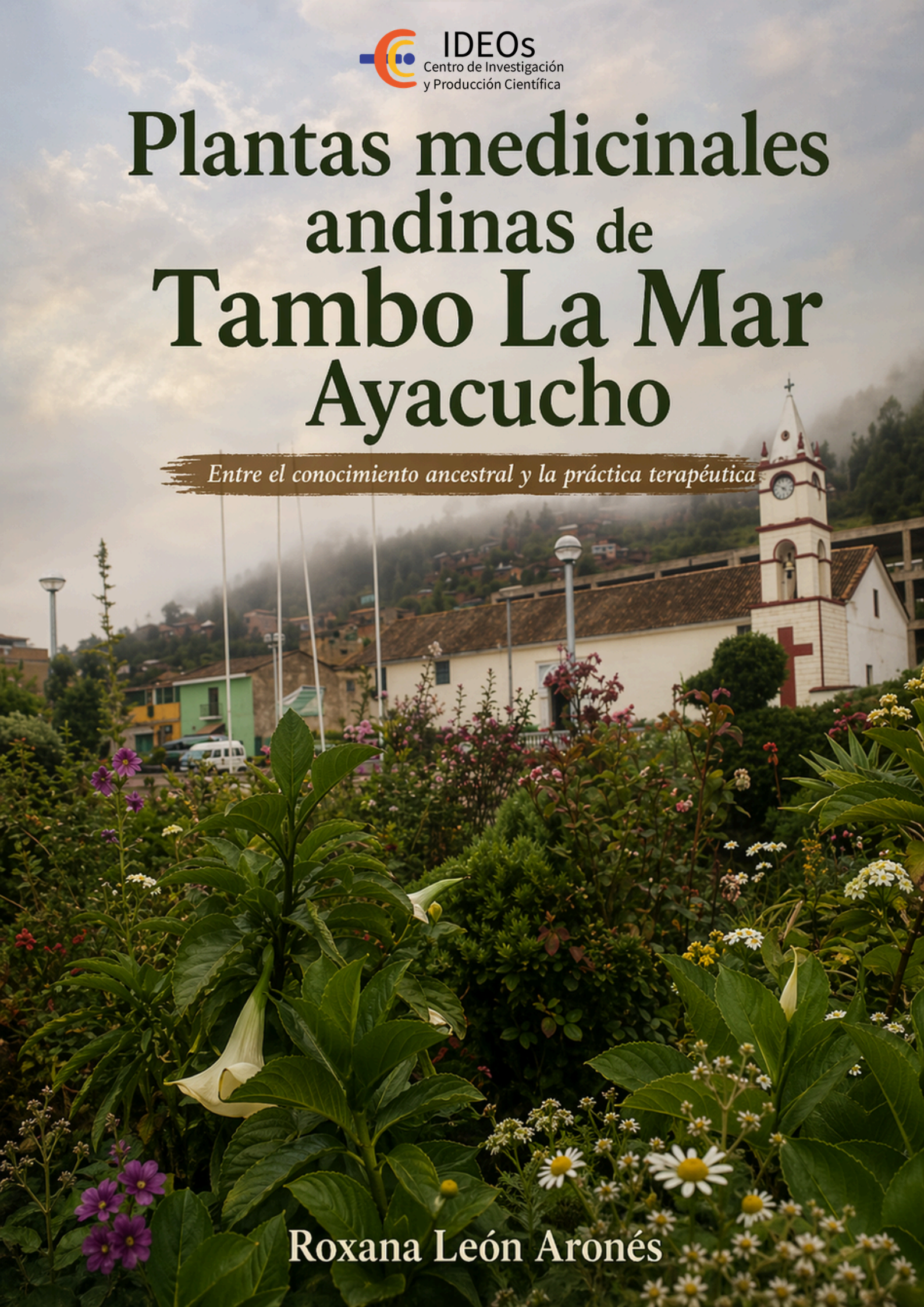
IDEOs
Centro de Investigación
y Producción Científica

Plantas medicinales andinas de Tambo La Mar Ayacucho

Entre el conocimiento ancestral y la práctica terapéutica



Roxana León Aronés

Plantas medicinales andinas de Tambo La Mar Ayacucho

Entre el conocimiento ancestral y la práctica terapéutica

Editor

IDEOs
Centro de Investigación
y Producción Científica

Plantas medicinales andinas de Tambo La Mar Ayacucho:

Entre el conocimiento ancestral y la práctica terapéutica

Roxana León Aronés

Editado por

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y PRODUCCIÓN CIENTÍFICA IDEOS E.I.R.L

Dirección: Calle Teruel N° 292, Urb. Las Américas - Miraflores-Perú

RUC: 20606452153

Primera edición digital, Abril de 2026

Libro electrónico disponible en www.tecnohumanismo.online

ISBN: 978-612-5241-19-1

Depósito Legal N°: 202604034

ISBN 978-612-5241-19-1

9 786125 241191

CC BY

Roxana León Aronés

roxana.leon@unsch.edu.pe

https://orcid.org/0009-0007-3478-1561

Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho – Perú



En memoria de don Hector León Medina

RESEÑA

Este libro constituye una obra académica integral orientada a la **sistematización del conocimiento etnobotánico andino**, basada en el estudio de plantas medicinales utilizadas en el distrito de Tambo, provincia de La Mar, en Ayacucho. A través de un enfoque riguroso que articula teoría, metodología, análisis e interpretación, la obra logra trascender la simple recopilación de saberes tradicionales, proponiendo un modelo estructurado que permite comprender, organizar y proyectar este conocimiento en el ámbito académico y aplicado.

Desde sus primeras páginas, el texto sitúa al lector en el contexto de la medicina tradicional peruana, destacando la importancia del conocimiento ancestral como una forma legítima de comprensión de la salud. A lo largo de sus capítulos, desarrolla de manera profunda los fundamentos teóricos de la cosmovisión andina, en la que el cuerpo, la naturaleza y la espiritualidad se integran en un sistema de equilibrio. Esta base conceptual permite interpretar las prácticas etnobotánicas no como expresiones aisladas, sino como parte de un sistema coherente de atención en salud.

Uno de los aportes más relevantes del libro es la organización del conocimiento en función de sistemas corporales —digestivo, respiratorio, renal, nervioso, reproductivo y físico—, lo que facilita su comprensión y análisis. A esta estructura se suma la clasificación por tipo de uso (infusiones, emplastos, baños, jarabes), por intensidad terapéutica (plantas fuertes y suaves) y por su dimensión ritual, evidenciando la complejidad y profundidad del sistema tradicional. Esta propuesta metodológica constituye un aporte original, en tanto permite traducir un conocimiento empírico en una estructura analítica sin despojarlo de su contexto cultural.

La obra destaca también por integrar el uso medicinal de las plantas con su dimensión simbólica y espiritual, abordando prácticas como baños rituales, sahumerios y vaporizaciones. Esta integración permite comprender la salud desde una perspectiva holística, en la que lo físico, lo emocional y lo energético se encuentran interrelacionados.

Asimismo, el libro incorpora un análisis de plantas de uso múltiple, evidenciando la estrecha relación entre alimentación y salud en el contexto andino.

En su sección de discusión, el texto ofrece una interpretación crítica del conocimiento recopilado, destacando su coherencia interna, sus patrones culturales y su potencial de articulación con la literatura científica. Finalmente, propone un modelo de sistematización etnobotánica andina que constituye el núcleo del aporte del libro, junto con conclusiones y recomendaciones orientadas a la investigación, el uso responsable y la educación.

En conjunto, esta obra representa una contribución significativa al campo de la etnobotánica y la salud intercultural, al ofrecer una mirada profunda, estructurada y respetuosa del conocimiento tradicional. Su enfoque la posiciona no solo como un documento de registro, sino como una herramienta académica y aplicada, con potencial para ser utilizada en investigación, formación profesional y diseño de políticas en salud.

ÍNDICE

RESEÑA 4
INTRODUCCIÓN 8
PARTE I 11
Capítulo 1: Medicina tradicional andina y cosmovisión 11
1.1. Concepto de “aire”, “susto”, “mal” 13
1.2. Relación cuerpo–naturaleza–espiritualidad 15
1.3. Uso ritual vs uso terapéutico 18
1.4. Rol de la comunidad en la transmisión del conocimiento 21
Capítulo 2: Bases de la fitoterapia tradicional 24
2.1. Plantas medicinales vs plantas rituales 25
2.2. Formas de preparación: infusión, jarabe, emplasto, baños y sahumerios 28
2.3. Clasificación: plantas “fuertes” y plantas “suaves” 31
PARTE II 36
Capítulo 3: Sistematización del conocimiento etnobotánico 36
3.1. Origen del registro (Tambo – La Mar – Ayacucho) 38
3.2. Método de recopilación (observación directa, saber local) 40
3.3. Registro fotográfico 41
3.4. Limitaciones (no validación clínica) 43
PARTE III 46
Capítulo 4: Plantas para el sistema digestivo y metabólico 46
Capítulo 5: Plantas para el sistema respiratorio 62
Capítulo 6: Plantas para el sistema urinario y renal 70
Capítulo 7: Plantas para inflamación, dolor y traumatismos 75
Capítulo 8: Plantas para la salud reproductiva y femenina 84
Capítulo 9: Plantas para sistema nervioso y emocional 92
Capítulo 10: Plantas rituales y espirituales 99
Capítulo 11: Plantas múltiples (medicinal + alimenticio) 107
Capítulo 12: Otras plantas registradas 114

PARTE IV 135
Capítulo 13: Interpretación del conocimiento etnobotánico 135
PARTE V 140
Capítulo 14: Modelo de sistematización etnobotánica andina 140
CONCLUSIONES Y PROYECCIÓN 145

INTRODUCCIÓN

La medicina tradicional en el Perú constituye una de las expresiones más antiguas y persistentes del vínculo entre el ser humano y la naturaleza. A lo largo de siglos, las comunidades andinas han desarrollado sistemas complejos de conocimiento basados en la observación, la experiencia y la transmisión intergeneracional, en los cuales las plantas medicinales ocupan un lugar central. Este saber no solo responde a necesidades terapéuticas, sino que se inscribe en una cosmovisión que integra dimensiones físicas, espirituales y sociales de la salud. En este contexto, conceptos como el "aire", el "susto" o el "mal" no pueden ser comprendidos desde una lógica biomédica convencional, sino como parte de un sistema interpretativo propio que articula el equilibrio entre el individuo, su entorno y las fuerzas que lo rodean.

En las comunidades rurales, particularmente en zonas altoandinas como el distrito de Tambo, en la provincia de La Mar (Ayacucho), el conocimiento sobre plantas medicinales sigue vigente y constituye una herramienta fundamental para la atención primaria de la salud. La limitada accesibilidad a servicios médicos formales, sumada a la confianza cultural en prácticas tradicionales, refuerza el uso cotidiano de especies vegetales para el tratamiento de diversas dolencias, que van desde afecciones digestivas y respiratorias hasta problemas emocionales o espirituales. Este conocimiento no se encuentra sistematizado en registros formales, sino que se transmite oralmente, mediante la práctica, la observación y la enseñanza dentro del entorno familiar y comunitario. En consecuencia, su riqueza radica tanto en su diversidad como en su carácter vivo y dinámico.

Sin embargo, este mismo carácter oral y no estructurado constituye también una de sus principales vulnerabilidades. En las últimas décadas, procesos como la migración, la modernización, la escolarización desvinculada del contexto local y la influencia de modelos biomédicos han contribuido a una progresiva pérdida de estos saberes. La desvalorización de la medicina tradicional, especialmente entre las generaciones más jóvenes, ha generado una ruptura en los mecanismos de transmisión, lo que pone en riesgo no solo la continuidad

del conocimiento etnobotánico, sino también una parte fundamental del patrimonio cultural inmaterial del país. A ello se suma la ausencia de procesos sistemáticos de registro y organización, lo que dificulta su análisis, validación y eventual integración con enfoques científicos contemporáneos.

Frente a esta problemática, se hace necesario desarrollar esfuerzos orientados a la recopilación, sistematización e interpretación del conocimiento etnobotánico desde una perspectiva académica rigurosa, pero respetuosa de su contexto cultural. La presente obra se inscribe en ese propósito, buscando no solo documentar el uso de plantas medicinales en una localidad específica, sino también reorganizar esta información de manera que permita comprender patrones, relaciones y significados subyacentes. Desde el punto de vista científico, este tipo de estudios representa una fuente valiosa para la identificación de especies con potencial farmacológico, así como para el desarrollo de investigaciones futuras en áreas como la fitoterapia, la farmacognosia o la salud intercultural. Desde el punto de vista cultural, contribuye a la revalorización de los saberes ancestrales y a su preservación como parte de la identidad de las comunidades.

El objetivo del presente libro es sistematizar el conocimiento etnobotánico relacionado con el uso de plantas medicinales en el distrito de Tambo, organizándolo en una estructura analítica que permita su comprensión, interpretación y proyección. Para ello, no se limita a presentar un listado descriptivo de especies, sino que propone una clasificación basada en criterios funcionales, terapéuticos y culturales, integrando el uso tradicional con un enfoque interpretativo. De este modo, se busca transformar un conjunto de datos empíricos en un cuerpo de conocimiento estructurado, capaz de dialogar con el ámbito académico sin perder su esencia originaria.

La información que sustenta este trabajo proviene de un proceso de recopilación basado en la observación directa, el registro fotográfico y la recolección de testimonios locales. Este enfoque, propio del trabajo de campo en estudios etnobotánicos, permitió documentar diversas especies vegetales junto con sus usos, formas de preparación y aplicaciones terapéuticas. Aunque no se trata de un estudio experimental ni clínico, la

riqueza del material radica en su carácter primario, es decir, en haber sido obtenido directamente del contexto donde el conocimiento se practica y se transmite. Este aspecto confiere al libro un valor particular, en tanto recoge expresiones auténticas del saber local que, de otro modo, podrían perderse.

La obra se organiza en varias partes que responden a una lógica progresiva de construcción del conocimiento. En primer lugar, se presentan los fundamentos teóricos relacionados con la medicina tradicional andina y la fitoterapia, con el fin de contextualizar el fenómeno de estudio. Posteriormente, se describe el enfoque metodológico adoptado para la recopilación y sistematización de la información. El núcleo del libro está constituido por el análisis de las plantas medicinales registradas, organizadas según sistemas corporales, tipos de uso y funciones terapéuticas, lo que permite identificar patrones y relaciones significativas. Finalmente, se desarrolla una discusión interpretativa de los hallazgos y se propone un modelo de sistematización del conocimiento etnobotánico andino, como aporte original de la investigación.

En conjunto, este libro busca contribuir a la articulación entre conocimiento ancestral y conocimiento científico, no desde una lógica de sustitución, sino de complementariedad. Reconocer el valor de la medicina tradicional no implica renunciar al rigor académico, sino ampliar las formas de entender la salud, incorporando perspectivas diversas que enriquecen el campo del conocimiento. En este sentido, la presente obra aspira a ser no solo un documento de registro, sino también una herramienta para la reflexión, la investigación y la valoración de un saber que, lejos de pertenecer al pasado, sigue siendo parte activa del presente de muchas comunidades del Perú.

PARTE I

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

CAPÍTULO 1: MEDICINA TRADICIONAL ANDINA Y COSMOVISIÓN

La comprensión de la medicina tradicional andina exige ir más allá de una visión reducida que la limite únicamente al uso de plantas medicinales como recursos terapéuticos. En realidad, se trata de un sistema complejo de conocimiento que integra dimensiones culturales, simbólicas, espirituales y ecológicas, configurando una forma particular de entender la salud, la enfermedad y la relación del ser humano con su entorno. Este sistema no se desarrolla de manera aislada, sino que está profundamente enraizado en la cosmovisión andina, la cual concibe al individuo como parte de un todo dinámico donde interactúan la naturaleza, la comunidad y fuerzas que trascienden lo material.

En las comunidades andinas, la salud no es entendida únicamente como la ausencia de enfermedad, sino como un estado de equilibrio entre el cuerpo, el espíritu y el entorno. Este equilibrio, muchas veces referido como armonía, puede verse alterado por factores físicos —como el frío, la alimentación o los golpes—, pero también por elementos simbólicos o energéticos, tales como el “aire”, el “susto” o la “maldad”. Estas categorías, que aparecen de manera recurrente en los registros etnobotánicos de localidades como Tambo, no deben interpretarse como expresiones supersticiosas, sino como constructos culturales que responden a una lógica propia de interpretación del mundo y de la experiencia humana.

En este marco, la medicina tradicional andina se configura como un sistema integral de atención, en el cual las plantas medicinales cumplen múltiples funciones: curativas, preventivas, rituales e incluso sociales. Su uso no se limita a la aplicación de principios activos con efectos fisiológicos, sino que también implica prácticas como baños,

sahumerios, emplastos o infusiones que, en conjunto, buscan restablecer el equilibrio perdido. Así, una misma planta puede ser utilizada tanto para tratar una dolencia física como para intervenir en un problema de carácter espiritual, evidenciando la interrelación entre ambas dimensiones.

El conocimiento que sustenta estas prácticas es el resultado de un proceso histórico de acumulación de saberes, basado en la observación empírica, la experimentación y la transmisión oral. A diferencia del conocimiento científico moderno, que se formaliza en textos y se valida mediante métodos estandarizados, el conocimiento tradicional se transmite a través de la experiencia directa y la enseñanza comunitaria, lo que le confiere un carácter dinámico, contextual y profundamente adaptado al entorno local. Esta forma de transmisión no solo garantiza la continuidad del saber, sino que también permite su adaptación a nuevas condiciones y necesidades.

Sin embargo, para poder analizar este sistema desde una perspectiva académica, resulta necesario establecer un marco conceptual que permita interpretar sus categorías, prácticas y significados sin descontextualizarlos. Esto implica reconocer que la medicina tradicional andina no puede ser evaluada exclusivamente bajo los parámetros de la biomedicina, sino que requiere un enfoque interdisciplinario que integre elementos de la antropología, la etnobotánica y la salud intercultural. Solo de esta manera es posible comprender la lógica interna que articula el uso de las plantas medicinales con las creencias, valores y prácticas de las comunidades.

En este capítulo se abordarán los fundamentos de la medicina tradicional andina a partir de su relación con la cosmovisión que la sustenta. Se analizarán las principales categorías culturales que estructuran la comprensión de la salud y la enfermedad, así como las formas en que estas se traducen en prácticas terapéuticas concretas. Asimismo, se explorará el papel de las plantas medicinales dentro de este sistema, no solo como recursos naturales, sino como elementos cargados de significado que participan en la construcción de un modelo de atención integral. De este modo, se busca establecer las bases teóricas necesarias para interpretar, en los capítulos siguientes, el conocimiento etnobotánico

recopilado en el contexto específico del distrito de Tambo, reconociendo su valor como expresión legítima de saber y como fuente potencial de diálogo con el conocimiento científico contemporáneo.

1.1. Concepto de "aire", "susto", "mal"

En el marco de la medicina tradicional andina, las categorías de "aire", "susto" y "mal" constituyen ejes fundamentales para la comprensión de la enfermedad y su tratamiento. Lejos de ser nociones vagas o meramente simbólicas, estas expresiones representan formas estructuradas de interpretar alteraciones en el equilibrio integral del individuo. Su análisis exige situarlas dentro de la cosmovisión andina, donde la salud se entiende como una condición de armonía entre el cuerpo, el entorno natural y las fuerzas espirituales que configuran la existencia.

El concepto de "aire" es uno de los más recurrentes en los sistemas etnomédicos andinos. No se refiere únicamente al aire en su dimensión física, sino a una entidad más compleja que puede ser portadora de desequilibrios o energías nocivas. El "aire" puede ingresar al cuerpo a través de cambios bruscos de temperatura, exposición a corrientes, contacto con ciertos espacios considerados "cargados" o incluso como consecuencia de estados de debilidad del organismo. En los registros etnobotánicos, este término aparece asociado a una variedad de síntomas, tales como malestar general, dolor abdominal, hinchazón, debilidad o alteraciones en el comportamiento, especialmente en niños.

Desde una perspectiva interpretativa, el "aire" puede entenderse como una categoría que integra factores ambientales y energéticos. No es casual que muchas de las plantas utilizadas para tratar el "aire" tengan propiedades carminativas, antiinflamatorias o relajantes, lo que sugiere una correspondencia empírica entre la categoría cultural y ciertos cuadros fisiológicos, como trastornos digestivos o espasmos musculares. Sin embargo, su tratamiento no se limita a la ingesta de infusiones, sino que incluye prácticas como baños, sahumerios o frotaciones, lo que evidencia su dimensión simbólica y ritual. En este sentido, el "aire" no solo se "cura", sino que también se "expulsa" o se "limpia", reforzando la idea de una intervención que trasciende lo puramente biológico.

Por su parte, el "susto" constituye una de las categorías más complejas dentro de la medicina tradicional andina, ya que involucra de manera directa la relación entre cuerpo y espíritu. El "susto" se produce como consecuencia de una impresión fuerte, un evento traumático o una experiencia que genera un impacto emocional significativo, provocando lo que se interpreta como una "pérdida" o "desprendimiento" del ánimo o espíritu de la persona. Esta condición se manifiesta a través de síntomas como decaimiento, insomnio, falta de apetito, llanto frecuente en niños, nerviosismo o desinterés general por las actividades cotidianas.

Desde una perspectiva antropológica, el "susto" puede ser entendido como una forma de conceptualizar trastornos psicoemocionales, en los cuales el componente cultural juega un papel determinante en su diagnóstico y tratamiento. A diferencia de la medicina occidental, que tiende a separar lo psicológico de lo físico, el sistema andino reconoce una unidad entre ambas dimensiones, lo que permite abordar este tipo de afecciones mediante prácticas integrales. El tratamiento del "susto" suele incluir el uso de plantas con propiedades calmantes o "reconfortantes", pero también rituales específicos orientados a "llamar" o "recuperar" el espíritu, como limpias, rezos o el uso de objetos simbólicos. Estas prácticas no solo tienen un efecto terapéutico en sí mismas, sino que refuerzan el sentido de pertenencia y contención social del individuo dentro de su comunidad.

El "mal", por otro lado, representa una categoría más amplia y, en muchos casos, más difusa, que agrupa diversas formas de alteración del bienestar asociadas a influencias externas de carácter negativo. Este término puede referirse a lo que en otros contextos se denomina "mal de ojo", "daño" o "maldad", y está vinculado a la acción intencional o involuntaria de otras personas, así como a la exposición a espacios o situaciones cargadas de energía adversa. En los registros de campo, el "mal" aparece asociado a síntomas diversos, que van desde dolores físicos hasta estados de inquietud, irritabilidad o debilidad general.

A diferencia del "aire", que tiene una connotación más ambiental, o del "susto", que se relaciona con experiencias emocionales, el "mal" introduce de manera más explícita la

dimensión social y espiritual de la enfermedad. Su tratamiento suele implicar intervenciones rituales más complejas, en las que el uso de plantas medicinales se combina con prácticas simbólicas como baños de florecimiento, sahumerios o limpias energéticas. Plantas como la ruda, por ejemplo, son ampliamente utilizadas en este tipo de contextos, no solo por sus propiedades farmacológicas, sino por su valor simbólico como elemento purificador y protector.

Es importante destacar que estas categorías no operan de manera aislada, sino que pueden superponerse o coexistir en un mismo cuadro, lo que refleja la naturaleza holística del sistema médico andino. Una misma planta puede ser utilizada para tratar el "aire" y el "mal", o una afección inicialmente interpretada como "susto" puede evolucionar hacia un estado más complejo si no es tratada adecuadamente. Esta flexibilidad conceptual permite adaptar el tratamiento a las particularidades de cada caso, pero también plantea desafíos para su sistematización desde una perspectiva académica.

En síntesis, los conceptos de "aire", "susto" y "mal" constituyen categorías fundamentales para entender la lógica interna de la medicina tradicional andina. Lejos de ser interpretaciones arbitrarias, representan formas coherentes de organizar la experiencia de la enfermedad en contextos donde lo físico, lo emocional y lo espiritual se encuentran profundamente interrelacionados. Su análisis no solo permite comprender mejor las prácticas terapéuticas asociadas al uso de plantas medicinales, sino que también abre un espacio de diálogo entre diferentes formas de conocimiento, contribuyendo a una visión más amplia e inclusiva de la salud.

