



GUÍA MAPUCHE PARA
PLANTAS
MEDICINALES



GUÍA MAPUCHE PARA
PLANTAS
MEDICINALES

GUÍA MAPUCHE PARA PLANTAS MEDICINALES

ISSBN:

978-956-393-624-7

AUTORES

Pablo Matías Neumann Dreves

Javiera Belén Quilodrán Carrasco

Felipe Marcell Villanueva Mayr

ILUSTRACIONES

Pablo Vilugrón Cabezas

DISEÑO

Claudio Manzati Pande

GUÍA MAPUCHE PARA
PLANTAS
MEDICINALES

Autores

Pablo Matías Neumann Dreves

Javiera Belén Quilodrán Carrasco

Felipe Marcell Villanueva Mayr

COLUTORIOS

Son preparaciones externas indicadas para estomatitis, gingivitis, piorreas, etc. Se usan directamente.

Son convenientes ya que, aparte de los efectos antisépticos y antiinflamatorios de las plantas, son una medida de higiene porque hacen un arrastre de todos los exudados del organismo que ha provocado la inflamación.

VAHOS

Son preparaciones externas que pueden ser:

- **Generales:** Se ponen las plantas en un recipiente con agua hirviendo. Se aplica con un trapo o una toalla para aspirarlos.
- **Locales:** Se trata de usar el vaho simplemente por vía inhalatoria, nasal y bucal, para evitar que afecte a los ojos. Se usan inhaladores de aspiración directa.

Los vahos sirven también para provocar sudor que ayude a bajar la fiebre. Facilitan el drenaje de las mucosidades y de los gérmenes procedentes de las inflamaciones.

PLANTAS MEDICINALES DE USO COMÚN

AJENJO

(Mapudungún: akenko)



Antemisia absinthium L.

Familia: Compuestas.

Tribu: Antémieas.

Otros nombres populares: Jengibre verde, agenco.

DESCRIPCIÓN:

Las Compuestas es una de las familias más numerosos de las plantas superiores. Agrupa alrededor de mil géneros y a 25 mil especies, con representantes en prácticamente todos los países del mundo y en los ambientes más diversos. Tiene muchas variedades de gran utilidad para el hombre, como las maravillas, lechugas y alcachofas. En Chile es, sin duda, la familia más amplia, con 157 géneros y casi mil especies.

Artemisia es un grupo grande, de aproximadamente 400 variedades oriundas del sur de África, las Américas, y las estepas rusas. De este género, tres crecen silvestres en nuestro país.

El ajenjo, originario de Europa y Siberia, es una planta de raíz perenne, de la cual crecen tallos firmes, ramudos y leñosos en la base, recubiertos de pelos blanquecinos, finos y sedosos.

Las hojas, de sabor amargo y olor característico, también son blancuzcas, están recubiertas de pelosidades, son profundamente recortadas y presentan segmentos lineares.

Las flores son pequeñas, casi globosas, agrupadas en inflorescencias erectas y hojosas, Floración en el verano. Los frutos maduros no se coronan de un vilano o papo, como en la mayoría de las demás compuestas.

El cultivo del ajenjo requiere de un lugar sombreado. Se reproduce fácilmente por semillas, estacas o por división de las champas durante el otoño.

¿SABÍAS QUE...?

- Otras especies del género Artemisa son usadas por los indígenas del norte, como la copa copa, cuyo nombre podría ser quechua, atacameño o cunza. Entre los aymaras de Toconce “Con las ramitas de esta planta se prepara una infusión que puede ser bebida con leche y que tendría gran valor medicinal para recuperarse de los enfriamientos. Los toconcinos atribuyen a esta planta la capacidad de provocar sueño y vívidas experiencias oníricas”.
- En Guantín, en cambio los aymunarás la utilizan “como remedio para el dolor de estómago y para los calambres”.
- Con el nombre de Hierba Santa “se conocen en España la rosácea *Geum urbanum* L. y el ajenjo común. *Artemisia absinthium* L.”.
- Le lamedor o jarabe de ajenjo tenía escasa aplicación médica.
- El Vermut, un licor amargo, se prepara con esta planta y se consume como aperitivo.
- Un empleo distinto dan al ajenjo mujeres de Lo Hermita, en la zona central rural, pues de cogollitos y ramitas exprimen el zumo, refregándolo en las manos, “para hacer friegas y parches donde duelen los huesos”.

USO INTERNO:

Digestivo, estimula el apetito. Contra cólicos y parásitos intestinales. Colagogo, contra enfermedades del hígado. Emenagogo, para regular la menstruación y aliviar sus dolores.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO EXTERNO	Gargarismos, compresas sobre contusiones	
INFUSIÓN	Se prepara con una cucharadita pequeña de hoja y flores para una taza de agua hervida. Beber una o dos veces al día.	Aperitiva, digestiva y emenagoga. Su uso está contraindicado en caso de mujeres embarazadas.
VINO	Se prepara con dos cucharadas de la planta y un litro de vino blanco. Se juntan y se dejan macerando una semana. Beber una copita una o dos veces al día. En la mañana en ayunas como tónico, antes de almuerzo y comida como aperitivo y después como digestivo.	Tónico general, vermífugo, aperitivo y digestivo

AJO

(Mapudungún: achur)



Allium sativum L.

Familia: Aliáceas

DESCRIPCIÓN:

Las Aliáceas son una familia cosmopolita que abarca unos 250 géneros con tres mil quinientas especies de plantas, en su mayoría hierbas geófilas (provistas de bulbo), muchas de ellas de gran importancia en horticultura y jardinería.

El ajo pertenece al mismo género que la cebolla, el cebollín, el porrón y las chalotas. Es usado desde hace tanto tiempo, que se hace difícil rastrear su país de origen. Algunos autores consideran que sería nativo de Siberia, desde donde se habría difundido hacia el sur de Europa. Ha sido profusamente cultivado en todos los países de la cuenca del Mediterráneo y, de allí, traído a América.

Es una planta anual, provista de bulbo compuesto, consistente en numerosas bulbillos (los dientes), encerrados entre escamas membranosas que los mantienen juntos como un saco. Las raíces se encuentran en la bases y pueden llegar a ochenta centímetros de profundidad. Las hojas son largas, angostas, planas en su parte cercana a la base, luego cilíndricas y de puntas agudas.

Las flores, pequeñas, de color morado o blanquecino, forman una inflorescencia globosa que se ubica al extremo de un tallo floral largo. La inflorescencia está rodeada de una hoja membranosa y en la base de las flores se forman pequeños bulbillos, diferentes a los subterráneos.

En Chile, donde las condiciones para su propagación son especialmente buenas, se exporta en grandes cantidades al resto del mundo, donde es utilizado, principalmente, como aliño para las comidas. El ajo se cultiva prácticamente en todo el país y resiste muy bien los climas fríos y las heladas; tiene un requerimiento alto de humedad, especialmente cuando se están formando las hojas. Son proverbiales los ajos de Chiloé por su enorme tamaño.

Se propaga plantando los “dientes” o los bulbillos de la inflorescencia, en el otoño, para ser cosechados entre noviembre y enero.

¿SABÍAS QUE...?

