

INFORME FINAL

Bitácora 7



Proyecto Enjambre - FOCIEP Norte de Santander

Agosto de 2016

CULTIVOS DE PLANTAS MEDICINALES Y SU UTILIZACIÓN EN CURACIONES CASERAS

SABERES ECOMEDICINALES

Investigadores:

Daniela Contreras García
Angi Juliana Roperó Osorio
Eliana Jerez Mantilla
Nasly Mildred Arcila
Jhon Mario Contreras
Cristian Emiro Romero
Karen Lisneth Mantilla
Yeison Javier Calvo
Angie Maritza Pérez
Luz Adriana Roperó
Bladimir Humberto Carrillo
Ferne Alexander Guerrero Gelvez
Lineth Tamara Yáñez
Robinson Calvo
Alberth Stiven Pérez
Leyni Loraine Guerrero
Silvia Juliana Sepúlveda
Alexis Calderón
Mariana Camila Acevedo
Angi Tatiana Díaz
Cristian Rafael Sierra
Nefer Arcadio Gelvez
Angi Norela Serrano
Zoraida Guerrero
Lizeth Karina Collantes
Lizeth Natalya Romero
Rocisela Pérez
Leidy Karina Duarte
Flaider Estic Lasso
Edward José Lizcano
Elizabeth Roperó

Co Investigadores:

Roso Edilio Romero Vega

Institución Educativa Colegio Reyes Araque - Cáchira

RESUMEN

Para desarrollar este trabajo se tomó como punto de partida el contexto de las medicinas caseras en los hogares.

Se conformó el grupo de trabajo entre estudiantes y docentes (líder y acompañante). Luego se discutió la mejor aproximación dados el acceso a la comunidad y la información en la localidad. A continuación se procedió a hacer un diagnóstico mediante encuestas y entrevistas para dar bases sólidas al planteamiento de soluciones realizado por parte del grupo y finalmente se realizaron algunas visitas a huertas caseras y de sedes educativas rurales para tener una referencia del tipo a utilizar.

Del trabajo realizado se hizo una proyección de ejecución a mediano y largo plazo que permitirá dar beneficios tangibles a la comunidad aumentando la variedad de plantas y recetas sobre las cuales tienen acceso y conocimiento. Se debe aclarar que el presente trabajo no pretende ser una fuente de información para el tratamiento de enfermedades desde el punto de vista médico, sino una guía sobre el conocimiento del potencial de ciertas plantas que se pueden encontrar, cultivar y utilizar localmente con beneficios para la comunidad.

INTRODUCCIÓN

La comunidad de la Vega, en el municipio de Cáchira, Norte de Santander, se caracteriza por la industria ganadera y agrícola. Esto hace que haya una concentración de la población en las zonas rurales y que los desplazamientos hacia las zonas urbanas sean en caso de comercio o emergencias. Una alternativa que permite afrontar ciertas afecciones, consiste en el aprovechamiento de la medicina natural. Para poder utilizar este potencial es necesario conocer medicinas tradicionales a partir de éstas plantas que tengan un mayor alcance en la comunidad y tengan facilidad de acceso.

Aprovechando éste recurso no sólo es posible dotar de una alternativa de alivio a algunas afecciones leves, sino también aprovechar los recursos naturales locales de una mejor manera y reconocer el saber tradicional de esta comunidad como mecanismo para transferir conocimiento de generación en generación (Arango C., 2004).

Para ejecutar tal tarea, se deben tener consideraciones técnicas que permitan tener un banco de semillas en caso de inconvenientes o simplemente para satisfacer la demanda local. El almacenaje de semillas es una práctica a la que se han dedicado agricultores y sus familias durante miles de años (FAO, 2014). Teniendo disponibilidad de éstas, se pueden tener a disponibilidad semillas de calidad e incluso con suficiente tiempo adquirir variedades que tengan la habilidad de resistir y adaptarse al entorno local.

Todas estas consideraciones deben juntarse para evitar caer en duda metódica, y también se debe afrontar uno de los principales obstáculos que se presenta a la hora de hablar de medicina natural y éste es la negación de su realidad y encuadre directo como “alternativa terapéutica”, con la evidente intención de descrédito (Hernando, 2007).

