información por parte del grupo investigador. **56**
- Figura 22. Esquema del Proyecto Educativo Comunitario del resguardo de Kokonuko. **60**
- Figura 23. La flor y su estructura. **65**
- Figura 24. Esquema para la utilización de la guía de plantas medicinales. **66**
- Figura 25. Portada ilustrativa de la guía de plantas medicinales. **69**
- Figura 26. Portada de la guía ilustrada de plantas medicinales. **69**
- Figura 27. Manzanilla. **70**
- Figura 28. Menta. **71**
- Figura 29. Siempre viva. **71**
- Figura 30. Caléndula. **72**
- Figura 31. Pepo. **72**
- Figura 32. Violeta. **73**

LISTA DE ANEXOS

Anexo A. Entrevistas (Testimonios).**89**

Anexo B. Mosaico fotográficos sobre la investigación.**92**

Anexo C. Introducción a la guía.**99**

GLOSARIO

HERBARIO: En botánica, un herbario (del latín *herbarían*) es una colección de plantas o partes de plantas, desecadas, preservadas, identificadas y acompañadas de información crítica sobre el sitio de colección, nombre común y usos.

REVITALIZACION: revivir, renovar algo que esta descuidado o abandonado dar nueva vida a algo o a alguien

FORTALECIMIENTO: hacer más fuerte algo que se está haciendo, o posicionando más ese conocimiento.

MEDICINA: Para la comunidad de Kokonuko la medicina tradicional es la manera como se pueden utilizar las plantas como un remedio a modo de formula natural para calmar y curar las enfermedades.

NATIVA: que solamente se encuentra en una zona o lugar de acuerdo a las características del clima.

CUSTODIOS: Personas de la comunidad encargadas de conservar las semillas propias

INTRODUCCIÓN

Desde los inicios de la vida del hombre siempre ha utilizado su entorno para sobrevivir, con esto nos permite identificar y emplear varias especies de plantas con fines diferentes tales como: vestido, alimentación, ornamentación, construcción, salud entre otros.

Estos conocimientos han sido transmitidos de generación en generación a través de la tradición oral permitiendo que aun en el siglo XXI se mantenga los conocimientos de nuestros antepasados. Entre las plantas que el hombre ha utilizado, se encuentran las especies medicinales, que son aquellas que en determinadas dosis producen un efecto sobre la salud de las personas y aun de los animales.

El conocimiento y la práctica de la medicina tradicional está amenazada a desaparecer, indicio de ello es que muchas de las personas especialmente los niños y jóvenes desconocen los valores curativos de las plantas o no le dan el valor que ellas tienen incluso se piensa que son maleza por crecer sin que nadie las siembre.

Este trabajo se encaminó a la revitalización y el fortalecimiento del uso de algunas plantas medicinales domesticas que sobreviven en la vereda Cobalò ubicada en el resguardo de Kokonuko, municipio de Puracé dentro de la poca vegetación nativa que aún subsiste y que se ha podido evidenciar.

La aculturación, el consumismo y facilidad han permitido que desconozcan o se hayan dejado de utilizar y de saber para que se utilizaran algunas de estas

plantas debido a la pérdida de nuestros usos y costumbres sufridos a través de los años.

El punto de partida desde la escuela y la comunidad educativa fue identificar la riqueza natural de la zona investigando las propiedades curativas, alimenticias y fragantes, para construir una guía de plantas medicinales domésticas con la comunidad educativa de la Escuela Cobalò utilizando la Investigación y Participación comunitaria con el fin de revitalizar, reafirmar y fortalecer el conocimiento y aplicación en el uso de las plantas medicinales.

La metodología consistió en aplicar inicialmente una encuesta que revelara las preferencias de cada uno de los participantes del proyecto (docentes responsables de la investigación, padres de familia, estudiantes y demás personas colaboradoras) hacia el manejo de las plantas medicinales domésticas, para posibilitarle posteriormente a cada uno la oportunidad de participar responsablemente en las tareas que ellos mismo se habían propuesto en los distintos eventos planeados los cuales fueron analizados de forma conjunta, mejorando el trabajo día a día.

Este trabajo conto con el respaldo médicos tradicionales, sobanderos, Parteras, pulsadores y comunidad en general para la elaboración de la guía, los docentes apoyaron las iniciativas que se tenían desde las distintas áreas, los directivos del centro en la gestión y ex alumnos en el seguimiento.

El porcentaje de participación responsable de los estudiantes en promedio teniendo en cuenta las actividades programadas fue del 93%, lo que muestra que se puede llevar al estudiante, bajo su propia iniciativa hacia un verdadero compromiso.

Se identificaron mediante esta metodología alrededor de 82 plantas con sus propiedades medicinales y culturales, dejando como evidencia fotografías y material escrito que posibilite consultas hacia el futuro. Además algo muy importante fue el lograr reunir los médicos tradicionales, parteros, sobanderos, custodios de semillas en distintos eventos para que se logre una verdadera comunicación frente a los niños y padres de familia.

Se espera que este trabajo se siga implementando en todos los grados de la institución y en otras instituciones logrando así el fortalecimiento de la responsabilidad en el estudiante y el investigador porque coloca cuidado, atención y aplicabilidad en lo que hace y decide hacer.

1 PROBLEMÁTICA

La calidad de vida y el deterioro de la salud de la comunidad, los estadistas casi siempre la miden con parámetros económicos sin observar la crisis en la pérdida y valoración del conocimiento ancestral que se ha agravado en las últimas décadas; se puede observar que, tanto en las grandes ciudades como en las comunidades más alejadas de la civilización, se están generando conflictos que se traducen en una desestabilización social. La búsqueda de alternativas de una mejor calidad de vida plantea la urgente necesidad de retomar la persona como ser responsable frente a su existencia y a la de sus semejantes propiciando un encuentro consigo mismo y con su medio, que le permita una relación armónica con su mundo externo evitando la degradación del ser humano con la utilización consumista de la medicina sintética volviéndolo dependiente, afortunadamente la medicina tradicional y los médicos tradicionales han existido y no han dejado perder ese conocimiento, el cual va a ser un legado muy importante que se les quiere dejara a las futuras generaciones comenzando con los niños en las diferentes escuelas de nuestro resguardo,

Un aspecto que se ha podido evidenciar en los niños y de la mayoría de los padres de familia de la vereda Cobaló es la falta de conocimiento sobre la mayor parte de la riqueza natural de su entorno como son las plantas medicinales domesticas por lo tanto la propuesta consiste en resolver el siguiente interrogante ¿Cuáles son las plantas medicinales propias del área de influencia de la comunidad y las propiedades utilitarias de las mismas en la vida del pueblo Kokonuko?

2 JUSTIFICACION

Se hace necesaria la ejecución de este trabajo pues propicia que los estudiantes, padres de familia y comunidad del Centro Educativo Pisanrabó Sede Cobalò se conviertan en agentes activos hacia la solución de un problema como es la utilización de las plantas medicinales domesticas ya que existe desconocimiento y subvaloración de la medicina tradicional. Se busca que la comunidad y el estudiante proponga y lidere actividades en el desarrollo y ejecución de las mismas utilizando para éste propósito espacios tales como: la huerta escolar, la huerta familiar y el poco bosque nativo que aún se encuentra en la región.

La responsabilidad a través de ésta propuesta se practica día a día y se acrecienta en la medida en que el estudiante, el padre de familia y la comunidad aplican ese conocimiento con el propósito de fortalecer la identidad cultural del pueblo Kokonuko. Uno de los beneficios que trae la formulación de este trabajo es que no sea dependiente únicamente de la medicina occidental si no que parta desde el conocimiento ancestral en la utilización de las plantas medicinales.

En la escuela los estudiantes fortalecen los usos y costumbres de la comunidad además de su capacidad creativa en el momento en que desarrolla actividades que implican el uso de un lenguaje verbal, escrito o artístico al instante que empieza a relatar, escribir y dibujar alguna planta medicinal propia de la región la cual ha sido investigada por él o uno de los mayores de la comunidad. En los establecimientos educativos que tienen la huerta escolar en su mayoría la utilizan para reforzar y aplicar conocimientos de las ciencias naturales. Sin embargo se puede retomar para inculcar los valores curativos de las plantas medicinales domésticas, debido a que las actividades de huerta requieren compromisos personales creados por el mismo estudiante, el docente, el padre de familia, las autoridades y comunidad en general.

3 CONTEXTO

3.1 ASPECTOS GEOGRAFICOS

Su relieve quebrado debido a la misma accidentalidad de la cordillera central; teniendo como montañas sobresalientes entre otras los “Picos de los Coconucos”. Y el majestuoso volcán Puracé es un paisaje atrayente basado en la potencialidad de sus recursos naturales, hídricos, fauna y flora; sus tierras son de origen volcánico aptas para la agricultura y ganadería.

Desde la aparición de la colonia en particular con la iniciación de las haciendas, el pastoreo, las tierras en una forma lenta pero constante ha venido sufriendo desgastes en su consistencia fertilidad concretamente con la deforestación de las plantas nativas.

En las dos últimas décadas a pesar que las comunidades manejan el discurso de la conservación ambiental y su equilibrio ecológico, las mismas condiciones económicas, necesidades han hecho que se genere el cultivo de maderas industriales (pino espátula, eucaliptos) lo cual sigue contribuyendo al desgaste vegetal, humus y merma del recurso hídrico, sin embargo este recurso es suficiente debido a las mismas condiciones y/o características de su topografía y recursos vegetales reflejado también en sus aguas termales: Agua Hirviendo y Agua Tibia, lugares de gran afluencia turística, recreativa salubre. Es de anotar que existen recursos hídricos sin explotar como son los termales de Hornos y Pozo Azul. (Tomado del proyecto educativo comunitario Pág. 8)

Figura 1. Volcán Puracé Tomada por Glademir Escobar



Fuente propia

3.2 EL RESGUARDO DE KOKONUKO

El Resguardo Indígena de Kokonuko limita:

Al Norte: con el Resguardo de Puracé, Municipio de Popayán.

Al Sur: Resguardo de Paletará.

Al Occidente: Municipio de Popayán y Sotará.

Al Oriente: Resguardo de Puracé.

Lo conforman las siguientes veredas: San Pedrillo, Cobalò, Pisanrabó, Alto de la Laguna, Yaquivá San Bartoló, Cristal, Patugó y el Trébol. (Ver mapa 1)

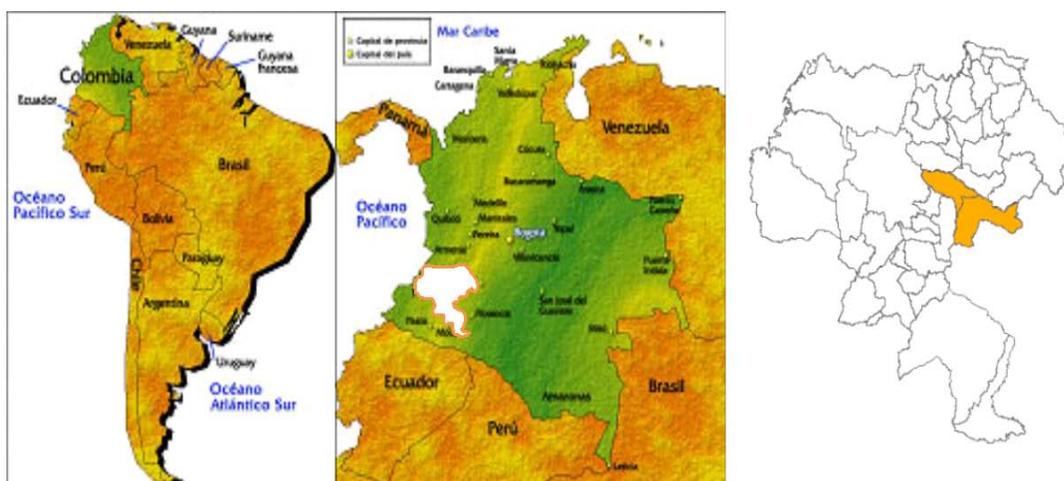
Tiene una extensión aproximada de 8.565 hectáreas y fue legalizado Tierras de clima frío, cuya temperatura oscila entre los 12° y 18° C, con una altitud aproximada de 2360 –metros sobre el nivel del mar.

La sede educativa Cobaló, se encuentra a una distancia de 3 Km. Vía carretable a la cabecera municipal Coconuco y a 40 Km. De Popayán capital del departamento del Cauca.

Los suelos de origen volcánico de un PH de 5.5 (ácido, bajo en carbonatos). Los meses de lluvias son mayo, junio julio, octubre noviembre y diciembre y los meses secos son enero febrero, marzo, abril, agosto y septiembre. El corregimiento de Kokonuko se caracteriza por tener una gran riqueza en recursos naturales (flora, fauna, agua, tierra fértil), ya que su cercanía al Parque Nacional Puracé hace que la diversidad de especies animales y vegetales sea alta. La idiosincrasia de su gente es clara y manifiesta por el mismo origen de su raza taciturna, humilde, altiva, reflexiva y a la vez exigente por la defensa de su identidad e intereses; conservadora de algunos usos, costumbres, tradiciones de sus ancestros tales como la conservación y defensa de las tierras, la organización y autoridad base en la estructura de un Resguardo.