1.2. Relación cuerpo–naturaleza–espiritualidad

En la medicina tradicional andina, el cuerpo humano no es concebido como una entidad aislada ni autosuficiente, sino como parte de un sistema mayor en el que convergen la naturaleza, la comunidad y las dimensiones espirituales de la existencia. Esta interrelación configura una visión holística de la salud, en la cual el bienestar depende del equilibrio dinámico entre estos tres elementos. Comprender esta relación es fundamental para interpretar tanto las prácticas terapéuticas como el uso de las plantas medicinales dentro del

contexto andino, ya que dichas prácticas no responden únicamente a necesidades fisiológicas, sino a una lógica integradora que articula múltiples niveles de la experiencia humana.

Desde esta perspectiva, el cuerpo es entendido como un espacio de interacción constante con el entorno natural. No se trata de un organismo cerrado, sino de un sistema permeable que recibe influencias del clima, la alimentación, el territorio y los ciclos naturales. Elementos como el frío, el calor, la humedad o el viento no son simplemente condiciones ambientales, sino factores que pueden alterar el equilibrio interno del individuo. Así, enfermedades comunes pueden explicarse por la exposición a condiciones adversas del entorno, como corrientes de aire o cambios bruscos de temperatura, lo que refuerza la idea de que el cuerpo está íntimamente vinculado con la naturaleza que lo rodea.

Sin embargo, esta relación no es únicamente física o ecológica, sino también simbólica y espiritual. En la cosmovisión andina, la naturaleza no es un conjunto de recursos inertes, sino un sistema vivo, dotado de agencia y significado. Montañas, ríos, plantas y otros elementos del paisaje son considerados entidades con las que se establece una relación de reciprocidad. En este sentido, el ser humano no domina la naturaleza, sino que forma parte de ella y depende de su equilibrio para mantener su propia salud. La enfermedad, por tanto, puede interpretarse como una ruptura de esta relación armónica, ya sea por descuido, transgresión o desajuste en las interacciones con el entorno.

La dimensión espiritual actúa como un eje articulador entre el cuerpo y la naturaleza. No se trata de una esfera separada, sino de un componente constitutivo del ser humano que influye directamente en su estado de salud. El espíritu, entendido como energía vital o esencia anímica, puede verse afectado por experiencias emocionales intensas, interacciones sociales negativas o influencias externas consideradas nocivas. Cuando esta dimensión se ve alterada, el cuerpo manifiesta síntomas que no pueden ser explicados únicamente desde lo físico, lo que da lugar a categorías como el “susto” o el “mal”, ampliamente reconocidas en la medicina tradicional.

En este contexto, las prácticas terapéuticas no se limitan a intervenir sobre el cuerpo físico, sino que buscan restablecer el equilibrio en los distintos niveles que conforman la persona. El uso de plantas medicinales, por ejemplo, no solo responde a sus propiedades farmacológicas, sino también a su valor simbólico y a su capacidad para mediar entre el ser humano y la naturaleza. Una infusión puede tener efectos digestivos o antiinflamatorios, pero también puede ser parte de un ritual de limpieza o de reconexión espiritual. De igual manera, los baños, sahumerios o emplastos no solo actúan sobre el cuerpo, sino que cumplen funciones de purificación, protección o armonización.

Es importante señalar que esta concepción integrada del cuerpo, la naturaleza y la espiritualidad no implica una ausencia de lógica o sistematicidad. Por el contrario, se trata de un sistema coherente de conocimiento, basado en la observación y la experiencia acumulada, que ha permitido a las comunidades andinas desarrollar estrategias efectivas para el cuidado de la salud en contextos específicos. La clasificación de las plantas como "fuertes" o "suaves", por ejemplo, responde a criterios empíricos relacionados con su potencia, sus efectos y su adecuación a determinados tipos de afección o de persona.

Asimismo, la relación entre estos tres elementos se expresa en la forma en que se seleccionan y aplican los tratamientos. No todas las plantas son utilizadas de la misma manera ni en los mismos contextos; su uso depende del tipo de enfermedad, del estado del paciente, del momento del día o incluso de condiciones ambientales específicas. Esta adaptabilidad refleja una comprensión profunda de las interacciones entre el cuerpo y su entorno, así como una sensibilidad hacia las dimensiones no visibles que influyen en la salud.

Desde una perspectiva académica, reconocer esta relación implica ampliar los marcos de análisis más allá del paradigma biomédico. No se trata de sustituir un sistema por otro, sino de generar espacios de diálogo que permitan integrar distintas formas de conocimiento. La medicina tradicional andina ofrece una visión en la que la salud no es solo un estado biológico, sino una condición relacional que involucra al individuo en su totalidad y en su contexto. Esta visión resulta particularmente relevante en un contexto

contemporáneo donde se busca una atención más integral, intercultural y centrada en la persona.

En síntesis, la relación entre cuerpo, naturaleza y espiritualidad constituye el núcleo de la medicina tradicional andina. A través de esta interconexión, se configuran formas específicas de entender la enfermedad, de aplicar tratamientos y de utilizar las plantas medicinales como herramientas terapéuticas. Comprender esta relación no solo permite interpretar adecuadamente el conocimiento etnobotánico recopilado en contextos como el distrito de Tambo, sino que también abre la posibilidad de revalorar estos saberes como aportes significativos al campo de la salud y al entendimiento de la diversidad cultural en el Perú.

1.3. Uso ritual vs uso terapéutico

En la medicina tradicional andina, la distinción entre uso ritual y uso terapéutico de las plantas medicinales no responde a una separación rígida, sino a una diferenciación analítica que permite comprender mejor la complejidad de las prácticas de salud en contextos culturales específicos. En la experiencia concreta de las comunidades, ambos usos se encuentran profundamente interrelacionados y, en muchos casos, se superponen, configurando un sistema de atención integral en el que lo físico, lo simbólico y lo espiritual actúan de manera conjunta.

El uso terapéutico de las plantas se refiere, en términos generales, a su aplicación para el tratamiento de afecciones físicas o funcionales del organismo. Este tipo de uso está basado en la experiencia empírica acumulada por generaciones, que ha permitido identificar propiedades específicas en determinadas especies vegetales. Así, infusiones para aliviar dolores estomacales, emplastos para tratar inflamaciones o jarabes para afecciones respiratorias constituyen prácticas ampliamente extendidas en las comunidades andinas. Estas aplicaciones, aunque no siempre validadas por la ciencia biomédica, responden a una lógica de observación, prueba y transmisión que ha demostrado eficacia en contextos locales.

Sin embargo, limitar el uso de las plantas a su dimensión terapéutica implicaría desconocer una parte fundamental de su significado dentro de la cosmovisión andina. Las plantas no son consideradas únicamente como sustancias con efectos fisiológicos, sino como entidades con propiedades simbólicas y energéticas que participan en procesos de sanación más amplios. En este sentido, el uso ritual adquiere un papel central, especialmente en el tratamiento de afecciones que no pueden ser explicadas únicamente desde lo físico, como el "susto", el "mal" o el "aire".

El uso ritual de las plantas implica su incorporación en prácticas que buscan restablecer el equilibrio espiritual o energético del individuo. Estas prácticas pueden incluir baños de florecimiento, sahumerios, limpias, rezos o la aplicación de plantas en contextos específicos cargados de significado. A diferencia del uso terapéutico, que se centra en la acción directa sobre el cuerpo, el uso ritual actúa sobre dimensiones más abstractas, como el ánimo, la energía o la relación del individuo con su entorno. No obstante, sus efectos pueden manifestarse también en el plano físico, lo que refuerza la idea de una interdependencia entre ambos niveles.

Un ejemplo ilustrativo de esta dualidad es el uso de plantas como la ruda, que en contextos andinos puede ser empleada tanto para aliviar malestares digestivos como para realizar limpias destinadas a eliminar influencias negativas o proteger contra el "mal". En estos casos, la eficacia de la planta no se atribuye únicamente a sus componentes químicos, sino también a su valor simbólico, a su historia de uso y a la forma en que es aplicada dentro de un contexto ritual. De este modo, la planta actúa como un mediador entre el mundo natural y el mundo espiritual, facilitando procesos de sanación que trascienden lo corporal.

Es importante destacar que el uso ritual no debe ser interpretado como una práctica irracional o carente de fundamento. Por el contrario, responde a una lógica coherente dentro del sistema de creencias andino, en la que la enfermedad puede tener causas múltiples y no siempre visibles. Desde esta perspectiva, la intervención ritual no solo busca curar, sino también prevenir, proteger y restablecer relaciones alteradas, ya sea con otras personas, con

el entorno o con entidades espirituales. Esta dimensión preventiva y relacional es, en muchos casos, tan importante como la curativa.

Asimismo, la elección entre un uso terapéutico, ritual o combinado depende de diversos factores, como la naturaleza de la afección, la edad del paciente, el contexto en el que se presenta la enfermedad o la interpretación que se haga de sus causas. En la práctica, es común que ambos usos se integren en un mismo proceso de atención. Por ejemplo, una persona puede recibir una infusión para tratar un malestar físico y, al mismo tiempo, participar en un ritual de limpieza para abordar posibles causas espirituales del mismo problema. Esta complementariedad permite una intervención más completa y adaptada a la complejidad del ser humano.

Desde el punto de vista académico, reconocer esta dualidad implica adoptar una perspectiva que no reduzca la medicina tradicional a un conjunto de prácticas farmacológicas, sino que la entienda como un sistema cultural integral. La distinción entre uso ritual y terapéutico es útil para fines analíticos, pero no debe conducir a una jerarquización que privilegie uno sobre el otro. Ambos forman parte de un mismo entramado de significados y prácticas que, en conjunto, configuran una forma particular de entender y abordar la salud.

En síntesis, el uso ritual y el uso terapéutico de las plantas medicinales en la medicina tradicional andina representan dos dimensiones complementarias de un mismo sistema de conocimiento. Mientras el primero actúa sobre el cuerpo físico a través de propiedades empíricamente reconocidas, el segundo interviene en el plano simbólico y espiritual, buscando restablecer el equilibrio integral del individuo. Comprender esta relación no solo permite una mejor interpretación del uso de las plantas en contextos como el distrito de Tambo, sino que también contribuye a una valoración más amplia de los saberes ancestrales como formas legítimas y complejas de conocimiento.

1.4. Rol de la comunidad en la transmisión del conocimiento

En la medicina tradicional andina, el conocimiento no se concibe como un saber individual ni como un conjunto de contenidos formalizados en textos, sino como un patrimonio colectivo que se construye, se valida y se transmite en el seno de la comunidad. Este carácter comunitario no solo define la forma en que el conocimiento etnobotánico es aprendido y compartido, sino que también condiciona su sentido, su legitimidad y su continuidad en el tiempo. La comunidad actúa, en este contexto, como el espacio fundamental donde se articula la experiencia, la práctica y la memoria, garantizando la reproducción de saberes que, de otro modo, podrían perderse.

La transmisión del conocimiento en las comunidades andinas se realiza principalmente a través de la oralidad y la práctica cotidiana. No existe una enseñanza formal estructurada, sino un proceso de aprendizaje progresivo que se desarrolla en la interacción directa con el entorno y con los miembros más experimentados de la comunidad. Los niños y jóvenes aprenden observando a sus padres, abuelos o curanderos en la preparación de infusiones, en la recolección de plantas o en la realización de rituales. Este aprendizaje no se limita a la adquisición de información, sino que implica la internalización de criterios, valores y formas de interpretar la realidad.

En este proceso, los adultos mayores cumplen un rol central como portadores de conocimiento. Su experiencia acumulada les otorga autoridad y reconocimiento dentro de la comunidad, lo que les permite actuar como referentes en situaciones de enfermedad o desequilibrio. Sin embargo, este conocimiento no es exclusivo de un grupo especializado, sino que se encuentra distribuido entre distintos miembros de la comunidad, con niveles variables de profundidad. Así, mientras algunos individuos poseen un conocimiento más amplio y especializado, otros manejan saberes básicos que les permiten resolver afecciones comunes en el ámbito doméstico.

La transmisión del conocimiento no es un proceso pasivo ni mecánico, sino dinámico y contextual. Cada generación no solo reproduce lo aprendido, sino que también lo adapta a nuevas condiciones, incorpora experiencias propias y, en algunos casos, modifica

prácticas en función de los resultados observados. Esta capacidad de adaptación ha permitido que la medicina tradicional andina se mantenga vigente a lo largo del tiempo, ajustándose a cambios sociales, ambientales y culturales sin perder su esencia. En este sentido, el conocimiento etnobotánico no es estático, sino que evoluciona en diálogo constante con la realidad.

Otro aspecto relevante es que la transmisión del conocimiento está estrechamente vinculada a la vida cotidiana y a las actividades productivas de la comunidad. La recolección de plantas, por ejemplo, no es solo una práctica utilitaria, sino también un espacio de aprendizaje donde se enseñan criterios de identificación, tiempos adecuados de cosecha, formas de preparación y usos específicos. Asimismo, las prácticas rituales, como los baños o las limpias, no solo cumplen una función terapéutica, sino que también refuerzan la cohesión social y la identidad cultural, al involucrar a distintos miembros de la comunidad en su ejecución.

La comunidad también cumple un rol fundamental en la validación del conocimiento. A diferencia del conocimiento científico, que se legitima a través de métodos formales y publicaciones especializadas, el conocimiento tradicional se valida en la práctica, a través de la experiencia compartida y la eficacia percibida de los tratamientos. Una planta es reconocida como medicinal no por su composición química, sino por su capacidad de aliviar una dolencia en contextos concretos. Esta validación colectiva otorga al conocimiento un carácter pragmático y funcional, basado en resultados observables y en la confianza construida a lo largo del tiempo.

No obstante, este sistema de transmisión enfrenta actualmente diversos desafíos. La migración de jóvenes hacia centros urbanos, la escolarización desvinculada del contexto local y la influencia de modelos biomédicos han generado una ruptura en los mecanismos tradicionales de aprendizaje. En muchos casos, los saberes no se transmiten con la misma intensidad que en generaciones anteriores, lo que pone en riesgo su continuidad. Además, la desvalorización de la medicina tradicional, asociada a percepciones de atraso o falta de rigor, contribuye a su desplazamiento frente a otras formas de atención.

Frente a esta situación, resulta necesario reconocer y fortalecer el rol de la comunidad como espacio de transmisión y preservación del conocimiento etnobotánico. Esto implica no solo documentar los saberes existentes, sino también generar condiciones que favorezcan su continuidad, como la inclusión de contenidos interculturales en la educación, el reconocimiento de los saberes locales en políticas públicas y la promoción de espacios de diálogo entre conocimientos tradicionales y científicos. En este sentido, la comunidad no solo es depositaria de un saber ancestral, sino también agente activo en su reproducción y transformación.

En síntesis, la transmisión del conocimiento en la medicina tradicional andina es un proceso profundamente enraizado en la vida comunitaria, que se desarrolla a través de la oralidad, la práctica y la experiencia compartida. La comunidad no solo actúa como medio de transmisión, sino también como instancia de validación, adaptación y preservación del saber. Comprender este rol es fundamental para interpretar el conocimiento etnobotánico en su contexto y para diseñar estrategias que permitan su continuidad en un escenario de cambio.

CAPÍTULO 2: BASES DE LA FITOTERAPIA TRADICIONAL

El estudio de la fitoterapia tradicional en contextos andinos exige reconocer que el uso de plantas medicinales no responde únicamente a una lógica farmacológica, sino a un sistema de conocimiento complejo en el que convergen la experiencia empírica, la observación del entorno y la interpretación cultural de la salud y la enfermedad. En este sentido, la fitoterapia no puede ser entendida como una simple aplicación de recursos vegetales con fines curativos, sino como una práctica profundamente arraigada en la vida cotidiana de las comunidades, donde las plantas constituyen herramientas terapéuticas, simbólicas y relacionales.

A diferencia de la fitoterapia desarrollada en el ámbito científico occidental, que se basa en la identificación de principios activos, mecanismos de acción y validación experimental, la fitoterapia tradicional se construye a partir de la interacción directa con la naturaleza y de la acumulación de saberes transmitidos generacionalmente. Este conocimiento no se organiza en categorías formales, pero presenta una coherencia interna que permite clasificar las plantas según sus efectos, su intensidad —como en la distinción entre plantas “fuertes” y “suaves”—, sus formas de preparación y los contextos en los que deben ser utilizadas. Estas clasificaciones, aunque no siempre coinciden con los criterios científicos convencionales, responden a una lógica funcional que ha demostrado eficacia en contextos específicos.

En este capítulo se abordarán las bases que sustentan la fitoterapia tradicional desde una perspectiva integradora, reconociendo tanto su valor empírico como su dimensión cultural. Se analizará el concepto de planta medicinal en el contexto andino, considerando no solo sus propiedades terapéuticas, sino también su significado dentro de la cosmovisión local. Asimismo, se explorarán las principales formas de preparación y administración de las plantas, así como los criterios que orientan su uso, incluyendo aspectos como la dosificación, la combinación de especies y las condiciones en las que se aplican los tratamientos.

De igual manera, se examinará la relación entre el uso tradicional de las plantas y los procesos de validación científica, identificando puntos de convergencia y divergencia que permitan establecer un diálogo entre ambos enfoques. Este análisis no busca jerarquizar un tipo de conocimiento sobre otro, sino comprender las posibilidades de articulación entre saberes que, aunque distintos en su origen y metodología, comparten el objetivo común de preservar y mejorar la salud. En este sentido, la fitoterapia tradicional puede ser vista no solo como una práctica cultural, sino también como una fuente potencial de investigación y desarrollo en el campo de la salud.

Finalmente, el capítulo abordará los riesgos asociados al uso inadecuado de plantas medicinales, destacando la importancia de un uso responsable y contextualizado. La idea de que lo "natural" es necesariamente seguro constituye una simplificación que puede generar consecuencias adversas, especialmente cuando se desconocen las propiedades específicas de las plantas o se utilizan sin criterios adecuados. Por ello, se enfatizará la necesidad de reconocer tanto el valor como los límites de la fitoterapia tradicional, promoviendo una aproximación crítica que permita aprovechar sus beneficios sin comprometer la seguridad de las personas.

En conjunto, este capítulo busca establecer un marco conceptual que permita comprender la fitoterapia tradicional no solo como un conjunto de prácticas, sino como un sistema de conocimiento que articula elementos biológicos, culturales y simbólicos. Esta comprensión resulta fundamental para interpretar, en los capítulos posteriores, el uso específico de las plantas medicinales registradas en el contexto del distrito de Tambo, y para valorar su potencial en el ámbito académico y aplicado.

2.1. Plantas medicinales vs plantas rituales

En el contexto de la fitoterapia tradicional andina, la distinción entre plantas medicinales y plantas rituales constituye una herramienta analítica útil para comprender la diversidad de funciones que cumplen las especies vegetales dentro del sistema de salud comunitario. Sin embargo, esta diferenciación no debe interpretarse como una separación estricta o excluyente, ya que, en la práctica, muchas plantas cumplen simultáneamente

funciones terapéuticas y rituales, reflejando la naturaleza integral del conocimiento andino. Por ello, más que categorías rígidas, se trata de dimensiones de uso que permiten aproximarse a la complejidad del vínculo entre las plantas, el cuerpo y la espiritualidad.

Las plantas medicinales, en un sentido más acotado, son aquellas utilizadas principalmente por sus efectos sobre el cuerpo físico. Su empleo está orientado al tratamiento de afecciones identificables, como dolores, inflamaciones, infecciones o trastornos funcionales. Estas plantas son seleccionadas en función de la experiencia acumulada sobre sus propiedades, y su uso suele estar asociado a formas de preparación específicas, como infusiones, decocciones, emplastos o jarabes. En este nivel, el conocimiento etnobotánico muestra una notable capacidad de observación y sistematización empírica, en la medida en que las comunidades han logrado identificar relaciones consistentes entre determinadas especies y sus efectos terapéuticos.

Por ejemplo, plantas empleadas para afecciones digestivas, respiratorias o renales presentan patrones de uso relativamente estables, lo que sugiere una base empírica sólida. Asimismo, la clasificación de las plantas como “fuertes” o “suaves” responde a criterios relacionados con su potencia, su posible toxicidad o su adecuación a distintos tipos de pacientes. Este tipo de categorización, aunque no formalizada en términos científicos, revela una comprensión práctica de la dosificación y del impacto fisiológico de las plantas, lo que refuerza su carácter terapéutico.

Por otro lado, las plantas rituales se caracterizan por su uso en prácticas orientadas a intervenir en dimensiones simbólicas, espirituales o energéticas de la salud. Estas plantas no son valoradas únicamente por sus efectos fisiológicos, sino por su capacidad de interactuar con fuerzas invisibles, proteger al individuo o restablecer el equilibrio en situaciones de desequilibrio no físico. Su uso está estrechamente vinculado a prácticas como baños de limpieza, sahumerios, limpias, florecimientos o rituales de protección, en los cuales la planta actúa como un mediador entre el mundo humano y el mundo espiritual.

En este tipo de uso, el significado de la planta adquiere una relevancia central. No se trata solo de qué hace la planta, sino de lo que representa dentro del sistema cultural. Algunas especies son consideradas “protectoras”, “purificadoras” o “limpiadoras”, y su eficacia se asocia tanto a sus propiedades como al contexto en el que son utilizadas, incluyendo el momento, la intención del ritual y la persona que lo realiza. En este sentido, el valor de la planta no puede ser reducido a su composición química, ya que su función se construye en interacción con elementos simbólicos y sociales.

No obstante, la frontera entre plantas medicinales y rituales es, en muchos casos, difusa. Una misma planta puede ser utilizada para aliviar un malestar físico y, al mismo tiempo, formar parte de un ritual de limpieza o protección. Esta dualidad no representa una contradicción, sino una expresión de la lógica integradora de la medicina tradicional andina. La enfermedad no es entendida como un fenómeno exclusivamente biológico, por lo que su tratamiento tampoco puede limitarse a intervenciones físicas. De este modo, el uso combinado de plantas en contextos terapéuticos y rituales permite abordar la complejidad del proceso de sanación de manera más completa.

Además, existen plantas cuyo uso principal se sitúa en un punto intermedio entre lo terapéutico y lo ritual. Estas especies pueden ser utilizadas en preparaciones que tienen efectos fisiológicos, pero que también cumplen funciones simbólicas dentro del tratamiento. Por ejemplo, una infusión puede ser administrada no solo por sus propiedades digestivas, sino también como parte de un proceso de armonización o limpieza. Esta integración de funciones refleja una concepción de la planta como un elemento activo en múltiples niveles de la experiencia humana.

Desde una perspectiva académica, reconocer esta distinción —y al mismo tiempo su interrelación— permite evitar reduccionismos en el análisis de la fitoterapia tradicional. Clasificar las plantas únicamente por sus efectos farmacológicos implicaría ignorar una dimensión esencial de su uso, mientras que enfocarse exclusivamente en lo ritual podría invisibilizar su eficacia empírica. Por ello, es necesario adoptar un enfoque integrador que considere ambas dimensiones como parte de un mismo sistema de conocimiento.

En el contexto del presente estudio, esta distinción permite organizar y analizar el conjunto de plantas registradas en el distrito de Tambo, identificando patrones de uso, formas de preparación y funciones predominantes. No obstante, se reconoce que esta clasificación responde a una necesidad metodológica y no necesariamente refleja la forma en que las comunidades conceptualizan su propio conocimiento, donde las fronteras entre lo medicinal y lo ritual son más flexibles y dinámicas.

En síntesis, las plantas medicinales y las plantas rituales representan dos dimensiones complementarias del uso de los recursos vegetales en la medicina tradicional andina. Mientras las primeras se orientan principalmente al tratamiento de afecciones físicas mediante efectos observables, las segundas actúan en el plano simbólico y espiritual, contribuyendo al restablecimiento del equilibrio integral del individuo. Comprender esta dualidad, así como las múltiples formas en que ambas dimensiones se articulan, es fundamental para interpretar adecuadamente el conocimiento etnobotánico y para valorar su potencial en contextos académicos, clínicos y culturales.

