

CONOCIMIENTO TRADICIONAL DE LAS VENDEDORAS DE PLANTAS MEDICINALES DE LA CIUDAD DE SUCRE-BOLIVIA

TRADITIONAL KNOWLEDGE OF THE MEDICINES OF MEDICINAL PLANTS OF THE CITY OF
SUCRE-BOLIVIA

CHOQUE M. Nadid Noelia¹, SEÑA D. Brisma¹, MEDINACELLI O. Karen Belén¹, FERNANDEZ R. Rashel¹,
CÁRDENAS P. Lizeth Noelia¹, SANCHEZ Paola¹, GUZMÁN T. Dafne Manet¹.

¹ *Universidad Mayor Real Y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca, Facultad de Ciencias Químico
Farmacéuticas, Bioquímicas y Biológicas, Carrera de Bioquímica.
<https://orcid.org/0000-0001-9475-939X>
liz.cardenas1199@gmail.com
Sucre, Bolivia*

Recibido en 10 de octubre de 2019
Aceptado en 27 de octubre de 2019

Resumen

En Bolivia se práctica la medicina tradicional por su alta diversidad cultural y biológica. Las plantas medicinales son comercializadas en Sucre- Bolivia mediante puestos urbanos atendidos por mujeres de origen quechua y castellano el objetivo es saber los conocimientos y usos de las plantas medicinales. La recolección de información fue por medio de entrevistas, con cinco preguntas básicas en los meses de julio-agosto. Se identificó que las señoras que tienen puesto fijo tienen de 90 a 110 especies de plantas medicinales y las señoras ambulantes que en su mayoría se encuentran en el mercado campesino tienen poca variedad de plantas medicinales de 5 a 10 especies, estas ambulantes en su totalidad son de orígenes indígenas es porque ellas siembran y cosechan sus propias plantas que en este caso son plantas con características medicinales en cambio las que tienen puesto fijo, también son las que tienen más años de experiencia traen plantas de La Paz (yungas), Cochabamba ya que estas ciudades producen mayor cantidad de plantas medicinales, también son traídas de los alrededores de sucre como Yotala, Icla, Jatun Mayu, Ravelo y del valle que son exportadas para su venta. Es así que estos recursos genéticos representan oportunidades para impulsar el desarrollo económico, enmarcado dentro la sostenibilidad y equidad social.

Palabras clave: Medicina Tradicional, Remedios Caseros, Medicamentos Naturales, Uso Terapéutico, Medicina Verde.

Abstract

In Bolivia, traditional medicine is practiced because of its high cultural and biological diversity. The medicinal plants are commercialized in Sucre-Bolivia through urban posts served by women of Quechua and Spanish origin. The objective is to know the knowledge and uses of the medicinal plants. The information was collected

through interviews, with five basic questions in the months of July-August. It was identified that the ladies who have a fixed position have 90 to 110 species of medicinal plants and the traveling ladies who are mostly in the peasant market have little variety of medicinal plants of 5 to 10 species, these ambulants in their entirety are of indigenous origins it is because they sow and harvest their own plants that in this case are plants with medicinal characteristics instead those that have a fixed position, they are also those that have more years of experience bring plants from La Paz (yungas), Cochabamba since These cities produce more medicinal plants, they are also brought from the surroundings of Sucre such as Yotala, Icla, Jatun Mayu, Ravelo and the valley that are exported for sale. Thus, these genetic resources represent opportunities to boost economic development, framed within sustainability and social equity.

Key words: Traditional Medicine, Home Remedies, Natural Medicines, Therapist Use, Green Medicine.

Introducción

La medicina tradicional se ha propuesto, desde sus inicios, un abordaje integral a la problemática de la salud al estudiar al hombre como un todo, y en particular un hombre enfermo, reconociendo que el mismo debe ser analizado de conjunto con la enfermedad. De esta manera no solo se interesa por los síntomas físicos del trastorno sino también por el estilo de vida del sujeto, su forma de pensar, sus emociones o intereses, así como sus reacciones de tipo morbo, lo cual es de importancia diagnóstica y terapéutica para la medicina tradicional. (Castellos de los santos et. 2008)

Las diferentes culturas de Bolivia ofrecen variedad de plantas medicinales. Se conoce alrededor de 3.000 especies identificadas, sin embargo, no abarcaron la totalidad de las etnias, ya que estas culturas poseen el mayor conocimiento (Aguirre et. 2006). A pesar del avance de la biomedicina y de las investigaciones científicas en el campo de la salud la práctica de la medicina tradicional se mantiene vigente.

Este conocimiento está sufriendo un proceso de pérdida debido a tanta influencia de la cultura dominante como a cambios ecológicos y ambientales del entorno natural (brodt, 2001; Benz et al 2000, caniago et al 1998; zent et al 2003, ladio et al, 2003 en choque 2010). Es importante recalcar que la O.M.S.

(Organización Mundial de la Salud), reconoce la importancia que tiene las plantas medicinales para los sistemas sanitarios de muchos países en desarrollo (Akerle 1988). A inicios de los años 90 esta organización identifico que el 80% de la población mundial recurre a la medicina tradicional para asistir problemas de salud la cual se basa principalmente en el empleo de plantas medicinales (UICN et al.1993).