3.2.1 Ubicación en el contexto geográfico

Figura 2. Mapa 1 de Suramérica con Colombia, Cauca



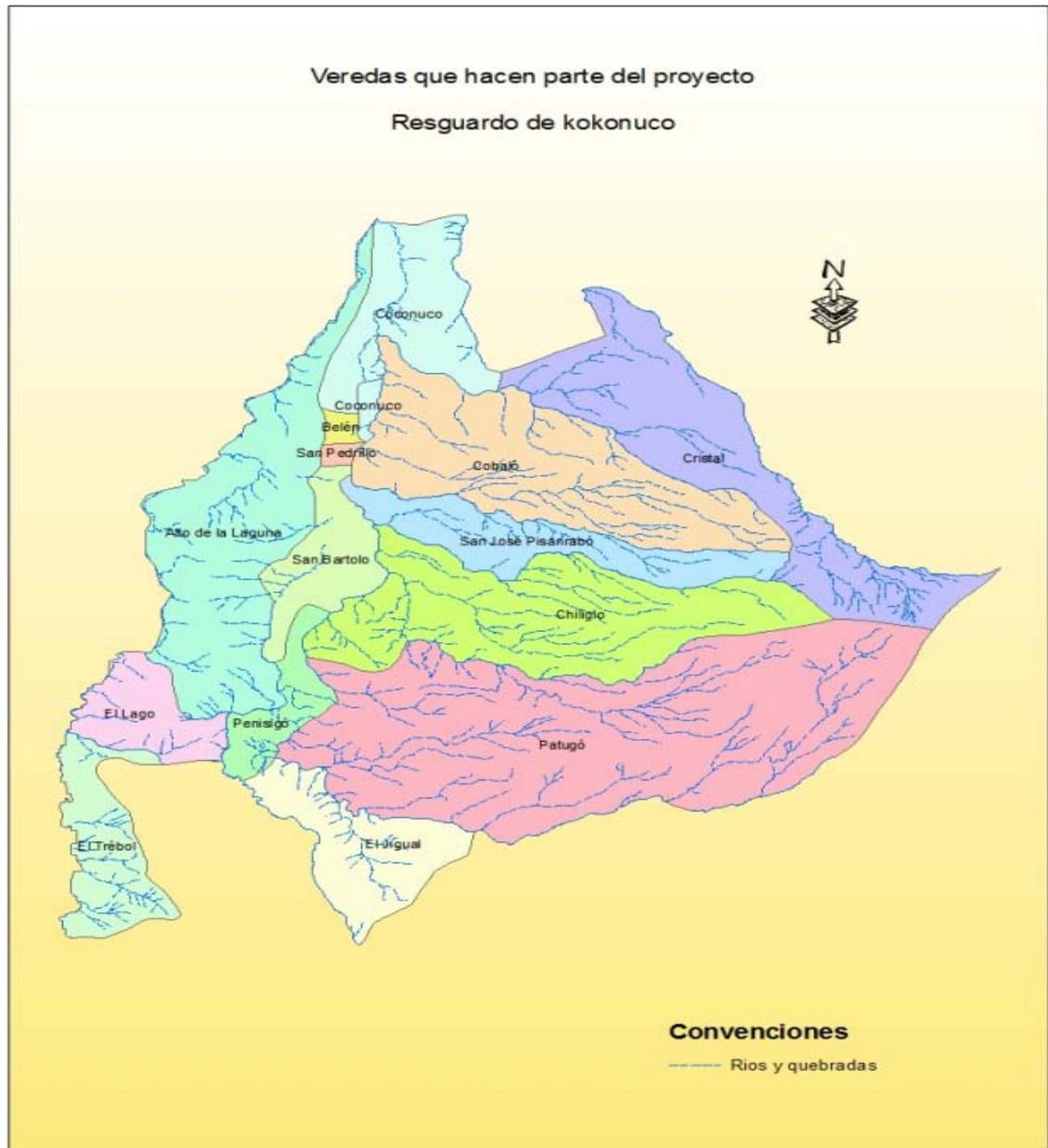
Fuente. Wikipedia enciclopedia libre.

Figura 3. Mapa 2. Resguardo Kokonuko – Vereda Cobaló



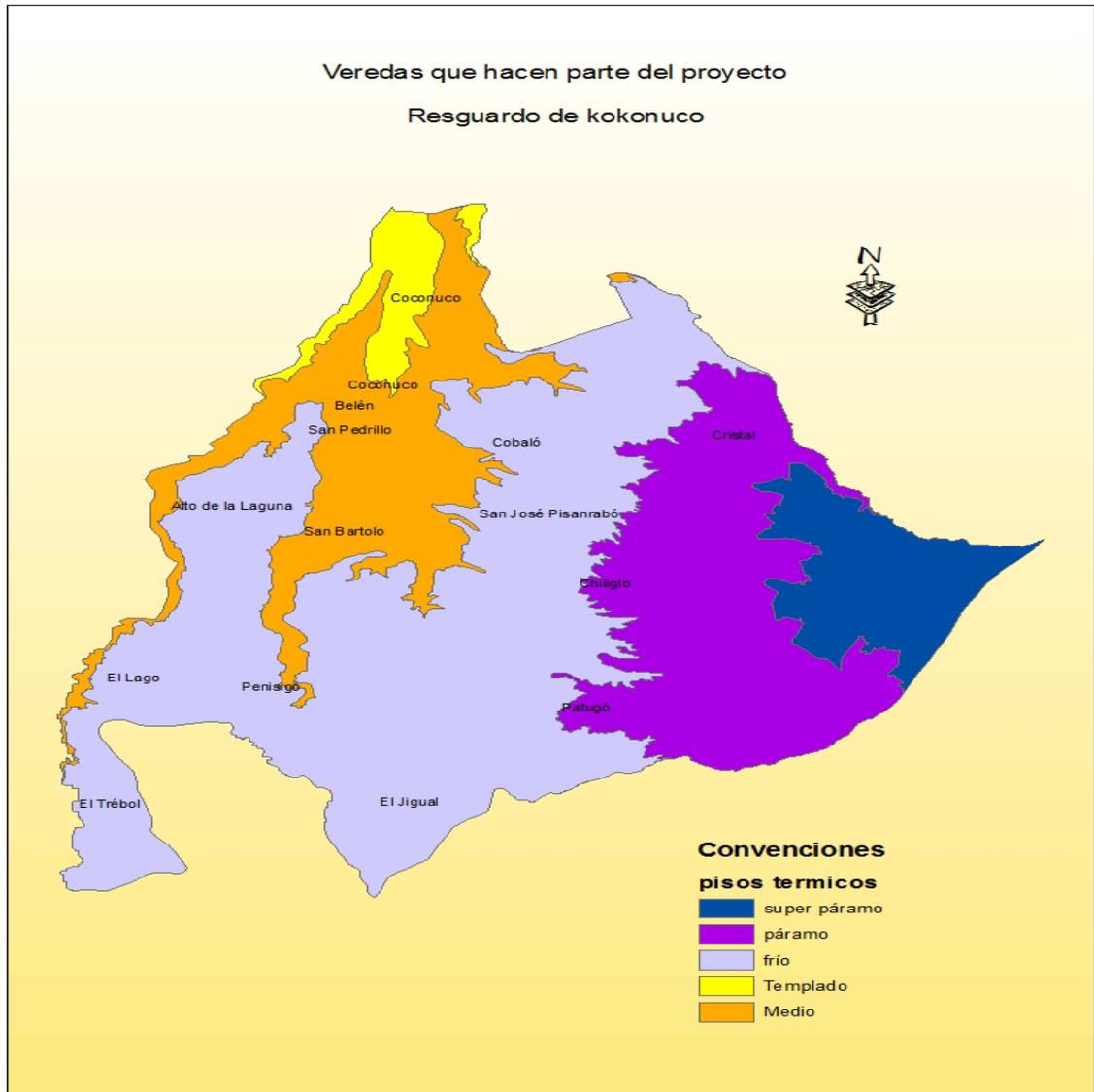
Fuente. Plan de salvaguarda del resguardo

Figura 4. Mapa 3. Resguardo de Kokonuco Hidrográfico.



Fuente. Plan de salvaguarda del resguardo

Figura 5. Mapa 4. Resguardo de Kokonuco y los pisos térmicos



Fuente .Plan de salvaguarda del resguardo

3.3 ASPECTOS SOCIOECONÓMICOS

La economía de las veredas de Cobalò y Pisanrabó ha dependido en gran medida de la agricultura y ganadería en menor escala, muchas zonas que hace 50 años atrás eran grandes extensiones de bosques, hoy están convertidas en zonas de pastoreo para el ganado vacuno, para la producción de leche y el monocultivo de la papa y maíz. En las pequeñas huertas se cultivan productos de clima frío. Como la arracacha, frijol, maíz, ulluco, para contribuir a la alimentación de la familia.

3.4 ECOLOGIA

Ecosistemas: Selva Húmeda del Piso Térmico Frío, Páramo, Súper Páramo y Nival. Fauna: Dentro de las especies que más se destaca en el área encontramos el Cóndor, el Loro Orejiamarillo, el Colibrí, el Venado Conejo, el Venado Rojo, Danta, el Oso de Anteojos, el Armadillo, la Cotorra de Montaña, el Mono Aullador, la Ardilla, la Pava Colorada y la Pava Mora, la sari huella, (chucha), chiguaco patiamarillo; gorrión, chicoa, Dorotea, Chamón, armadillo, cusumbe, erizo Vegetación: Los bosques achaparrados de porte pequeño, trepadoras, orquídeas, pajonales, chusques, frailejones, musgos, arbustos, líquenes, entre otros Clima: Esta ubicada entre un piso térmico frío.

3.5 HIDROGRAFÍA

La vereda Cobalò es bañada por dos riachuelos llamados río blanco quebrada Cobalò y variedad de vertientes de agua las cuales abastecen el acueducto de la vereda. También cuenta con un nacimiento de agua termal que en

la actualidad ha sido diseñado por el cabildo de Kokonuko como sitio turístico el cual es visitado por personas tanto Nacionales como extranjeras.

3.6 LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

Figura 6. Escuela Cobaló



Fuente. Propia

El Centro Educativo Pisanrabó, sede Cobaló es de carácter oficial fija sus bienes políticos, estrategias, metas y actividades dentro del marco legal establecido por MEN. Teniendo en cuenta el decreto 1860 de 1994 ley 115 y la ley 715 de 2001 decreto 804 y hoy el decreto 2500, que fija los objetivos de la educación Colombiana y Sistema Educativo Indígena Propio (SEIP), de los cuales resulta los fines de la educación de conformidad con el Art 67 de Constitución Política.

Además cuenta con 85 estudiantes del grado 0º al grado 5º con modalidad académica.

En la actualidad existe:

- Sede principal escuela rural mixta Pisanrabó

- Subsede escuela rural mixta Cobalò
- Subsede escuela rural mixta Patugó

La jornada de trabajo se desarrolla de 8:00 AM a 2.00 P.M. A este Centro educativo asisten niños de sitios muy alejados de las sedes a una o dos horas para poder llegar. Sus padres tanto hombres como mujeres se dedican a las labores del campo, quedando estos estudiantes en las manos de profesores y madres comunitarias. La mayoría de las viviendas son construidas en bahareque y adobe.

Actualmente el centro cuenta con 90 estudiantes distribuidos así:

Tabla 1. Población estudiantil

Grado	0º	1º	2º	3º	4º	5º
Nº Es	12	10	16	14	20	18

Fuente.

La modalidad de la escuela es académica con tendencia etnoeducativa y encaminada al desarrollo agrario BAJO LA PEDAGOGIA COMUNITARIA. La escuela Cobalò cuenta con 2 salones amplios para atender un promedio de 36 estudiantes cada uno, una sala de internet, un aula múltiple, un patio de recreo, cuatro baños, y cocina para restaurante escolar.

Cuenta con 2 docentes de los cuales 2 son en propiedad.

La escuela es apoyada por parte del cabildo indígena y el bienestar familiar

En la actualidad no existe presencia de otras instituciones estatales ni privadas en el resguardo.

4 LA INVESTIGACION

Esta investigación se realizó debido a que se está perdiendo el uso de las plantas medicinales entre algunos de los habitantes de la comunidad especialmente en los niños y jóvenes y sabemos que las comunidades han brindado estos conocimientos de generación en generación a través de la tradición oral permitiendo que aun en el siglo XXI se mantenga los conocimientos de nuestros antepasados.

Entre las plantas que el ser humano ha utilizado, se encuentran las especies medicinales, que son aquellas que en determinadas dosis producen un efecto sobre la salud de las personas y aun de los animales. El conocimiento y la práctica de la medicina tradicional está amenazada a desaparecer, debido a que muchas de las personas especialmente los niños y jóvenes desconocen los valores curativos de las plantas o no le dan el valor que ellas tienen incluso se piensa que son maleza por crecer sin que nadie las siembre.

La investigación siempre ha existido desde que los seres humanos están sobre la tierra; este para sobrevivir se ha enfrentado a diferentes problemas y frente a ello se ha interrogado sobre el porqué, el cómo y el para qué de las cosas. Cada momento de la vida sea individual o colectivo se necesita que haya que investigar, para crear nuestras propias hipótesis y poder enfrentar a la realidad del entorno que vivimos.

Mediante la investigación de la guía de plantas medicinales domésticas en la vereda Cobalò, nos dimos cuenta el porqué de la pérdida del conocimiento y utilización de las plantas medicinales domésticas, obteniendo la información veraz podemos hacer proyectos y propuestas del cómo, y el para que podemos

recuperar y así poder contribuir a mejorar la calidad de vida de sus habitantes y sin contaminación.

El trabajo investigativo es un mecanismo por el cual se puede empezar a Revitalizar, Reafirmar y Fortalecer la identidad cultural como también sistematizar la riqueza natural en el uso de las plantas medicinales domesticas en la vereda COBALO, la cual puede ser consultada por posteriores generaciones de estudiantes y comunidad. Además es una metodología que nos permite crear material de apoyo para las distintas áreas del conocimiento hasta llegar a construir una biblioteca, esto debido a que el saber tradicional se ha perdido en gran medida a través de los años. En la parte social ayuda a generar comunicación y lazos de conocimientos entre los distintos miembros de la vereda como médicos tradicionales, mayores, parteras y niños.

Debido al crecimiento urbanístico se hace necesario dar continuidad a las propuestas de protección de su ambiente y conservación de las plantas medicinales ya que la juventud debe estar siempre propendiendo en recuperar el ecosistema dañado, y en establecer medidas protectoras del medio no solo para el presente sino para las generaciones futuras.