2.2. Formas de preparación: infusión, jarabe, emplasto, baños y sahumerios

En la fitoterapia tradicional andina, las formas de preparación de las plantas medicinales constituyen un componente esencial del proceso terapéutico. No se trata únicamente de procedimientos técnicos orientados a extraer principios activos, sino de prácticas que integran conocimiento empírico, criterios culturales y, en muchos casos, dimensiones simbólicas vinculadas a la cosmovisión local. La eficacia de una planta no depende exclusivamente de su especie, sino también de la forma en que es preparada, administrada y contextualizada dentro del tratamiento.

Las distintas formas de preparación responden a la naturaleza de la afección, a la parte de la planta utilizada (hojas, raíces, flores, tallos) y a la vía de administración más adecuada. Asimismo, estas prácticas reflejan una comprensión práctica de la intensidad de los efectos, la duración del tratamiento y la interacción entre distintas especies vegetales. A continuación, se analizan las principales formas de preparación identificadas en el contexto

del distrito de Tambo, destacando su lógica interna y su función dentro del sistema terapéutico tradicional.

La infusión constituye una de las formas más extendidas y accesibles de preparación. Consiste en verter agua caliente sobre partes blandas de la planta, como hojas o flores, permitiendo la liberación de sus componentes mediante un proceso de maceración térmica. Este método es ampliamente utilizado para tratar afecciones internas, especialmente digestivas, respiratorias y nerviosas. Su uso cotidiano y su facilidad de preparación la convierten en una práctica central dentro del ámbito doméstico. En términos culturales, la infusión no solo cumple una función curativa, sino también preventiva, ya que muchas plantas se consumen regularmente como parte de la dieta, reforzando el equilibrio del organismo.

El jarabe representa una forma de preparación más elaborada, generalmente utilizada en el tratamiento de afecciones respiratorias como la tos, la gripe o el asma. Se obtiene a partir de la cocción de una o varias plantas, combinadas con ingredientes como miel de abeja, azúcar o algarrobina, que actúan como vehículos y conservantes. Esta preparación permite una mayor concentración de los componentes activos y facilita su administración, especialmente en niños o personas con dificultad para consumir infusiones. Además, el jarabe refleja una práctica de combinación de especies, lo que evidencia un conocimiento sobre sinergias entre plantas y una intención de potenciar sus efectos terapéuticos.

El emplasto, por su parte, corresponde a una forma de aplicación externa, en la que la planta es triturada o molida hasta obtener una pasta que se coloca directamente sobre la zona afectada. Esta preparación es común en el tratamiento de inflamaciones, golpes, dolores musculares, heridas o infecciones cutáneas. El contacto directo con la piel permite una acción localizada, lo que resulta especialmente útil en afecciones visibles o focalizadas. En muchos casos, el emplasto se aplica caliente o tibio, lo que añade un componente térmico al tratamiento, reforzando su efecto. Esta práctica evidencia una comprensión empírica de la acción tópica de las plantas y de su capacidad para intervenir en procesos inflamatorios.

Los baños constituyen una forma de preparación que combina elementos terapéuticos y rituales. Se preparan mediante la cocción o maceración de plantas en agua, que luego es utilizada para el aseo corporal, ya sea de forma total o parcial (baños de asiento, por ejemplo). Estos baños pueden tener fines específicos, como tratar afecciones ginecológicas, aliviar dolores o reducir inflamaciones, pero también cumplen funciones simbólicas, como la limpieza energética, la protección o el restablecimiento del equilibrio espiritual. En este sentido, los baños representan una práctica integradora, en la que el cuerpo y la dimensión simbólica son abordados simultáneamente.

Finalmente, los sahumerios constituyen una forma de preparación orientada principalmente al ámbito ritual. Consisten en la quema de plantas, cuyas emanaciones —humo— son utilizadas para limpiar, proteger o armonizar a la persona o el espacio. Esta práctica no implica la ingesta ni el contacto directo con la planta, sino una interacción a través del ambiente, lo que refuerza su carácter simbólico. Los sahumerios son utilizados en contextos específicos, como la atención de afecciones asociadas al "mal" o al "aire", y suelen estar acompañados de intenciones, rezos o gestos rituales que potencian su significado. Aunque su acción no es fisiológica en sentido estricto, su efecto sobre el bienestar emocional y espiritual es reconocido dentro del sistema tradicional.

En conjunto, estas formas de preparación reflejan una diversidad de estrategias terapéuticas que responden a la complejidad del proceso de sanación en la medicina tradicional andina. Cada forma no solo define una técnica de uso, sino también una forma de entender la enfermedad y de intervenir sobre ella. La elección entre una infusión, un jarabe, un emplasto, un baño o un sahumerio no es arbitraria, sino que responde a criterios construidos a partir de la experiencia, la observación y la tradición.

Desde una perspectiva académica, el análisis de estas formas de preparación permite identificar patrones de uso, niveles de sofisticación en el manejo de recursos naturales y posibles puntos de convergencia con prácticas farmacológicas convencionales. Al mismo tiempo, invita a reconocer la dimensión cultural de estas prácticas, evitando reducirlas a simples técnicas y valorando su papel dentro de un sistema de conocimiento integral. En

este sentido, las formas de preparación no solo son medios para aplicar las plantas, sino expresiones concretas de una manera particular de entender y cuidar la salud.

2.3. Clasificación: plantas “fuertes” y plantas “suaves”

Dentro de la fitoterapia tradicional andina, la clasificación de las plantas en “fuertes” y “suaves” constituye uno de los criterios más relevantes para orientar su uso terapéutico. Esta categorización no responde a una taxonomía botánica ni a una clasificación química formal, sino a una lógica empírica construida a partir de la experiencia acumulada de las comunidades. A través de la observación de los efectos que las plantas producen en el organismo, se ha desarrollado una forma de distinguir su intensidad, su potencial terapéutico y, al mismo tiempo, los riesgos asociados a su uso.

Las plantas consideradas “fuertes” son aquellas que poseen una acción intensa sobre el cuerpo y que, por lo tanto, requieren un manejo cuidadoso. Su uso está generalmente asociado a afecciones más severas o persistentes, en las que se necesita una intervención más potente. Estas plantas pueden tener efectos rápidos y visibles, pero también implican un mayor riesgo si se utilizan de manera inadecuada, ya sea por sobredosificación, por uso prolongado o por su aplicación en personas con condiciones específicas, como niños, gestantes o individuos debilitados.

El carácter “fuerte” de una planta no se define únicamente por su potencia farmacológica, sino también por la percepción cultural de su energía o impacto. En muchos casos, estas plantas son descritas como “amargas”, “calientes” o “pesadas”, lo que refleja una forma de categorizar sus efectos a partir de sensaciones corporales y experiencias previas. Asimismo, su uso suele estar restringido a personas con mayor conocimiento, como curanderos o adultos con experiencia, lo que evidencia una dimensión de control y responsabilidad en su manejo.

Por otro lado, las plantas “suaves” son aquellas que presentan una acción más moderada y que pueden ser utilizadas con mayor frecuencia y menor riesgo. Estas plantas son comúnmente empleadas en el tratamiento de afecciones leves, en la prevención de

enfermedades o como parte del cuidado cotidiano de la salud. Su uso es más accesible y generalizado, lo que permite que sean manejadas incluso por personas sin formación especializada, dentro del ámbito doméstico.

Las plantas suaves suelen estar asociadas a preparaciones como infusiones o baños, y en muchos casos forman parte de la dieta habitual, lo que refuerza su carácter preventivo. Además, son utilizadas en poblaciones más sensibles, como niños o personas mayores, debido a su menor intensidad y a su perfil de seguridad percibido. Esta categoría refleja una comprensión práctica de la necesidad de adaptar los tratamientos a las características del paciente, evitando intervenciones excesivas que puedan generar efectos adversos.

Es importante señalar que esta clasificación no es absoluta ni inmutable. Una misma planta puede ser considerada fuerte o suave dependiendo de factores como la dosis, la forma de preparación, la parte utilizada o el contexto en el que se aplica. Por ejemplo, una planta suave en infusión puede adquirir un carácter más fuerte si se utiliza en forma concentrada o combinada con otras especies. De igual manera, el estado del paciente influye en la percepción de la intensidad del tratamiento, ya que un organismo debilitado puede reaccionar de manera más sensible incluso a plantas consideradas suaves.

Esta flexibilidad en la clasificación evidencia una comprensión contextual del uso de las plantas, en la que no existen reglas fijas, sino criterios adaptativos basados en la experiencia. La distinción entre fuerte y suave permite, en este sentido, ajustar el tratamiento de manera proporcional a la afección, evitando tanto la subutilización como el uso excesivo de los recursos vegetales. Se trata, en esencia, de un principio de dosificación empírica que busca equilibrar eficacia y seguridad.

Desde una perspectiva académica, esta clasificación puede ser interpretada como una forma de aproximación a conceptos como potencia, toxicidad o margen terapéutico, utilizados en la farmacología moderna. Aunque no se expresa en términos técnicos, la distinción entre plantas fuertes y suaves refleja una preocupación por los efectos del tratamiento y por la necesidad de regular su uso. Este paralelismo sugiere que el

conocimiento tradicional incorpora, de manera implícita, principios que pueden dialogar con enfoques científicos contemporáneos.

Asimismo, esta categorización tiene implicancias en la forma en que se transmite el conocimiento dentro de la comunidad. Enseñar a distinguir entre plantas fuertes y suaves implica no solo reconocer sus características, sino también comprender cuándo y cómo deben ser utilizadas. Este aprendizaje forma parte de un proceso más amplio de formación en el uso responsable de los recursos naturales, en el que se integran aspectos técnicos, culturales y éticos.

En síntesis, la clasificación de las plantas en "fuertes" y "suaves" constituye un elemento clave en la fitoterapia tradicional andina, que permite orientar su uso de manera segura y eficaz. Lejos de ser una distinción arbitraria, responde a una lógica empírica basada en la observación y la experiencia, que ha permitido a las comunidades desarrollar criterios funcionales para el manejo de la diversidad vegetal. Comprender esta clasificación no solo facilita la interpretación del conocimiento etnobotánico, sino que también abre posibilidades para su articulación con enfoques científicos que buscan integrar saberes en beneficio de la salud.

La revisión de los fundamentos teóricos desarrollados en esta primera parte permite comprender que la medicina tradicional andina no puede ser abordada desde enfoques reduccionistas que la limiten a un conjunto de prácticas empíricas aisladas. Por el contrario, se trata de un sistema complejo de conocimiento que articula de manera coherente dimensiones biológicas, culturales, simbólicas y espirituales, configurando una forma particular de entender la salud, la enfermedad y los procesos de sanación. Esta comprensión integral constituye el punto de partida indispensable para el análisis del conocimiento etnobotánico en contextos específicos.

A lo largo de los capítulos precedentes, se ha evidenciado que categorías como el "aire", el "susto" o el "mal" no son expresiones ambiguas, sino construcciones culturales que responden a una lógica interpretativa propia, en la que el equilibrio entre el cuerpo, la

naturaleza y la espiritualidad resulta central. Del mismo modo, se ha destacado que el uso de las plantas medicinales no puede ser comprendido únicamente desde sus propiedades farmacológicas, ya que su eficacia se construye también en relación con prácticas rituales, formas de preparación y significados simbólicos profundamente arraigados en la cosmovisión andina.

Asimismo, la distinción entre plantas medicinales y rituales, así como la clasificación empírica en plantas "fuertes" y "suaves", pone de manifiesto la existencia de criterios sistemáticos dentro del conocimiento tradicional, orientados a regular el uso de los recursos vegetales de manera eficaz y segura. Estas formas de organización del saber, aunque no formalizadas en términos científicos, revelan una estructura interna que permite su análisis, interpretación y eventual articulación con enfoques académicos contemporáneos.

Por otro lado, el rol de la comunidad en la transmisión del conocimiento ha sido identificado como un elemento clave para la continuidad de estos saberes. La oralidad, la práctica cotidiana y la validación colectiva constituyen mecanismos fundamentales que han permitido preservar este conocimiento a lo largo del tiempo. Sin embargo, también se ha reconocido que estos mecanismos enfrentan כיום desafíos importantes, derivados de procesos sociales y culturales que amenazan su vigencia y transmisión intergeneracional.

En conjunto, esta primera parte ha permitido establecer un marco conceptual sólido que no solo contextualiza el uso de las plantas medicinales, sino que también proporciona herramientas analíticas para su estudio. Este marco resulta esencial para evitar interpretaciones descontextualizadas y para reconocer el valor del conocimiento etnobotánico como una forma legítima de saber, con potencial tanto en el ámbito académico como en el campo de la salud.

Sobre esta base, la siguiente parte del libro se orientará a describir y analizar el proceso metodológico mediante el cual se ha recopilado y sistematizado la información, así como el contexto geográfico y cultural en el que se inscribe. Este tránsito desde la teoría

hacia la aplicación permitirá vincular los conceptos desarrollados con la realidad concreta del distrito de Tambo, facilitando una comprensión más profunda del conocimiento etnobotánico que sustenta esta obra.

PARTE II

MARCO METODOLÓGICO

CAPÍTULO 3: SISTEMATIZACIÓN DEL CONOCIMIENTO ETNOBOTÁNICO

El estudio del conocimiento etnobotánico en contextos andinos plantea un desafío central: cómo transformar un saber tradicional, transmitido de manera oral y práctica, en un cuerpo de conocimiento organizado, analizable y comunicable en el ámbito académico sin desvirtuar su esencia cultural. Esta tarea no implica únicamente recopilar información sobre plantas medicinales, sino comprender las lógicas que estructuran su uso, los contextos en los que se aplican y los significados que les son atribuidos por las comunidades que las emplean. En este sentido, la sistematización se convierte en un proceso clave que permite articular el conocimiento ancestral con herramientas metodológicas propias de la investigación científica.

A diferencia de otros campos del saber, donde la información se presenta ya estructurada en categorías formales, el conocimiento etnobotánico suele encontrarse disperso, fragmentado y profundamente contextualizado. Las plantas no son registradas como entidades aisladas, sino como parte de prácticas cotidianas, experiencias vividas y relaciones simbólicas con el entorno. Por ello, la sistematización no puede limitarse a ordenar datos, sino que debe reconstruir el entramado de relaciones que da sentido a ese conocimiento. Esto implica identificar patrones de uso, formas de clasificación, criterios de selección y modos de transmisión que, aunque no explícitos, configuran una estructura interna coherente.

En el caso del distrito de Tambo, en la provincia de La Mar (Ayacucho), el conocimiento sobre plantas medicinales se manifiesta en prácticas diversas que combinan el uso terapéutico con dimensiones rituales y simbólicas. La información recogida en este

contexto refleja una riqueza significativa en términos de diversidad de especies, formas de preparación y aplicaciones, pero también evidencia la ausencia de una organización sistemática que facilite su análisis comparativo o su integración con otros enfoques. Esta situación pone de relieve la necesidad de desarrollar un proceso de sistematización que permita dar coherencia al conjunto de datos sin perder su carácter contextual.

El presente capítulo aborda precisamente este proceso, describiendo los criterios, procedimientos y decisiones metodológicas adoptadas para organizar el conocimiento etnobotánico recopilado. Se parte de la premisa de que toda sistematización implica una interpretación, es decir, una forma de traducir un saber desde su contexto original hacia un lenguaje que permita su comprensión en otros ámbitos, como el académico o el institucional. En este tránsito, resulta fundamental mantener un equilibrio entre la fidelidad al conocimiento original y la necesidad de estructuración, evitando tanto la simplificación excesiva como la descontextualización.

Asimismo, se reconoce que la sistematización no es un proceso neutral, sino que está influido por los objetivos del estudio, las categorías analíticas empleadas y la perspectiva del investigador. Por ello, se explicitan los criterios utilizados para clasificar las plantas, agrupar los usos y definir las variables de análisis, con el fin de garantizar la transparencia y la coherencia del proceso. Esta explicitación no solo fortalece el rigor metodológico, sino que también permite que otros investigadores puedan comprender, replicar o adaptar el enfoque propuesto.

En este capítulo se describirá el origen del registro etnobotánico, las condiciones en las que se realizó la recopilación de información y los instrumentos utilizados para su documentación. Se abordará también la forma en que se organizaron los datos, incluyendo la definición de categorías como sistemas corporales, tipos de uso, formas de preparación y clasificación de plantas. Finalmente, se discutirá el alcance y las limitaciones del proceso de sistematización, reconociendo tanto sus aportes como los aspectos que requieren ser complementados en futuras investigaciones.

En conjunto, este capítulo sienta las bases metodológicas que permiten pasar de un conjunto de registros empíricos a una estructura analítica que sustenta el desarrollo del libro. La sistematización del conocimiento etnobotánico no solo facilita su comprensión, sino que también lo posiciona como un objeto de estudio legítimo dentro del ámbito académico, abriendo posibilidades para su valorización, preservación y aplicación en contextos más amplios.

3.1. Origen del registro (Tambo – La Mar – Ayacucho)

El conocimiento etnobotánico que sustenta la presente obra tiene su origen en el distrito de Tambo, ubicado en la provincia de La Mar, en el departamento de Ayacucho. Este territorio, caracterizado por su diversidad ecológica y su fuerte arraigo cultural andino, constituye un espacio donde la medicina tradicional mantiene una vigencia significativa como estrategia de atención primaria en salud. En este contexto, las plantas medicinales no solo forman parte del entorno natural, sino que están profundamente integradas en la vida cotidiana de la población, siendo utilizadas en el tratamiento de diversas afecciones físicas, emocionales y espirituales.

El registro de la información se ha desarrollado a partir de la interacción directa con el entorno y con los portadores del conocimiento local, lo que le confiere un carácter empírico y contextual. A diferencia de estudios basados en fuentes secundarias o revisiones documentales, el presente trabajo se nutre de un proceso de observación y recopilación de saberes en el propio espacio donde estos se practican. Este enfoque permite acceder a formas de conocimiento que no han sido formalizadas ni sistematizadas previamente, pero que poseen una coherencia interna y una eficacia reconocida por la comunidad.

En términos territoriales, el distrito de Tambo presenta condiciones que favorecen la diversidad de especies vegetales, lo que se traduce en una amplia disponibilidad de recursos naturales con potencial medicinal. La interacción entre distintos pisos ecológicos, así como las prácticas agrícolas y de recolección tradicionales, han contribuido a la conservación de especies que son utilizadas de manera específica según su entorno. Esta relación entre

biodiversidad y conocimiento local constituye un elemento clave para entender la riqueza del registro etnobotánico recopilado.

El proceso de registro ha implicado la identificación de plantas utilizadas en distintos contextos, así como la documentación de sus nombres comunes, formas de preparación, usos terapéuticos y, en algunos casos, sus aplicaciones rituales. Esta información ha sido obtenida mediante la observación directa, la recopilación de testimonios y la documentación visual, lo que permite reconstruir no solo el uso de las plantas, sino también el contexto en el que estas prácticas se desarrollan. La presencia de categorías como "aire", "susto" o "mal" en los registros evidencia la integración de dimensiones culturales en la interpretación de la enfermedad y su tratamiento.

Asimismo, el carácter local del registro implica que los nombres de las plantas, sus usos y sus formas de preparación pueden variar incluso dentro del mismo distrito, dependiendo de factores como la comunidad específica, la lengua predominante o la experiencia de los informantes. Esta variabilidad no debe ser entendida como una limitación, sino como una expresión de la riqueza y dinamismo del conocimiento etnobotánico, que se adapta a las condiciones particulares de cada contexto.

Desde una perspectiva metodológica, el origen del registro condiciona tanto su alcance como sus limitaciones. Por un lado, se trata de información primaria, no mediada por interpretaciones externas, lo que le otorga un alto valor como fuente directa de conocimiento. Por otro lado, al no haber sido sometida a procesos de validación científica, su contenido debe ser interpretado con cautela, especialmente en lo que respecta a la eficacia y seguridad de las aplicaciones descritas. En este sentido, el registro no pretende sustituir el conocimiento biomédico, sino complementarlo desde una perspectiva intercultural.

Finalmente, es importante destacar que este tipo de registro no solo tiene un valor científico, sino también cultural. Documentar el conocimiento etnobotánico de una localidad como Tambo contribuye a preservar saberes que forman parte del patrimonio inmaterial de la comunidad, especialmente en un contexto donde estos conocimientos

enfrentan riesgos de pérdida. La sistematización de esta información, por tanto, no solo responde a un interés académico, sino también a una necesidad de reconocimiento y valoración de los saberes ancestrales.

3.2. Método de recopilación (observación directa, saber local)

El proceso de recopilación del conocimiento etnobotánico en el distrito de Tambo se sustenta en un enfoque cualitativo basado en la observación directa y en la recuperación del saber local. Este enfoque responde a la naturaleza misma del objeto de estudio, dado que el conocimiento sobre plantas medicinales no se encuentra sistematizado en fuentes escritas, sino que se expresa a través de prácticas cotidianas, experiencias vividas y saberes transmitidos oralmente dentro de la comunidad. En este sentido, la metodología adoptada no busca imponer categorías externas, sino aproximarse al conocimiento desde su propio contexto de producción.

La observación directa ha permitido registrar el uso de las plantas en situaciones reales, es decir, en el momento en que son preparadas, aplicadas o recolectadas. Este tipo de observación resulta fundamental para comprender no solo qué plantas se utilizan, sino cómo, cuándo y en qué condiciones se emplean. A través de esta práctica, se ha podido documentar aspectos que difícilmente serían captados mediante entrevistas estructuradas, como los gestos, las secuencias de preparación, las combinaciones de especies y las condiciones ambientales que acompañan el uso de cada planta. La observación, por tanto, no se limita a un registro visual, sino que constituye una herramienta para interpretar la lógica práctica del conocimiento etnobotánico.

Por su parte, el saber local ha sido recogido mediante la interacción con los miembros de la comunidad, quienes actúan como portadores y transmisores del conocimiento. Este saber se expresa en forma de relatos, recomendaciones, advertencias y explicaciones sobre el uso de las plantas, así como en la denominación de las especies, sus propiedades y sus formas de preparación. La información obtenida no responde a una estructura uniforme, sino que se presenta de manera fragmentada y contextual, lo que exige un proceso posterior de organización e interpretación. No obstante, esta aparente dispersión

refleja la forma en que el conocimiento se construye y se transmite en la práctica, lo que le confiere autenticidad y valor.

Es importante señalar que la recopilación del saber local no se ha limitado a la identificación de usos terapéuticos, sino que ha incorporado también dimensiones culturales y simbólicas asociadas a las plantas. De este modo, se han registrado no solo las aplicaciones físicas, sino también los usos rituales, las creencias vinculadas a determinadas especies y las condiciones en las que deben ser utilizadas. Esta ampliación del enfoque permite una comprensión más integral del conocimiento etnobotánico, evitando reducirlo a una simple lista de propiedades medicinales.

El proceso de recopilación ha sido, además, dinámico y progresivo. A medida que se avanzaba en el registro de información, se identificaban nuevas plantas, se contrastaban usos y se profundizaba en aspectos previamente mencionados. Este carácter iterativo ha permitido enriquecer el contenido y detectar patrones de uso, así como diferencias en la aplicación de las plantas según el contexto o la persona que las utiliza. En este sentido, la metodología no ha sido rígida, sino adaptativa, en coherencia con la naturaleza del conocimiento estudiado.

Asimismo, se ha incorporado el registro visual como parte del proceso de recopilación, mediante la toma de fotografías de las plantas en su entorno natural o en el momento de su uso. Este componente cumple una doble función: por un lado, permite la identificación posterior de las especies; por otro, constituye un recurso de apoyo para la documentación y la comunicación del conocimiento. Las imágenes capturan no solo la morfología de las plantas, sino también el contexto en el que se desarrollan, lo que aporta información adicional para su interpretación.

