



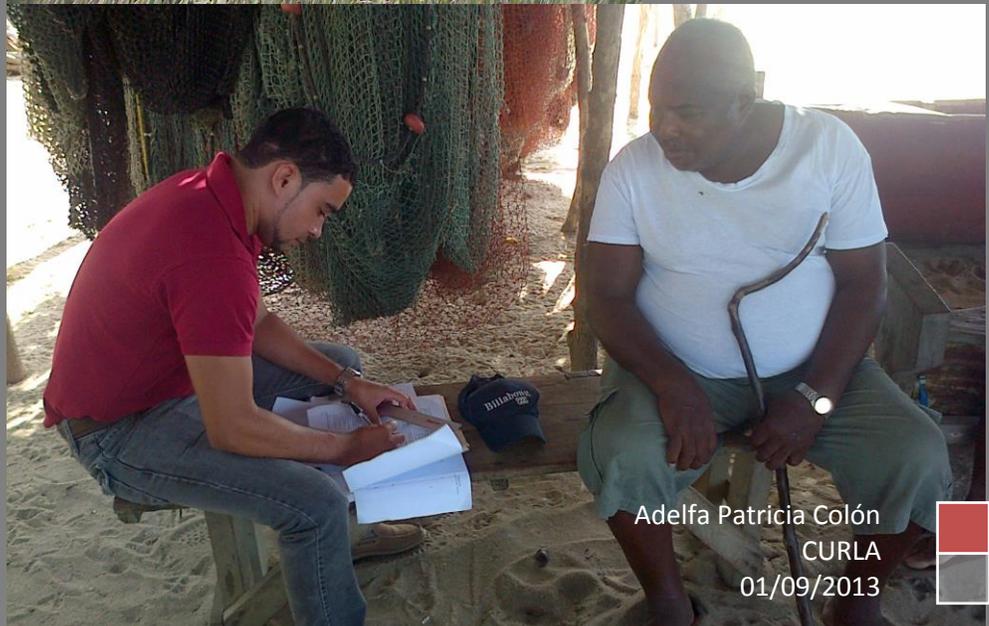
2013

UNAH

# Conocimiento local sobre plantas medicinales

En Comunidades del Municipio de Santa Fe,  
Colón

La compilación de saberes es necesaria, pero es importante no descuidar su validación usando el método científico. Ken Takahashi



Adelfa Patricia Colón  
CURLA  
01/09/2013



# INDICE

## Contenido

INDICE.....	1
ABSTRACT.....	2
RESUMEN .....	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
INTRODUCCIÓN.....	4
MARCO DE REFERENCIA.....	6
Conocimiento local.....	6
Plantas medicinales.....	6
Enfermedades comunes en el municipio.....	7
Hipótesis.....	8
METODOLOGÍA.....	8
Ámbito de estudio.....	8
Tipo de investigación.....	9
Recolección de información.....	9
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	11
Perfil de las personas entrevistadas.....	11
Sobre las plantas más utilizadas.....	19
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	34
BIBLIOGRAFÍA.....	35

## CONOCIMIENTO LOCAL SOBRE PLANTAS MEDICINALES EN TRES COMUNIDADES DEL MUNICIPIO DE SANTA FE, COLÓN.

### ABSTRACT

This research was carried out in the communities of Santa Fe, San Antonio and Guadalupe, belonging to the Santa Fe municipality's, in the department of Colon, Honduras. Ninety seven persons were interviewed in total. The pollsters were students of the Career of Agricultural Economy of the Regional University Center of the Atlantic Littoral CURLA. During his labor they were not limited strictly to the format of survey, but giving a margin of freedom in order that the interviewed was expressing his knowledge of a free and spontaneous way. The pollsters received clear instructions not to force to guide the answers using a list of medicinal plants prepared before of the study realized by CEINCOT. For the 12 most used medicinal plants there is brought the scientific name, common name, name in garífuna as the way of preparation and the therapeutic indication. It is compared with the use of the same plant in previous studies in other environments.

### RESUMEN

Esta investigación se llevó a cabo en las comunidades de Santa Fe, San Antonio y Guadalupe, pertenecientes al municipio de Santa Fe, en el departamento de Colón, Honduras. Noventa y siete personas fueron entrevistadas en total. Los encuestadores fueron todos estudiantes de la Carrera de Economía Agrícola del Centro Regional Universitario del Litoral atlántico CURLA. Durante su labor no se ciñeron estrictamente al formato de encuesta, sino que daban un margen de libertad para que el entrevistado expresara sus conocimientos de manera libre y espontánea. Los encuestadores recibieron instrucciones claras para no forzar ni guiar las respuestas usando una lista de plantas medicinales preparada previamente, tomadas del estudio realizado por CEINCOT. Para las 12 plantas medicinales más utilizadas se reporta el nombre científico, nombre común, nombre en garífuna al igual que el modo de preparación y la indicación terapéutica. Se compara con el uso de la misma planta en estudios previos en otros ambientes.

## AGRADECIMIENTOS

Se agradece a todas las personas que hicieron posible la presente investigación en especial a los estudiantes de Economía Agrícola: Deylis Maldonado, Claudia García Helen Álvarez, Sindy Almendárez, Lourdes Caballero, Alina Munguía, Keysi Torres, Javier de Diego, Keydi Castro, Ana María Acosta, William Milla, Mizraim Tábora, Danilo Meléndez y Ángela Padilla.

Al departamento de Ciencias Sociales por su apoyo en la elaboración del instrumento de investigación, en especial al Lic. Luis Martínez y la Lic. Margarita Corea. A la Unidad de Vinculación por el apoyo logístico a través del Ing. Rafael Carías. Al Lic. German Javier Bulnes quien fungió como supervisor del equipo de investigación en San Antonio. Al Ing. Kelvin Bodden por las tomas fotográficas. A la Municipalidad de Santa Fé por su apoyo constante en cada una de las visitas realizadas y a la Dirección General de Pesca en Trujillo (DIGEPESCA) por facilitar sus instalaciones para el trabajo de oficina.

## INTRODUCCIÓN

Muchos estudios se han realizado sobre plantas medicinales, especialmente en comunidades campesinas e indígenas que no cuentan con acceso a medicina “convencional”. A inicio de los años setenta, la Organización Mundial de la Salud (OMS) empezó a prestar atención a los éxitos alcanzados por China en la solución de la atención primaria en salud con el uso de plantas medicinales y sus tradiciones ancestrales, ya que lograron ser autosuficientes en medicamentos e impulsaron los programas de salud para una población de casi mil millones de habitantes. En los últimos años ha recobrado importancia el uso de plantas para curar una serie de enfermedades y se reconoce la riqueza de conocimientos que existen en comunidades étnicas de diferentes países del mundo. En el caso de Honduras la FAO reporta que se aprovechan cerca de 700 plantas medicinales. Este conocimiento difiere de un lugar a otro y de una etnia a otra. Aunque en Honduras existen 8 grupos étnicos, cada uno de ellos maneja diferentes conocimientos en cuanto al uso de las plantas medicinales.

En el 2011, surge la inquietud por parte de CEINCOT (Centro de Investigación y Cooperación Técnica) ubicado en Trujillo Colón, de instalar unos huertos medicinales en tres comunidades del municipio de Santa Fe, siendo estas: Santa Fe, San Antonio y Guadalupe. Sin embargo los huertos fueron abandonados por las personas encargadas de su cuidado, lo que motivó a CEINCOT a solicitar el apoyo de la Universidad a través del CURLA, para reactivar los mismos. Durante el primer recorrido por las comunidades surge la inquietud por parte de la academia: Como hacer huertos medicinales más sostenibles? Así nace la idea de desarrollar un proyecto integral que involucre no solamente la reactivación de los huertos, sino también la investigación, la organización, y el desarrollo de planes de negocio. Esta investigación se desarrolla con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento de la población Garífuna de Santa Fe, Guadalupe y San Antonio sobre las propiedades medicinales de las plantas propias de la región; así como las actitudes y prácticas de esta población, respecto al uso y comercialización de plantas medicinales en el año 2013 y de esta manera apoyar los estudios de mercado posteriores,

necesarios para evaluar la factibilidad de los planes de negocio y la sostenibilidad del proyecto.

BORRADOR

## MARCO DE REFERENCIA

### Conocimiento local

El conocimiento local se refiere al saber y a las habilidades y filosofías que han sido desarrolladas por las sociedades a lo largo de su historia y la interacción con su medio ambiente. Para los pueblos rurales e indígenas, este conocimiento establece la base para la toma de decisiones en aspectos importantes de la vida cotidiana. Forma parte integral de un sistema cultural que combina la lengua, los sistemas de clasificación, las prácticas de utilización de recursos, las interacciones sociales, los rituales y la espiritualidad. Estos sistemas únicos de conocimiento son elementos importantes de la diversidad cultural mundial y son la base de un desarrollo sostenible adaptado al modo de vida local. (UNESCO, s.f.)

### Plantas medicinales

Según Muñoz (1993), plantas medicinales son aquellos vegetales que elaboran unos productos llamados principios activos, sustancias que ejercen una acción farmacológica, beneficiosa o perjudicial, sobre el organismo vivo. Su utilidad primordial, a veces específica, es servir como droga o medicamento que alivie la enfermedad o restablezca la salud perdida; es decir, tienden a disminuir o neutralizar el desequilibrio orgánico que es la enfermedad. Las medicinales constituyen aproximadamente la séptima parte de las especies de plantas existentes. (Noh, 2008)

Según (Robles Valle, Oliveira Barbosa, & Villalobos Soto, s.f.), en Honduras se aprovechan cerca de 700 plantas medicinales y citan a House *et al.* (1995) quienes identificaron las 250 plantas más comúnmente mencionadas y utilizadas por la medicina tradicional popular. De éstas, el 60 por ciento (157) son silvestres y el 40 por ciento (93) cultivadas. De la totalidad, el 78 por ciento (195) son nativas de Honduras y 22 por ciento (55) corresponden a plantas introducidas. Entre las más populares están las introducidas de Europa, como la manzanilla (*Matricaria courrantiana*), la hierbabuena (*Mentha x piperita*) y el romero (*Rosmarinus officinalis*).

