

Plantas Medicinales Locales

(Cordillera — Escalera)

En el marco de PROCODES, con fecha 26 de enero de 2023, PROFONANPE lanza la Tercera Convocatoria al “CONCURSO EMPRENDEDORES POR NATURALEZA” con el objetivo de promover y fortalecer emprendimientos privados para el aprovechamiento sostenible de recursos naturales asociados a Áreas Naturales Protegidas - ANP, que contribuyan a su conservación y que generen desarrollo económico local. Esta iniciativa es liderada e impulsada por el Estado Peruano a través del SERNANP.

Con fecha 17 de mayo de 2023, fueron anunciados los/as ganadores/as a partir de la conclusión de un proceso de evaluación de propuestas y selección de las mismas. En este contexto, el proyecto presentado por Chirapa Manta SAC denominado “MEJORAMIENTO DE LA CONVIVENCIA NATURAL PARA POTENCIAR EL APROVECHAMIENTO DE LAS PLANTAS MEDICINALES CON FINES DE TURISMO DE BIENESTAR DE LA ZONA DE AMORTIGUAMIENTO DE LA ACR CORDILLERA ESCALERA”, resultó como uno de los ganadores.

Este proyecto trata de mejorar la convivencia natural e intercultural para el uso sostenible de las plantas medicinales, en la zona de amortiguamiento del ACR Cordillera Escalera, tomando como punto de impacto el distrito de San Roque de Cumbaza y CC.NN. Chirikyacu. Esto será liderado por mujeres y vinculado al rescate de los saberes culturales de los curanderos y sabios de la Comunidades Nativas; dinamizando la economía local, creando puestos de trabajo en mujeres y jóvenes.

En este ecosistema desde el 2015 se encuentra CHIRAPA MANTA, que tiene como visión ser una empresa de triple impacto, es decir, busca generar no solo beneficios económicos sino también crear valor social y ambiental para la comunidad donde opera; ser una empresa que construye sostenibilidad a través del ecoturismo, especializándose en la línea de bienestar desarrollando una innovadora propuesta con uso de plantas medicinales, a través de compartir experiencias que promuevan una conexión auténtica con la naturaleza.

En este marco, se ha desarrollado el presente catálogo para recoger los saberes y conocimientos relacionados a las plantas que se pondrán en valor para el proyecto y el desarrollo de un producto que salga al mercado a través de la plataforma de la empresa.

Agradecemos el valioso aporte de Illary Vendramini, Paloma Pizarro y Yolanda Acosta quienes son las creativas voluntarias detrás de esta iniciativa. Así mismo agradecemos el impulso de SERNANP a través del Concurso Emprendedores por Naturaleza por promover que seamos más quienes nos comprometemos en construir iniciativas sostenibles.

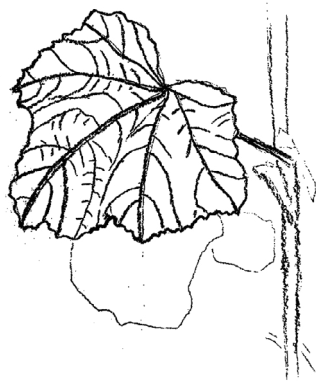
— Impreso en Lima, Julio 2024
Ilustraciones, Illary Vendramini
Diseño Gráfico, Paloma Pizarro
Encuadernación, Yolanda Acosta

01

Malva

Uso común
Infección Urinaria.

Preparación
Aplastar 4 hojas en un tazón de agua hasta sacar su flemocidad. Cuando este espumoso y verde agregar ralladura de limón y batir. Tomar por 9 mañanas en ayunas.



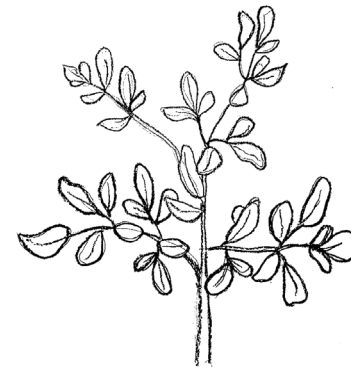
03

Ruda

Uso común
Dolor de cabeza y tos.

Para baños
Limpia las malas energías.