3.3. Registro fotográfico

El registro fotográfico constituye un componente fundamental dentro del proceso de documentación del conocimiento etnobotánico, en la medida en que permite capturar de manera visual las características de las especies vegetales, su entorno y las formas en que

son utilizadas por la comunidad. A diferencia del registro exclusivamente textual, la imagen aporta un nivel adicional de información que facilita la identificación de las plantas, complementa la descripción de sus usos y contribuye a preservar aspectos que, de otro modo, podrían perderse en el proceso de sistematización.

En el contexto del presente estudio, el registro fotográfico ha sido realizado durante el proceso de observación directa, capturando imágenes de las plantas en su estado natural, así como en situaciones de uso o preparación. Este enfoque permite no solo documentar la morfología de las especies —como hojas, flores, tallos o frutos—, sino también registrar el contexto en el que se desarrollan, incluyendo el tipo de suelo, la vegetación circundante y las condiciones ambientales. Esta información resulta especialmente valiosa en entornos donde las especies pueden presentar variaciones según su ubicación geográfica o donde los nombres comunes no son suficientes para una identificación precisa.

Asimismo, el registro fotográfico cumple una función de respaldo en la validación del conocimiento recopilado. Al contar con evidencia visual, es posible contrastar la información obtenida con otras fuentes, facilitar la revisión por parte de especialistas y, eventualmente, avanzar hacia procesos de identificación taxonómica más rigurosos. En este sentido, la fotografía no solo cumple una función ilustrativa, sino también científica, al constituirse como un soporte documental que fortalece la calidad del estudio.

Desde una perspectiva metodológica, el uso de imágenes permite también reconstruir el proceso de uso de las plantas, especialmente en aquellos casos en los que se documentan prácticas como la preparación de infusiones, la elaboración de emplastos o la realización de baños. Estas imágenes aportan información sobre las técnicas empleadas, los utensilios utilizados y las secuencias de acción, lo que enriquece la comprensión del conocimiento etnobotánico más allá de la descripción verbal. De igual manera, permiten visibilizar la participación de los miembros de la comunidad en estas prácticas, evidenciando el carácter colectivo del saber.

Es importante destacar que el registro fotográfico no ha sido concebido como un elemento accesorio, sino como parte integrante del proceso de investigación. Las imágenes han sido seleccionadas en función de su relevancia para la identificación de las especies y para la comprensión de sus usos, evitando la inclusión de fotografías redundantes o carentes de valor informativo. Este criterio responde a la necesidad de mantener un equilibrio entre la riqueza visual del material y la claridad expositiva del documento.

3.4. Limitaciones (no validación clínica)

El presente estudio, al centrarse en la recopilación y sistematización del conocimiento etnobotánico en el distrito de Tambo, se enmarca dentro de un enfoque descriptivo e interpretativo que no incluye procesos de validación clínica de las plantas medicinales registradas. Esta característica constituye una de sus principales limitaciones, en la medida en que los usos terapéuticos documentados se sustentan en la experiencia empírica y en la tradición oral de la comunidad, sin haber sido sometidos a ensayos clínicos controlados que permitan confirmar su eficacia y seguridad en términos biomédicos.

Es importante precisar que la ausencia de validación clínica no invalida el conocimiento tradicional, pero sí condiciona el alcance de sus afirmaciones. Las propiedades atribuidas a las plantas —como efectos antiinflamatorios, digestivos, respiratorios o calmantes— deben ser entendidas como percepciones construidas a partir del uso reiterado y de la observación de resultados en contextos específicos. Este tipo de evidencia, aunque valiosa desde una perspectiva cultural y práctica, no cumple con los estándares metodológicos exigidos por la investigación científica para establecer relaciones causales o determinar dosis seguras y efectivas.

Asimismo, el conocimiento recopilado presenta una alta variabilidad en cuanto a formas de preparación, cantidades utilizadas y frecuencia de administración, lo que dificulta su estandarización. En muchos casos, las indicaciones se expresan en términos cualitativos —como “tomar poco”, “usar caliente” o “aplicar varias veces al día”— sin una precisión cuantitativa que permita reproducir el tratamiento en condiciones controladas. Esta falta de

estandarización constituye una barrera para su evaluación clínica y para su posible incorporación en protocolos de atención formal.

Otra limitación relevante está relacionada con la identificación taxonómica de las especies. Al basarse principalmente en nombres comunes y en registros visuales, existe la posibilidad de confusión entre especies similares o de variación en la denominación según la comunidad. Esta situación puede generar ambigüedades en la interpretación de los usos y dificulta la comparación con estudios científicos que utilizan nomenclatura botánica precisa. Si bien el registro fotográfico contribuye a mitigar esta limitación, no sustituye la necesidad de una identificación taxonómica rigurosa.

De igual manera, el contexto cultural en el que se produce el conocimiento influye en la forma en que se interpretan los efectos de las plantas. Categorías como “aire”, “susto” o “mal” no tienen una correspondencia directa en la medicina occidental, lo que plantea desafíos para su traducción conceptual y para la evaluación de los tratamientos asociados. En este sentido, algunos efectos percibidos pueden estar vinculados a factores simbólicos, emocionales o sociales que no son fácilmente medibles mediante instrumentos clínicos convencionales.

También debe considerarse que el proceso de recopilación, al depender de la interacción con informantes locales, está sujeto a sesgos propios de la memoria, la interpretación y la experiencia individual. La información puede variar entre personas, y en algunos casos puede estar influida por creencias personales o por la transmisión incompleta del conocimiento. Aunque se ha buscado contrastar y complementar la información mediante la observación directa, no es posible garantizar la uniformidad de los datos recopilados.

A pesar de estas limitaciones, el valor del estudio radica en su capacidad para documentar y organizar un conjunto de saberes que, aunque no validados clínicamente, representan una fuente importante de conocimiento sobre el uso de plantas medicinales en contextos específicos. Este tipo de información puede servir como punto de partida para

futuras investigaciones que busquen evaluar científicamente las propiedades de las especies registradas, así como para el desarrollo de enfoques de salud intercultural que integren saberes tradicionales y conocimientos biomédicos.

En este sentido, la ausencia de validación clínica no debe ser entendida como una debilidad insalvable, sino como una condición inherente al tipo de estudio realizado. Reconocer esta limitación permite delimitar el alcance del trabajo y evitar interpretaciones indebidas, al tiempo que abre la posibilidad de establecer puentes entre el conocimiento tradicional y la investigación científica. La sistematización presentada en este libro, por tanto, no pretende ofrecer soluciones definitivas, sino contribuir a la comprensión, valoración y preservación de un saber que, aunque no formalizado, sigue siendo relevante en la vida de muchas comunidades.

PARTE III

RESULTADOS

CAPÍTULO 4: PLANTAS PARA EL SISTEMA DIGESTIVO Y METABÓLICO

El sistema digestivo y metabólico ocupa un lugar central dentro de la medicina tradicional andina, no solo por su función fisiológica, sino por su estrecha relación con el equilibrio general del cuerpo. En la cosmovisión andina, la digestión no se limita al procesamiento de alimentos, sino que está vinculada con la capacidad del organismo para mantener la armonía interna frente a factores externos como el clima, la alimentación, las emociones y las energías del entorno. En este sentido, afecciones como el empacho, la hinchazón, el dolor estomacal o la "gastritis" no son interpretadas únicamente como trastornos físicos, sino como manifestaciones de un desequilibrio más amplio.

Dentro del registro etnobotánico recopilado en el distrito de Tambo, se observa una alta frecuencia de plantas destinadas al tratamiento de afecciones digestivas y metabólicas, lo que evidencia la relevancia de este sistema en la vida cotidiana de la comunidad. Estas plantas son utilizadas tanto de manera preventiva como correctiva, siendo comunes en el consumo diario en forma de infusiones o como parte de preparaciones combinadas. Esta práctica refleja una concepción de la salud basada en el mantenimiento constante del equilibrio, más que en la intervención puntual ante la enfermedad.

Una de las características más relevantes del uso de estas plantas es la predominancia de preparaciones líquidas, especialmente infusiones, que facilitan la absorción de los compuestos activos y permiten una acción progresiva sobre el organismo. Asimismo, se observa una tendencia a la combinación de especies, lo que sugiere un conocimiento empírico sobre la sinergia entre plantas y la potenciación de sus efectos terapéuticos. Este

enfoque no responde a una formulación estandarizada, sino a una lógica adaptativa basada en la experiencia y en la disponibilidad de recursos.

Entre las especies registradas, destacan aquellas utilizadas para aliviar el malestar estomacal, regular la digestión y tratar afecciones asociadas al hígado y los riñones, entendidos estos últimos como órganos clave en la "limpieza" del cuerpo. Plantas como la ruda, la muña, el paico, la mullaca o la malva blanca son empleadas con frecuencia en infusiones destinadas a reducir la inflamación, eliminar parásitos o mejorar el tránsito intestinal. En muchos casos, estas plantas son consideradas de uso cotidiano, lo que refuerza su carácter preventivo y su integración en la vida diaria.

El concepto de "empacho", ampliamente reconocido en la medicina tradicional, constituye una de las principales categorías asociadas a este sistema. Se refiere a una alteración en la digestión que puede estar relacionada con el consumo excesivo de alimentos, la ingesta de productos inadecuados o la exposición a condiciones ambientales adversas. Su tratamiento suele incluir el uso de plantas con propiedades digestivas, así como prácticas complementarias que buscan restablecer el equilibrio del organismo. De igual manera, la hinchazón abdominal y el dolor estomacal son interpretados en ocasiones como efectos del "aire", lo que introduce una dimensión adicional en la elección del tratamiento.

En este contexto, el uso de plantas no se limita a su acción fisiológica, sino que se integra en una lógica de cuidado que considera al cuerpo como un sistema interconectado. Así, una planta utilizada para el estómago puede también tener efectos sobre el estado emocional o sobre la energía del individuo, lo que refuerza la idea de una intervención integral. Esta característica es especialmente evidente en el uso de infusiones que, además de aliviar síntomas físicos, cumplen una función de relajación o de restablecimiento del bienestar general.

A continuación, se presentan las principales especies identificadas en el registro, organizadas según su uso en el sistema digestivo y metabólico. Cada planta es descrita a partir de su nombre común, forma de preparación, uso tradicional y una breve interpretación

desde una perspectiva académica, con el fin de integrar el conocimiento local con un enfoque analítico.

El sistema digestivo y metabólico, dentro de la medicina tradicional andina, no es concebido únicamente como un conjunto de órganos encargados de procesar alimentos, sino como un eje fundamental del equilibrio corporal y energético. En esta perspectiva, el estómago, el hígado y los riñones no funcionan de manera aislada, sino como parte de un sistema integrado que regula la "limpieza", la "fuerza" y el "estado" general del cuerpo. Por ello, cualquier alteración digestiva es interpretada no solo como un problema fisiológico, sino como un indicador de desequilibrio más amplio, que puede involucrar factores ambientales, alimentarios, emocionales o incluso espirituales.

En el contexto del distrito de Tambo, el conocimiento etnobotánico revela que las afecciones digestivas constituyen una de las principales preocupaciones de salud en la vida cotidiana. Esto se explica, en parte, por las condiciones propias del entorno rural, donde la alimentación puede variar en calidad y regularidad, y donde la exposición a factores como el frío, el "aire" o los cambios bruscos de temperatura incide directamente en el funcionamiento del sistema digestivo. En este escenario, las plantas medicinales se convierten en herramientas esenciales para mantener el equilibrio del organismo, siendo utilizadas tanto para tratar dolencias específicas como para prevenir su aparición.

Una de las categorías más representativas dentro de este sistema es el "empacho", entendido como una alteración en la digestión que puede estar asociada al consumo excesivo de alimentos, a la ingesta de productos "pesados" o a una digestión incompleta. El empacho no es solo un problema físico, sino una condición que puede afectar el estado general de la persona, generando malestar, pesadez, falta de apetito e incluso alteraciones emocionales. Su tratamiento implica no solo el uso de plantas con propiedades digestivas, sino también prácticas complementarias orientadas a restablecer el equilibrio del cuerpo.

De manera similar, la hinchazón abdominal, el dolor estomacal y la "gastritis" son interpretados en muchos casos como manifestaciones del "aire", lo que introduce una

dimensión adicional en la comprensión de estas afecciones. El "aire" puede ingresar al cuerpo por exposición al frío o por condiciones ambientales adversas, generando malestar interno que se expresa en el sistema digestivo. En estos casos, el tratamiento no se limita a aliviar los síntomas, sino que busca "expulsar" o "neutralizar" el agente causante, lo que se logra mediante el uso de plantas específicas y formas de preparación adecuadas.

Otro aspecto relevante es la importancia atribuida al hígado y a los riñones como órganos encargados de la "limpieza" del cuerpo. En la lógica andina, estos órganos cumplen una función depurativa que permite eliminar sustancias consideradas nocivas o acumuladas. Por ello, muchas plantas son utilizadas con el objetivo de "limpiar la sangre", "desintoxicar" el organismo o mejorar el funcionamiento hepático y renal. Esta concepción se aproxima, en términos generales, a la idea de metabolismo, aunque expresada en categorías culturales propias.

El análisis del conjunto de plantas utilizadas para el sistema digestivo y metabólico permite identificar varios patrones significativos. En primer lugar, existe una clara predominancia de preparaciones en forma de infusión, lo que facilita la administración y permite una acción progresiva sobre el organismo. En segundo lugar, se observa una tendencia a la combinación de plantas, lo que sugiere un conocimiento empírico sobre la complementariedad de sus efectos. Finalmente, se evidencia una distinción entre plantas de uso cotidiano —generalmente suaves— y plantas de uso más restringido —consideradas fuertes—, lo que refleja una preocupación por la seguridad y la adecuación del tratamiento.

A continuación, se desarrollan las principales especies registradas, integrando la información tradicional con una interpretación analítica que permita comprender su función dentro del sistema de salud local.





Ruda

Uso tradicional: aire, hinchazón de estómago, malestar estomacal

Preparación: infusión (té)

Clasificación: planta fuerte

La ruda ocupa un lugar central dentro del sistema etnobotánico, debido a su versatilidad y a su doble función terapéutica y ritual. En el ámbito digestivo, es utilizada principalmente para tratar malestares asociados al "aire", como la hinchazón abdominal o el dolor estomacal. Su preparación en infusión permite una acción interna que busca aliviar los síntomas y restablecer el equilibrio del organismo.

Desde una perspectiva analítica, la ruda puede ser interpretada como una planta con propiedades carminativas y antiespasmódicas, lo que explicaría su eficacia en el tratamiento de trastornos digestivos. No obstante, su clasificación como planta fuerte implica que su uso debe ser controlado, ya que puede generar efectos adversos si se administra en exceso. Esta percepción empírica coincide con estudios que señalan la presencia de compuestos potencialmente tóxicos, lo que refuerza la importancia del conocimiento local en la regulación de su uso.



Wallwa

Uso tradicional: empacho, mala digestión

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

La wallwa es una planta asociada directamente al tratamiento del empacho, una de las afecciones más frecuentes en el contexto local. Su uso en infusión permite una acción suave y progresiva, adecuada para su administración en el ámbito doméstico. Esta planta refleja la importancia de contar con recursos accesibles para el tratamiento de dolencias comunes, sin necesidad de recurrir a intervenciones más intensas.

Desde una perspectiva interpretativa, su uso puede estar relacionado con la estimulación del proceso digestivo y la regulación del tránsito intestinal, lo que contribuye a aliviar la sensación de pesadez y malestar.



Waira muña / Inka muña

Uso tradicional: gastritis, aire, malestar estomacal

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

La muña es una de las plantas más representativas del sistema digestivo, ampliamente utilizada por sus propiedades digestivas y su capacidad para aliviar molestias estomacales. Su uso frecuente en infusión la convierte en una bebida de consumo cotidiano, lo que refuerza su carácter preventivo.

Su aroma y sabor característicos, además de facilitar su aceptación, podrían estar asociados a compuestos con efectos relajantes sobre el sistema digestivo, lo que contribuye a reducir la inflamación y el dolor.



Paico

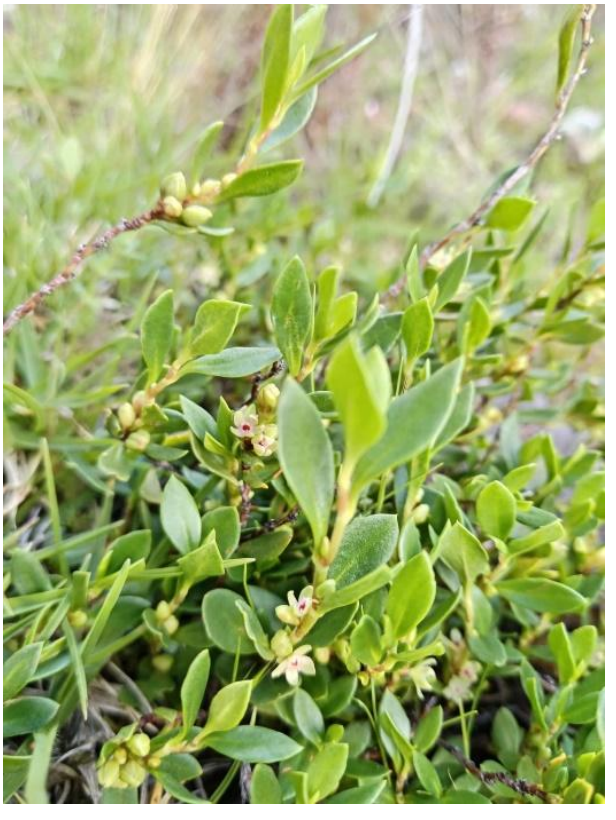
Uso tradicional: antiparasitario, digestivo

Preparación: infusión o consumo directo

Clasificación: planta fuerte

El paico destaca por su uso en el tratamiento de parásitos intestinales, lo que lo convierte en una planta de gran relevancia dentro del sistema digestivo. Su acción es percibida como intensa, lo que justifica su clasificación como planta fuerte.

Desde una perspectiva científica, se ha documentado la presencia de compuestos con actividad antiparasitaria, lo que sugiere una correspondencia entre el conocimiento tradicional y la evidencia experimental. Sin embargo, su uso requiere precaución, especialmente en poblaciones vulnerables.





Mullaca

Uso tradicional: hígado, riñón, “limpieza” del organismo

Preparación: cocimiento o infusión

Clasificación: planta fuerte

La mullaca es utilizada principalmente con fines depurativos, orientados a mejorar el funcionamiento del hígado y los riñones. Su consumo en ayunas sugiere una función preventiva, destinada a mantener el equilibrio del organismo.

Desde una perspectiva analítica, su uso puede estar vinculado a efectos hepatoprotectores y diuréticos, aunque su clasificación como planta fuerte indica la necesidad de un uso moderado.



Malva blanca

Uso tradicional: inflamación, digestión

Preparación: infusión y baños

Clasificación: planta suave

La malva blanca es utilizada para aliviar procesos inflamatorios, incluyendo aquellos del sistema digestivo. Su carácter suave la hace adecuada para su uso en personas sensibles, como niños o adultos mayores.

Su uso en baños también sugiere una dimensión complementaria, en la que se busca aliviar no solo el malestar físico, sino también contribuir al bienestar general.



Diente de león

Uso tradicional: hígado, riñón, inflamación

Preparación: molido o infusión

Clasificación: planta suave

El diente de león es reconocido por su función reguladora del sistema digestivo y metabólico, especialmente en relación con el hígado. Su uso combinado con otras plantas evidencia prácticas de formulación empírica que buscan potenciar los efectos terapéuticos.



Pimpinella

Uso tradicional: dolor de "corazón" (interpretado como digestivo/emocional)

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

El uso de la pimpinella pone de manifiesto la relación entre el sistema digestivo y el estado emocional, ya que el "dolor de corazón" puede estar asociado a tensiones o malestares internos que se expresan físicamente.

El análisis conjunto de las especies registradas permite afirmar que el tratamiento del sistema digestivo en la medicina tradicional andina se basa en una lógica integral, en la que convergen elementos fisiológicos, culturales y simbólicos. Las plantas no son utilizadas de manera aislada, sino como parte de un sistema de cuidado que busca restablecer el equilibrio del organismo en su totalidad.

La predominancia de infusiones, la combinación de especies y la distinción entre plantas fuertes y suaves evidencian un conocimiento empírico sofisticado, orientado a maximizar la eficacia del tratamiento y minimizar los riesgos. Asimismo, la integración de categorías como el "aire" o el "empacho" permite adaptar las intervenciones a contextos específicos, lo que refuerza la pertinencia del conocimiento local.

En este sentido, las plantas medicinales del sistema digestivo no solo cumplen una función terapéutica, sino que representan una expresión concreta de la relación entre el ser humano, la naturaleza y la cultura. Su estudio no solo permite comprender prácticas locales, sino también identificar posibles aportes al desarrollo de enfoques integrales en salud, basados en el diálogo entre saberes tradicionales y conocimiento científico.

El conjunto de plantas empleadas para el tratamiento del sistema digestivo y metabólico en el distrito de Tambo revela patrones consistentes que permiten comprender la lógica interna de la fitoterapia tradicional andina. Entre estos, destacan tres ejes fundamentales: el predominio de las infusiones como forma de preparación, la estrecha relación entre el uso de plantas y los hábitos alimentarios, y la integración de funciones preventivas y correctivas en el tratamiento de las afecciones digestivas. Estos elementos no solo describen prácticas específicas, sino que evidencian una forma particular de entender la salud como un proceso continuo de equilibrio.

El predominio de las infusiones constituye uno de los rasgos más visibles y significativos del uso de plantas en el sistema digestivo. Esta forma de preparación, basada en la extracción de compuestos mediante agua caliente, presenta múltiples ventajas desde una perspectiva práctica y cultural. En primer lugar, es accesible, ya que no requiere de

instrumentos complejos ni de procesos elaborados, lo que permite su preparación en el ámbito doméstico. En segundo lugar, facilita la administración de las plantas, especialmente en contextos donde el consumo de líquidos forma parte de la rutina diaria. Finalmente, permite una dosificación flexible, ajustable según la intensidad del malestar o la experiencia del usuario.

Más allá de su simplicidad técnica, la infusión cumple una función terapéutica específica que se alinea con la naturaleza de las afecciones digestivas. Al ser ingerida en forma líquida, actúa directamente sobre el sistema gastrointestinal, permitiendo una absorción progresiva y una distribución uniforme de sus efectos. Esta característica es especialmente relevante en el tratamiento de malestares como la hinchazón, el empacho o la gastritis, donde se busca una acción suave pero sostenida. Asimismo, la temperatura de la infusión —generalmente caliente— contribuye a generar una sensación de alivio, especialmente en afecciones asociadas al "frío" o al "aire".

En paralelo, el uso de infusiones se encuentra profundamente vinculado con los hábitos alimentarios de la comunidad. En el contexto andino, la alimentación no es solo un acto biológico, sino una práctica cultural que influye directamente en el estado de salud. Las plantas medicinales, en este sentido, no se utilizan únicamente como respuesta a la enfermedad, sino que forman parte del proceso alimentario, ya sea como acompañamiento de las comidas o como bebida posterior a ellas. Esta integración refuerza la idea de que la digestión comienza no solo con la ingesta de alimentos, sino con la forma en que estos son procesados y equilibrados mediante el uso de recursos naturales.

La relación entre plantas y alimentación se manifiesta también en la selección de especies según el tipo de dieta. Por ejemplo, el consumo de alimentos considerados "pesados" o de difícil digestión puede ser acompañado por infusiones de plantas con propiedades digestivas, lo que permite compensar sus efectos y evitar la aparición de malestares. De igual manera, ciertas plantas son utilizadas de forma regular como parte de la dieta, no necesariamente para tratar una dolencia específica, sino para mantener el buen funcionamiento del sistema digestivo. Esta práctica refleja una concepción preventiva de la

salud, en la que el cuidado del cuerpo se realiza de manera constante y no solo en situaciones de enfermedad.