El ajo gozó de mucho prestigio como recurso medicinal en la tradición española, y entre los pueblos de Oriente y Egipto. Dioscórides el famoso médico griego, escribía:

“Tiene todo ajo virtud aguda, caliente y mordicativa: expede todas las ventosidades, perturba el vientre, enjuga el estómago, engendra sed, digiere los vapores ventosos, descuella el cuero y, comido, debilita la vista. Además de esto, es útil a las mordeduras de víboras, del hemaroo y de cualesquiera otras serpientes, bebiéndose vino tras él o dándose desecho con vino. Aplicase contra los mismos daños, y puesto en forma de emplasto, socorre a los mordidos de perros rabiosos, a los cuales, comido, es útil. Hace que las mudanzas de aguas no ofendan, y clarifica la voz, comido crudo y cocido ablanda la tose antigua, y bebido con cocimiento de orégano, mata las liendres y los piojos. Quemado y mezclado con miel, sana los acardenalados ojos, y reconstituye los cabellos que hizo caer la tiña si se aplica con aceita nardino. Cura las vejigas y postillas que salen por todo el cuerpo, aplicado con sal y aceite. Extermina los alborozos (léase, aebarazos), los empeines, las pecas, las llagas manatías de la cabeza, la caspa y la sarna, mezclado con miel. El cocimiento de

ajo, cocido con tea y encienso, relaja el dolor de dientes si se enjuagan con él. Aplícase, majado con hojas de higuera y cominos, contra las mordeduras que hizo el musgaño. El conocimiento de sus hojas provoca el menstuo y las pares si se sientan sobre él. Sirve también a este efecto el perfume del ajo. La pasta que se hace del ajo y de las aceitunas negras, llamada mittoton, si se come, provoca la orina, desopila los poros y es útil contra la hidropesía”

USOS		
Combate la esclerosis, potente antihipertensivo, desinfectante intestinal en caso de trastornos digestivos y para la gripe. Colagogo, antiparasitario y antimicrobiano.		
PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
AJIACEITE	Mezclar ajos machacados con aceite de oliva hasta que se forme una masa pastosa de color beige (alimonado). Esto se puede agregar a las comidas o bien tomar una cucharada en ayunas intestinales o al acostarse.	Para bajar la presión y combatir la arteriosclerosis. Como tónico general para combatir las infecciones del aparato respiratorio. Alivia picaduras de insectos. Contra la tiña, furúnculos e impétigos. En el caso de furúnculo es importante consultar el uso de antibióticos. Contra oxiuros (pidulles).
EMPLASTO O POMADA	Aplicar ajos machacados sobre las lesiones. Para preparar la pomada se mezclan uno o dos ajos molidos con manteca de cerdo y se aplica sobre la parte afectada.	
ENEMAS	Para las enemas o lavativas machacar uno o dos ajos y mezclar con agua tibia. Introducir el líquido vía anal. También se puede usar un ajo y ponerlo a modo de supositorio.	
TINTURA	Preparar con 100 gramos de dientes de ajo, cortados en pedacitos y medio litro de aguardiente. Dejar en maceración durante 10 días. Remover diariamente, colar y beber 20 a 30 gotas dos veces al día.	

BAILAHUÉN

(Mapudungún: failawen)



Haplopappus spp.

Familia: *Compuestas – Tribu Astéreas.*

Nombres comunes: *vai-lahuén, baylahuén, chejchja, chechenaja, baylahuina, guaylaven, bailabuena.*

DESCRIPCIÓN:

Las Compuestas son una familia cosmopolita. La Tribu Astereas incluye más de veinte mil especies. El género *Haplopappus* tiene 160 representantes en las Américas.

En Chile existen 61 especies del género *Haplopappus*, de las cuales tienen uso medicinal las siguientes:

Haplopappus baylahuén Remy: Arbusto resinoso, de hojas que abrazan el tallo; la lámina tiene forma espatulada, casi cuneiforme. Las hojas son coriáceas, bordeadas de dientes ganchosos hacia el ápice. Las flores están agrupadas en apíulos amarillos, solitarios. Crece en la alta cordillera de la IV Región.

Haplopappus multifolius (Phil.) Reiche: Subarbusto bajo, resinoso y aromático, que crece en la precordillera de los alrededores de Santiago. Sus hojas son sésiles, de forma oval, márgenes espinosos y consistencia gruesa. Las flores están agrupadas en capítulos formados por flores tubulosas, hermafroditas y de color amarillo. El fruto es un aquenio, con un papus rojo amarillento.

Aparte de estas dos especies, hay otras de las cuales existen indicios de uso medicinal: *H. angustifolius* (DC) Reiche, *H. latifolius* (Phil.) Reiche; *H. villanuevae* Phil.; *H. rigidus* (Muñoz, Barrera, Meza, 1981).

H. foliosus DC es distribuido ocasionalmente por yerbateros. Hemos podido constatar que la propagación de *H. multifolius* por almácigos es fácil y el desarrollo de la planta rápido.

¿SABÍAS QUE...?

Con el nombre de común "baylahuen" se conoce en el centro y sur de Chile a varias especies del género *Haplopappus* que tienen valor medicinal. Por lo tanto, parece probable que el nombre provenga de dichas regiones. Antiguamente se planteaba que baylahuén es el nombre mapuche de varias plantas, todas *Haplopappus*.

Una corrupción lingüística de la palabra mapuche chilena baylahuén cuya etimología es: vain, hervir y lahuen, hierba medicinal. Es decir, un remedio vegetal hervido o para hervir, porque se emplea esta droga en forma de infusión, principalmente para curar heridas. También puede derivarse de faj, fermentado y lahuen, planta medicinal, porque su infusión presenta un aspecto y características de una bebida o líquido fermentado.

USOS

Combate la neumonía, gripe y resfrío. Mejora problemas estomacales, las afecciones a las vías urinarias y las enfermedades del hígado. Antiséptico. Confortante de las hormonas femeninas. Afrodisíaco.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
INFUSIÓN	Se ponen 2 o 3 hojitas en una taza de agua hervida. Beber caliente después de las comidas durante varias semanas.	Como tónico digestivo y para estimular el funcionamiento biliar.
COCIMIENTO	Poner medio litro de agua y dos cucharadas de la planta a hervir hasta ebullición. Se toma por tacitas.	Estomacal

BOLDO

(Mapudungún: failawen)



Peumus boldus

Familia: Monimiáceas
Otros nombres: Peta, Voldu, Boldu

DESCRIPCIÓN:

Las monimiáceas son una familia algo heterogénea que agrupa a unos 30 a 35 géneros y unas 45 especies nativas de regiones tropicales y subtropicales, especialmente del Hemisferio Sur. En Chile existen 3 especies: el boldo, el laurel (*Laurelia semperzviensis*) y la tepa (*Laureliopsis philippiana*).

El boldo es un árbol dioico, que crece desde la provincia de Aconcagua hasta la de Osorno. Es especialmente abundante en las provincias centrales desde Curicó hasta el Bío Bío, donde se encuentra esparcido en los faldeos asoleados de ambas cordilleras.

Las hojas son persistentes, aromáticas, gruesas, de pecíolo corto, de forma ovalada y miden entre 3 y 7 cm de largo. Su cara superior es brillante y áspera, con nervadura hundida en la lámina. Su cara inferior es más clara.

Las flores se agrupan en racimos cortos; tienen alrededor de 1 cm de diámetro y son pétalos blanco-amarillentos. Las flores masculinas tienen muchos estambres.

Florece desde julio hasta noviembre. Los frutos son de menos de 1 cm de largo, de forma ovoide, carnosos y jugosos; comestibles.

Su propagación se dificulta por la lentitud de la germinación de las semillas.

¿SABÍAS QUE...?

La palabra boldo se derivaría a boldu, a boldo. Según la siguiente etimología para la voz boldo: "Huelton, renovarse otra vez, o Volitun, volver a echar raíces"

Una circunstancia inesperada atrajo la atención de los científicos hacia el boldo, asegurando su importancia como medicina universal. En 1869, un rico ganadero de ovejas del sur vio afectado su rebaño por distoma hepático y los animales morían en gran número. Un día, por un hecho fortuito, los animales comieron hojas de boldo y agua donde estas se habrían remojado, y mejoraron. "Este hecho fue rápidamente divulgado, amplificado comentado en todos los diarios; esto puso al boldo a la orden del día, y entonces los enfermos del hígado se precipitaron para ensayar su eficacia".