El objetivo primordial del siguiente trabajo fue obtener información de primera mano a cerca de la etnobotánica médico y sus usos medicinales que por los pobladores locales confieres a las plantas empleadas en el tratamiento de diversas enfermedades.

El fin de esta investigación es facilitar la comprensión del papel asignado al uso de las plantas medicinales en el tratamiento de enfermedades, y en un futuro desarrollar investigaciones más profundas sobre el potencial etnofarmacológico presentes en las regiones del país.

Marco teórico

Se puede afirmar que el uso de las plantas medicinales nació casi con el hombre. Desde los tiempos prehispánicos hasta el comienzo del siglo XIX, por ensayos y errores que la naturaleza le brindaba para curar sus enfermedades y así mismo para mejorar su

estado de ánimo. Todas las culturas han adquirido un conocimiento de las plantas o de los órganos vegetales usados en la medicina. Los más antiguos escritos, con aproximadamente 6.000 años de antigüedad como descripción de las plantas utilizadas como medicina en su época (plantas medicinales aprobadas en Colombia. Fonnegra Gómez-2017.segunda edición).

La naturaleza nos ofrece sus mejores dones a través de las plantas medicinales, como vemos, son un auténtico tesoro para la salud. Energía solar, agua, sales minerales del suelo y anhídrido carbónico del aire son los pilares fundamentales que las plantas precisan para su forma estructura orgánica; un proceso que se da en las hojas de las plantas gracias a la clorofila. En este pigmento, una materia orgánica viva, encontramos una amplia gama de sustancias que va desde los más simples principios (carbohidratos, grasas y proteínas) hasta importantes vitaminas y minerales, pasando por una variada serie de productos fitonutrientes (taninos, aceites aromáticos alcaloides, etc. Fito terapéuticos (Manual práctico de plantas medicinales. Jaime Rosselló Janice Armit-2017).

Las plantas medicinales son aquellos vegetales que elaboran unos productos llamados principios activos, que son sustancias que ejercen una actividad farmacológica, beneficiosa o perjudicial sobre el organismo vivo. Su utilidad primordial a veces específica, es servir como droga o medicamento que alivia la enfermedad o restablezca la salud perdida. (Plantas Medicinales y aromáticas. Fernando Muñoz 1996).

Para la recolección de las plantas medicinales conviene escoger un día seco y soleado. Recordemos que, por las mañanas, las plantas poseen concentradas al máximo todas sus virtudes medicinales. También la tarde puede

estar bien, siempre que no existe humedad, pues podría perjudicar la cosecha. Los mejores años para recoger hierbas y plantas medicinales son aquellos en los que no has llovido mucho. Merece el equipo necesario, cada cual se proveerá del instrumento más cómodo y adecuado para el tipo de recolección las raíces requieren utensilios para escavar mientras que las hojas y los frutos un buen cuchillo afilado puede ser suficiente (el libro de las yerbas medicinales. Tina Cecchini, Bernardo Ticli-2016).

Hoy en día se conoce bien la composición de las plantas medicinales de forma científica; por eso al analizar su contenido aparece una infinidad de conceptos. Hasta ahora se ha identificado más de 12.000 principios activos de las plantas medicinales más conocidas tenemos la capuchina originaria del Perú.

En Bolivia se tiene como opción importante la medicina tradicional para aliviar sus dolencias que se utiliza en el área rural y periferia de distintas ciudades (barrera 1982. Según Morales et al. 1996 y Beck et al 1999)

Método

Se trata de un estudio cualitativo, con las señoras vendedoras de plantas medicinales. El trabajo fue realizado en los mercados central y campesino de la ciudad de Sucre, provincia Oropeza, realizado entre junio y agosto del año 2019.

Los sujetos de investigación estuvieron conformados por 12 mujeres. Para recolectar los datos, se realizó una entrevista a las señoras en sus puestos de venta, donde se planteó preguntas abiertas, las cuales respondieron las preguntas en su idioma nativo (quechua y/o castellano). Las herramientas que se utilizó para las

entrevistas fue una grabadora, cámara, cuaderno, bolígrafo y movilidad para transportarnos a los mercados.

Resultados

Tiempo que se dedican a la venta de plantas medicinales

El transcurso de los años en que están las señoras en sus puestos de venta. De las doce entrevistas sobre las plantas medicinales que se realizó en la ciudad de Sucre en la zona del mercado central y campesino, dos de las vendedoras llevan un lapso de veinticinco años, tres vendedoras llevan un tiempo de diez a doce años, cinco vendedoras llevan un tiempo de tres a cinco años y dos de las doce vendedoras no se acuerdan o no son dueñas del puesto y no saben cuántos años llevan vendiendo.

Se comprobó que en el mercado campesino existen más vendedoras ambulantes, por tanto, son ellas las que llevan menos tiempo de venta, ya que varía su mercadería y algunas de ellas son del campo y siembran, cosechan las plantas medicinales en cambio las que tienen puestos fijos tienen una extensa variedad de plantas medicinales traídas de La Paz y otros lugares lejanos como también agarran por mayores en el mercado campesino.