La tradición familiar ha sido esencial para la transmisión y conservación del conocimiento tradicional acerca del uso medicinal de las plantas. Esto explica la práctica extendida de la automedicación asociada a la búsqueda de especímenes en huertas caseras y en “el monte” (nombre que los pobladores dan a los relictos boscosos cercanos), relegando a un segundo plano la consulta a hierbateros, curanderos o médicos “naturistas”. (Colombia, 2009)

El lugar principal donde se encuentran las plantas medicinales utilizadas por los habitantes son los huertos familiares, lugares donde fluye la transmisión y adopción del conocimiento de la herbolaria medicinal. Según Magaña *et al.* (2010) citado por Gómez Álvarez 2012, las personas de más edad son las que poseen los mayores conocimientos de la medicina naturista. Por su parte el estudio de Noh (2008) menciona que no existen diferencias significativas en el conocimiento sobre plantas medicinales entre hombres y mujeres. Sin embargo, se observó que son las mujeres las que más conocen sobre la preparación y uso de las plantas. Lo que puede estar relacionado con el rol que las mujeres juegan en la familia (protección familiar y ahorro económico).

### **Enfermedades comunes en el municipio**

Las principales enfermedades que se presentan en Santa Fe son: hipertensión, infecciones respiratorias agudas (IRA), diarreas y diabetes. Muchas de estas enfermedades tienen relación con las malas condiciones de salud que existen en el municipio. Bianchi (1986:8) citado por (Hernández Rodríguez, Amaya, & Chávez de Aguilar, 2001), señala que las enfermedades más comunes en las comunidades garífunas son la malaria, asma, anemia, enfermedades parasitarias, gripes y diarreas.

En este contexto el uso de plantas medicinales cobra importancia ya que según reportan algunos estudios, entre ellos el de Rodríguez *et al.* el primer agente de salud al que acuden el 50% de las personas cuando se enferman es a la misma familia. Si el tratamiento no es adecuado el 46% acude a la enfermera del centro de salud. Si el tratamiento no resulta un 7% acude al buyei. Solo 3% manifestaron que acuden directamente al buyei para recibir tratamiento médico. (Hernández Rodríguez, Amaya, & Chávez de Aguilar, 2001)

## Hipótesis

Las hipótesis a las que se intenta dar respuesta con esta investigación son las siguientes:

- 👤 Existen diferencias en el conocimiento en función de la comunidad, la edad y el sexo de las personas.
- 👤 Por lo menos el 70% de la población conoce y confía en las propiedades medicinales del 50% de las plantas identificadas (40) en el Manual de plantas medicinales de CEINCOT.
- 👤 Más del 75% de la población utiliza cada mes plantas con fines medicinales.
- 👤 Más del 60 % de la población aprueba la comercialización de sus plantas como productos medicinales.

## METODOLOGÍA

### Ámbito de estudio

El municipio de Santa Fe en el departamento de Colón, está ubicado hacia el occidente de Trujillo, a 10Km de distancia. Sus límites son: al norte, el mar Caribe; al sur y al este, la ciudad de Trujillo; y al oeste el municipio de Balfate. Su extensión territorial es de 210.3 km<sup>2</sup>, cuenta con cuatro aldeas y 20 caseríos.

Según el Informe sobre Desarrollo Humano en Honduras 2008/2009, la esperanza de vida al nacer en este municipio es de 67 años. La tasa de alfabetismo en adultos es de 75.5%. El ingreso estimado es de 2,869 dólares y el Índice de Desarrollo humano es de 0.658. Estos datos corresponden al año 2007.

Con relación al Índice de pobreza humana, la probabilidad al nacer de no sobrevivir a los 40 años es de 13.1%, la tasa de analfabetismo en adultos de 15 años o más es de 26.5%, la población sin acceso a fuentes de agua mejorada es de 9.8%, los niños menores de 5 años con un peso inferior al normal es de 9.2%. El índice de pobreza humana es de 19.3 (PNUD, 2009)

Urbanísticamente, Santa Fe es un típico poblado Garífuna, construido paralelamente a la playa; con una calle principal que atraviesa el pueblo de este a oeste, y a partir de la cual parten calles adyacentes. Santa Fe cuenta con los servicios básicos como energía eléctrica, agua potable, transporte terrestre interurbano diario entre Trujillo y Santa Fe, jardín de niños, una escuela y un instituto de educación media, así como una biblioteca pública.

### **Tipo de investigación**

Se realizó un estudio con un enfoque mixto (Cualitativo y cuantitativo) se clasifica como un estudio descriptivo, relacional, comparativo y transversal, en el cual se identificaron los conocimientos, prácticas y actitudes de la población con relación al uso de plantas medicinales en el 2013.

### **Recolección de información**

Se utilizaron como métodos de recolección de información en primer lugar la revisión de fuentes bibliográficas especializadas en la temática de plantas medicinales e información socio demográfica de la población abordada.

Se utilizó la entrevista a profundidad a través de un cuestionario semi estructurado, aplicado a la persona mayor que se encontraba en la casa al momento de llegar a hacer la entrevista para determinar los conocimientos, actitudes y prácticas de la población en general. También se aplicó una encuesta que contenía el nombre de las 40 plantas identificadas en el Manual de plantas medicinales elaborado por CEINCOT. En este instrumento se especificó el uso, partes de la planta utilizada y la dosis en que se aplica la misma. El levantamiento se realizó en un solo día con el apoyo de 14 estudiantes de la carrera de Economía agrícola del CURLA.

El número de encuestas fue definido estadísticamente. Para el procesamiento de la información generada en las encuestas se utilizó el SPSS 18. Los datos fueron ingresados por cada uno de los estudiantes que aplicó la encuesta. Se realizó un análisis exploratorio

de los datos para verificar que no existían datos atípicos. Se realizó una depuración previo al análisis de los mismos.

BORRADOR

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### Perfil de las personas entrevistadas

Se entrevistaron un total de 97 personas de las cuales 79.4% (76) eran mujeres y 20.6% (20) hombres. Según el PNUD (2009) la proporción de mujeres y hombres en el municipio es de 37% mujeres y 63% hombres, sin embargo la instrucción fue entrevistar a la persona de mayor edad que se encontrase en casa al momento de la entrevista.

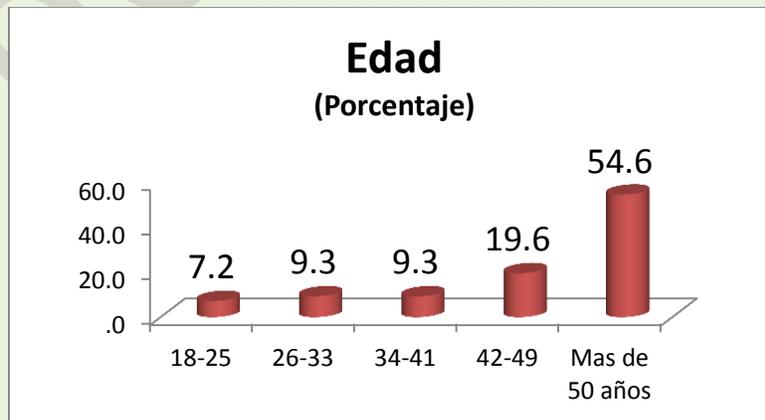
Gráfico No. 1  
Sexo de los entrevistados



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

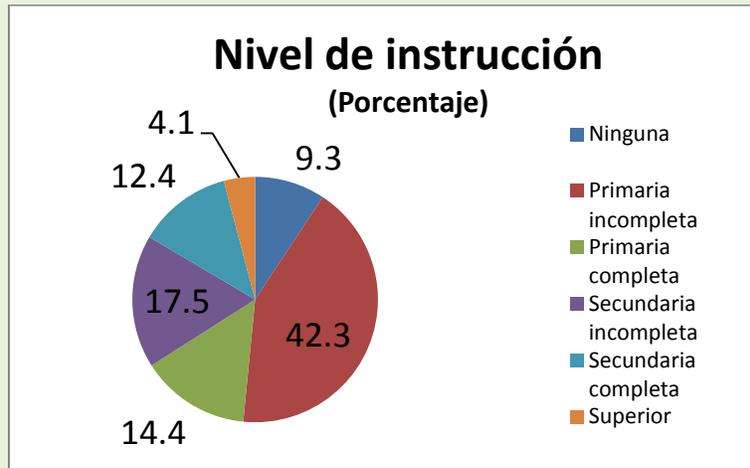
La mayoría de los entrevistados fueron personas de más de 50 años de edad. Las personas que permanecen en casa son generalmente mujeres mayores de edad. Sólo 7.2% de los entrevistados fueron personas menores de 25.