En este marco, el uso de plantas medicinales se configura como una estrategia que combina funciones preventivas y correctivas. Por un lado, muchas de las especies registradas son utilizadas de forma cotidiana, con el objetivo de evitar la aparición de afecciones digestivas. Este uso preventivo se basa en la idea de que el equilibrio del organismo debe ser mantenido de manera continua, especialmente en contextos donde factores como el clima, la alimentación o el esfuerzo físico pueden alterar dicho equilibrio. Las infusiones diarias de muña, malva o diente de león, por ejemplo, no responden necesariamente a la presencia de síntomas, sino a la intención de conservar el bienestar.

Por otro lado, cuando se presenta una afección específica, el uso de las plantas adquiere un carácter correctivo, orientado a restablecer el equilibrio perdido. En estos casos, se recurre a especies con mayor intensidad o a combinaciones de plantas que permitan abordar el problema de manera más directa. El tratamiento del empacho, la eliminación de parásitos o la reducción de la inflamación digestiva son ejemplos de intervenciones correctivas que implican un uso más focalizado de las plantas. Sin embargo, incluso en estos casos, la intervención no se limita a la eliminación del síntoma, sino que busca restablecer el funcionamiento general del sistema.

La coexistencia de estos dos enfoques —preventivo y correctivo— evidencia una comprensión integral de la salud, en la que la enfermedad no es un evento aislado, sino una manifestación de un desequilibrio acumulado. En consecuencia, el tratamiento no se limita a intervenir sobre el síntoma, sino que se orienta a modificar las condiciones que lo generaron, ya sea a través de cambios en la alimentación, en los hábitos o en el uso regular de plantas medicinales.

Desde una perspectiva analítica, estos patrones permiten identificar una lógica de cuidado que trasciende la intervención puntual y se inscribe en una práctica continua de mantenimiento del equilibrio. La fitoterapia tradicional, en este sentido, no se limita a curar,

sino que forma parte de una estrategia de vida que integra alimentación, entorno y prácticas culturales en la construcción del bienestar.

En síntesis, el predominio de las infusiones, su relación con la alimentación y el uso combinado de funciones preventivas y correctivas configuran un sistema coherente de atención del sistema digestivo y metabólico en la medicina tradicional andina. Este sistema, basado en la experiencia y en la adaptación al entorno, ofrece una perspectiva valiosa para comprender formas alternativas de cuidado de la salud, así como posibles puntos de diálogo con enfoques contemporáneos orientados a la prevención y al bienestar integral.

CAPÍTULO 5: PLANTAS PARA EL SISTEMA RESPIRATORIO

El sistema respiratorio, dentro de la medicina tradicional andina, es concebido como uno de los sistemas más sensibles a las condiciones del entorno. A diferencia de la visión biomédica, que lo delimita a funciones fisiológicas específicas relacionadas con la ventilación y el intercambio gaseoso, en la cosmovisión andina este sistema se encuentra estrechamente vinculado con factores climáticos, energéticos y emocionales. El aire, el frío, la humedad y las variaciones térmicas no son simplemente condiciones ambientales, sino agentes activos que pueden alterar el equilibrio del cuerpo, generando afecciones como la tos, la gripe, el asma o los problemas bronquiales.

En el contexto del distrito de Tambo, las afecciones respiratorias constituyen una de las principales causas de malestar, especialmente en épocas de frío o cambios estacionales. Esta situación ha favorecido el desarrollo de un conjunto amplio de prácticas terapéuticas basadas en el uso de plantas medicinales, orientadas tanto a aliviar los síntomas como a restaurar el equilibrio del organismo. A diferencia de otros sistemas, donde predominan las infusiones, en el caso del sistema respiratorio se observa una mayor diversidad de formas de preparación, destacando especialmente los jarabes tradicionales, que permiten una administración más concentrada y prolongada de los compuestos activos.

El tratamiento de las afecciones respiratorias en la medicina tradicional andina no se limita a la eliminación de síntomas como la tos o la congestión, sino que busca intervenir en las causas subyacentes, muchas veces asociadas al “frío” o al “aire”. Estas categorías permiten interpretar las enfermedades respiratorias como manifestaciones de una alteración en la relación entre el cuerpo y el entorno. En este sentido, el uso de plantas no solo cumple una función fisiológica, sino también simbólica, en la medida en que contribuye a “calentar”, “limpiar” o “proteger” el organismo frente a agentes externos.

Dentro del registro etnobotánico recopilado, se identifican diversas especies utilizadas para el tratamiento del sistema respiratorio, entre las que destacan la huamanripa, el papilis, el intipa sapran, el bálsamo de copaiba y la manayupa. Estas plantas, aunque

diferentes en su composición y forma de uso, comparten una función común: intervenir en procesos inflamatorios, facilitar la respiración y fortalecer el sistema frente a agentes externos. Su uso, en muchos casos, se realiza de manera combinada, lo que evidencia una práctica de formulación empírica orientada a potenciar sus efectos.



Huamanripa

Uso tradicional: bronquios, asma

Preparación: jarabe (mezclado con miel, algarrobina y otras plantas)

Clasificación: planta fuerte

La huamanripa es una de las plantas más representativas dentro del tratamiento de afecciones respiratorias en el contexto andino. Su uso está estrechamente asociado a problemas bronquiales y al asma, condiciones que son interpretadas como bloqueos o dificultades en el flujo del aire dentro del cuerpo. En este sentido, la planta es utilizada no solo para aliviar los síntomas, sino para “abrir” las vías respiratorias y restablecer la circulación del aire.

Una de las características más relevantes de su uso es la forma de preparación. A diferencia de otras plantas que se consumen en infusión, la huamanripa suele ser utilizada en forma de jarabe, combinada con ingredientes como miel de abeja, algarrobina y otras especies vegetales como el papilis. Esta preparación permite una mayor concentración de los compuestos activos y facilita su administración, especialmente en casos de tos persistente o dificultad respiratoria.

Desde una perspectiva analítica, la utilización de la huamanripa en jarabes sugiere un conocimiento empírico sobre la necesidad de una acción sostenida en el tiempo. La miel, además de actuar como vehículo, aporta propiedades suavizantes y antibacterianas, mientras que la algarrobina contribuye a mejorar la palatabilidad y a reforzar el efecto energético del preparado. Esta combinación refleja una lógica de formulación compleja, en la que cada componente cumple una función específica dentro del tratamiento.





Papilis

Uso tradicional: gripe, bronquios

Preparación: tostado y mezclado con miel (jarabe) o infusión

Clasificación: planta suave–media

El papilis es una planta ampliamente utilizada en el tratamiento de afecciones respiratorias leves, como la gripe o la tos inicial. Su uso puede presentarse en distintas formas, siendo común su preparación en infusión o su incorporación en jarabes junto con otras plantas. Una práctica particular asociada a esta especie es el tostado de sus hojas antes de su preparación, lo que sugiere una modificación intencional de sus propiedades mediante el calor.

Esta técnica de tostado podría estar relacionada con la liberación de ciertos compuestos o con la reducción de posibles efectos adversos, lo que evidencia un nivel de conocimiento empírico sobre el manejo de las plantas. Además, su combinación con miel refuerza su efecto sobre la garganta, contribuyendo a aliviar la irritación y facilitar la expectoración.

Desde una perspectiva interpretativa, el papilis cumple una función de transición entre el tratamiento preventivo y el correctivo, siendo utilizado tanto al inicio de la afección como en combinación con otras plantas en casos más avanzados.





Intipa sapran

Uso tradicional: bronquios, asma

Preparación: tostado y preparado como jarabe con otras plantas

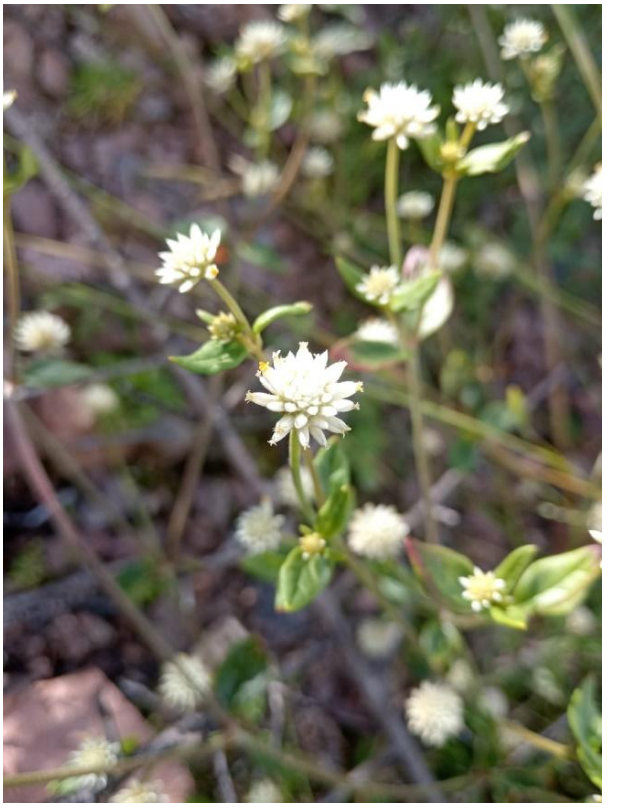
Clasificación: planta fuerte

El intipa sapran es otra de las especies utilizadas en el tratamiento de afecciones bronquiales, especialmente en casos de mayor severidad. Su uso en combinación con huamanripa y papilis sugiere una práctica de formulación en la que se integran distintas plantas con el objetivo de potenciar sus efectos.

El proceso de tostado previo a la preparación indica una manipulación deliberada de la planta, posiblemente orientada a modificar su perfil químico o a facilitar su incorporación

en el jarabe. Esta práctica, aunque no formalizada en términos científicos, refleja una comprensión empírica de los procesos de transformación de los compuestos vegetales.





Bálsamo de copaiba

Uso tradicional: bronquios, afecciones respiratorias

Preparación: jarabe o aplicación directa

Clasificación: planta fuerte

El bálsamo de copaiba se distingue por su uso tanto interno como externo, lo que lo convierte en una de las plantas más versátiles dentro del sistema respiratorio. Su aplicación en jarabes permite una acción interna sobre los bronquios, mientras que su uso externo puede estar asociado a masajes o fricciones en el pecho.

Desde una perspectiva analítica, el bálsamo presenta propiedades antiinflamatorias y antimicrobianas, lo que podría explicar su eficacia en el tratamiento de infecciones respiratorias. Su carácter fuerte implica que su uso debe ser controlado, especialmente en términos de dosis.



Manayupa

Uso tradicional: bronquios, diurético

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave–media

La manayupa, aunque también utilizada en el sistema renal, cumple un rol importante en el tratamiento de afecciones respiratorias. Su uso en infusión sugiere una acción más suave, orientada a aliviar síntomas y fortalecer el organismo.

Esta planta evidencia la interconexión entre sistemas, ya que su efecto diurético podría contribuir a la eliminación de toxinas, lo que indirectamente favorece la recuperación del sistema respiratorio.

El estudio de las plantas utilizadas en el tratamiento del sistema respiratorio en el distrito de Tambo permite identificar tres elementos clave que estructuran la práctica terapéutica: el uso de jarabes tradicionales, la mezcla de plantas como forma de formulación empírica y la incorporación de ingredientes como la miel y la algarrobina.

El predominio de los jarabes como forma de preparación responde a la necesidad de una acción más concentrada y prolongada sobre el sistema respiratorio. A diferencia de las infusiones, que tienen una acción más general, los jarabes permiten una mayor adherencia al tratamiento, especialmente en casos de tos persistente o afecciones crónicas. Además, su textura y sabor facilitan su consumo, lo que resulta particularmente importante en niños.

La mezcla de plantas constituye otro elemento central, evidenciando una práctica de formulación basada en la experiencia. Estas combinaciones no son aleatorias, sino que responden a criterios empíricos sobre la complementariedad de las especies, lo que permite abordar la afección desde múltiples dimensiones. Esta práctica se aproxima, en términos conceptuales, a la formulación farmacológica, aunque desarrollada en un contexto no formalizado.

Finalmente, el uso de miel y algarrobina cumple una función doble: por un lado, actúan como vehículos que facilitan la administración de las plantas; por otro, aportan propiedades terapéuticas propias, como efectos suavizantes, energéticos y antimicrobianos. Esta integración de ingredientes naturales refuerza el carácter holístico del tratamiento, en el que cada componente contribuye al restablecimiento del equilibrio.

CAPÍTULO 6: PLANTAS PARA EL SISTEMA URINARIO Y RENAL

El sistema urinario y renal, dentro de la medicina tradicional andina, es comprendido como un eje fundamental en los procesos de depuración y equilibrio del organismo. A diferencia del enfoque biomédico, que define su función en términos de filtración sanguínea y eliminación de desechos metabólicos, en la cosmovisión andina estos órganos están directamente asociados a la "limpieza del cuerpo", concepto que trasciende lo fisiológico e incorpora dimensiones energéticas, simbólicas y preventivas. El riñón, en particular, no solo es entendido como un órgano funcional, sino como un regulador del estado interno del individuo, cuya alteración puede generar múltiples manifestaciones en otros sistemas.

En el contexto del distrito de Tambo, las afecciones relacionadas con el sistema urinario y renal —como la presencia de "arenilla", infecciones urinarias, inflamación o retención de líquidos— son abordadas principalmente mediante el uso de plantas medicinales que favorecen la eliminación de sustancias acumuladas en el organismo. Este enfoque refleja una lógica terapéutica centrada en la depuración progresiva, en la cual el tratamiento no busca una acción inmediata, sino una restauración gradual del equilibrio interno.

A diferencia de otros sistemas, donde se recurre a preparaciones más concentradas como los jarabes, en el caso del sistema urinario predomina el uso de infusiones, consumidas de manera continua durante varios días o semanas. Esta forma de administración responde a la necesidad de mantener un efecto sostenido en el tiempo, facilitando la eliminación de líquidos y la limpieza de los órganos internos. En este sentido, la fitoterapia aplicada al sistema renal se caracteriza por su enfoque prolongado, preventivo y regulador.

Dentro del registro etnobotánico recopilado, se identifican diversas especies utilizadas para este fin, entre las que destacan la cola de caballo, la taya, el culantro de pozo, la manayupa y la mullaca. Estas plantas, aunque con usos específicos, comparten una función común: facilitar la depuración del organismo y mejorar el funcionamiento del sistema urinario.



Cola de caballo

Uso tradicional: riñón, eliminación de líquidos

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave–media

La cola de caballo es una de las plantas más reconocidas dentro del tratamiento del sistema renal, debido a su efecto diurético. Su uso en infusión permite una acción progresiva que facilita la eliminación de líquidos y la depuración del organismo. En el contexto andino, esta planta es utilizada tanto para tratar afecciones específicas como para prevenir la acumulación de sustancias consideradas nocivas.

Desde una perspectiva analítica, su uso podría estar relacionado con su capacidad para aumentar la producción de orina, lo que contribuye a la eliminación de toxinas. Sin embargo, más allá de su efecto fisiológico, su valor radica en su integración dentro de una práctica de cuidado continuo del cuerpo.





Taya

Uso tradicional: arenilla renal

Preparación: infusión

Clasificación: planta media

La taya es empleada específicamente para el tratamiento de la “arenilla”, término utilizado en la medicina tradicional para referirse a la acumulación de pequeños residuos en los riñones o vías urinarias. Esta afección es interpretada como una consecuencia de la falta de limpieza interna, lo que justifica el uso de plantas con propiedades depurativas.

Su preparación en infusión permite una acción sostenida que facilita la eliminación progresiva de estos residuos. Esta práctica refleja una comprensión empírica del funcionamiento del sistema urinario y de la necesidad de intervenir de manera continua para lograr resultados efectivos.



Culantro de pozo

Uso tradicional: riñón, inflamación

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

El culantro de pozo es utilizado para aliviar afecciones renales leves, especialmente aquellas asociadas a inflamación o malestar urinario. Su carácter suave permite su uso frecuente, incluso en tratamientos prolongados.

Esta planta evidencia la importancia de contar con recursos de bajo riesgo para el manejo cotidiano de la salud, lo que refuerza la dimensión preventiva del sistema etnobotánico.

Otro aspecto relevante es el predominio de las infusiones como forma de preparación. A diferencia de otros sistemas donde se utilizan preparaciones más concentradas, el tratamiento del sistema urinario se basa en el consumo prolongado de líquidos, lo que permite una acción sostenida y gradual. Esta práctica refleja una comprensión empírica de la necesidad de mantener un flujo constante de líquidos para facilitar la eliminación de sustancias.

Asimismo, se observa una clara orientación hacia el tratamiento prolongado, en el que las plantas son consumidas durante varios días o semanas. Este enfoque contrasta con la lógica biomédica de intervenciones rápidas, y pone de manifiesto una concepción del tratamiento como proceso, más que como evento puntual.

Finalmente, la interrelación entre el sistema urinario y otros sistemas, como el digestivo y el hepático, evidencia una visión integral del cuerpo. Las plantas no son utilizadas de manera aislada, sino en función de su capacidad para intervenir en múltiples niveles, lo que refuerza la idea de un sistema de conocimiento coherente y adaptado al entorno.

CAPÍTULO 7: PLANTAS PARA INFLAMACIÓN, DOLOR Y TRAUMATISMOS

El tratamiento de la inflamación, el dolor y los traumatismos en la medicina tradicional andina se sitúa en un punto de convergencia entre el conocimiento botánico, la experiencia empírica del cuerpo y una comprensión práctica de los efectos físicos del entorno sobre la salud. A diferencia de otros sistemas —como el digestivo o el respiratorio— donde predominan las intervenciones internas mediante infusiones o jarabes, en este ámbito se observa una clara orientación hacia el tratamiento externo, directo y localizado. Esta característica no es casual, sino que responde a la naturaleza misma de las afecciones abordadas, las cuales suelen estar asociadas a impactos físicos visibles, como golpes, caídas, inflamaciones o dolores musculares.

En el contexto del distrito de Tambo, las actividades cotidianas —especialmente aquellas relacionadas con el trabajo agrícola, el desplazamiento en terrenos irregulares y la exposición a condiciones climáticas variables— incrementan la probabilidad de sufrir traumatismos. En este escenario, las plantas medicinales cumplen una función inmediata y accesible, permitiendo una respuesta rápida ante lesiones que, en muchos casos, no requieren atención médica formal. Esta capacidad de respuesta constituye una de las fortalezas más relevantes del conocimiento etnobotánico, en tanto permite resolver problemas de salud de manera autónoma y contextualizada.

La inflamación, en la lógica andina, no es entendida únicamente como una reacción fisiológica, sino como una manifestación de desequilibrio provocada por factores físicos (golpes, esfuerzo), ambientales (frío, humedad) o incluso energéticos. El dolor, por su parte, es interpretado como una señal de alteración en el flujo interno del cuerpo, que requiere ser tratado no solo mediante la reducción del síntoma, sino mediante la restauración del equilibrio en la zona afectada. En este sentido, el tratamiento no se limita a “calmar”, sino que busca intervenir activamente en el proceso de recuperación.

Dentro de este sistema, las plantas medicinales son utilizadas principalmente en forma de emplastos, es decir, preparaciones tópicas que se aplican directamente sobre la zona afectada. Esta forma de uso permite una acción localizada, intensiva y, en muchos casos, inmediata, lo que resulta especialmente adecuado para el tratamiento de golpes, inflamaciones y dolores. La aplicación directa sobre la piel facilita la absorción de los compuestos activos y permite combinar el efecto de la planta con otros elementos, como el calor, la presión o el reposo.

A continuación, se desarrollan las principales especies registradas en este ámbito, integrando la información tradicional con una interpretación analítica que permita comprender su función dentro del sistema de salud local.



Achicoria

Uso tradicional: inflamación, golpes

Preparación: machacado y aplicado como emplasto

Clasificación: planta suave–media

La achicoria es utilizada principalmente para tratar inflamaciones producidas por golpes o esfuerzos físicos. Su aplicación consiste en machacar la planta hasta obtener una pasta que se coloca directamente sobre la zona afectada, permitiendo una acción localizada.

Desde una perspectiva analítica, su uso sugiere propiedades antiinflamatorias y calmantes, lo que podría contribuir a reducir la hinchazón y el dolor. Su carácter relativamente suave permite su uso frecuente, incluso en afecciones leves o moderadas.



Rayos altea

Uso tradicional: golpes

Preparación: machacado y aplicación directa

Clasificación: planta media

El rayos altea es empleado específicamente en el tratamiento de golpes, especialmente aquellos que generan dolor persistente o inflamación localizada. Su uso como emplasto permite una acción directa sobre la zona afectada.

Esta planta evidencia la especialización del conocimiento etnobotánico, en la medida en que ciertas especies son reconocidas por su eficacia en tipos específicos de afección.





Waisillo

Uso tradicional: dolor de diente

Preparación: aplicación directa o masticado

Clasificación: planta media

El waisillo presenta una particularidad dentro de este grupo, ya que su uso está orientado al tratamiento del dolor dental. A diferencia de otras plantas que se aplican sobre

la piel, esta especie puede ser utilizada directamente en la cavidad bucal, lo que permite una acción localizada sobre la zona afectada.

Este uso evidencia una comprensión empírica de la necesidad de intervenir directamente en el foco del dolor, lo que refuerza la lógica de tratamiento localizado característica de este sistema.



Yawar soqo de altura

Uso tradicional: golpes, inflamación

Preparación: emplasto

Clasificación: planta fuerte

El yawar soqo es una planta utilizada en el tratamiento de golpes más severos, especialmente aquellos que generan inflamación significativa. Su carácter fuerte implica una acción más intensa, lo que la hace adecuada para afecciones de mayor gravedad.

Su uso refleja la existencia de una jerarquización dentro del conocimiento etnobotánico, en la que ciertas plantas son reservadas para casos específicos según la intensidad del problema.





Chupasangre de altura

Uso tradicional: golpes, inflamación

Preparación: emplasto

Clasificación: planta fuerte

La chupasangre es utilizada en casos de inflamación asociada a acumulación de sangre o hematomas, lo que sugiere una función específica dentro del tratamiento de traumatismos. Su nombre mismo refleja la percepción de su capacidad para intervenir en este tipo de afecciones.

Desde una perspectiva analítica, su uso podría estar relacionado con propiedades que favorecen la circulación o la reabsorción de líquidos en la zona afectada.









Qera

Uso tradicional: golpe, frío

Preparación: emplasto

Clasificación: planta media

La qera es utilizada en el tratamiento de golpes asociados al "frío", lo que introduce una dimensión adicional en la interpretación de la afección. En este caso, el tratamiento no solo busca reducir la inflamación, sino también contrarrestar el efecto del frío en el cuerpo.

Este uso evidencia la integración de factores ambientales en la medicina tradicional, donde el clima y la temperatura influyen directamente en la elección del tratamiento.

El análisis de las plantas utilizadas para el tratamiento de inflamaciones, dolor y traumatismos permite identificar dos elementos fundamentales que estructuran este sistema: el predominio del uso tópico mediante emplastos y su estrecha relación con una forma de medicina que puede ser interpretada como "medicina física tradicional".

El predominio de los emplastos responde a la necesidad de intervenir directamente sobre la zona afectada, lo que permite una acción localizada, intensiva y, en muchos casos, inmediata. A diferencia de las infusiones, que actúan de manera sistémica, los emplastos concentran el tratamiento en el punto donde se manifiesta el problema, lo que resulta especialmente eficaz en casos de golpes, inflamaciones o dolores musculares.

Además, el uso de emplastos suele ir acompañado de otras prácticas, como la aplicación de calor, el reposo o el masaje, lo que refuerza su efecto terapéutico. Esta combinación de técnicas evidencia una comprensión integral del tratamiento, en la que la planta actúa como uno de varios elementos que contribuyen a la recuperación.

Por otro lado, la relación con una forma de medicina física tradicional se manifiesta en la forma en que se abordan las afecciones. El cuerpo es entendido como un sistema que puede ser intervenido directamente, mediante la manipulación, la aplicación de sustancias y la regulación de factores externos. Esta perspectiva se aproxima, en algunos aspectos, a prácticas como la fisioterapia o la medicina manual, aunque desarrollada en un contexto cultural distinto.