Cantidad de plantas medicinales que ofrecen a la venta

De las doce entrevistas, tres de ellas venden una variedad entre ochenta a ciento diez plantas medicinales son ellas las que tienen un puesto fijo, tienen una variedad de hiervas en cantidad, entre plantas medicinales frescos y secos, cinco de ellas venden de treinta a sesenta variedades de plantas medicinales, tres de las vendedoras venden entre ocho a quince variedades de plantas medicinales por el hecho que son vendedoras ambulantes lo

cual ellas cosechan y siembran el producto que venden y una de ellas explico que no tiene mucha variedad de plantas medicinales por el hecho que no tiene quien la ayude ya que el transporte le sale muy caro, esta es una vendedora ambulante.

Lugar de procedencia de las plantas medicinales

El lugar de donde traen las plantas medicinales son exportadas de la ciudad de La Paz (Yungas) y Cochabamba ya que estas ciudades tienen mayor cantidad de producción de plantas medicinales, también en Sucre tienen lugares como Yotala, Icla, Jatun Mayu, Ravelo, Caja Marca, lugares de valle son exportados por mayoristas que venden por mayor a las comerciantes del mercado campesino y central. Las mayoristas traen las plantas frescas donde los comerciantes compran y estas lo hacen secar en su casa para mayor duración de las plantas ya que después de hacerlas secar lo dividen en pequeñas porciones para venderlo en un precio accesible para la población. Las señoras ambulantes del campo son las que traen plantas frescas ya que ellas viven del día a día de su venta.

Conocimiento del uso de las plantas medicinales

Uso de cada una de las plantas medicinales como ser: Para dolores del cuerpo, calambres, espasmos, antiinflamatorios, antioxidantes, infecciones parasitarias, gastritis, etc. La wira wira en la entrevista uno, seis y ocho dijeron que era muy buena para el resfrío mientras que en la pregunta dos dice que la wira wira sirve para la tos e incluso para la bronquitis, el eucalipto también sirve para el resfrío y dolores musculares dijo en la entrevista uno, en la entrevista dos se dijo que sirve para el calambre mientras que en la entrevista once dice que sirve para la tos y como desinflamante

de la garganta ,mientras que el jengibre, rodaja y flor de Jamaica también sirven para el resfrío se dijo en la entrevista uno. La ruda y el romero sirven para dolores musculares se dijo en la entrevista uno y seis, mientras que en la entrevista dos y once se dice que sirve para los calambres y dolores de hueso, en la entrevista cinco y siete se dijo que sirve para dolores de espalda y resfrío.

En la tabla uno se muestra el conocimiento de las vendedoras del uso de las plantas medicinales con una breve descripción de cada especie.

Fuente del conocimiento adquirido de las plantas medicinales

Las señoras vendedoras tuvieron un aprendizaje por: capacitaciones, conocimientos que van de generación en generación y vendedores por mayor que tienen conocimiento. En las doce vendedoras de las plantas medicinales, el conocimiento y

características que adquieren de cada planta medicinal que comercializan, los adquieren por capacitaciones que realizan dos a tres veces por año. Las capacitaciones las realizan las vendedoras que tiene un puesto fijo para realizar sus ventas.

Es así que en nuestra entrevista seis de ellas recibían la capacitación además de aprender por el conocimiento ancestral de sus padres o abuelas. Y las que son empleadas para la venta de las plantas medicinales reciben indicaciones por parte de las dueñas (o jefas de trabajo) sobre las plantas más comunes las cuales venden. Las personas ambulantes normalmente son las personas de la tercera edad con escasos recursos económicos, que para subsistir hacen la venta de plantas medicinales, normalmente ellas tienen conocimientos ancestrales que con el paso de los años fue pasando de generación, por parte de sus abuelos, padres y ellas a sus nietos.

Tabla 1. Especies, origen y categoría de dolencias

Nombre vulgar	Nombre científico	Tipo de planta	Conocimiento de las vendedoras del mercado
1) Wira wira	Achyrocline aequalifolia	Es una planta con atributos medicinales se remonta posiblemente a 2 millones de años en algún lugar de África, cuna de la humanidad, en todas partes se le da el nombre de Wira Wira o Vira Vira. Esta hierba tiene actividad comprobada como antibiótico contra bacterias y virus. En la América prehispánica, los chamanes o adivinadores constituían una verdadera élite sacerdotal, pues tenían un profundo conocimiento acerca de las plantas. La planta de Wira Wira tiene un aspecto esponjado, cuyas flores son de color canela parecidas a la madera caoba.	Se usa como remedio para la tos, bronquitis, ronquera, fiebres altas, el empacho, indigestión, ayuda a cicatrizar las llagas, heridas, desinflama la garganta, como remedio para la gripe y el resfriado.

