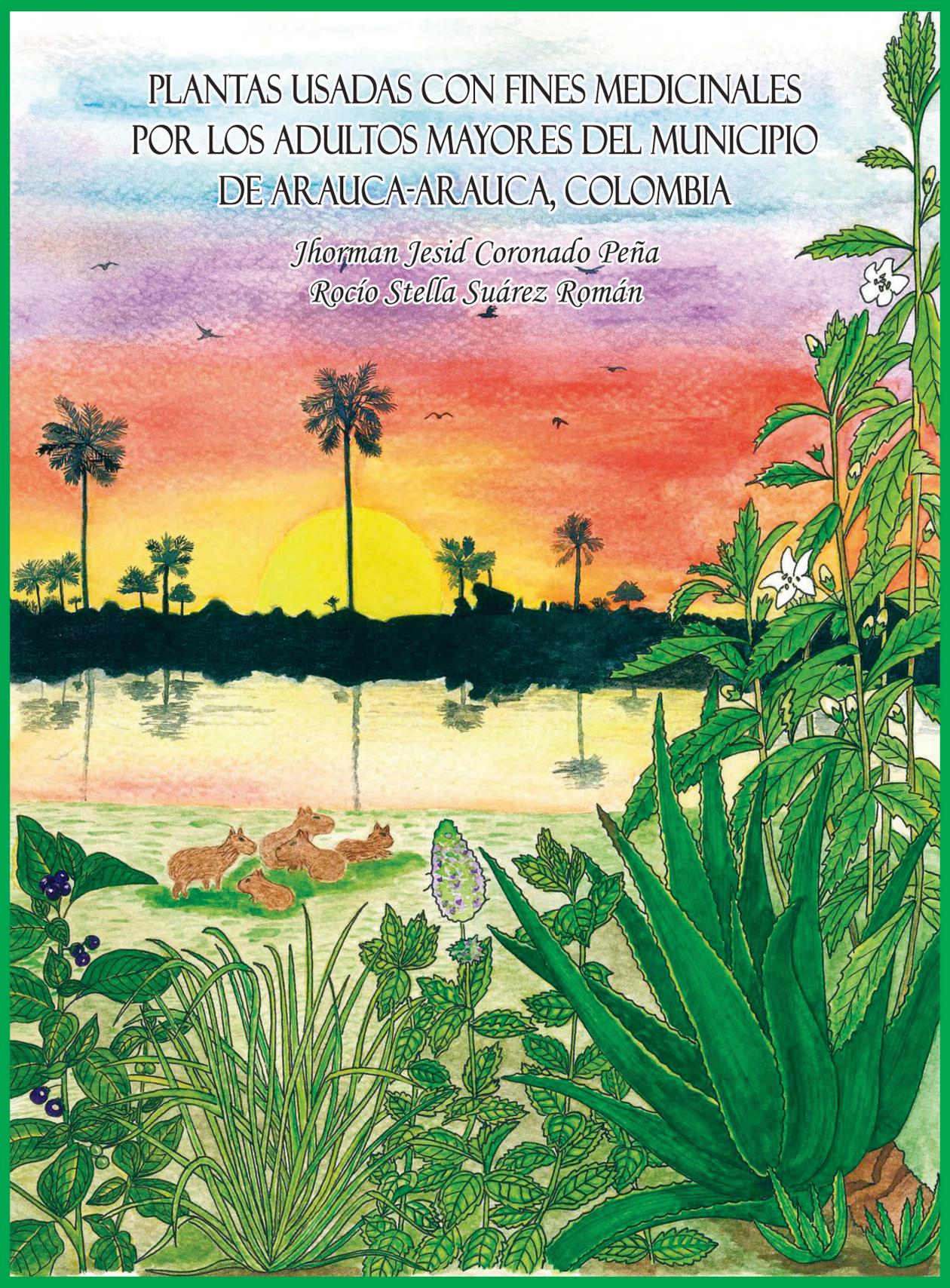


PLANTAS USADAS CON FINES MEDICINALES
POR LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO
DE ARAUCA-ARAUCA, COLOMBIA

Jhorman Jesid Coronado Peña
Rocío Stella Suárez Román



PLANTAS USADAS CON FINES MEDICINALES POR LOS ADULTOS MAYORES DEL MUNICIPIO DE ARAUCA-ARAUCA, COLOMBIA

Jhorman Jesid Coronado Peña

Rocío Stella Suárez Román



Plantas usadas con fines medicinales por los adultos mayores del municipio de Arauca-Arauca, Colombia

Jhorman Jesid Coronado Peña¹, Rocío Stella Suárez Román²
Licenciado en Biología y Educación Ambiental¹, MSc. Ciencias Agrarias²

ISBN: 978-958-5556-12-6

Primera edición

Universidad del Quindío
Armenia, Quindío, Colombia
Julio - 2021

Ilustraciones de la cubierta y que acompañan el texto:

Liliana Maritza Becerra Carlosama
Licenciada en Biología y Educación Ambiental

Fotografías:

Jhorman Jesid Coronado Peña
Rocío Stella Suárez Román

Edición

Ángela María Morales Trujillo
Bióloga

Impresión:

Centro de Publicaciones, Universidad del Quindío

TABLA DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTOS	4
PRESENTACIÓN	6
INTRODUCCIÓN	8
FORMAS CASERAS DE PREPARACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES	11
DOSIFICACIÓN	18
PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA	21
ETNOBOTÁNICA	63
RECOLECCIÓN Y DIVULGACIÓN DE LA INFORMACIÓN	81
GLOSARIO	83
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85

AGRADECIMIENTOS

Los autores expresan sinceros agradecimientos a quienes contribuyeron y ayudaron en la elaboración técnica del presente trabajo, especialmente a los adultos mayores del municipio de Arauca departamento de Arauca, al Centro Integral de Atención y Capacitación a la Familia (CICAF) en Arauca, al Centro de Estudios e Investigaciones en Biodiversidad y Biotecnología de la Universidad del Quindío (CIBUQ), a Jefferson Osorio docente en Biología y Educación Ambiental, a Daiver Roperro estudiante de la Universidad de Pamplona y a los docentes del programa de Licenciatura en Ciencias Naturales y Educación Ambiental de la Universidad del Quindío. A continuación, se presenta la relación de los adultos mayores que aportaron sus conocimientos:

Abelardo Lemus Ochoa	Aurelio Gerardo Montero Agredo
Adelina Esperanza Rodríguez Galindes	Azucena Peña Torres
Adolfo Varón Niño	Bartolo Antonio Rivas Rodríguez
Albaro Bautista	Bernabé Castañeda Cuevas
Alcira Cácamo Rico	Blas Novoa Ballena
Alejandro Contreras Navarro	Candida Rosa Castro Manca
Alidio Díaz Hernández	Carlos Amaris
Amalia Rosa Ruíz	Carlos Arturo Betancourt
Aminta Lara	Cecilia Yance De Díaz
Aminta Olivero	Cristina Hurtado Torrecilla
Ana Cecilia Pulido	Debora Rodríguez
Ángel David Nieves Ruíz	Dioselina Quintero Duran
Ángel Enrique Acosta Gómez	Edilma Velandia
Aníbal De Jesús Vergara Valencia	Édilson Grisales Villa
Arcelina Rojas	Elda Blanco Castillo
Armira García Arciniega	Eliza Marín Díaz
Aura María Rodríguez	Elvira María Berinas López

Fanny María Estupiñan
Faustino De las Mercedes Díaz Mieles
Francelina Peña
Francisco Jaime Taborda Granda
Gabriela De Jesús Parales
Guillermo Antonio Arciniegas
Guillermo Bohórquez
Gustavo Alonzo Espinoza
Héctor De Jesús Arroyave
Ismael Enrique Vivas Alvarado
Jholanda Peña
José Ángel Balta Díaz
Jose Ángel Yustre
José Del Carmen Cepeda
Jose Del Carmen Quintero Suárez
José Jacinto Blanco
José Miguel Torres Contreras
José Rafael Carvajal Mijares
Juana María Castillo
Julián Ojeda Cano
Luis Alfonso Ovedo
Luis Alfredo Chaparro Noa
Manrique Guzmán Teodoro
Manuel Bonilla Santana
Manuel Castillo
Marcos Antonio Nemes
Margó Richo Sánchez
María Asunción Vargas Ochoa
María Cristina Murillo
María De Jesús Caicedo Caicedo
María Del Carmen Riay

María Del Carmen Ruíz
María Isabel Choconta García
María Moreno Ruedo
María Romelia García Rincón
María Ubaldina Velázquez Farfán
Marian Campo Caña
Martín Guerra Avella
Melva Rosa Muaje
Mero Eduardo Pérez
Miguel Ángel Gómez Cruz
Miguel Antonio Vargas
Néstor Julio Sanguíneo
Ninfa Peña Torres
Noé Calderón Álvarez
Obdulia Perales
Otilia Romero
Pablo Emilio Gómez
Pedro Adán Sánchez Sanes
Rafael Cañas Cañas
Ramón Emilio García Rebollero
Ricardo Castillo Gómez
Rosa Elena Rincón Segura
Rosfira Varón
Rubiela Gutierrez Hernández
Samuel Amado Rincón
Sebastián Amelio Ortega Vides
Simón Quintero
Sotero Gómez Sánchez
Víctor Manuel Coronado Parra
Virgelina Becerra Chona
Yolanda Torres De Castañeda

PRESENTACIÓN

Se presenta a la comunidad araucana y demás interesados, un libro sobre especies vegetales con uso medicinal empleadas entre la población de adultos mayores del municipio de Arauca; elaborado con base en los resultados del trabajo investigativo “Conocimiento tradicional sobre plantas medicinales en adultos mayores del municipio de Arauca-Arauca, Colombia”. La información registrada, fue suministrada por 96 adultos mayores con edades entre 60 y 90 años.

