Nos informamos en fuentes confiables

ACTIVIDAD 37: *Leemos textos acerca de las prácticas y saberes ancestrales para el cuidado de la salud.*

¡Es hora de leer!

- Lee cada uno de los textos. Detente en las palabras que no entiendas y, de ser necesario, relee el párrafo completo. Esto te ayudará a comprender mejor la lectura.
- Anota la información que consideres importante, por ejemplo: nombre de las plantas medicinales y su utilidad. Estas serán tus anotaciones iniciales.

Textos

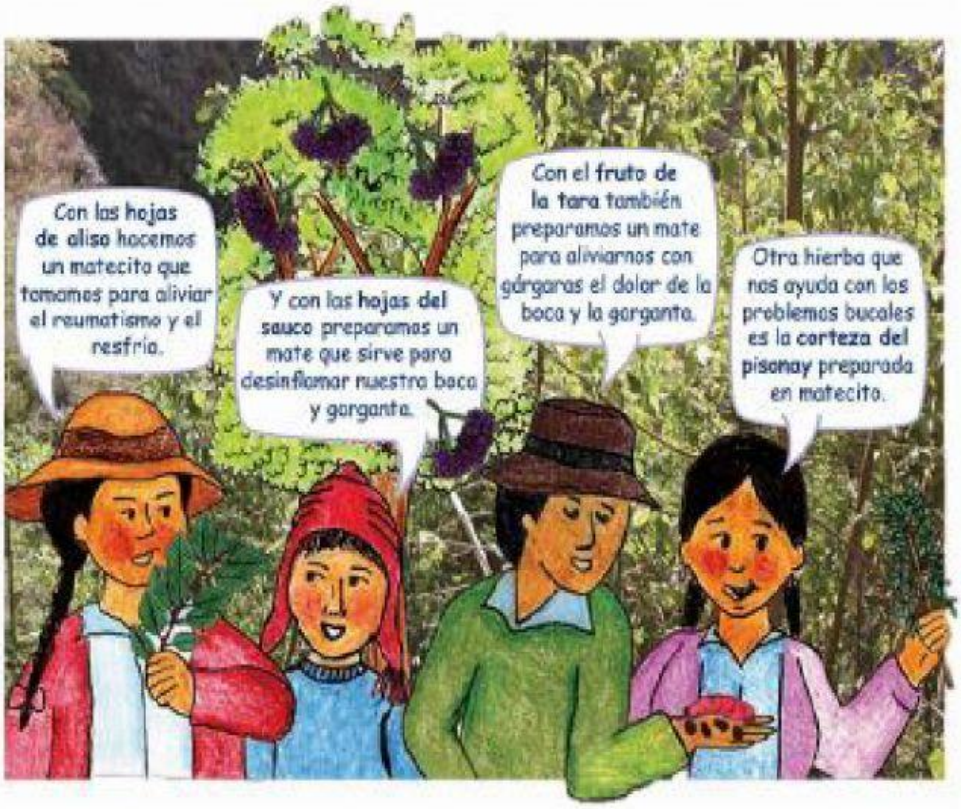
Texto 1: El bosque es nuestra farmacia natural

Uno de los beneficios más grandes que nos ha dado nuestro bosque nativo andino son los medicamentos o remedios que preparamos de las plantas que allí encontramos, para curar nuestras enfermedades y dolencias.

Son muchas las especies de árboles, arbustos y hierbas cuyas raíces, hojas, frutos, cortezas o flores trituramos o hervimos para obtener nuestros remedios.

01/06/2021

LIVEWORKSHEETS



Fuente: Salas, R., Dumet, R. y Hamann, S. (2009). Nuestro bosque nos ayuda a vivir mejor. Manual de capacitación 2. (pp. 15-17). Programa Regional ECOBONA - INTERCOOPERATION.
https://www.asocam.org/sites/default/files/publicaciones/files/49162477bfe6e065cffa9e946e29e3b7.pdf

Texto 2: Uso tradicional de las plantas medicinales

Nombre común

Yuca

"(...)

Familia: Euphorbiaceae

Uso tradicional: tradicionalmente se ha usado para infecciones en la piel, como antipruriginosa, antiinflamatoria, antipirética, antidiarreica, para la conjuntivitis, quemaduras, erupciones del sarampión y varicela, abscesos, como antiparasitario y para dolores musculares causados por el "mal aire".

La yuca es un alimento importante en diversos lugares, sobre todo en comunidades nativas del Perú; se consume como raíces sancochadas tostadas a la parrilla, pan, masato, tortilla de huevo preparada con el zumo de la yuca (usada luego para la preparación de panes), vinagre preparado también del zumo y, cuando este zumo se espesa, se usa como miel para endulzar. También es utilizado como veneno de caza; se mezcla el achiote (Bixa orellana L.) con el jugo de la yuca y se coloca en la punta de las flechas.

01/06/2021

LIVEWORKSHEETS

Nombre común

Pampa orégano

(...)

Familia: Verbenaceae

Uso tradicional: como digestivo, para los cólicos, para el insomnio, problemas estomacales y de garganta, náuseas, como diaforético, emenagogo (que favorece la menstruación), sedante, para afecciones respiratorias y como antihipertensivo.

Nombre común

Cedrón

(...)

Familia: Verbenaceae

Uso tradicional: para afecciones respiratorias, nerviosas, gastrointestinales y como eupéptico. (que favorece la digestión).

Nombre común

Ortiga colorada

(...)

Familia: Loasaceae

Uso tradicional: para la hemorragia nasal, neumonía, curar la ciática, tos persistente y como desinflamante."

Fuente: Santiváñez, R. y Cabrera, J. (2013). Catálogo florístico de plantas medicinales peruanas. (pp. 7, 14, 29 y 31). Instituto Nacional de Salud. https://bit.ly/3cfaHKk

01/06/2021

LIVEWORKSHEETS

Luego de leer:

Completa el siguiente cuadro con la información que se encuentra en los textos.

Resumen del uso tradicional de las plantas medicinales

PLANTA MEDICINAL	USO TRADICIONAL
Hojas de aliso	
Flor de llaulli	
Corteza de queñua	
Muña	
Q´era	
Hojas del sauco	
Fruto de la tara	
Corteza del pisonay	
Yuca	
Pampa orégano	
Cedrón	
Ortiga colorada	

Gracias

¡Sigue adelante!

01/06/2021

LIVEWORKSHEETS