<p>2) eucalipto</p>	<p>Eucalyptus</p>	<p>Comprende unas 600 especies de árboles, la mayoría de los cuales se encuentran en Australia. Son árboles muy resistentes a la sequía por su capacidad de almacenar agua en las raíces. (Los nativos han aprendido a extraer esta agua y utilizarla como bebida en caso de necesidad) También resulta muy característica en ellos el crecimiento en altura. Todo ello ha llevado a plantarlos en muchas regiones del mundo, pero especialmente en aquellas zonas tropicales o subtropicales provistas de una aridez considerable, de manera que los habitantes de estas zonas pueden obtener de estos árboles madera para quemar, para sus construcciones y sombra contra el tórrido sol.</p>	<p>Excelente descongestionante de los bronquios y pulmones, y un eficaz expectorante. El aceite esencial diluido se aplica como linimento para el pecho y los senos paranasales en caso de sinusitis. Forma parte de pomadas como antiinflamatorio reduciendo el dolor. Es eficaz en enjuagues bucales en caso de estomatitis (encías inflamadas). Tomadas en infusión, las hojas de eucalipto inhiben la formación de mucosidad en los bronquios. También pueden tratarse todo tipo de infecciones respiratorias haciendo gárgaras con la infusión.</p>
<p>3) Jengibre</p>	<p>Zingiber officinale</p>	<p>Es originaria de China. En el Perú, esta planta se siembra en la selva central a temperaturas entre 25 a 30 grados centígrados. Tiene un olor aromático suave, de sabor ligeramente picante. Es utilizado comúnmente en nuestra gastronomía como sazonador, sin embargo, también se usa en la medicina tradicional debido a sus propiedades provechosas para la salud ya que contiene minerales y proteínas. (Infusión de jengibre y canela Místico.</p>	<p>El jengibre tiene propiedades antivirales y ayuda a combatir los virus. Es de utilidad para dolencias del aparato respiratorio, como infecciones, bronquitis, tos, gripes... Posee propiedades antiinflamatorias y analgésicas, por lo que es perfecto contra la artritis. Reduce los problemas de piedras o cálculos de riñón. Sus propiedades mejoran la digestión haciendo que sea un buen aliado contra el estómago revuelto y con náuseas. Estimula la circulación sanguínea, ayudando a prevenir problemas cardiacos.</p>
<p>4) flor de jamaica</p>	<p>Hibiscus sabdariffa</p>	<p>También conocida como Rosa de Jamaica o Rosa de Abisinia, y es originaria de África tropical, aunque su cultivo se ha extendido en originaria de América Central, América del Sur y en el sudeste asiático. Es una planta herbácea anual propia de climas secos subtropicales, montañosos y de matorral espinoso. Los cálices se recogen en el momento en que alcanzan un tono vinoso y se dejan secar para su uso, principalmente como colorante alimentario, para la fabricación de jarabes, para la preparación de una bebida ligeramente ácida y como medicina natural.</p>	<p>Contiene muchas vitaminas, minerales, rica en hierro y calcio es fuente de fibra para la salud digestiva, reducción de colesterol y azúcar en sangre.</p>

5) ruda	Ruta graveolens	Esta planta es local al sur de Europa y Asia, tiende a descubrirse en forma silvestre como se presentó, es una de las plantas medicinales más comunes. Las hojas crecen al nivel del suelo, con los años pierden las hojas inferiores y llegan a tener tallo grueso. Flores grandes de color blanco cremoso. Soportan diferentes tipos de clima y de suelo, pero necesitan pleno sol.	estimula la función biliar, mejorando la digestión y dolencias que afectan al aparato digestivo como los gases, el ardor intestinal, la pesadez. Combate el estrés, el nerviosismo y el insomnio. Es muy beneficiosa para reducir dolores y la inflamación propia de las enfermedades reumáticas como la artritis, hemorroides, varices, edemas o problemas de circulación de la sangre.
6) romero	Rosmarinus officinalis	El romero es conocido desde siglos pasados a/c. se dice que los faraones egipcios hacían poner sobre sus tumbas un ramillete de romero para perfumar su viaje al país de los muertos. Es arbusto perennifolio, aromático, de hasta 2 m de altura, con ramas marrones, erectas, raramente procumbentes. Las hojas son lineares, coriáceas, con márgenes revolutos. Los pedúnculos y pedicelos son estrellados. Las flores están dispuestas en marcados	Los usos medicinales de la planta de romero son muy variados. Reducción de dolores intestinales Estimulación de la memoria y el aprendizaje Prevención de la anemia Combate el cansancio Combate el agotamiento mental Prevención de la depresión
7) Manzanilla	Matricaria	Es una hierba aromática originaria de Europa, es conocida y utilizada desde la antigüedad, sobre todo por sus propiedades curativas. se cultiva ampliamente en América como aromática y medicinal. Se propaga por semilla en suelo arenoso y días soleados, protegidos del viento.	Reduce dolores causados por la artritis. Reduce inflamaciones cutáneas, Disminuye sintomatología en alergias, útil para tratar problemas digestivos. Ayuda en las cicatrificaciones. Es antiespasmódico, antiinflamatorio ocular natural (conjuntivitis), Ayuda a combatir el estrés mediante masajes con aceite esencial de manzanilla. Excelente relajante y ligeramente sedante, Facilita la menstruación y ayuda a eliminar las molestias, en cosmetología, se usa para aclarar el cabello y descongestionar la piel.
8) Moringa	<i>Moringa oleifera</i>	Es una planta de aproximadamente 13 especies, las cuales son árboles de climas tropicales y subtropicales, originaria de la India. Moringa llega a México en los años veinte como planta de ornato encuentra cultivada principalmente en lugares con climas tropicales secos. En algunos países es conocida como Marango	La moringa elimina los hongos de los pies o de cual parte del cuerpo, tiene propiedades anti inflamatorias que ayudan a reducir la inflamación del hígado, utilizan para reducir el asma es un diurético. Las hojas ayudan a reducir el colesterol también ayuda a las personas diabéticas a bajar el azúcar en sangre.