La intención principal del libro es informar respecto a las plantas con mayor Índice de Valor de Uso (valor cultural) y Nivel Significativo Tramil (aceptación cultural), empleadas con fines medicinales por los adultos mayores del municipio, además de divulgar su aprobación por el INVIMA, para un fin medicinal.

El documento consta de seis apartados; el primero hace referencia a formas caseras de preparación de las plantas medicinales. Posteriormente, se presenta la dosificación recomendada para su uso según los conocimientos tradicionales de la población araucana. En la tercera sección, se describen las 20 especies medicinales, que registraron el mayor Índice de Valor de Uso IVU y Nivel Significativo Tramil UST, de las 109 especies reportadas. En cuarto lugar, el lector encontrará tablas indicando nombre común, nombre científico, aprobación o no por el INVIMA, entre otros, como se describe en la página siguiente. Finalmente, se incluyen fotografías alusivas a las estrategias empleadas para la recolección y divulgación de la información y un glosario de términos.

Nombre común: Corresponde a los nombres tradicionales que son dados por los adultos mayores del municipio de Arauca.

Nombre científico: Nombre universal asignado por los científicos a una especie.

Familia: Categoría taxonómica de clasificación de una especie que se sitúa entre el orden y el género.

Descripción botánica: Características morfológicas que permiten la identificación de una planta (tallo, hojas, flores y frutos).

Forma de uso: Preparación tradicional por la comunidad araucana.

Parte usada: Estructura empleada en la preparación de una especie vegetal.

Uso tradicional: Tratamiento en patologías o molestias en la comunidad araucana.

Posología indicada tradicionalmente: Dosis de administración de las plantas medicinales por los adultos mayores (cantidad y tiempo de uso).

Uso aprobado por el Invima: Tratamiento avalado por el Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos, para ser empleada una especie vegetal con un uso medicinal.

Nivel significativo (UST): Aceptación cultural de la comunidad hacia una especie vegetal en particular.

Índice de valor de uso (IVU): Valor cultural de la comunidad hacia una especie vegetal en particular.

Aprobación del Invima: Permiso asignado por el Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos, para ser empleada una especie vegetal con un uso medicinal.

INTRODUCCIÓN

El conocimiento tradicional es un conjunto de saberes, creencias y prácticas concebidas a partir de la experiencia de adaptación al entorno local a lo largo del tiempo, compartidas y valoradas por una comunidad y transmitidas de generación en generación (Santayana *et al.*, 2014). Gran parte de estos conocimientos, entre ellos los relacionados con las propiedades de las especies vegetales para contrarrestar los efectos de las enfermedades, los poseen los adultos mayores, debido a que han experimentado con estas plantas a lo largo de su vida. Sin embargo, el conocimiento tradicional sobre estas plantas, se ha venido perdiendo, entre otros, por procesos migratorios y disminución de biodiversidad, generando pérdida de identidad cultural, de experiencias irrecuperables, y de información para comprender los patrones de la configuración y función de la tradición.

En muchas partes del mundo, la preservación del conocimiento tradicional se genera por la relación con el mundo natural, y este proceso generalmente, se realiza de forma oral. De acuerdo con Loicq *et al.* (2007), municipios de carácter rural, se caracterizan por ser depositarios de un amplio acervo cultural fundamentado en conocimientos relacionados con su entorno natural y características poblacionales, transmitidos en muchos casos, de forma oral de generación en generación. Se trata de un recurso propio que es necesario visualizar y revalorizar, ya que, además, de representar un elemento definitorio de nuestro saber tradicional, delimita nuestra identidad cultural.

Según el Ministerio de Comercio, Industria y Turismo (2010), en Colombia, “el folclor llanero, es uno de los más puros y auténticos que subsisten; allí se combinan la selva, la sabana y los afluentes,

para exhibir un paisaje lleno de variedad y exuberancia.” Resulta urgente evitar que se pierda el conocimiento tradicional de la comunidad araucana, desarrollando iniciativas con acciones prácticas, como es la revitalización y conservación de esta información y, la capacitación permanente a las comunidades (Ríos *et al.*, 2008). De este modo, es necesario educar frente a la relevancia de especies vegetales útiles para algún tipo de dolencia o problema de salubridad y, así mismo, buscar la forma de conservarlas con base en lo establecido en la normativa internacional y nacional de conservación y uso sostenible de plantas medicinales. En este sentido, se realizó una investigación con el objetivo de identificar los conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales, con base en los saberes de los adultos mayores del municipio de Arauca-Arauca.

Como resultado se obtuvo que de las 109 especies descritas con fines medicinales, la sábila (*Aloe vera*) originaria de Arabia, presentó el mayor IVU y UST dentro de la comunidad araucana; así mismo, se destaca el pericón (*Capraria biflora*), especie nativa distribuida desde México hasta Paraguay, como una especie de amplio uso en esta comunidad, la cual no registra aprobación por el INVIMA. Entre los sitios donde la comunidad puede coleccionar especies medicinales se reportan las casas de los pobladores (50,6%), el mercado (31,1%) y la calle (12,7%).

Finalmente, se recomienda conservar estos saberes tradicionales a través del establecimiento de huertos, realización de ferias, mercados campesinos, y diálogos de saberes entre las comunidades escolares y los adultos mayores.



FORMAS CASERAS DE PREPARACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Existen distintas formas de emplear las plantas con usos medicinales dentro de las comunidades. Esto difiere de acuerdo al país, la región e incluso departamentos, municipios y pueblos muy pequeños. En este sentido, se presentan algunas de las formas más comunes en la preparación de plantas medicinales:

Infusión: Se realiza vertiendo agua hirviendo sobre una proporción de planta adecuada y dejando reposar un tiempo variable, según la especie, siempre con la infusión tapada para evitar la evaporación de principios activos (Roldan, 2004).



Aceite para uso externo: Para extraerle los principios activos a la planta triturada, se deja macerar en aceite de olivas, de almendras o de girasol. Seguidamente se filtra con un lienzo o paño limpio, se exprime la droga, el aceite se conserva herméticamente tapado (Fonnegra y Ramírez, 2007).



Decocción: Se prepara añadiendo la planta al agua en ebullición. Se indica especialmente para conseguir la extracción de principios activos solubles en agua, pero con una velocidad de disolución lenta, bien por la estructura de la planta (leñosa, semilla y raíces) o por la naturaleza del principio activo (Roldan, 2004).



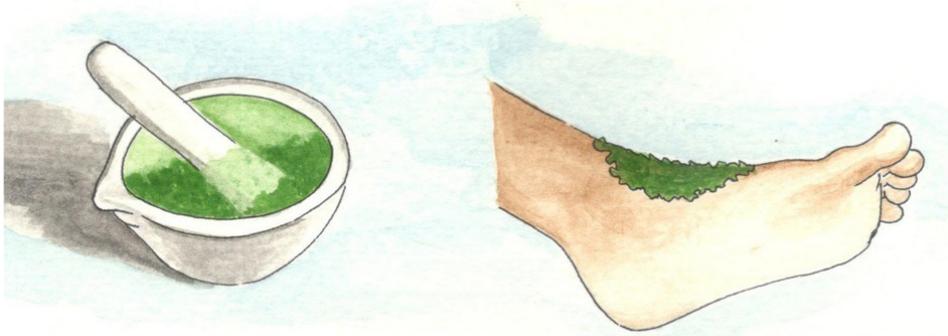
Ungüento o pomada: Esta preparación es exclusivamente para uso externo. La parte de la planta se corta en pedazos pequeños, se pone en una vasija y se le añade una sustancia grasa fundida hasta cubrirla. Se coloca al fuego lento durante una hora. Se retiran los trozos de la planta, se envasa en frasco de boca ancha y se deja solidificar para su uso (Fonnegra y Jiménez, 1999).



Compresas: Se preparan empapando la infusión o decocción, ya filtrada, en un paño de algodón y aplicando este sobre la zona afectada todavía bien caliente, salvo que se especifique lo contrario (Roldan, 2004).



Emplasto: Consiste en aplicar la droga fresca, triturada o machacada directamente en la piel. También se puede aplicar en decocción. Se usa en casos de contusión o hematomas. En todos los casos se debe evitar su uso sobre escoriaciones, heridas, supuraciones u otras afecciones abiertas. Siempre se aplica caliente (Fonnegra y Jiménez, 1999).



Cataplasmas: Se preparan de idéntica manera que las compresas, pero dejando la planta incorporada sin colar previamente. En el caso de las plantas frescas, se trituran lo mejor posible antes de aplicarlas directamente sobre la zona a tratar (Roldan, 2004).



Jugo: Para esto se deben utilizar plantas frescas, con poco tiempo después de recogidas. En un mortero o vasija de vidrio o porcelana se machaca la parte de la planta a emplear, se coloca en un paño limpio y se exprime. Se recoge el jugo para ser usado según la dosis. Generalmente se toman fríos (Fonnegra y Jiménez, 1999).



Maceración o remojo: Se emplea a temperatura ambiente (15 a 25 °C) con solventes como agua, alcohol, vino o aceite. La parte de la planta a emplear se debe limpiar muy bien, desmenuzar, tritular, picar, trocear o machacar antes de ponerla en remojo. Se coloca la parte de la planta en un envase y se le agrega el solvente en la proporción requerida. Se deja bien tapado durante periodos que pueden ir de 24 horas a dos semanas, según sea lo necesario, se agita periódicamente para favorecer la extracción de los principios activos. Trascurrido el tiempo se pasa por un colador, paño o lienzo, se exprime el residuo, se filtra con papel filtro y se guarda herméticamente tapado. La maceración en agua deber ser por tiempo corto, para evitar fermentación o formación de moho (Fonnegra y Jiménez, 1999).



Aguardiente: Droga triturada, desmenuzada, troceada o en polvo se dispone en un recipiente adecuado, se agrega agua, en una proporción de una parte de planta por 16 de agua, se lleva a fuego lento hasta que se evapore la mitad del agua. Se retira del fuego, se añade aguardiente de caña hasta obtener el volumen inicial y se tapa (Fonnegra y Ramírez, 2007).