En la plataforma de lucha del CRIC se refiere a la defensa y protección del medio ambiente; y de acuerdo con La Constitución Política de Colombia se establecen los deberes y derechos para con el ambiente. “Es deber del estado proteger la diversidad e integridad del ambiente, conservar las áreas de especial importancia ecológica y fomentar la educación para tales fines” Cap.3, Art. 79 y 80.

La comunidad debe ser ejemplo en el respeto por la madre tierra y que bajo la orientación de ellos y los docentes se implementen temas dentro del currículo, que ayuden a disminuir el impacto que ha traído consigo la tala de bosques, y la pérdida paulatina de las plantas medicinales de la región, de tal forma que genere en la comunidad actitudes y valores positivos frente a su entorno como pretende el Proyecto Educativo Comunitario.

En los últimos años los investigadores afirman que “están convencidos que la mejor metodología para lograr cambios de actitud a favor de la naturaleza es el contacto directo con el mismo bosque a través de programas dirigidos donde la información científica se traduzca a un lenguaje común frente a los elementos primordiales que conforma el ecosistema” (MURGUEITIO 1989)

Figura 7. Niños visitando la huerta del abuelo Higinio vereda Cobaló



Fuente. Humberto Valencia

Una de las alternativas para abordar esta problemática es a través del trabajo colectivo en la investigación de las plantas medicinales domesticas donde se busca que el estudiante, el padre de familia y la comunidad a través de las distintas actividades que se seleccionen, sea capaz de reconocerse por sus valores, aptitudes, usos, costumbres ;con la posibilidad de un desarrollo de responsabilidad basado en principios de libertad, autonomía, y autodeterminación en la utilización de las plantas medicinales.

Aplicando al campo de la actividad científica, la investigación es un procedimiento reflexivo, sistemático, controlado y crítico que tiene por finalidad descubrir o interpretar los hechos o fenómenos, relaciones o leyes de un determinado ámbito de la realidad. Apoyándonos en las consideraciones precedentes, podemos enunciar algunas características principales de la investigación: Es una indagación o búsqueda de algo para recoger nuevos conocimientos de fuentes primarias que permiten enriquecer el acervo de una ciencia o una disciplina; de una manera laxa se llama también investigación el adquirir conocimientos de un aspecto de la realidad sin un objetivo teórico. Exige comprobación y verificación del hecho o fenómeno que se estudia mediante la confrontación empírica. Trasciende las situaciones o casos particulares para hacer inferencias de validez general.

Es una exploración sistemática a partir de un marco teórico en el que encajan los problemas o las hipótesis como encuadre referencial. Utiliza una serie de instrumentos metodológicos para obtener datos, registrarlos y comprobarlos.

Por último, la investigación se registra y expresa en un informe, documento o estudio. (Tomado de <http://www.monografias.com/trabajos35/que-es-la-investigacion/> que -es-la-investigacion.shtml)

5 OBJETIVOS

5.1 OBJETIVO GENERAL

Construir una guía de plantas medicinales domesticas con la comunidad educativa de la Escuela Cobalò utilizando la Investigación y Participación comunitaria con el fin de revitalizar, reafirmar y fortalecer el conocimiento y aplicación en el uso de las plantas medicinales.

5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Recorrer las diferentes huertas familiares y bosques nativos de la vereda.
- Seleccionar las distintas plantas medicinales de su vereda de acuerdo al interés de la comunidad.
- Consultar la importancia de las plantas seleccionadas con la ayuda de los Mayores, Médicos Tradicionales, Parteras, padres de familia ente otras personas de la comunidad.
- Realizar un recetario y redactar una cartilla guía, como herramienta pedagógica transversal de educación
- Brindar a los habitantes del resguardo dicha información en la guía (CD) para recuperar la identidad cultural de este sector enfatizada en el conocimiento y uso de las plantas medicinales domésticas.
- Fortalecer el uso de las plantas medicinales en la cura de diferentes enfermedades.

6 CONCEPTUALIZACIÓN

6.1 LA MEDICINA TRADICIONAL

Consideramos que la medicina tradicional es conjunto de sistemas y conocimientos para la atención a la salud que tiene sus raíces en profundos conocimientos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales de nuestro país han acumulado a través de su historia.

La medicina tradicional se fundamenta en: La Interpretación del mundo (cosmovisión) como la manera más lógica de ver y relacionar el concepto de salud tanto física como espiritualmente y así poder acertar con las plantas la forma o formas para su verdadera recuperación.

La salud y enfermedad desde el origen de la vida donde cada uno de los seres han luchado por la manera de sobrevivir en un mundo que cada día se enferma más y como dicen algunos miembros de la comunidad que ya las aguas de las plantas no curan porque las enfermedades son más fuertes. Por eso se hace necesario generar desde los niños en las escuelas, la casa y la comunidad elementos que permitan revitalizar los conocimientos para valorar la ciencia y uso de las plantas medicinales, además que se cree la conciencia de cultivarlas en las diferentes huertas de las casas y las escuelas.

Si bien la Organización Mundial de la Salud reconoce que la Medicina Tradicional “elude la definición o descripción precisa, conteniendo como lo hace características y puntos de vista diversos y a veces conflictivos”, considera imperativo “disponer de una definición” práctica de la misma. Así, la OMS identifica a la Medicina Tradicional como “prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o

minerales, terapias espirituales (rituales), técnicas manuales y ejercicios aplicados de forma individual o en combinación, para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades”. La OMS relaciona además la medicina tradicional con las llamadas “medicinas alternativas, complementarias o no convencionales”, al considerar a la primera como parte de las segundas en “aquellos países donde la medicina tradicional no se ha incorporado en el sistema sanitario nacional, o donde el sistema sanitario dominante se basa en la medicina alopática”. De esta manera, bajo la definición de la OMS se incluyen tradiciones y prácticas diagnósticas, preventivas y terapéuticas tan diversas como la acupuntura, la ayurvédica, y la medicina casera a base de hierbas medicinales. En Colombia, por su parte, los conocimientos terapéuticos y preventivos tradicionales han sido estudiados siguiendo múltiples registros y consideraciones. El estudio clásico sobre el tema es La medicina Tradicional en Colombia de Virginia Gutiérrez de Pineda. Esta autora considera que la medicina tradicional en nuestro país es el resultado de un “triple legado”: la medicina amerindia, la medicina europea, y la medicina africana., producto por lo tanto de complejos procesos de hibridación y sincretismo. Por su parte, Herrera y Lobo-Guerrero, después de una exhaustiva revisión del tema concluyen que Colombia:...no tiene una medicina tradicional sino muchas y variadas tradiciones médicas, acordes con la gran variedad de culturas regionales, minorías. (Tomado documento OMS ginebra 2005 pág. 105)

6.2 LAS PLANTAS MEDICINALES Y SU IMPORTANCIA

De acuerdo a las diferentes investigaciones se afirma la importancia de las plantas en la medicina la cual no es exclusivamente de las comunidades indígenas si no que todas las comunidades han desarrollado formas y métodos de cómo aplicar las plantas a la medicina,

Las plantas resultan extremadamente útiles para la vida del planeta ya que nos aportan oxígeno, nutrientes y medicina para nuestro cuerpo.

La importancia de las plantas medicinales se hace más manifiesto en la actualidad en los países en vías de desarrollo; en Pakistán se estima que un 80% de las personas dependen de estas para curarse, un 40 % en China. En países tecnológicamente avanzados como estados Unidos se estima que un 60% de la población utilizan habitualmente plantas medicinales para combatir ciertas dolencias. En Japón hay más demanda de plantas medicinales que medicinas oficiales.

La medicina moderna, a través de los análisis clínicos, han conseguido precisar la validez de aquellas plantas que la tradición había utilizado a base de método ensayo- error. Muchas resultaron ser válidas, otras demostraron ser inocuas; otras potencialmente peligrosas. Han sido precisamente los análisis bioquímicos los que han podido determinar cuáles son los componentes principales de las plantas medicinales. Llamados principios activos “Un banco de futuras medicinas por descubrir: Existen aproximadamente medio millón de plantas con flores, la mayoría de las cuales no han sido investigadas y cuyos principios podrían ser decisivos en la curación de enfermedades actuales o venideras.

Medicina cinegética: se ha comprobado como muchos casos la aplicación de un componente aislado no ha tenido el efecto deseado, bien porque no tienen el mismo poder curativo que cuando se toma en conjunto con el resto de componentes porque actúan todos a la vez de manera que sus usos se pueden complementar.

Apoyo a la medicina oficial: el tratamiento de enfermedades muy compleja puede requerir en algunos casos del apoyo de las propiedades medicinales de las plantas o de los derivados que ellas nos proporcionan Medicina preventiva: no debemos olvidar el carácter preventivo que las plantas tienen con respecto a la aparición de las enfermedades. En este sentido las plantas superan a los remedios químicos que se aplican cuando ya ha aparecido la enfermedad” (Organización Mundial de la Salud, Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2002-2005. 2002, Ginebra: Organización Mundial de la Salud.).

La medicina tradicional como parte importante de la cultura de los pueblos, ha sido durante siglos, el único sistema utilizado en la restauración de la salud de las generaciones pasadas, donde las plantas medicinales han cumplido un rol fundamental como medio para curar enfermedades en las personas. Después del aparición de la medicina académica o científica, el sistema tradicional sigue teniendo presencia en más del 70% de la población, con predominio en el área rural, son las comunidades quienes han utilizado tradicionalmente las plantas medicinales, para satisfacer sus necesidades básicas, acumulando practicas ancestrales de selección, manejo y conservación de conocimientos que han transmitido de una generación a otra a través de la tradición oral.

Esta información ha sido importante para el descubrimiento de diferentes medicamentos que hoy utilizamos y que son hechos a base de plantas. Diversas plantas han sido estudiadas y llevadas al extranjero donde su uso se hace cada vez más frecuente, esto origina además que nuestras plantas se vayan extinguiendo o mejor dicho desapareciendo de nuestro bosque, como es el caso de (la Quina, árbol del que se extrae la quinina que todos conocemos como medicamento para combatir la Malaria o el yagé que ha sido patentado por los Japoneses).

Es importante por lo tanto la capacitación en diversos aspectos para el manejo de las plantas medicinales como alternativa curativa. Conociendo como realizar su cultivo, recolección, secado, almacenamiento y procesamiento, daremos un uso prolongado y tendremos siempre plantas medicinales que serán de beneficio en nuestras comunidades. Por ello se hace necesaria la ejecución de este trabajo pues propicia que los estudiantes, padres de familia y comunidad del Centro Educativo Pisanrabó Sede Cobalò se conviertan en agentes activos hacia la solución de un problema como es la utilización de las plantas medicinales domésticas ya que existe desconocimiento y subvaloración de la medicina tradicional. Se busca que la comunidad y el estudiante proponga y lidere actividades en el desarrollo y ejecución de las mismas utilizando para éste propósito espacios como: la huerta escolar, la huerta familiar y el poco bosque nativo que aún se encuentra en la región pero también difundiendo esta información a toda la comunidad a través de una guía donde todos podamos participar y seguir agrandando este proyecto.

La responsabilidad a través de ésta propuesta se practica día a día y se acrecienta en la medida en que el estudiante, el padre de familia y la comunidad aplican ese conocimiento con el propósito de fortalecer la identidad cultural del pueblo Kokonuko. Uno de los beneficios que trae la formulación de este trabajo es que no sea dependiente únicamente de la medicina occidental si no que parta desde el conocimiento ancestral en la utilización de las plantas medicinales. La práctica de la medicina está dirigida a restablecer el equilibrio perdido, es lamentable saber que por falta de comprensión y respeto, muchos de los médicos indígenas hayan desaparecido sin haber podido retransmitir sus conocimientos ancestrales, y que haya pocos jóvenes interesados en aprender y recoger de sus padres y abuelos lo más valioso de su propia cultura. Prevenir y curar en el mundo indígena significa mantener el equilibrio, enseñando muchos valores, uno de ellos es el conocimiento y uso de las plantas medicinales que aún no hemos perdido del todo.

Figura 8. Profesores y niños de Cobalò sembrando plantas medicinales.



Fuente. Propia

Figura 9. Niños de la escuela Cobalò, recorriendo la vereda Cobalò.



Fuente. Propia

En dialogo con los mayores, nos mostraron el respeto y los valores culturales:

- **Porque los mayores son los maestros que cuentan las historias y conocimientos ancestrales:** Nuestros mayores son los que tienen almacenado una cantidad de conocimientos sobre los usos y costumbres durante las épocas que han vivido, transmitiéndolo de generación en generación en cada conversación; que se han ido perdiendo, porque las futuras generaciones han sido absorbidas por aculturación. Están con la mirada a otras visiones, como: el consumismo de los diferentes medios de comunicación: internet, televisión, celular, entre otras; trayendo como consecuencia la pérdida de la identidad desde temprana edad.
- **Los mayores permiten rescatar las costumbres y valores culturales.** Porque son la base fundamental de una sociedad y de un pueblo, para defenderse y sentar posiciones frente al rol de la vida de acuerdo a sus necesidades.
- **Los abuelos comparten con la familia y la comunidad.** Porque la familia y la comunidad son la base y el eje fundamental para crear conocimiento y fortalecer la los usos y costumbres de cada pueblo, como también interiorizar lo que día a día se da en el pasar de la vida.
- **Los mayores permiten que no se acaben las costumbres:** Si atendemos, compartimos, y vivimos lo que los mayores han vivido muy seguramente podemos sentar una posición de dónde venimos y para donde es que vamos, reafirmando nuestra cultura desde la medicina propia, alimentación propia, educación propia, autoridad propia, entre otros
- **Los jóvenes adquieran conocimientos tradicionales.** Se debe generar espacios donde tengan participación activa los jóvenes ya que si perdemos a muy

temprana edad los conocimientos estamos condenados a un posible exterminio y dominación social en la medida que estos gobernantes quieran imponer desde sus gobiernos de turno.

➤ **La comunidad debe mantener la tradición de los antepasados.** No perder las costumbres de los abuelos sabedores y médicos, porque son la palabra en vida, con claridad, honestidad, que van a garantizar la pervivencia de la comunidad con sus saberes y practicas ancestrales.