Asimismo, se observa una clara diferenciación entre plantas según la intensidad de la afección, lo que refuerza la idea de una clasificación funcional basada en la experiencia. Las plantas suaves son utilizadas en casos leves, mientras que las plantas fuertes se reservan para situaciones más complejas, lo que permite ajustar el tratamiento de manera proporcional.

En síntesis, el tratamiento de la inflamación, el dolor y los traumatismos en la medicina tradicional andina se caracteriza por su enfoque práctico, localizado e inmediato, basado en el uso de plantas aplicadas directamente sobre el cuerpo. Este sistema, sustentado en la experiencia y en la adaptación al entorno, constituye una expresión clara de la capacidad de las comunidades para desarrollar estrategias efectivas de cuidado de la salud, integrando conocimiento botánico, observación empírica y prácticas culturales en un modelo coherente y funcional.

CAPÍTULO 8: PLANTAS PARA LA SALUD REPRODUCTIVA Y FEMENINA

La salud reproductiva y femenina, dentro de la medicina tradicional andina, ocupa un lugar particularmente sensible y especializado, en tanto se vincula no solo con procesos biológicos, sino con dimensiones culturales, simbólicas y sociales profundamente arraigadas en la vida comunitaria. A diferencia de otros sistemas del cuerpo, cuya atención puede ser compartida de manera más general, el conocimiento relacionado con el cuidado del aparato reproductor femenino suele estar resguardado y transmitido principalmente por mujeres, quienes actúan como portadoras de saberes específicos sobre el ciclo menstrual, la fertilidad, las infecciones y otros aspectos vinculados a la salud ginecológica.

En este contexto, el cuerpo femenino es entendido como un sistema dinámico, sujeto a cambios cíclicos que requieren atención, regulación y cuidado constante. La menstruación, por ejemplo, no es interpretada únicamente como un proceso fisiológico, sino como un mecanismo de limpieza y renovación del cuerpo, cuya alteración puede generar desequilibrios tanto físicos como emocionales. De igual manera, afecciones como la "regla blanca" —término utilizado para referirse a flujos vaginales anormales— son abordadas desde una lógica que combina elementos biológicos y culturales, reconociendo la necesidad de restablecer el equilibrio interno mediante intervenciones específicas.

En el distrito de Tambo, el tratamiento de las afecciones relacionadas con el sistema reproductivo femenino se basa en el uso de plantas medicinales aplicadas principalmente a través de baños de asiento, infusiones y, en algunos casos, preparaciones combinadas. Esta forma de tratamiento refleja una comprensión localizada del cuerpo, en la que se busca intervenir directamente en la zona afectada, favoreciendo procesos de limpieza, desinflamación y regulación. A diferencia de otros sistemas donde predominan las infusiones como vía principal, aquí se observa una clara preferencia por aplicaciones externas o mixtas, lo que evidencia una adaptación del tratamiento a la naturaleza de las afecciones.

Las plantas utilizadas en este ámbito no solo cumplen una función terapéutica, sino que también están cargadas de significados asociados al cuidado, la protección y la regulación del cuerpo femenino. Su uso se inscribe en prácticas que, además de aliviar síntomas, buscan restablecer el equilibrio integral del organismo, considerando factores como el frío, la higiene, la alimentación y el estado emocional.

A continuación, se presentan las principales especies registradas, integrando la información tradicional con una interpretación analítica que permita comprender su función dentro del sistema de salud local.



Maraysera

Uso tradicional: ovarios, regulación del sistema reproductivo

Preparación: infusión o baños de asiento

Clasificación: planta media

La maraysera es utilizada en el tratamiento de afecciones relacionadas con los ovarios, especialmente aquellas asociadas a irregularidades menstruales o dolor pélvico. Su uso puede presentarse tanto en infusión como en baños de asiento, lo que sugiere una doble vía de acción: interna y externa.

Desde una perspectiva analítica, su aplicación podría estar orientada a regular procesos hormonales o a reducir la inflamación en la zona pélvica. Su uso en baños de asiento refuerza la idea de una intervención localizada, que permite actuar directamente sobre el sistema reproductivo.



Llantén

Uso tradicional: ovarios, inflamación

Preparación: infusión y baños

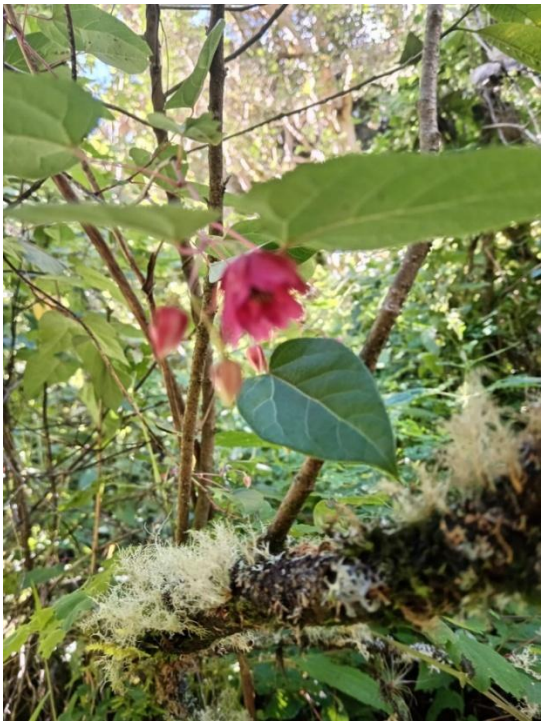
Clasificación: planta suave

El llantén es una de las plantas más versátiles dentro del sistema etnobotánico, utilizada en múltiples contextos, incluyendo el tratamiento de afecciones ginecológicas. Su carácter suave permite su uso frecuente, lo que lo convierte en una opción segura para tratamientos prolongados.

En el ámbito reproductivo, su uso está orientado a reducir la inflamación y a mejorar el estado general del sistema, lo que lo posiciona como una planta de uso preventivo y regulador.







Qillqinsay

Uso tradicional: uso ginecológico general

Preparación: baños de asiento

Clasificación: planta media

El qillqinsay es utilizado principalmente en baños de asiento, lo que indica una aplicación directa sobre el sistema reproductivo. Este tipo de uso sugiere una función específica en la limpieza y desinfección de la zona íntima, especialmente en casos de infecciones o malestar.

Desde una perspectiva interpretativa, su uso podría estar relacionado con propiedades antimicrobianas o antiinflamatorias, aunque su eficacia también se construye a partir del contexto en el que es aplicada.





Marqaringa

Uso tradicional: regla blanca (flujo vaginal)

Preparación: baños de asiento

Clasificación: planta media–fuerte

La marqaringa es empleada específicamente en el tratamiento de la "regla blanca", una afección que puede estar asociada a infecciones o desequilibrios en el sistema reproductivo. Su uso en baños de asiento permite una acción directa sobre la zona afectada, facilitando procesos de limpieza y regulación.

Su clasificación como planta media–fuerte indica una acción más intensa, lo que la hace adecuada para casos donde se requiere una intervención más directa.

El análisis de las plantas utilizadas en la salud reproductiva femenina permite identificar dos elementos fundamentales que estructuran este sistema: el predominio del uso de baños de asiento y la existencia de un conocimiento especializado femenino.

El uso de baños de asiento constituye la principal forma de preparación y aplicación en este ámbito, lo que refleja una lógica de tratamiento localizada. A diferencia de las infusiones, que actúan de manera sistémica, los baños permiten intervenir directamente en la zona afectada, facilitando procesos de limpieza, desinflamación y regulación. Esta práctica no solo tiene efectos fisiológicos, sino también simbólicos, en la medida en que el acto de limpieza está asociado a la restauración del equilibrio interno.

Los baños de asiento suelen prepararse mediante la cocción de plantas en agua, que luego es utilizada a una temperatura adecuada para el tratamiento. La duración, la frecuencia y las combinaciones de plantas pueden variar según la afección, lo que evidencia un conocimiento detallado sobre la aplicación de estas prácticas.

Por otro lado, el conocimiento relacionado con la salud reproductiva femenina se caracteriza por su carácter especializado y su transmisión principalmente entre mujeres. Este saber no siempre es compartido abiertamente, sino que se transmite en contextos específicos, como el ámbito familiar o comunitario, lo que le confiere un carácter reservado y, en muchos casos, más preciso.

Esta especialización permite un manejo más cuidadoso del cuerpo femenino, considerando factores como el ciclo menstrual, la edad, el estado de salud y las condiciones ambientales. Asimismo, refleja una comprensión profunda de las necesidades específicas de las mujeres, lo que contribuye a la eficacia del tratamiento.

En síntesis, el sistema de salud reproductiva femenina en la medicina tradicional andina se caracteriza por su enfoque localizado, preventivo y especializado, basado en el uso de plantas medicinales aplicadas mediante baños de asiento y en un conocimiento transmitido principalmente por mujeres. Este sistema no solo aborda afecciones específicas,

sino que contribuye al mantenimiento del equilibrio integral del cuerpo, integrando dimensiones biológicas, culturales y simbólicas en un modelo coherente de cuidado.

CAPÍTULO 9: PLANTAS PARA SISTEMA NERVIOSO Y EMOCIONAL

El abordaje del sistema nervioso y emocional en la medicina tradicional andina revela una de las dimensiones más complejas e integradoras del conocimiento etnobotánico. A diferencia de la perspectiva biomédica, que tiende a separar lo neurológico de lo psicológico, y lo psicológico de lo social, la cosmovisión andina concibe al ser humano como una unidad en la que cuerpo, mente y espíritu se encuentran profundamente interrelacionados. En este marco, los estados emocionales no son considerados fenómenos abstractos o aislados, sino expresiones concretas de equilibrio o desequilibrio que se manifiestan tanto en el plano físico como en el conductual.

En el contexto del distrito de Tambo, afecciones como el nerviosismo, la ansiedad, el insomnio, el llanto persistente en niños, la inquietud o el "susto" forman parte del repertorio cotidiano de problemas de salud que requieren atención. Estas condiciones no siempre son interpretadas como enfermedades en el sentido convencional, sino como alteraciones en el estado interno del individuo, que pueden ser provocadas por experiencias emocionales intensas, cambios en el entorno, conflictos interpersonales o exposiciones a situaciones consideradas perturbadoras. En este sentido, el sistema nervioso no es entendido como un conjunto de estructuras biológicas, sino como un espacio de regulación del ánimo, la energía y la estabilidad emocional.

El tratamiento de estas afecciones se basa en el uso de plantas medicinales con propiedades calmantes, relajantes o "reconfortantes", que actúan tanto a nivel fisiológico como simbólico. Estas plantas son utilizadas principalmente en forma de infusiones, aunque en algunos casos también se integran en prácticas rituales o baños, especialmente cuando se trata de afecciones como el "susto". Su uso está orientado no solo a aliviar síntomas, sino a restablecer el equilibrio emocional y fortalecer la estabilidad del individuo frente a factores externos.

Un aspecto particularmente relevante en este sistema es su aplicación en la población infantil. Los niños son considerados especialmente vulnerables a alteraciones emocionales y energéticas, lo que justifica el uso frecuente de plantas suaves para tratar el llanto, el miedo, la inquietud o el insomnio. Esta práctica refleja una sensibilidad hacia las necesidades emocionales desde etapas tempranas, así como una comprensión del desarrollo humano que integra aspectos físicos y afectivos.

A continuación, se presentan las principales especies registradas, integrando el conocimiento tradicional con una interpretación analítica que permita comprender su función dentro del sistema de salud local.





Lambras itana

Uso tradicional: nervios, inquietud

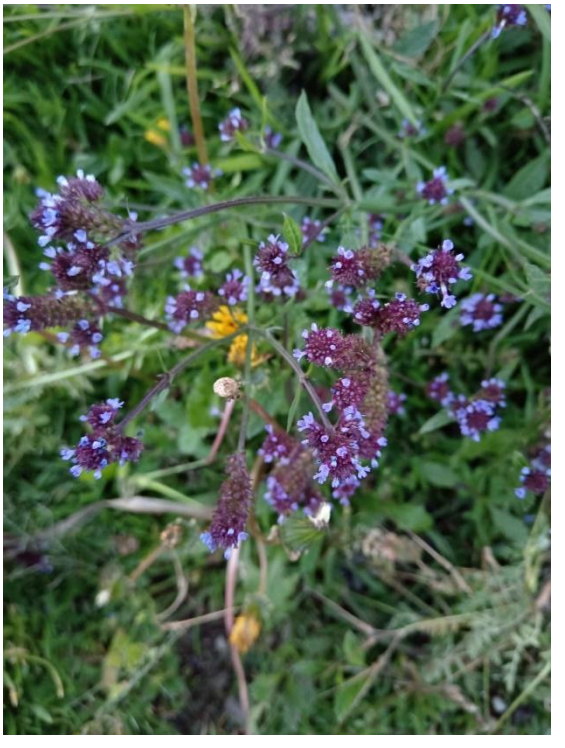
Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

La lambras itana es utilizada para tratar estados de nerviosismo o inquietud, especialmente en personas que presentan alteraciones en su estado emocional sin una causa física evidente. Su consumo en forma de infusión permite una acción progresiva, orientada a calmar el organismo y favorecer la estabilidad emocional.

Desde una perspectiva analítica, su uso podría estar relacionado con efectos sedantes leves o reguladores del sistema nervioso, aunque su eficacia también se construye a partir del contexto en el que es utilizada. Su carácter suave la hace adecuada para su uso frecuente y en poblaciones sensibles.





Verbena

Uso tradicional: nervios, relajación

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

La verbena es una de las plantas más reconocidas por sus propiedades calmantes, utilizada ampliamente para tratar estados de ansiedad, estrés o insomnio. Su uso en infusión la convierte en una opción accesible y de fácil incorporación en la rutina diaria.

En el contexto andino, la verbena no solo actúa como relajante, sino que también contribuye a restablecer el equilibrio emocional, lo que la posiciona como una planta de uso tanto preventivo como correctivo.





Puca sisa itaña

Uso tradicional: susto, migraña

Preparación: infusión o uso ritual

Clasificación: planta media

La puca sisa itaña ocupa un lugar particular dentro del sistema nervioso, ya que su uso está asociado tanto a afecciones físicas como a estados emocionales profundos,

especialmente el "susto". Esta condición, ampliamente reconocida en la medicina tradicional, implica una alteración en el estado anímico que puede manifestarse a través de síntomas como tristeza, falta de apetito, insomnio o dolores de cabeza.

El uso de esta planta en infusión o en contextos rituales refleja una intervención que busca actuar en múltiples niveles, abordando tanto los síntomas físicos como la causa emocional del problema. En el caso de la migraña, su uso sugiere una relación entre el dolor físico y el estado emocional del individuo.



Manzanilla

Uso tradicional: relajante, nervios, niños

Preparación: infusión

Clasificación: planta suave

La manzanilla es una de las plantas más utilizadas en el tratamiento del sistema nervioso, especialmente en niños. Su uso está orientado a calmar, relajar y facilitar el sueño, lo que la convierte en una herramienta fundamental dentro del cuidado emocional cotidiano.

Su carácter suave y su amplia aceptación la hacen adecuada para su uso frecuente, tanto en adultos como en niños. En el contexto andino, la manzanilla no solo es valorada por sus efectos fisiológicos, sino también por su capacidad para generar bienestar y tranquilidad.

El análisis de las plantas utilizadas en el tratamiento del sistema nervioso y emocional permite identificar dos elementos fundamentales que estructuran este sistema: la estrecha relación entre mente y cuerpo, y el uso frecuente de estas plantas en la población infantil.

La relación mente–cuerpo constituye uno de los principios más relevantes en la medicina tradicional andina. A diferencia de la separación conceptual presente en muchos enfoques occidentales, aquí se reconoce que los estados emocionales tienen una manifestación directa en el cuerpo, y que los síntomas físicos pueden tener un origen emocional. Esta interrelación permite abordar las afecciones de manera integral, utilizando plantas que actúan tanto a nivel fisiológico como simbólico.

Por ejemplo, el tratamiento del "susto" no se limita a aliviar síntomas como el insomnio o la falta de apetito, sino que busca restablecer el equilibrio emocional del individuo. De igual manera, el tratamiento de dolores de cabeza o migrañas puede implicar la regulación del estado emocional, lo que evidencia una comprensión compleja del origen de las afecciones.

El uso infantil de estas plantas constituye otro elemento clave. Los niños son considerados especialmente sensibles a alteraciones emocionales, lo que justifica el uso de plantas suaves para tratar estados de inquietud, llanto o miedo. Esta práctica refleja una atención temprana al bienestar emocional, así como una forma de cuidado que integra lo afectivo dentro del ámbito de la salud.

Asimismo, el uso de infusiones como forma predominante de preparación refuerza la idea de un tratamiento progresivo y no invasivo, orientado a acompañar al organismo en

su proceso de regulación. Esta característica resulta especialmente adecuada para afecciones emocionales, que requieren tiempo y estabilidad para su resolución.

En síntesis, el sistema nervioso y emocional en la medicina tradicional andina se caracteriza por su enfoque integral, preventivo y adaptado a las necesidades del individuo, especialmente en contextos de vulnerabilidad como la infancia. Las plantas medicinales utilizadas en este ámbito no solo cumplen una función terapéutica, sino que contribuyen a la construcción de un estado de bienestar que integra cuerpo, mente y entorno en un modelo coherente de cuidado.

CAPÍTULO 10: PLANTAS RITUALES Y ESPIRITUALES

La medicina tradicional andina no puede comprenderse plenamente si se limita únicamente a sus dimensiones fisiológicas o farmacológicas. Una parte esencial de su estructura está constituida por el uso de plantas en contextos rituales y espirituales, donde la enfermedad no es interpretada como un fenómeno exclusivamente biológico, sino como una alteración del equilibrio entre el individuo, su entorno y las fuerzas que lo atraviesan. En este sentido, las plantas rituales cumplen una función que trasciende lo corporal, actuando como mediadoras entre el mundo visible y el mundo invisible, entre lo físico y lo simbólico.

En el contexto del distrito de Tambo, las prácticas rituales vinculadas al uso de plantas forman parte de la vida cotidiana y se activan especialmente en situaciones donde las afecciones no pueden ser explicadas únicamente desde lo físico. Categorías como el "mal", el "aire", el "susto" o la "maldad" remiten a una comprensión de la enfermedad en la que intervienen factores emocionales, sociales y espirituales. En estos casos, el tratamiento requiere una intervención que no solo actúe sobre el cuerpo, sino que restablezca el equilibrio energético del individuo.

Las plantas rituales son utilizadas en prácticas como baños, sahumerios, vaporizaciones y limpias, que buscan purificar, proteger o armonizar al individuo. Estas prácticas no son arbitrarias, sino que responden a una lógica cultural coherente, en la que cada planta posee un significado y una función específica. La eficacia del tratamiento no depende únicamente de la planta utilizada, sino del contexto en el que se aplica, de la intención del ritual y de la experiencia de quien lo realiza.

A diferencia de las plantas medicinales de uso terapéutico directo, las plantas rituales no siempre son valoradas por sus propiedades fisiológicas, sino por su capacidad simbólica y energética. En este sentido, su uso no puede ser evaluado únicamente desde parámetros científicos convencionales, sino que requiere una comprensión intercultural que reconozca la legitimidad de otras formas de conocimiento.

A continuación, se presentan las principales especies registradas en este ámbito, integrando el conocimiento tradicional con una interpretación analítica que permita comprender su función dentro del sistema de salud andino.





Ruda

Uso tradicional: maldad, limpieza, baños rituales

Preparación: baños, infusión, limpias

Clasificación: planta fuerte

La ruda es una de las plantas más representativas dentro del ámbito ritual, ampliamente utilizada en prácticas de limpieza y protección frente a influencias negativas.

Su uso está asociado al tratamiento de la "maldad", término que engloba diversas formas de alteración energética, como el mal de ojo, la envidia o la carga negativa acumulada.

En el contexto ritual, la ruda es empleada en baños o limpias, donde su función es "retirar" o "expulsar" aquello que afecta al individuo. Su carácter fuerte no solo se refiere a su potencia fisiológica, sino a su capacidad simbólica de intervención en el plano energético. Esta planta puede ser utilizada sola o en combinación con otras, dependiendo del tipo de afección.

Desde una perspectiva analítica, la ruda actúa como un elemento purificador, cuya eficacia se construye tanto a partir de sus propiedades como del significado que le es atribuido dentro de la cosmovisión andina.



Waira sacha

Uso tradicional: baños para bebés, protección

Preparación: baños

Clasificación: planta suave

La waira sacha es utilizada principalmente en el cuidado de bebés, especialmente en casos donde se percibe que el niño ha sido afectado por el "aire" o por alguna alteración emocional. Su uso en baños refleja una práctica orientada a proteger y armonizar al individuo desde etapas tempranas.

El carácter suave de esta planta la hace adecuada para su uso en poblaciones vulnerables, como los niños, lo que evidencia una adaptación del tratamiento a las características del paciente. En este contexto, el baño no solo cumple una función terapéutica, sino también preventiva, al fortalecer el equilibrio del niño frente a influencias externas.



Huerta Romero

Uso tradicional: sahumerio, limpieza del espacio

Preparación: quema (humo)

Clasificación: planta ritual

El huerta romero es utilizado principalmente en forma de sahumerio, es decir, mediante la quema de sus hojas para generar humo. Esta práctica está orientada a la limpieza de espacios y a la protección del entorno, especialmente en situaciones donde se percibe la presencia de energías negativas.

El humo actúa como un medio de transmisión de las propiedades de la planta, permitiendo su dispersión en el ambiente. Este tipo de uso no implica contacto directo con el cuerpo, sino una intervención a nivel espacial, lo que amplía el alcance del tratamiento más allá del individuo.

Desde una perspectiva simbólica, el sahumerio representa un acto de purificación, en el que el espacio es preparado o limpiado para restablecer el equilibrio.





Ñuñunga

Uso tradicional: vapor, limpieza

Preparación: vaporización

Clasificación: planta ritual

La ñuñunga es utilizada en prácticas de vaporización, donde el vapor generado por la planta es aplicado sobre el cuerpo. Este tipo de tratamiento permite una acción envolvente, que actúa tanto sobre el cuerpo como sobre el entorno inmediato.

La vaporización es especialmente utilizada en contextos donde se busca una limpieza profunda, tanto física como energética. El vapor facilita la apertura de los poros y la absorción de las propiedades de la planta, lo que contribuye a la sensación de alivio y bienestar.

El análisis de las plantas rituales y espirituales permite identificar tres elementos fundamentales que estructuran este sistema: la presencia de una medicina simbólica, la noción de curación energética y la centralidad de la cosmovisión andina en la interpretación de la salud.

La medicina simbólica constituye el eje principal de este sistema, en la medida en que las plantas no son utilizadas únicamente por sus propiedades físicas, sino por el significado que adquieren dentro del contexto cultural. Cada planta representa una función específica —limpiar, proteger, armonizar— que se activa a través de prácticas rituales. Esta dimensión simbólica no es accesoria, sino constitutiva del tratamiento, ya que la eficacia del mismo depende en gran medida de la intención y del contexto en el que se realiza.

La curación energética, por su parte, se basa en la idea de que el cuerpo puede ser afectado por influencias no visibles, que alteran su equilibrio interno. Estas influencias pueden tener origen emocional, social o espiritual, y requieren intervenciones que actúen más allá del plano físico. Las plantas rituales, en este sentido, funcionan como mediadores que permiten restablecer el flujo energético del individuo, facilitando su recuperación.

Finalmente, la cosmovisión andina proporciona el marco interpretativo que da sentido a estas prácticas. En esta visión, el ser humano no es una entidad aislada, sino parte de un sistema mayor en el que interactúan la naturaleza, la comunidad y las fuerzas espirituales. La salud, por tanto, depende del equilibrio entre estos elementos, y la enfermedad es entendida como una ruptura de esta armonía.

En este contexto, el uso de plantas rituales no puede ser reducido a una práctica supersticiosa, sino que debe ser comprendido como parte de un sistema coherente de conocimiento, que responde a una lógica propia y que cumple funciones específicas dentro del cuidado de la salud.

