

# MANUAL DE MEDICINA TRADICIONAL

*Huacalxochill*

*gr. epistemon Toamexig.*



(6405)



# MANUAL DE MEDICINA TRADICIONAL

BIOL. ANGELICA M. AGUILAR SANCHEZ  
ANTROP. ALMA P. ALOR CASTILLO



C CONSEJO NACIONAL PARA LA CULTURA Y LAS ARTES  
DIRECCION GENERAL DE CULTURAS POPULARES  
UNIDAD REGIONAL ACAYUCAN DE CULTURAS POPULARES  
CALLE NICOLAS BRAVO N° 34  
C.P. 96000. TEL Y FAX 5 22 08  
ACAYUCAN, VERACRUZ, MEXICO

IMPRESO EN MEXICO.

Clasif. \_\_\_\_\_  
Adq. \_\_\_\_\_  
Fecha \_\_\_\_\_  
Proced. \_\_\_\_\_



BIBLIOTECA  
CENTRO DE INFORMACION  
Y DOCUMENTACION

Dirección General de Culturas Populares

PRIMERA EDICION, 1995

## **DIRECTORIO**

**LIC. RAFAEL TOVAR Y DE TERESA**

Presidente del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes

**LIC. JOSE N. ITURRIAGA DE LA FUENTE**

Director General de Culturas Populares

**MTRA. EVANGELINA MENDIZABAL**

Directora de Acción Regional

**ANTROP. ARMANDO CHACHA ANTELE**

Subdirector de Desarrollo Regional e Intercambio

**ING. JAVIER SANDOVAL GARCIA**

Delegado Estatal del Instituto Nacional Indigenista

**ANTROP. ALFREDO DELGADO CALDERON**

Jefe de la Unidad Regional Acayucan de Culturas Populares

**ING. EUSEBIO P. RODRIGO BARRERA**

Director del Centro Coordinador Indigenista Acayucan

**C.P. RENATO VAZQUEZ CHAGOYA**

Tesorero de la Casa de Cultura de Minatitlán

### **EDICION Y PUBLICACION**

**Lic. Esperanza Arias Rodríguez**

**Dib. Mario González Silva**

**Sria. Mirna Aguilera Lili**



**BIBLIOTECA  
CENTRO DE INFORMACION  
Y DOCUMENTACION**

Dirección General de Culturas Populares

LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

UNIVERSITY OF CALIFORNIA  
LIBRARY

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos de manera especial a los integrantes de las organizaciones de médicos tradicionales de las comunidades de Monte Alto, mpio. de Cosoleacaque, Ver., (nahuas) y Santa Rosa Loma Larga, mpio. de Hueyapan de Ocampo, Ver., (zoque popoluca) por su colaboración al haber compartido una parte importante de sus conocimientos, así como a los P.R.P. Juan Jerónimo Mateos (nahua) y Emilio Pascual Reyes (zoque popoluca) por su colaboración en las diferentes actividades realizadas para la elaboración de este folleto.



# INTRODUCCION

Desde tiempo inmemorial, el hombre ha recurrido a las plantas en busca de curación para sus males y alivio a sus dolores. Esa experiencia de ensayo-error lo llevó a profundizar en el conocimiento de las especies vegetales hasta lograr un amplio esquema de clasificación basado principalmente en las características benéficas, nocivas y mágicas de las plantas.

En México, las civilizaciones prehispánicas lograron un amplio conocimiento de la botánica, en especial de las plantas medicinales, a tal grado que este conocimiento se hacía extensivo a todas las clases sociales. Una de las pocas evidencias que se tienen del uso de las plantas medicinales es el Códice Badiano, escrito por el médico azteca Martín de la Cruz, posteriormente traducido al latín por el médico xochimilca Juan Badiano. Este códice es un compendio de la medicina indígena azteca, en donde se pueden encontrar remedios para la curación de glaucomas, cataratas, sarna, asma, colitis, sífilis, hepatitis, disentería, gota, entre otras muchas enfermedades.

Otro aspecto importante de la antigua medicina indígena es que se situaba en el plano sobrenatural. Consideraban a muchas hierbas como sagradas, a través de ellas, los dioses curaban todo tipo de enfermedades. Para hacer efectivos estos poderes, las plantas debían someterse a estrictos rituales, desde su recolección, hasta su preparación y uso.

De esta manera, la medicina tradicional se concibe en dos fases distintas: la acción psicoterapéutica, emocional o mística (limpias, velaciones, curaciones, succiones, etc. ), y la acción real o el uso de la herbolaria; sin embargo, es



importante mencionar que a partir de la época de la conquista, la fase mística fue considerada como una práctica diabólica, por lo que fue censurada y perseguida tenazmente, mientras que el uso de la herbolaria era bien visto y apoyado por la clase dominante española.

Actualmente la práctica de la medicina tradicional está limitada a grupos indígenas y aún más a especialistas de la comunidad: curanderos, parteras, culebreros, hueseros, ensalmadores, etc., quienes en muchas ocasiones son considerados "brujos".

El proceso de disolución de la Medicina Tradicional iniciado en la época de la conquista sigue dándose en las comunidades indígenas. Un ejemplo es la destrucción de áreas de colecta (selvas y acahuales), principales fuentes de plantas, cortezas y raíces medicinales, así como la presencia de religiones protestantes que están influyendo directamente, prohibiendo el uso de plantas medicinales y la práctica de sus aspectos mágicos; por tal motivo, algunos curanderos únicamente usan la herbolaria para atender a sus enfermos.

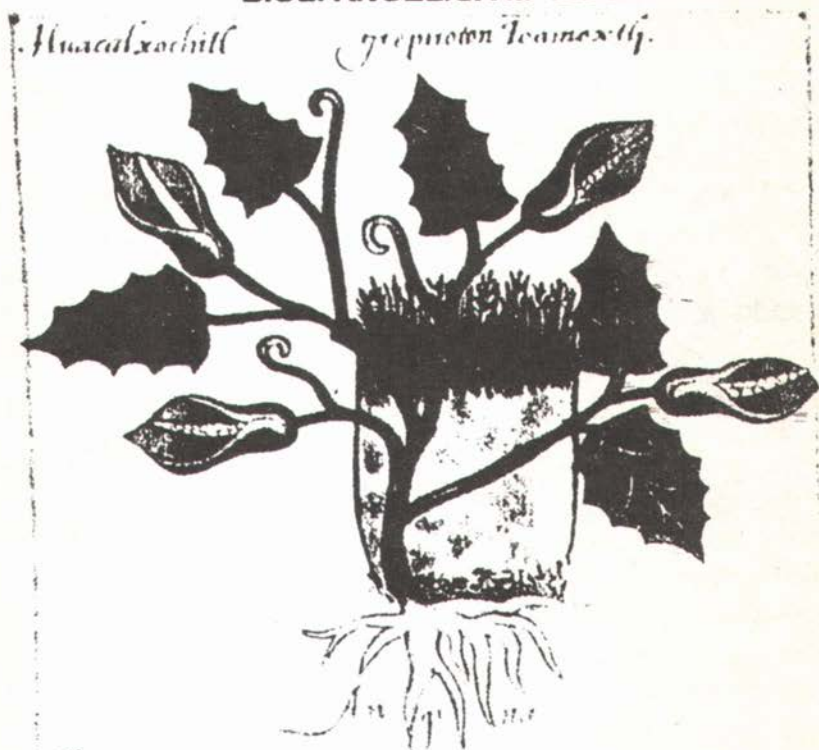
Afortunadamente aún existen otros grupos de médicos tradicionales que han resistido las influencias religiosas y siguen colectando sus hierbas en el mes de marzo; realizando sus moliendas bajo estrictos períodos de abstinencia sexual; rezando oraciones al chaneque para recuperar el alma del enfermo y practicando limpiezas para el "ojo" y "los malos aires".

Así bien, como una manera de promover y fortalecer la práctica de la medicina tradicional en las comunidades indígenas, en la presente publicación conjuntamos dos trabajos complementarios: la reimpresión del folleto Na'ayi 2 que trata sobre las formas tradicionales de preparación de plantas medicinales para la elaboración de medicamentos como cocimientos, jabones, tinturas, pomadas, jarabes, etc., que son de gran utilidad a los médicos tradicionales para aprovechar y conservar muchas plantas que son escasas, o que se tienen que

adquirir fuera de sus comunidades, así como una compilación de recetas donde se utilizan plantas de la región, proporcionadas por la organización de médicos tradicionales nahuas y zoquepopolucas de las comunidades de Monte Aito y Santa Rosa Loma larga, respectivamente

Esperamos que este folleto sea de utilidad a las comunidades indígenas para apoyar las diversas actividades encaminadas a la promoción, práctica y conservación de la Medicina Tradicional .

**BIOL. ANGELICA M<sup>a</sup> AGUILAR SANCHEZ**



*Huacalxochiltl*      *grecuotón Teanexth.*

Celi et quibz suppositionem sicut cibus xamocall tunc vna  
 cum terrarum. alia terra lapillis vel piceis. unquam pu-  
 e torrente colligunt et accendunt. cum raris spumet  
 se trins et flectens huacalxochiltl et lachiquaco a prole  
 expresse uncat. quem quidam subinde reperit





**RECOLECCION**

**Y**

**SECADO**



10/11/19

10/11/19

10/11/19

10/11/19

10/11/19

Para la recolección o cosecha de las plantas medicinales debemos tener en cuenta varias cosas:

## El Lugar

Tenemos que recolectarlas de preferencia en lugares alejados de contaminación, en zonas aisladas.



En sitios apartados de carreteras y de lugares en donde se usen insecticidas, yerbicidas, pesticidas, plaguicidas y de donde pasen aguas negras o desechos industriales.

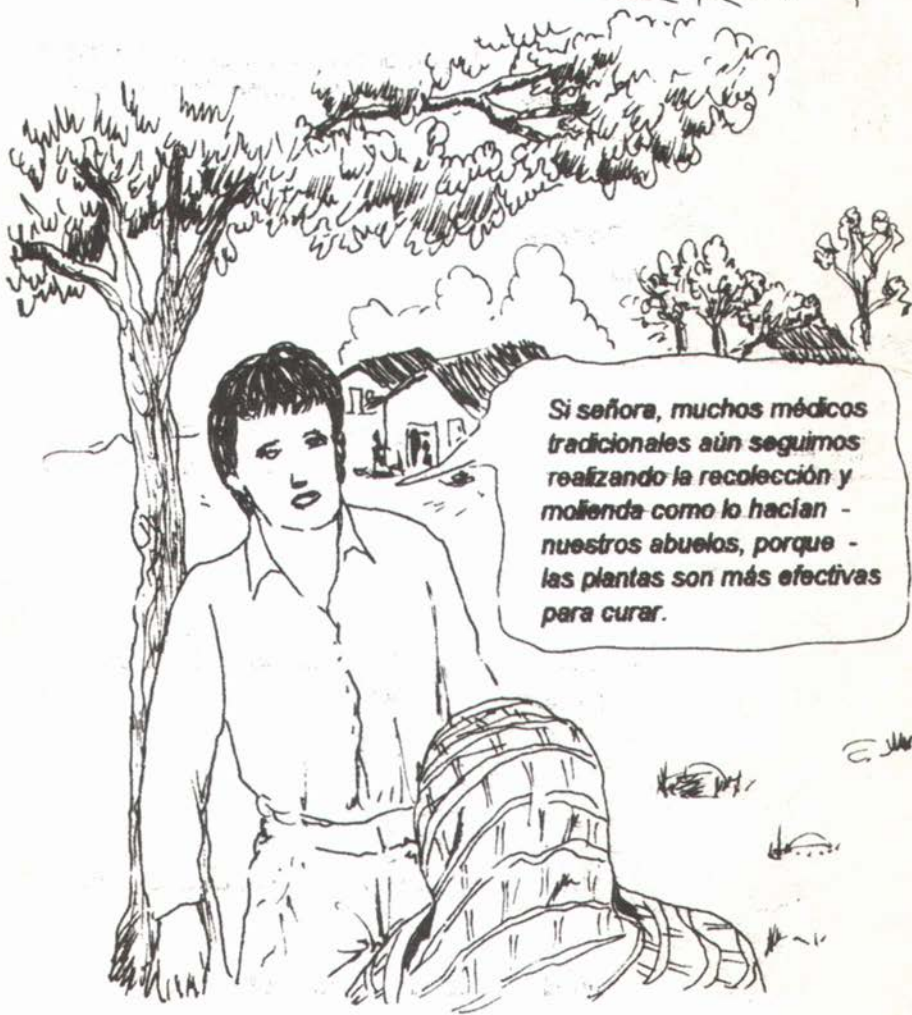
## Tiempo de Colecta

Nuestros abuelos y maestros nos enseñaron que había un tiempo especial para la recolección de las plantas medicinales. Nosotros los curanderos tenemos que prepararnos desde el inicio de la cuaresma con precepto sexual.