Gráfico No. 2  
Edad de los entrevistados



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

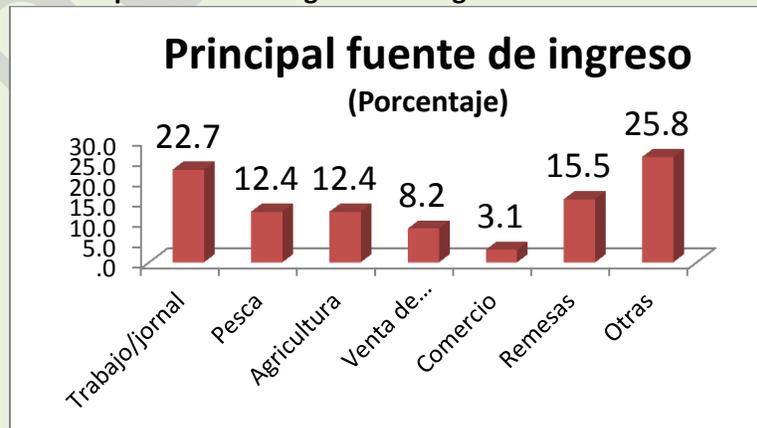
**Gráfico No. 3**  
**Nivel de instrucción de los entrevistados**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

La mitad de los entrevistados no completaron la educación primaria y apenas un 4.1% completó la educación superior. Esto tiene relación con el hecho de que la mayoría de las personas entrevistadas son mayores de 50 años. Al hacer la prueba de chi-cuadrado de Pearson nos da una significancia de .001, lo que indica que existen diferencias significativas entre el nivel de instrucción en función de la edad de los entrevistados. El mayor porcentaje de personas que culminaron estudios universitarios se encuentra en el rango de edad entre 34 y 41 años. Y los que terminaron su educación secundaria en el rango entre 26 y 33 años. No se reflejan diferencias entre el sexo y el nivel de instrucción de los entrevistados.

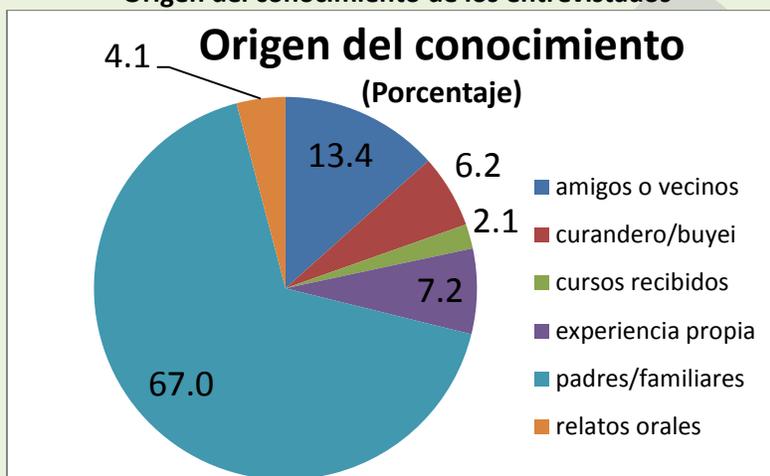
**Gráfico No. 4**  
**Principal fuente de ingreso del hogar de los entrevistados**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Contrario a lo que se esperaba en la comunidad la principal fuente de ingreso en los hogares es el trabajo por jornal (22.7%) seguido de las remesas (15.5%). No se refleja diferencias significativas que relacionen la principal fuente de ingreso con el nivel educativo de la persona entrevistada. Es importante resaltar que el ingreso principal no lo aporta necesariamente la persona entrevistada.

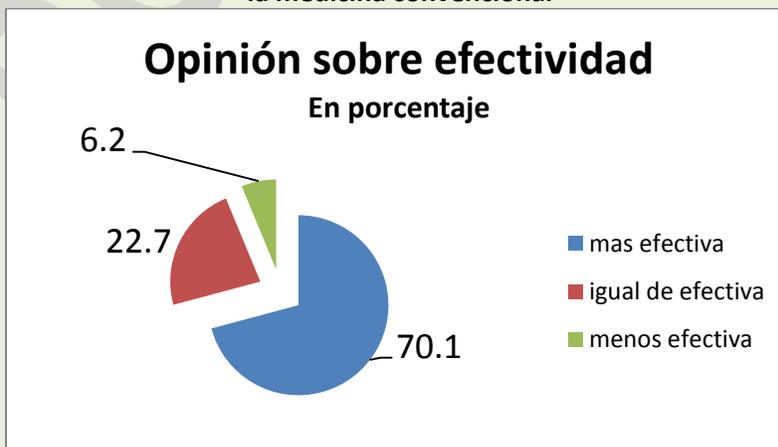
**Gráfico No. 5**  
**Origen del conocimiento de los entrevistados**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

El 67% de las personas entrevistadas manifestaron que el conocimiento adquirido con relación a las plantas medicinales lo obtuvieron a través de padres o familiares. Muy poco (2.1%) de este conocimiento se obtuvo a través de educación formal.

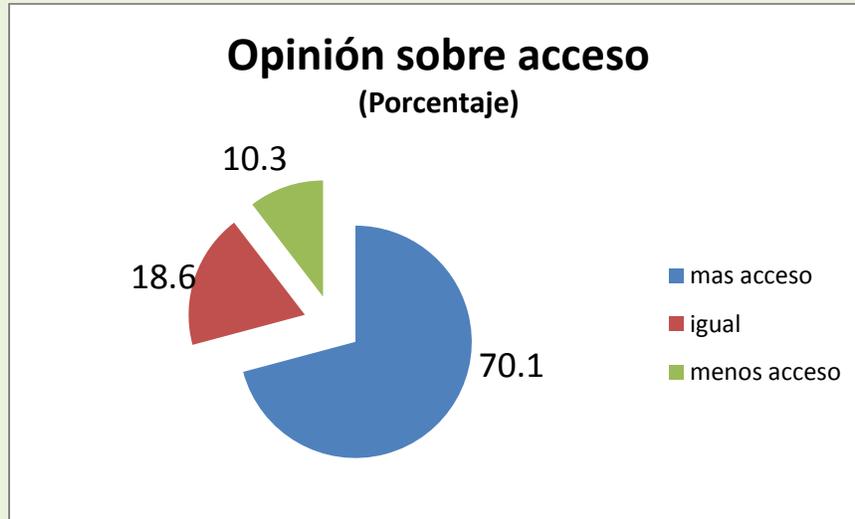
**Gráfico No. 6**  
**Opinión de los entrevistados sobre la efectividad de las plantas medicinales en comparación con la medicina convencional**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

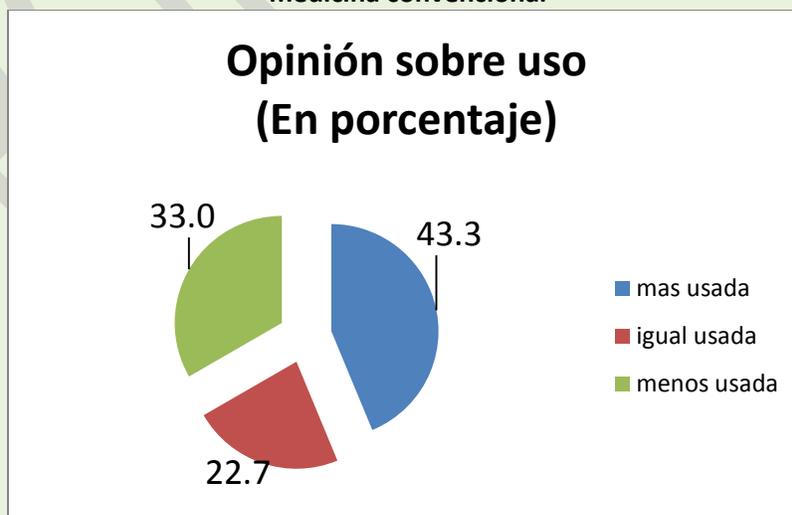
Más de 70% de los entrevistados consideran que las plantas medicinales son más efectivas que la medicina convencional. De la misma manera consideran que se tiene mayor acceso a este tipo de solución medicinal. Este alto porcentaje refleja que existe confianza en la efectividad de las plantas medicinales en estas comunidades.

**Gráfico No. 7**  
**Opinión de los entrevistados sobre el acceso a las plantas medicinales en comparación con el acceso a la medicina convencional**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

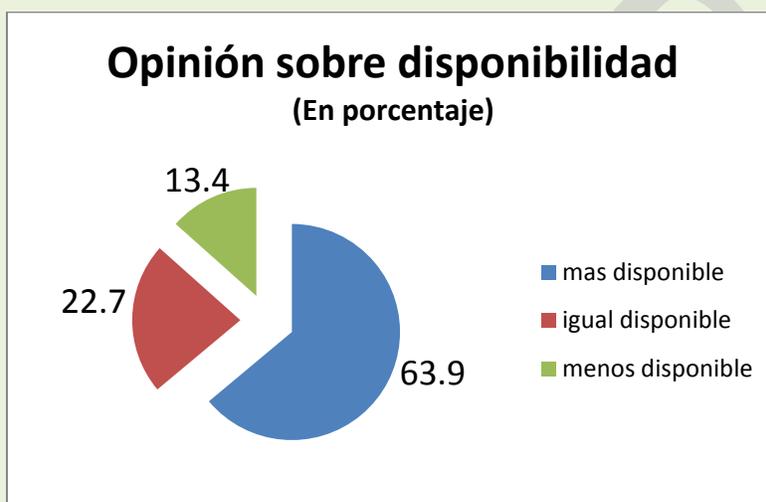
**Gráfico No. 8**  
**Opinión de los entrevistados sobre el uso de las plantas medicinales en comparación con la medicina convencional**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

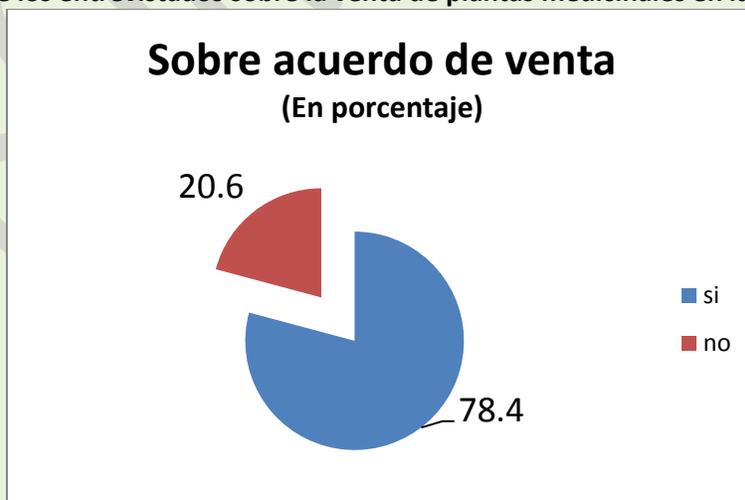
Aunque el 70.1% opina que las plantas medicinales son más efectivas y más accesibles, apenas el 43% considera que son más usadas que la medicina convencional. Un 63% considera que está más disponible, lo cual lleva a preguntar: Porque si es más disponible, más accesible y más efectiva se utiliza menos que la medicina convencional?