Por tal motivo se hace necesario contar no solo con el testimonio de aquellos habitantes que utilicen por tradición las medicinas en cuestión, sino aquel conocimiento formal recopilado en revistas, libros y documentos correctamente acreditados.

JUSTIFICACIÓN

Es importante que la comunidad de La Vega esté informada acerca de la existencia de soluciones caseras para tratar alteraciones comunes de la salud, en caso de emergencia o que no requieren de una atención médica inmediata y que de cierta manera pueden reducir el riesgo de complicaciones futuras, y así contribuir al bienestar social y adquirir hábitos saludables.

Por tal motivo se propone la recopilación de recetas prácticas que se puedan realizar con las plantas medicinales existentes localmente, o con aquellas que se puedan cultivar en este clima; de tal manera que los pobladores puedan acceder a esta información de manera fácil y económica. Mediante la recopilación de las opciones más viables se abre la posibilidad de tratar varias dolencias comunes que no requieran de atención inmediata pero que puedan resultar agravadas por la dificultad de acceso en algunas zonas del municipio, permitiendo en algunos casos evitar costos de desplazamiento relacionados con este tipo de afecciones.

Por ende existe la necesidad de difundir entre la población diferentes tratamientos caseros existentes para controlar ciertas enfermedades y que son empleadas por algunas familias gracias a los conocimientos de sus ancestros.

Con este proyecto se busca conocer en qué consisten estos tratamientos, que elementos se utilizan y la eficacia de los mismos.

OBJETIVOS

Objetivo General: Para llegar a otorgar unos beneficios tangibles a la comunidad y al mismo tiempo formar a los estudiantes, el objetivo alcanzar debe ser realista y viable, por tal motivo se ha llegado a la conclusión que la siguiente meta es la más adecuada:

- Conocer las plantas medicinales utilizadas por los habitantes del municipio de Cáchira como remedios caseros.

Objetivos Específicos:

Para lograr la ejecución de la meta propuesta, se debe seguir una serie de pasos que permitan construir de forma consecutiva la información necesaria:

- Identificar las plantas medicinales que se encuentran localmente.
- Recopilar información relevante sobre el uso de plantas medicinales y aromáticas empleadas por la comunidad.
- Proyectar la continuación del trabajo de investigación a mediano y largo plazo.

CONFORMACIÓN DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN

Durante la visita del representante del proyecto se procedió a capacitar a los docentes interesados sobre los detalles del mismo para conocer las temáticas a desarrollar y el proceso a seguir durante estas. Luego de definir los grupos de trabajo docente se procedió a agrupar y seleccionar los estudiantes que pasaron a formar parte de los proyectos de investigación (Tabla 1).

Nombre	Edad	Grado
Daniela	16	Undécimo
Angi Juliana	13	Octavo
Eliana	13	Octavo
Nasly Mildred	13	Octavo
Jhon Mario	17	Undécimo
Cristian Emiro	15	Noveno
Karen Lisneth	14	Octavo
Yeison Javier	15	Noveno
Anguie Maritza	15	Octavo
Luz Adriana	15	Noveno
Bladimir Humberto	15	Noveno
Ferney Alexander	13	Octavo
Lineth Thamara	12	Sexto
Robinson	20	Undécimo
Alberth Stiven	13	Septimo

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Nombre	Edad	Grado
Leyni Loraine	18	Undécimo
Silvia Juliana	17	Undécimo
Alexis	16	Décimo
Mariana Camila	13	Octavo
Angi Tatiana	20	Undécimo
Cristian Rafael	20	Undécimo
Nefer Arcadio	17	Undécimo
Angi Norela	16	Undécimo
Zoraida	19	Undécimo
Lizeth Karina	16	Décimo
Lizeth Natalya	17	Undécimo
Rocisela	18	Undécimo
Leidy Karina	17	Undécimo
Flaider Estic	17	Undécimo
Edward José	17	Undécimo
Elizabeth	19	Décimo

Tabla 1. Listado de estudiantes miembros del grupo de investigación participantes del proyecto.