USO EXTERNO:

Como colirio y para efectuar gargarismos, compresas y baños. En aceite, alivia los dolores reumáticos, golpes y torceduras.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Tónico estomacal, excitante y antiséptico. Alivia las enfermedades nerviosas y cólicos menstruales. Antiespasmódica y antiinflamatoria en la medicina infantil, sudorífica y calmante. Combate los trastornos intestinales y la diarrea. Desinfecta en las inflamaciones de las vías urinarias.	
INFUSIÓN	Poner una cucharadita de flores en 1 taza de agua hervida. Dejar en reposo 10 minutos. Beber caliente 3 o 4 tazas al día.	Jaquecas, trastornos digestivos varios. Sedante nervioso, emenagogo, carminativo.
LAVADOS: COMPRESAS Y GARGARISMOS	Se hacen cocimientos hirviendo ½ litro de agua con 2 cucharaditas de flores. Una vez entibiado el cocimiento, se preparan las compresas empapando paños en el líquido. Los lavados y el gargarismo se hacen con el cocimiento directamente.	Heridas. Afecciones oculares. Los gargarismos son para las irritaciones de la garganta y la laringitis.
VAHOS E INHALACIONES	Poner 1 o 2 puñados de flores en un tiesto con 2 o 3 litros de agua hirviendo y aspirar el vapor.	Catarro nasal y obstrucción bronquial.

MATICO

(Mapudungún: palguñi)



Buddleja globosa hoppe

Familia: Loganiáceas

Nombres comunes: pañil, panil, palniñ, palguin, panguin

DESCRIPCIÓN:

La familia Loganiáceas comprende 29 géneros y unas 600 especies nativas de las zonas tropicales y templadas.

El género *Buddleja* tiene alrededor de 100 especies distribuidas en Asia y América; algunas de ellas son cultivadas como ornamentales, por ejemplo, *B. sinensis* en nuestro país.

En Chile el género está representado por 2 especies. Solo se usa medicinalmente *B. globosa*; esta crece en forma silvestre en cerros y quebradas entre Santiago y Chiloé.

Esta planta puede llegar hasta los 3 metros de altura. Es planta común en la zona central y se hace más frecuente hacia el sur. También es muy cultivada. Las hojas son opuestas, de hasta 15 cm de largo, lanceoladas y de borde almenado; rugosas en la superficie superior y felpudas en la inferior. Las hojas se utilizan para teñir los tejidos y brinda un color marrón.

Las flores que están agrupadas en cabezuelas esféricas son tubulosas, de color amarillo o naranja, aromáticas, de menos de 1 cm de largo. Florece desde noviembre a mayo. El matico también vive en Perú y Argentina. Se propaga por semillas.

USO EXTERNO:

Para lavar heridas y ayudar a su cicatrización.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Vulnerario y antidisentémico.	
INFUSIÓN Y POLVOS	Se prepara con una hoja picada a la que se le agrega 1 taza de agua hirviendo. Se deja enfriar y se usa para lavar heridas, luego se aplica sobre la lesión hojas picadas finamente.	Curación de heridas.
COCIMIENTOS	Se hace hervir durante 10 o 15 minutos un gran puñado de la planta en 1 litro de agua. Se deja enfriar y se usa para el lavado de heridas.	Curación de heridas.
COMPRESAS Y LAVADOS	Con infusión o un cocimiento se empapa un paño limpio y se coloca sobre la herida afirmando con una venda.	Curación de heridas.
INFUSIÓN	Se prepara con una hoja picada a la que se le agrega agua hirviendo. Beber después de las comidas.	Úlceras y trastornos digestivos.
POMADA	La pomada se realiza en 2 etapas: 1) Maceración: Se dejan en remojo 100 gramos de hojas de matico en ½ litro de alcohol por 1 semana. 2) Elaboración de la pomada: Colar el macerado y filtrar con un paño limpio o filtro de papel. Se calienta a baño maría ½ kilo que vaselina sólida y se le agrega el filtrado. Se revuelve hasta lograr una mezcla homogénea. Aplicar sobre la lesión, después de lavar la herida.	Curación de heridas.

MENTA



Mentha spp.

(*Mentha piperita* L. *Mentha rotundifolia* Cl. Huds., *Mentha citrata* Ehrh.,
Mentha pulegium L., y otras especies e híbridos.)

Familia: Labiadas.

Otros nombres comunes: Yerba buena, menta negra, üllfan, üllvan.
Kurupoleo, poleo, kolen, Hierba mota, Bergamota, mota.

DESCRIPCIÓN:

La familia Labiadas incluye 224 géneros y unas 5.600 especies cosmopolitas, pero es especialmente abundante en el mediterráneo europeo.

El género *Mentha* tiene 25 especies, originarias de zonas templadas del hemisferio norte. En Chile hay especies adventicias. Además, son plantas muy cultivadas. 6 son las especies que se cultivan en el mundo para extraer aceites esenciales.

Las especies del género que viven en Chile con hierbas perennes rozomatosas, aromáticas; Tienen tallos de sección cuadrangular, sus hojas son opuestas y de diferentes formas y texturas. Las flores son pequeñas bilabiadas y se agrupan en espigas compactas.

Se propagan rápidamente por medio de Estolones; prefieren lugares húmedos y se hibridizan fácilmente.

ORÉGANO



Origanum marjorana L.

Familia: Labiadas

DESCRIPCIÓN:

Las labiadas o Lamiáceas son una familia amplia, homogénea por la estructura de sus flores y tallos. Están presentes en prácticamente todos los tipos de vegetación del mundo, pero especialmente abundantes en la región mediterránea europea.

Compuesta de hierbas y pequeños arbustos, abarca unos 224 géneros con 5.600 especies, entre las cuales se encuentran muchas plantas útiles para el hombre, como aromáticas y/o medicinales.

El orégano es una hierba perenne muy olorosa, originaria de la cuenca del Mediterráneo, y cultivada en Chile en huertas y jardines, principalmente como condimento de comidas.

Es un arbustito bajo y ramoso, que alcanza 30 a 40 cm de altura. Los tallos son divididos, erguidos, de sección cuadrangular. Hojas opuestas, erguidas, ovaladas y de punta aguda. Flores blancas, rosadas o lilas, pequeñas, muy perfumadas, agrupadas en inflorescencias terminales. La corola está dividida en 2 labios, sobre los que sobresalen 4 estambres largos. Semillas muy pequeñas.

El orégano se reproduce fácilmente por semillas, almácigo y trasplante (en primavera), y por división de las champas después de la cosecha (otoño – invierno).

USO EXTERNO:

Gargarismos para desinfectar la garganta inflamada. Inhalaciones para descongestionar el aparato respiratorio. Baños para aliviar la fatiga.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Desinfectante, expectante. Combate la inapetencia y los trastornos gástricos y biliares. Alivia la fatiga nerviosa y la astenia general. Mejora los trastornos sexuales.	
INFUSIÓN	Se prepara con una cucharadita de la planta para 1 taza de agua hervida. Se bebe 2 o 3 tazas al día.	Tónico digestiva, emenagoga y antitusígena.
TINTURA	Se prepara con 150 gr de la planta para 1 litro de alcohol. Se deja remojando durante 10 días y se filtra. Se aplica en fricciones diarias.	Antirreumática
BAÑOS	Se prepara hirviendo durante 5 minutos un gran puñado de la planta en 2 litros de agua. Se agrega este cocimiento al agua del baño. Bañarse durante 20 minutos.	Para las contracciones musculares dolorosas.
JUGO	Machacar bien un puñado de la planta y luego filtrar en un paño limpio. Empapar un algodón con el jugo y aplicar sobre la muela adolorida. Para los oídos se usa las gotas aplicadas directamente.	Para los dolores de muelas y de oídos.

ORTIGA



Urtica spp.

(*urtiga urens* L. *Urtica dioica* L. *Urtig andicoila*).

Familia: *Urticáceas.*

Otros nombres comunes: *atapilla hembra, ortiga hembra, k'achu atapilla.*

DESCRIPCIÓN:

La familia Urticáceas comprende 52 géneros y unas 1.050 especies, originarias de climas tropicales y templados.

Existen unas 45 especies del género *Urtica* en el mundo. En Chile hay once, de las cuales dos son introducidas, que se usan medicinalmente. Ambas tienen sus hojas y tallos cubiertos de pelos urticantes.