Si compadre, y el primer viernes de marzo empezamos la recolección de las hojas, cortezas, raíces, semillas, etc., y así todos — los viernes de marzo hasta completar las plantas que necesitamos para preparar las contras y otros medicamentos.

La recolección se hace — muy temprano y en ayunas. Las plantas que se van — recolectando se secan al sol y a la sombra. La molienda de las plantas se inicia a media noche del jueves santo, se debe estar en ayunas — hasta terminar.



Si señora, muchos médicos tradicionales aún seguimos realizando la recolección y molienda como lo hacían — nuestros abuelos, porque — las plantas son más efectivas para curar.



También es importante que conozcamos si la planta tiene algún tiempo especial para cosecharla, por ejemplo: si es antes de florecer, en la floración, antes de la lluvia, al comenzar a formarse los frutos, etc.



*Ahí les van algunas indicaciones generales*



+ Raíz: se recogen al comienzo de la primavera (marzo-abril), o al final del otoño (noviembre-diciembre).



+ Corteza o cáscara del palo: entre febrero y mayo.



+ Hojas: antes de que las flores comiencen a abrir, verano y principio de otoño (julio-octubre).



+ Flores: en la máxima floración, antes de que comiencen a caer las flores.



+ Frutos: cuando están en su punto de maduros.



+ Semillas: cuando el fruto está maduro.

# El Corte

Este se debe hacer de manera que, de ser posible, no se dañe gravemente la planta, buscando siempre que ésta pueda reproducirse.



**Las hojas:**  
dejar las ramas principales y cortar sólo parte de las hojas.

**Flor o fruto:**  
tratar de no maltratar la flor, el fruto, ni la planta.

**El tallo:**  
en lo posible, hacer el corte a lo largo.

**La raíz:**  
cortar raíces gruesas pero sin tocar el tallo principal.

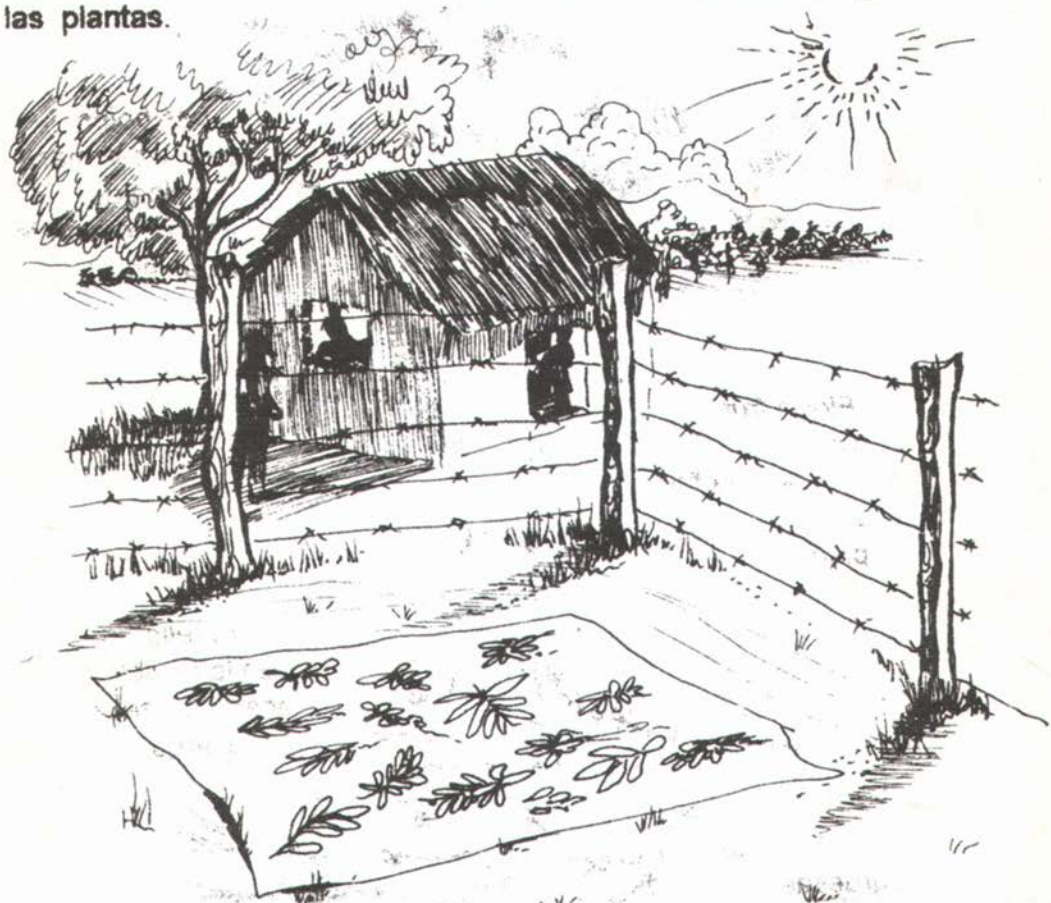


**Otra cosa muy importante:**  
recoger sólo plantas sanas, que no tengan moho, gusanos, caracoles o algún parásito.



# Secado

Las plantas secas pueden durar seis meses y hasta varios años, si hacemos un buen secado y conservamos bien las plantas.



## Raíces:

cortezas (cáscara de palo) y frutos se cortan en trozos pequeños y se sécan al sol.

**Hojas, flores y semillas se ponen a secar a la sombra.**

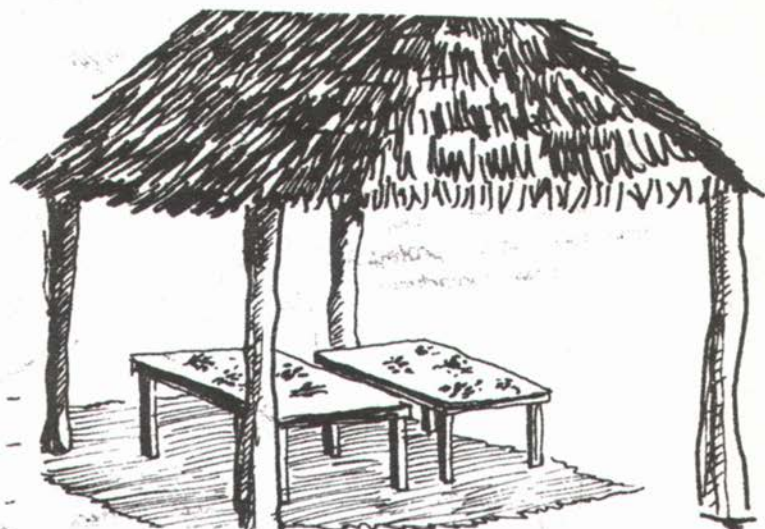
**Para secar las plantas debe usarse un lugar limpio, sombreado, seco y protegido de posibles mojaduras.**

**Es importante tener estos cuidados porque si no se enleman, se pudren o se agusanan. Además, como son medicamentos debe cuidarse su limpieza.**



Se pueden usar diferentes formas para secar:

1. Colgarlas en manojos en cuarto seco, como se acostumbra en algunos lugares húmedos a secar el frijol. Una forma sencilla y económica.



2. También en el cuarto seco se colocan en un trapo limpio sobre una mesa, y se mueven de vez en cuando.

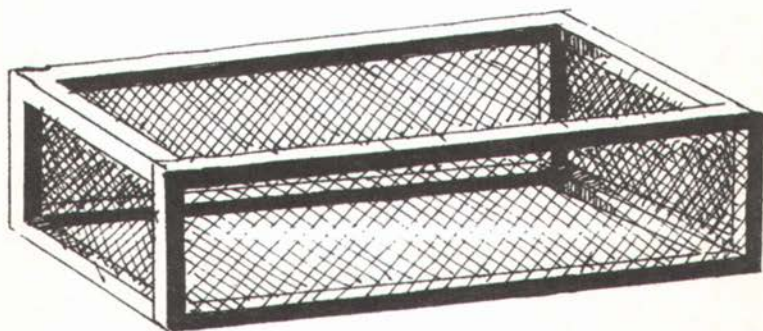


3. Se guardan en bolsas de yute (jarcia) o de las que se usan para las compras y se cuelgan para que se ventilen, cuidando que no aniden los insectos.



4. Otra forma es hacer unas cajitas de madera y tela de mosquitero, donde se guardan las plantas, cuidando que no queden muy apretadas, y de vez en cuando se les da una movidita.

(Con más frecuencia en lugares muy húmedos)



Faint, illegible text at the top of the page, possibly bleed-through from the reverse side.



Faint, illegible text in the middle section of the page, appearing as a horizontal line of characters.

Faint, illegible text in the lower-middle section of the page, appearing as a horizontal line of characters.





**FORMA  
DE  
GUARDAR  
LAS  
PLANTAS**





ALICE

II

ALICE

II

ALICE

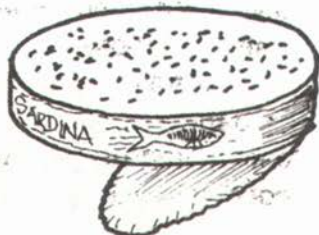
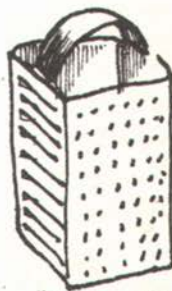
Existen varias formas para guardar las plantas:

Una vez secas las plantas,  
las preparemos de manera que  
las podamos envasar y guardar  
para cuando las usemos.

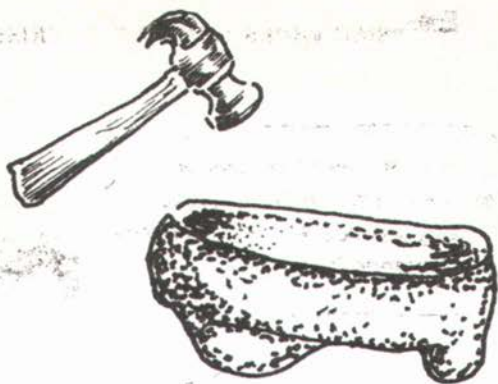


**Rallar o raspar.**  
raíces, cáscaras,  
tallos secos, cortezas.

Puede servir un rallador  
hecho con una lata  
agujerada de sardina,  
una escofina o lima.