A ellos se les dio a conocer la temática a desarrollar y se acordaron diferentes métodos para realizar los encuentros para trabajar sobre el tema pactado.

Para el grupo en cuestión, se escogió el nombre "Saberes Ecomedicinales" por ser el más representativo de la temática que se desea investigar, luego los estudiantes realizaron el proceso de inscripción y quedó definido el grupo de

trabajo para iniciar actividades. El paso siguiente fue el diseño y selección del logotipo como parte de la identidad del grupo (ilustración 1).



Ilustración 1. Logotipo del grupo de investigación.

Este impulso de motivación ayudó a la participación en las diferentes ferias a nivel institucional y municipal iniciales, permitiendo a estos jóvenes mostrar sus habilidades y capacidades en la línea de la investigación de las tradiciones orales rescatando el lenguaje autóctono local y planteando sus observaciones sobre la evolución del mismo.

Los estudiantes seleccionados (ilustración 2) iniciaron actividades de manera activa y participativa, dando su aporte durante las etapas de recolección de información, planeación y ejecución de demás actividades. También se comprometieron a ayudar en la construcción y mantenimiento de una huerta escolar en la cual se puedan tener a mano las plantas medicinales necesarias para el uso en la institución.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL



Ilustración 2. Grupo de investigación junto con su docente líder. Fotografía tomada durante la selección del espacio para la huerta escolar, Julio 2016.

LA PREGUNTA COMO PUNTO DE PARTIDA

Durante uno de los encuentros iniciales se asignó la temática a discutir y se socializó con el grupo de estudiantes miembros. A continuación se establecieron las reglas de participación y luego se inició con el proceso de lluvia de ideas para aportar las preguntas sobre el tema escogido que nos permitieran entender mejor la temática que se deseaba desarrollar. Durante el ejercicio se anotaron las preguntas planteadas para luego seleccionar aquellas más representativas, con significancia o que agruparan las demás ideas, las cuales se enlistan a continuación:

- 1- ¿Funcionan realmente los remedios caseros?
- 2- ¿Todos podemos utilizar remedios caseros?
- 3- ¿Qué consecuencias puede traer el uso de los remedios caseros?
- 4- ¿Cómo se deben utilizar los remedios caseros?
- 5- ¿Qué tan efectivos son los remedios caseros?

Después de tener las preguntas seleccionadas se procedió a llevar a cabo el proceso de respuestas que facilitó la generación de la pregunta principal problematizadora sobre la cual se desarrollaría el proyecto:

- **¿Qué conocimientos tiene la población de La Vega- Cáchira, sobre los remedios caseros más utilizados y cómo se podrían compartir estos conocimientos con la comunidad?**

Participaron todos los integrantes del semillero de investigación quienes dieron el aporte, valorando todas las opiniones presentadas, además demostraron interés por abordar la temática planteada, cada uno argumentando su respuesta desde sus presaberes, o consultas por internet.

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Comúnmente en nuestra comunidad cada día se generan problemas en la salud de sus habitantes, donde la mayoría no recurre de inmediato al médico, esto se debe a múltiples factores entre los que se destacan: las grandes distancias existentes para poder desplazarse hasta los centros asistenciales, la precaria situación económica, el desconocimiento de algunas soluciones caseras en caso de presentarse una emergencia de salud.

Por ende existe la necesidad de difundir entre la población diferentes tratamientos caseros existentes para controlar ciertas enfermedades y que son empleadas por algunas familias gracias a los conocimientos de sus ancestros.

Con este proyecto se busca conocer en qué consisten estos tratamientos, que elementos se utilizan y la eficacia de los mismos; además se pretende difundir esta información y proyectar la continuidad junto con el enriquecimiento de estos conocimientos.

TRAYECTORIA DE LA INDAGACIÓN

La trayectoria planteada se obtuvo de tener en cuenta los objetivos del proyecto y la manera adecuada para lograrlos. El dibujo se hizo con la ayuda del grupo de investigación de tal manera que se pudiera socializar y comprender con facilidad el camino propuesto y los pasos a seguir durante la ejecución del proyecto (ilustración 3).