U. dioica L.: Hierba perenne, de hasta 1 metro de alto. Hojas gruesas o casi carnosas con láminas anchas, grandes, que pueden tomar diferentes formas: ovales, oblongas, sub lanceoladas o acorazonadas, de hasta unos 9 cm. de largo, de márgenes aserrados. Las flores tienen solamente órganos masculinos o femeninos y son pequeñas.

Crece desde Coquimbo hasta Aysén. Se propaga por medio de estolones, formando matas compactas.

U. urens L.: Hierba anual baja, hojas aovado-elípticas débiles, de margen aserrado. Flores pequeñas y verdosas. Crece desde Antofagasta hasta Magallanes, como maleza en huertos, jardines y cultivos.

USO EXTERNO:

Baño contra hemorroides y problemas de la piel. Anticaspa. En gargarismos contra afecciones de garganta.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Favorece los intercambios metabólicos, estimula la actividad de las glándulas endocrinas y la producción de los glóbulos rojos. Para limpiar las vías urinarias y el aparato respiratorio. Alivia los malestares gastrointestinales. Coadyuvante en el tratamiento de la diabetes.	
INFUSIÓN	Poner 1 o 2 cucharaditas de hierba en una taza de agua hervida (no poner a hervir) dejar reposar 10 minutos. Beber 1 taza en la mañana y otra en la noche durante varias semanas.	Trastornos menstruales, de la piel, hemorragias, reumatismos, afecciones respiratorias. Diurética.
TINTURA	Dejar remojando 2 puñados grandes de la planta seca en 1 litro de alcohol 90°. Al cabo de 1 semana, filtrar y hacer fricciones sobre el cabello o la zona adolorida.	Para firmar el cabello y contra la caspa, para dolores reumáticos.
ZUMO	Machacar bien la planta fresca y pasarla por un paño para extraer el jugo. Beber 1 cucharadita 2 o 3 veces al día durante varias semanas. También se puede aplicar directamente en la piel para calmar irritaciones alérgicas.	Afecciones de la piel.
PLANTA FRESCA	Con la planta fresca recién cortada se frota aquellas partes del cuerpo que están adoloridas.	Para el reumatismo y como tónico general.
ENSALADA	Preparar, fresca, sazonando con aceite y sal. (Una vez cortada la planta y sazonada no produce la irritación, menos aún si esta cocida levemente).	Contra la anemia y como alimento.

PAICO



Chenopodium ambrosioides L.

Familia: *Chenopodiáceas*

Otros nombres comunes: *pichan, pichipichin, pichen*

DESCRIPCIÓN:

La familia Chenopodiáceas comprende 120 géneros y unas 1.300 especies cosmopolitas, que crecen especialmente en zonas desérticas y semidesérticas.

El género *Chenopodium* comprende 150 especies repartidas por el globo. En Chile hay 24 especies silvestres, siendo el paico muy frecuente en las proximidades de establecimientos humanos.

Chenopodium ambrosioides es originaria de la zona subtropical de México y adventicia en zonas cálidas y templadas. Es una hierba anual o bianual de 0.5 a 1.5 metros de alto. A veces es perenne.

Los tallos son erectos, las hojas alternas, de forma oval-lanceolada, el margen de éstas es irregularmente dentado. Las hojas superiores son más pequeñas y enteras.

Sus inflorescencias son muy densas y las flores muy pequeñas, de alrededor de 1mm de largo. Se propaga por siembra directa.

ATENCIÓN: TÓXICO EN ALTAS DÓISIS

USO INTERNO:

Estimula las funciones digestivas y los intercambios celulares, ruborizantes. Combate los trastornos nerviosos y alivia el asma. Elimina los parásitos intestinales. Diurético y sudorífico. Facilita la menstruación. Carminativo para infantes.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
JUGO	Se exprime el jugo de las hojas frescas y se calienta a baño María durante algunos minutos. Se agrega un poco de leche y azúcar. Beber 5ª 10 gotas dos o tres veces por día.	Para dolores de estómago y aerofagio.
INFUSIÓN 1	Se agrega agua hervida sobre 1 taza con unos cogollitos de la planta y se dejan reposar. Se beben 2 o 3 tazas por día.	Para la indigestión y como antiparasitario.
INFUSIÓN 2	Se prepara con la raíz, la que se remoja en 1 taza con agua hervida bien tapada.	Para los atrasos menstruales (Advertencia: Puede producir aborto).

PALQUI

(Mapudungún: palki)



Cestrum parqui L'Herit.

Familia: Solanáceas.
Otros nombres populares: parqui, palki, paique, paipalquen, bediondilla, palqui blanco.

DESCRIPCIÓN:

Las Solanáceas son una familia amplia y cosmopolita, que agrupa a unos 90 géneros con 2 mil a 3 mil especies, muchas de las cuales son muy venenosas.

Cestrum es un género americano, con unas 140 especies distribuidas en las zonas tropicales y subtropicales. En Chile, existe una sola nativa: el palqui. Crece en los suelos desgradados y secos, y en los bordes de los caminos. Muy frecuente en las provincias centrales; menos habitual de Concepción hasta Osorno. También crece en Argentina, Perú, Uruguay y Brasil.

Arbusto de tallos delgados, derechos, glabros, de 1 a 3 metros de altura. Hojas de olor fétido, lanceoladas, de punta aguda, de 6 a 8 cm de largo, con borde entero. Flores amarillentas o marrones, tubulosas, reunidas en inflorescencias racimosas. Floración, de agosto a marzo. Fruto, una baya negruzca, ovoide, de 1 cm de longitud, que contiene 8 a 10 semillas.

Por ser tan frecuente en la naturaleza, el palqui no se cultiva sino que se recolecta directamente en su hábitat. También se reproduce fácilmente por semillas.

USO EXTERNO:		
El jugo de las hojas frescas se usa contra afecciones de la piel y de llagas cancerosas. Los lavados con decocción sirven contra eczemas.		
PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Sudorífico en resfrío y fiebre. Contra inflamaciones gástricas y biliares.	
INFUSIÓN	Se usa una pequeña cantidad de raspadura de tronco (una cucharadita aproximadamente) para una taza caliente. Beber 2 o 3 tazas al día.	Para bajar la fiebre.
JUGO	Se extrae de las hojas frescas machacándolas bien y luego se exprime con un paño. El jugo se aplica sobre las lesiones de la piel 3 o 4 veces al día.	Para lesiones de la piel con alergias, herpes, impétigo y tiña. En el caso del impétigo es importante hacer uso de antibióticos.
CATAPLASMA CALIENTE	Las varillas pasadas por la ceniza caliente se aplican sobre las lesiones.	Para tratar sabañones.

DESCRIPCIÓN:

Las Lauráceas conforman una familia de amplia distribución. Compuesta principalmente de árboles y arbustos de hojas aromáticas repartidos en alrededor de 32 géneros y 2.500 especies.

En Chile hay cinco lauráceas nativas, entre las cuales se cuenta, el belloto, el lingue y el peumo. El género *Cryptocaya* agrupa aproximadamente a 200 especies de árboles. El peumo se encuentra desde el sur de la Región de Coquimbo hasta la provincia de Valdivia, tanto en la costa como en los contrafuertes andinos.

Árbol siempre verde, de follaje denso, que alcanza hasta los 20 metros de altura, con el tronco de hasta un metro de diámetro. Hojas perfumadas, simples, alternas u opuestas, verde oscuras, brillantes y coriáceas, de forma anchamente obovada, de borde entero a veces algo ondulado, de pecíolo corto y grueso.