9) Carqueja	Baccharis trimera	Es una planta que está siendo muy empleada en el mundo entero, debido a sus múltiples propiedades para aliviar malestares de toda índole. Varios estudios han demostrado que tiene actividad antioxidante, como antiinflamatoria, antidiabética, analgésica, antihepatotóxica y antimutagénica. Ampliamente utilizada en Brasil como planta medicinal.	Buena para el hígado. Para aquellas personas que tienen problemas como cólicos biliares, cirrosis. Enfermedades de los riñones debido a sus propiedades diuréticas para adelgazar.
10) Hoja de guayaba	Psidium guajava	La guayaba, es considerada familia de una especie de 100 árboles que se encuentran en hábitat tropicales. Son de una altura pequeña. Se originan en el Caribe, América Central, América del Sur y América del Norte. Las hojas de guayaba son simples y ovaladas. Tienen un tamaño aproximado de 15 centímetros, son hojas largas. Cuenta con flores de un color blanco, que se componen por cinco pétalos y además cuenta con estambres.	Alivia los dolores del estómago, calma los nerviosos y dolencias generales. Cuando se padece de asma y problemas respiratorios las hojas de guayaba son positivas en forma de infusiones. Regula el azúcar en la sangre cuando se padece de diabetes es bueno consumir hojas de guayaba. Es con ello que puede controlarse a nivel natural los niveles los del azúcar en la sangre. Es un buen quemador de grasa Resuelve problemas estomacales, como es el caso de la diarrea, vómitos.
11) Molle	<i>Schinus molle</i>	Originaria del sur de Brasil, Uruguay; puede llegar a medir alrededor de 6 a 8 metros de altura, aunque en condiciones óptimas alcanza 25 metros. Una especie similar se distribuye desde Perú hasta el noroeste de la Argentina y Chile, pasando por Bolivia, estando asilvestrada en México.	Se utiliza como cicatrizante, antiparasitario y antiinflamatorio de uso externo, para la eliminación de las caries, y retención urinaria, la bronquitis y la sarna. Se preparan infusiones con la corteza, los frutos y las hojas, los cuales se beben como té, se puede hacer vapor puede ser inhalado para problemas respiratorias. Corteza picada en remojo con alcohol o agua durante 12 horas, para aplicar luego el líquido a la zona afectada de golpes, baños para el tratamiento de la sarna.
12) Hoja de naranjo	Citrus sinensis x	El naranjo tiene un hermoso porte, con hojas no coriáceas, brillantes y verde oscuras, las flores son blancas e intensamente aromáticas y aparecen en las axilas de las hojas.	Se usa como remedio para el insomnio, estrés, resfrío, dolor de cabeza, nervios, para un preparado de mate diario.
13) Hierba buena	Menta viridis L. Gamma crispa Benth.	Hierba aromática anual estolonífera, de 15 a 35 cm de altura aproximadamente. Hojas pecioladas, aovado-lanceoladas, rugosas, de borde aserrados, cuyo envés puede presentar hacia el nervio central pubescencia. Flores no observadas por no estar dadas las condiciones para su desarrollo. Herbaria".	Se usa para el dolor de estómago, para el mal olor de la boca, dolores de cabeza, para mejorar los resfriados y ardores de la piel.

14) Anís	Pinpinella anisum.	Es una de las plantas medicinales más antiguas que se conoce. Originaria de Egipto, Asia, Grecias. Es cultivada en climas templados y cálidos desde la antigüedad. En la edad media fue extendida por toda Europa. Actualmente se cultiva en zonas cálidas de todo el mundo. Tiene un tallo erecto, estriado, cilíndrico, ramificado hojas cordiformes, flores de color blanco.	Se usa para el dolor de estómago, hinchazón de estómago, dolores menstruales, dolor de garganta, tos, para un preparado de mate diario.
15) Paico	Dysphania ambrosioides.	Es una hierba que puede alcanzar hasta 1 metro de altura, muy ramificada en la base y con pubescencia granular. Posee hojas alternas de color verde oscuro, siendo las inferiores ovoides y lanceoladas y de bordes enteros. Sus flores son pequeñas y se agrupan en panículas y su fruto globoso tiene una semilla color negro. Crece de manera silvestre y cultivada en la Costa, Sierra y Amazonia. Es una especie nativa y cultivada desde muy antiguo, se los utiliza para controlar varias enfermedades.	Se lo utiliza para controlar varias enfermedades, como un buen purgante, como un anti anémico. También puede parar los cólicos estomacales, diarreas, resfrío, pulmonías, gastritis, desinflamantes. La buena cicatrización, antirreumático.
16) Ajenjo	Artemisia absinthium	Planta vivaz, con la sopa leñosa y dura de las ramas herbáceas, flexibles, intensamente asurcadas a lo largo y muy hojosas.	Se usa para las inflamaciones de la vesícula, indigestión, diarrea, elimina las lombrices intestinales, diabetes, es un estimulante de apetito.
17) Hojas de mango	Mangifera indica	Hoja joven: Es un carácter que se mantiene constante a pesar de variaciones en las condiciones de cultivo. Se consideran, con algunas matizaciones, los siguientes, Verde amarilloso, Marrón, Cobrizo, rojo. Hoja adulta: Es un carácter muy importante para diferenciar cultivares.	Se usa para la diabetes, para la presión baja, riñones, inflamados, para la cicatrización de cirugías, ayuda a tratar problemas de várices, ayuda en los problemas respiratorios.
18) Tomillo	Thymus Vulgaris	Alcanza de 15 a 30 centímetros de altura, muestra hojas opuestas, lanceoladas, con los bordes enrollados y densamente pilosas. Las flores del Tomillo son diminutas, agrupadas en racimos terminales muy densos, rosados o blanquecinos. Se puede tomar en infusiones tanto frescas como secas. Seco no pierde sus propiedades ni su olor. Tiene propiedades curativas, es indispensable en la cocina francesa, española, italiana y en Latinoamérica.	Se usa para la tos, buen aliado contra el asma, combate las infecciones respiratorias, alivia los dolores menstruales, combate la caída del pelo.
19) Cola de caballo	Equisetum arvense L.	Esta planta medicinal está dividida en dos tallos: uno fértil y otro infértil; fácilmente diferenciables. El tallo fértil, crece erecto pudiendo alcanzar hasta 30 cm de altura. Son gruesos, sin ramas y de textura succulenta, El tallo estéril, crece erecta y notoriamente más largo que su compañero fértil, pudiendo llegar hasta los 50 cm de altura. Se dividen en más de 20 articulaciones rodeadas por ramas erectas.	Se usa para tratar inflamaciones, retenciones renales, enfermedades reumáticas. Por su alto contenido en vitaminas combate la anemia, para las hemorragias de heridas y quemaduras.