➤ **Las plantas para curar más fácil y no contaminar más el cuerpo.** Porque en los últimos tiempos estamos recibiendo atropello físico y moral con la implementación de medicina occidental, medicina que nos esta es llevando a diferentes consecuencias: reducir los años de vida, a vivir cada días más enfermos, a ser dependientes, a ser sumisos a lo que nos den y nos formulen desde hospitales y clínicas en lo que tienen que ver con los llamados medicamentos farmacéuticos. Sabemos que la medicina desde la parte natural tiene muchas ventajas positivas en lo anterior mencionado.

➤ **Las plantas fueron la primera medicina que se usó.** Desde la aparición de la humanidad siempre el hombre ideo su medicina natural a través de las plantas medicinales domésticas, que los curaron de muchas enfermedades, llevando a una prolongación de vida más plena, sin contraindicación alguna.

➤ **Las plantas para proteger la familia y prevenirlas de las enfermedades.** Porque la medicina natural siempre han protegido y salvaguardado los pueblos indígenas de generación en generación, si analizamos un poco en esos tiempos antes de la gran invasión a nuestro continente americano no habían enfermedades que los atacaran a nuestros ancestros; pero hoy siguen resultando tantas enfermedades que nos están exterminando o somos simplemente tabla de datos para justificar recursos desde todas las EPS que hay en nuestro país.

Desde nuestras escuelas podemos dinamizar procesos para utilización y cultivo de las plantas medicinales domésticas en las huertas; en las diferentes minutas del restaurante escolar también podemos promover el consumo de alguna bebida o aromática que vaya con la utilización de alguna planta por ejemplo: agua de panela con menta, hierba buena, o manzanilla, etc.; para acostumbrar a los niños que desde cualquier parte donde vivamos podemos alimentarnos sanamente y contribuirles con una buena salud desde una temprana edad.

A través del Proyecto Educativo Comunitario (PEC), poder incluir una área exclusiva para desarrollar la teoría y práctica de las plantas medicinales domésticas, proceso que se desarrollaría entre profesores, padres de familia, niños, sabedores, pulsiadores, sobanderos, parteras, y demás que nos quieran ayudar en el proyecto.

En nuestra comunidad la madre tierra nos proporcionaba todo lo necesario para la alimentación, medicina, ornamentación, frutales, animales domésticos entre otros por eso se recomienda:

- ✓ Recuperar lo que se ha perdido a través del tiempo (valores y saberes) y sostener lo que hay, la cultura.

- ✓ Uso racional y mesurado de los recursos naturales. La relación del indígena con la naturaleza ejemplo de convivencia y equilibrio ecológico.

- ✓ Búsqueda de la proyección de las comunidades hacia un desarrollo integral.

Figura 10. Entrevista a los mayores de la vereda cobalò



Fuente. Rubén Darío Muñoz

6.3 LA MEDICINA TRADICIONAL Y LA JUVENTUD

En la juventud se genera el sitio de partida, porque es donde se encuentra una gran riqueza espiritual de ideales que van a contribuir en nuevas formas y proyectos sobre la salud digna que se quieren para las nuevas generaciones, porque si a la juventud se les orienta en políticas claras que los van a beneficiar es posible que le metan el hombro para apropiarse de lo que nos dejaron nuestros abuelos; la juventud tiene capacidades políticas ideológicas que permiten buscar el camino y darle forma para un bien colectivo de su pueblo y para otros pueblos.

Los jóvenes han perdido la credibilidad tanto en las plantas como en las personas sabedoras de la comunidad debido al consumismo, facilismo y la cercanía con el sector urbano donde se le atiende a través de la medicina oficial generando dependencia de los entes del estado. Palabras del médico tradicional. Aquilino Guauña.

Figura 11. Exposición del médico tradicional



Fuente. Propia

Figura 12. Conversatorio de estudiantes e investigadores con la líder empírica



Fuente. Propia

Se requiere por parte de las autoridades más apropiación en la generación de estrategias que permitan divulgar y acceder al conocimiento y uso de las plantas medicinales domésticas que aún se encuentran en la comunidad. En la actualidad hay aproximadamente 3 médicos tradicionales los cuales son mayores y hasta ahora no hay ningún joven que practique este conocimiento. Hay tres pulseado res (as) y siete parteras.

6.4 LA AUTORIDAD Y LA MEDICINA TRADICIONALES

Es importante reconocer que se debe hacer una correlación entre los diferentes entes que velan por la salud de un pueblo. La historia del mismo cabildo, así como su proceso, nos muestran que estas organizaciones deben considerarse como proyectos no sólo culturales y sociales, sino también políticos. Su tarea, de cara a la reivindicación de derechos y la búsqueda de mejores condiciones de vida y salud, implica la posibilidad de articularse políticamente con otros estamentos y organizaciones. Por esta razón, es indispensable que las instituciones, como las EPS y los hospitales locales, comprendan que su tarea prioritaria es reconocer el carácter social y político de las organizaciones con las cuales trabajan, permitiendo cuestionar firmemente su labor de cara a las mismas comunidades. Así, por ejemplo, la educación en salud deja de ser una transmisión de contenidos, para convertirse en acciones que busquen la apropiación de los individuos y las comunidades de su propio derecho a la salud. En este sentido, esta experiencia encuentra su especificidad en cuanto reconoce a los indígenas Kokonukos como sujetos con derecho a elegir, establecer, consolidar y divulgar sus usos y costumbres de la comunidad así como la diferencia cultural, integrándose en las acciones de fortalecimiento de la tradición y de la organización comunitaria.

6.5 LA IMPORTANCIA DE LAS SEMILLAS

En los últimos tiempos hay preocupación por la conservación de las semillas porque son la base fundamental de la alimentación en el mundo, según informes de estudios realizados se calcula que aproximadamente el 70% de los alimentos consumidos en el mundo son provistos directamente por semillas, principalmente de cereales, como el trigo, maíz, entre muchas otras.

Pero a nivel de la cultura indígena tenemos en vía extinción muchas semillas, porque de generación en generación no se han conservado o se dejaron de cultivar, por no seguir la huella de los mayores, y también con el pasar del tiempo nos estamos volviendo simplemente dependientes y consumistas, si no buscamos e implementamos proyectos y estrategias para ver cómo se van recuperar las semillas que existen en los pueblos indígenas en el mundo, pienso que vamos a sufrir muchas consecuencias irreparables; según el trabajo que se hizo nos dimos cuenta que se han perdido muchas semillas en nuestra vereda Cobalò y en nuestro resguardo, por ejemplo: clases de papa, ollucos, coles, frijol, entre otras. También como lo venimos diciendo en lo que tiene que ver con el cultivo y utilización de las plantas medicinales domésticas estamos pasando por una gran dificultad a nivel mundial.

Es por eso que a nivel de nuestro resguardo Kokonuko, del municipio de Puracé, departamento del Cauca, las autoridades indígenas con la ayuda de algunas entidades, se han conformado grupos de personas encargadas de recoger y conservar algunas semillas nativas del resguardo y del municipio, para luego implementar estrategias de uso y preservación de estas. El trabajo que se está desarrollando es con semillas alimenticias y con plantas medicinales.

6.5.1 El custodio de semillas

Figura 13. Encuentro con custodios de semillas los custodios de semillas



Fuente. Humberto Valencia

Hay muchas plantas a nivel de nuestro resguardo, que dejamos perderlas porque no las conocemos y ni le damos el uso que se merece, en cuanto a la medicina y también a la alimentación... (Manuel Calambas)

Palabras de una partera (70 años) zona urbana.

Yo opino que las plantas medicinales, son buenas, eficaces y muy naturales como también efectivas, las que a veces venden ya secas son contaminadas, como partera hay plantas que aceleran el parto como: Pepa de cilantro, cáscara de naranja y cinco seco, se le puede dar de dos a tres tomas. Para detener el parto o la venida de la criatura antes del tiempo por susto, rabia, y frío, se da a la enferma toronjil, en agua de

panela con canela; o también alhucema en grano que casi ya no se consigue. (Libia Teresa Salazar)

Figura 14. Encuentro del Medico tradicional y la comunidad.



Fuente. Propia

6.6 LA MEDICINA TRADICIONAL Y LA EDUCACION PROPIA

En las escuelas de nuestro resguardo se ha trabajado con el pensum del ministerio de educación Nacional y se ha desconocido la parte ancestral de la comunidad en las formas y maneras de enseñar del pueblo Kokonuko

El Centro Educativo Pisanrabó, sede Cobalò es de carácter oficial, fija sus bienes políticos, estrategias, metas y actividades dentro del marco legal establecido por MEN; el Sistema Educativo Indígena Propio (SEIP). Desde hace cuatro atrás años estamos trabajando unas líneas alternativas que buscan reafirmar y fortalecer la identidad del pueblo Kokonuko. Con la autoridad y la comunidad hemos realizado año a año los proyectos transversales como son:

- ✓ Elección y posesión de los cabildos escolares.
- ✓ Migas inter-escolares.
- ✓ Juegos tradicionales
- ✓ Trueque escolar
- ✓ Música tradicional (chirimía)

El propósito con cada una de estas actividades es fomentar el consumo de alimentos sanos como también el uso y cultivo de las principales plantas medicinales domésticas, lo cual en cada evento se da a conocer el uso y consumo de aromáticas con las plantas de la región, esto con el objetivo de ir sensibilizando a la comunidad, cómo a través desde nuestras huertas escolares y caseras podemos dinamizar estrategias que van en pro de ir desintoxicando nuestro organismo.

En cada uno de los eventos que se realizan se invitan a los médicos tradicionales, custodios de semillas, parteras, pulseadores, para que estas personas que saben y manejan el tema brinden la información y el uso de las plantas medicinales, estos personajes nos han venido dando un gran apoyo. Se observó que en nuestra comunidad existen variedad de plantas medicinales; el problema es que las nuevas generaciones no las conocen y tampoco su respetivo uso.

Figura 15. Niños y padres de familia seleccionando y cultivando las plantas.



Fuente. Propia

Hoy en nuestras escuelas se está tratando de implementar el sistema educativo indígena propio, con el propósito de fomentar la cultura y el respeto de sus tradiciones a través de la ejecución del área de la legislación indígena, derecho propio y uso y utilización de plantas tradicionales.

Figura 16. Panorámica de la escuela Cobalò



Fuente. Propia

Ancestralmente la comunidad Indígena Kokonuko ha pervivido en equilibrio y armonía con la madre tierra el ambiente que ha respetado y cuidado siempre considerándose parte de él y no dueños. Según nuestra leyes de origen y ratificadas en la constitución nacional el territorio es inalienable, imprescriptible, inajenable e inembargable y acorde a nuestra espiritualidad es sagrado, el permanente desarrollo y protección de los recursos naturales de nuestra parte hoy el estado nos reconoce como autoridades ambientales Indígenas lo cual nos permite legitimar la relación armónica que debe existir siempre entre la persona y la madre naturaleza. (Tomado del plan de salvaguarda resguardo de Kokonuko 4 de noviembre de 2010)

Según los mayores las plantas medicinales, son buenas, eficaces y muy naturales como también efectivas, las que a veces venden ya secas son contaminadas, Los mayores sostienen que la medicina natural a través de los tiempos es la que ha mantenido en sano equilibrio al ser humano, este conocimiento se transmite de generación en generación.

6.7 INVESTIGACION EN EL CAMPO CON PLANTAS

El inventario de las plantas útiles se lleva a cabo realizando recorridos en las áreas de bosque, jardines y huertos tradicionales, con el acompañamiento de sabedores, para lo cual se registró la información acerca de los usos, partes usadas y procesos empleados.

Para evaluar el uso de la vegetación se consideraron las categorías de uso registradas por los informantes y usuarios en el trabajo de campo, las cuales no son mutuamente excluyentes. Estas categorías son:

Alimento: incluye especies cultivadas y del bosque, usadas como comestibles.

Artisanal: incluye especies utilizadas como fibras para cestería, pulpa para la elaboración artesanal de papel, maderas para talla, semillas y recipientes.

Colorante: incluye especies productoras de tintes o colorantes naturales, utilizados en la cocina o en la producción de artesanías.

Combustible: incluye especies utilizadas como leña.

Construcción: incluye especies empleadas en el techado, pisos y estructura de las viviendas.

Forraje: incluye especies reconocidas como alimento para el ganado, identificadas por el ramoneo o por estudios bromatológicos previos.

Industrial: incluye especies con alta producción de látex, resinas, aceites o alcaloides, susceptibles de ser utilizadas a gran escala.

Maderable: incluye especies utilizadas en aserrío como madera comercial.

Medicinal: incluye especies con propiedades curativas y preventivas de enfermedades.

Ornamental: incluye especies empleadas o con potencial para el ornato y la decoración de espacios.

Recuperador: incluye especies que se les reconoce como nitrificantes de los suelos y por lo tanto recuperadoras de los mismos.

Tóxicos: incluye especies empleadas como venenos para controlar parásitos o que se reconocen como nocivas para el hombre.

Figura 17. Recorrido por el territorio de Cobalò



Fuente. Propia

7 METODOLOGÍA

7.1 ESTRATEGIAS METODOLOGICAS

Se realizó una inducción a los estudiantes, padres de familia, para mirar la importancia de las plantas medicinales domésticas, con el propósito de preguntar a los sabedores, su utilidad y valor curativo; para ello organizamos los diferentes grupos de trabajo y así recoger la información en los conversatorios, entrevistas, salidas de campo y reuniones. Finalmente se hizo la selección de la información llegando al informe final.

Para llevar a cabo el trabajo de investigación se realiza un plan de trabajo, como también el respectivo cronograma de actividades , semanal entre otras observaciones, los encuentros se realizaron aprovechando las diferentes actividades y encuentros que tienen las escuelas del resguardo Kokonuko, con proyectos transversales o propias como lo son mingas escolares, encuentro de los juegos tradicionales, trueques, los mismos posicionamientos de los cabildos escolares; estos espacios también nos sirvieron para compartir y ampliar más nuestro proyecto sobre las plantas medicinales.