DOSIFICACIÓN

Generalmente en el municipio de Arauca para el caso de bebidas como infusiones y decocciones, entre otras preparaciones con especies de uso medicinal, se recomienda la preparación con la medida de un pocillo tintero (100 ml) una vez al día hasta observar mejoría.

A continuación, se describen las variadas formas de dosificación relacionada con la duración de tratamientos en el momento del uso de las especies descritas por la comunidad araucana. La cantidad, hace referencia a la porción (ml) del preparado que se consume por toma; la frecuencia diaria, se refiere a cuántas veces en el día se consume la preparación y, la duración del tratamiento, detalla cuánto tiempo (días, semanas, meses) se realiza el consumo de la misma (Tabla 1).

Por otro lado, es importante aclarar que los nombres comunes, forma de uso y parte usada de la planta, corresponden a las descritas por la comunidad araucana. Mientras que las precauciones y contraindicaciones son las reportadas por el INVIMA.

Tabla 1. Dosificación al utilizar las plantas medicinales en el municipio de Arauca según saberes de adultos mayores.

Cantidad	*Citas	%	Frecuencia diaria	*Citas	%	Duración del tratamiento	*Citas	%
Pocillo tintero (100ml)	319	57,07	Las veces que desee	107	19,14	Solo un día	18	3,22
Pocillo chocolatero (200ml)	91	16,28	Una vez al día	174	31,13	Por tres días	51	9,12
Una copadita (50ml)	17	3,04	Dos veces al día	98	17,53	Hasta ver mejoría	412	73,70
Vaso de agua (250ml)	43	7,69	Cada 4 horas	1	0,18	Por siete días	18	3,22
Una cucharada (15ml)	16	2,86	Tres veces al día	155	27,73	Por quince días	10	1,79
Una gota	5	0,89	De dos a tres veces al día	24	4,29	Otros	14	1,60
Otros	68	12,16						

*Citas = Número de veces mencionada en la investigación.

Nota: Los equivalentes de la cantidad fueron tomados de: <https://www.colombia.com/gastronomia/tabla-de-equivalencias/>



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Las 109 especies referenciadas con uso medicinal por la población araucana, se encuentran distribuidas en 58 familias, de las cuales Lamiaceae contiene el mayor número de especies (17%), seguida de Asteraceae (12%), Rutaceae (12%), Euphorbiaceae (10%) y Fabaceae (10%).

Las especies con mayor aceptación cultural, citadas por los adultos mayores en sus variadas preparaciones corresponden, a sábila (*Aloe vera*) (50%), pericón (*Capraria biflora*) (45%), limonaria (*Cymbopogon citratus*) (28%), hierba buena (*Mentha spicata*) (27%) y hierba mora (*Solanum americanum*) (22%). En el caso de mayor valor cultural, la hierba buena (*M. spicata*), limón mandarino (*Citrus x limonia*), manzanilla (*Matricaria chamomilla*), llantén (*Plantago major*), albahaca (*Ocimum basilicum*) y mejorana (*Origanum majorana*), contemplan un valor que oscila entre 10 y 15%, mientras que la sábila (*A. vera*) un 27%.

De otra parte, las principales molestias tratadas con plantas medicinales dentro de la comunidad araucana están relacionadas con problemas digestivos (18%). Las hojas son las más utilizadas (46%) y, dentro de las variadas las formas de uso, las infusiones (62%) son principalmente las más realizadas. La mayoría de los adultos mayores no refieren algún tipo de condición en el momento del tratamiento y generalmente no emplean más de una especie vegetal al momento del consumo.

Ajo

Nombre científico: *Allium sativum* L.

Familia: Amaryllidaceae

Descripción botánica: Hierba hasta 30 cm de altura, con bulbos divididos y envueltos en una piel blancuzca. Hojas aplanadas. Inflorescencia con flores rosadas (Tramil, 2017).

Forma de uso: Directo (pelar y consumir).

Parte usada: Bulbo.

Uso tradicional: Problemas del sistema cardiovascular (colesterol y triglicéridos) y otros como parásitos y sistema inmunológico.

Uso aprobado por el INVIMA: Hipotensor. Coadyuvante en el tratamiento de hiperlipidemias y en la profilaxis de la aterosclerosis.

Posología indicada

tradicionalmente: Consumir tres dientes de ajo, una vez al día, hasta observar mejoría.

Precauciones o contraindicaciones:

Hipersensibilidad a los componentes de la planta. Embarazo y lactancia. Hipotensores. Hipertiroidismo. Trombocitopenia. Puede causar fotosensibilidad. Tratamiento máximo de dos semanas.

Nivel Significativo: 10%.

Índice de Valor de Uso: 4%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Albahaca canela

Nombre científico: *Ocimum basilicum* L.

Familia: Lamiaceae

Descripción botánica: Arbusto hasta 60 cm. Hojas ovaladas de color verde claro. Presenta inflorescencia con pequeñas flores de color blanco (Tramil, 2017).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Problemas asociados a síntomas emocionales (estrés y nervios); además de sistema cardiovascular, fiebre, dolor de estómago, cólicos menstruales, gripa, hipertensión y tos.

Posología indicada tradicionalmente: Tres cogollos en un litro de agua. Tomar tres veces al día, en un pocillo tintero, hasta ver mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Antiflatulento. Coadyuvante en el tratamiento de la distensión y dolores abdominales.

Precauciones o contraindicaciones: Hipersensibilidad a los componentes de la planta. Embarazo y lactancia.

Nivel Significativo: 12%.

Índice de Valor de Uso: 10%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Árnica

Nombre científico: *Cnidoscolus aconitifolius* (Mill.) I.M. Johnst.

Familia: Euphorbiaceae

Descripción botánica: Arbusto hasta 6 m de altura. Hojas grandes y con peciolo. Flores pequeñas y blancas, agrupadas en racimos (Iñiguez, 2014).

Forma de uso: Cataplasma e Infusión.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Problemas en articulaciones; inflamaciones, golpes, heridas y fracturas.

Posología indicada tradicionalmente: En un litro de agua, de tres a cinco hojas. Para el caso de las infusiones tomar un pocillo tintero o chocolatero. Tanto para el cataplasma e infusión, aplicar

o consumir las veces que desee en el transcurso del día, hasta observar mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: No se reporta.

Nivel Significativo: 9%.

Índice de Valor de Uso: 4%.

Aprobación del INVIMA: No.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Guanábana

Nombre científico: *Annona muricata* L.

Familia: Annonaceae

Descripción botánica: Árbol hasta 5 m de altura, erecto y ramificado. Hojas brillantes y verdes. Flores amarillo claro. Fruta ovoide espinosa; la pulpa blanca es de sabor dulce ligeramente ácida (García, 1992).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Cogollos.

Uso tradicional: Principalmente problemas cardiovasculares, hipertensión, caída del cabello y cáncer.

Posología **indicada**
tradicionalmente: Tres cogollos en un litro de agua. Tomar tres veces al día, en un pocillo tintero, hasta observar mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: No se reportan.

Nivel Significativo: 15%.

Índice de Valor de Uso: 3%.

Aprobación del INVIMA: No.



Guayaba

Nombre científico: *Psidium guajava* L.

Familia: Myrtaceae

Descripción botánica: Árbol frondoso que puede alcanzar 10 m de altura. Tronco generalmente torcido y muy ramificado. Sus flores son blancas y sus frutos son redondos; un poco achatados en los polos (Escamilla et al., 2015).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Tensión arterial, diarrea, antiinflamatorio, heridas y gripa.

Uso aprobado por el INVIMA: Antidiarreico.

Posología indicada tradicionalmente: Tres cogollos en un litro de agua. Tomar tres veces al día, en un pocillo tintero, hasta ver mejoría.

Precauciones o contraindicaciones:

Hipersensibilidad a los componentes de la planta. Embarazo y lactancia. Menores de 12 años. Obstrucción intestinal, estreñimiento, deposiciones con sangre y diarrea persistente por más de tres días.

Nivel Significativo: 8%.

Índice de Valor de Uso: 5%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Hierba buena o yerbabuena

Nombre científico: *Mentha spicata* L.

Familia: Lamiaceae

Descripción botánica: Hierba hasta 70 cm de altura. Hojas que abrazan el tallo. Flores pequeñas, rosadas o violáceas, agrupadas en densas inflorescencias terminales solitarias (Resquín et al., 2011).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Hojas y tallo.

Uso tradicional: Molestias del sistema digestivo (dolor de estómago, cólicos, vómito y diarrea) y otros (fiebre, resfriados, dolor menstrual, hipertensión, nervios, malestar general, sistema circulatorio y dolor de cabeza).

Posología **indicada**
tradicionalmente: Tres cogollos en un litro de agua. Consumir tres veces al día, en pocillo tintero, hasta ver mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Antiflatulento y antiespasmódico.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo, lactancia y menores de 12 años. Pacientes con gastritis, úlceras gastroduodenales, síndrome del intestino irritable, colitis ulcerosa y enfermedad de Crohn.

Nivel Significativo: 27%.

Índice de Valor de Uso: 14%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Hierba mora o yerbamora

Nombre científico: *Solanum americanum* Mill.

Familia: Solanaceae

Descripción botánica: Hierba hasta 1 m de altura. Hojas ovadas. Flores blancas, pequeñas y agrupadas. El fruto es una baya negro al madurar (Tramil, 2017).

Forma de uso: Cataplasma e infusiones.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Molestias del sistema digestivo (inflamaciones y gastritis) y problemas en la piel (heridas, llagas y golpes), malestar general y tumores, entre otros.

Posología **indicada**
tradicionalmente: De dos a tres cogollos en un litro de agua. Tomar tres veces al día, en un pocillo tintero, hasta ver mejoría.