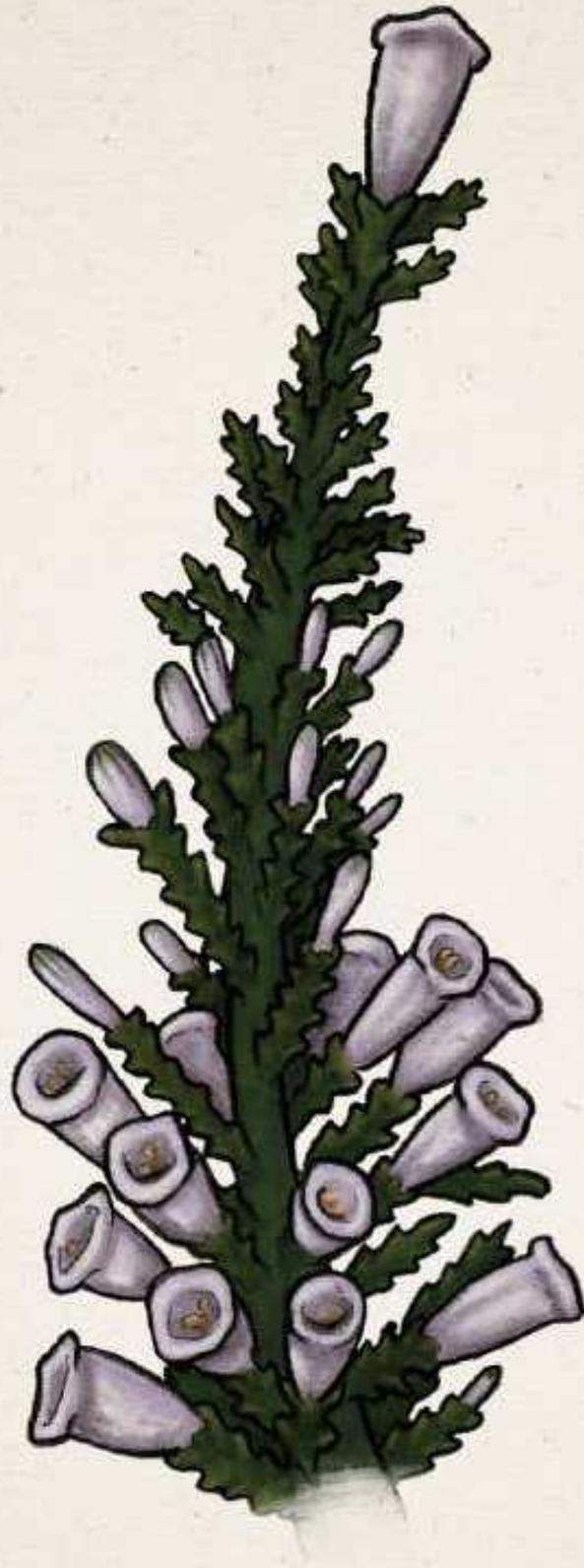
Flores pequeñas, amarillo – verdosas, reunidas en panículas axilares. Fruto: una baya roja, olorosa, de 1.5 cm de largo, que contiene una semilla grande.

La propagación del peumo se hace mediante semillas, las cuales son de fácil germinación. Requiere de terrenos sueltos, profundos, buen drenados y húmedos.

Resiste bien las heladas y las podas.

USO EXTERNO: Cataplasma contra el reumatismo. Infusión de hojas para frotar extremidades. Pomada de semillas molidas. Catarro vaginal.		
PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Infusión de la corteza para enfermedades del hígado y hemorragias vaginales.	
INFUSIÓN	Se prepara infusión con un puñado pequeño de hojas en ½ litro de agua. Se cuele y se deja entibiar. Lavar las lesiones 1 vez al día.	Para lavar heridas y para el tratamiento de las leucorreas.
BAÑOS CON COCIMIENTOS	Se prepara con un puñado grande de hojas, las que se ponen a hervir en 2 litros de agua durante 10 minutos. Después se cuele y se agregan al agua de una tina. Bañarse diariamente o día por medio.	Contra el reumatismo.

PICHIRROMERO



Fabiana imbricata R. & P.

Familia: *Santaláceas.*

Otros nombres populares: *pichi, romero pichi, peta, romero, manto derecho, manto negro*

DESCRIPCIÓN:

La familia solanáceas agrupa de dos mil a tres mil especies en unos 90 géneros. El género Fabiana cuenta con unas quince especies sudamericanas, de las cuales seis se encuentran en Chile.

EL pichirromero crece en terrenos áridos, en los pedregales cerca de los ríos, bordes de camino, etc. Es frecuente entre Coquimbo y la Patagonia; también crece en Argentina.

Arbusto ramoso, de 1 a 3 mts. de altura, muy resinoso. Ramas verticales, totalmente cubiertas de hojitas imbricadas pequeñas (1 a 1,5 mm), sésiles, parecidas a escamitas. Flores solitarias, ubicadas al extremo de las ramillas laterales, tubulosas, blanco – azuladas, de 1 a 1,5 cm de largo. Fruto, una cápsula de forma ovoide, de 5 a 6 mm de largo.

La propagación del pichirromero se hace mediante semillas y almácigos.

USO INTERNO:

La infusión de las hojas como antiséptico de las vías urinarias. Tónico balsámico. Diurético y digestivo. Alivia las afecciones de la vejiga e hígado. Combate las afecciones crónicas de los bronquios.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
INFUSIÓN DE CORTEZA	Diurético fuerte	
INFUSIÓN	Se prepara con una cucharadita llena de la planta para 1 taza de agua hervida. Beber 2 o 3 tazas al día.	Para las afecciones de las vías urinarias bajas. Cistitis.

QUILLAY

(Mapudungún: küllay)



Quillaja saponaria Mol.

Familia: Rosáceas
Otros nombres populares: kallay, kullai

DESCRIPCIÓN:

La familia Rosáceas reúne plantas de gran importancia económica y ornamental para el hombre. Agrupa a 122 géneros con 3.400 especies, entre las que se encuentran frutales como el manzano, peral, damasco, cerezo, además de plantas de jardín como rosales, cratego, etc. Su distribución es cosmopolita con un máximo desarrollo en zonas templadas de la tierra. El género quillaja tiene 3 especies, todas ellas americanas.

El quillay es endémico de Chile y crece tanto en el valle central como en ambas cordilleras hasta los 1.500 metros de altura entre Coquimbo y Malleco.

Es un hermoso árbol siempreverde, que puede alcanzar los 15 metros de altura, cuyo tronco puede medir más de 1 metro de diámetro. La corteza es gris oscura. Hojas simples, alternas, de pecíolo corto, de forma oblonga, borde casi liso o escasamente dentado, caríáceas, glabras y de color verde claro. Flores blancuzcas, de forma estrellada, solitarias o dispuestas en inflorescencias terminales cortas. Floración, desde octubre a enero, época en que numerosos insectos rodean al árbol y lo polinizan. Fruto consistente en una cápsula leñosa, dehiscente, con forma de estrella de cinco puntas, que permanece en el árbol durante largo tiempo, y que contiene numerosas semillas aladas que se diseminan con el viento.

La propagación del quillay se hace mediante semillas, que son de fácil germinación y de crecimiento rápido. No tiene requerimientos especiales y es muy adaptable a ambientes secos y pobres. Resiste bien a las heladas y las podas.

USO INTERNO:

Lavados para afecciones crónicas de la piel. Enemas, ayuda a la digestión y combate la alopecia.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
INFUSIÓN	A 5 gramos de hoja y corteza desmenuzada se agrega una taza de agua hervida. Beber 2 o 3 tazas al día.	Para combatir la tos y la bronquitis.
COCIMIENTO	Se hierven 2 cucharaditas de corteza desmenuzada durante 10 minutos en ½ litro de agua. Con este líquido se lavan las heridas.	Para tratar heridas escamosas y crónicas de la piel.
MACERACIÓN	Dejar remojando 2 trozos de corteza en 2 litros de agua durante toda una noche. Después agregar agua caliente y lavar el cabello.	Para afirmar el cabello y tratar la seborrea.

QUINCHAMALÍ

(Mapudungún: kinchamali)



Quinchamailium chilense Mol.

Familia: Santaláceas.