20) Orégano	Origanum vulgare	Es una planta originaria de la región Mediterráneo, cultivado en Europa, Asia y en América del sur. Su principal productor es Chile pero también es producido en Bolivia, Perú, Argentina y Uruguay. Contiene aceites esenciales con más de 34 compuestos activos.	El orégano facilita los procesos de digestión, es muy útil para tratar el estreñimiento, calma los dolores de garganta, ayuda en la inflamación.
21) Cilantro	Coriandrum sativum L	Planta de tallos erectos, lisos, cilíndricos, ramificados en la parte superior, alcanza una altura de 40 a 60 cm. La raíz provee un buen anclaje y una buena capacidad para la absorción de agua y nutrientes para la planta. Las hojas inferiores son pecioladas, en forma de cuña; Las flores son pequeñas, blancas o ligeramente rosadas. Tienen un sabor suave agradable o fuerte picante, contiene dos semillas una por cada aquenio.	Los beneficios que tiene el cilantro sirve para calmar la diarrea, dolor de estómago, limpia el colesterol acumulado, ayuda a regular los niveles de azúcar, se utiliza infusiones de té para la gripe, sirve para tratar heridas y úlceras, alivia la conjuntivitis, sirve como remedio para tratar el acné.
22) Perejil	Petroselinum crispum	Hierva bianual aromática y de color verde oscuro y brillante, de hasta 80 cm de alto, tallos inclinados y ascendentes. Y hojas rizadas, las superiores con tres lóbulos. Flores diminutas, blancas en umbelas de hasta 5 cm, convergiendo a la misma altura. Es cultivado en jardines domésticos; se la cosecha todo el año.	Condimenticia y medicinal; las hojas se usan picadas para dar sabor especial a las comidas. La infusión de las hojas sirve para aliviar problemas digestivos. También sirve para la presión baja y dolores de vesícula, ayuda en las articulaciones, contra la fatiga. Ayuda en el cáncer.
23) Valeriana	: Valeriana officinalis	Es una planta muy variable con el tallo simple que alcanza los 20-120 cm de altura. Los rizomas son ovoides o cilíndricos de 3-5 cm, color gris-amarillento, cubierto por muchas raíces de pequeño diámetro, casi cilíndricas y del mismo color que el rizoma. Las hojas son pinnadas y dentados. Las flores son pequeñas de color rosa pálido. Surgen en primavera y verano. Se pueden encontrar en partes como viveros, fincas, o especialmente en zonas boscosas o con campo abierto.	Se usa como sedante, disminuye el estrés, dolores musculares, dolores estomacales, dolores de cabeza, ayuda en los síntomas de la menopausia y sobre todo ayuda en el insomnio.
24) Uña de gato	Uncaria tomentosa	En América Latina se conocen estudios aislados y dispersos. La "Uña de Gato" debido a sus principales propiedades medicinales se ha convertido en un "Boom económico" trayendo consigo una enorme y creciente demanda de la corteza en mercados nacionales e internacionales; Lamentablemente poco es lo que se conoce de su propagación y el manejo de sus semillas, por lo que es necesario trabajar con regeneración natural.	La uña de gato tiene propiedades antiinflamatorios, combate la células cancerígenas.