Preparación
Para el dolor de cabeza: macerar hojas en aguardiente o alcanfor desde 1 o 2 días. Calentar el macerado y echarlo caliente o tibio sobre la cabeza. Bañarse al tercer día (no con agua fría). Se puede combinar con el romero. Para la tos: chancar las hojas frescas y tomarla.



02

Cúrcuma

(Euisador)

Uso común
Hepatitis.

Preparación
Exprimir jugo de la cúrcuma cruda y tomar 1 cucharada. Mezclar con agua para baños.



04

Rosasisa

Uso común
Mal aire/susto de bebés, niños y mamá. Vómitos

Para baños
El mal aire se entiende como malas energías. Es una planta de energía suave que también puede usarse en bebés y niños. Toda flor aporta una energía de florecimiento, de apertura hacia nuevas energías.

Preparación
Picar las hojas de la flor y exprimir, agregar orina de niño varón, agua florida y remover. Bañar al niño o aplicar en el seno de las madres.



05

Rosa Castilla

Uso común

Corazón (Arritmia, Taquicardia), nervios y diabetes.

Para baños

Toda flor aporta una energía de florecimiento, de apertura hacia nuevas energías. Los pétalos de rosas aportan un efecto calmante y relajante, que limpia y purifica las energías.

Preparación

Remojar las flores en agua y tomar a diario. También sirve como baño. Combinar con agua de cananga como macerado.



06

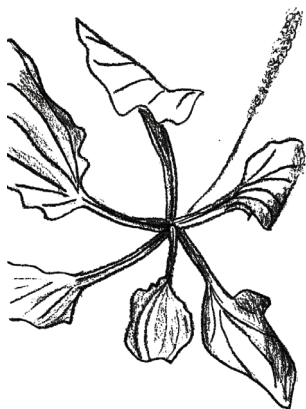
Llantén

Uso común

Inflamación de vientre, curar heridas.

Preparación

Inflamación: Hervir el yantén y tomar por 9 días como agua de tiempo. Heridas: colocar la hoja sobre la herida. Se hierve sin los nervios de la hoja.



07

Sacha Albahaca

Uso común

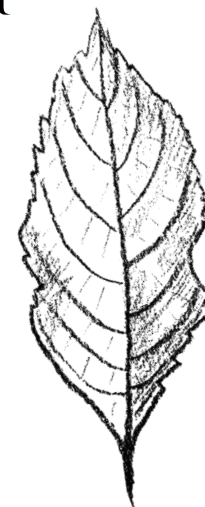
Infección Urinaria, dolor de vejiga.

Para baños

Ayuda a reforzar la limpieza a nivel energético y atrae las buenas energías.

Preparación

Hervir y combinar con planta del ajeno, tomar te.



08

Cordoncillo (Matico)

Uso común

Infecciones Urinarias, bronquios.

Para baños

En el uso chamánico se le atribuye la propiedad de limpiar el mal aire y el daño. Es una planta que provee protección.

Preparación

Para lavados vaginales: Hierves pepa de palta, yantén, resina de piñón, corteza de la guayaba y cordoncillo.



09

Hierba Marco

Uso común
Hemorragias.

Preparación
Hierves la hierba Marco por 2 minutos y te bañas. Bañarse recién al siguiente día. Ingerir para las hemorragias internas.



11

Hierba Luisa

Uso común
Insomnio, obesidad.

Para baños
Se trabaja más con sus propiedades aromáticas; de aroma ligero, fresco y cítrico. Es antiséptico, refrescante, revitalizante, estimulante y equilibrante.

Preparación
Hervir una buena cantidad de hojas hasta que el agua se ponga bien amarilla. Se toma antes de dormir. Se puede combinar con la hoja de toronjil.



10

Lancetilla

Uso común
Fiebres altas, Gastritis, Calor de estómago, diarreas.

Preparación
Exprimir el jugo de un puñado de Lancetilla y beberlo. Combinar con malva y limón.



12

Toronjil

Uso común
Insomnio, Gases.

Para Baños
Se trabaja más con sus propiedades aromáticas; es muy reconocido por su aroma herbáceo alimonado, que evoca sensaciones de tranquilidad.