DESCRIPCIÓN:

Las Santaláceas son una familia de árboles, arbustos y hierbas de las regiones tropicales y templadas del mundo. Abarca 35 géneros y alrededor de 400 especies. La mayoría de ellas son hemiparásitas, es decir, necesitan la colaboración de una planta huésped para desarrollarse, y de la cual absorben agua y sustancias minerales, pero fotosintetizan su propio alimento. La mayoría de las especies parasita las raíces de otras plantas, pero también las ramas u otras partes aéreas.

En Chile existen cinco géneros con ocho especies de Santaláceas, entre las que contaban el sándalo de Juan Fernández, planta actualmente en extinción, ya que fue muy explotada en el pasado por sus perfumadas maderas.

El género *Quinchamalium* es un grupo de taxonomía difícil y poco estudiada, ya que las plantas tienen una gran plasticidad y cambian mucho según el hábitat en que viven. Algunos autores consideran que no hay más de dos variedades (Marticorena y Quezada, 1985), aunque otros piensan que existen entre ocho y trece.

El Quinchimalí es nativo de Chile, Argentina y Bolivia. En nuestro país vive entre Antofagasta y Magallanes, común en las laderas soleadas de los cerros, hasta 2.500 – 3.000 metros de altura sobre el nivel del mar.

Es una hierba perenne, de hojas carnosas, lineales, de 0.5 a 4 cm. de largo. Flores reunidas en inflorescencias en forma de cabezuela o espiga densa. Cada flor mide entre 1 y 1.5 cm. de longitud, son tubulosas, con cinco pétalos que se abren al exterior, verdosas por fuera y amarillo, naranja o rojo (o todos estos colores mezclados), por dentro. Floración desde diciembre a marzo. Fruto una pequeña nuez.

Del cultivo del Quinchimalí se sabe muy poco y se hace difícil por su condición de hemiparásito. Habría que cultivar tanto la planta que nos interesa como su huésped específico. Esto requeriría una investigación biológica más detallada.

DESCRIPCIÓN:

Las Labiadas son una familia amplia y cosmopolita. Agrupa 224 géneros y a unas 5.600 especies, de las cuales muchas se cultivan con fines ornamentales (salvia, lavanda, etc.), culinarios (orégano, tomillo, albahaca, etc.), o medicinales (menta, poleo, melisa, etc.), todas ellas muy aromáticas.

El género *Rosmarinus* agrupa a tres especies del Mediterráneo europeo. En Chile se cultiva desde los tiempos de la Colonia en huertos y jardines. El romero también es una planta perfumada, provista de pequeñas glándulas que contienen aceites esenciales.

Es un arbusto ramoso y de abundante follaje siempreverde, que puede alcanzar 2 o 3 metros de altura. Los tallos nuevos son de sección cuadrangular y los más viejos tienen la corteza grisácea y resquebrajada. Hojas opuestas, sésiles, lineales, de 2 a 3 cm de largo con los bordes doblados hacia abajo, de un verde muy oscuro y brillante por la cara superior y blanquecina y velludas por el envés. Flores bilabiadas reunidas en espiguitas de 5 a 10 unidades, de color morado pálido o blancas. El cáliz de las flores contiene alta concentración de los principios aromáticos. Floración: primavera y verano.

La multiplicación se hace por semillas o bien por patillas que se entierran a fines del verano; también por división de la champa y por mugrones.

ATENCIÓN: TÓXICO EN FUERTES DÓSIS

USO EXTERNO:

Para desinfectar heridas, llagas y granos. Ayuda a eliminar la leucoma o flujo blanco.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Estimulante, tónico cardíaco, antirreumático. Calma los nervios durante la menopausia. Mitiga los dolores menstruales y climaterios (No debe ser usado por mujeres embarazadas). Diurético, colagogo y carminativo.	
INFUSIÓN	Se prepara con una cucharadita de hojas para 1 taza de agua hervida. Beber 2 o 3 tazas al día.	Estimulante, tónico estomacal, antiespasmódico, sedante, colagogo, emenagogo y para aliviar los síntomas de problemas respiratorios.
GARGARISMOS	Se prepara un cocimiento con 10 gramos (una cucharada) de la planta molida para ½ litro de agua y se hace hervir durante 1 minuto. Con el líquido se hacen gárgaras por lo menos 3 veces al día.	Contra las altas y lesiones de la boca.
COMPRESAS	Lavados y con el mismo cocimiento filtrado se hacen los lavados y se empapan paños limpios o algodones para aplicar sobre heridas o lesiones.	
BAÑOS	Hervir un gran puñado de hojas en 3 litros de agua durante 15 minutos, luego colar y agregar a una tina con agua caliente.	Contra el reumatismo y para tonificar los miembros.
FRICCIÓN	Poner a remojar 300 gramos de hojas, ramas y flores de romero en 1 litro de alcohol de 90° durante 9 días. Colar y usar para masajes 1 o 2 veces al día.	Contra los dolores reumáticos.
FUMIGACIÓN	Poner sobre la estufa, brasero o sobre piedras recalentadas, ramas y hojas, aspirar el humo de ellas al quemarse.	Contra los dolores de cabeza y para despejar los bronquios.

RUDA



Ruta graveolens L.

Familia: Rutáceas

DESCRIPCIÓN:

La familia Rutáceas comprende 161 géneros y unas 1650 especies cosmopolitas, especialmente de ambientes tropicales. El género Ruta incluye siete especies de arbustos muy aromáticas.

La ruda es una planta medicinal originaria de la cuenca mediterránea y usada como tal desde tiempos antiguos. En Chile escapa de los huertos donde se cultiva y se torna silvestre, en bordes de caminos y potreros.

Es un arbusto que mide hasta 80 cm de altura, de base leñosa y ramas blandas de color verde blanquecino. Sus hojas están muy divididas en segmentos ovalados, son de color verde azulado y contienen abundantes aceites esenciales de olor muy característico.

Las flores de 8 a 10 mm de diámetro están dispuestas en cimas terminales. La corola tiene 4 o 5 pétalos amarillos, convexos de borde finamente recortados. Floración: de agosto a noviembre.

El fruto es una cápsula que contiene semillas lisas y negras.

La ruda se propaga por siembra directa o por almácigo, no teniendo requerimientos muy especiales para su cultivo.

USO EXTERNO:

En baños, pomadas o cataplasma contra el reumatismo y dolores musculares de las extremidades.

PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Tónico antiespasmódico, sedante. Contra la gripe y reumatismo. Febrífuga. Hoja: antineurálgica, antirreumática, antipirética.	
DECOCCIÓN	Se prepara con una cucharada grande llena de raspadura de corteza para 2 litros de agua. Se deja en remojo por algunas horas y luego se calienta hasta dar un hervor. Beber 3 a 4 tazas al día.	Resfríos, reumatismo.
VINO	Se prepara con un buen vino blanco al que se agrega 30 gramos de corteza (1 cucharada sopera). Se deja en remojo por 9 días, removiendo regularmente el macerado. Beber una copita antes de cada comida.	Tónico

SAUCO



Sambucus nigra L.

Familia: Caprifoliáceas.
Nombre común: Saúco.

DESCRIPCIÓN:

La familia Caprifoliáceas comprende 16 géneros y unas 365 especies de importancia en la horticultura, ya que la mayoría de sus representantes son atractivas plantas de jardín.

El género Sambucus incluye veinte especies originarias de climas templados y subtropicales.

El saúco es un arbusto alto, de hasta 4 metros, de origen europeo, cultivado y que se ha asilvestrado en algunos lugares del país.

Las hojas son opuestas, formadas por algunos pares de folíolos enfrentados, más otro en el ápice. Los folíolos son terminados en punta y de borde irregularmente aserrado.

Las flores están agrupadas en grande umbelas de olor algo desagradable. Son de color blanquecino, la corola tiene 0.5 cm. de diámetro, posee cinco pétalos y cinco estambres. El fruto es una baya negra. Se propaga por esqueje y semilla. Su cultivo no requiere de condiciones muy especiales, ya que es una planta muy resistente.