**Gráfico No. 9**  
**Opinión de los entrevistados sobre la disponibilidad de las plantas medicinales en comparación con la medicina convencional**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

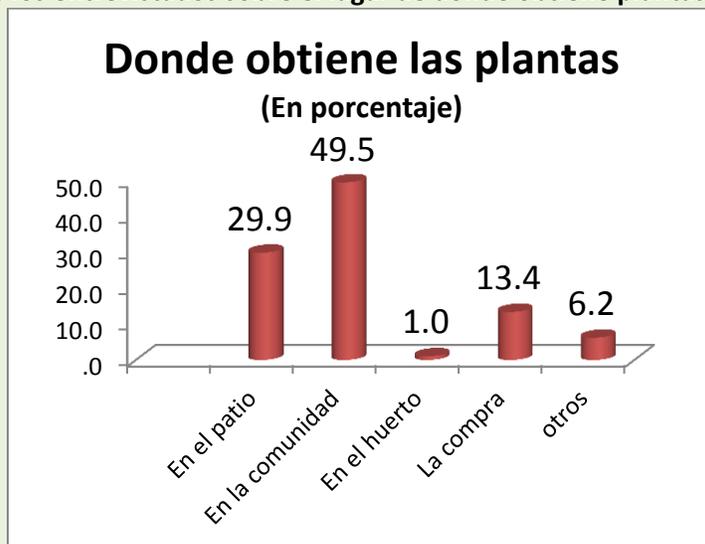
**Gráfico No. 10**  
**Opinión de los entrevistados sobre la venta de plantas medicinales en la comunidad**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Cuando se preguntó a los entrevistados si están de acuerdo en que se comercialicen las plantas medicinales, un 78.4% contestó que sí.

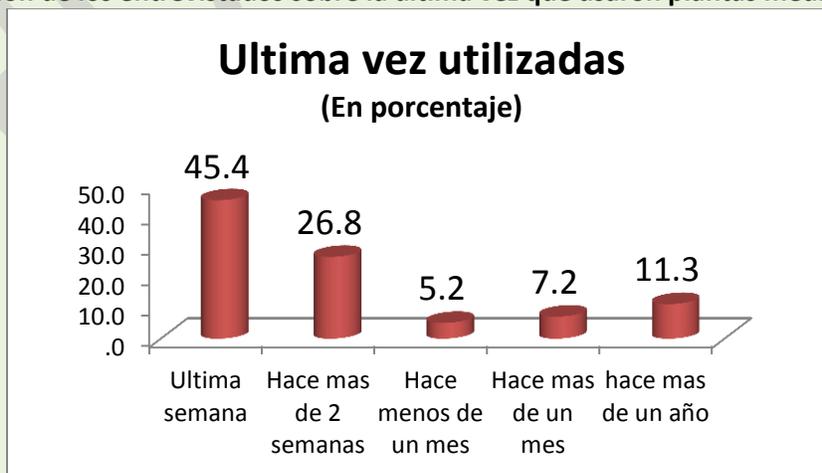
**Gráfico No. 11**  
**Opinión de los entrevistados sobre el lugar de donde obtiene plantas medicinales**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

Los resultados de las entrevistas reflejan que más del 80% de la población obtiene sus plantas medicinales en la comunidad, ya sea en el patio, huerto o con los vecinos. Sólo un 13.4% compra plantas medicinales, principalmente romero y manzanilla. Aunque no hay diferencias significativas entre las comunidades con relación a esta pregunta se nota una ligera diferencia a favor de la comunidad de santa Fe en cuanto a la compra de medicamentos, que puede ser explicado por la menor distancia a la cabecera departamental.

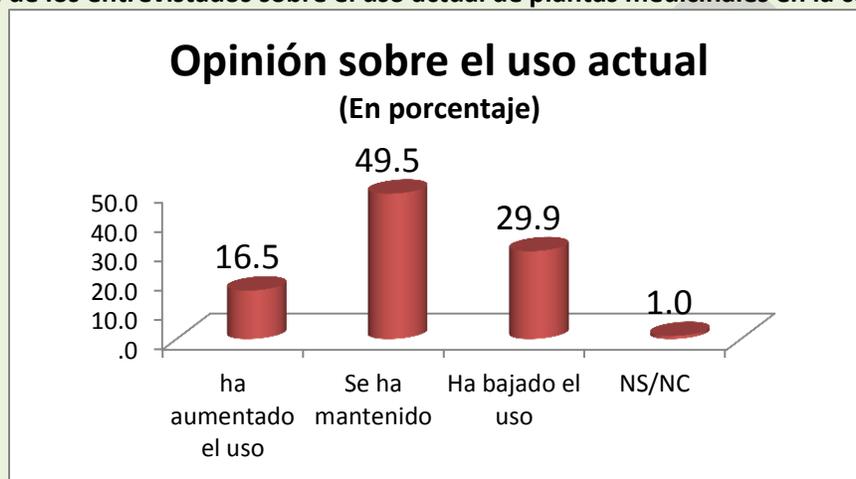
**Gráfico No. 12**  
**Opinión de los entrevistados sobre la última vez que usaron plantas medicinales**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

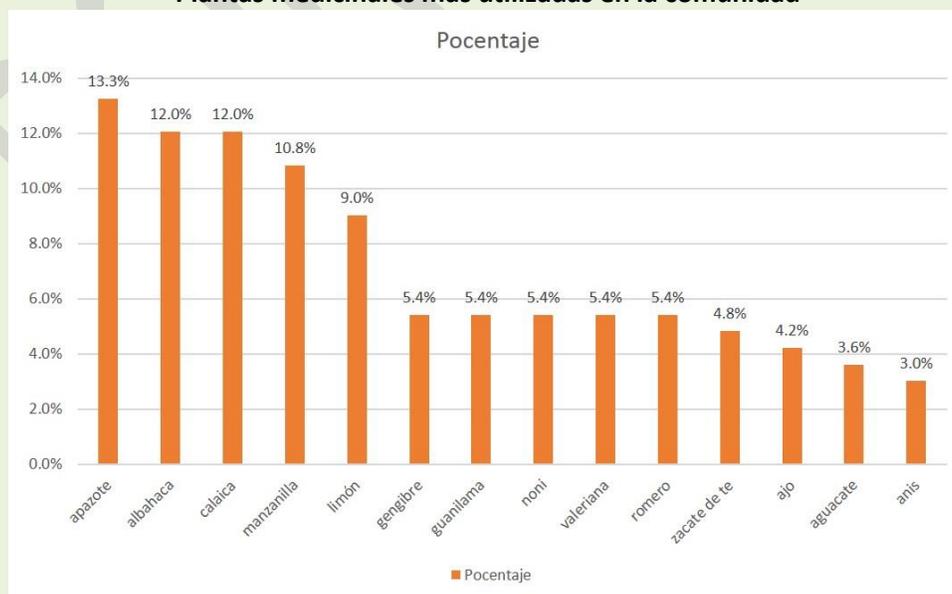
El gráfico anterior refleja el uso casi permanente que se hace en la comunidad de las plantas medicinales ya más del 70% las utilizaron durante el último mes. Aunque no hay diferencias significativas entre comunidades, ni edad o sexo de los entrevistados con relación a la frecuencia de uso de las plantas medicinales, el estudio refleja mayor uso de estas plantas en Santa Fe y San Antonio, contrario a lo esperado en esta investigación.