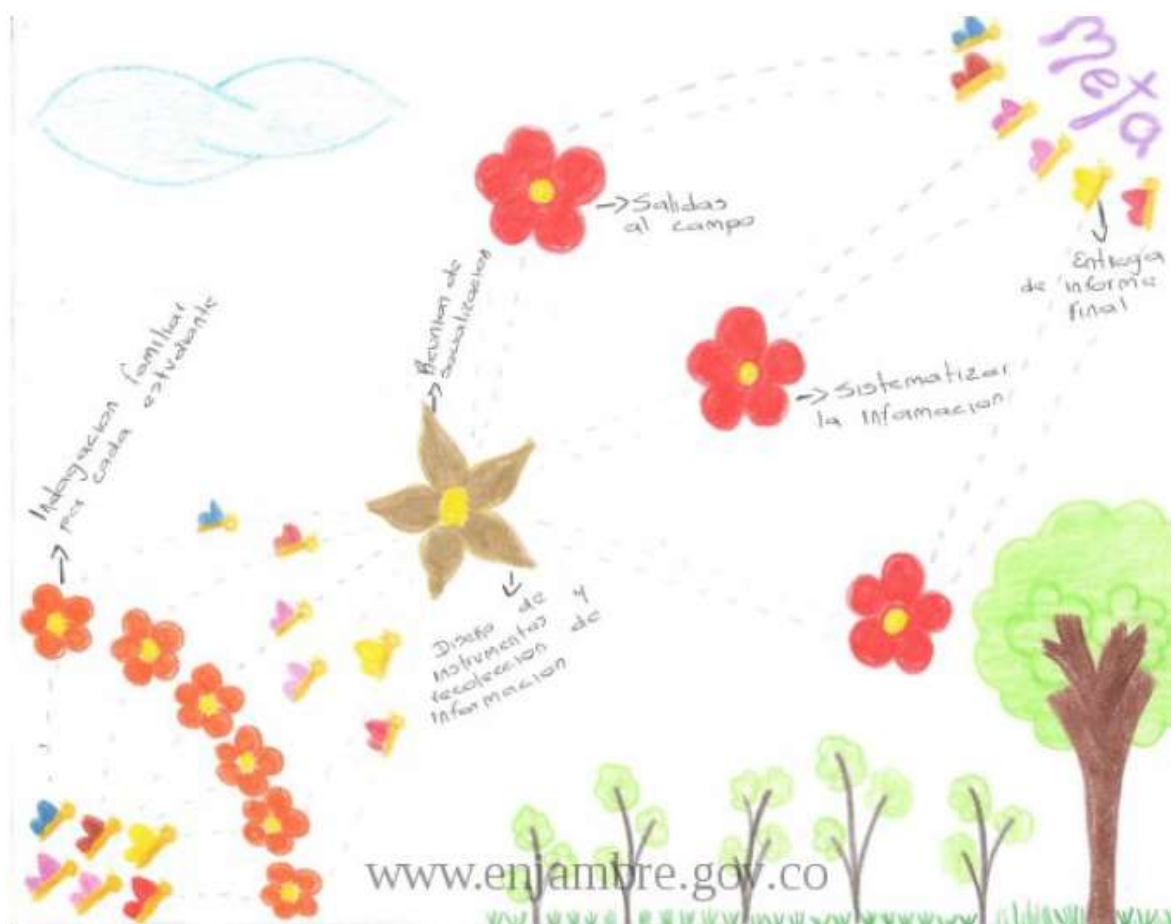


Ilustración 3. Trayectoria de indagación desarrollada por el grupo Saberes Ecomedicinales.

Para tener una idea de la duración del proyecto, se estructuraron los pasos mostrados en el dibujo en un cronograma que permitiera dar un orden secuencial durante la ejecución del mismo, así se pudo programar las asignaciones y dividir los grupos de trabajo de una manera más eficiente (ilustración 4).