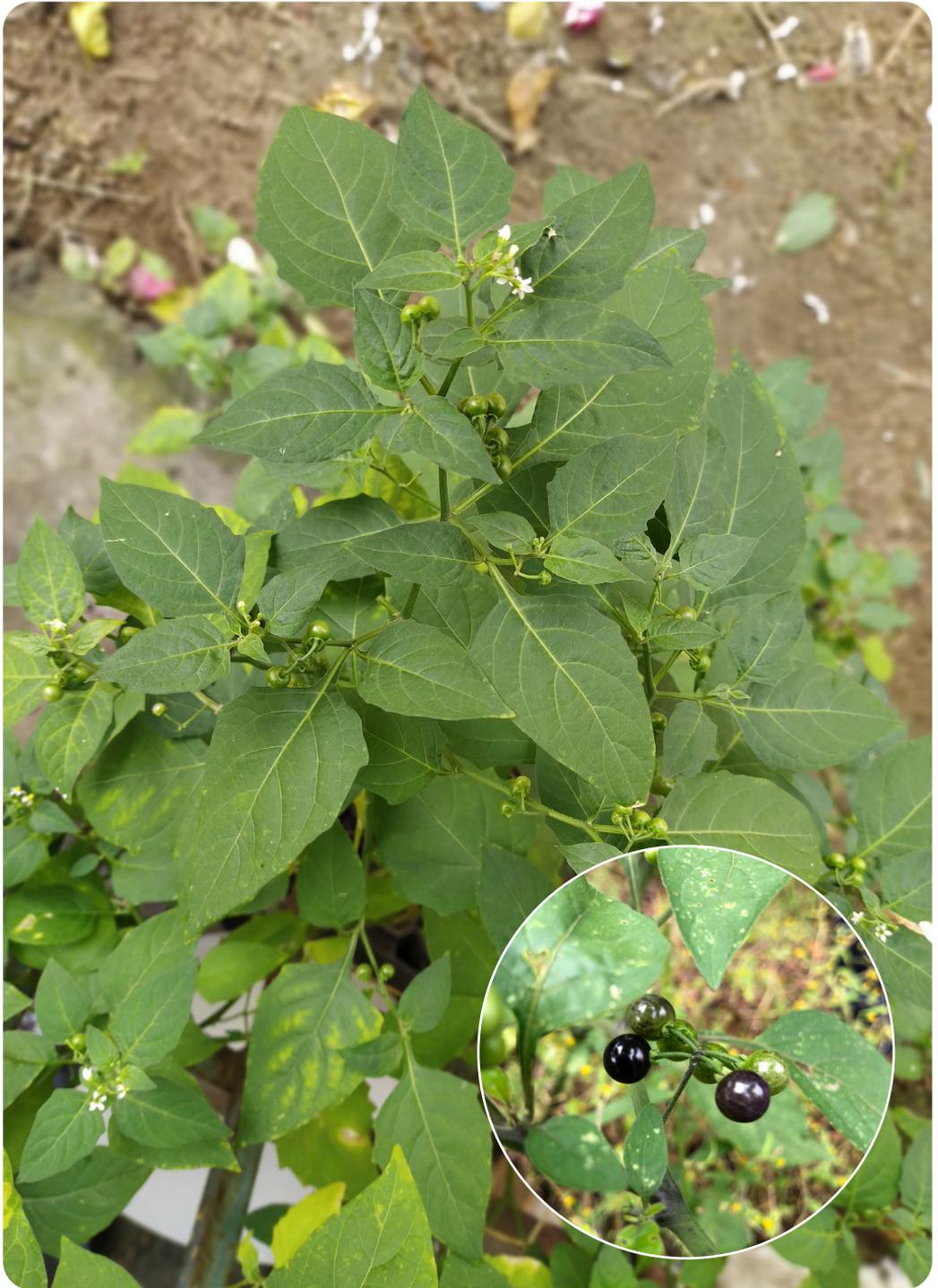
Uso aprobado por el INVIMA: Únicamente de uso externo. Coadyuvante en el tratamiento de las inflamaciones cutáneas.

Precauciones o contraindicaciones: Hipersensibilidad a los componentes de la planta.

Nivel Significativo: 22%.

Índice de Valor de Uso: 7%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Jengibre

Nombre científico: *Zingiber officinale* Roscoe

Familia: Zingiberaceae

Descripción botánica: Hierba hasta 90 cm. Hojas que abrazan el tallo. Con espigas florales. Su fruto es en forma de cápsula (Tramil, 2017).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Rizoma.

Uso tradicional: Problemas respiratorios e infecciones (tos, gripa, inflamaciones, resfriado y fiebre), cáncer y parásitos.

Uso aprobado por el INVIMA: Tratamiento de la cinetosis. Antiemético. Antiflatulento. Expectorante, coadyuvante en el tratamiento de la tos.

Posología indicada tradicionalmente: Un trozo de 10cm en un litro de agua. Consumir una vez al día (en las noches), hasta ver mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: Hipersensibilidad a los componentes de la planta. Lactancia. Niños menores de 3 años, úlcera péptica y gastritis. Supervisión médica en embarazo y cálculos biliares.

Nivel Significativo: 8%.

Índice de Valor de Uso: 7%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Limón mandarina

Nombre científico: *Citrus x limonia* (L) Osbeck

Familia: Rutaceae

Descripción botánica: Árbol de 8 m de altura. Hojas verdes y lisas. Flor blanca. Fruto redondo u ovalado con concha brillante lisa a ligeramente rugosa, de color verde, amarillento y anaranjada; con algunas pintas café. Semillas pequeñas (Peña, 2018).

Forma de uso: Zumo.

Parte usada: Fruto.

Uso tradicional: Problemas digestivos y cardiovasculares (diarrea, flatulencia, dolor de estómago, colesterol, hipertensión, hígado, colón y circulación), gripa, tos, riñones, hígado y cálculos.

Posología **indicada tradicionalmente:** Entre uno a tres limones, consumir el zumo una vez al día, hasta ver mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: No se reporta.

Nivel Significativo: 13%.

Índice de Valor de Uso: 13%.

Aprobación del INVIMA: No.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Limonaria, limoncillo o malojillo

Nombre científico: *Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf

Familia: Poaceae

Descripción botánica: Hierba de 1 a 2 m, formando densos macollos. Hojas estrechadas hacia ambos extremos. Con Inflorescencia en forma de espiga (Tramil, 2017).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Hojas y tallo.

Uso tradicional: Problemas asociados a nervios y síntomas emocionales (estrés y ansiedad); dolor de cabeza, gripa y fiebre.

Posología indicada tradicionalmente: De cinco a seis hojas en un litro de agua. Tomar dos veces al día (mañana y noche), en un pocillo tintero, hasta ver mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Coadyuvante en el tratamiento de dispepsias, trastornos espásticos, distensión abdominal por gases y antiflatulento. Estimulante digestivo.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo y lactancia. Menores de 3 años.

Nivel Significativo: 28%.

Índice de Valor de Uso: 6%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Llantén

Nombre científico: *Plantago major* L.

Familia: Plantaginaceae

Descripción botánica: Hierba de 30 a 50 cm de altura, con tallo corto. Hojas ovadas y verdes. Presenta inflorescencia con densas flores. Su fruto tiene forma de cápsula (Tramil, 2017).

Forma de uso: Infusión y cataplasma.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Molestias del sistema digestivo (gastritis y úlceras) y otros como tumores, inflamaciones, hígado, golpes, heridas, limpiar los ojos, gripa y malestar general.

Posología indicada tradicionalmente: De dos a tres hojas en un litro de agua. Cuando se realice infusión, se bebe un pocillo tintero. Tanto la infusión como el

cataplasma se consume, o aplica, tres veces al día, hasta ver mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Cicatrizante y antiinflamatorio de uso tópico.

Precauciones o contraindicaciones: Hipersensibilidad a los componentes de las plantas.

Nivel Significativo: 17%.

Índice de Valor de Uso: 10%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Manzanilla

Nombre científico: *Matricaria chamomilla* L

Familia: Asteraceae

Descripción botánica: Hierba de 60 cm de altura. Hojas alternas, segmentadas y lineales. Flores amarillas reunidas en capítulos redondeados de lígulas blancas, tridentadas en el ápice, solitarias terminales. Fruto aquenio seco (Fonnegra y Jiménez, 1999).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Flor.

Uso tradicional: Problemas asociados a síntomas emocionales (dolor de parto, estrés y nervios); además, cistitis, gripa, dolor de estómago, cólicos, hidronefrosis y malestar general.

Uso aprobado por el INVIMA: Coadyuvante en procesos inflamatorios y en

trastornos espásticos del tracto gastrointestinal.