**Quebrar, con mano de metate o con un martillo: semillas, frutos secos, tallos bien secos.**



**También se pueden hacer polvo con un molcajete o molino de mano: hojas secas, tallos delgados bien secos y semillas.**



**Cortar con un cuchillo o cepillo.**



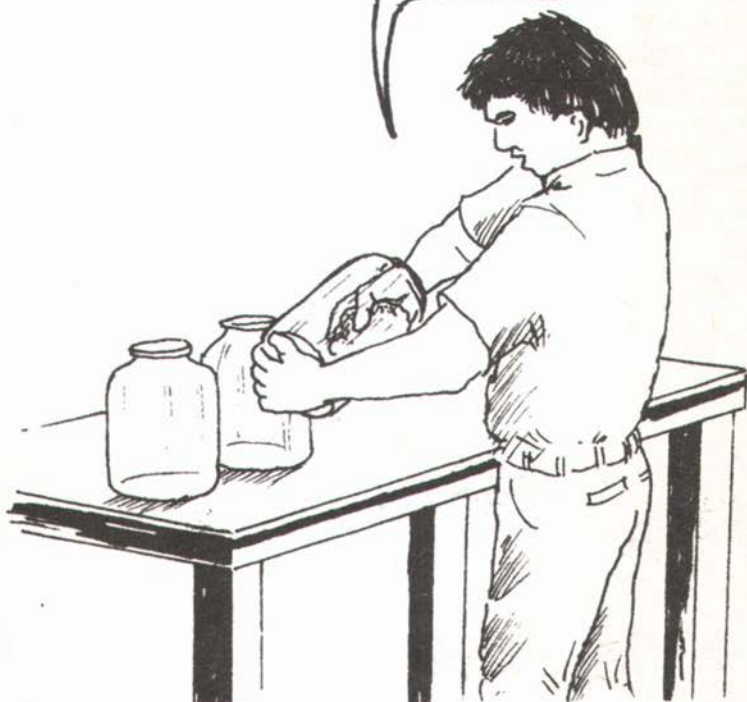
**Una vez secas las yerbas se ponen en frascos de vidrio bien cerrados, para que no entre humedad, insectos o polvo.**

**A cada frasco le pegamos un papelito con el nombre o los nombres con que se conoce la planta.**

En lugares muy húmedos podemos guardarlas en bolsas de papel estraza, cuidando de cambiarlas en cuanto tengan una rotura.

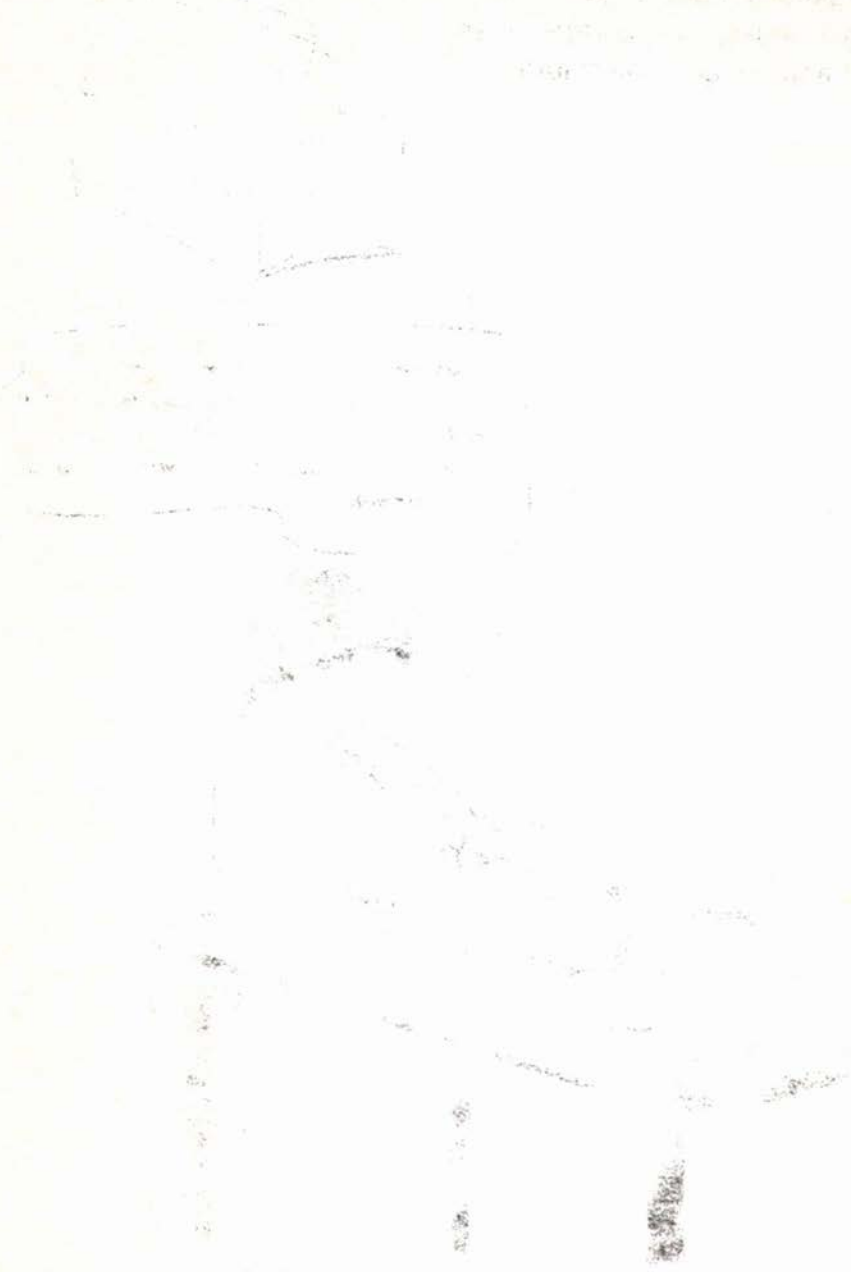


*Los frascos deben lavarse bien con agua y jabón y secarse perfectamente, antes de guardar las plantas. También debemos cuidar que la yerba no quede muy apretada.*

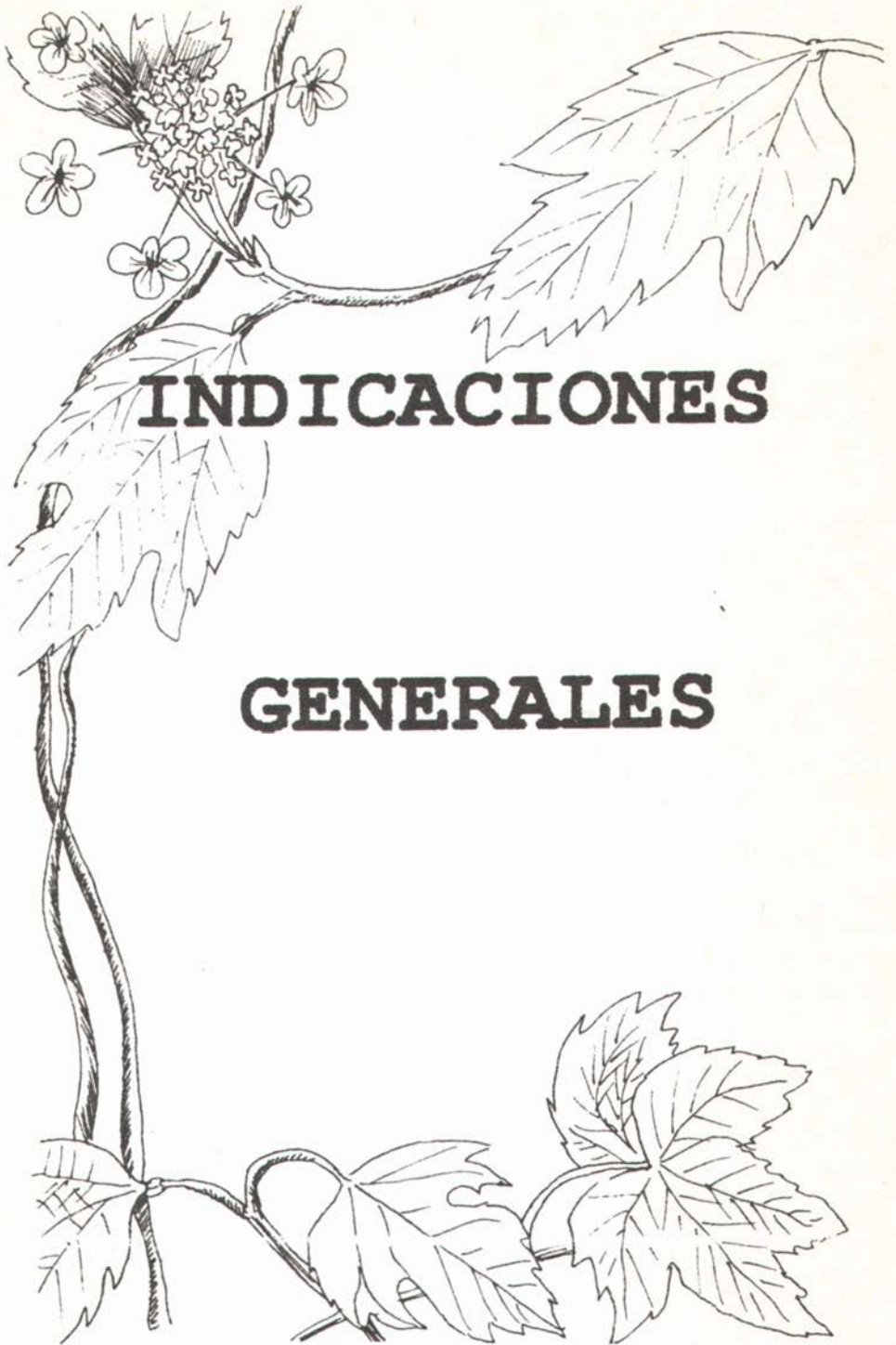


De esta manera podemos tener las plantas listas, pero antes debemos tener en cuenta algunas indicaciones generales.

Handwritten text at the top of the page, possibly a title or header, which is mostly illegible due to fading.



Handwritten text at the bottom of the page, likely a signature or a note, which is mostly illegible due to fading.



# **INDICACIONES**

# **GENERALES**

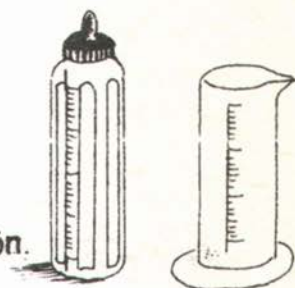
THE UNIVERSITY OF CHICAGO

PHYSICS DEPARTMENT

# Los Instrumentos

Para el procesamiento de las plantas y la elaboración de medicamentos necesitamos tener en nuestro botiquín varios instrumentos y sustancias:

Una mamila:  
donde vengan marcadas las onzas  
y mililitros; si se cuenta con recursos  
puede comprarse una probeta, que  
es una especie de botellita especial  
para medir los líquidos con más precisión.



Molino de mano o metate.

Una báscula:  
para pesar las plantas  
que se necesiten para  
hacer las medicinas.



Molcajete o piedra de moler.

Trastes:  
cacerola de peltre  
o cazuela de barro, cucharas,  
cuchillo, coladera finita,  
rallador, etc.





Latas y frascos:  
latas vacías para moldes  
de los jabones y frascos  
limpios, de preferencia  
oscuros.