Preparación
Hervir agua en una olla, apagar el fuego y colocar las hojas, tapar para que el vapor se mantenga dentro. Tomar el te.



Ajo Sacha

Uso común

Reumatismo. Articulaciones y para atraer animales. Purga.

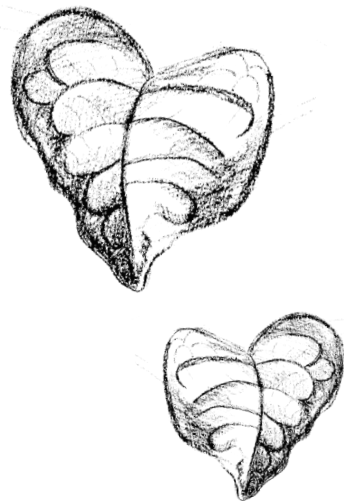
Para baños

En el uso chamánico se le atribuyen propiedades mágicas capaces de limpiar el alma de energías negativas, fortalecer el cuerpo y la voluntad y ahuyentar a los malos espíritus. También es símbolo de buena suerte.

Preparación

Medicinal: Macerar la raíz de la planta macho, por mínimo 1 mes. Hay que dietar (no ají, no arroz, ni relaciones sexuales), tomar 1 copa diaria y luego bañarse.

Para atraer animales: bañarse con el agua.



Clavo Huasca

Uso común

Hidratación.

Para baños

Tradicionalmente se reconocen sus efectos reconstituyentes y estimulantes.

Preparación

Abres la corteza y encuentras agua dentro.



Menta

Uso común

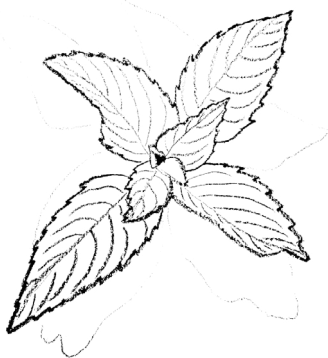
Dolor de estómago, gases.

Para baños

Se trabaja más con sus propiedades aromáticas; genera una energía enfocada, vigorizante y refrescante.

Preparación

Hervir y tomar te. Se puede combinar con orégano y albahaca.



Toé (Floripondio)

Uso común

Protección de malos espíritus. Visiones en los sueños.

Preparación

Se coloca en la fachada de las casas como protección. guayaba y cordoncillo.



17

Coca

Uso común

Dolor de estomago,
para generar energía.

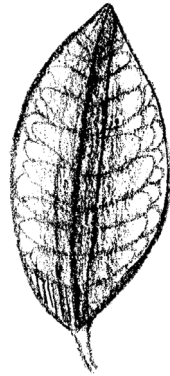
Para baños

Da claridad, limpia la
energía profundamente.

Preparación

Dolor de estomago:
se hierve combinando
con hoja de algodón
y canela.

Para energía: masticar
hoja de coca, se puede
mezclar con cal. para las
hemorragias internas.



19

Hojas Cítricas

Uso común

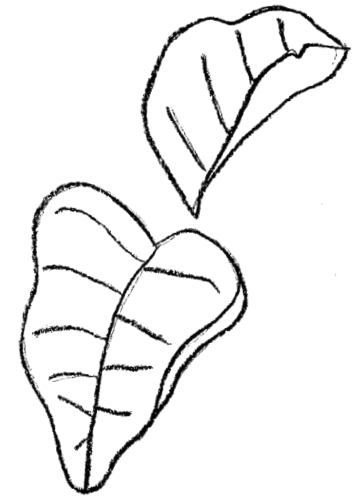
Para el dolor
de estómago.

Para Baños

Se trabaja más
con sus propiedades
aromáticas que
tienen un efecto
energizante
y revitalizante.

Preparación

Hervirlas en agua.



18

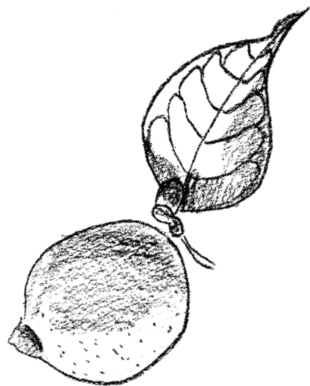
Cidra

Uso común

Para la garganta.