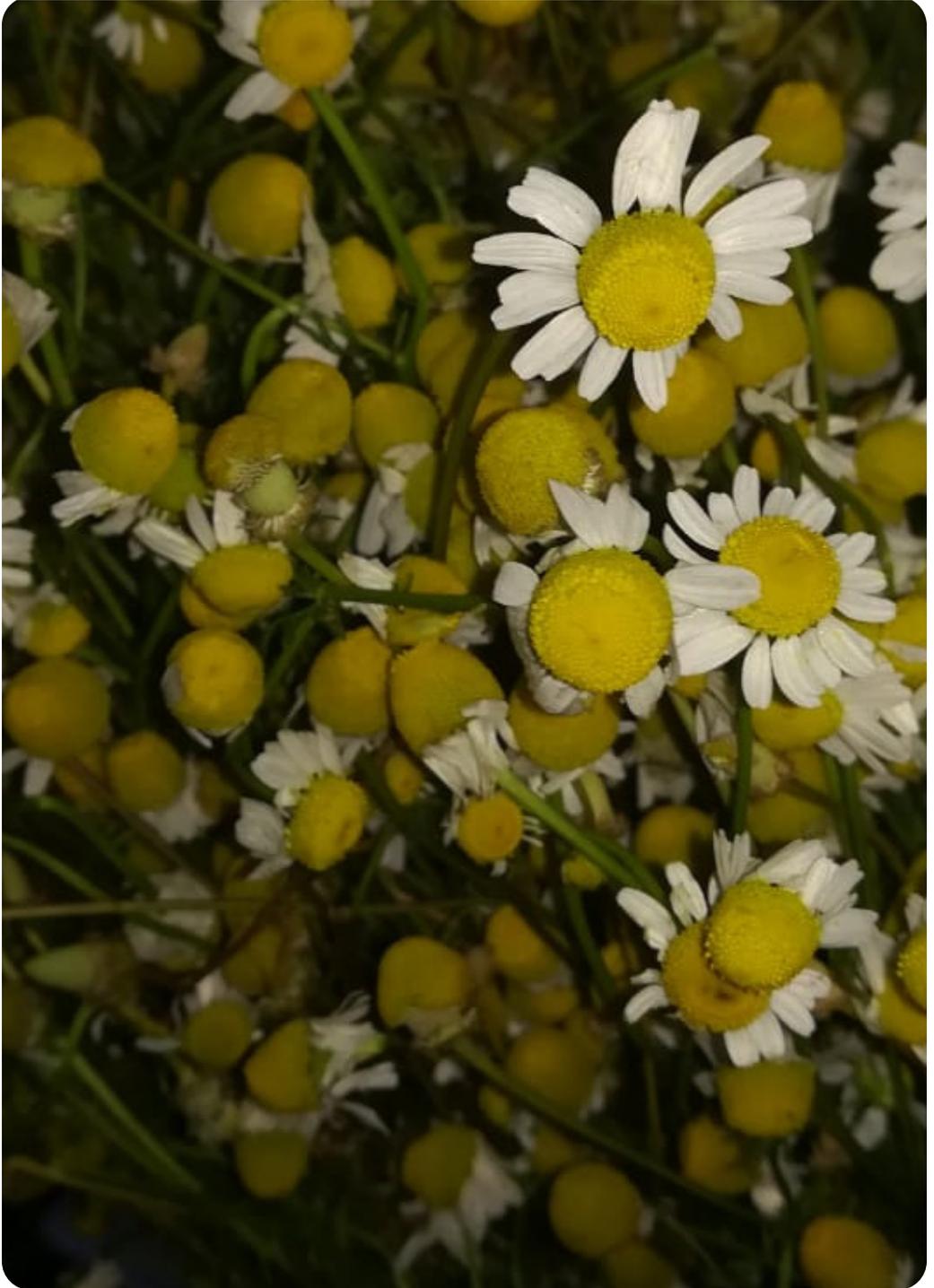
Posología indicada tradicionalmente: Hasta cinco flores en un litro de agua. Tomar las veces que desee en el día, en un pocillo tintero, hasta ver mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo y lactancia. Menores de 3 años. Dispepsias hipersecretoras. Puede causar fotosensibilidad. Tratamiento máximo de dos semanas.

Nivel Significativo: 11%.

Índice de Valor de Uso: 11%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Matarratón

Nombre científico: *Gliricidia sepium* (Jacq.) Kunth ex Walp

Familia: Fabaceae

Descripción botánica: Árbol de 10 hasta 15 m, bien ramificado. Hojas compuestas, alternas y lisas. Flores agrupadas en racimos cortos de color violeta. Fruto aplanado y semillas comprimidas (García, 1992).

Forma de uso: Machacado.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Problemas en vías respiratorias e infecciones (sistema inmunológico, paludismo, fiebre y resfriado); golpes, viruela, malestar general y sarampión.

Posología **indicada tradicionalmente:** Tomar el zumo de un puñado de hojas, dos veces al día (mañana y tarde), hasta observar mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Diurético.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo y lactancia. Utilizar con precaución en casos de hipertensión. Puede causar fotosensibilidad.

Nivel Significativo: 11%.

Índice de Valor de Uso: 8%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Mejorana

Nombre científico: *Origanum majorana* L.

Familia: Lamiaceae

Descripción botánica: Hierba hasta 60 cm de altura. Tallos cuadrangulares pubescentes. Hojas opuestas y ovaladas enteras. Flores blancas o rosado pálido reunidas en racimos terminales y axilares. Fruto con una sola semilla (Fonnegra y Jiménez, 1999).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Problemas asociados a síntomas emocionales (estrés, ansiedad y nervios). También gripa, fiebre, hipertensión, dolor de estómago, taticardia, tos y malestar general.

Posología indicada tradicionalmente: Tres cogollos en un litro de agua. Tomar tres veces al

día, en un pocillo tintero, hasta ver mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Antiespasmódico y carminativo.

Precauciones o contraindicaciones: Hipersensibilidad a los componentes de la planta. Embarazo y lactancia. Íleo paralítico (oclusión intestinal). Puede producir broncoespasmo.

Nivel Significativo: 17%.

Índice de Valor de Uso: 10%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA

Ortiga o pringa moza

Nombre científico: *Urtica baccifera* (L.) Gaudich. ex Wedd.

Familia: Urticaceae

Descripción botánica: Arbusto de tallo robusto con fuertes agujones agudos. Hojas verdes; ovoides y con pelos urticantes. Presenta inflorescencia con flores de color blanco a rosado. Fruto baya rosada o blanca (López, 2017).

Forma de uso: Infusión y cataplasma.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Problemas de reumatismo, alergia, golpes, paludismo, dolor de cintura, cálculos en los riñones y heridas.

Posología indicada tradicionalmente: Tres hojas en un litro de agua. Para el caso de las infusiones tomar lo de un pocillo tintero. Tanto en los cataplasmas como en las infusiones, aplicar o

consumir, dos veces al día, hasta observar mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: No se reporta.

Nivel Significativo: 10%.

Índice de Valor de Uso: 7%.

Aprobación del INVIMA: No.



Paico o pasota

Nombre científico: *Chenopodium ambrosioides* L.

Familia: Amaranthaceae

Descripción botánica: Hierba anual o perenne, erguida, de aproximadamente 1.5 m. Hojas alargadas. Inflorescencia en espiga. Fruto pequeño, con semillas negras (Tramil, 2017).

Forma de uso: Machacado.

Parte usada: Hojas.

Uso tradicional: Exclusivamente problemas digestivos (parásitos).

Posología indicada tradicionalmente: Consumir el zumo de tres cogollos, una vez al día (en ayunas), por tres días.

Uso aprobado por el INVIMA: Cicatrizante y antiinflamatorio de uso tópico.

Precauciones o contraindicaciones: No se reporta.

Nivel Significativo: 15%.

Índice de Valor de Uso: 1%.

Aprobación del INVIMA: No.



Pericón

Nombre científico: *Capraria biflora* L.

Familia: Scrophulariaceae

Descripción botánica: Hierba de 1 m de alto., con hojas alternas. Inflorescencia en racimo que nacen entre las hojas, con flores blancas. Frutos elipsoides (Universidad Nacional de Colombia, 2012).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Cogollos.

Uso tradicional: Molestias del sistema digestivo (diarrea, dolor de estómago, flatulencia, parásitos, colon y vómito).

Posología **indicada tradicionalmente:** Tres cogollos en un litro de agua. Tomar un pocillo tintero, tres veces al día, hasta ver mejoría.

Precauciones o contraindicaciones: No se reporta.

Nivel Significativo: 45%.

Índice de Valor de Uso: 6%.

Aprobación del INVIMA: No.



Sábila

Nombre científico: *Aloe vera* (L.) Burm. f.

Familia: Asphodelaceae

Descripción botánica: Planta herbácea de tallo corto, hasta 50 cm de altura. Hojas espinoso-dentadas, con inflorescencia en racimo (flores amarillas). Fruto con apariencia de cápsula, semillas negras (Tramil, 2017).

Forma de uso: Directo (pelar y consumir).

Parte usada: Hoja.

Uso tradicional: Problemas asociados al sistema digestivo (gastritis, úlceras y colon), y la piel (acné, herpes zóster, granos, golpes, heridas y llagas) y otros como cáncer, asma, sistema circulatorio, gripa, tumores, cálculos en los riñones, sistema inmunológico colesterol y triglicéridos.

Posología indicada tradicionalmente: De una a media penca, consumir dos veces al día (mañana y tarde) hasta ver mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Laxante. Estreñimiento ocasional y afecciones en las cuales se requiera una fácil evacuación intestinal con heces blandas.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo y lactancia. Niños menores de 12 años. Estreñimiento crónico. Obstrucción biliar. Daño renal.

Nivel Significativo: 50%.

Índice de Valor de Uso: 27%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Sauco o sabuco

Nombre científico: *Sambucus nigra* L.

Familia: Adoxaceae

Descripción botánica: Árbol de 10 m de altura. Ramas retorcidas. Hojas opuestas y compuestas. Con inflorescencia en panícula, flores blanco amarillentas. Su fruto es una baya jugosa, que al madurar toma un color negro (Fonnegra y Jiménez, 1999).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Flores.

Uso tradicional: Problemas en vías respiratorias e infecciones (gripa, tos, asma y fiebre), dolor de cabeza, golpes, heridas y malestar general.

Posología **indicada**
tradicionalmente: Una inflorescencia en un litro de agua. Consumir en un pocillo tintero, tres

veces al día, hasta observar mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Expectorante, laxante y coadyuvante en el tratamiento del estreñimiento.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo y lactancia. Estados inflamatorios u obstructivos del tracto digestivo. Obstrucción biliar.

Nivel Significativo: 11%.

Índice de Valor de Uso: 8%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



Toronjil

Nombre científico: *Melissa officinalis* L.

Familia: Lamiaceae

Descripción botánica: Hierba hasta 80 cm de altura, pubescente. Tallos cuadrangulares. Hojas ovaladas o acorazonadas. Flores blanco rosado o azulado reunidas en racimos axilares. Fruto en cápsula (Fonnegra y Jiménez, 1999).

Forma de uso: Infusión.