## Sustancias

Alcohol puro de caña del que se toma, de 96°

Azúcar.

Vaselina simple (sólida).

Cápsulas vacías: medianas o del número .01

Jabón de pan corriente:  
octagón, julieta, zote, etc

Agua hervida.

Otras sustancias que pueden ser útiles.

Alcanfor.

Sulfato de zinc.

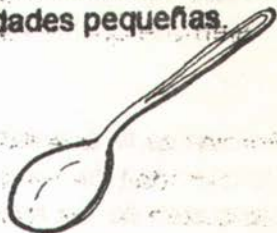
Acido bórico + ácido saliclico.

Tintura de yodo.

# Medidas

Aparte de la báscula, es necesario tener otros instrumentos que nos ayuden a pesar o medir cantidades pequeñas.

Una cucharada sopera es igual a 15 mililitros o aproximadamente de 10 a 15 gramos.



Una cucharadita es igual a 6 mililitros o a 5 gramos.



Nota: de preferencia tener una cucharita de las que vienen en las medicinas de farmacia para las suspensiones.

**Pizca:**  
Lo que se agarra con 3 dedos son aproximadamente 2 gramos.



**Puños:**  
son aproximadamente 25 gramos.



# Dosis

La dosis es la cantidad de medicina que se da a un enfermo, siempre que no haya alguna recomendación especial.

Porción es lo que llamamos también toma o dosis, es decir, la cantidad de medicina que se toma en una sola vez en cualquiera de las formas de preparación de las plantas, por ejemplo: una taza, una cucharada, una cápsula, 20 gotas, etc.

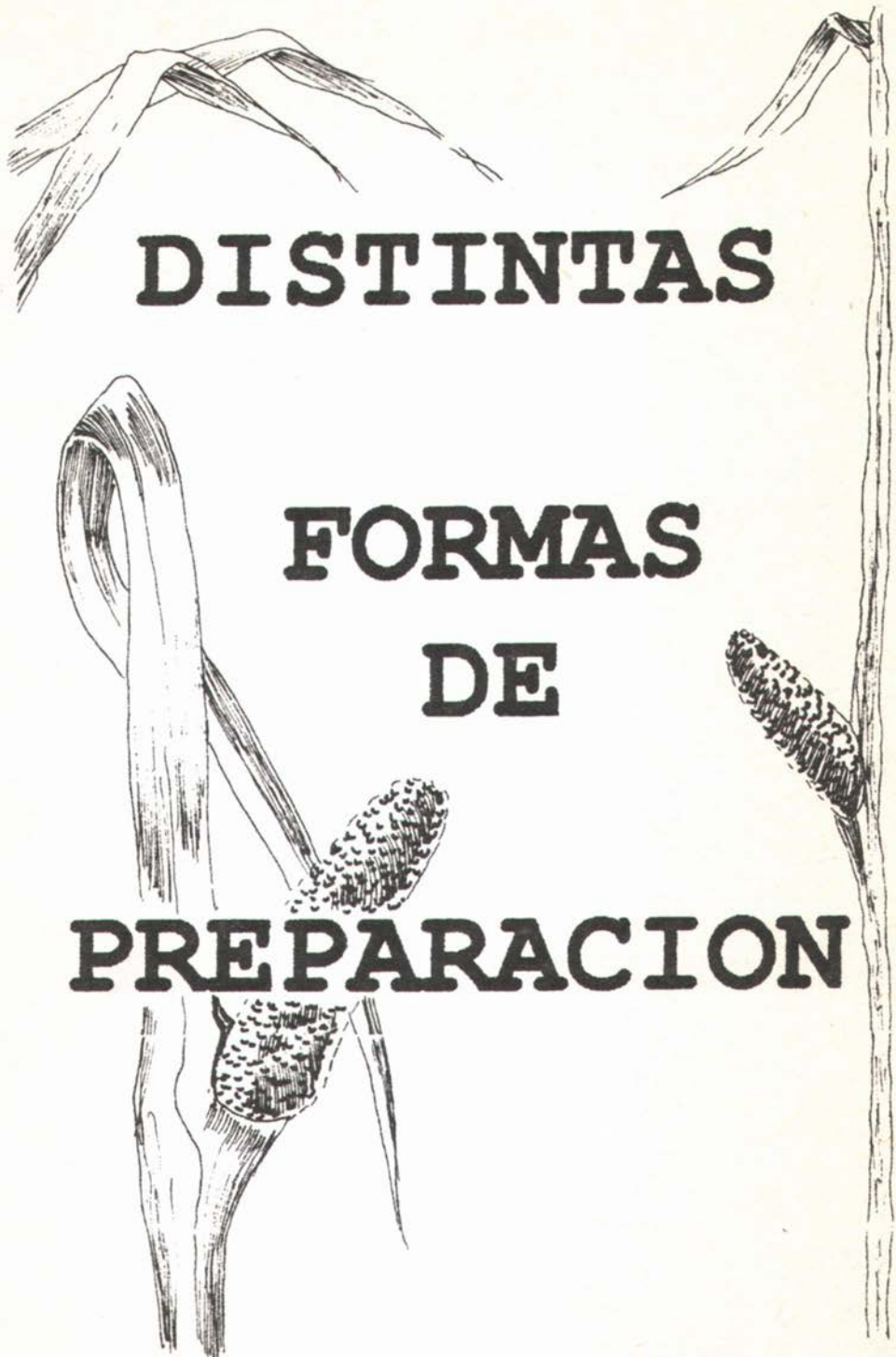
Adultos: 18 a 75 años,  
una porción

Adolescentes: 13 a 18 años, tres  
cuartas partes de porción

Niños: de 3 a 12 años, media porción.

Niños menores: recién nacidos a 2  
años, cuarta de porción.

Ancianos: mayores de 75 años, media  
porción.



**DISTINTAS**

**FORMAS**

**DE**

**PREPARACION**

RECEIVED

RECEIVED

NOV 10 1999

RECEIVED

## Forma tradicional: té, tisana, infusión.

Se utiliza para evitar que se pierdan algunas sustancias medicinales al contacto directo con el fuego o al hervir. Se usa principalmente en flores, frutos pequeños y hojas muy olorosas, por ejemplo: yerbabuena, manzanilla, prodigiosa, menta, etc.

1. Se pone el agua a hervir.



2. Se coloca la planta en un recipiente: una cucharada por cada taza de agua o la cantidad que se desee.



3. Se vacía agua hervida en el recipiente donde se colocó la medida de la planta para el té.



4. Se tapa y se deja reposar 15 minutos.



5. Se cuela y listo.



Este procedimiento se utiliza regularmente para plantas secas.

## USOS

Para beber, gargarismos y baños.

Lavados: ojos, nariz, vaginales, intestinales.

Compresas: dependiendo de la planta y la indicación para su uso.

## EJEMPLOS

Bebida: infusión de prodigiosa, para diarrea.

Gargarismos: de ruda, anginas y dolor de garganta.

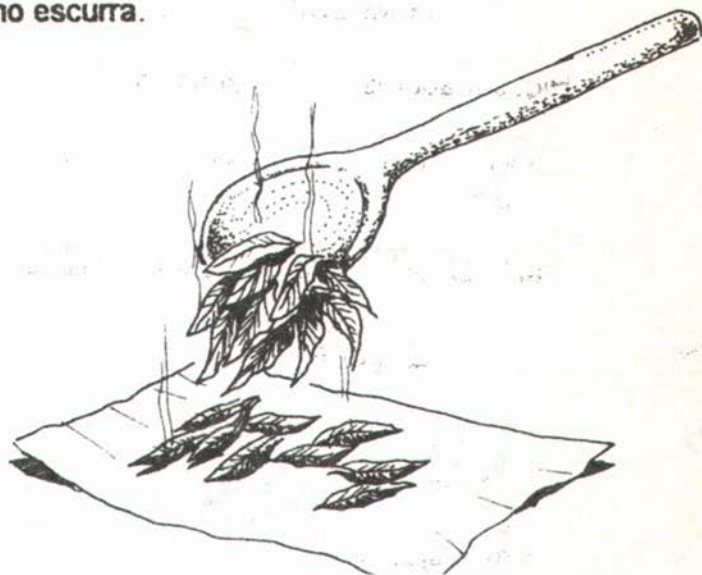
Baños: de árnica, para granos y piel.

Lavados: de manzanilla, mal de ojo.

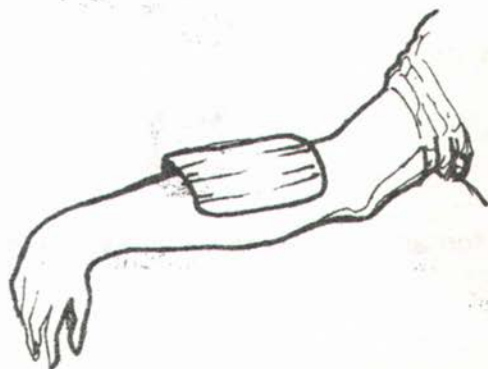
Compresas: de acuyo, para erisipela.

# Cataplasma

La planta ya sea cocida o asada se pone aún caliente en un trapo o bolsita de tela, o bien sola (según se dé el caso) cuidando de que no escurra.



Se aplica en la herida, golpe o lugar enfermo cuidando que esté tibia y se cambia las veces que sea necesario.





## USOS

Heridas, golpes, inflamaciones,  
infecciones de la piel, reumas.

## EJEMPLOS

Higos maduros: para granos con pus.

Zábila: golpes, inflamaciones, granos  
con pus.

Maíz: tumores, úlceras, heridas, golpes.

## Jugos

Se hacen con plantas medicinales  
frescas. éstas se exprimen con un  
poco de agua (a mano o con un  
molcajete o molino de mano):

Las plantas deben estar bien  
lavadas y el agua hervida.



Se cuela y se toma en  
medio vaso de agua, -  
en algunos lugares le  
llaman horchata.



Nota: deben tomarse inmediatamente porque se  
descomponen rápido.

**EJEMPLO:** Chotete, tomado alivia los  
dolores de cuerpo.

## Pulpas

Se preparan con las partes más jugosas de la planta.

La planta fresca se machaca  
en un molcajete o mortero.



Luego se pasa por una coladera  
para que se apulpe mejor.



Si la sustancia está pegada  
al hueso o es algo dura, -  
se raspa, y con lo raspado  
se prepara la pulpa.

Si la sustancia o planta que vamos a usar está algo seca, antes de machacarla la ponemos a remojar para reblandecerla o la ponemos al vapor.

## USOS

Es un medicamento que conserva todos los elementos curativos de las plantas.

Se puede utilizar como cataplasma frío envuelto en tela, o comer a cucharadas.

## EJEMPLOS

*Higos maduros*: para granos con pus.

*Tamarindo (las hojas)*: para erisipela.

*Cacao*: para irritaciones de la piel, erupciones, quemaduras, grietas. Se mezcla con aceite de coco o de almendras en lugar de agua.

## Maceración

Se tritura la planta.



Se pone la cantidad necesaria de agua fría (hervida).

Se deja reposar 24 horas, si son hojas y flores y 48 si son tallos, cortezas (cáscara del palo) o raíces.



Después se cuela y está lista.

## Vinos Medicinales

Se usan como tónicos o remedios, según sea la planta a utilizar.

Se pican 250 gramos de la planta, de preferencia fresca y se pone a reposar en un litro de vino jerez, blanco o tinto, durante 24 horas.

Después se cuela y está listo para usarse.

### DOSIS

Una copita todos los días.