**Gráfico No. 13**  
**Opinión de los entrevistados sobre el uso actual de plantas medicinales en la comunidad**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

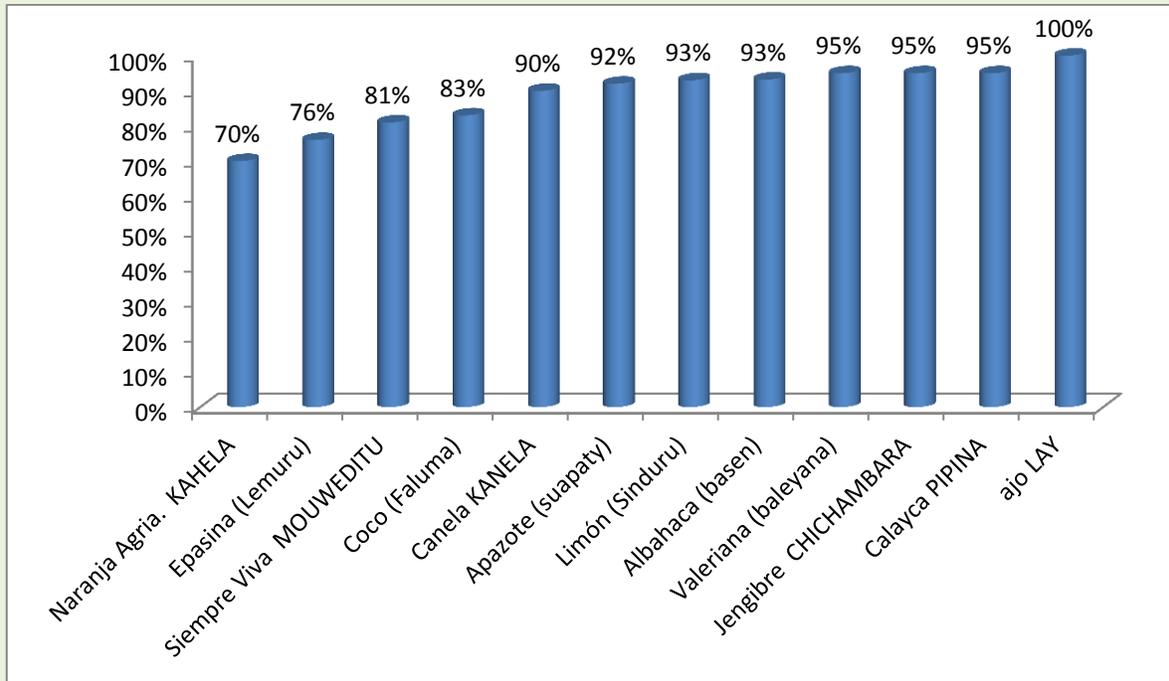
**Gráfico No. 15**  
**Plantas medicinales más utilizadas en la comunidad**



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos de la encuesta

El gráfico anterior muestra las 14 plantas más utilizadas por las personas entrevistadas, ocupando los primeros tres lugares: el apazote, la albahaca y la calaica.

**Gráfico No. 16**  
**Plantas más conocidas**



La planta más conocida como medicinal en las tres comunidades es el ajo, ya que todos en la comunidad han aprovechado sus beneficios para aliviar diferentes malestares. Otra planta conocida por el 95% de los entrevistados es la calayca, seguido del jengibre, la valeriana y la albahaca. El limón y el apazote también aparecen entre los más conocidos y junto con los mencionados anteriormente aparecen además como los más utilizados. Otras plantas aunque aparecen entre las más conocidas no fueron mencionadas como las más utilizadas, tal es el caso de la canela, el coco, siempre viva, epasina y naranja agria.

## Sobre las plantas más utilizadas

### Apazote “suapaty”

**Nombre científico:** *Chenopodium ambrosioides L*

Esta planta es conocida por un 92% de las personas entrevistadas. Es utilizada para curar enfermedades gastrointestinales (lombrices, amebas), insomnio, problemas musculares y calenturas. Esta información coincide en parte con lo reportado en el estudio de CEINCOT (2013), pues en este sólo se menciona su uso para curar la calentura o fiebre. Parte de la planta que se utiliza: las hojas. Preparación: se cocinan de 10 a 20 hojas en un litro de agua. Dosis: tres vasos al día hasta normalizar la temperatura corporal.

Varios sitios web mencionan que esta planta es uno de los mejores recursos herbales para eliminar parásitos intestinales. La planta contiene compuestos que paralizan lombrices y gusanos intestinales, ayudando a eliminarlas del tracto digestivo. El aceite de esta planta, sin embargo, es muy tóxico y requiere ciertos cuidados para su uso. (Garcés, 2011)

Al uso anterior se agrega que esta planta ayuda a la digestión. En la antigüedad se usaba para calmar la histeria, las alteraciones nerviosas y algunas enfermedades del pecho y de las vías respiratorias, por lo que era muy apreciada por las personas que trabajaban en las minas. Las hojas trituradas se utilizan sobre la piel para bajar la hinchazón en las erupciones causadas por picaduras de insectos y para calmar la irritación, asimismo se aplica en cataplasmas para suavizar el cutis. (Ecured, s.f.)

Entre sus propiedades se mencionan Antihelmíntico y antiespástico: el ascaridol es el principio activo de mayor importancia y actúa debido a la toxicidad específica que ejerce sobre animales de sangre fría, que paraliza y mata a los parásitos. Es más eficaz contra gusanos de tipo Áscaris y anquilostomas, algo menos efectivo contra tenias y oxiuros. (Redsa, s.f.)

### Albahaca “basen”

**Nombre científico:** *Ocimum basilicum*

Conocida por 93% de las personas entrevistadas. Según la información recabada en esta investigación la albahaca es buena para el **estómago**, y para curar problemas de oído (se

mezcla con ajos), para controlar la presión y para eliminar el "bajo". En el Manual solamente se menciona su utilidad para curar la Gripe. Partes que se utiliza para uso medicinal: Raíces Modo de preparación: Se hierven tres raíces enteras de Albaca, junto con tres cogollos de aguacate en un litro de agua por diez minutos. En otros estudios (Ministerio de Salud de Chile, 2013), la albahaca es utilizada para uso interno: inapetencia, dispepsia, cólicos, dolor de estómago, meteorismo, estreñimiento; dolores menstruales, y externo como ser: lavado de heridas, acné, reumatismo, ya que se le atribuyen efectos digestivos, carminativos, antiespasmódico, antimicrobiano, emenagogo, laxante. Su uso en estreñimiento y gases intestinales tiene alguna evidencia científica. Favorece la digestión, previene y favorece la expulsión de gases en estómago e intestinos, calma los retortijones intestinales, Impide el desarrollo de microbios, estimula o favorece el flujo menstrual y favorece la evacuación del vientre.

En estudios realizados en Cuba se encontró que *“Ocimum basilicum, llamada popularmente en el Caribe como basil, basilik y albahaca es muy utilizada en medicina tradicional para curar afecciones gastrointestinales (diarreas, parasitismo), respiratorias (bronquitis, tos), dolor de oídos y reumatismo. Tópicamente es usada en baños y cataplasmas para tratar afecciones de la piel. Se le atribuye propiedades antisépticas, antiinflamatorias, antiespasmódicas y analgésicas”*. (Sanchez Govin, Leal Lopez, Fuentes Hernandez, & Rodriguez Ferrada, 2000)

### **Calaica “Pipina”**

**Nombre científico: *Momordica charantia***

Conocida por un 95% de los entrevistados, quienes manifestaron que La calaica además de purificar la sangre, aumenta la potencia sexual, información que coincide con la reportada por CEINCOT 2013, ya que esta planta sirve para curar la anemia. Preparación: se pone a cocinar una planta en un litro de agua y se toma dos veces al día un vaso.

En la Escuela de medicina de la Universidad de Boston se han realizado estudios en los cuáles se menciona esta planta cómo útil para tratar la diabetes, la inflamación, los resfriados, la hipertensión, dolor de garganta, problemas menstruales, tuberculosis, fiebre, anemia, cálculos renales, parásitos, malaria, anorexia, como afrodisíaco, anticonceptivos y purgante. En Antigua, Costa Rica, Dominica y Guadalupe se utiliza contra la hipertensión y la diabetes; En Guadalupe se usa además para tratar los parásitos intestinales, problemas hepáticos, náuseas. En Guatemala se usa para curar la anemia, dolor de estómago, vómitos fiebre dolor de cabeza, la malaria, la inflamación del útero, para la diabetes y el cáncer, En Haití - prurito, zumo, anorexia - Honduras malaria, diabetes anemia, problemas de la piel sangre, República Dominicana - Fracturas - partes aéreas aplicadas, pediculosis - partes aéreas tópica, dermatitis, infecciones cutáneas; Santa Lucia - diabetes, también se utiliza como febrífugo, antirreumático, vermífugo, hipotensor, vulneraria. Se vende en los mercados asiáticos, donde es conocido como *Momordica karela*. (Dvorkin & Whelan, 2005)

## **Manzanilla**

**Nombre científico:** *Matricaria courrantiana*

Esta planta no aparece reportada en Ceincot 2013. La manzanilla se compra, pues no se produce en las comunidades. Se utiliza principalmente para problemas del vientre, generalmente se usa combinada con el romero.

Se reporta como uso interno en: trastornos digestivos (dolor de estómago, indigestión, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsia), cólicos, flatulencia, diarreas); afecciones de las vías urinarias (cistitis o inflamación de la vejiga); dolores menstruales; insomnio. Uso externo: heridas superficiales, contusiones, picaduras de insectos; irritaciones e infecciones en la boca; ojos irritados; cólicos abdominales; hemorroides. Usar la misma infusión como gargarismos y para lavar y descongestionar los ojos. Usar como compresas calientes sobre pared abdominal en caso de cólicos. En hemorroides usar primero como vahos de asiento (cuando la infusión está caliente) y luego en baños de asiento (cuando la temperatura es tolerable sin quemarse). Efectos: antibacteriano<sup>1</sup>, antiespasmódico<sup>2</sup>,

diurético<sup>3</sup> suave, carminativo<sup>4</sup>, anti-inflamatorio, cicatrizante. Su uso en el tratamiento sintomático de trastornos digestivos, desórdenes nerviosos y en problemas de la piel y mucosas está avalado por estudios clínicos. Mata las bacterias o impide su desarrollo, calma los retortijones estomacales, promueve y aumenta la producción de orina, previene y favorece la expulsión de gases. (Ministerio de Salud de Chile, 2013)

### **Limón (*Sinduru*)**

#### **Nombre científico: *citrus limón***

Conocido como planta medicinal por 93% de los entrevistados, el limón es muy mencionado para tratar problemas respiratorios. También resuelve problemas gastrointestinales y dermatológicos. Además es utilizado para bajar de peso. Parte de la planta Usada: jugo del fruto. Uso medicinal: Malaria y tos. Preparación: Extracción de jugo Dosis: una taza tres veces al día Por tres días.