Parte usada: Cogollos.

Uso tradicional: Problemas del sistema cardiovascular, dolores menstruales, fiebre, nervios y gripa.

Posología **indicada tradicionalmente:** Tres cogollos en un litro de agua. Consumir las veces que desee en el día, hasta observar mejoría.

Uso aprobado por el INVIMA: Sedante, coadyuvante en el tratamiento de la ansiedad y trastornos del sueño de origen nervioso.

Precauciones o contraindicaciones: Embarazo y lactancia. Administrar con precaución en personas que requieran ánimo vigilante.

Nivel Significativo: 14%.

Índice de Valor de Uso: 5%.

Aprobación del INVIMA: Sí.



PLANTAS MEDICINALES DE ARAUCA



ETNOBOTÁNICA

Del total de especies reportadas por los adultos mayores de Arauca, el 35% (38 especies) se encuentran aprobadas por el Invima. Es importante señalar que, de las cinco especies con mayor nivel de significancia para esta comunidad, *C. biflora* no está registrada por el Invima como planta medicinal..

La información relacionada con las especies, formas de uso, la aprobación por el INVIMA y otros datos obtenidos de las encuestas aplicadas a la población objeto, se presentan en las páginas siguientes (Tabla 2).

Tabla 2. Listado de plantas medicinales reportadas por adultos mayores en el municipio de Arauca.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Acanthaceae		<i>Hypoestes phyllostachya</i> Baker	Hojas sangre	NO	1	0,01	1	1,04	Cólicos.
	2	<i>Justicia secunda</i> Vahl	Sangría	NO	4	0,04	4	4,17	Sistema inmunológico, malestar general, heridas y dolores menstruales.
Adoxaceae	1	<i>Sambucus nigra</i> L.	Sauco o sabuco	SI	8	0,08	11	11,46	Fiebre, dolor de cabeza, golpes, heridas, gripa, malestar general, tos y asma.
Amaranthaceae		<i>Alternanthera brasiliana</i> (L.) Kuntze	Penicilina	NO	2	0,02	1	1,04	Inflamaciones y heridas.
	3	<i>Beta vulgaris</i> L.	Remolacha	NO	1	0,01	1	1,04	Diarrea
		<i>Chenopodium ambrosioides</i> L.	Faico o pasota	NO	1	0,01	15	15,63	Parásitos
Amaryllidaceae		<i>Allium cepa</i> L.	Cebolla cabezona	SI	1	0,01	1	1,04	Amibiasis.
	2	<i>Allium sativum</i> L.	Ajo	SI	4	0,04	10	10,42	Parásitos, sistema inmunológico, colesterol y triglicéridos.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Anacardiaceae	2	<i>Anacardium occidentale</i> L.	Marañón o merey	SI	4	0,04	7	7,29	Diabetes, hipertensión, triglicéridos y gripa.
		<i>Mangifera indica</i> L.	Mango	NO	7	0,07	9	9,38	Diarrea, sistema inmunológico, dolor de huesos, diabetes, dolor de estómago, tos y gripa.
Annaceae	1	<i>Annona muricata</i> L.	Guanábana	NO	3	0,03	15	15,63	Caída del cabello, hipertensión y cáncer.
Apiaceae	4	<i>Coriandrum sativum</i> L.	Cilantro	NO	2	0,02	2	2,08	Parásitos y taquicardia.
		<i>Daucus carota</i> L.	Zanahoria	SI	1	0,01	1	1,04	Limpiar los ojos.
		<i>Eryngium foetidum</i> L.	Cimarrón o cilantro	NO	4	0,04	5	5,21	Tos, hipertensión, gripa y hepatitis.
		<i>Petroselinum crispum</i> (Mill.) Fuss	Perejil	SI	1	0,01	1	1,04	Nervios
Apocynaceae	1	<i>Catharanthus roseus</i> (L.) G. Don	Caraqueña	NO	7	0,07	8	8,33	Fiebre, dengue, sistema inmunológico, malestar general, hipertensión, diabetes y limpiar los ojos.

ETNOBOTÁNICA

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Arceaceae	1	<i>Cocos nucifera</i> L.	Coco	NO	2	0,02	3	3,13	Cálculos en los riñones y sistemas inmunológico.
	1	<i>Cordyline fruticosa</i> (L.) A. Chev.	Espada de bolívar	NO	1	0,01	1	1,04	Limpiar el sistema urinario.
Asphodelaceae	1	<i>Aloe vera</i> (L.) Burm. f.	Sábila	SI	26	0,27	48	50	Limpiar sistema digestivo, cáncer, acné, quistes en los ovarios, gastritis, asma, limpiar la piel, tos, sistema circulatorio, gripa, colón, herpes zóster, colesterol, malestar general, triglicéridos, dolor de estómago, granos, tumores, golpes, cálculos en los riñones, parásitos, heridas, limpiar pulmones, llagas, limpiar la sangre y sistema inmunológico.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
		<i>Ambrosia peruviana</i> All.	Altamisa	NO	2	0,02	2	2,08	Dolor de estómago y malestar general.
		<i>Artemisia absinthium</i> L.	Ajenjo	SI	5	0,05	7	7,29	Dolor de estómago, problemas del hígado, Parásitos, tos y cólicos menstruales.
		<i>Calendula officinalis</i> L.	Caléndula	SI	2	0,02	2	2,08	Inflamaciones y sistema inmunológico.
		<i>Galinsoga parviflora</i> Cav.	Guasca	NO	1	0,01	1	1,04	Higado.
		<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Manzanilla	SI	11	0,11	11	11,46	Cistitis, relajar, dolor de parto, gripa, estrés, dolor de estómago, cólicos, hidronefrosis, colón, malestar general y nervios.
		<i>Mikania cordifolia</i> (L. f.) Willd.	Guaco o chupadera	NO	5	0,05	5	5,21	Paludismo, artritis, nervios, mordedura de serpientes y limpiar la sangre.
		<i>Smallanthus sonchifolius</i> (Poepp) H. Rob.	Yacón	NO	1	0,01	1	1,04	Diabetes.

7

Asteraceae

ETNOBOTÁNICA

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Balsaminaceae	1	<i>Impatiens balsamina</i> L.	Caracucho	NO	1	0,01	1	1,04	Gripa.
Basellaceae	1	<i>Basella alba</i> L.	Espinaca malabar	NO	1	0,01	1	1,04	S i s t e m a inmunológico.
Bignoniaceae		<i>Crescentia cujete</i> L.	Totumo	SI	2	0,02	2	2,08	Próstata y apéndice.
	3	<i>Tabebuia chrysantha</i> (Jacq.) G. Nicholson	Flor Amarillo o araguaney	NO	2	0,02	2	2,08	Cáncer y dolor de riñones.
		<i>Tabebuia rosea</i> (Bertol.) DC.	Apamate, guayacán morado o clavellino	NO	2	0,02	2	2,08	Próstata y anemia.
Bixaceae	1	<i>Bixa orellana</i> L.	Achiote u onoto	SI	3	0,03	2	2,08	Hipertensión, sistema inmunológico, amigdalitis.
Brassicaceae	1	<i>Nasturtium officinale</i> W.T. Aiton	Berro	NO	1	0,01	1	1,04	Dolor en riñones.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Cactaceae		<i>Epiphyllum phyllanthus</i> (L.) Haw.	Calaguala	NO	1	0,01	1	1,04	Limpiar los riñones.
	3	<i>Opuntia ficus-indica</i> (L.) Mill.	Tuna	NO	4	0,04	3	3,43	Tos, ovaritis, limpiar pulmones y dolores musculares.
		<i>Selenicereus megalanthus</i> (K. Schum. ex Vaupel) Moran	Pitaya	NO	1	0,01	1	1,04	Próstata
Cannabaceae	1	<i>Cannabis sativa</i> L.	Marihuana	NO	2	0,02	2	2,08	Malestar general y dolores musculares.
Caprifoliaceae	1	<i>Valeriana officinalis</i> L.	Valeriana	SI	1	0,01	3	3,43	Nervios.
Celastraceae	1	<i>Maytenus laevis</i> Reissek	Chuchuhuaza	SI	1	0,01	1	1,04	Artritis.

ETNOBOTÁNICA

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Clusiaceae	1	<i>Garcinia madruno</i> (Kunth) Hammel	Madroño	NO	1	0,01	1	1,04	Diabetes.
	1	<i>Terminalia catappa</i> L.	Almendro	NO	3	0,03	4	4,17	Hipertensión, colesterol y triglicéridos.
Commelinaceae	1	<i>Zebrina pendula</i> Schnizl.	Cucaracha	NO	1	0,01	1	1,04	Diabetes.
Costaceae	1	<i>Hellenia speciosa</i> (J. Koenig) Govaerts	Caña agria	SI	1	0,01	1	1,04	Próstata.
Crassulaceae		<i>Kalanchoe pinnata</i> (Lam.) Pers.	Colombiana o siempre viva	NO	1	0,01	1	1,04	Dolor de cabeza.
	2	<i>Kalanchoe pinnarhei</i> Raym.-Hamet & H. Perrier	Lengua de vaca o lengua de suegra	NO	5	0,05	5	5,21	Dolor de cintura, limpiar la sangre, hepatitis, cáncer y quistes.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Cucurbitaceae	2	<i>Cucumis anguria</i> L.	Pepino monte	NO	1	0,01	1	1,04	Fiebre.
		<i>Momordica charantia</i> L.	Balsamina	SI	1	0,01	1	1,04	Resfriados.
Euphorbiaceae	6	<i>Cnidioscolus aconitifolius</i> (Mill.) I.M. Johnst.	Árnica	NO	4	0,04	9	9,38	G o l p e s , Inflamaciones, heridas y huesos partidos.
		<i>Cnidioscolus chayamansa</i> McVaugh	Mano poderosa o chaya	NO	2	0,02	2	2,08	Diabetes y sistema circulatorio.
		<i>Croton lechleri</i> Mull. Arg.	Drago	SI	3	0,03	2	2,08	Inflamaciones, heridas y amigdalitis.
Euphorbiaceae		<i>Jatropha curcas</i> L.	Piñón	NO	2	0,02	3	3,13	Golpes inflamaciones. e
		<i>Jatropha gossypifolia</i> L.	Tua-Tua	NO	1	0,01	1	1,04	Inflamación.
		<i>Manihot esculenta</i> Crantz	Yuca	NO	4	0,04	3	3,13	Heridas, granos, limpiar vesícula y diarrea.