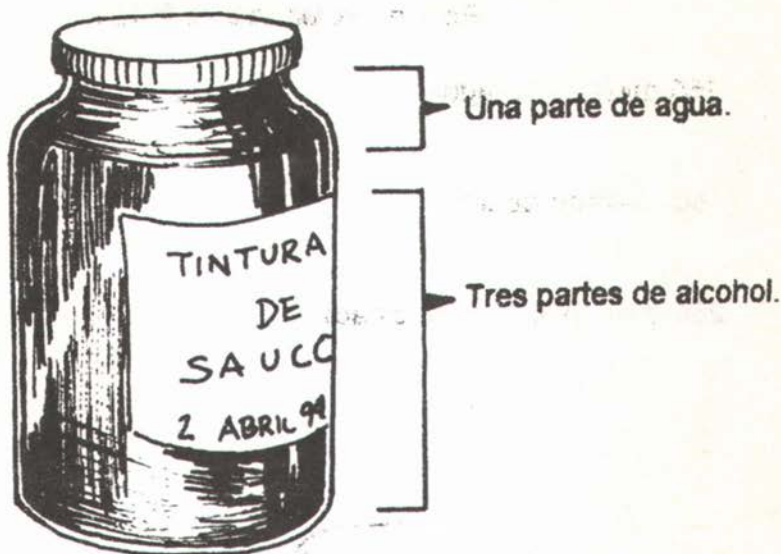
## Tinturas

### USOS

La tintura es una de las formas en que podemos conservar la acción curativa de las plantas por más tiempo, y su uso es más rápido y sencillo.

Hay dos maneras en que se pueden hacer las tinturas; la primera forma se usa para flores y hojas.

1.- Se toma un frasco de preferencia oscuro, se llena de planta bien lavada y picada y se le agrega:



2.- Se deja reposar de 20 a 30 días. Durante este tiempo se agita de vez en cuando, después se cuela y está lista para usarse.

3.- Es necesario poner un letrero con el nombre de la tintura y la fecha en que se hizo.

*Nota importante:* Las tinturas se deben poner en un frasco oscuro, para que la luz del sol no descomponga la fuerza de la curación de la planta. Si no se tiene frasco oscuro, se envuelve con papel negro, periódico o trapo oscuro.

Para hacer un litro de tintura:

250 mililitros de agua.

750 mililitros de alcohol.

250 gramos de planta picada.



## Jarabe

1. Se desmenuza o pica la planta que se va a usar  
dos cucharadas de planta por una taza de agua



2. Se ponen a hervir 4 tazas de agua con la planta, durante 10 minutos. Media hora si son cortezas, palos, raíces



3. Se cuela el cocimiento y se le agrega un kilo de azúcar



4. Se pone en el fuego y cuando empieza a hervir se deja a fuego lento hasta que tome forma de jarabe, se deja enfriar y está listo para usarse



Para que dure más el jarabe y no se eche a perder, se le agrega el 10 por ciento de alcohol de caña, por ejemplo, a un litro de jarabe se le ponen 100 mililitros de alcohol.



## Jarabe con tintura.

Se hace una miel de azúcar: un litro de agua y un kilo de azúcar. Se pone al fuego hasta hacerse un jarabe, ya frío se le agregará 40 mililitros de la tintura de la planta, también puede hacerse con miel de abeja.



+



40  
MILILITROS

### USOS

Se pueden hacer de todas las plantas, sobre todo las de la tos, pero puede hacerse para que los niños se las tomen con facilidad, sobre todo las amargas o de sabor agradable, por ejemplo: de prodigiosa, chaparro amargoso, etc.

### EJEMPLOS

Guarumbo, hitamo real, guajilote, bugambilia, noche buena, eucalipto, azhar, borraja, árnica, cebolla, ajo.

*Jarabe de Arnica.*

Especial para el ahogo o asma.

Dos flores de árnica en tres cuartos de tacita de agua. Dosis: adultos, dos cucharadas cada 3 ó 4 horas. Niños, una cucharada cada 3 ó 4 horas.

*Jarabe de Tolu.*

Tos y dolor de garganta.

10 mililitros de tintura de Tolu.

100 mililitros de agua hervida.

No es necesario hervir la mezcla y se endulza con miel de abeja.

## Paletas (granulados)

Se pone el jarabe a fuego lento hasta que espese, y cuando está a punto se hacen las paletas y si no salen las paletas porque se pasó el punto, entonces sale el granulado, que son bolitas de azúcar con la medicina. Se envuelve en papel celofán o pedacitos de plástico.

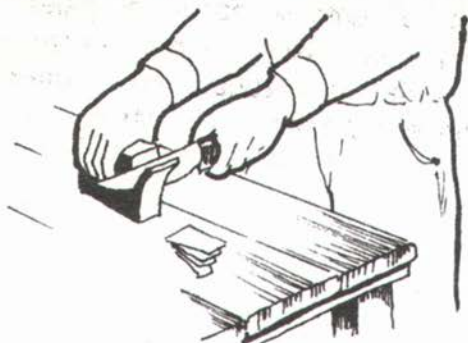


### DOSIS

Una paleta o una cucharada de granulado, cada dos o tres horas, según la necesidad y la enfermedad del paciente.

# Jabones

1. Se rebana el jabon en rodajas muy delgadas.



2.-Mientras se hace un cocimiento en un litro de agua y un mazo de la planta o plantas a utilizar.



3. Para un litro de cocimiento se utilizan dos jabones de 400 grs.

4. Se cuele y se va poniendo poco a poco en el jabón rebanado, batiéndose hasta que quede como crema.



4. Se pone en la lumbre a fuego lento, hasta que espese y al mover con la cuchara se vea el fondo. Si hace falta agua se le pone caliente.



5. Se vacía a un molde y se deja enfriar.



6. Se saca, si está muy pegado se puede meter el molde en agua caliente para que afloje y salga.

## Jabones de plantas o de sustancias en polvo

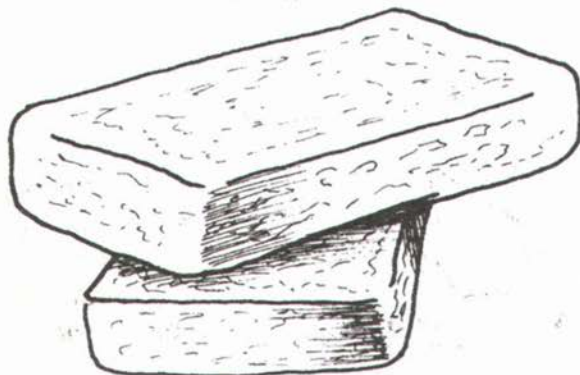
Se corta el jabón en rodajas delgaditas y se baten en un poquito de agua bien caliente, hasta que quede como crema. Se pone a fuego lento y se le agrega el polvo de la sustancia poco a poco y batiéndose al mismo tiempo, hasta que al mover el jabón se vea el fondo de la cazuela.

### INGREDIENTES

100 gramos de jabón  
10 gramos o 2 cucharadas de polvo  
de la planta o de la sustancia  
como polvo de sosa o berenjena,  
ácido salicílico, alcanfor, etc.

### USOS

Sirven para lavar heridas o para  
alguna enfermedad de la piel:  
granos, sarna, heridas, etc.



## EJEMPLOS

Sosa o berenjena: para hongos,  
piel enferma.

Arnica: granos, sarna, heridas.

Manzanilla: espinillas, desinfectante.

Avena y coco: para la caspa  
(rallado y exprimido sin agua) si  
es necesario se le pone poca  
agua.

Miel y limón: espinillas, desinfectante.

Romero o malva de cochino: para  
que crezca el cabello.

Ajo: pafío y jotes.

Limón y ajo: para la caspa.

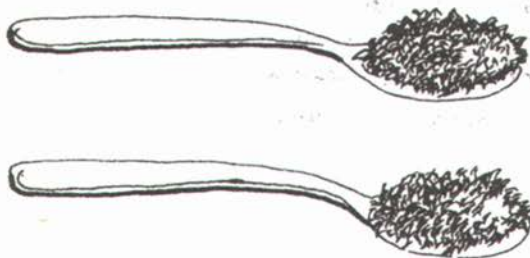
Soya: para que salga el cabello,  
y caspa. Se hace con el agua con  
que se remojó la soya.

Acido salicílico: granos,  
heridas, desinfectante.

# **pomadas**

## **POMADA DE PLANTAS**

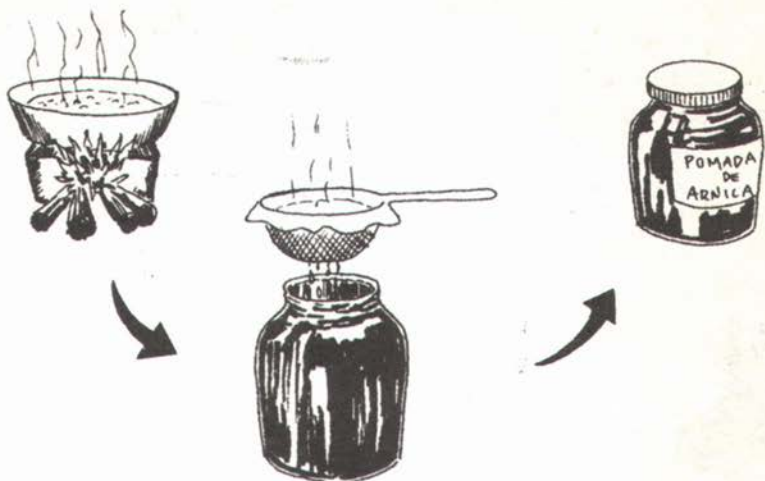
1. dos cucharadas de planta picada.



2. 200 gramos de vaselina o 20 cucharadas copeteadas.



3. se pone a hervir durante cinco minutos a fuego, se cuela en un trapo y se deja enfriar.



#### USOS:

Es una forma de aprovechar las propiedades curativas de las plantas de manera que éstas puedan actuar sobre la piel durante más tiempo. Sirven para enfermedades de la piel (granos, sarna, etc. ) golpes, heridas, reumas.

#### EJEMPLOS DE POMADAS DE PLANTA:

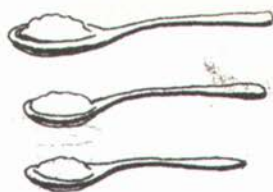
- + Pomada de cuachalalate. Sirve para cicatrización de heridas, desinfectante, llagas.
- + Pomada de árnica. Sarna, granos, infecciones de hongos en general de la piel.
- + Pomada de cundeamor. Quemadas, heridas, golpes.

Nota: todas las plantas que se usan en la piel, pueden hacerse en pomada y en jabones.



# Pomada con tintura de plantas

1.- Tres cucharadas  
copeteadas de vaselina.



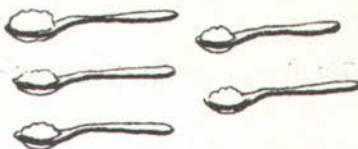
2.-10 mililitros de la tintura  
de la planta.

Se le agrega poco a poco la tintura a la vaselina y se mueve constantemente. Si se le pone toda la tintura al mismo tiempo se corta y ya no se mezcla.

Nota: Es mejor hacer las pomadas de plantas con tintura, pues guardan toda la fuerza medicinal que con el fuego pierden algunas plantas; ya que lleva alcohol la tintura, las pomadas vaginales se hacen en la lumbre y no con tintura, por ejemplo: pomada de tlalchichinole con berenjena para hongos vaginales.