Originario del archipiélago Indo-malayo, introducido en América después del descubrimiento de este continente, es considerado antiespasmódico, diurético, antifúngico, antibacteriano. Se usa por vía tópica para curar heridas y herpes. Los principios activos del limón son aceites esenciales, felandreno, citoneal y otras sustancias, en la cáscara y en el jugo contiene ácido cítrico, málico, acético y formico, el glucósido hesperidina, pectina y vitaminas especialmente la "C". (Reyes González, 2010)

### **Jengibre (*Chichambara*)**

#### **Nombre científico: *Zingiber officinale***

El jengibre, conocido por 95% de los entrevistados es muy utilizado para curar enfermedades respiratorias y contra el mareo. Se reporta en el Manual de medicina natural como eficaz para curar la tos y el dengue. Preparación: se debe machacar 5 pedazos y hervir en tres tazas de agua. Tomar en vez de agua por diez días.

Natural Medicines Comprehensive Database (La Base Exhaustiva de Datos de Medicamentos Naturales) clasifica la eficacia, basada en evidencia científica, de acuerdo a la siguiente escala: Eficaz, Probablemente Eficaz, Posiblemente Eficaz, Posiblemente Ineficaz, Probablemente Ineficaz, Ineficaz, e Insuficiente Evidencia para Hacer una Determinación. La clasificación de la eficacia para este producto es la siguiente:

Posiblemente eficaz para...

Las náuseas y vómitos después de una cirugía. Los mareos. El tomar jengibre parece reducir los síntomas de mareos, incluyendo las náuseas. El dolor menstrual. Algunas investigaciones muestran que el jengibre puede reducir los síntomas del dolor menstrual en algunas mujeres cuando se toma durante la menstruación. La prevención de las náuseas del embarazo (discuta los posibles riesgos con su proveedor de atención médica). El jengibre parece disminuir las náuseas y los vómitos en algunas mujeres embarazadas. (salud, 2013)

Esta raíz es una planta medicinal usada principalmente para:

-Dispepsia (malestar después de la comida). Esto incluye los síntomas de hinchamiento, acidez, flatulencia y náuseas. El jengibre es conocido por estimular los jugos gástricos. Sus enzimas catalizan rápidamente las proteínas digestivas en el estómago por lo que dejan poco tiempo para las náuseas. También es eficaz contra la creación de úlceras digestivas.

– Como Antiemético (anti-vómito por mareo y movimiento). Contra las náuseas causadas por los mareos en medios de transporte (viajes aéreos, terrestres o marítimos), tomar 2 cápsulas 3 horas antes de iniciar el viaje. En las náuseas de los primeros meses en mujeres embarazadas, pues no se le conoce efecto teratogénico por eso es seguro en embarazos, pero de todas formas ha de consultar con el médico. En estos casos se debe tomar de 75 miligramos a 2 gramos al día, en dosis divididas, por un lapso de uno a cinco días, siempre bajo supervisión.

Desde tiempos remotos se ha venido utilizando en la comida de los marineros para evitar los mareos en alta mar y el escorbuto. El Jengibre en polvo ha sido incluso comparado con

drogas estándares usadas en combatimiento post-operativo nausea y mareo. También resulta útil en las reacciones adversas de los tratamientos con quimioterapia.

– Como Antiinflamatorio y analgésico (Reumatismo): Su consumo alivia el dolor y la inflamación asociado a la artritis reumática, osteoporosis, y pacientes con desordenes musculares. Externamente como crema, ungüento o pomada sirve para tratar traumatismos y reumatismos.

– Es un potente estimulante del sistema nervioso central y autónomo.

- Antibacteriano: Muy eficaz en numerosos problemas intestinales producidos por alteraciones de la flora intestinal.

- Aparato circulatorio: ayuda a la circulación sanguínea, estudios recientes aseguran que ayuda a disolver trombos de las arterias y a disminuir los niveles de colesterol. Muy recomendable comerlo junto con ajo y cebolla.

- Sistema respiratorio: Muy efectivo a la hora de síntomas gripales y resfriados, pues ayuda a descongestionar la mucosidad. El jengibre y limón tomados bien calientes, junto con miel, nos ayudan a descargarnos de mucosidad, a rebajar la fiebre y en las inflamaciones por sinusitis. (medicinal, 2013)

### **Juanilama (*Guaneilama*)**

**Nombre científico: *lippia alba***

La juanilama es conocida por sus propiedades como desparasitante, alivia los dolores y calma las diarreas. Sin embargo solo es conocida por 53% de los entrevistados. La información obtenida en esta investigación coincide con la reportada en Ceincot 2013.

Preparación: se hierve una planta en un litro de agua y se toma dos Vasos por 3 días.

En algunos sitios en internet mencionan que esta planta tiene propiedades curativas las cuales sirven para combatir los cólicos, también se emplea mucho como sedante y antiespasmódico en problemas intestinales. Es bueno para eliminar problemas causados

por el colesterol, es un excelente eliminador de grasas del cuerpo, es eficaz para el tratamiento de colitis, úlceras y con él se puede curar la tos. Las partes utilizables de esta planta son su flor y las hojas. (anónimo, Solo plantas medicinales, 2010) (Darwick, 2013) (Universidad de Costa Rica, 2009)

## **Noni**

### **Nombre científico: *Morinda citrifolia***

Aunque apareció entre las plantas más usadas, este uso es reciente y no es específico pues mencionan que sirve para todo.

Estudios etnomédicos (Jimenez Martínez, Martínez Martín, Maceira Cubiles, Perez de Alejo, Curi Hernández, & Pérez Fleitas, 2012), revelan cualidades beneficiosas del fruto de noni, un amplio rango de propiedades medicinales originado de las diferentes partes de la planta y valor nutricional.<sup>1</sup> Contiene componentes que pueden ayudar al cuerpo humano a regenerarse celularmente y a incrementar sus defensas; y de manera natural puede ayudar a prevenir enfermedades y mejorar la salud.

Según información encontrada en (medicinal, 2013), el Noni se emplea tradicionalmente en forma de jugo, como tónico, en cataplasmas y como té. El té se confecciona con las hojas de la planta como remedio para la tuberculosis, la artritis, el reuma y el envejecimiento. Las hojas y la corteza sirven para preparar un tónico para problemas urinarios y musculares o para el dolor en las articulaciones. El jugo, que tiene un sabor y olor desagradables, se usa en el cuero cabelludo para la eliminación de los piojos y la fruta verde se macera junto con sal y se aplica en las heridas profundas y los huesos rotos, mientras que la madura se utiliza como cataplasma para las manchas faciales o como un remedio para la irritación de la piel, furúnculos o infecciones.

La misma fuente menciona que en la Medicina Alternativa actual, el jugo del Noni se ha utilizado para tratar diferentes tipos de enfermedades tales como la diabetes, la hipertensión, problemas menstruales, cefaleas, enfermedad cardíaca, sida, cáncer, úlceras gástricas, esguinces, depresión mental, senilidad, problemas digestivos, aterosclerosis,

problemas vasculares y drogadicción, a pesar de la todavía limitada pero prometedora evidencia científica.

El aparentemente exitoso uso tradicional del Noni conllevó a que diferentes investigadores le dedicaran su atención y entre ellos el Dr. Neil Solomon, el cual realizó toda una serie de encuestas al respecto que lo condujeron a publicar su libro “El Jugo de NONI, La Fruta Tropical de los 101 Usos Medicinales” que a su vez ha provocado actualmente un auge de las investigaciones relacionadas con las alegadas posibles propiedades medicinales de esta planta las que se encuentran su acción antioxidante, analgésica, anti-inflamatoria, antibacteriana, antiviral, antitumoral, mejoradora de la audición de las altas frecuencias, inmunológica, hipotensora, antihelmíntica e insecticida, entre otras, unidas también al desarrollo de una gran industria que comercializa su jugo, además, de otros derivados en forma de polvos y cápsulas para suplementos dietéticos, limpiadores faciales, geles de baño, jabones y otros productos empleados en la cosmética.

La planta del Noni es un árbol pequeño de hojas perennes que crece en regiones costeras abiertas al nivel del mar y en áreas boscosas hasta aproximadamente unos 400 m sobre el nivel del mar, pudiendo desarrollarse a menudo en terrenos de origen volcánico. Se identifica por su tronco recto, grandes hojas elípticas de color verde brillante, y sus flores tubulares blancas, y su distintivo fruto amarillo de forma ovoide, semejante a la granada.

Este fruto puede llegar a crecer hasta unos 12 cm o más y presenta una superficie abultada cubierta por secciones de forma poligonal. Las semillas que son triangulares y de color castaño rojizo, tienen una bolsita de aire en su extremo la cual les permite flotar y esto podría explicar en parte, la amplia distribución de la planta a lo largo de las islas de Polinesias. No se considera que la *Morinda citrifolia* L esté en peligro de extinción en su hábitat actual y también recibe, entre otros, los nombres populares de Mora de la India, Ruibarbo del Caribe, Pino Salvaje y Hog Apple o Manzana de Cerdos.

Se han identificado varios componentes principales en el Noni entre los que se encuentran el ácido octoanoico, potasio, vitamina C, terpenoides, alcaloides, antraquinonas tales como el nordamnacantal, la morindona, la rubiadina, la rubiadina1-metil éter y el glicósido

de antraquinona. Entre sus componentes también se incluyen el betasitosterol, el caroteno, la vitamina A, ácido linoleico, alizarina, aminoácidos, acubina, L-asperulósido, ácido caproico, ácido caprílico, ácido ursólico, rutina y una posible proxeronina.

En la actualidad, todo lo que pueda representar un beneficio potencial para la salud del hombre y los seres vivos, no debe ser descartado por escepticismo, sin antes comprobar su verdadera efectividad y en el caso de la Morinda Citrifolia, tiene en su composición principios activos tales como la xeronina, que le confieren realmente prometedoras propiedades farmacoterapéuticas antioxidantes, u otras sustancias analgésicas, sedantes , antimicrobianas y antineoplásicas por las que el mundo siempre está esperando.