Los pasos planteados fueron los siguientes:

✓ Conformación De quipo de trabajo. (Docente, comunidad, médicos tradicionales, parteras, sobanderos, entre otros).

✓ Salidas de campo (cuantas, que utilizaron libreta etc.)

Se realizaron diferentes visitas a rastrojos, bosque y huertas de los mayores para entrar en familia y conversar acerca del propósito que era el de investigar, algo sobre que sabe cómo también la utilización de las plantas medicinales domésticas, cada uno de los personajes nos brindaron información se escuchó, se gravo, se

escribió y en partes se filmó, para luego depurar la información e irla sistematizándola como también organizarla. Muchas personas tenían poca información sobre el tema tratado; en cambio otras manejaban bastante el tema, pero argumentaban ellas era que ya las nuevas generaciones como los hijos, nietos y demás ya se no se preocupaban por lo nuestro de las plantas medicinales y que tampoco se cultivaban y que los que la cultivaban habían muerto o estaban ya muy ancianos o avanzados de edad. Los niños fueron los más interesados por escuchar y visitar los diferentes lugares.

- ✓ “Valorar de la información (cantidad, elección, valor científico y ancestral)
Una vez reunidos siempre se le dio prioridad a la información ancestral recogida en los campos de encuentro que se llevaron a cabo; cada expresión de las personas así fuera repetida se recogía en la tabla de apuntes para que colocar más amena el conversatorio y siempre brindar interés y seguridad. Luego se buscaba libros que hablaran sobre el tema de las plantas medicinales, como también, se buscó por medio del internet más que todo los nombres científicos de las plantas.

Figura 18. Elaboración del mosaico de plantas medicinales por los estudiantes



Fuente. Propia

Figura 19. Elaboración del mosaico de plantas medicinales por los estudiantes



Fuente. Propia.

- ✓ Conversatorios con los mayores, parteras, médicos tradicionales, sobanderos, entre otros.

Con estos personajes se realizaron encuentros en las casas de habitación, en las huertas, en los cultivos; a pesar que en la vereda existen pocas personas dedicadas al trabajo de lo anterior mencionado, nos fuimos a buscar personas vecinas de otra vereda para buscar información respecto al tema, tomamos como base estas personalidades pues allí es donde podía valiosa información espacialmente se recolecto la información en las mingas escolares donde se brindó talleres a la comunidad sobre plantas medicinales, abonos orgánicos cultivos limpios.

- ✓ Videos, fotografías, Durante los diferentes encuentros y salida que tuvimos, se tomaron muchas fotos y videos, ya en la sistematización se hace la selección de la mejor toma de las plantas medicinales y se guardan el resto de material para el video que se está editando muy próximo para resguardo de Kokonuko.

Con esta información tanto de fotografía y texto se va organizando la guía de plantas medicinales domésticas.

- ✓ Elaboración de un inventario de las plantas medicinales que se llevó a cabo realizando recorridos en las áreas de bosque, jardines y huertos tradicionales, con el acompañamiento de sabedores, se registró la información acerca de los usos, partes usadas y procesos empleados.

- ✓ Producción y construcción de textos a partir de los diferentes encuentros desarrollados.

Con el fin no perder detalle alguno, siempre al depurar y clasificar los escritos se tiene cuenta mucha información repetida, se desechaba y se le fue dando forma al contenido de como es el uso de cada planta medicinal.

- ✓ Se van tomando fotografías y se va llevando registros escritos de las mismas en libretas de campo.

Figura 20. Capacitación en la toma fotografías a estudiantes



Fuente. Humberto Valencia

7.2 DISEÑO METODOLOGICO

El proceso metodológico se relacionó de la siguiente manera: Se dio orientación a los estudiantes de los grados cuarto y quinto en lo relacionado al estudio de las plantas medicinales domésticas, destacando la importancia de éstas en la vida del hombre, su valor curativo y nutritivo.

7.2.1 Trabajo de campo. Se realizaron varias visitas a parteras, médicos tradicionales, sobanderos, custodios, mayores y sabedores de la comunidad; entre los meses de julio de 2.011 a febrero del 2.012 con los estudiantes de los grados cuarto y quinto la Escuela Rural Mixta Cobalò y Pisanrabó del resguardo Kokonuko:

El territorio del recorrido:

- Termales de aguahirviendo
- La empresa comunitaria la Estrella.
- Vereda Cobalò y Pisanrabó.
- Se realizaron 5 mingas comunitarias con el apoyo de los médicos tradicionales y custodios de semillas donde en cada una de ellas tuvieron la oportunidad de exponer a más o menos 300 personas entre adultos, jóvenes y niños la importancia de la utilización de las plantas medicinales , la alimentación propia, la siembra con abonos orgánicos

Para los distintos recorridos se solicitó la ayuda de personas sabedoras de la comunidad para que proporcionen información sobre las plantas medicinales domésticas propias de la región, registrándose información acerca de los usos,

partes usadas y procesos empleados. Ésta información fue anotada en una libreta de campo para luego ser analizada y sistematizada junto a las características que se logren apreciar por observación, y conocimiento propio de los niños y docentes investigadores. Se tomaron fotografías por ejemplares en campo.

Los investigadores y los estudiante tomaron la información de las plantas a investigar y se recopiló la información con la ayuda de los médicos, parteras, sobanderos, pulseadores y sabedores de la comunidad.

Figura 21. Recopilación de la información por parte del grupo investigador



Fuente. Propia

8 PROPUESTA PEDAGOGICA O EDUCATIVA

La guía de plantas medicinales domésticas y su aporte al PEC. Esta guía debe retroalimentar el conocimiento de todos los integrantes de la comunidad de Cobalò además sirve para que unidos a las demás personas del resguardo se genere una mayor y efectiva formulación de un recetario o una guía que nos permita cada vez ser evaluada y mejorada en cuanto a su contenido y efectividad.

El componente pedagógico como parte del sistema educativo indígena propio, es el terreno donde se desarrolla el conjunto de lineamientos, estrategias y acciones que orientan y desarrolla los procesos enseñanza y aprendizaje en la construcción del conocimiento de la educación propia, que es la política educativa de nuestros pueblos, crea, recrea, transmite y reafirma la identidad cultural, la organización social y política, los planes de vida para lograr un buen vivir comunitario en armonía con la madre tierra. Tiene como estrategia fundamental el proyecto educativo comunitario – PEC, que es el corazón del sistema educativo indígena propio en el marco de la autonomía y la resistencia de nuestros Pueblos Indígenas (tomado del documento Sistema Educativo Indígena Propio SEIP Pág. 47)

La propuesta pedagógica consiste en la elaboración de una guía de plantas medicinales domésticas con la comunidad educativa de la Escuela Cobalò utilizando la Investigación y Participación comunitaria con el fin de revitalizar, reafirmar y fortalecer el conocimiento y aplicación en el uso de las plantas medicinales Donde se pretende articular los el conocimiento, los sueños y la realidad de un pueblo que está apunto de le extinción debido al aculturamiento salvaje sufrido durante décadas.

Es el caso de la propuesta que aquí se presenta fruto del trabajo, el esfuerzo y la reflexión de la comunidad donde la misión juega un papel importante de proyección y esperanza para los niños, jóvenes y ancianos de la comunidad para fortalecer su identidad cultural y seguir resistiendo la fuerza de la ciencia y la tecnología.

La construcción de este documento se hizo de manera colectiva donde participaron activamente los coordinadores de la investigación, los estudiantes, docentes, padres de familia, las autoridades, los médicos tradicionales, las parteras, los custodios de semillas y comunidad en general y así poder brindar una nueva área de estudio que no la teníamos, denominada comunidad y naturaleza (uso de las plantas medicinales)

Con esta área se pretende:

- Incidir en el proceso pedagógico de los maestros y de los estudiantes invitándolos a reflexionar, analizar y proponer estrategias para seguir mejorando. Allí es el sitio de partida, porque en ese lugar es donde los niños traen y reciben conocimientos que si los guiamos y les mostramos el camino es posible que estos niños y jóvenes puedan contribuir a la recuperación, implementación y conservación de las plantas medicinales domésticas.

- Compartir experiencias entre ellos y otras comunidades debido a que la misma planta es utilizada en otros lugares con otros fines diferentes y para curar otras enfermedades, Poder realizar encuentros con los niños de las otras escuelas del resguardo, realizando conversatorios, talleres de pintura (plantas); también acercarnos a la gente adulta del resguardo para encontrarnos y seguir fortaleciendo el conocimiento acerca del tema de las plantas medicinales. Luego salir a otros resguardos para seguir compartiendo, explorando el conocimiento y generando nuevas experiencias; para luego llegar a nuestro sitio a reflexionar,

evaluar, los resultados que nos van sirviendo para mejorar cada día, el trabajo propuesto.

- apoyar en la consolidación del sistema educativo propio con sus saberes y conocimientos de la comunidad y que la aplicación de los conocimientos propios sea la base fundamental en el desarrollo de la educación propia de la comunidad.

- Fortalecer la identidad de la comunidad indígena Kokonuko desde la escuela. Poder contribuir con estos conocimientos al fortalecimiento de la identidad cultural y que nosotros somos capaces de dinamizar procesos de educación que vayan en pro de mejorar nuestro saber y por qué no nuestra propia vida. Porque como venimos diciendo la escuela es el eje fundamental de poder seguir cimentando los conocimientos que los niños traen desde sus hogares, entonces es desde allí, que la niñez puede tomar vuelo hacia la valoración de su propia identidad cultural, como también buscar nuevas alternativas que vayan siempre en la búsqueda de consolidar su propio destino de vida.

- Dinamizar el proyecto educativo Comunitario desde la escuela es plantear proyectos transversales que le den vida al PEC tales como los cabildos escolares, los juegos tradicionales, el trueque escolar, las mingas escolares y música tradicional. Sabemos que estos proyectos no son estáticos si no que están continuo dinamismo, lo cual cada experiencia, cada proyecto que lo beneficie se le tiene que anexar, para que también sea el punto de partida de la educación dentro de los pueblos indígenas, con el propósito de poderse enfrentar a las nuevas políticas educativas estatales, que lo que han hecho en un gran porcentaje a nivel mundial es arrasar nuestras raíces culturales.

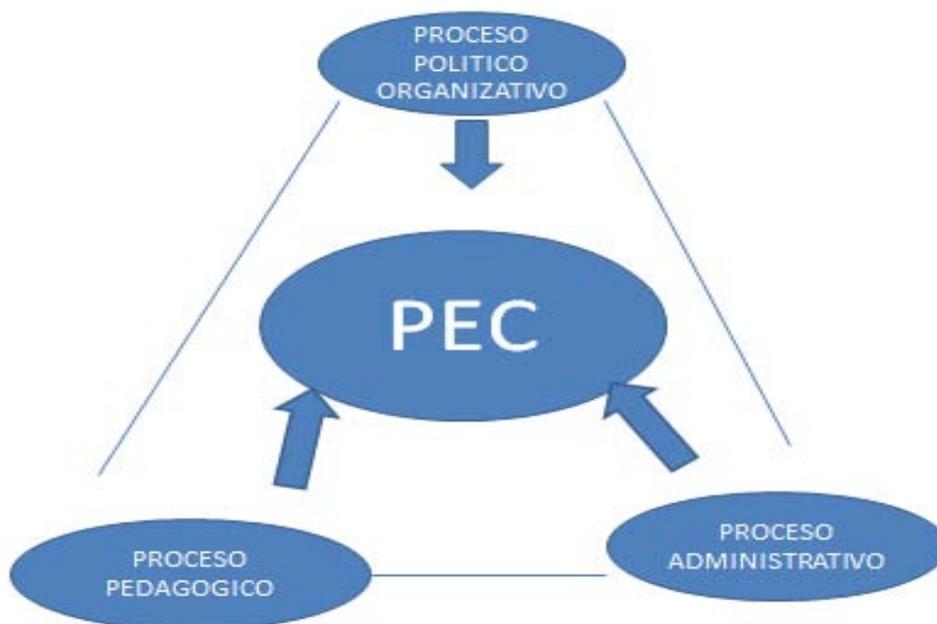
Esta guía de plantas medicinales domésticas con la comunidad educativa de la Escuela Cobalò nos permite profundizar en varios temas como son: el territorio, la

familia y la cultura en una visión de orientar y dirigir a la comunidad en relación a lo de ayer. A lo de hoy y el mañana,

Dinamizando estrategias para la creación de nuevas huertas caseras donde se fundamente la conservación y uso de las plantas medicinales domésticas. Consecuentemente con la etapa de fundamentación inicialmente lo desarrollamos en los grados cuarto y quinto de educación básica primaria en el área de comunidad y naturaleza.

Finalmente se estarán diseñando estrategias para hacerlo en los otros grados de la escuela y así todos tener acceso a estos maravillosos conocimientos. La guía será entregada al cabildo con el propósito de ser divulgada a toda la comunidad y no se centre únicamente en el lugar de la investigación.

Figura 22. Esquema del Proyecto Educativo Comunitario del resguardo de Kokonuko



Fuente. Propia

9 UNIDAD DIDACTICA

Área fundamental: Comunidad y Naturaleza

Área específica Plantas medicinales Domesticas

Grados: Cuarto y Quinto

Tema: reconocimiento de algunas plantas medicinales

Objetivos: Fortalecer el conocimiento y uso de las plantas medicinales domésticas.

Metodología: Aprender haciendo desde la escuela y la familia.

- Se hace una dinámica de motivación y se les da una bebida con la planta motivo de estudio:
- Se pregunta si reconocen por el sabor, el olor, color de que planta se está utilizando.
- Se hace un recorrido en la huerta escolar para identificar la planta motivo de estudio.
- en la huerta se reconoce la planta motivo de estudio
- en el salón se hace el dibujo de la planta.
- Se describe la forma, el tamaño, el color, sabor y olor.
- Cada uno hace una redacción de sus valores nutritivos o curativos.
- se realiza un conversatorio para ampliar el conocimiento apoyándonos en los saberes de los demás.
- Finalmente Plasmar en el cuaderno guía: la foto, el dibujo del niño y la descripción teórica del uso de la planta.