## **pomada de sustancias**

- 1.- 5 cucharadas copeteadas  
de vaselina



- 2.- Una cucharadita  
de sustancia.



- 3.- Se le agrega poco a poco,  
y se va mezclando, hasta  
que no se vea el polvo.

## **EJEMPLOS DE POMADAS DE SUSTANCIAS Y DE TINTURAS DE PLANTAS**

Pomada de tintura de cuachalalate: heridas, desinfectante, llagas, etc.

Pomada de sosa o berenjena:  
hongos.

pomada de hojas de coral y  
árnica: sarna.

pomada de tintura de yodo:  
infecciones de la piel, granos.

pomada de alcanfor: repelente de  
insectos, comezón.

## Otra forma de hacer pomadas de plantas

Se pueden hacer con extracto de plantas

### INGREDIENTES

15 Gramos de vaselina o tres cucharadas copeteadas, y el extracto de la planta.

Se mezcla bien hasta que quede la masa pareja. Hay que agregar poco a poco el polvo o el alcohol que disolvió el extracto porque si no se corta.

### preparación de extractos acuosos

Se pesa la planta: cinco gramos o una cucharadita de la planta con 100 mililitros de agua, se pone a hervir durante 20 minutos.

Se deja en reposo hasta que se enfríe, se cuela con un algodón o trapo limpio; una vez colado se pone en un traste extendido en baño maría (en el recipiente se coloca poca agua y dentro de la olla con el cocimiento colado), a fuego lento hasta que se evapore el agua del cocimiento.

Una vez evaporada el agua queda una mancharo a veces polvito, entonces se le pone un poquito de alcohol para que el extracto se disuelva y se le va poniendo poco a poco a la vaselina.

# Cápsulas

La planta bien seca se muele en molcajete o molino de mano.



Se cuela con una coladera finita y con el polvito se rellenan las cápsulas.



Lo que queda en la coladera se puede usar para hacer tinturas, cocimientos o infusiones.



## DOSIS

Una cápsula es igual a una taza de té, es decir a una dosis o a 20 gotas de tintura, o una cucharada de jarabe.

## USOS

Es otra forma de tomar las plantas, sobre todo las amargas o de sabor desagradable, o para facilitar su uso, el llevarlas de un lugar a otro.

## EJEMPLOS

Se pueden hacer cápsulas con todas las plantas, pero secas, por ejemplo: prodigiosa, estafiate, epazote, etc.

**Nota:** No usar gobernadora pues es planta peligrosa en cápsulas.

## Aceites

Hay dos formas de hacerlos:

*Con aceite de oliva.*

30 gramos de planta picada, se ponen en un cuarto de litro de aceite de oliva, se deja al sol durante dos o tres semanas, se cuela, se saca la espuma que queda encima y se guarda en un frasco oscuro bien tapado.

*Aceite alcanforado.*

90 mililitros de aceite (cualquiera).  
10 gramos de alcanfor o dos cucharaditas.

Se mezclan, se pone una parte a fuego lento y después se pone el resto a que se disuelva el alcanfor, moviéndole constantemente.

Sirve en especial para frotar golpes o reumas, pero también para piquetes de zancudos como repelente, comezón, para dar masajes.

## Otros medicamentos.

*Alcohol yodado.*

Sirve para desinfectar heridas y granos.  
A 99 mililitros de alcohol se le pone un mililitro de tintura yodo.  
Se revuelve y se puede usar de inmediato.

### *Alcohol alcanforado.*

Sirve para piquetes de zancudos, comezón, para dar masajes. 100 mililitros de alcohol de 96°, se le ponen 25 gramos o cinco cucharaditas de alcanfor. Se revuelve al deshacer al alcanfor, y se puede usar.

### *Agua boricada.*

Para limpiar los ojos y para ojos irritados:  
4 gramos de ácido bórico o dos pizcas.  
100 mililitros de agua hervida.

Se revuelve y se puede usar para lavar los ojos, se abren y se echa un chorro con un trapito limpio o algodón, o con una copita bien limpia que abarque el ojo.

Se le pone el agua o la infusión a la copita o a una botella de boca grande, se alza la cabeza presionando alrededor del ojo para que no se salga, se abre el ojo y se mueve para un lado y otro, de esta manera el agua limpia todo el ojo.

### *Colirios para los ojos.*

Se pueden lavar los ojos cuando están infectados o irritados, haciendo una infusión de:

Manzanilla  
Té de llante  
Té negro  
Rosa de castilla.

### *Carnosidad en los ojos.*

**Sulfato de zinc con agua destilada o de lluvia.**

En un litro de agua destilada o de lluvia, se pone la mitad de una moneda de 2 centímetros de diámetro, o sea lo que se coja con la moneda, del polvo del sulfato de zinc. Se revuelve y se puede usar.

Se pone una gota en cada ojo al levantarse. Tiene que ponerse durante mucho tiempo hasta que se desprenda la carnosidad, muchas veces tarda de uno a varios años.

Se debe manejar con cuidado el sulfato de zinc, es venenoso o no se puede tomar. El agua de lluvia se recoge en un balde limpio, donde no le caiga basura y se cuele con un trapo o algodón. Si se quiere que dure más tiempo el agua, se puede hervir en peltre o barro y después ya fría se preparan las gotas con el sulfato de zinc.

Estas gotas también pueden usarse para ojos irritados, para infecciones leves y en algunos casos para cataratas que empiezan a formarse.



... ..

... ..

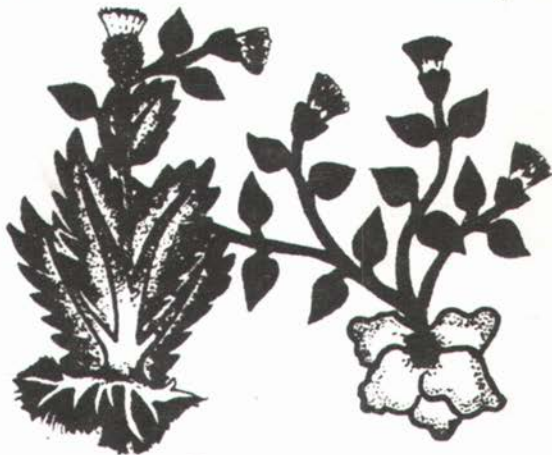
... ..

... ..

# RECETARIO

*Quauhilla huizquilil.*

*Sesepahli.*



*Sentus fugidus.*  
Sentus algor expellitur potione sumpta ex medicinis  
herbarum copali-pac xianhorali, flumex-tocianhorali, chichic.  
xibunth. & quauhilla huizquilil confectis addite duo.  
Indico.

## DE PLANTAS MEDICINALES

# GENERAL

1914

1914



1914

1914

1914


1914

## SPECIAL

# REMARKS



Las recetas que se presentan en este folleto se obtuvieron a partir de entrevistas, colectas y talleres promovidos dentro de los programas de medicina tradicional de la Unidad Regional de Culturas Populares. Aquellas representan la experiencia de los médicos tradicionales en las comunidades indígenas nahuas y zoque popolucas del sur de Veracruz: Monte Alto, mpio. de Cosoleacaque, Santa Rosa Loma Larga, mpio. de Hueyapan de Ocampo, en donde la herbolaria es la primera, y algunas veces la única instancia de atención a la salud comunitaria.



Se seleccionaron las recetas más sencillas en las que se utilizan plantas de la región. Es importante mencionar que no se tiene un estudio completo de las propiedades farmacológicas de las plantas empleadas, por lo que aquí sólo se presenta el uso medicinal local que estos grupos dan a la flora de la región.



1. The first part of the document

is a general introduction to the

subject matter of the report.

It sets out the objectives of the

study and the scope of the work.

The second part of the document

describes the methodology used in

the study and the results of the

analysis.

The third part of the document

discusses the implications of the

findings and the conclusions of the

study.

The fourth part of the document

contains a list of references and

an appendix of data.

The fifth part of the document

is a summary of the main findings

of the study.

The sixth part of the document

is a list of the authors' names

and their affiliations.

The seventh part of the document

is a list of the titles of the

chapters of the report.

The eighth part of the document

is a list of the names of the

editors of the report.

2. The second part of the document

describes the methodology used in

the study and the results of the

analysis.

The third part of the document

discusses the implications of the

findings and the conclusions of the

study.

The fourth part of the document

contains a list of references and

an appendix of data.

The fifth part of the document

is a summary of the main findings

of the study.

The sixth part of the document

is a list of the authors' names

and their affiliations.

The seventh part of the document

is a list of the titles of the

chapters of the report.

The eighth part of the document

is a list of the names of the

editors of the report.

The ninth part of the document

is a list of the titles of the

chapters of the report.

The tenth part of the document

is a list of the names of the

editors of the report.

The eleventh part of the document

is a list of the titles of the

chapters of the report.

3. The third part of the document

describes the methodology used in

the study and the results of the

analysis.

The fourth part of the document

discusses the implications of the

findings and the conclusions of the

study.

The fifth part of the document

contains a list of references and

an appendix of data.

The sixth part of the document

is a summary of the main findings

of the study.

The seventh part of the document

is a list of the authors' names

and their affiliations.

The eighth part of the document

is a list of the titles of the

chapters of the report.

The ninth part of the document

is a list of the names of the

editors of the report.

The tenth part of the document

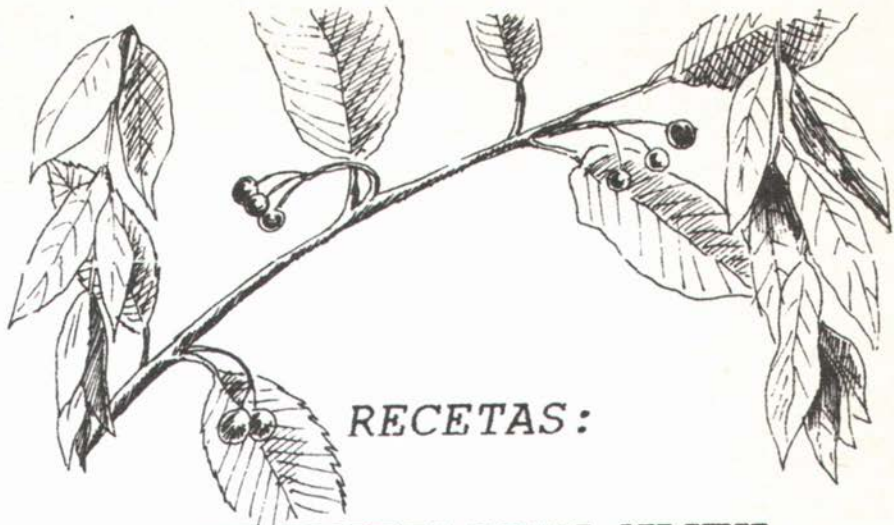
is a list of the titles of the

chapters of the report.

The eleventh part of the document

is a list of the names of the

editors of the report.



**RECETAS:**

**ORGANIZACION NAHUA  
DE MEDICOS DESCALZOS  
DE MONTE ALTO.**

**MUNICIPIO:**

**COSOLEACAQUE, VER.**



THE UNIVERSITY OF CHICAGO  
BOTANICAL GARDEN  
OF THE EASTERN STATES

CHICAGO, ILL.

1900

# Cocimientos

**Nombre Común: ACEITILLA**

**Nombre Nahuatl: Aceitilla**

**Usos y preparación:**

-Para el cerebro y los nervios.

Se hace un cocimiento de tres flores o una cucharada de la planta picada por una taza de agua y se toma de dos a tres tazas al día.