La investigación se enmarca dentro de un estudio descriptivo. La población que intervino para la obtención de resultados fueron los habitantes del sector de La Vega.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

Nombre	Desde	Hasta	responsable		
Entrega del informe final, conclusion y reflexion	2016-08-01	2016-06-18	El grupo de investigacion		
Sistematizar la informacion	2016-07-25	2016-07-30	El grupo de investigacion		
Salida a campo	2016-07-11	2016-07-23	El grupo de investigacion		
Diseño de instrumentos de recoleccion de informacion	2016-06-01	2016-06-30	Grupo de investigacion		
Reunion de socializacion	2016-07-04	2016-06-10	El grupo de investigacion		
Indagacion familiar por cada estudiante	2016-06-01	2016-06-30	Los investigadores		

Ilustración 4. Cronograma de actividades con los pasos a seguir por el grupo de investigación Saberes Ecomedicinales.

RECORRIDO DE LAS TRAYECTORIAS DE INDAGACIÓN

La ejecución del proyecto se llevó a cabo ejecutando los pasos propuestos dentro del cronograma de actividades, así que las actividades desarrolladas dentro de cada uno se hicieron de la siguiente manera:

- 1- **Indagación familiar por cada estudiante:** Cada uno de los participantes procedió a hacer 2 preguntas básicas a sus familiares respecto del tema investigado, las preguntas fueron las siguientes:
 - a) ¿Qué plantas medicinales hay en casa?
 - b) ¿Conocen comerciantes de plantas medicinales?
- 2- **Reunión de socialización:** Luego de resolver la tarea asignada, los estudiantes procedieron a socializar el resultado de su indagación familiar con el grupo de investigación (ilustración 5).



Ilustración 5. Reunión de socialización con los estudiantes del grupo de investigación.

- 3- **Diseño de instrumentos de recolección de información:** En esta etapa se procedió a tomar en cuenta la información recolectada para diseñar las herramientas más adecuadas para recolectar información relevante para el proyecto. El grupo decidió inclinarse hacia el uso de tres herramientas principales:
 - Encuestas.
 - Entrevistas.
 - Observación.
- 4- **Salida a campo:** Para aplicar las herramientas seleccionadas se hicieron varias salidas de campo en donde se pudiera realizar este diagnóstico. La

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

recopilación de encuestas se realizó en la institución y en los hogares, mientras que las entrevistas (ilustración 6) y observación se hicieron mediante desplazamiento a zonas veredales para conocer qué plantas medicinales son las que se encuentran con mayor facilidad (ilustración 7).



Ilustración 6. Aplicación de entrevista a docente de la Escuela el filo.



Ilustración 7. Salida de campo con el grupo de investigación a zona de la vereda "El filo"

También se observaron huertas existentes para tener referencias respecto de la construcción de una propia dentro de las inmediaciones de la institución (ilustración 8).



Ilustración 8. Observación de huerta como referencia para el grupo de investigación

- 5- **Sistematizar la información:** Para la organización de la información se escanearon los documentos utilizados y se redactaron otros tantos con la finalidad de almacenarlos en la comunidad virtual y así no sufrir pérdidas de información. También se tuvo como consideración mantener todo compacto para no generar un registro tan extenso que dificulte la revisión finalizada la etapa de ejecución. Como actividad adicional, se revisaron terrenos opcionales para la realización de la huerta del grupo de investigación.



Ilustración 9. Revisión del terreno asignado para la realización de la huerta en el Colegio Reyes Araque.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

- 6- **Entrega del informe final, Conclusiones y reflexión:** Finalizadas las etapas de ejecución, se procedió a redactar este informe en donde se muestren los apuntes más relevantes relacionados con la información recopilada y todas las actividades desarrolladas por el grupo de investigación. La idea general fue mantener un informe compacto solo mencionando la información más relevante para hacer más eficiente su revisión.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

De las actividades realizadas se obtuvo información relevante que permite evaluar la calidad del conocimiento de la población en el corregimiento de La Vega, respecto de la utilización de plantas medicinales. Como primera aproximación se tuvo la indagación familiar por parte de los estudiantes, con la cual se pudo diseñar de una manera más eficiente la encuesta aplicada. Los resultados de la encuesta se muestran a continuación (ilustración 10).