Después de conocer sus propiedades curativas se elaboran infusiones, pomadas, emplastos, entre otros preparativos.

9.1 RESULTADOS CON GRADOS 4 Y 5

- Recorrer y seleccionar las distintas plantas medicinales de la escuela y vereda de acuerdo al interés y uso de la comunidad.
- Consultar la importancia de las plantas seleccionadas con la ayuda de los Mayores, Médicos Tradicionales, Parteras, padres de familia ente otras personas de la comunidad.
- Fortalecer el uso de las plantas medicinales en la cura de diferentes enfermedades.
- Fortalecimiento de la identidad cultural-
- Apropiación del conocimiento.
- Generación de conciencia frente a la medicina occidental VS medicina tradicional.
- Fortalecer los conocimientos previos de cada uno de los participantes.

Participantes:

- ✓ Docentes
- ✓ Estudiantes
- ✓ Padres de familia
- ✓ Médicos tradicionales
- ✓ Custodios de semillas
- ✓ Sabedores
- ✓ Parteras
- ✓ Sobanderos

9.1.1 Conclusiones. Estas serán tomadas cada vez que se termine la clase con el propósito de ir compartiendo las experiencias.

9.1.2 Recomendaciones

- Detectar las falencias encontradas.
- Organizar o reorganizar la información para retroalimentar el documento guía.

9.1.3 Evaluación. Se desarrollaran talleres de carácter escrito, oral y participativo para detectar las debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades.

9.1.4 Recursos de la investigación

Recursos de la investigación

RECURSOS	INSTITUCIÓN EDUCATIVA	COMUNIDAD
HUMANOS	Personal Docente	Médicos tradicionales
	Personal no docente	Partera, sobanderos
	Estudiantes	Custodios de semillas
	Padres de familia	Mayores y mayores
MATERIALES	Libreta de campo	
	Computadores, Cámara fotográfica	
	Implementos para la realización de las actividades	

9.2 PASOS – PARA ELABORACIÓN DE UNA GUÍA

Una guía debe tener una presentación motivante y objetiva, que discorra en un lenguaje sencillo pero lógico y tipificado para hacer factible la comprensión del texto por parte de cualquier tipo de lector.

Es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Testimonios reales de las personas de comunidad.
- Mosaico fotográfico de las plantas medicinales domésticas investigadas.
- Descripción del Valor curativo de cada una de las plantas investigadas.
- Usos y costumbres de utilización de las plantas.
- Maneras de la preparación.
- Lenguaje sencillo
- Utilización del lenguaje común.
- Se debe observar cuidadosamente la sintaxis, la ortografía, y la puntuación y procurar la máxima corrección idiomática, evitando extranjerismos, empleando correctamente los modos y tiempos verbales.

En los últimos años los investigadores afirman que “están convencidos que la mejor metodología para lograr cambios de actitud a favor de la naturaleza es el contacto directo con el mismo bosque a través de programas dirigidos donde la información científica se traduzca a un lenguaje común frente a los elementos primordiales que conforma el ecosistema” (Murgueitio 1)

9.3 GUIA ILUSTRADA DE PLANTAS MEDICINALES (PROPUESTA)

Se generó un material educativo que muestra 80 plantas con sus propiedades y usos en CD que facilite su reproducción. En cada página se

presenta la fotografía de cada planta acompañada de su nombre común y un párrafo complementario de la importancia medicinal, cultural, etc.

Se dará a conocer tanto a la comunidad educativa como a sus autoridades con el propósito de difundir la riqueza natural con la finalidad de fortalecer los usos y costumbres de la comunidad en el uso tradicional de las plantas medicinales domésticas.

La guía ilustrada tiene un tamaño de 480 Megabytes por lo que se sugiere esperar unos dos minutos si el ordenador posee una capacidad inferior de 2.4 GHz y una memoria RAM inferior de 500 Megabytes.

Contiene las siguientes partes:

1. Una presentación con título y autores
2. Una sección de recordar que contiene:
3. Partes de la planta
4. Glosario de términos

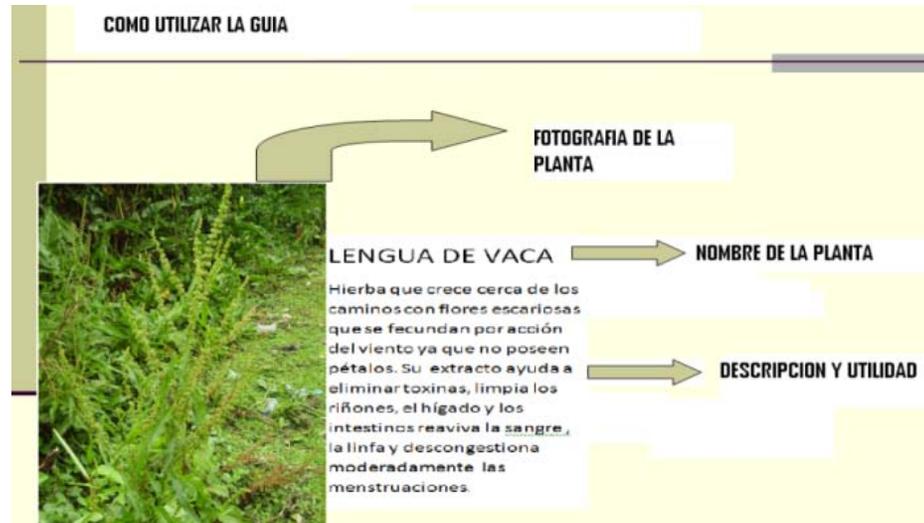
Figura 23. La flor y su estructura



Fuente. Wiki pedía la enciclopedia libre

5. Sitio de trabajo (mapa)
6. Metodología (niños abuelos y docentes)
7. Como utilizar la guía

Figura 24. Esquema para la utilización de la guía de plantas medicinales



Fuente. Ruben Dario Muñoz

Esta sección ubica en cada presentación los datos del nombre de la planta, el nombre científico, familia a la que pertenece y una breve descripción con su utilidad.

10 RESULTADOS O HALLAZGOS

Anteriormente el vestuario del pueblo Kokonuko era a base de lana de ovejos, y alpargates de pieles. Se alimentaban de la casa de la pesca y la recolección de frutos silvestres como maíz, majua, oca, batata, jíquima, achira, mejicano, quiteño, archucha, frijol cache, coles, cilantro de montaña, ulluco amarillo, variedades de papa choriza, yema de huevo, bollo de puerco, picha de indio, guata, haba, alverja, trigo, quinua, arracacha, se curaban en rituales espirituales con plantas medicinales como: coca, verbena, paico, chulco, llantén, ajeno, pacunga, diente león, lengua de vaca, pelo de choclo, cola de caballo, vida, ortiga, manzanilla, yerba buena, yerba mora, menta, poleo, repollo de peña, siempre viva, ruda de cuy, alegría, árnica, frailejón, apio, palma (ramo), descancè, chundur de loma, canela de páramo, malva, ensenillo, arrayan, nogal, cojón de chucha, tachuelo, pepo, espadilla, alfiler, salvia, alcachofa, mejorana, malvisco, uvilla, violeta, anís, borraja, sauco, caléndula, toronjil, cedrón, cilantrillo, helecho, musgo, lechero, chupador, flores, orejuela, ruda, hinojo, altamisa, mora de monte, cordoncillo, berro.

Nuestra comunidad es de tradición colectiva lo cual se refleja en La Minga, el cambio de mano y la participación en consenso de sus determinaciones a través de las asambleas, hoy los congresos, juntas directivas, encuentros de saberes; creemos en los espíritus que armonizan nuestras relaciones con la madre tierra como el duende, el guando, la viuda, y otros espíritus de energías positivas o negativas; los sueños, las señas corporales, los mensajes de la naturaleza que transmiten aves, serpientes, sonidos, nubes, formas de la luna que anuncian acontecimientos.

En los recorridos realizados con los niños en las diferentes huertas de la comunidad encontramos una gran variedad de plantas que son utilizadas como medicina tradicional por la comunidad de la vereda Cobalò.

Que los médicos tradicionales, las parteras, los sobanderos, los custodios de semillas y mayores de la comunidad sean reconocidos por su gran labor en el uso de la medicina tradicional y que la escuela sea la base fundamental donde se pueda dar a conocer y a aplicar todo ese conocimiento.

A continuación se describe un listado de aproximadamente 82 plantas propias de la región cada una con su respectiva utilidad o propiedad curativa de acuerdo a las entrevistas y conversatorios. Todos los participantes nos contaron sus experiencias y un medico tradicional nos planteó que la perdida en el uso de las plantas medicinales se debe a que las personas han perdido la credibilidad tanto en las personas como en las plantas.

Las plantas tradicionales se están combinando con medicamentos químicos.

El conocimiento entre los jóvenes no está apropiado mientras que en los ancianos sí.

Figura 25. Portada ilustrativa de la guía de plantas medicinales



Fuente. Propia

10.1 INTRODUCCION A LA GUIA

Figura 26. Portada de la Guía ilustrada Pedagógica de Plantas Medicinales



Fuente. UAIIN

Las plantas medicinales domésticas son un aliado eficaz para aquellas personas que deseen conservar una buena salud. Ellas nos acompañan, nutren y curan desde los primeros orígenes de la vida en la tierra.

Si tenemos en cuenta que la mitad de los productos farmacéuticos son obtenidos de las plantas, es hora de aprovechar las virtudes que estas plantas ofrecen para mejorar y preservar la salud en una forma fácil desde su propia casa, teniendo en cuenta los beneficios que cada una de ellas proporciona.

Figura 27. Manzanilla



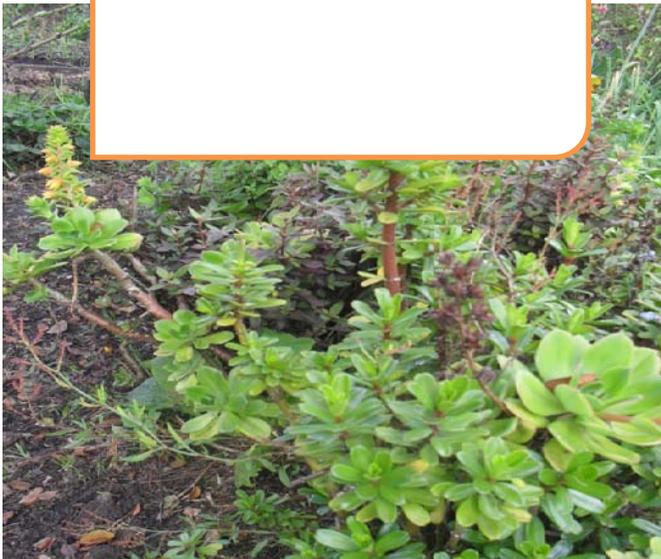
Fuente. Propia

Figura 28. Menta



Fuente. Propia

Figura 29. Siempre Viva



Fuente. Propia

Figura 30. Caléndula



Fuente. Propia

Figura 31. Pepo



Fuente. Propia

Figura 32. Violeta



Fuente. Propia.

Guía completa en CD. (Ver Anexo C).

A continuación damos a conocer el uso de 82 plantas medicinales domesticas encontradas en la vereda Cobalò, donde se da el nombre común y el nombre científico como también su forma de preparación.

Tabla 2. Plantas medicinales domesticas encontradas

No	NOMBRE COMUN	NOMBRE CIENTIFICO	UTILIDAD
1	ALTAMISA	Ambrosia persiana ...	Para curar el mal viento, daño de estómago, dolor de cabeza y expulsar la placenta de las vacas. PREPARACION: Se toman 7 cogollos, se les flota aguardiente compuesto, se limpia todo el cuerpo de la persona, luego se parten esos cogollos y con humo de cigarrillo se flota desde la cabeza hasta los pies. Se puede hacer