En síntesis, las plantas rituales y espirituales representan una dimensión esencial de la medicina tradicional andina, en la que el tratamiento se orienta a restablecer el equilibrio integral del individuo mediante prácticas que integran lo físico, lo simbólico y lo espiritual.

Su estudio no solo permite comprender una forma distinta de abordar la salud, sino también reconocer la diversidad de saberes que coexisten en el contexto peruano.

CAPÍTULO 11: PLANTAS MÚLTIPLES (MEDICINAL + ALIMENTICIO)

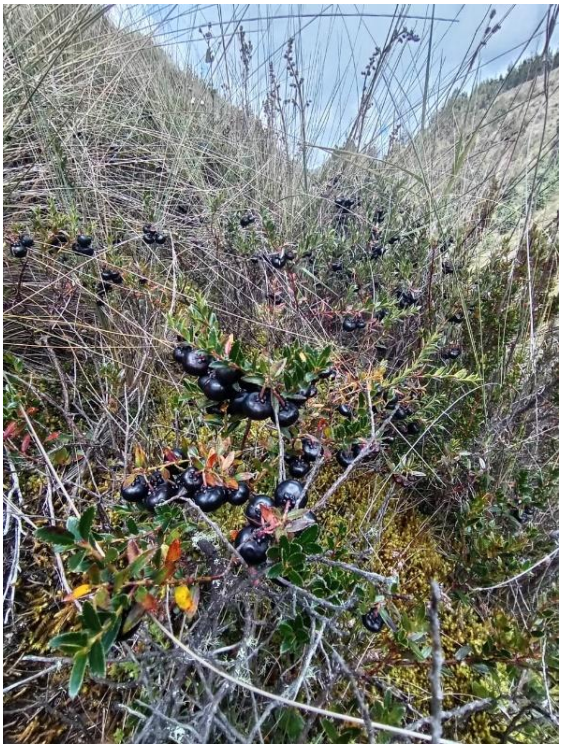
El análisis del conocimiento etnobotánico en el distrito de Tambo revela que la distinción entre plantas medicinales y plantas alimenticias no es, en la práctica, una frontera rígida. Por el contrario, existe un conjunto significativo de especies que cumplen simultáneamente funciones nutricionales y terapéuticas, configurando lo que puede denominarse un sistema de **uso múltiple de los recursos vegetales**. En este sistema, la alimentación no se limita a la provisión de energía, sino que se integra como un componente fundamental del cuidado de la salud, en el que los alimentos poseen propiedades preventivas, reguladoras e incluso curativas.

Esta integración entre alimentación y medicina responde a una concepción del cuerpo en la que los procesos digestivos, metabólicos y energéticos están profundamente interrelacionados. Lo que se consume no solo nutre, sino que influye directamente en el equilibrio interno del organismo. En este sentido, las plantas comestibles no son seleccionadas únicamente por su valor nutricional, sino también por sus efectos sobre el funcionamiento del cuerpo, su capacidad para prevenir enfermedades y su contribución al bienestar general.

En el contexto andino, esta relación se manifiesta en prácticas cotidianas donde ciertas plantas son incorporadas a la dieta habitual, no solo por su sabor o disponibilidad, sino por sus beneficios percibidos. Esta lógica permite que la medicina se integre en la vida diaria sin necesidad de intervenciones específicas, lo que refuerza el carácter preventivo del sistema etnobotánico. Así, el acto de alimentarse se convierte también en un acto de cuidado, en el que se busca mantener el equilibrio del organismo a través de la selección consciente de los alimentos.

A continuación, se presentan las principales especies identificadas dentro de esta categoría, destacando su doble función y su relevancia dentro del sistema de salud local.





Chupuro

Uso tradicional: comestible

Preparación: consumo directo o en preparaciones alimenticias

Clasificación: planta alimenticia con potencial medicinal

El chupuro es una planta consumida como alimento, integrada en la dieta local por su disponibilidad y valor nutricional. Aunque su uso principal es alimenticio, su inclusión en este capítulo responde a la posibilidad de que también cumpla funciones reguladoras dentro del organismo, especialmente en el sistema digestivo.

Desde una perspectiva analítica, el consumo de plantas como el chupuro puede contribuir a mantener el equilibrio del sistema digestivo, facilitando procesos como la digestión o la absorción de nutrientes. Aunque no se le atribuyen propiedades medicinales

específicas en el registro, su valor radica en su función preventiva dentro del sistema alimentario.



Callampa (hongos)

Uso tradicional: alimento

Preparación: cocido o en preparaciones tradicionales

Clasificación: recurso alimenticio

Las callampas, o hongos, constituyen un recurso alimenticio importante en determinadas épocas del año, especialmente en zonas rurales donde su recolección forma parte de las actividades estacionales. Su valor nutricional es ampliamente reconocido, y su consumo está asociado a prácticas tradicionales de recolección y preparación.

En el contexto etnobotánico, los hongos no son clasificados directamente como plantas medicinales, pero su inclusión en la dieta puede tener efectos positivos sobre la salud, especialmente en términos de nutrición y fortalecimiento del organismo. Esta función indirecta los posiciona como elementos relevantes dentro del sistema de cuidado.





Paiqo

Uso tradicional: alimento y medicinal (digestivo, antiparasitario)

Preparación: infusión, alimento

Clasificación: planta múltiple

El paiqo constituye uno de los ejemplos más claros de integración entre lo alimenticio y lo medicinal. Su uso en la dieta, combinado con su aplicación como planta digestiva y antiparasitaria, evidencia una comprensión compleja del rol de los alimentos en la salud.

En la práctica, el paiqo puede ser consumido como parte de preparaciones alimenticias o en forma de infusión, dependiendo del objetivo del tratamiento. Esta flexibilidad permite su uso tanto en contextos preventivos como correctivos, lo que refuerza su valor dentro del sistema etnobotánico.

Desde una perspectiva analítica, el paiqo representa un caso paradigmático de alimento funcional, es decir, un recurso que, además de nutrir, contribuye activamente a la regulación del organismo.





Waisillo

Uso tradicional: fruto comestible y uso medicinal (dolor dental)

Preparación: consumo directo o aplicación local

Clasificación: planta múltiple

El waisillo presenta una dualidad particularmente interesante, ya que es utilizado tanto como alimento —en forma de fruto— como en aplicaciones medicinales específicas, como el tratamiento del dolor dental. Esta doble función evidencia la versatilidad de ciertas especies dentro del sistema etnobotánico.

El consumo del fruto contribuye a la nutrición, mientras que su uso medicinal responde a una necesidad puntual, lo que demuestra cómo una misma planta puede adaptarse a distintos contextos de uso. Esta capacidad de adaptación refuerza la eficiencia del sistema tradicional, en el que los recursos disponibles son utilizados de manera integral.

El estudio de las plantas con funciones múltiples permite identificar una lógica central en la medicina tradicional andina: la integración entre alimentación y salud como parte de un mismo sistema. A diferencia de enfoques que separan claramente lo nutricional de lo terapéutico, aquí se observa una continuidad en la que los alimentos cumplen funciones que trascienden la nutrición básica.

Uno de los elementos más relevantes es la concepción del alimento como agente preventivo. Las plantas que forman parte de la dieta cotidiana no solo aportan nutrientes, sino que contribuyen a mantener el equilibrio del organismo, reduciendo la probabilidad de enfermedad. Esta práctica refleja una estrategia de cuidado a largo plazo, en la que la salud se construye día a día a través de decisiones alimentarias.

Asimismo, la existencia de plantas con doble función evidencia una optimización del uso de los recursos naturales. En contextos donde el acceso a servicios de salud puede ser limitado, contar con especies que puedan cumplir múltiples funciones representa una ventaja significativa, ya que permite abordar distintas necesidades con un mismo recurso.

Otro aspecto relevante es la flexibilidad en el uso de estas plantas. Dependiendo del contexto, una misma especie puede ser utilizada como alimento, como medicina o como parte de un tratamiento combinado. Esta adaptabilidad refleja una comprensión dinámica del conocimiento, en la que las categorías no son fijas, sino que se ajustan a las necesidades del momento.

Desde una perspectiva académica, este sistema puede ser interpretado como una forma de conocimiento que anticipa conceptos contemporáneos como los alimentos funcionales o la nutrición preventiva. Sin embargo, a diferencia de estos enfoques, en la medicina tradicional andina este conocimiento no surge de investigaciones formales, sino de la experiencia acumulada y de la observación directa del entorno.

En síntesis, las plantas de uso múltiple representan una dimensión clave del conocimiento etnobotánico, en la que alimentación y medicina se integran en un sistema coherente de cuidado. Este sistema no solo permite atender afecciones específicas, sino que contribuye a la construcción de un estado de bienestar sostenido, basado en la interacción constante entre el cuerpo, la naturaleza y la cultura.

CAPÍTULO 12: OTRAS PLANTAS REGISTRADAS

El proceso de recopilación del conocimiento etnobotánico en el distrito de Tambo ha permitido identificar un conjunto amplio y diverso de especies vegetales utilizadas por la comunidad, muchas de las cuales no se agrupan de manera directa dentro de los sistemas corporales previamente analizados. Estas plantas, aunque no siempre presentan una función claramente delimitada en términos de sistema fisiológico, forman parte activa del repertorio terapéutico local, siendo utilizadas en contextos específicos, situaciones particulares o combinadas con otras especies en prácticas más complejas.

La inclusión de este conjunto de plantas en el presente capítulo responde a la necesidad de ofrecer una visión integral del conocimiento recopilado, evitando la exclusión de especies que, aunque menos frecuentes o menos sistematizadas, poseen valor dentro del sistema etnobotánico. Esta decisión metodológica se alinea con el principio de exhaustividad que guía la obra, en el que se busca representar la totalidad del conocimiento registrado, respetando su diversidad y su carácter contextual.

A diferencia de los capítulos anteriores, donde las plantas fueron organizadas según sistemas corporales o funciones específicas, en este apartado se agrupan aquellas especies cuyo uso es más difuso, múltiple o no suficientemente recurrente como para ser clasificadas en una categoría única. Esto no implica una menor relevancia, sino una manifestación de la complejidad del conocimiento tradicional, en el que no todas las prácticas responden a estructuras rígidas, sino que se adaptan a las necesidades y experiencias de la comunidad.

Asimismo, muchas de estas plantas presentan usos que pueden variar según la persona, el contexto o la interpretación de la afección, lo que refuerza su carácter dinámico. En algunos casos, su aplicación puede estar asociada a prácticas específicas que no se repiten con frecuencia, o a conocimientos particulares transmitidos en ámbitos familiares o individuales. Esta variabilidad constituye una de las características más importantes del conocimiento etnobotánico, ya que evidencia su capacidad de adaptación y su constante transformación.

A continuación, se presentan las principales especies registradas en esta categoría, manteniendo una estructura descriptiva que permita documentar su existencia y su uso dentro del sistema local.



Tuqaruay

Uso tradicional: variable / no sistematizado

Preparación: según contexto

Clasificación: uso múltiple o específico

El tuqaruay es una planta cuyo uso no se encuentra claramente delimitado en el registro, lo que sugiere una aplicación contextual o específica. Su presencia en el conocimiento local indica que forma parte del repertorio etnobotánico, aunque su uso puede depender de situaciones particulares o de conocimientos transmitidos de manera restringida.





Wawillay

Uso tradicional: Antiinflamatorio suave

Preparación: Infusión

Clasificación: uso específico

El wawillay presenta características similares, con un uso que puede variar según la experiencia de quien lo emplea. Esta variabilidad refleja la naturaleza no uniforme del conocimiento tradicional, en la que ciertas plantas son utilizadas de manera más flexible.



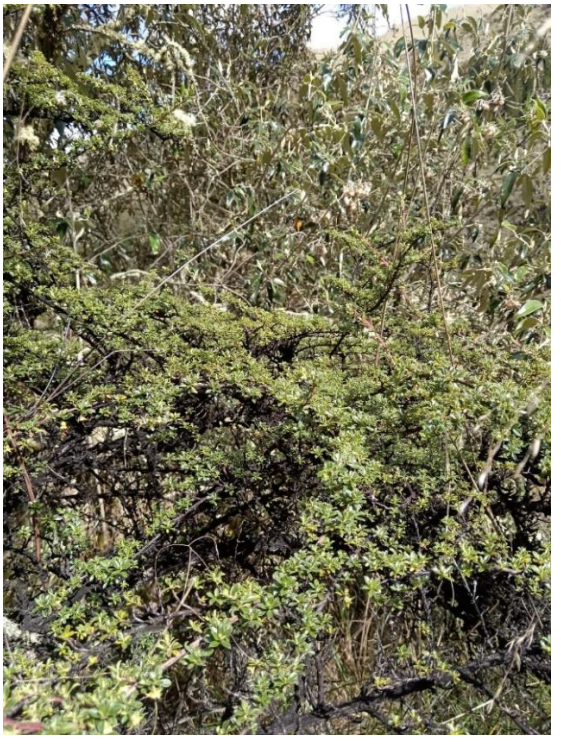
Cuchipachupan

Uso tradicional: Para el crecimiento de cabello

Preparación: Realizar lavados con la infusión

Clasificación: uso no sistematizado

El cuchipachupan forma parte del conjunto de plantas cuya función no ha sido claramente establecida en el registro, pero cuya presencia indica su relevancia dentro del conocimiento local.





Pisca pisca

Uso tradicional: Vesicula, diabetes

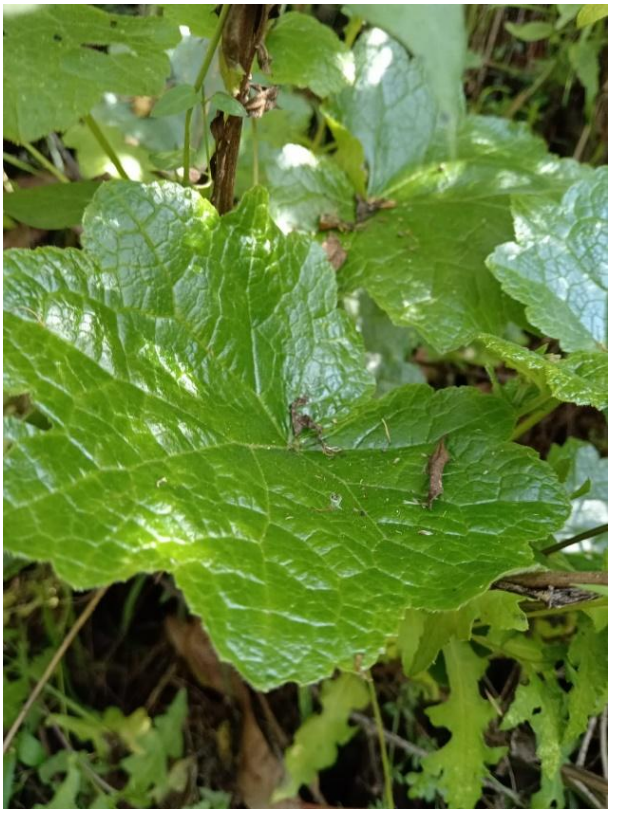
Preparación: Tomar en in fusión

Planta fuerte, amarga

Con las varillas se hacen canastas

Clasificación: uso múltiple

La pisca pisca evidencia la diversidad de aplicaciones que pueden tener ciertas especies, dependiendo del contexto en el que se utilicen.



Saqramate

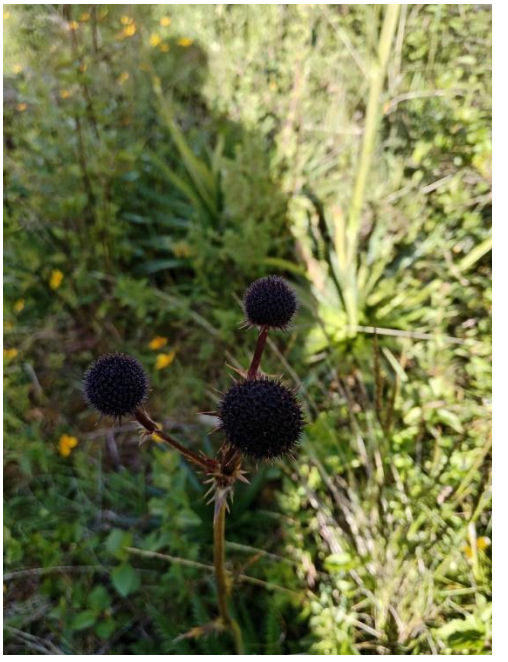
Uso tradicional: Puquio (escozor)

Preparación: en baños, vaporizaciones, baños de asiento

Clasificación: uso especializado

El saqramate podría estar asociado a prácticas específicas, posiblemente de carácter ritual o simbólico, lo que explicaría la ausencia de una clasificación clara.





Negrupa uman

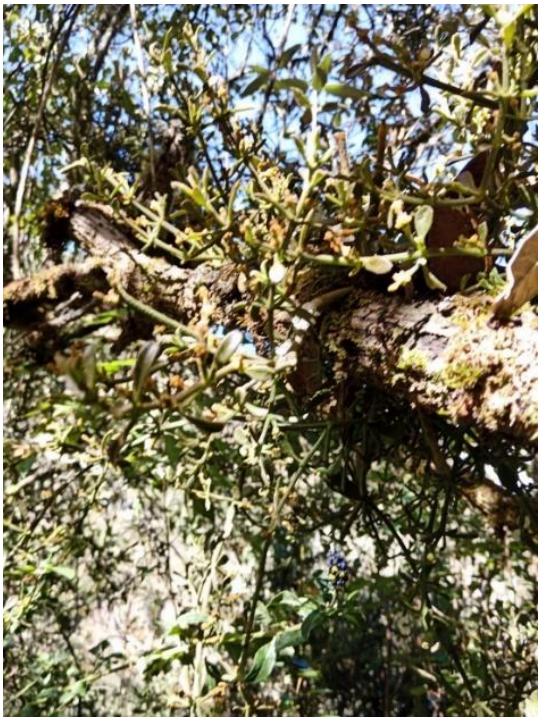
Uso tradicional: en Hemorragia

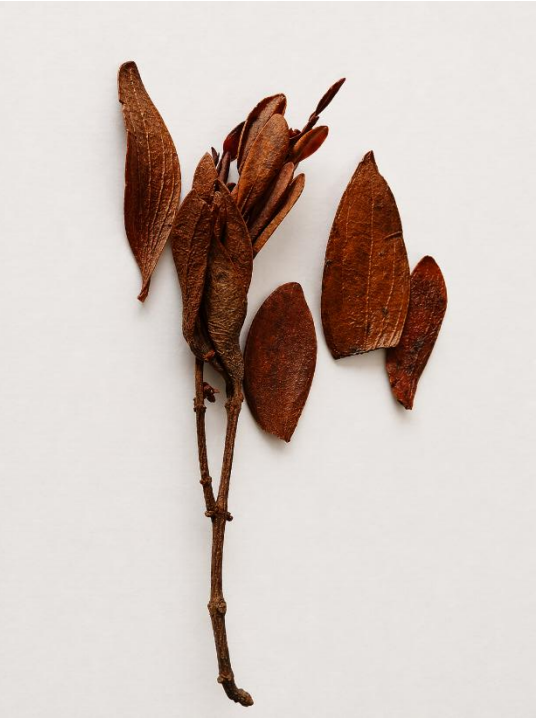
Preparación: en infusión

Luego del parto también se toma un vaso en las mañanas.

Clasificación: uso contextual

Esta planta forma parte del conjunto de especies que requieren mayor investigación para comprender su función dentro del sistema etnobotánico.





Tullma

Uso tradicional: variable

Preparación: no estandarizada

Clasificación: uso múltiple

El tullma presenta características similares a otras especies de este grupo, con un uso que puede depender de la experiencia individual.



Congona

Uso tradicional: no claramente definido

Preparación: contextual

Clasificación: uso específico

La congona, aunque no clasificada en los sistemas anteriores, forma parte del conocimiento local y podría tener aplicaciones específicas que no fueron plenamente documentadas.



Ruda de razuhuillca, orqo ruda

Uso tradicional: Aire, hinchazon de estómago, malestar estomacal

Preparación: Tomar en infusión, como té.



Huamanripa

Uso tradicional: Bronquios, asma

Preparación: Mezclar con papilis, miel de abeja, algarrobina preparan jarabe



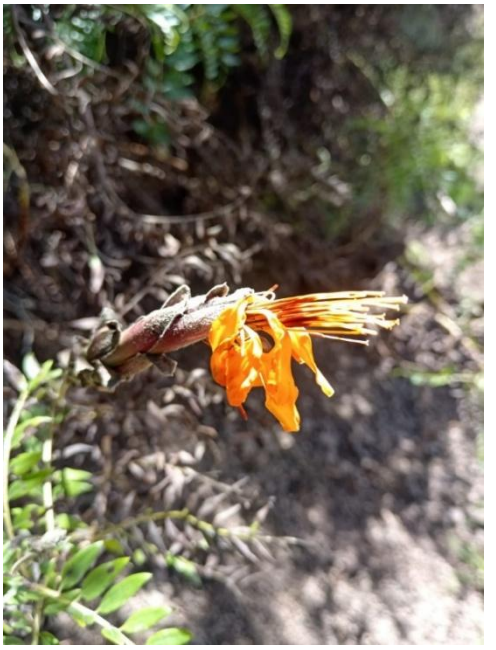
Quimsa kuchu

Uso tradicional: Para el riñon

Preparación: Tomar en infusión

Planta fuerte





Chinchillcoma, huamanpinta

Aya pincha

Uso tradicional: Dolor, inflamación

Preparación: Tomar las hojas, amarrarse

Planta fuerte



Hercampuri

Uso tradicional: Vesícula, colesterol, moler y echar en agua hervida

Planta fuerte, amarga.





Raíz de valeriana

Uso tradicional: insomnio, ansiedad

Preparación: Tomar en ifusión





Congona, rosa verde

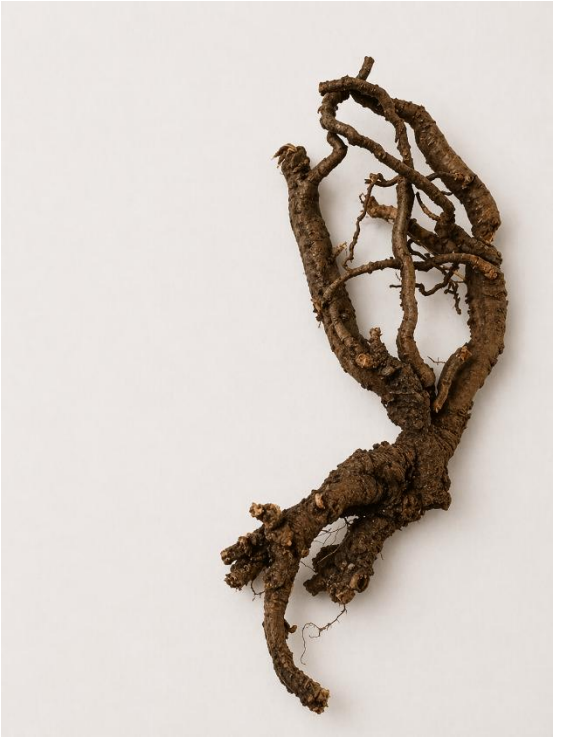
Uso tradicional: Nervios, tranquilizante



Conuca

Pacha

Uso tradicional: Bronquios Tostar con varias plantas



Masocopa

Uso tradicional: Cicatrizante, gastritis, ulceras

Preparación: Tomar en infusión



Sacapa

Preparación: Moler el fruto y tomar el jugo



Achanqaira

Uso en hemorragias, gastritis





Pacha salvia, pampa salvia

Uso tradicional: Para la pacha, alcanzo

Preparación: Frio tomar en Infusión

Planta suave

Guinda

Hojas desinflamante

Frutos comestible



El análisis de este conjunto de especies permite identificar una dimensión fundamental del conocimiento etnobotánico: su carácter abierto, dinámico y no completamente sistematizado. A diferencia de los sistemas organizados en categorías funcionales, estas plantas representan el margen del conocimiento, es decir, aquellos elementos que no encajan fácilmente en estructuras analíticas, pero que forman parte activa del saber local.