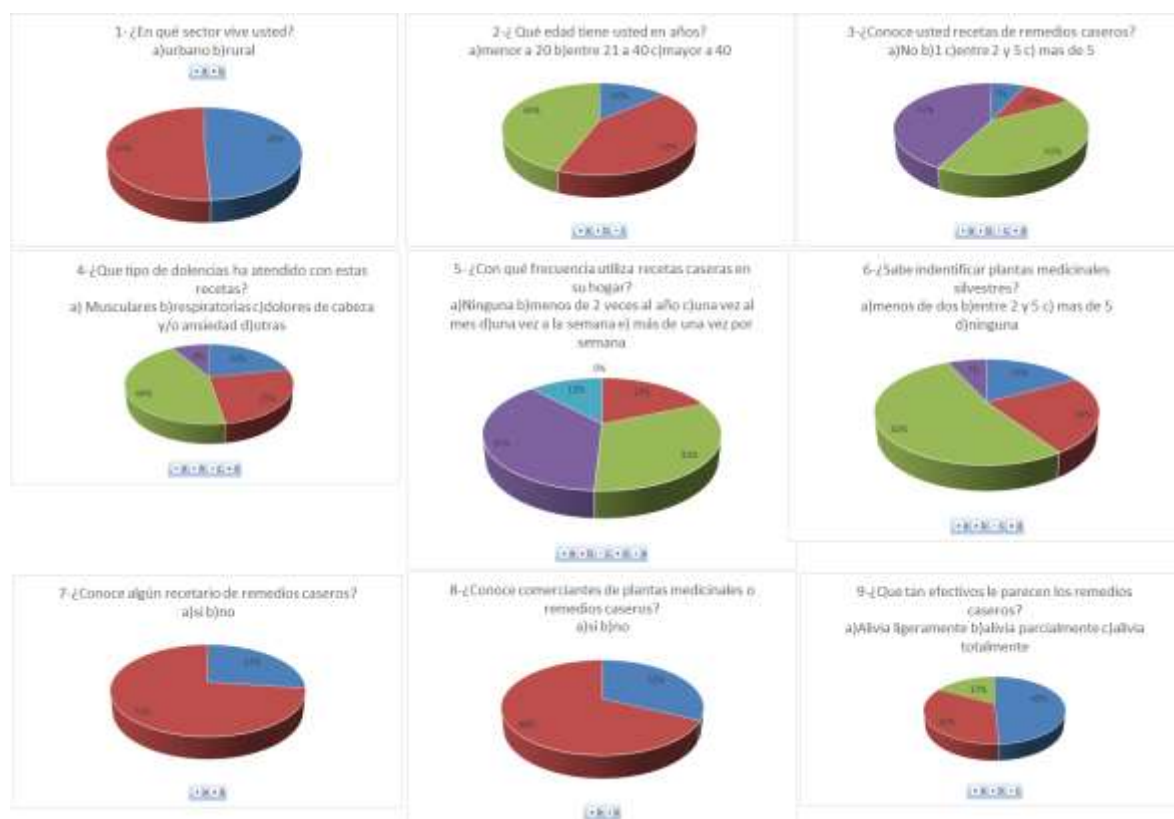


Ilustración 10. Tabulación de las respuestas a la encuesta aplicada.

De la encuesta se pudo obtener la siguiente información:

- Existe un conocimiento general en la población respecto de recetas caseras con plantas medicinales; en un promedio de dos a tres recetas en edades mayores a los 20 años.
- Un buen porcentaje de la población puede identificar más de 5 tipos de plantas silvestres.
- La utilización en los hogares es bastante frecuente.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

- No se conocen muchos recetarios o comercio relacionados con las plantas medicinales.

Continuando con la indagación, se realizaron entrevistas en la zona rural con las cuales fue posible conocer los tipos de plantas y recetas más comunes en las fincas (ilustración 11), de estas preguntas se obtuvo información más detallada respecto de las recetas más utilizadas y las dolencias que se tienden a tratar más comúnmente con estos remedios.



Ilustración 11. Entrevista realizada a residentes de la zona.

ANEXO BITÁCORA 7 – INFORME FINAL

También se pudo observar qué plantas son las más asequibles y con qué frecuencia se encuentran de forma silvestre (ilustración 12). Por tal motivo se tomó la decisión de construir una huerta en donde se encuentren las especies más relevantes para poder hacer los remedios caseros más utilizados.