Familia	Nº	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Fabaceae	6	<i>Gliricidia septium</i> (Jacq.) Kunth ex Walp.	Matarratón	SI	8	0,08	11	11,46	Sistema inmunológico, golpes, paludismo, viruela, fiebre, malestar general, resfriado y sarampión.
		<i>Mimosa pudica</i> L.	Dormidera	NO	1	0,01	1	1,04	Dolor dental.
		<i>Senna alata</i> (L.) Roxb.	Mucuteno	NO	2	0,02	1	1,04	Hepatitis y desintoxicar el hígado.
		<i>Senna alexandrina</i> Mill.	Sen	SI	1	0,01	1	1,04	Colón.
		<i>Senna occidentalis</i> (L.) Link	Brusca	SI	1	0,01	1	1,04	Próstata.
		<i>Tamarindus indica</i> L.	Tamarindo	NO	2	0,02	2	2,08	Parásitos y colón.
Lamiaceae	10	<i>Melissa officinalis</i> L.	Toronjil	SI	5	0,05	14	14,58	Fiebre, nervios, sistema cardiovascular, dolores menstruales y gripa.
		<i>Mentha pulegium</i> L.	Poleo o menta poleo	NO	10	0,1	13	13,54	Dolor dental, fiebre, parásitos, gripa, sistema inmunológico, cistitis, diarrea, dolor de estómago, malestar general y resfriados.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
		<i>Mentha spicata</i> L.	Hierba buena o yerbabuena	SI	14	0,15	26	27,08	Dolor de estómago, cólicos, dolor de cabeza, fiebre, resfríos, vómito, diarrea, dolor menstrual, hipertensión, nervios, relajar, sistema digestivo, malestar general y sistema circulatorio.
Lamiaceae	10	<i>Ocimum basilicum</i> L.	Albahaca	SI	10	0,1	12	12,5	Sistema cardiovascular, Estrés, fiebre, dolor de estómago, nervios, relajante, cólicos menstruales, gripa, hipertensión y tos.
		<i>Origanum majorana</i> L.	Mejorana	SI	10	0,1	17	17,71	Gripa, fiebre, hipertensión, dolor de estómago, estrés, ansiedad, nervios, taquicardia, tos y malestar general.
		<i>Origanum vulgare</i> L.	Orégano sabanero	SI	1	0,01	1	1,04	Gripa.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Lamiaceae	10	<i>Plectranthus amboinicus</i> (Lour.) Spreng.	Orégano hoja grande u oreganon	NO	4	0,04	7	7,29	Tos, limpiar los ojos, gripa y dolor de oído.
		<i>Plectranthus hadiensis</i> (Forssk.) Schweinf. ex Sprenger	Vaporub	NO	2	0,02	2	2,08	Gripa y fiebre.
		<i>Plectranthus ornatus</i> Codd	Acetaminofén	NO	2	0,02	7	7,29	Fiebre y gripa.
Lauraceae	1	<i>Vitex orinocensis</i> Kunth	Guarataro	NO	1	0,01	1	1,04	Sinusitis.
		<i>Cinnamomum verum</i> J. Presl	Canela	SI	1	0,01	1	1,04	Diarrea.
Loranthaceae	1	<i>Plathirusa pyrjolia</i> (Kunth) Eichler	Pajarito	NO	2	0,02	2	2,08	Inflamaciones hipertensión. e
Malvaceae	2	<i>Guazuma ulmifolia</i> Lam.	Guásimo	NO	1	0,01	1	1,04	Diarrea.
		<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> L.	Amapola o cayena	NO	5	0,05	2	2,08	Granos, mezquinos, heridas, quemadura y caída del cabello.
Moraceae	1	<i>Ficus maxima</i> Mill.	Higuerón	NO	1	0,01	1	1,04	Parásitos.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Moringaceae	1	<i>Moringa oleifera</i> Lam.	Moringa	NO	6	0,06	7	7,29	Tuberculosis, colesterol, cáncer, malestar general, dolor de huesos y diabetes.
Musaceae	1	<i>Musa sapientum</i> L.	Banano	NO	1	0,01	1	1,04	Dolor muscular.
Myrtaceae	2	<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	Eucalipto	SI	3	0,03	3	3,13	S i s t e m a inmunológico, diabetes y fiebre.
		<i>Psidium guajava</i> L.	Guayabo	SI	5	0,05	8	8,33	D i a r r e a , inflamaciones, heridas, gripa e hipertensión.
Passifloraceae	1	<i>Passiflora quadrangularis</i> L.	Badea	NO	1	0,01	1	1,04	Hipertensión.
Petiveriaceae	1	<i>Petiveria alliacea</i> L.	Anamú	SI	4	0,04	4	4,17	Cáncer, próstata, gripa y dolor muscular.
Piperaceae	2	<i>Peperomia pellucida</i> (L.) Kunth	Palitaria	NO	1	0,01	1	1,04	Higado.
		<i>Piper aduncum</i> L.	Cordoncillo	NO	1	0,01	1	1,04	Inflamaciones.

ETNOBOTÁNICA

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Plantaginaceae	1	<i>Plantago major</i> L.	Liantén	SI	10	0,1	17	17,71	Tumores, inflamaciones, hígado, golpes, heridas, limpiar los ojos, gripa, gastritis, úlceras y malestar general.
Poaceae	1	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf	Limonaria, limoncillo o malojillo	SI	6	0,06	27	28,13	Dolor de cabeza, fiebre, nervios, estrés, gripa, relajante.
Pontederiaceae	1	<i>Eichhornia crassipes</i> (Mart.) Solms	Lirio o lirio acuático	NO	2	0,02	1	1,04	Colesterol y triglicéridos.
Portulacaceae	1	<i>Portulaca oleracea</i> L.	Verdolaga	NO	5	0,05	4	4,17	Próstata, hígado, diarrea, dolor dental y sistema cardiovascular.
Rosaceae	1	<i>Rubus glaucus</i> Benth.	Mora	NO	1	0,01	1	1,04	Anemia

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Rubiaceae	2	<i>Cinchona officinalis</i> L.	Quina	NO	2	0,02	2	2,08	Fiebre y artritis
		<i>Morinda citrifolia</i> L.	Noni	NO	2	0,02	2	2,08	Cálculos en los riñones y hemorragia vaginal.
Rubiaceae	7	<i>Citrus × aurantiifolia</i> (Christm.) Swingle	Limón criollo	NO	2	0,02	2	2,08	Cálculos y gripa.
		<i>Citrus aurantium</i> L.	Naranja agria	SI	2	0,02	2	2,08	Cálculos en los riñones e hipertensión. Diarrea, flatulencia, dolor de estómago, colesterol, hipertensión, hígado, riñones, colón, cálculos, gripa, tos, circulación de la sangre y limpiar la sangre.
Rutaceae		<i>Citrus × limonia</i> (L.) Osbeck	Limón mandarino	NO	13	0,14	13	13,54	Hipertensión y sistema inmunológico.
		<i>Citrus × sinensis</i> (L.) Osbeck	Naranja	NO	2	0,02	1	1,04	Hipertensión.
		<i>Citrus reticulata</i> Blanco	Mandarina	SI	1	0,01	2	2,08	Dolor dental
		<i>Murraya paniculata</i> (L.) Jack	Mirto	NO	1	0,01	1	1,04	Dolor de estómago, malestar general, cólicos y sistema inmunológico.
		<i>Ruta graveolens</i> L.	Ruda	SI	4	0,04	7	7,29	

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Sapindaceae	1	<i>Melicoccus bijugatus</i> Jacq.	Mamón	NO	1	0,01	1	1,04	Diabetes.
Sapotaceae	1	<i>Pouteria caimito</i> (Ruiz & Pav.) Radlk.	Caimito	NO	1	0,01	1	1,04	Próstata.
Scrophulariaceae	1	<i>Capraria biflora</i> L.	Pericón	NO	6	0,06	44	45,83	Diarrea, dolor de estómago, flatulencia, parásitos, colón y vomito.
Smilacaceae	1	<i>Smilax domingensis</i> Willd.	Zarzaparrilla	NO	2	0,02	1	1,04	Anemia e hígado.
Solanaceae	2	<i>Nicotiana tabacum</i> L. <i>Solanum americanum</i> Mill.	Tabaco Hierba mora o yerbamora	NO SI	1 7	0,01 0,07	1 22	1,04 22,92	Flatulencia. Inflamaciones, heridas, malestar general, golpes, gastritis, tumores y llagas.

Familia	N°	Nombre científico	Nombre común	Aprobada	Usos	IVU	Citas	UST	Uso tradicional
Theaceae	1	<i>Camellia sinensis</i> (L.) Kuntze	Té verde	SI	3	0,03	2	2,08	Corazón, estrés y dolor de estómago.
Urticaceae	2	<i>Cecropia peltata</i> L.	Yarumo o ya-grumo	NO	4	0,04	1	1,04	Limpiar pulmones, diabetes, hemorroides e hipertensión.
Verbenaceae	1	<i>Urera baccifera</i> (L.) Gaudich. ex Wedd.	Ortiga o pringamoza	NO	7	0,07	10	10,42	Reumatismo, alergia, golpes, paludismo, dolor de cintura, cálculos en los riñones y heridas.
Verbenaceae	1	<i>Lippia alba</i> (Mill.) N.E. Br. ex Britton & P. Wilson	Pronto alivio	SI	6	0,06	4	4,17	Estrés, nervios, tos, dolor de cabeza, fiebre y espasmos gripales.
Vitaceae	1	<i>Vitis labrusca</i> L.	Uva Isabella	NO	1	0,01	1	1,04	Relajante.
Zingiberaceae	1	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Jengibre	SI	7	0,07	8	8,33	Tos, cáncer, gripa, inflamaciones, parásitos, resfriado y fiebre.