			<p>por tres días. Para el dolor de estómago se maceran unos cogollos se mezclan con alcohol o aguardiente, se coloca un emplasto sobre el ombligo. Para expulsar la placenta o par de la vaca cuando da cría se macera una cantidad con agua y se da de tomar al animal, se pueden dar unas dos tomas por dos días.</p>
2	MANZANILLA	Matricaria chamomilla L.,	<p>Para el dolor y la pesadez de estómago. PREPARACION: Se toman cogollos o ramas y se hace una aguade panela (aromática), se toma 3 veces al día</p> <p>Para irritación de los ojos. Se hierven unas ramas en agua, se aplica tibia en lavado de las vistas.</p> <p>Para sacar el frío y los gases. Se prepara en Aromática con poco dulce, toma tres veces al día.</p>
3	HIERBA BUENA	Mentha sativa	<p>Existe de dos clases blanca y negra. Cura el dolor de estómago. PREPARACION: Toman unas 7 hojas y se prepara en agua hervida, se enfría y se toma cada 4 horas un medio pocillo.</p> <p>Para hacer dormir los niños se prepara en aromática se les da unas 6 cucharadas.</p> <p>Sirve también para controlar el curso de los terneros, se prepara en aromática, se les puede dar dos botellas por día hasta ver curación.</p>
4	CEDRÓN	AloysiatriphyllaL´Herit	<p>Para los ataques del corazón. PREPARACION: se toman hojas luego se prepara en aromática, se puede dar tres veces al día, medio pocillo; lo mismo para la presión y la circulación. Para calmar dolores al corazón. Tomamos cuatro cogollos de cedrón picado y hojas de toronjil en un litro de agua. Se puede dividir o separar en tres tomas al día. También sirve para acompañar las coladas, aromáticas de adultos y niños, se pueden tomar las hojas al gusto que desee.</p>
5	AJENJO	Artemisia absinthium ...	<p>Para purificar el hígado y sangre. Para desparasitar las personas y las plantas. (Es tóxico). PREPARACION: Se toma un cogollo y se mete en un pocillo de agua hirviendo, luego se saca y la puede tomar con algo de dulce. Lo puede hacer diario, unos</p>

			tres días.
6	ALCACHOFA	Cynaraacolymus	Para el dolor de estómago. Para purificar el riñón y el hígado. Para tos y resfriados. PREPARACION: Se toma un pedazo de hoja y en fusión en medio pocillo y se toma dos veces al día, hasta encontrar mejoría; no se debe hervir. Es tóxico y acorta la visión.
7	CALÉNDULA	Calendula arvensis	Para hacer lavados. Desinflama golpes y lastimaduras. Cicatrizante de heridas. PREPARACION: Se hierven flores al gusto se enfría y se lava la parte afecta, también se tomar medio pocillo. Su raíz puede causar cáncer.
8	ORTIGA	Urtica dioica L	Para el resfriado. Para controlar las alergias. PREPARACION: Se toma una raíz y coloca a hervir por tres minutos, se enfría y se toma medio pocillo hasta encontrar mejoría. Para desinflamar las lastimaduras. Se cola a hervir raíces y hojas para hacer lavados. Controla la caída del cabello. Tomamos varias hojas y raíces se maceran y se le mezcla agua, se envasa para peinarse el cuero cabelludo.
9	SALVIA	Officinalis	Contra el mal viento, la sinusitis, vómito y fiebre, dolor de cabeza. Para baño a las mujeres de dieta,
10	BREVO	Higo – Higos	Para sacar le frío de embarazadas. Para aflojar los huesos y acelerar el proceso de partos. PREPARACION: Se toman unas 4 hojas se prepara una aguade panela se puerto medio pocillo y se hace baños sin dulce.
11	ROMERO	Rosmarinusofficinalis	Para controlar la caída del cabello. PREPARACION: Se maceran varias ramas con agua y ese sumo se envasa para peinarse el cuero cabelludo. Para los sahumeros. Se secan varias ramas se mezclan con azúcar o panela y se hacen sahumeros en las noches.
12	INSULINA	Cissusverticillata-sycioides	Para curar la diabetes. Se prepara en forma de aromática y se toma hasta encontrar curar.
13	SAUCO	Sambucusnigra	Para curar la tos, controlar la fiebre y las hojas para purgante.

			Para la hidropesía, PREPARACION: Se colocan a hervir por tres minutos las flores en aguade panela y se toma tres veces al día hasta en contar cura.
14	LENGUA DE VACA (barrabas)	: Caesalpinia coriana Willd	Desinflamante del hígado. Se prepara en forma de aromática y se toma dos veces al día, no se hierve. Controla la fiebre, el dolor de cabeza. Se toman hojas y se colocan con rodajas de papa sobre la frente, hasta encontrar cura. Cura la hepatitis y para el pasmo.
15	SÁBILA	Aloe barbadensis	Para dolor de cintura, espalda, riñones. Se saca el cristal y se toma dos veces al día hasta sentir mejoría. Para curar la tos. Se usa como purgante. Para nutrir el cabello y para la buena suerte. Con el cristal se hace un champú para lavar el cabello.
16	GERANIO	Pelargonium	Para la tos. Para soltura de sangre y fiebre delos niños. Se prepara en forma de aromática las flores y se toma dos veces al día, hasta tener mejoría
17	CEBOLLETA	Allium cepa	Para los resfriados. Para curar la tos. PREPARACION: Se toman dos cebolletas se raspan se licua en agua hirviendo, se cierne, se le agrega limón y miel de abeja y se da a tomar hasta hallar mejoría es mejor en las noches; 5 cucharadas para adulto y 3 para niños.
18	PEREJIL	Petroselinum hortense	Para controlar los atrasos. Para curar la leucemia. Para quitar el flujo vaginal. PREPARACION: Se toman las hojas y se prepara en forma de aromática y se toma has hallar mejoría.
19	UVILLA (UCHUVA)	Physalis Peruviana	Para curar el terijio. Para quitar las nubes de los ojos y mejorar la visión. PREPARACION: Se coge el jugo y se aplica en la vista afectada (dos gotas tres veces al día) Saca los paraisitos. Se consume el fruto.
20	RETAMO	Fabaceae	Para curar la tos rebelde. Se preparan unas hojas en forma de aromática y se da por dos veces al día.
21	ARRACACHA	ArracaciaanthorrhizaBan cr	Para desinflamar, es cicatrizante. Para sacar los entuertos, y curar el ombligo de los niños. PREPARACION: Se cogen los tallos se colocan a hervir

			por unos 20 minutos y se hacen baños una vez al día.
22	VERDOLAGA	Portulacaoleracea	Cura el dolor de estómago y como purgante. Se prepara en forma de aromática las flores o tallos y se toma dos veces al día hasta hallar mejoría.
23	ÁRNICA	Arnica montana	Desinflama golpes y lastimaduras. Desvanece tumores. Se hierven flores y se le agrega dulce y se toman por tres veces al día hasta hallar mejoría.
24	PACUNGA	Bidenspilosa	Abre el apetito. Contra la irritación de la estómago y sacar el frío de la matriz. Se hierven por cinco minutos unas tres ramas, se le agrega algo de dulce y se toma por unos tres días, dos veces diario.
25	MEJORANA	ZEA MAYS L	Controla el daño de estómago. Saca fríos estomacales. En Infusión. Para controlar los dolores de cabeza, cólicos, nervios. Se toman varias hojas en agua, esto se mezcla. Se toma tres veces al día.
26	MALVA	Althaeaofficinalis	Desinflama golpes y lastimaduras. Para baños de las mujeres de dieta y es cicatrizante. Contra los dolores de muela en aleación con manzanilla y piedra lumbre
27	NOGAL	Cordiaalliodora	Cicatrizante. Teñir el pelo. Lavados vaginales , Desinflamante.
28	MATA PALO	Ficas Benjamina	Para curar lastimaduras y desvanecer novanillos. Con las hojas hervidas se hacen baños de la parte afectada hasta hallar mejoría.
29	YANTEN	Alisma plantago-aquatica	Desintoxicar el hígado. Controla daños de estómago y empacho. Se prepara en forma de aromática y se toma dos veces al día. Para la colitis.
30	ESPADILLA	Gladiolusspp	Para curar la vejiga, los riñones y el corazón. Se prepara las hojas en forma de aromática y se toma dos veces al día.
31	BOTONCILLO	Conocarpuserectus L	Curar el dolor de los riñones. Con las hojas y flor se prepara en forma de aromática y se toma dos veces al día.
32	CARACUCHO	Tropaeolummajus	Cura la tos, la gripe y el estrés. Toma en forma de aromática dos veces al día hasta encontrar alivio.

33	COLA DE CABALLO	Equisetum arvense	Para los riñones. Se colocan infusión varias hojas y se toma medio vaso dos veces al día, hasta encontrar mejoría. Controla la caída del cabello. Se maceran varias hojas y con ese jugo se utiliza para peinarse. Irritación del estómago. Para expulsar cálculos. Se pican hojas en un litro de agua una vez preparado, se distribuye en tres tomas por día.
34	PELO DE CHOCLO	Zea Mais L	Controla el dolor de los riñones y adelgaza la sangre. Se hace infusión con el pelo y se toma dos veces al día.
35	GRANIZO	Hedyosmum	Controla gripa pasmada, el paludismo y la anemia. Con las hojas en infusión, se toma medio pocillo dos veces al día.
36	VIDA VIDA		Cura la gastritis y la irritación del estómago. Con las hojas en infusión se toman pequeñas cantidades.
37	REPOLLO DE JARDÍN	Brassicaoleracea	Cura el dolor de oído y baja la fiebre. Se maceran las hojas y se colocan en la frente y en las axilas utilizando un pañuelo para bajar la fiebre. En oído afectado se toma un pañuelo y una hojas de repollo se envuelven y se le aplican unas 4 gotas de ese jugo, dos veces al día, hasta hallar curación.
38	TOMILLO	Coridothymuscapitatus	Para preparar jarabes contra la tos. Se prepara en aguade panela con canela y se toma dos veces al día. Para condimento de las comidas.
39	ORÉGANO	Origanumvulgare	Adelgazante de la sangre. Se puede tomar diaria como aromática. Cura barros, espinillas, quita los cólicos menstruales.
40	CHULCO.	Oxaliscorniculata	Desinflamante. Se coloca en forma de emplasto. Controla la fiebre y los dolores de muela. Se maceran los tallos y se aplican con un trapo de tela en el cuerpo.
41	POLEO.	Menthapulegium	Cura la tos. Se colocan a hervir por unos cinco minutos una cantidad de hojas con leche y se da a tomar dos veces al día. Saca los parásitos. Se maceran hojas y se da tomar una cucharada de jugo dos veces al día. Es condimento. Se puede picar ramas en pequeña cantidad en preparación de la morcilla o rellena, con el fin de brindarle mejor sabor.

42	VERBENA.	hybrida.	Controla la fiebre, la bilis, y el guayabo. PREPARACION: Se maceran unas ramas se le mezcla agua se cierne y se da tomar medio pocillo o cucharadas sin exceder. Para amansar los niños y hacerlos caminar más rápido. Se licua varias ramas en agua, se deja asentarse. Luego se puede tomar un medio vaso por dos veces al día hasta bajar la fiebre.
43	VIOLETA.	Viola odorata	Controla los resfriados y la tos. Para la elaboración de perfumes. En fusión. Para controlar los flujos vaginales, gripa, y gastritis. Se preparan varias hojas y flores en un litro de agua. Se puede tomar tres veces al día.
44	RUDA	Graveolens	Contra el mal viento, los mareos y para las mujeres de dieta. Es utilizado en los rituales. Para la buena suerte
45	DESCANSE		Controla la fiebre. Por los médicos es utilizada para quitar males postizos
46	LIMONCILLO	Costusspicatus	: En infusión. Para controlar des calofrío en el cuerpo. Se preparan hojas en agua de panela, se toma. Se puede combinar o agregar a las aguas de remedio para la gripa, tos, asma.(TeodociaMelenje, mayora)
47	YUCO		Para aliviar los calambres.
48	MANGA PACA		Contra la desinteria de sangre
49	TORONJIL	melissaoficialis	Para dolor al corazón Regula la presión arterial. Es aromática
50	ARRAYAN	Foeniculumvulgare Miller	Se usa para calmar el dolor de muelas
51	INOJO	Anethumgraveolens	Para la preparación de aguardiente y también es utilizado en las mujeres lactantes para aumentar la leche materna.
52	CITRONELA	Cymbopogonnardus	En infusión. Sirve para los nervios, dolores de estómago. Tomarla unas dos veces al día.
53	NOGAL:	Juglans regia	En infusión. Para diferentes dolores y golpes se aplica, como desinflamantes y

			cicatrizante
54	BORRAJA	Boragoofficinalis	En infusión. Para la gripa, la tos , asma, con limón, miel de abejas, tomarla calientica, tres veces al día
55	ALBACA	Ocimumbasilicum L	Sirve para rituales. En infusión, para cólicos menstruales. Tomar unas dos veces al día.(Aquilino Guauña, médico tradicional)
56	LENGUA DE SUEGRA	Sansevieratrifasciata	En infusión. Para quistes, ovarios y para el mismo cáncer. Se toman unas hojas en un litro agua. La reposamos y hacemos tomas unas tres veces por día
57	APIO	Apiumgraveolens	En infusión. Para el asma, la presión y también de aromáticas para la empachadura. Se toman varias hojas picadas en un litro de agua. Se pueden hacer tomas tres veces al día. Para curar el dolor de estomago En las afecciones del hígado y en los riñones , además se utiliza para el reumatismo.(emplasto)
58	RUDA	Ruta graveolens	Para rituales, dolores de estómago. Para apurar los de los partos para adelantar.
59	MALVA	sylvestris L.	En infusión. Para moretones y golpes. Se prepara el agua se deja enfriar y se hacen los lavados en la parte afectada. Se puede hacer dos lavados al día, se debe hacer caliente, lo que aguante.
60	LA BORRAJA	Boragoofficinalis	En infusión. Para controlar la gripa. Se aplica hojas en un litro de agua. Cuando la tomes se le agrega jugo de limón, miel de abeja. Se reparte esta toma en tres partes, debe ser calientica al consumirse.
61	AJO	Alliumsativum	Cocimiento. Para controlar hipertensión. y como purgante de los niños se les da macerado con jugo de limón en ayunas. También como condimento de las comidas
62	SALVIA:	officinalis.	Cocimiento. Para controlar hongos. Se pican unas ocho cucharadas soperas en un litro

			de agua, se puede lavar todos los días la zona afectada.
63	PAICO	Chenopodiumambrosioide s L	Se hace infusión. Para purgar a los niños, para controlar los parásitos se recomienda en cantidad mínima, lo mismo con el ajeno.
64	ARRACACHILLA	ArracaciaxanthorrhizaBan cr	Cocimiento. Para baños después del parto. Se mezclan unas dos libras de la planta, se deja reposar luego se aplica el baño, en un lugar cerrado. Se pueden realizar unos tres baños. Hojas picadas en media taza de agua. Se debe tomar este en dos tomas en ayunas y por la noche.(Marta Gurrute)
65	MENTA	menthapiperita.	: Para la tos. En infusión. Se prepara una agua de panela con ella, se toma tres veces al día, no se debe mojar.(Francisca Camayo)
66	PEPO:	Cucurbita	Para controlar la caspa. Cataplasma. Se machacan pepas con agua, el jugo se debe aplicar sobre la cabeza dejarlo por unos cinco minutos, luego se enjuaga.
67	SIEMPREVIVA	Sempervivumtectorum	: Para las verrugas. Cataplasma. Se aplican hojas machacadas sobre la verruga, que sean dos veces al día.
68	DIENTE LEON	Taraxacumofficinale Weber	Cocimiento. Para controlar lo del Ácido úrico (cocimiento de la raíz). Toman varios tallos se mezclan con agua puede ser un litro de agua. Toma tres veces en el día, en una copa.
69	TOMATE DE ARBOL	Cyphomandrabetacea (Cav.)	Para aflojar flemas. En cocimiento. Se puede revolver con mora, limoncillo y tomarlo caliente, tres veces al día.
70	HIERVA MORA:	Solanumtuberosum L	Para controlar los orzuelos Se utiliza el jugo de la pepa se aplica en la vista afectada. Hacer por tres veces al día
71	ALFILER		En infusión. Para limpiar los riñones. Se preparan unos cinco tallos en un litro de agua. Se pueden hacerse unas tres tomas.
72	ENCENILLO	Weinmanniapubescens	Maceración: Para controlar la fiebre de los animales en especial las vacas de leche cuando dan cría. Se muelen