**Nombre Común: ACHIOTE**

**Nombre Nahuatl: Achiot**

**Usos y preparación:**

-Para el asma o el ahogo.

Se pone una pizca del polvo de la semilla en una taza de cocimiento de lechuga o sauco y se toma en ayunas.

- Para la úlcera y las llagas de la boca.

Se hacen buches con el cocimiento de las hojas varias veces al día.

-Para el dolor de garganta.

Se mezcla una pizca de polvo de las semillas, con una cucharada de vinagre y se hacen gárgaras varias veces al día.







**Nombre Común: ACUYO**

**Nombre Nahuatl: Agoyot**

**Usos y preparación:**

-Ayuda a la digestión, dolor de estómago y cabeza, también es útil para aliviar la tos y el asma.

Se hace un cocimiento con la mitad de la hoja en un litro de agua y se toma después de las comidas.

**Nombre Común: AGUACATE**

**Nombre Nahuatl: ahugat**

**Usos y preparación:**

-Para eliminar el piojo y la liendre.

Se utiliza el hueso del aguacate. Pícar cinco huesos de aguacate y un mazito de ruda. Se pone a hervir en medio litro de agua. Se debe lavar bien la cabeza untando jabón y luego aplicar el cocimiento como loción; envuelva la cabeza con un trapo limpio y déjelo toda la noche. Al otro día descubrirá en el trapo los piojos y las liendres muertos.

**Nombre Común: AJO**

**Nombre Nahuatl: Axox**

**Usos y preparación:**

-Para los parásitos, solitarias o alfilerillos.

Se hace un cocimiento de cuatro ajos machacados y dos cucharadas de azúcar, se cuele y se toma tibia por las noches antes de acostarse. La última noche se ponen además lavativas del mismo cocimiento, pero sin endulzar y se da una purga (ocho días después se da una toma de un frasco chico de aceite de oliva disuelto en jugo de naranja).

- Para la tosferina.

Se ponen a hervir ocho dientes pelados, un trozo de panela o piloncillo en un cuarto de litro de agua. Se cuele y se da una cucharadita tibia cada media hora. Ayuda el poner en el pecho del niño una bolsita o pomada de alcanfor.



**Nombre Común: ALBAHACA**

**Nombre Nahuatl: Albajaca**

**Usos y preparación:**

-Para la irritación de la garganta o anginas.

Se hace un cocimiento de seis hojas de albahaca en un cuarto de litro de agua. Se hierve durante cinco minutos, se enfría y se hacen gargaras varias veces al día.





**Nombre Común: AMOR SECO**

**Nombre Nahuatl: Amor Seco**

**Usos y preparación:**

-Para las diarreas.

Se hace un cocimiento con un mazito, en un litro de agua; se toma como agua de tiempo.

**Nombre Común: ARGEL**

**Nombre Nahuatl: Argel**

**Usos y preparación:**

-Para la mala digestión, la bilis, abrir el apetito.

Se hace un cocimiento de dos hojas para una taza de agua y se toman tres o cuatro tazas al día.

- Para la diabetes.

Se utilizan 5 grs. de hojas de argel, 5 grs. de damiana, 2 grs. de eucalipto, 8 grs. de aceitilla, todo esto se pone a remojar en un litro de agua durante una hora, enseguida se hierve durante cinco minutos; se deja reposar media hora y se cuela.

**Dosis:** Se toman cuatro vasos repartidos durante el día.

**Nombre Común: CINCO NEGRITOS**

**Nombre Nahuatl: Pzmaculj**

**Usos y preparación:**

-Para la tos o ahogo.

Se hace un cocimiento de las hojas en un litro de agua y se dá una cucharada cada cuatro horas.

**Nombre Común: COCO**

**Nombre Nahuatl: Coco**

**Usos y preparación:**

-Para que los alcohólicos dejen de tomar.

El agua de dos cocos se vacía en una olla de barro que esté nueva, se le agregan las cáscaras de cinco plátanos roatan y se ponen a hervir. Cuando suelte el hervor endulzar con azúcar morena o piloncillo. Dejar fermentar tres días, agregar una copita de cualquier licor, y dar al enfermo un vasito en ayunas durante nueve días.

**Nombre Común: CORAL**

**Nombre Nahuatl: Coral**

**Usos y preparación:**

-Para la sarna.

Se hace un cocimiento de las hojas y se enjuaga el cuerpo después de bañarse.

- Para los granos y las heridas.

Se hace un cocimiento en un litro de agua y se lavan los granos dos veces al día.

**Nombre Común: BERENJENA DE FLOR BLANCA**

**Nombre Nahuatl: Ajhuaxihuilt**

**Usos y preparación:**

-Para quitar el flujo y otras infecciones vaginales leves.

Se toma una planta de 5 ó 6 hojas con todo y raíz. Se lava bien y se hace un cocimiento en un litro de agua. Se deja entibiar y se le agregan dos cucharadas de vinagre de manzana. Se da un lavado vaginal o un baño de asiento durante 20 minutos en el agua tibia.

**Nombre Común: BONGOLOTE**

**Nombre Nahuatl: Bongolote**

**Usos y preparación:**

-Para controlar la diabetes.

Siete pedazos de corteza de bongolote se hierven en tres litros de agua. Se toma como agua de tiempo durante un año.

**Nombre Común: GAGAPACHE**

**Nombre Nahuatl: Gagapactzin**

**Usos y preparación:**

-Para controlar los nervios.

Se hace un cocimiento de ocho hojas en un litro de agua y se toma tres veces al día. También se pueden usar las flores.

-Para el insomnio.

Se realiza de la forma anterior y se toma antes de acostarse.

**Nombre Común: CUNDEAMOR**

**Nombre Nahuatl: Cundeamor**

**Usos y preparación:**

-Para la diabetes.

Se hace un cocimiento de nueve hojitas en una taza y media de agua, se toma media taza antes de cada comida durante nueve días, se descansan nueve días. Tomarlo así durante un tiempo largo con descanso de nueve días.

**Nombre Común: CHILE**

**Nombre Nahuatl: Chijli**

**Usos y preparación:**

-Para nacidos (granos), ganglios inflamados y hongos.

Se hace un cocimiento con las hojas y se lava la parte afectada, o se ponen lienzos tibios.

**Nombre Común: CHOCHITO, AJO.**

**Nombre Nahuatl: Totopoctzin, Axox.**

**Usos y preparación:**

-Para desinflamar las almorranas y quitar el prurito (comezón) de las partes genitales.

Las 40 hojas de chochito, una cabeza de ajo machacada y 2 cucharadas de linaza se hierven en cinco litros de agua.

**Dosis:** Se da un baño de asiento durante 20 minutos en agua tibia.

**Nombre Común:** CHOCHITO (cuayepo, tulipan, mazapan o manzanita roja).

**Nombre Nahuatl:** Totopochtlin

**Usos y preparación:**

-Desparasita y desinflama los intestinos.

Se hierven 5 hojas de la planta y una cucharada de linaza en un litro de agua. Se toma un vaso del cocimiento antes de cada comida, durante cinco días.

**Nombre Común:** CHOTETE

**Nombre Nahuatl:** Güexanxihuitl

**Usos y preparación:**

-Para quitar el dolor del cuerpo después del parto (quebranto).

Se utilizan siete plantas completas de chotete y un litro de agua.

Se lavan muy bien las plantas, se pican y se hierven.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo o se dan baños.

**Nombre Común:** DORMILONA, CHOTETE

**Nombre Nahuatl:** Miguilhulsti, Güexanxihuitl

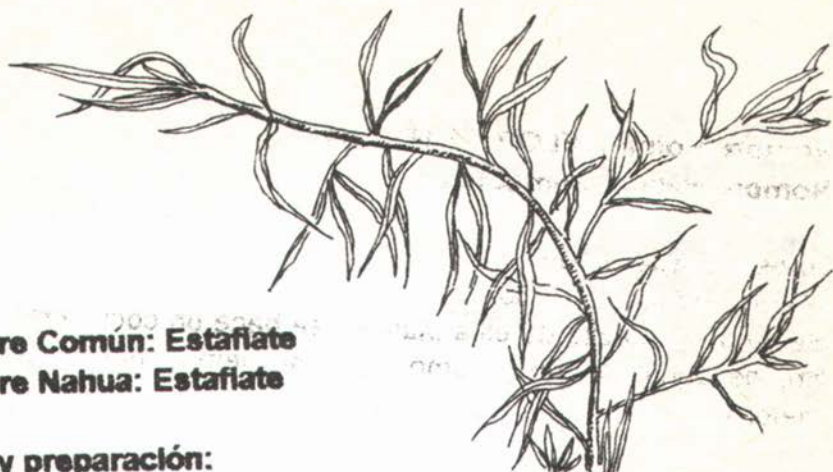
**Usos y preparación:**

-Para la diarrea.

Se hace un cocimiento con tres pedazos de raíz y un mazito de chotete en tres tazas de agua. Se toma tres veces al día.

- Para el dolor de cabeza y la calentura.

Se hace un cocimiento de la raíz en medio litro de agua y se toma media taza tres veces al día.



**Nombre Común: Estafiate**  
**Nombre Nahuatl: Estafiate**

**Usos y preparación:**

-Para los parásitos, falta de apetito y dolor de estómago.  
Se toma una pizca en una taza de agua y se hierve durante cinco minutos, se toma dos veces al día en ayunas.



**Nombre Común: EUCALIPTO**  
**Nombre Nahuatl: Eocalipto**

**Usos y preparación:**

-Para el catarro, tos, bronquitis o pulmonía.  
Se hace un cocimiento de dos hojitas por cada taza de agua y se toma de dos a tres veces al día.  
-Para el ardor al orinar o mal de orín.  
Se hace un cocimiento de ocho hojitas en un litro de agua y se toma como agua de tiempo.  
-Para las heridas infectadas, sangrado de encías y mal aliento.  
Se hace un cocimiento de tres hojitas en una taza de agua y se lava la herida dos o tres veces al día. Para la boca, se debe enjuagar con este cocimiento tres veces al día.  
-Para el flujo blanco.  
Se hace un cocimiento de un puño de hojas en un litro de agua y se realizan lavados.



**Nombre Común: FLOR DE MUERTO**

**Nombre Nahuatl: Sempohua**

**Usos y preparación:**

-Para controlar la presión.

Se corta un mazito de esta planta y se hace un cocimiento en un litro de agua, se toma como agua de tiempo hasta que haya mejoría.

**Nombre Común: HIERBA DE GOLONDRINA**

**Nombre Nahuatl: Totolxihuitl**

**Usos y preparación:**

-Para desinflamar los riñones.

Se hierve un mazo de hierbas de golondrina en cinco litros de agua, se toma como agua de tiempo hasta obtener alivio.

**Nombre Común: GUASIMO**

**Nombre Nahuatl: Cuayot**

**Usos y preparación:**

-Para la intoxicación por alimentos, la diarrea, la anemia y la debilidad.

Se machacan 100 gramos de frutos, se dejan remojar en un litro y medio de agua después se pone a hervir 30 minutos, se saca del fuego, se cuele, se endulza con miel de colmena y se toma cuatro veces al día.



**Nombre Común: HIERBA DULCE**  
**Nombre Nahuatl: Tzopelichuilt**

**Usos y preparación:**

-Para la bronquitis, la neumonía y la estimulación del flujo menstrual.

Se hace un cocimiento de un mazo pequeño de la planta en un litro de agua, y se toma tres veces al día, también se recomienda tomarla fresca.

**Nombre Común: MANO DE LEÓN**  
**Nombre Nahuatl: Acpattecuani**

**Usos y preparación:**

-Para curar el mal de orín.