En Europa la empresa Morinda Inc. solicitó la autorización para la comercialización de Tahitian Noni® el 1997. Después de realizar estudios de seguridad alimentaria, la Unión Europea (UE) falló a favor de la empresa en noviembre del 2003. Después muchas otras empresas han conseguido el permiso de la UE para la comercialización de zumo de noni. A partir del 2004 su consumo se extendió por Europa, hasta ser el noni, al día de hoy, un producto bastante conocido entre las personas que tienen interés por los productos naturales, la nutrición y la dietética.

## **Valeriana**

**Nombre científico: *Valeriana officinalis***

Una de las plantas medicinales más conocida es la valeriana, (95% de los entrevistados) para calmar los nervios.

Según la ESCOP (The European Scientific Cooperative On Phytoteraphy), citado por (medicinal, 2013), los usos medicinales reconocidos de la valeriana son calmar la ansiedad, el insomnio y los espasmos musculares. Su efecto sedante está avalado por estudios clínicos. Su efecto en dolores gastrointestinales de origen nervioso tiene alguna evidencia científica.

## **Romero**

**Nombre científico:** *Rosmarinus officinalis L.*

Esta planta no se produce en el municipio, sin embargo es muy utilizada. En el libro Hierbas medicinales en Chile su uso interno contempla digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias), cólicos abdominales, padecimientos hepáticos; trastornos menstruales. Uso externo: afecciones de la piel; dolores reumáticos y musculares. Se le atribuyen efectos: antiespasmódicos, antisépticos, emenagogo, rubefaciente, carminativo, anti-inflamatorio, digestivo, cicatrizante. Su uso en problemas digestivos y reumáticos tiene alguna evidencia científica. Calma los retortijones estomacales, destruye gérmenes en la piel o mucosas, estimula o favorece el flujo menstrual, promueve la circulación sanguínea superficial y previene y favorece la expulsión de gases.

El romero es una planta muy antigua y ampliamente elogiada por sus numerosas propiedades medicinales y aromáticas. Posee alcaloides, saponina, ácidos orgánicos y un 2% de aceite esencial (oleum rosmarini, oleum anthos). Éste último contiene a su vez cineol, alcanfor y borneol.

Tiene propiedades antiespasmódicas, como calmante de los nervios, especialmente útil durante la menopausia. Es estimulante, diurética y colagoga; cardiotónico, hipotensor y mejorador de los procesos digestivos; es carminativo. Es útil en reumatismos articulares, dolores reumáticos y de estómago, y en aquellos dolores de cabeza de origen nervioso. Es muy eficaz en afecciones cutáneas, como contusiones, úlceras y heridas; también como alivio sintomático de reacciones alérgicas de la piel, y de variadas formas reactivas de la misma. (medicinal, 2013)

## **Zacate te**

**Nombre científico:** *Cymbopogon citratus*

Llamado también zacate de limón, se utiliza para problemas digestivos y respiratorios.

Dentro de sus propiedades medicinales está la de reducir la fiebre además es efectivo para calmar cualquier tipo de dolor en el estómago, es antiflatulento y calma los dolores provocados del artritis, además ayuda al sistema digestivo en general regula el estómago, además expulsa las lombrices intestinales, es expectorante y ayuda a mitigar la tos y gripe, para preparar una infusión es poner a hervir medio litro de agua y verter 2 cucharadas de hojas y tallos durante 10 minutos posteriormente dejar reposar hasta que este tibio y beber 1 tasa 3 veces al día preferentemente antes de comer para los niños media taza cabe destacar que esta planta es rica en vitamina C también se puede tomar el forma de te frio ya que es excelente para regular el estómago. (anónimo, Solo plantas medicinales, 2011)

Tomar entre una y cuatro tazas de té de limón al día ayuda a aliviar la congestión, tos, dolores de cabeza y fiebre causados por la gripe y resfriados. Esto se debe a sus propiedades astringentes, según una publicación sobre herbología nutricional escrita por el Dr. Mark Pedersen, especialista en medicina natural, citado por (García-Gallont, 2012).

Esta planta tiene propiedades muy similares a la citronela, remedio popular usado para repeler a los mosquitos. Se machaca y aplica directamente sobre la piel. Funciona como un remedio 100% natural para aquellas personas alérgicas a repelentes con ingredientes químicos, aunque se recomienda usarlo con precaución y bajo supervisión de algún experto en pieles sensibles.

De acuerdo con un estudio que lideró el Dr. Rivka Ofir y que fue publicado por la Universidad Ben-Gurion de Negev (Israel), ciertas propiedades particulares de la hoja de té de limón causan apoptosis (muerte celular programada) en células cancerígenas, y dejan intactas las sanas. Sin embargo, se recomienda tomarlo en paralelo a los tratamientos médicos bajo los que se encuentre el paciente.

El aceite de esta hoja se utiliza por el efecto que tiene en el sentido del olfato. Ayuda a disminuir el estrés y a dormir mejor, según los tratamientos holísticos. Se pueden utilizar las hojas también a la hora de darse un baño en la tina, introduciéndolas dentro de una malla y poniéndolas bajo el chorro de agua caliente, para aliviar tensiones musculares.

Según la Revista Brasileña de Enfermedades Infecciosas, la hoja de té de limón tiene propiedades antimicrobiales que la convierten en un tratamiento efectivo contra bacterias e infecciones de hongos. Se emplea para limpiar heridas y para tratar enfermedades de la piel. Además, es reconocida porque ayuda a reducir inflamaciones.

### **Ajo (*Lay*)**

Nombre científico: *Allium sativum L. (Liliaceae)*

El ajo es la planta medicinal más conocida en el municipio (100% de los entrevistados), es utilizado para controlar la presión, amebas y el dolor de muelas. De acuerdo Ceincot 2013 el ajo en combinación con el limón nos purifica la sangre ya que elimina los tóxicos venosos y nos llenan de energía. Preparación: se exprime quince limones junto con una cabeza de ajo pelados y partidos esta mezcla se toma en ayunas cada quince días. En Colombia ha sido aprobada por la Comisión Revisora de Productos Farmacéuticos, para el tratamiento de la hipertensión arterial. En la costa norte del departamento de Bolívar el ajo se consume en forma de caldo, especialmente para tratar parásitos intestinales. Es común colgar un diente de ajo en el cuello de los niños para el tratamiento de este tipo de afecciones. En otros casos se consume machacado por vía oral. Se han comprobado científicamente las actividades antimicrobiana, antifúngica, antibacteriana y antihelmíntica. (Universidad Nacional de Colombia 2009).

El ajo cuenta con diferentes propiedades medicinales beneficiosas para nuestro organismo. Uso interno:

Circulación: La presencia de componentes sulfurosos, la hace muy importante en otorgar a esta planta propiedades antitrombóticas (no formación de coágulos en la sangre ) por lo que resulta muy adecuada para fluidificar la circulación sanguínea y evitar o luchar contra las enfermedades circulatorias como arteriosclerosis, hipertensión, colesterol, infarto de miocardio, angina de pecho y otras relacionadas con una mala circulación como las hemorroides.

Diurético: Favorece la eliminación de líquidos corporales, siendo muy adecuada en casos de reumatismo, hidropesía, edemas y vejiga. En caso de gota resulta muy interesante la decocción de 4 dientes de ajo en un litro de agua y tomar 2 vasos al día.

Bactericida: Por su contenido en compuestos ricos en azufre, es uno de los mejores remedios naturales para combatir procesos infecciosos del aparato respiratorio (gripe, bronquitis, faringitis, etc.) , digestivo (putrefacciones intestinales, diarrea, etc...) o excretor (infecciones renales, cistitis, etc )

Especialmente indicado para calmar la tos de origen bacteriano con funciones de expectorante. Por sus propiedades bactericidas, resulta especialmente indicado cuando el dolor de oídos responde a un infección interna del oído medio. Como receta casera a esta dolencia podemos comer ajo crudo en ensaladas.

Digestivo: Favorece la digestión, al estimular el hígado, la vesícula y el páncreas aunque debería evitarse en aquellos casos en que exista hiperclorhidria (acidez estomacal) así como en estómagos delicados, aunque parece tener un efecto positivo en el tratamiento de la úlcera. Más del 90 % de úlceras duodenales y un 70 % de úlceras de estómago tienen su origen en la actividad agresiva de la bacteria *Helicobacter pylori*. El ajo posee propiedades antibióticas, por lo que resulta ideal para tratar las úlceras al combatir este microorganismo. La ingestión de unos 9 dientes de ajo al día, según algunos expertos, sería una buena alternativa natural al tratamiento con antibióticos. También es aconsejable tomarlo machacado y mezclado con mantequilla.

Anticancerígeno: Estudios recientes parecen asociar el consumo del ajo con la inhibición del cáncer. Los compuestos azufrados parecen ser los responsables en la lucha contra la aparición de células cancerosas en el estómago, hígado, pecho, etc.

## **Aguacate**

**Nombre científico: *Persea americana***

El aguacate se menciona únicamente por sus propiedades para mejorar el cabello, sin embargo aparece en la lista de los más utilizados, no se especifica si por sus propiedades medicinales o como comestible. Es mencionado como medicinal por el 61% de la población entrevistada.