Existen una especie afín, *S. obulus*, de origen europeo y que también se cultiva en el país.

USO EXTERNO: Gargarismos para desinfectar boca y garganta. Compresas para bajar la fiebre.		
PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Contra trastornos nerviosos e insomnios. Alivia la migraña, las inflamaciones dolorosas, combate resfríos y catarros de las vías respiratorias.	
INFUSIÓN	Se ponen algunas flores en 1 taza de agua hervida. Beber varias veces al día (Se pueden agregar otras plantas pectorales: tilo, manzanilla, yerba paico, tusilago, etc.).	Conjuntivitis, lesiones, infecciones de la piel. Para las manchas del embarazo.
COMPRESAS	Empapar un paño limpio o algodón con la infusión y aplicar sobre las lesiones. En caso de conjuntivitis el líquido también se puede usar par lavados.	Para bajar la fiebre y curar lesiones infecciosas de la piel.

TILO



Tilia spp
Familia: *Tiláceas*

DESCRIPCIÓN:

La familia Tiláceas comprende 48 géneros y unas 700 especies de árboles y arbustos (muy raramente hierbas).

Existen cerca de 45 especies del género *Tilia*, todos procedentes de zonas boreales templadas; europeas y norteamericanas. Poseen características muy similares.

Los tilos son árboles de gran tamaño, de corteza fibrosa, tronco recto, copa ancha y globosa y follaje caduco. Las hojas grandes, acorazonadas, asimétricas en la base, el ápice es puntiagudo y el borde irregularmente dentado. Sus flores están agrupadas en inflorescencia cimosas protegida por una bráctea grande, alargada, semisoldada y de color verde claro, sostenidas por un pecíolo largo. Las flores tienen 5 pétalos, son de color blanquecino y poseen numerosos estambres.

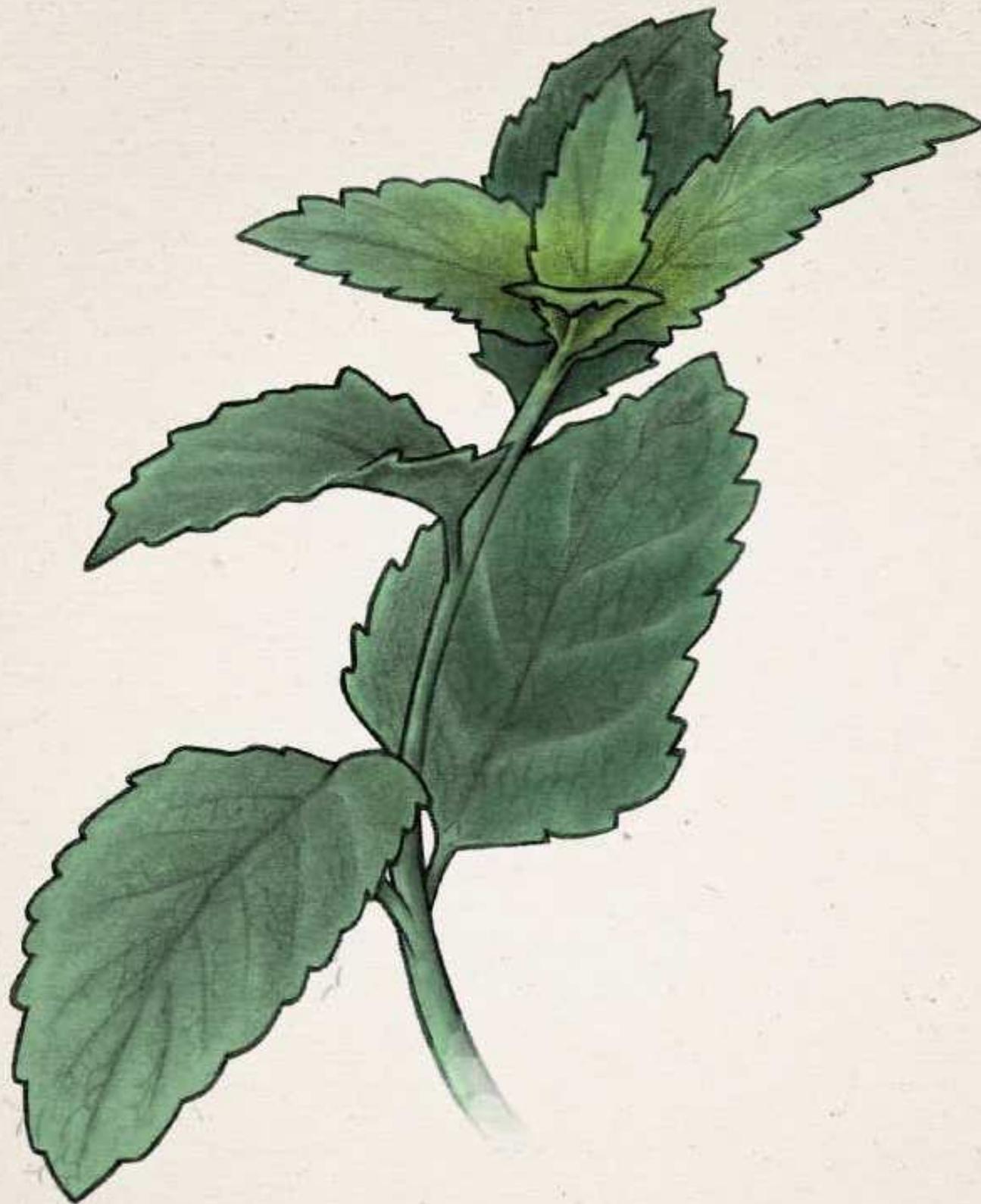
Cuando el árbol florece en primavera, el olor de las flores impregna el aire. Los frutos son pequeñas cápsulas indehiscentes, duras, leñosas que contienen numerosas semillas que habitualmente no son fértiles.

Es frecuente en plazas y jardines y se propaga por esquejes y brotes provenientes de las raíces, las que se trasplantan durante el invierno. Requiere suelos fértiles y frescos y bastante humedad. Es resistente a las heladas. De crecimiento rápido cuando las condiciones son propicias. En Chile se da muy bien en el sur, especialmente en la Región de Los Lagos.

USO EXTERNO:		
El macerado de la corteza alivia las quemaduras		
PRESENTACIÓN	PREPARACIÓN	INDICACIÓN
USO INTERNO	Estimula el apetito, sedante de los nervios, fortalece el corazón. Combate los resfríos y la tos. Diurético y depurativo.	
INFUSIÓN	Se prepara poniendo agua hervida en una taza que contiene flores de tilo (3 a 4 flores). Beber 2 tazas al día.	Para combatir las molestias del resfrío y se usa como sedante. Alivia las cefaleas.
DECOCCIÓN	Se prepara con 10 gramos de flores por litro de agua y se pone a calentar hasta que hierva. Se deja enfriar y se aplica sobre las lesiones.	Tratamiento de la tiña y sarpullido.
MACERACIÓN	Remojar la corteza en agua fría hasta que se forme un mucílago (sustancia gelatinosa). Se aplica sobre la piel quemada.	Para las quemaduras.

TORONJIL

(Mapudungún: wakakachu, wakalawen)



Melissa officinalis L.

Familia: Labiadas

Otros nombres comunes: toronjil de olor, toronjil pa' la pena, melisa.

DESCRIPCIÓN:

Las Labiadas son una familia amplia y cosmopolita. Agrupa 224 géneros y unas 5.600 especies, de las cuales muchas se cultivan con fines ornamentales (salvia, lavanda, coleu, etc.) o medicinales (menta, poleo, toronjil cuyano, etc.), todas ellas muy aromáticas.

El género *Melisa* comprende tres especies, originarias de Europa y el Cercano Oriente.

El toronjil es una hierba perfumada de origen europeo. En Chile se encuentra en cultivos y en forma silvestre. Su olor recuerda al del limón.

Es hierba perenne, mide hasta 70 cm de altura. Sus hojas son opuestas, pecioladas, ovaladas, de base ligeramente acorazonada, de borde dentado y la lámina está finamente abollada.