En cuanto a la información de recetas propiedades de cada planta, se ha optado por redactar una ficha técnica dado que es más fácil y económico realizar la difusión de información por partes, que redactar un solo libro lo cual aumenta los costos de adquisición para las familias de la zona. Por ésta razón se da esta opción ya que a diferencia de una publicación recopilatoria impresa, las fichas técnicas se pueden adquirir por unidad según sea necesario.



Ilustración 12. Visita Escuela Rural El Filo. Durante el recorrido se observó que plantas se pueden encontrar en la naturaleza.

CONCLUSIONES

Del trabajo aquí desarrollado ha sido posible alcanzar las siguientes conclusiones:

- Existe un conocimiento básico de las recetas y tipos de plantas en la población en general.
- Algunas plantas son escasas y de difícil acceso para la comunidad.
- Se puede implementar una huerta en el colegio que sirva para proveer de plantas y semillas al plantel según la necesidad.
- No existe una actividad comercial formal relacionada con la venta de productos de medicina natural en la zona.
- La difusión por fichas técnicas individuales reduce los costos y facilita la adquisición de las mismas.
- Es posible establecer un estudio que evalúe con mayor profundidad la eficacia de este tipo de medicina en el alivio de dolencias generales.
- Se indagó sobre las plantas medicinales más utilizadas, las recetas más conocidas y los beneficios de su consumo.
- Se ha proyectado la realización de una huerta en el Colegio Reyes Araque con el objetivo de funcionar como banco de semilla y fuente de material para recetas con plantas medicinales.
- Se ha difundido la existencia de estas recetas a la población mediante la creación de fichas técnicas. La dispersión de las mismas se debe realizar mediante la adquisición por parte de los habitantes del corregimiento.
- El uso adecuado de los remedios caseros puede ayudar a aliviar algunas dolencias, pero no se recomienda su utilización en reemplazo de la medicina convencional.

BIBLIOGRAFÍA

Caracterización del Mercado Colombiano de Plantas Medicinales y Aromáticas, Instituto Alexander Von Humboldt, 2.003.

Díaz, J.A. ed. 2003. Antecedentes. Caracterización del mercado colombiano de plantas medicinales y aromáticas. Instituto Alexander von Humboldt - El Ministerio de Ambiente, Vivienda y Desarrollo Territorial. Pág. 111 Bogotá D.C., Colombia.

Memorias del curso de hierbas aromáticas. Terminología. Alcaldía de Zipaquirá, Umata. Julio 2005 – marzo 2.006.

Rivera A., Buitrón X., Rodríguez P. eds. Caracterización del mercado colombiano de plantas medicinales y aromáticas. Uso y comercio sostenible de plantas medicinales en Colombia. Seminario - Taller. Ministerio del Medio Ambiente – TRAFFIC, 2.003; p. 5.

<https://encolombia.com/vida-estilo/alimentacion/alimentosorganicos/temas-saludables/tipos-de-plantas-aromaticas/>

<http://sioc.minagricultura.gov.co/index.php/art-inicio-cadena-plantasaromaticas/?ide=4>

AGRADECIMIENTOS

Para la realización de éste proyecto se contó con la ayuda de la planta docente del Colegio Reyes Araque, junto con la colaboración en la recolección de información de los habitantes de la zona rural del corregimiento de La Vega, en el municipio de Cáchira, Norte de Santander.

También se agradece especialmente a los ejecutores del proyecto, la CUN, Gobernación departamental y todas aquellas instituciones que se vieron envueltas en el desarrollo del presente trabajo.

ANEXOS

Anexo 1. Plantas encontradas en la zona utilizadas por los habitantes (entrevistas y encuestas):

- Llantén
- Manzanilla
- Higos de algodón
- Sauco
- Eucalipto
- Anís
- Guanábana
- Poleo
- Menta
- Prontoalivio
- Tomillo
- Sábila
- Paico
- Hierba Buena
- Geranio
- Albaca
- Laurel
- Quiña
- Toronjil
- Valeriana
- Caléndula
- Ruda
- Sanalotodo
- Mata Ratón
- Azote