			tallos, hojas con agua, hasta quedar espeso y baboso, se le da unos dos litros y se le flota por la parte de la cadera del animal, por unos tres días.
73	CHILCA	Amaranthaceae.	Se emplea en cataplasmas para aliviar dolores reumáticos, lastimaduras y en infusión para curar afecciones bronquiales
74	BORRACHERO	Brugmansia aurea Lageth	Las semillas del borrachero son venenosas ya que de ella se extrae la escopolamina o burundanga. Por otro lado el zumo de sus hojas se emplea para tratar la hinchazón.
75	CARDO	Argemone mexicana	Tienen hojas y ramas espinosas. Se dice que los abuelos la utilizaban para cardar y suavizar los tejidos en lana.
76	EUCALIPTO	Foeniculumvulgare	Se utiliza para sahumeros En infusión con pino y mora y orégano sirve para controlar la gripa PREPARACION: Se coloca a hervir el agua y se y se echa por unos dos o tres minutos y se deja reposarse toma solo en la noche
77	MEJICANO	Cucurbita pepo	Para desinflamar la ubre de las vacas y para controlar la fiebre PREPARACION: se utiliza un mejicano biche se esparce sobre la ubre de la vaca.
78	PAPA	Solanumtuberosum	Para bajar la fiebre. Se usa en rodajas en la frente. El sumo de la papa se utiliza para controlar la gastritis se toma en ayunas.
79	PINO	Pinuspinea	Se utiliza para sahumeros con eucalipto y En infusión con eucalipto y mora sirve para controlar la gripa se endulza con agua de panela y se toma tres veces al día; no se puede bañar con agua fría
80	CORDONCILLO	piperauritumkunth	Para quitar los calambres PREPARACION: Se hace un emplasto y se aplica en el lugar afectado
81	CHAMBIMBE- ACHIRA	Canna indica L.	Es usada más como amuleto que como medicinal, pues creen los indígenas que poniendo collares de sus semillas a los niños pequeños, les nacen mejor los dientes.
82	TROMPETO	Allamandacathartica	También se la llama sarno o curador, pues se utiliza para la sarna y piojos de los perros es un árbol de 4 m de altura, con hojas grandes verde oliva

			<p>y flores color crema. Sus semillas vienen en forma de racimos las cuales se extraen del fruto cuando está amarillo.</p> <p>PREPARACION: macera fruto y hojas y se en tres litros de agua y al día siguiente se baña el animal afectado</p>
83	MORA	RubusglaucusBenth	<p>Las hojas y el fruto de esta planta en infusión son utilizadas como antiinflamatorio y para la tos.</p> <p>PREPARACION: Se hierbe las moras agua durante 10 minutos y se endulza con miel de abeja se toma tres veces al día.</p> <p>Su fruto es comestible y de uso comercial</p>

Pedagógica para la elaboración de la guía ver anexo C diapositivas

11 CONSIDERACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Teniendo en cuenta el trabajo realizado en las diferentes mingas programadas por las escuelas del resguardo y por los conversatorios con los mayores, los médicos tradicionales, las parteras, los sobanderos, docentes y demás miembros de la comunidad nos recomendaron los siguientes puntos:

Realizar más talleres con los sabedores de la comunidad con el fin de ampliar el conocimiento y retroalimentar el proceso de la medicina tradicional desde la escuela hacia la Comunidad.

Realizar un banco de semillas de plantas medicinales propias de la región con el fin se preserve las plantas medicinales y su utilización tanto en la escuela, casa y comunidad.

En todas las familias se cultive un espacio solo para plantas medicinales para que se facilite su utilización en la salud de cada uno de los miembros de la familia.

Apoyo por parte de la autoridad tradicional para capacitación y semillas, para fomentar y conservar las semillas y las plantas propias de la región.

Dar clases de botánica y de medicina propia en las escuelas, con el fin que la teoría vaya ligada a la práctica de la medicina a través del área Comunidad y Naturaleza.

Capacitar a los docentes en medicina tradicional, para apropiarse y dinamizar procesos que vayan en bien de la comunidad, fortaleciendo sus usos y costumbres.

La metodología empleada en éste trabajo si logró cumplir los objetivos propuestos.

Dicen que ahora las enfermedades son más fuertes y que un agua no los puede curar; mas sin embargo en la mayoría de las personas aún se conoce los beneficios que tienen las plantas y saben para que sirvan y la forma de preparación para la aplicación en las diferentes enfermedades.

FUENTES DE CONSULTA

Caballero, Rodrigo. (1995.p23-27). *La etnobotánica en las comunidades negras e indígenas del Delta del Río Patía*. Ediciones Abya-yala. 1 edición. Cayambe Ecuador.

C.A.R. (2004).*Vegetación del territorio* (Corporación Autónoma regional de Cundinamarca). Ed. Panamericana S.A. Primera Edición Bogotá.

Cárdenas, D y López. (2003, p101-117) *Inventario florístico en El Cerro del Cuchillo, Tapón del Darién Colombiano*. Revista Caldasia 25 (I).

Cárdenas, D y Ramírez, J. (2004 p 95-110). *Plantas útiles y su incorporación a los sistema productivos del Departamento del Guaviare (Amazonía colombiana)*.Revista Caldasia 26(I).

Jaramillo, Juan. (2005).*101 Hierbas Medicinales*. Ed Fondo de cultura Económica. Bogotá.

Mahecha V., Gilberto. (1997).*Fundamentos y metodología para la identificación de Plantas*. Proyecto Biopacífico. MMA PNUD GEF. Instituto Humboldt. Santa fe de Bogotá D.C.

Martínez, Miguel 1989. p 191- 267

Ministerio de educación nacional. (1990) *Criterios para la evaluación de textos*. Bogotá.

Ministerio del Medio Ambiente. Disponible en la web: www.minambiente.gov.co

Muñoz y Rodríguez. (1995). *Guía ilustrada de la vegetación del Parque Montañas de Chicaque- Mpio de Tequendama (Cundinamarca)*. Tesis Universidad Pedagógica Nacional.

Organización Mundial de la Salud, *Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2002-2005*. 2002, Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

Pérez Arbeláez, Enrique. (1995). *Plantas medicinales y venenosas de Colombia*. Ed. Furugugú. Medellín.

Plan de salvaguarda resguardo de Kokonuko

Plantas medicinales (1972). pbro Arias Alzate Eugenio medico homeópata, décima edición enciclopedia del hogar y de la salud.

Plantas medicinales. Disponible en la web: [www.botanicalonline.com/plantas medicinales](http://www.botanicalonline.com/plantas_medicinales)

Plantas. Disponible en la web: www.plantasquecuran.com/

Proyecto educativo comunitario kokonuko. Resguardo indígena de kokonuko plan de salvaguarda y plan de vida.

Proyecto educativo comunitario. (PEC)

Richadeau, F. *Concepción y producción de manuales escolares: guía práctica*.

Sistema educativo indígena propio (SEIP)

UNESCO .1985

Vargas-Ríos, o. & d. Rivera-Ospina. (1991, p1-74). *Comunidades vegetales del Parque Nacional Natural Chingaza: Sector I río La Playa—Río Guatiquía. Cuadernos Divulgativos* [Facultad de Ciencias, Universidad Javeriana, Bogotá] 23

Internet.

www.urosario.edu.co/investigacion

www.botanical-online.com/medicinalsequiseto

www.semicol.com.co/semillas

ENTREVISTAS A (Fuentes orales)

Estudiantes grado cuarto y quinto vereda Cobalò

Docentes

Padres de familia

Luz Nery Melenje

Gladis Elena Sauca

Benigna Avirama (Custodia de semillas)

Manuel Calambas (custodio)

Aquilino Guauña (medico tradicional)

Trinidad Avirama (partera)

Higinio Martínez (sabedor)

Marta Gurrute(Sabedora)

Seferina Calambas (mayora)

Carlos Gurrute (Mayor)

Jose Lucio Yace (Mayor)

Alipio Valencia (sobandero)

Aquilino Guauña (medico tradicional)

Conocedor de plantas del Resguardo Kokonuko

Carlina Avirama (Mayora)

María Francisca Camayo (pulsadora)

Emiliana Melenje (custodia de semillas)

ANEXOS

Anexo A: ENTREVISTAS (TESTIMONIOS)

Todos los participantes nos contaron sus experiencias y un medico tradicional nos planteó que la inutilizada de en el uso de las plantas medicinales se debe a que las personas han perdido la credibilidad tanto en las personas como en las plantas.

Dicen que ahora las enfermedades son más fuertes y que un agua no los puede curar; mas sin embargo en la mayoría de las personas aún se conoce los beneficios que tienen las plantas y saben para que sirvan y la forma de preparación para la aplicación en las diferentes enfermedades.

PALABRAS DEL CUSTODIO DE SEMILLAS. Hay muchas plantas a nivel de nuestro resguardo, que dejamos perderlas porque no las conocemos y ni le damos el uso que se merece, en cuanto a la medicina y también a la alimentación... (MANUEL CALAMBAS)

PALABRAS DE UNA PARTERA (70 AÑOS) ZONA URBANA. Yo opino que las plantas medicinales, son buenas, eficaces y muy naturales como también efectivas, las que a veces venden ya secas son contaminadas, como partera hay plantas que aceleran el parto como: pepa de cilantro, cáscara de naranja y cinco seco, se le puede dar de dos a tres tomas. Para detener el parto o la venida de la criatura antes del tiempo por susto, rabia, y frío, se da a la enferma toronjil, en agua de panela con canela; o también alhucema en grano que casi ya no se consigue. (LIBIA TERESA SALAZAR)

PALABRAS DE ABUELA MARTHA GURRUTE: Recuerdo que en mis tiempos la huerta casera, estaba cultivada por muchas plantas medicinales incluidas las plantas de comer, pero hoy en día en partes la tenemos muy pocas en otras partes no las tienen es decir no hay las huertas como eran antes cuando existieron los papás nuestros en las escuelas los profesores y los padres de familia hacían sus huertas escolares donde también se cultivaba las plantas medicinales. Recuerdo que iba desde los ajos, las coles, la arracacha, las majúas y la cebolla en adelante. Hoy en día no las cultivamos, porque en parte somos dejados, o simplemente nos da pereza, preferimos comprarlas que cultivarlas, las mujeres anteriormente eran las encargadas del cuidado y manejo de las plantas ahora esta costumbre se está perdiendo casi no se ve; las mujeres hoy son disque modernas, ya no les gusta embarrarse las manos yo por los años que tengo me duelen mucho las manos.

Mensaje: Que las mujeres y las personas se pongan a cultivar las plantas medicinales que son de gran importancia en vez de ir a traerlas de Popayán o de otras partes. Tenemos el pedacito de tierra donde cultivarlas.

PALABRAS DE LA PARTERA TRINIDAD AVIRAMA: No ejerzo por la edad y este es un trabajo de alta responsabilidad. Hoy en día desde que se acabaron los mayores se está acabando todo, la tradición esta difícil de recuperarla, la juventud no quien recoja esto, la tradición no se conoce, por ejemplo mis hijos no la conocen no la recuerdan porque se fueron a estudiar y es de la escuela- colegio a la casa y otros la tienen muy poquito o se ocuparon en otras actividades, uno les dice vayan a traerme tal planta y no la conocen. También porque hoy a los hijos no se les mantiene en la huerta, entonces no se enseña en cambio a uno no aprendió a leer, pero le enseñaban sobre las plantas y que remedios se podían hacer pero a mi edad y causa de mis enfermedades es poco lo que me acuerdo. La s juventudes de hoy se meten a obligaciones y los papás son los que tienen que responder en las casas por dicha obligación, no hay tradición no hay socialización

en ese sentido. Uno para todo toca estarles advirtiéndoles que tienen que hacer, enseñando para todo, miren háganle esto tomen esto, lo otro es desde el vientre de la madre ya vienen contaminados con la droga ya las plantas no les hacen efecto miren el caso mío desde pequeños se enfermaban yo no llevaba a médico solo con las plantas les curaba, la tos, la fiebre, dolor de dientes, dolores de cabeza, siempre utilizando las plantas: hierbabuena, tomate, sauco, paico, siempreviva, limoncillo, moras, descanse, borraja, veranera, pensamiento, flores de pacunga, verbena, repollo de jardín, y los baños como también las aplicación de vinagre en el cuerpo, cualquier problema que se les presentara. En ese tiempo uno no asistía a los médicos desde que cogía embarazo así era la tradición, para todo es droga hoy ya las plantas no le hacen efecto porque el cuerpo está intoxicado.

Mensaje: Que cultiven las plantas los padres y que estos niños observen y aprendan, y que se les enseñen con las plantas básicas desde las casas, y que tomen interés. Para los animales en ese tiempo no se enfermaban, de vez en cuando les daba era el Carbón, de lo mismo gordos.



Fuente. Trinidad Avirama

Anexo B. MOSAICO FOTOGRAFICO SOBRE LA INVESTIGACION

Foto cerro de chagartón resguardo Kokonuko



Escuela Rural Mixta Cobaló





Inducción del trabajo



Recorrido del territorio Cobaló



Reconociendo las plantas medicinales



Profesores de Cobalò recorriendo el territorio



Conversatorio con los mayores



Conversatorio con los mayores de la Región



Custodios de semillas



Practica en la escuela



Analizando y sistematizando la Información





Sistematizando



Sustentación del trabajo





Anexo C. Guía ilustrada en CD.