Inflorescencia en espigas de unos 20 cm de largo, en las cuales las flores están agrupadas cada cierto trecho.

La corola es blanca y bilabiada.

Se propaga por vía vegetativa y por semillas en siembra directa o en almácigos.

USO	PLANTA
ESCLEROSIS	Ajo
FIEBRE	Sauce Llorón, Sauco, Sanguinaria
HERIDAS	Arrayán, Canelo, Llantén, Matico, Pata de Vaca, Ruda, Salvia, Peumo, Nogal
HERPES	Laurel, Palqui
HIPERTENSIÓN ARTERIAL	Ajo, Nogal, Ruda
INFECCIÓN URINARIA	Eucalipto, Bailahuén, Manzanilla, Salvia, Sabinilla, Pichirromero
JAQUECAS	Boldo, Laurel, Manzanilla, Menta, Natre, Palto, Ruda, Tilo, Toronjil
MENSTRUACIÓN	Ajenjo, Laurel, Manzanilla, Palto, Romero, Ruda, Toronjil, Salvia, Quinchamalí
RESFRÍO	Ajo, Arrayán, Bailahuén, Borraja, Cebolla, Eucaliptus, Llantén, Manzanilla, Menta, Palqui, Pata de Vaca, Romero, Tilo, Violeta, Toronjil Cuyano, Sauce Llorón, Sauco, Salvia, Ortiga, Malva
REUMATISMO	Boldo, Canelo, Romero, Sauce Llorón, Sanguinaria, Salvia, Peumo, Ortiga, Miyaya, Violeta
SARNA	Canelo, Ruda
TIÑA	Ajo, Palqui, Tilo
TOS	Arrayán, Llantén, Palto, Radal, Miyaya, Hinojo
TUBERCULOSIS	Salvia

DICCIONARIO MANUAL DE PLANTAS MEDICINALES

A	
AFRODISIACO	Que excita o aumenta el deseo sexual.
ALUCINÓGENO	Sustancia que causa un cambio del tono afectivo, generalmente hacia la euforia, y que produce alteraciones perceptivas, en especial visiones.
ANALGÉSICO	Alivia o reduce el dolor. Sustancia o medicamento que hace que un dolor o molestia sea menos intenso o desaparezca sin causar pérdida de la conciencia o el conocimiento.
ANESTÉSICO	Sustancia química que produce la pérdida temporal del conocimiento o de la sensibilidad de una parte del cuerpo.
ANTIBIÓTICO	Sustancias utilizadas para impedir el desarrollo de bacterias en el cuerpo humano.
ANTICATARRAL	Previene el catarro o actúa contra él.
ANTIDIARREICO	Elimina o alivia la diarrea, es decir, el proceso caracterizado por la eliminación frecuente de heces acuosas o blandas acompañada o no de fiebre, dolor abdominal, náuseas, vómitos y pérdida de apetito.
ANTIESCORBÚTICO	Sirve para combatir el escorbuto. El escorbuto es una avitaminosis producida por la deficiencia de vitamina C, que es requerida para la síntesis de colágeno en los humanos.
ANTIESPASMÓDICO	Sustancia o medicamento que se utiliza para aliviar o calmar los espasmos o convulsiones.
ANTIMICROBIANO	Sustancia que impide la formación o el desarrollo de los microbios.
ANTIPARASITARIO	Sustancia que reduce o combate los parásitos.
ANTIPIRÉTICO	Sustancia que sirve para reducir la fiebre.
ANTISÉPTICO	Sustancia que se emplea para destruir los gérmenes que infectan a un organismo vivo o para evitar su existencia.

ANTITUSÍGENO	Sustancia que alivia o calma la tos.
APERITIVO	Bebida o pequeña cantidad de alimento que se toma antes de una comida principal para estimular el apetito.
ASTENIA	Debilidad o fatiga general que dificulta o impide a una persona realizar tareas que en condiciones normales hace fácilmente.
ASTRINGENTE	Que produce desecación y contracción de los tejidos del vientre y dificulta la evacuación de los excrementos.
B	
BALSÁMICO	Que tiene bálsamo o alguna de sus propiedades expectorantes o cicatrizantes.
C	
CARMINATIVO	Sustancia que favorece la expulsión de los gases del tubo digestivo.
CATÁRTICO	Sustancia que acelera la defecación.
COLAGOGO	Fármacos o extractos de plantas que facilitan la expulsión de la bilis retenida en la vesícula biliar, y casi siempre van acompañados de acción purgante intestinal.
COLERÉTICO	Sustancia que aumenta la secreción biliar.
COLIRIO	Medicamento que se aplica en forma de gotas a la conjuntiva del ojo.
D	
DEPURATIVO	Que depura o purifica los líquidos del cuerpo, en especial la sangre.
DIGESTIVO	Que facilita la digestión.
DIURÉTICO	Que facilita o aumenta la eliminación de orina.
E	
ECZEMA	Afección inflamatoria aguda o crónica de la piel caracterizada por la aparición de placas rojas algo sobreelevadas y que producen picor. En ellas se suelen desarrollar pequeñas ampollas que al romperse fácilmente forman costras amarillentas.
EMENAGOGO	Que provoca o favorece la menstruación.
EMOLIENTE	Sustancia o medicamento que ablanda o relaja una dureza, un tumor o una zona inflamada. Es de uso externo.

ENEMA	Líquido que se inyecta en el intestino por el ano con fines laxantes, terapéuticos o analgésicos.
ESPASMOLÍTICO	Medicamento antiespasmódico, es decir, destinado a aliviar los espasmos musculares (contracciones musculares anormales y dolorosas).
ESTOMACAL	Que tonifica el estómago y favorece la digestión.
F	
FEBRÍFUGO	Que sirve para reducir la fiebre.
G	
GARGARISMO	Son medicamentos líquidos utilizados para enfermedades de la boca cuyo vehículo principal suele ser el agua.
H	
HIPNÓTICO	Son drogas psicotrópicas psicoactivas que inducen somnolencia y sueño.
HIPOENSOR	Fármaco que se utiliza para la reducción de la tensión arterial.
I	
INAPETENCIA	Falta de apetito.
L	
LEUCORREA	Secreción genital blanquecina producida por la inflamación de la membrana mucosa del útero y la vagina.
P	
PECTORAL	Es útil o beneficioso para aliviar la tos o las molestias del pecho.
S	
SUDORÍFICO	Sustancia que provoca la secreción de sudor.
V	
VERMÍFUGO	Sustancia que mata o expulsa las lombrices intestinales.
VULNERARIO	Sustancia que cura las llagas y heridas.

Acercarnos al conocimiento de las plantas medicinales es una oportunidad de encuentro, dialogo, valoración y reconocimiento de los saberes de la cultura mapuche y rural, quienes han permitido salvaguardar esta sabiduría durante generaciones. Oportunidad que nos permite mirar la salud desde una perspectiva integral, conectada con la naturaleza, el cuidado de la biodiversidad y la vida en comunidad. Celebro esta iniciativa que surge del equipo UNETE, y que es una contribución para avanzar en el diálogo de saberes, en el que la Universidad de La Frontera debe sumarse.

REBECA CORREA DEL RÍO

Coordinadora Territorial UNETE Carahue

La cultura Mapuche nos entrega conocimientos a través de la tierra, por lo cual ha sido tan estudiada a través del tiempo. Estos tres internos de la carrera de Odontología de la Universidad de La Frontera nos regalan este valiosísimo ejemplar en el cual podrán encontrar información detallada acerca de algunas plantas medicinales que podemos usar a diario en distintas enfermedades. Es por esto que los invito a leer este Manual de Plantas Medicinales, a interiorizarse con la cultura y a aprender un poquito más de nuestra tierra, tan sabia, que tanto nos entrega y que aún nos falta mucho por conocer.

TERESA COLLÍO HUIRCAMÁN

Educadora Tradicional Mapuche