RECOLECCIÓN Y DIVULGACIÓN DE LA INFORMACIÓN

El desarrollo del trabajo investigativo en torno a las plantas medicinales en la comunidad araucana se desarrolló a partir de un diálogo de saberes con los adultos mayores, empleando como punto de encuentro, tanto sus propias viviendas como el Centro Integral de Atención y Capacitación a la Familia (CICAF) del municipio de Arauca.

Los resultados se socializaron en el evento Día Departamental del Llanero, en el cual, se hace reconocimiento a la cultura llanera, a través de la divulgación de conocimientos tradicionales asociados a la flora, la fauna, la cultura y otros saberes. En tal sentido, se distribuyeron entre los asistentes, cartillas y folletos con la información más relevante de la investigación, y se hizo entrega de algunas plantas medicinales.





GLOSARIO

Antiflatulento: Agente que alivia el dolor y las molestias abdominales ocasionadas por la presión de un exceso de gases (Benedí y Romero, 2006).

Antiemético: Agente que previene los vómitos y las náuseas (Oriol-López, 2013).

Ateroesclerosis: Acumulación de colesterol y ésteres de colesterol (lípidos), en las paredes de las arterias (Hernández, 2016).

Antiespasmódico: Agente que previene o interrumpe la contracción dolorosa e involuntaria (espasmos musculares) (Albis, 2014).

Broncoespasmo: Contracción anormal del músculo liso de los bronquios, que resulta en un estrechamiento y obstrucción aguda de las vías respiratorias (Bustos, 2014).

Carminativo: Antiflatulento. Elimina los gases intestinales y del estómago (Fundación Celestina Pérez de Almada y UNESCO, 2001).

Dispepsia: Mala digestión que genera molestia estomacal después de la ingesta de alimentos (Cohen y González, 2009).

Expectorante: Sustancia capaz de incrementar el volumen de las secreciones bronquiales o de estimular los mecanismos para su eliminación, por expulsión o deglución (Espinosa, 2008).

Hiperlipidemia: Enfermedad del sistema circulatorio producida por el

aumento o acumulación de grasa (o lípidos) en la sangre y, que puede ocasionar problemas cardiacos (Pocovi, Mozas y Cía, 2004).

Íleo paralítico: Obstrucción del tracto digestivo (García-Olmo y Lima, 2001).

Profilaxis: Administración pre o perioperatoria de un antibiótico para la prevención de una complicación infecciosa local y/o sistémica y sus correspondientes consecuencias clínicas (Gutiérrez et al., 2005).

Trombocitopenia: Refiere a una disminución del número de plaquetas en la sangre (Campuzano, 2007).

Úlcera gastroduodenal: Pérdida de sustancia a nivel de la mucosa de estómago o de la parte inicial del duodeno (Pierre et al., 2002).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albis, H. (2014). Antiespasmódico. Revista Acta Gastroenterol Latinoam, 44(2), 57-60.
- Benedí, J. & Romero, C. (2006). Antiflatulentos. Revista Farmacia Profesional, 20 (11), 44-47.
- Bustos, N. (2014). Broncoespasmo en Anestesia. Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica, LXXI (611), 421 – 424.
- Campuzano, M. G. (2007). Evaluación del paciente con trombocitopenia. Revista Medicina & Laboratorio, 13, 411-435.
- Cohen, H. & González, N. (2009). Dispepsia. Archivos de Medicina Interna, XXXI (2-3), 69-73.
- DANE. (2017). Proyecciones de población. Recuperado de: <http://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/proyecciones-de-poblacion>.
- Escamilla, P. B. E., Moreno, C.P., Pérez, U. E., Utrera, U. E., Tronco, L. C., Tronco, L.B., Tronco, G.M. & Grupo Mujeres del Vivero de El Piñonal. (2015). Plantas medicinales. Recuperado de http://www.itto.int/files/itto_project_db_input/3000/Technical/Manual%20plantas%20medicinales.pdf.
- Espinosa, E. E. (2008). Antitusivos, expectorantes y mucolíticos. Revista Offarm, 27(11), 44-47.

- Fonnegra, R. & Jiménez, S. (1999). Plantas medicinales aprobadas en Colombia. Medellín, Colombia. Editorial Universidad de Antioquia.
- Fonnegra, R. & Jiménez, S. (2007). Plantas medicinales aprobadas en Colombia. Medellín, Colombia. Editorial Universidad de Antioquia. 2 ed.
- Fundación Celestina Pérez de Almada & UNESCO. (2001). Manual de uso de hierbas medicinales del Uruguay. Recuperado de http://portal.unesco.org/en/file_download.php/c9010dd7f603adeb359ff68830c3c978hierbasmedicinales.pdf.
- García, B. H. (1992). Flora medicinal de Colombia. Bogotá, Colombia. Editorial Library of Congress.
- García-Olmo, D. & Lima, F. (2001). Íleo paralítico postoperatorio. Revista Cirugía Española, 69 (3), 275-280.
- Gobernación de Arauca. (2016). Municipio de Arauca. Recuperado de: <https://www.arauca.gov.co/gobernacion/municipios/municipio-de-arauca>.
- Gutiérrez, J. L., Bagán, J. V., Bascones, A., Llamas, R., Llena, J., Morales, A., Noguerol, B., Planells, P., Prieto, J. & Salmerón, J. I. (2005). Documento de consenso sobre la utilización de profilaxis antibiótica en cirugía y procedimientos dentales. Revista Avances en Odontoestomatología, 22(1), 41-67.
- Hernández, P. Y. Z. (2016). Aterosclerosis y sistema aterométrico. Revista Cubana de Medicina Militar, 45(2), 183-194.
- Iñiguez, V. (2014). Evaluación de la actividad antioxidante e hipoglucemiante de un jarabe de extracto acuoso de hojas de chaya (*Cnidocolus aconitifolius*) libre de glucósidos cianogénicos (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Machala. El Oro, Ecuador.

- INVIMA. (2018). Listado de plantas medicinales aceptadas con fines terapéuticos. Recuperado de <https://www.invima.gov.co/images/pdf/salas-especializadas/productos-naturales/2018/LISTADO-DE-PLANTAS-DICIEMBRE-2018-dic.pdf>.
- Loicq, C. García, G. & López, O. (2007). Los saberes de las mujeres relacionados con las hierbas aromáticas y medicinales y sus aplicaciones en la comarca de sierra mágina. Consultado en agosto 11, 2018, en <http://www.magina.org/biblioteca/publicaciones/plantasmedicinales.pdf>.
- López, G. (2017). Guía medicinal y espiritual de plantas tropicales. Estados Unidos. Editorial Angels Fortune Editions.
- Ministerio de Comercio Industria & Turismo. (2010). Guía turística Arauca Colombia. Recuperado de: <https://ceo.uniandes.edu.co/images/Documentos/Gu%C3%ADa%20tur%C3%ADstica%20Arauca.pdf>.
- Oriol-López, S. A. (2013). Profilaxis y tratamiento de la náusea y vómito postoperatorios. *Revista Mexicana de Anestesiología*, 36 (2), 363-374.
- Pierre, B., Pierre, C., Deltombre- Kopp, Louis- Joseph, L., Bernard, P., Alain, S. & Michel, S. (2002). Tratado de homeopatía. Barcelona, España. Editorial Paidotribo.
- Pocovi, M. M., Mozas A. P. & Cía G. P. (2004). Hiperlipidemias: concepto, clasificación y mecanismo etiopatogénico. *Hiperlipidemias primarias. Revista Medicine*, 9(18), 1089-1104.
- Resquín, G., Degen, R., Rojas, G. & Macchi, G. (2011). Las especies de *Mentha* cultivadas en Paraguay. *Revista Rojasiana*, 10(1), 77-91.
- Ríos, M. Cruz, R. & Mora, A. (2008). Conocimiento tradicional y plantas útiles del Ecuador; saberes y prácticas. Quito: Editorial Ediciones Abya-Yala.

- Roldan, A. (2004). 100 plantas medicinales escogidas: Una guía de plantas de todo el mundo seleccionadas por su valor terapéutico. Madrid, España. Editorial EDAF S.A.
- Santayana, M. Morales, R. Aceituno, L. & Molina, M. (2014). Conocimientos tradicionales relativos a la biodiversidad. Consultado agosto 11, 2017, en <http://www.rjb.csic.es/jardinbotanico/ficheros/documentos/pdf/pubinv/RMV/387-394ILECT.pdf>.
- TRAMIL. (2017). Programa de investigación aplicada a la medicina popular del Caribe. Recuperado de <http://www.tramil.net/es>.
- Tropicos. (2018). Tropicos. Recuperado de <http://www.tropicos.org/Home.aspx>.
- Universidad Nacional de Colombia. (2012). Pericón. *Capraria biflora* – Escrofulariáceas. Recuperado de <http://www.biovirtual.unal.edu.co/nombrescomunes/es/nombrescomunes/detalle/ncientifico/10861/>.

El presente libro no es una guía de automedicación o sustitución de medicamentos. Las recomendaciones aquí mencionadas, corresponden al saber popular de la comunidad araucana; por lo cual, frente a síntomas de enfermedad debe realizarse consulta con un profesional de la salud.

Los autores no se hacen responsables de los problemas que se generen por el uso indebido de la información presentada en esta obra, o por la interpretación errónea que el lector haga de ella; asimismo, no se responsabilizan por los resultados derivados de la información contenida en este libro.





UNIVERSIDAD
DEL QUINDIO