Algunos usos medicinales encontrados en la red está el de regular el ciclo menstrual. Se usan las hojas o la pulpa, por vía interna. Dolor de cabeza. Se usa la infusión de hojas aplicadas en forma de compresas. El aceite de aguacate es un hidratante de la piel y un emoliente (suavizante de los tejidos). También fortalece el cuero cabelludo. Para eliminar los parásitos intestinales, se utiliza la cáscara del fruto o las semillas. Para erradicar los abscesos, se aplican externamente las semillas machacadas en forma de cataplasma para hacerlos madurar. Contra dolores reumáticos, se usa tanto el jugo de las semillas como la tintura, aplicados externamente. (Muñoz, 2002)

### **Anís**

**Nombre científico:** (*Pimpinella anisum L.*)

Usos tradicionales: trastornos digestivos (cólicos y acumulación de gases); resfríos, tos seca, faringitis, bronquitis, fiebre; leche materna escasa; hipo. Efectos: antiespasmódico, carminativo, colagogo, galactógeno. Su uso está avalado sólo por la tradición. Calma los retortijones intestinales. Previene y favorece la expulsión de gases en estomago e intestinos. Aumenta y estimula la expulsión de bilis desde la vesícula biliar. Aumenta la secreción de leche materna. (Hierbas medicinales en Chile #15D). Utilizado en afecciones respiratorias.

Otras plantas aunque son muy conocidas como la canela (90%), coco (83%), siempre viva (81%), epasina (76%), naranja agrio (70%), son menos utilizadas para efectos medicinales.

### **USOS REPORTADOS EN ESTA INVESTIGACIÓN**

Para problemas gastrointestinales: albahaca, epazote, limón, ajo, naranjo agrio, tamarindo, ajeno, coco, canela, carao, papaya, indio desnudo.

Problemas respiratorios: limón, epazina, marañón, jengibre, añil, epazote, ajo, pino, siempre viva.

Para los nervios: Valeriana, naranjo agrio, pino, frijolío, dormilona, siempre viva, juanilama

Problemas dermatológicos: coco, piñon, escobilla, limón, papaya, siempre viva (llagas).

Problemas ginecológicos: ajenjo, manzanilla, romero, naranja agria (bajar la leche), ajenjo.

Problemas musculares: epazote, siempre viva, vejuquilla

Problemas del corazón: almendra, guarumo, guanábana, ajo, naranja agria, albahaca, ajenjo, tamarindo, marañón

Problemas óseos: vejuquilla

Malos espíritus: epazote y añil

Se mencionaron 33 plantas que no están en el libro o que aparecen con otros nombres:

Cinco negritos, anís, artemisa, barriorno, caña fistola, chemicuite, clavo de olor, cuculmeca, epazote, eucalipto, flor de tilo, guayaba, manzanilla, marihuana, mazapán, moringa, muérdago, noni, nuez moscada, orégano, palo de hombre, paraíso, pimienta gorda, quina, romero, ruda, sábila, sigupote, tres puntas, zacate de té, limonaria, perejil, pepino.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Con relación a la primera hipótesis se encontró que existen diferencias en el conocimiento con relación a las plantas medicinales en función del lugar de residencia del entrevistado, siendo mayor en Santa Fe y San Antonio que en Guadalupe. Sin embargo no se encontraron diferencias significativas en cuanto a conocimiento con relación a la edad y el sexo de las personas.

Con relación a la segunda hipótesis se rechaza ya que solamente un 46% de la población entrevistada conoce la mitad o más, de las plantas identificadas en el Manual de plantas medicinales de CEINCOT. Sin embargo las comunidades tienen conocimientos de más de 30 plantas medicinales que no aparecían en la encuesta.

La tercera hipótesis se acepta ya que 77% de la población entrevistada ha utilizado plantas con fines medicinales durante el último mes, antes de realizada la entrevista.

Se acepta la cuarta hipótesis: más del 60 % de la población aprueba la comercialización de sus plantas como productos medicinales, ya que en la entrevista realizada un 78% de la población aprueba la venta de este tipo de plantas.

## BIBLIOGRAFÍA

- anónimo. (20 de 12 de 2010). *Solo plantas medicinales*. Recuperado el 3 de 9 de 2013, de La base principal de la salud y la cara del cuerpo: <http://soloplantasmedicinales.com/juanilama-elimina-problemas-del-colesterolantiespasmodicoelimina-grasascolitistos/>
- anónimo. (2011). *Solo plantas medicinales*. Recuperado el 19 de septiembre de 2013, de La base principal de la salud y la cara del cuerpo: <http://soloplantasmedicinales.com/zacate-de-limon-reduce-fiebre-regula-estomago/>
- Colombia, U. N. (2009). *Diálogo de saberes: plantas medicinales, salud y cosmovisiones*. Recuperado el 4 de agosto de 2013, de Plantas medicinales y productos naturales: una alternativa sostenible: <http://www.bdigital.unal.edu.co/2176/1/9789587191714>
- Darwick, S. (23 de 4 de 2013). *La voz de Nosara*. Recuperado el 18 de 9 de 2013, de Juanilama: hojas que combaten los problemas del colesterol: [http://www.vozdeguanacaste.com/i/archivos/04\\_13/04\\_13\\_salud\\_03.html](http://www.vozdeguanacaste.com/i/archivos/04_13/04_13_salud_03.html)
- Dvorkin, L., & Whelan, J. (2005). *Boston University School of Medicine*. Obtenido de [http://www.bu.edu/bhlp/Clinical/cross-cultural/herbal\\_index/herbs/Momordica%20Charantia.html](http://www.bu.edu/bhlp/Clinical/cross-cultural/herbal_index/herbs/Momordica%20Charantia.html)
- Ecured. (s.f.). *Conocimiento para todos y para todas*. Recuperado el 22 de septiembre de 2013, de <http://www.ecured.cu/index.php/Epazote>
- Garcés, L. (15 de marzo de 2011). *Plantas medicinales*. Recuperado el 22 de septiembre de 2013, de Un blog sobre Fitoterapia, Plantas Medicinales y Salud Natural: <http://www.plantas-medicinales.es/epazote-propiedades-y-usos/>
- García-Gallont, A. (30 de Septiembre de 2012). *Siglo21.com.gt*. Recuperado el 19 de Septiembre de 2013, de Experimente los beneficios de la hoja de té de limón: <http://www.s21.com.gt/conozca/2012/09/30/experimente-beneficios-hoja-te-limon>
- Hernández Rodríguez, R., Amaya, J. A., & Chávez de Aguilar, M. A. (2001). Análisis de la situación actual de la articulación entre el sistema de salud tradicional agrífuna con el sistema de salud institucional en el Municipio de Santa Fe, Departamento de Colón, Honduras. *PARADIGMA, Revista de Investigación educativa*(11).
- Jimenez Martínez, M., Martínez Martín, S. M., Maceira Cubiles, M., Perez de Alejo, J., Curi Hernández, M., & Pérez Fleitas, H. (2012). Efecto del Noni-C sobre le peso corporal y los parámetros sanguíneos. *Revista Cubana de Plantas Medicinales*, 17(4), 439-445.

- medicinal, L. p. (14 de abril de 2013). *La planta medicinal*. Recuperado el 19 de Septiembre de 2013, de Plantas Medicinales, Fitoterapia, Remedios Caseros:  
<http://laplantamedicinal.com/plantas-medicinales/noni-morinda-citrifolia/noni-planta-medicinal/>
- Ministerio de Salud de Chile. (2013). *Plantas medicinales.cl*. Recuperado el 19 de 9 de 2013, de Mas de 100 plantas medicinales: <http://www.plantasmedicinales.cl/albahaca-ocimum-basilicum-l-tallos-hojas/>
- Muñoz, A. (2002). *Cepvi.com*. Recuperado el 8 de septiembre de 2013, de Psicología, Medicina, Salud y Terapias alternativas: <http://www.cepvi.com/medicina/plantas/aguacate.shtml>
- Noh, J. K. (2008). *Conocimiento local sobre plantas medicinales y su relación con las estrategias de vida de los caficultores del Corredor Biológico Volcánica Central- Talamanca, Costa Rica*. Recuperado el 1 de Septiembre de 2013, de <http://cro.ots.ac.cr/rdmcnfs/datasets/biblioteca/pdfs/nbina-11268.pdf>
- PNUD. (2009). *Informe sobre Desarrollo Humano Honduras 2008/2009*. San Jose, Costa Rica.
- Redsa. (s.f.). *Laboratorio de remedios herbolarios*. Recuperado el 22 de septiembre de 2013, de Epazote compuesto: <http://www.redsa.com.mx/PDF/Epazote%20compuesto.pdf>
- Reyes Gonzáles, S. (9 de 4 de 2010). *PORTALES MÉDICOS*. Recuperado el 4 de 9 de 2013, de Plantas medicinales: <http://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/2120/2/>
- Robles Valle, G., Oliveira Barbosa, & Villalobos Soto, R. (s.f.). *Depósito de documentos de la FAO*. Obtenido de Evaluación de los productos forestales no madereros en América Central: <http://www.fao.org/docrep/007/ae159s/ae159s09.htm>
- salud, I. N. (25 de 6 de 2013). *MedlinePlus*. Recuperado el 3 de 9 de 2013, de Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos:  
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginfo/natural/961.html>
- Sanchez Govin, E., Leal Lopez, I. M., Fuentes Hernandez, L., & Rodriguez Ferrada, C. (2000). Estudio farmacognóstico de ocimum basilicum l. (albahaca blanca). *Revista Cubana de Farmacia*, 34(3).
- UNESCO. (s.f.). *UNESCO*. Obtenido de Sistemas de Conocimientos Locales e Indígenas:  
<http://www.unesco.org/new/es/natural-sciences/priority-areas/links/related-information/what-is-local-and-indigenous-knowledge/>
- Universidad de Costa Rica. (2009). *Facultad de farmacia*. Obtenido de Jardín Botánico:  
<http://www.farmacia.ucr.ac.cr/la-facultad/jardin-botanico/73-monografias.html>

BORRADOR