Esta característica plantea un desafío metodológico importante, ya que la sistematización implica necesariamente una selección y una organización que puede dejar fuera ciertos aspectos del conocimiento. Incluir estas plantas en un capítulo específico permite reconocer esta limitación y, al mismo tiempo, preservar la integridad del registro.

Asimismo, este conjunto evidencia la existencia de niveles diferenciados de conocimiento dentro de la comunidad. Algunas plantas son ampliamente conocidas y utilizadas, mientras que otras forman parte de saberes más especializados o menos difundidos. Esta diversidad refleja una estructura interna del conocimiento, en la que no todos los elementos tienen el mismo grado de visibilidad o sistematización.

Desde una perspectiva académica, estas plantas representan una oportunidad para futuras investigaciones, en la medida en que su uso no ha sido completamente documentado o analizado. Su inclusión en el presente libro permite dejar constancia de su existencia y abre la posibilidad de profundizar en su estudio en trabajos posteriores.

En síntesis, el conjunto de plantas no clasificadas constituye una dimensión esencial del conocimiento etnobotánico, que pone de manifiesto su complejidad, su dinamismo y su carácter inacabado. Lejos de ser un conjunto residual, estas especies representan el espacio donde el conocimiento continúa desarrollándose, adaptándose y transformándose en función de la experiencia y del contexto.

PARTE IV

DISCUSIÓN

CAPÍTULO 13: INTERPRETACIÓN DEL CONOCIMIENTO ETNOBOTÁNICO

La interpretación del conocimiento etnobotánico recopilado en el distrito de Tambo permite trascender la descripción de prácticas y usos de plantas medicinales, para situarlo dentro de un marco analítico que reconozca su coherencia interna, su valor cultural y su potencial de articulación con el conocimiento científico. Esta etapa del análisis resulta fundamental para convertir el registro empírico en un cuerpo de conocimiento con capacidad explicativa, permitiendo identificar patrones, principios y relaciones que estructuran el sistema tradicional de salud.

A lo largo de los capítulos anteriores, se ha evidenciado que el uso de plantas medicinales en la comunidad no responde a decisiones aisladas ni arbitrarias, sino a una lógica compleja que integra experiencia, observación, transmisión cultural y adaptación al entorno. En este sentido, el conocimiento etnobotánico no puede ser entendido como un conjunto fragmentado de saberes, sino como un sistema estructurado que, aunque no formalizado en términos académicos, presenta consistencia y funcionalidad en su aplicación.

El presente capítulo tiene como objetivo interpretar este sistema desde una perspectiva crítica, abordando cuatro ejes fundamentales: la relación entre clasificación empírica y científica, la coherencia en los usos de las plantas, los patrones culturales que subyacen al conocimiento y su comparación con la literatura científica existente. Este análisis no busca validar o invalidar el conocimiento tradicional, sino comprender sus fundamentos y explorar sus posibilidades de diálogo con otros sistemas de conocimiento.

Uno de los aspectos más relevantes del conocimiento etnobotánico es la forma en que las plantas son clasificadas dentro de la comunidad. A diferencia de la taxonomía científica, que organiza las especies en función de criterios morfológicos, genéticos y evolutivos, la clasificación empírica se basa en la experiencia directa, en los efectos observados y en la función que las plantas cumplen dentro del sistema de salud.

En el caso de Tambo, las plantas son clasificadas principalmente según su uso, su intensidad y su forma de aplicación. Categorías como "plantas fuertes" y "plantas suaves" reflejan una comprensión práctica de la potencia terapéutica, equivalente, en términos conceptuales, a nociones como dosis, toxicidad o margen terapéutico en la farmacología moderna. Esta clasificación permite regular el uso de las plantas, adaptando el tratamiento a las características del paciente y a la gravedad de la afección.

Asimismo, la organización de las plantas según sistemas corporales —digestivo, respiratorio, renal, nervioso, reproductivo— evidencia una forma de sistematización funcional que, aunque no explícita en el discurso local, se manifiesta en la práctica. Esta estructura permite agrupar las plantas según su efecto predominante, facilitando su selección y aplicación.

Sin embargo, la clasificación empírica presenta también limitaciones, especialmente en lo que respecta a la identificación precisa de las especies. El uso de nombres comunes, que pueden variar según la región o la comunidad, genera ambigüedades que dificultan la comparación con estudios científicos. Esta situación resalta la necesidad de integrar ambos sistemas de clasificación, combinando la riqueza del conocimiento local con la precisión de la nomenclatura científica.

Desde una perspectiva integradora, la clasificación empírica no debe ser vista como inferior a la científica, sino como una forma distinta de organizar el conocimiento, orientada a la funcionalidad más que a la descripción. Su valor radica en su capacidad para guiar la práctica, mientras que la clasificación científica aporta herramientas para su validación y análisis.

Uno de los hallazgos más significativos del estudio es la coherencia en el uso de las plantas dentro del sistema etnobotánico. A pesar de la ausencia de una formalización escrita, las prácticas observadas presentan consistencia en la forma en que las plantas son seleccionadas, preparadas y aplicadas.

Por ejemplo, se observa una clara correspondencia entre el tipo de afección y la forma de preparación: las infusiones predominan en el tratamiento de afecciones internas, los jarabes en problemas respiratorios, los emplastos en traumatismos y los baños en afecciones ginecológicas o rituales. Esta coherencia sugiere la existencia de principios implícitos que orientan la práctica, basados en la experiencia acumulada y en la observación de resultados.

Asimismo, la combinación de plantas en preparaciones complejas evidencia una comprensión empírica de la sinergia entre especies. Estas combinaciones no son aleatorias, sino que responden a criterios funcionales, en los que cada planta cumple un rol específico dentro del tratamiento. Este aspecto se aproxima a la formulación farmacológica, aunque desarrollada en un contexto no formalizado.

La coherencia también se manifiesta en la relación entre la intensidad de la planta y la gravedad de la afección. Las plantas suaves son utilizadas en contextos preventivos o en afecciones leves, mientras que las plantas fuertes se reservan para situaciones más complejas. Esta diferenciación permite ajustar el tratamiento de manera proporcional, lo que contribuye a su eficacia y seguridad.

En conjunto, estos elementos evidencian que el conocimiento etnobotánico no es arbitrario, sino que responde a una lógica estructurada que, aunque no explícita, se manifiesta de manera consistente en la práctica.

El análisis del conocimiento recopilado permite identificar una serie de patrones culturales que estructuran la forma en que las plantas son utilizadas y comprendidas dentro de la comunidad. Estos patrones no solo orientan la práctica, sino que reflejan una

cosmovisión particular en la que la salud es entendida como un estado de equilibrio entre múltiples dimensiones.

Uno de los patrones más evidentes es la concepción del cuerpo como un sistema integrado, en el que los distintos órganos y funciones están interrelacionados. Esta visión se manifiesta en el uso de plantas que actúan sobre múltiples sistemas, así como en la interpretación de las enfermedades como manifestaciones de desequilibrios generales.

Otro patrón relevante es la importancia de la prevención, evidenciada en el uso cotidiano de plantas como parte de la dieta o del cuidado diario. Esta práctica refleja una concepción de la salud como proceso continuo, en el que el bienestar se construye a través de acciones sostenidas en el tiempo.

Asimismo, se observa una fuerte presencia de categorías culturales como el “aire”, el “susto” o el “mal”, que permiten interpretar las enfermedades desde una perspectiva que integra lo físico, lo emocional y lo espiritual. Estas categorías no solo orientan el diagnóstico, sino también la selección del tratamiento, lo que refuerza su centralidad dentro del sistema.

Finalmente, el rol de la comunidad en la transmisión del conocimiento constituye otro patrón fundamental. El saber etnobotánico no es individual, sino colectivo, y se construye a través de la interacción, la experiencia compartida y la validación social.

La comparación del conocimiento etnobotánico con la literatura científica permite identificar tanto convergencias como divergencias, lo que abre la posibilidad de establecer un diálogo entre ambos sistemas de conocimiento.

En muchos casos, las plantas utilizadas en la medicina tradicional presentan propiedades que han sido documentadas en estudios científicos. Por ejemplo, el uso de plantas con efectos antiinflamatorios, digestivos, antiparasitarios o calmantes encuentra respaldo en investigaciones que identifican compuestos activos con estas propiedades. Esta correspondencia sugiere que el conocimiento tradicional, aunque no formalizado, se basa

en observaciones empíricas que han permitido identificar relaciones efectivas entre plantas y afecciones.

Sin embargo, también existen divergencias, especialmente en lo que respecta a la interpretación de las enfermedades y a las formas de uso. Categorías como el "susto" o el "mal" no tienen equivalentes directos en la medicina occidental, lo que dificulta su análisis desde una perspectiva científica. Asimismo, la falta de estandarización en las dosis y preparaciones limita la posibilidad de validar clínicamente los tratamientos.

A pesar de estas diferencias, el conocimiento etnobotánico representa una fuente valiosa para la investigación científica, en la medida en que permite identificar especies con potencial terapéutico y orientar estudios futuros. Su integración con la ciencia no debe implicar su sustitución, sino su reconocimiento como un sistema legítimo de conocimiento, con aportes significativos en el ámbito de la salud.

La interpretación del conocimiento etnobotánico en el distrito de Tambo permite afirmar que se trata de un sistema coherente, estructurado y funcional, basado en la experiencia, la observación y la transmisión cultural. Su clasificación empírica, su coherencia interna, sus patrones culturales y su relación con la literatura científica evidencian su complejidad y su potencial como objeto de estudio.

Lejos de ser un conjunto de prácticas aisladas, este conocimiento constituye una forma de entender la salud que integra múltiples dimensiones y que ofrece perspectivas valiosas para el desarrollo de enfoques interculturales. En este sentido, la discusión no solo permite comprender el sistema tradicional, sino también abrir espacios para su articulación con otros modelos de conocimiento, en beneficio de una comprensión más amplia e inclusiva de la salud.

PARTE V

APORTE DEL LIBRO

CAPÍTULO 14: MODELO DE SISTEMATIZACIÓN ETNOBOTÁNICA ANDINA

El desarrollo del presente libro no solo ha tenido como propósito documentar el conocimiento etnobotánico del distrito de Tambo, sino también **proponer un modelo de sistematización que permita organizar, interpretar y proyectar este conocimiento en el ámbito académico y aplicado**. Este capítulo constituye, por tanto, el núcleo del aporte de la obra, en la medida en que transforma un conjunto de registros empíricos en una estructura conceptual y operativa que puede ser replicada, adaptada y utilizada en otros contextos.

A diferencia de enfoques que se limitan a describir usos de plantas, el modelo propuesto articula múltiples dimensiones del conocimiento tradicional, integrando criterios funcionales, culturales y prácticos en una estructura coherente. Esta propuesta parte del reconocimiento de que el conocimiento etnobotánico posee una lógica interna que puede ser sistematizada sin perder su esencia, siempre que se respeten sus principios y su contexto de producción.

El modelo de sistematización etnobotánica andina se fundamenta en cuatro ejes principales: **la clasificación por sistema corporal, la clasificación por tipo de uso, la clasificación por intensidad terapéutica y la integración entre medicina y ritualidad**. Estos ejes no son independientes, sino que interactúan entre sí, configurando una red de relaciones que permite comprender el uso de las plantas de manera integral.

El primer eje del modelo corresponde a la organización de las plantas según el sistema corporal sobre el cual actúan predominantemente. Esta clasificación, aunque no

formalizada explícitamente en el conocimiento local, se encuentra implícita en la práctica, donde las plantas son seleccionadas en función de la afección que se desea tratar.

A partir del análisis realizado, se identifican los siguientes sistemas:

- Sistema digestivo y metabólico
- Sistema respiratorio
- Sistema urinario y renal
- Sistema nervioso y emocional
- Sistema reproductivo y femenino
- Sistema músculo-esquelético (inflamación, dolor y traumatismos)

Esta clasificación permite estructurar el conocimiento de manera funcional, facilitando su comprensión y su aplicación. Además, establece un punto de conexión con la medicina occidental, lo que favorece el diálogo intercultural y la integración de saberes.

Desde una perspectiva metodológica, esta organización permite pasar de un registro disperso a una estructura analítica, en la que cada planta puede ser ubicada dentro de un sistema, sin perder de vista su posible acción en otros ámbitos. De este modo, se reconoce la multifuncionalidad de las especies, evitando una clasificación rígida.

El segundo eje del modelo corresponde a la clasificación de las plantas según su forma de uso o aplicación. Este criterio permite comprender no solo qué plantas se utilizan, sino cómo se emplean dentro del sistema terapéutico.

A partir del análisis del registro, se identifican los siguientes tipos de uso:

- **Uso interno:** infusiones, cocimientos, jarabes
- **Uso externo:** emplastos, baños, vaporizaciones

- **Uso ritual:** sahumerios, limpias, baños energéticos
- **Uso alimenticio:** consumo directo o integrado en la dieta

Esta clasificación evidencia que la eficacia del tratamiento no depende únicamente de la planta, sino también de la forma en que es preparada y aplicada. Cada tipo de uso responde a una lógica específica, adaptada a la naturaleza de la afección y a la forma en que se manifiesta en el cuerpo.

Por ejemplo, las infusiones predominan en el tratamiento de afecciones internas, los emplastos en problemas físicos localizados, los baños en afecciones ginecológicas o rituales, y los sahumerios en la limpieza del entorno. Esta correspondencia entre forma de uso y tipo de afección constituye uno de los principios organizadores del conocimiento etnobotánico.

El tercer eje del modelo corresponde a la clasificación de las plantas según su intensidad terapéutica, expresada en términos de "plantas fuertes" y "plantas suaves". Esta distinción, ampliamente utilizada en la práctica tradicional, permite regular el uso de las plantas en función de la gravedad de la afección y de las características del paciente.

- **Plantas suaves:** utilizadas en contextos preventivos, en afecciones leves o en poblaciones sensibles (niños, adultos mayores)
- **Plantas fuertes:** utilizadas en afecciones más complejas o persistentes, con un uso más controlado

Esta clasificación refleja una comprensión empírica de conceptos como dosis, potencia y riesgo, lo que evidencia un nivel de sofisticación en el manejo de los recursos terapéuticos. Asimismo, permite ajustar el tratamiento de manera proporcional, evitando tanto la subutilización como el uso excesivo de las plantas.

Desde una perspectiva analítica, esta distinción puede ser interpretada como un equivalente funcional al concepto de margen terapéutico en farmacología, lo que abre posibilidades para su integración con enfoques científicos.

El cuarto eje del modelo corresponde a la integración entre el uso medicinal y el uso ritual de las plantas, lo que constituye una de las características más distintivas del conocimiento etnobotánico andino. A diferencia de enfoques que separan lo físico de lo simbólico, este modelo reconoce que ambos aspectos forman parte de un mismo sistema de cuidado.

Las plantas no son utilizadas únicamente por sus propiedades fisiológicas, sino también por su capacidad simbólica y energética. En este sentido, el tratamiento de una afección puede implicar tanto el uso de una infusión como la realización de un baño ritual o un sahumerio, dependiendo de la interpretación de la causa.

Esta integración permite abordar la salud desde una perspectiva holística, en la que se consideran múltiples dimensiones del bienestar. Asimismo, reconoce la importancia del contexto cultural en la construcción de la eficacia del tratamiento, lo que resulta fundamental para su comprensión y su aplicación.

La articulación de los cuatro ejes descritos permite construir una estructura operativa que facilita la sistematización del conocimiento etnobotánico. Cada planta puede ser analizada a partir de las siguientes dimensiones:

1. **Sistema corporal principal**
2. **Tipo de uso predominante**
3. **Nivel de intensidad (fuerte/suave)**
4. **Dimensión ritual (si aplica)**

Esta estructura permite organizar la información de manera clara y consistente, facilitando su análisis y su aplicación en distintos contextos. Asimismo, permite comparar especies, identificar patrones y desarrollar nuevas interpretaciones a partir de la información disponible.

El modelo de sistematización propuesto no se limita al caso específico del distrito de Tambo, sino que puede ser adaptado a otros contextos donde exista conocimiento etnobotánico. Su estructura flexible permite incorporar nuevas especies, ajustar las categorías y ampliar su alcance, lo que lo convierte en una herramienta útil para la investigación, la educación y la gestión de la salud intercultural.

En el ámbito académico, el modelo facilita la organización de la información y su integración en estudios comparativos. En el ámbito educativo, permite estructurar contenidos de manera clara y comprensible. En el ámbito aplicado, puede contribuir al diseño de programas de salud que integren saberes tradicionales y conocimientos biomédicos.

El principal aporte de este modelo radica en su capacidad para **traducir un conocimiento tradicional en una estructura analítica sin despojarlo de su contexto cultural**. Esta traducción no implica una simplificación, sino una reorganización que permite su comprensión y su proyección.

Al integrar criterios funcionales, culturales y prácticos, el modelo ofrece una herramienta que no solo describe, sino que interpreta y organiza el conocimiento etnobotánico, contribuyendo a su valorización y a su preservación.

El modelo de sistematización etnobotánica andina propuesto en este capítulo constituye el núcleo del aporte del libro, al ofrecer una estructura que permite organizar el conocimiento tradicional de manera coherente y aplicable. A través de la integración de cuatro ejes —sistema corporal, tipo de uso, intensidad terapéutica e integración ritual— se configura una herramienta que facilita la comprensión, el análisis y la proyección del conocimiento etnobotánico.

Este modelo no solo representa una contribución académica, sino también un puente entre saberes, que permite articular el conocimiento tradicional con enfoques contemporáneos, en beneficio de una comprensión más amplia e inclusiva de la salud.

CONCLUSIONES Y PROYECCIÓN

El desarrollo del presente libro ha permitido evidenciar que el conocimiento etnobotánico del distrito de Tambo no constituye un conjunto disperso de prácticas aisladas, sino un sistema coherente, estructurado y funcional, construido a partir de la experiencia acumulada, la observación del entorno y la transmisión intergeneracional. Este sistema, lejos de ser estático, se mantiene dinámico y adaptativo, respondiendo a las necesidades de la comunidad y a las condiciones del contexto en el que se desarrolla.

Uno de los hallazgos más relevantes es el **alto valor del conocimiento ancestral** como forma legítima de comprensión y manejo de la salud. A lo largo del libro se ha demostrado que las plantas medicinales no solo son utilizadas de manera efectiva para tratar diversas afecciones, sino que su uso responde a principios organizadores claros, como la clasificación por intensidad (plantas fuertes y suaves), la adecuación de las formas de preparación según el tipo de afección y la integración entre lo preventivo y lo correctivo. Esta coherencia interna evidencia que el conocimiento tradicional posee una lógica propia, que, aunque no formalizada en términos científicos, presenta un alto grado de consistencia y funcionalidad.

Asimismo, se ha identificado que la medicina tradicional andina no puede ser comprendida únicamente desde una perspectiva fisiológica, ya que incorpora dimensiones culturales, simbólicas y espirituales que son fundamentales para su funcionamiento. La integración entre medicina y ritualidad, así como la presencia de categorías como el “aire”, el “susto” o el “mal”, permiten abordar la salud desde una visión holística, en la que el equilibrio del individuo depende de su relación con el entorno, la comunidad y las fuerzas que lo rodean.

Otro aspecto clave es la estrecha relación entre alimentación y salud, evidenciada en el uso de plantas con funciones múltiples que actúan tanto como alimento como medicina. Esta integración refuerza el carácter preventivo del sistema, en el que el cuidado del cuerpo se realiza de manera continua, a través de prácticas cotidianas que contribuyen al mantenimiento del equilibrio.

Sin embargo, junto con reconocer el valor del conocimiento ancestral, es necesario señalar la **necesidad de avanzar hacia procesos de validación científica** que permitan complementar y fortalecer este saber. La ausencia de estandarización en las dosis, la variabilidad en las formas de preparación y la falta de identificación taxonómica precisa de algunas especies constituyen limitaciones que dificultan su integración en sistemas de salud formal. La validación científica no debe ser entendida como un proceso de sustitución del conocimiento tradicional, sino como una oportunidad para establecer puentes entre saberes, identificando aquellos elementos que pueden ser incorporados en enfoques más amplios de atención en salud.

En este sentido, el presente libro no solo documenta un conjunto de prácticas, sino que propone una forma de comprender el conocimiento etnobotánico como un sistema complejo, con potencial para contribuir al desarrollo de enfoques interculturales en salud. Su valor radica tanto en la preservación de saberes ancestrales como en la posibilidad de proyectarlos hacia nuevos contextos, en los que puedan ser reconocidos, estudiados y aplicados de manera responsable.

El análisis realizado a lo largo del libro permite formular una serie de recomendaciones orientadas a fortalecer, preservar y proyectar el conocimiento etnobotánico, tanto en el ámbito académico como en el práctico. Estas recomendaciones se estructuran en torno a tres ejes principales: investigación, uso responsable y educación.

Se recomienda promover investigaciones interdisciplinarias que permitan profundizar en el estudio de las plantas medicinales registradas, integrando enfoques etnobotánicos, farmacológicos y clínicos. Estas investigaciones deben orientarse a:

- Identificar taxonómicamente las especies utilizadas, con el fin de evitar confusiones y facilitar su comparación con estudios existentes.
- Analizar los compuestos activos presentes en las plantas, para comprender los mecanismos que sustentan sus efectos terapéuticos.
- Evaluar la eficacia y seguridad de las preparaciones tradicionales mediante estudios controlados, respetando las formas de uso propias de la comunidad.
- Documentar prácticas específicas que no han sido completamente sistematizadas, especialmente aquellas relacionadas con plantas de uso menos frecuente.

Asimismo, se recomienda que estas investigaciones se desarrollen en colaboración con las comunidades, reconociendo su rol como portadoras del conocimiento y garantizando un enfoque ético que respete sus derechos y su participación.

El uso de plantas medicinales debe realizarse de manera responsable, considerando tanto sus beneficios como sus posibles riesgos. En este sentido, se recomienda:

- Respetar la clasificación tradicional de las plantas en “fuertes” y “suaves”, evitando el uso indiscriminado de aquellas que requieren un manejo más cuidadoso.
- Evitar la automedicación en casos de afecciones graves o persistentes, promoviendo la complementariedad con la atención médica formal.
- Considerar las características del paciente, como edad, estado de salud o condición fisiológica (por ejemplo, embarazo), al momento de aplicar tratamientos.
- Fomentar prácticas de recolección sostenible, que permitan preservar la disponibilidad de las especies en el entorno natural.

El uso responsable implica no solo conocer las plantas, sino también comprender los contextos en los que deben ser utilizadas, evitando su aplicación fuera de las condiciones para las que han sido tradicionalmente empleadas.

La educación constituye un eje fundamental para la preservación y proyección del conocimiento etnobotánico. En este sentido, se recomienda:

- Incorporar contenidos relacionados con plantas medicinales y saberes tradicionales en programas educativos, especialmente en contextos rurales.
- Promover espacios de diálogo intercultural que permitan el intercambio entre conocimiento tradicional y conocimiento científico.
- Fomentar la transmisión intergeneracional del conocimiento, apoyando a las comunidades en la documentación y enseñanza de sus saberes.
- Desarrollar materiales educativos accesibles que permitan difundir el conocimiento de manera clara y contextualizada.

La educación no solo contribuye a preservar el conocimiento, sino que también permite fortalecer la identidad cultural y promover un uso informado y responsable de los recursos naturales.

El presente libro constituye un esfuerzo por documentar, interpretar y sistematizar el conocimiento etnobotánico del distrito de Tambo, reconociendo su valor como parte del patrimonio cultural y como fuente de saber en el ámbito de la salud. A través de un enfoque que integra teoría, metodología, análisis y propuesta, se ha buscado construir una obra que no solo describa, sino que aporte a la comprensión y proyección de este conocimiento.

La medicina tradicional andina, lejos de ser una práctica del pasado, continúa vigente y ofrece perspectivas valiosas para enfrentar los desafíos actuales en salud, especialmente en contextos donde la diversidad cultural y la sostenibilidad son elementos clave. Reconocer, respetar y fortalecer este conocimiento constituye un paso fundamental hacia la construcción de sistemas de salud más inclusivos, integrales y contextualizados.