25) Cedrón	La Aloysia triphylla Britton	es una planta espontánea de América del Sur, originaria del Perú, popularmente, se la conoce como “cedrón”, “cidrón”, “limón verbena”, “verbena”, “yerba luisa” o “hierba de la princesa”, según el país o la región. Es un arbusto perenne que puede medir más de 1,5 m de altura y se caracteriza porque sus hojas desprenden un intenso y agradable olor a limón.	Se la puede tomar haciendo una infusión, tranquilizante, calmante nervioso, dolores estomacales, además de otros usos: hipertensión arterial para tratar fiebre, dolor de cabeza y como diurético para tratar espasmos gastrointestinales, resfrío común
26) Flor de tuna	Opuntia ficus indica	El nombre tuna es de origen caribeño, tomado por los primeros españoles que conocieron estas plantas, más exactamente, es un vocablo Taíno. Con éste término se designa mayormente a los frutos, aunque también se utiliza para la parte vegetativa de las especies. En Bolivia ha sido registrada como planta de cultivo en los departamentos de Chuquisaca, Cochabamba, Potosí, Santa Cruz, Tarija y otros lugares.	Disminuye el colesterol en la sangre. Se dice que también cura el mal de amores (tristeza).
27) Pushka pushka	<i>Baccharis latifolia.</i> (chilca)	Pertenece a la familia Asteraceae, es una especie espontánea que crece en las riberas de los ríos. En el Perú abunda y habita entre 1000 y 4000 m. Es una planta arbustiva de 1 a 2 m de altura. Presenta tallo cilíndrico, estriado longitudinalmente; hojas simples y alternas.	La infusión de las ramas ayuda en la inflamación, para tratar enfermedades del hígado, se utiliza como analgésico de dolores de ojos, cabeza y fracturas y sirve como antiirreumático.
28) T'ola	Parastrephia quadrangularis.	Es una especie de planta fanerógama perteneciente a la familia de las asteráceas. Es originaria de América del Sur y ha sido registrada en Argentina, Bolivia, Chile y Perú.	Se le atribuyen propiedades medicinales, para calmar dolores de estómago, tos y resfríos, ayuda en la fractura de huesos.
29) Sábila-aloe vera	barbadensis miller	La planta de Aloe vera es originaria de África, específicamente de la península de Arabia. Se le denomina también con el nombre de sábila. Al continente americano fue introducida por Cristóbal Colón en los tiempos del descubrimiento de América, debido a que éste la utilizaba como medicina para su tripulación. En esos años España ya tenía plantaciones considerables de este vegetal, probablemente dejadas como herencia de la invasión musulmana.	Tiene acción desinfectante, antibacterial, laxante, protección contra la radiación solar, antiinflamatorio, combate enfermedades de la piel, como dermatitis y contra los daños, también ayuda en la infección de los ojos, ayuda en el estreñimiento actuando como laxante, antihemorroidal, cicatrizante, ayuda en la gastritis tomando en ayunas y favorece al cabello.

30) lampaya	Lampaya Hieronymi Schum. Moldenke k. ex	En el municipio de Esmeralda – Oruro, las praderas o campos de pastoreo, son comunidades de plantas. La lampaya es una planta silvestre, crece sin haber sido sembrados, están muy adaptados al medio y a la altura. Proporcionan forraje y protección tanto al ganado como a la fauna silvestre. se pudo evidenciar que las infusiones de mate soluble son aptas para su consumo, manteniendo sus características nutritivas. Por tanto aún siguen siendo comercializadas a los mercados.	Ayuda en los dolores de estómago como laxante, mal de corazón, epilepsia. Es un estimulante para personas que han sufrido enfriamientos, mejor que el café o licor, se usa también en heridas como la sarna y el parto, tiene una actividad antiinflamatoria. También se utiliza para dolores de hueso, riñones y próstata.
31) Muña	minthostachys ovata	Hierba silvestre con olor a menta con flores blancas se puede encontrar en las comunidades de Waca Playa Cochabamba Bolivia. Comercializado en el sector farmacéutico y mercados (abundancia del altiplano boliviano La paz realizándose un estudio Económico-Financiero para la industrialización de la planta). Realizando un análisis se estableció la ubicación y localización de la plantación en el auto vial La Paz-Oruro.	La infusión calma los dolores de cabeza, las hojas frescas calman los dolores de dientes, ayuda en el dolor de estómago por enfriamiento, baja la calentura, alivia la gripe y dolor de oreja. También se usa para remediar dolencias y malestares musculares.
32) Malva	malva parviflora	Planta silvestre de hasta 40cm de altura, con flores medio blancas, se puede recolectar en las comunidades de Waca Playa Cochabamba Bolivia.	Ayuda con el cáncer, baja la calentura usando las flores en agua caliente, las hojas se usa en las fracturas, heridas e infección de ojo, la infusión sirve como purgante y ayuda a eliminar las sarnas.
33) Cáncer Libera	stachys spp.	Hierba silvestre de calidad fresca. Crece en laderas o cercos de piedra, tiene flores moradas o blancas. Se puede recolectar en las comunidades de Waca Playa Cochabamba Bolivia.	Esta planta ayuda en las heridas, protege el hígado contra el alcohol y ayuda a las personas con arrebatos.

Discusión

Las plantas medicinales a través de la historia se fueron utilizando de forma empírica para el alivio y la cura de síntomas y enfermedades. Ha sido una práctica muy común en las comunidades rurales, práctica que se mantiene hasta la actualidad como ser Ecuador, Perú, Bolivia y en muchos países del mundo.