Preparación

Exprimes la cidra y la
bebes, o también la puedes
macerar en aguardiente.



20

Sábila

Uso común

Para la diabétes.



21

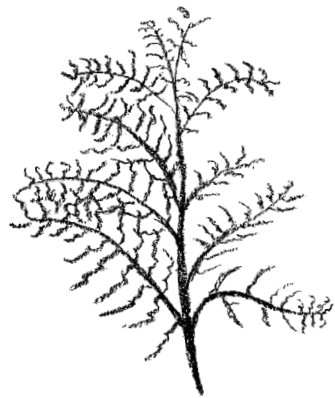
Paico

Uso común

Para desparasitar, tiene vitaminas, abre el apetito.

Preparación

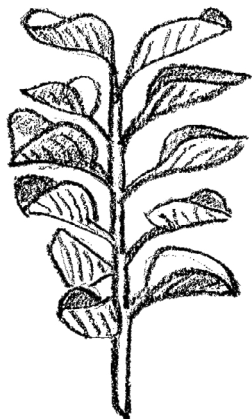
Uso para desparasitar: En luna nueva consumir por 3 días, combinándolo con 1 diente de ajo y 2 semillas de papaya. Uno para vitaminas: En luna llena se toma por 9 días extracto de puro Paico.



22

Orégano Ancho

Uso común
Para la tos.



23

Chuchuwasi

Uso común

Para desinfectar la sangre.

Preparación

Remojar la corteza en vino cañazo y tomar 1 copita con miel de abeja, 1 o 2 veces por mes.



24

Ayahuasca

Uso común

Para el estrés, adicción, cansancio. Sirve de limpia.

Preparación

El chamán lo mezcla con distintas plantas y prepara distintas dosis dependiendo del paciente.



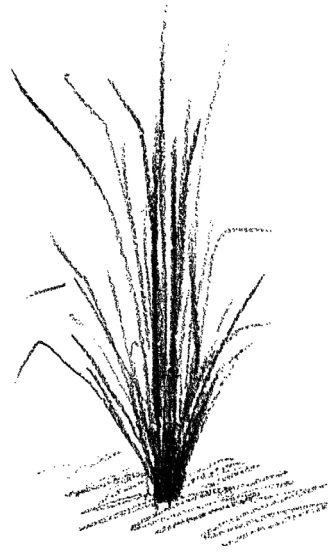
Vétiver

Uso común

Para la hemorragia.

Para baños

Se trabaja más con sus propiedades aromáticas; su aroma terroso, amaderado y profundo brinda sensaciones de arraigo y seguridad. Tiene propiedades calmantes para combatir el estrés, promover la relajación y facilitar el descanso mental.



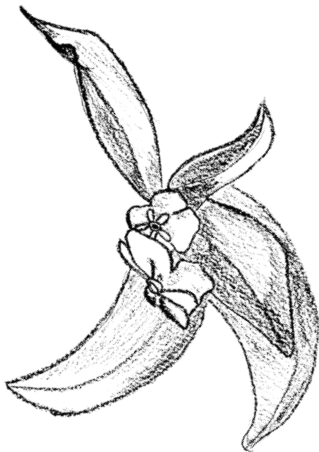
Chiric Sanango

Uso común

Para el resfrío, reumatismo y dolor de huesos.

Preparación

Se hierva la raíz. Hay que dietar (no aji, no chancho, no relaciones sexuales).



Mucura

Uso común

Para el mal olor, es una planta de fuego.

Para baños

Es una de las plantas más usadas para baños pues limpia energías fuertes; se utiliza como planta de protección contra la brujería y envidias. Ayuda a dar claridad mental, liberar tensiones en general, relajarse, eliminar el estrés, disipar angustia y ansiedad.

Preparación

Preparas la raíz, la mueles, machacas bien y le hechas un poco de agua.



Tabaco

Uso común

Protección, planta caliente, saca todo lo que piensas o lo que tengas dentro.

Para baños

Una planta muy usada en el mundo chamánico. Para baños se usa con el propósito de conseguir limpieza espiritual y protección, también para abrir los caminos y atraer oportunidades.

Preparación

Preparar el tabaco, picarlo y mezclarlo con agua.