En Cuba en la época colonial (siglo XIX) científicos prestigiosos se dedicaron al estudio de diversas plantas medicinales autóctonas

era un tema de interés para la real academia de ciencias médicas de la Habana. (tramil). El objetivo de este trabajo hace referencia al uso de plantas medicinales, por lo que, se planteó realizarlo en comerciantes de los mercados (Central y Campesino), las cosmovisiones y conocimientos que tienen las comerciantes ya sean los recursos de diagnósticos terapéuticos, para de esta manera conocer la forma de consumo de las plantas con propiedades medicinales por eso el fin de este trabajo es adquirir el conocimiento de sus usos terapéuticos con propiedades medicinales

(OMS 2018. medicina tradicional). En este estudio en su mayoría fueron mujeres, con lo que se demostró que es la mujer la que desempeña el papel de naturista ya que es la encargada de realizar la mayoría de las actividades del proceso salud/enfermedad/atención; además de estos cuando recurre al auxilio de la medicina tradicional (navarro, 2012).

En cuanto a la forma de consumo de plantas medicinales en su mayoría las utilizan en forma de infusión, se observó que la mayoría de estas utilizan las hojas. Y las plantas más usadas fueron manzanilla, anís, cedrón, romero, wira wira, entre otros (dolencias gástricas, infecciones, nerviosismo e incluso como toma diaria. Saber si puede producirse alguna interacción no deseable o puede aparecer efectos secundarios que perjudiquen su estado de salud. Esto no quiere decir que el uso de esas plantas no sea realmente útil y beneficiosa, sino que, para hacer uso correcto y responsable de las mismas como remedio único, o para integrarlas con otros tratamientos, es necesario que sea consultado al médico (villar 2017).

Con relación al conocimiento de plantas y dolencias en la medicina tradicional los resultados de un estudio muestran que el 56% de las mujeres comerciantes poseen un conocimiento mayor en relación a los hombres 44%. Aguirre (2016). En este estudio la mayoría de las mujeres afirmaron utilizar principalmente las plantas medicinales, por tanto, conocen más de la medicina popular. En cambio, Toledo (1995) y Jiménez (1998) afirman que normalmente, el uso de las plantas medicinales por las mujeres es superior que los hombres y su conocimiento son más específicos (kainer y Duryea 1992).

Conclusión

En el tiempo del trabajo realizado revelo un total de 34 tipos de plantas medicinales, información obtenida por las vendedoras del mercado central sector venta de plantas medicinales y mercado campesino, en ambos mercados se identifican 34 especies y 23 géneros, las plantas más compradas son wira wira, eucalipto, romero, ruda, muña.

Al entrevistar a los vendedores acerca de cómo aprendieron sobre el uso de plantas medicinales, Ellos respondieron que el mayor conocimiento que adquirieron de cómo usarlos es: mediante el conocimiento transmitido desde épocas ancestrales (abuelas, madres).

Agradecimiento

A la doctora Jean Carla Echarlar por guiarnos y facilitar este trabajo. A las señoras comerciantes de los dos mercados (central y campesino), por el tiempo que nos brindaron en la entrevista para la información. A la facultad Farmacia y Bioquímica (biblioteca) por brindarnos los distintos libros. Y mi grupo que está conformado por cinco estudiantes.

Referencias

1. Castellanos de los santos G. Uso de las plantas medicinales en la ranchería centro Tular 1ra seccion del municipio de colmalcalco, Tabasco: tabasco universidad Juárez Autónoma de Tabasco;2008.
2. Aguirre, G.B. Plantas medicinales utilizadas por los indígenas Mosesten-Tsimane de la comunidad asunción del Quiquibey, en la RB-TCO Pilon lajas, Beni Bolivia tesis de licenciatura de la biología, universidad mayor de san andres, 2006. La Paz.60p.
3. UICN- OMS –WWF. 1993. Directrices sobre conservación de plantas medicinales. Organización Mundial de la Salud (OMS). Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) and World Wildlife Fund (WWF), Gland. 55 P. Ponz, E. La Medicina Tradicional de Los Toscana y Marchinen. Fundación Pieb, Julio 2005. Edición: Patricia Jiménez. Editorial investigaciones regionales Pando, La paz, Bolivia. 2005.
4. Fernando Muñoz. plantas Medicinales y aromáticas. Mundi-Prensa. Madrid Barcelo México. 1996.
5. Navarro, C. salud pública internacional. Las mujeres utilizan casi el doble de las plantas medicinales que los hombres. 2012.
6. Villar C. Diagnósticos de la cadena de plantas medicinales en la región caja marca Lima Perú. 2017.
7. Aguirre, G.B. Plantas medicinales utilizadas por las indígenas mosetén-tsimane de la comunidad asunción del Quiquibey, en la RB-.TCO pilón lajas, Beni, Bolivia. Tesis de licenciatura de biología universidad Mayor de San Andrés, La Paz, 2016.
8. Cayner, K.A., Duryea. Tapping womens knowledge.plant resouce use in extractive reserves, Acre, Brasil. 1992.
9. Fernández E. Obtención de mate de Lampaya (*Lampaya medicinalis* PHIL.) soluble en el municipio de Esmeralda. 2011.