Se utiliza una planta chica completa de mano de león, bien lavada y picada, se hierve en un litro de agua. Se toma como agua de tiempo hasta obtener alivio.

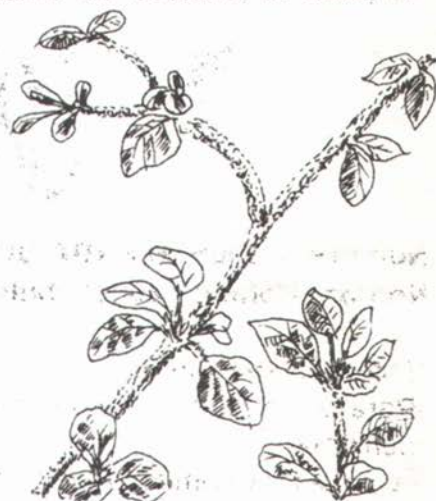
**Nombre Común: TACHICON**

**Nombre Nahuatl: Tachicón**

**Usos y preparación:**

-Para evitar el dolor de cintura:

Siete pedazos de corteza de tachicón se hierven en tres litros de agua. El paciente deberá tomar este cocimiento como agua de tiempo durante 21 días. Se recomienda tener un precepto sexual de 21 días. No debe de comer carne de cochino, ni chile, ni limón.



**Nombre Común: VERDOLAGA**

**Nombre Nahuatl: Verdolaga**

**Usos y preparación:**

-Para el tratamiento de enfermedades del hígado y los riñones.

Se corta un mazito de la planta y se pone a hervir en un litro de agua; tomar dos veces al día antes de los alimentos.



# Cataplasmas

**Nombre Común: ACHIOTE**

**Nombre Nahuatl: Achlot**

**Usos y preparación:**

-Para las quemaduras.

Se hace polvo la semilla, se mezcla con un poco de aceite de oliva hasta formar una pasta y se pone en la parte afectada.

- Para la erisipela.

Se ponen las hojas frescas en la parte enferma.

- Para el dolor de cabeza.

Se asan las hojas y se ponen como chiquiadores en las sienes.

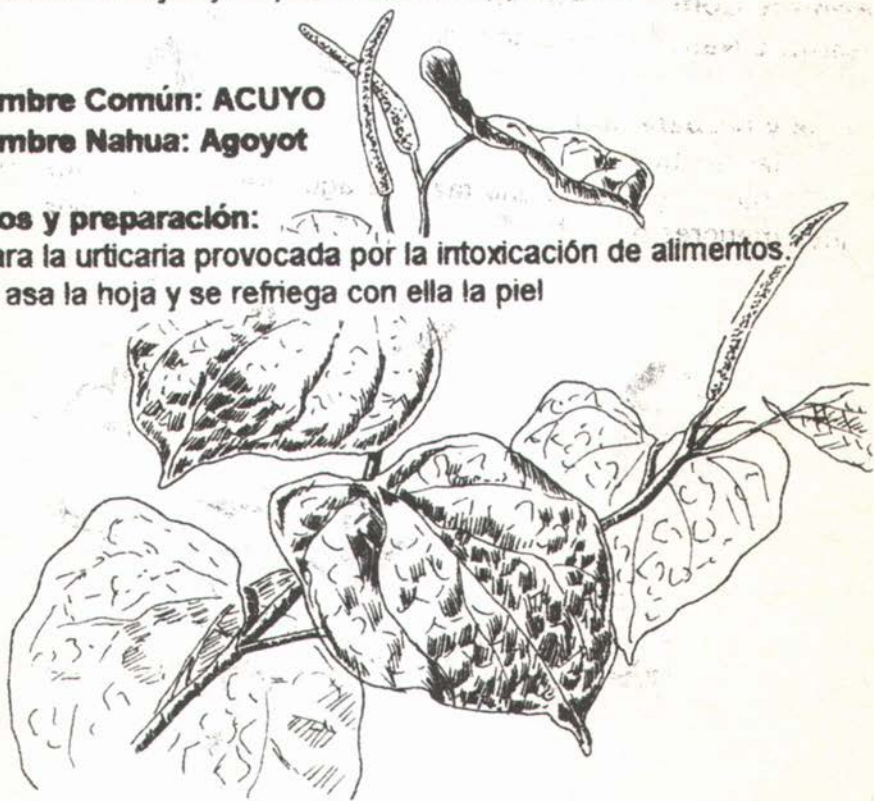
**Nombre Común: ACUYO**

**Nombre Nahuatl: Agoyot**

**Usos y preparación:**

-Para la urticaria provocada por la intoxicación de alimentos.

Se asa la hoja y se refriega con ella la piel



## Tinturas

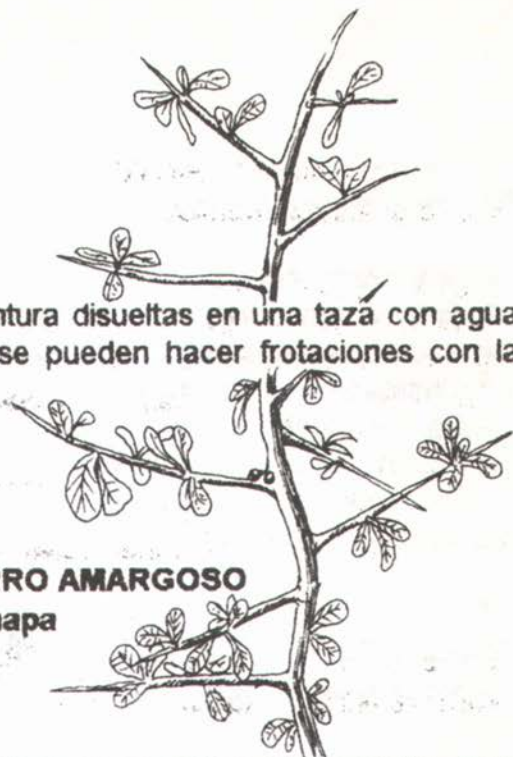
**Nombre Común: AJO**

**Nombre Nahua: Axox**

**Usos y preparación:**

-Para aliviar la reuma.

Se toman 20 gotas de la tintura disueltas en una taza con agua por las mañanas. También se pueden hacer frotaciones con la tintura en la parte adolorida.



**Nombre Común: CHAPARRO AMARGOSO**

**Nombre Nahua: Chichicchapa**

**Usos y preparación:**

-Para las amibas.

Se toman 20 gotas en una taza de agua tres veces al día. Para niños menores de siete años 10 gotas en una taza de agua.





**Nombre Común: CUNDEAMOR**

**Nombre Nahuatl: Condeamor**

**Usos y preparación:**

-Para la reuma e hinchazones.

Se hace una tintura con toda la planta y se frota en la parte enferma.

- Para los parásitos.

Se hace una tintura y se dan cinco gotas en agua una vez al día.

Los frutos si se comen en gran cantidad pueden hacer daño.



**Nombre Común: CORTEZAS DE CEDRO, CHIPILE, GUARUMBO O CHANCARRO, CHONTAL Y CORDONCILLO.**

**Nombre Nahuatl: Cedro, Cipilij, Aroncualit, Pitzot, Xajcuahuilt.**

**Usos y preparación:**

-Para el piquete de víbora.

Se utilizan 750 ml. de alcohol, 150 grs. de polvo (hecho a base de cortezas de cedro, chipile, guarumbo o chancarro, chontal y cordoncillo), 250 ml. de agua tibia, un envase de color obscuro (de preferencia). En el envase incluir todos los ingredientes, en primer lugar el alcohol, después el polvo y por último el agua tibia, reposar ocho días. Después puede ser utilizado.

**Dosis:** En una taza cafetera medir un cuarto y dárselo al paciente después de sacar la ponzoña del animal. En caso de dolor se repite la dosis hasta que éste desaparezca.



**Nombre Común: CORTEZA DE GRANADA**

**Nombre Nahuatl: Granada**

**Usos y preparación:**

-Para las amibas y la disentería.

Se ponen 250 grs. de corteza de granada picada en un frasco obscuro y se le agregan 750 ml. de alcohol y 250 ml. de agua hervida. Se deja reposar por quince días, agitándolo suavemente de un lado a otro una vez por día. Se da de tomar al paciente 20 gotas en una taza con agua, tres veces al día, durante siete días.

**Nota:** No deben de tomar esta tintura las mujeres embarazadas.



**Nombre Común: GUACO.**

**Nombre Nahuatl: Huaco.**

**Usos y preparación:**

-Para contrarrestar la mordedura de serpiente.

Se utilizan 250 grs. de raíz y hoja de guaco, 750 ml. de alcohol y 250 ml. de agua hervida. Todos los ingredientes se mezclan en un frasco oscuro, y se deja reposar durante quince días. Se saca y se cuele. La tintura se da a tomar al paciente 20 gotas en una taza de agua azucarada hasta quitar la ponzofia.

# Jabones



**Nombre Común: ARNICA, HOJA DE CAMARON.**  
**Nombre Nahuatl: Arnica, Chagajxihuilt.**

## Usos y preparación:

-Para la sarna, el salpullido, lavar heridas y granos.  
Se utilizan 8 jabones grandes rebanados, un mazo de árnica, un mazo de hierbas de hojas de camarón. Las hierbas se pican y se hierven en litro y medio de agua. Una vez colado el cocimiento se pone a la lumbre nuevamente y se le agrega poco a poco el jabón rebanado, batiéndose hasta que quede como crema. Se retira de la lumbre y se deja enfriar, después se coloca en los recipientes pertinentes.

**Dosis:** Debe lavarse con este jabón las partes afectadas. También se pueden utilizar las plantas de la tostadilla berenjena y la corteza del nacaxtle.





## Pomadas

**Nombre Común: CORAL**

**Nombre Nahuatl: Coral**

**Usos y preparación:**

-Para la sarna.

Se hace una pomada siguiendo las indicaciones ya mencionadas y se unta en las partes afectadas.

**Nombre Común: MAGUEY MORADO Y ARNICA**

**Nombre Nahuatl: Maguey morado, Arnica**

**Usos y preparación:**

-Para heridas y golpes.

Se utiliza un kg. de vaselina, un mazo de maguey morado, un mazo de árnica, 20 grs. de alcanfor. La vaselina debe derretirse, ya derretida se le agregan picados el árnica, el maguey morado y el alcanfor; ya que hirvió y se concentró se cuela, posteriormente se coloca en los recipientes pertinente



# Jugos

**Nombre Común: ALBAHACA**

**Nombre Nahuatl: Albajaca.**

**Usos y preparación:**

-Para el dolor de oído.

Se pone el jugo de la hoja en el oído afectado.

**Nombre Común: CINCO NEGRITOS.**

**Nombre Nahuatl: Pzmaculj.**

**Usos y preparación:**

-Para la comezón del cuerpo.

Se machacan las hojas y el jugo se unta en las partes afectadas.

**Nombre Común: CORAL**

**Nombre Nahuatl: Coral**

**Usos y preparación:**

-Para las heridas.

El jugo de las hojas machacadas se pone en las partes afectadas.

## OTROS

**Nombre Común: AJO**

**Nombre Nahua: Axox**

**Usos y preparación:**

-Para el flujo amarillo o verdoso

Se pela con mucho cuidado un diente de ajo cuidando de no rasgarlo, se envuelve en un trapito delgado bien limpio, se amarra con un hilo, de manera que al ponerse dentro de la vagina quede un pedazo del hilo afuera, se aconseja utilizar hilo fuerte.



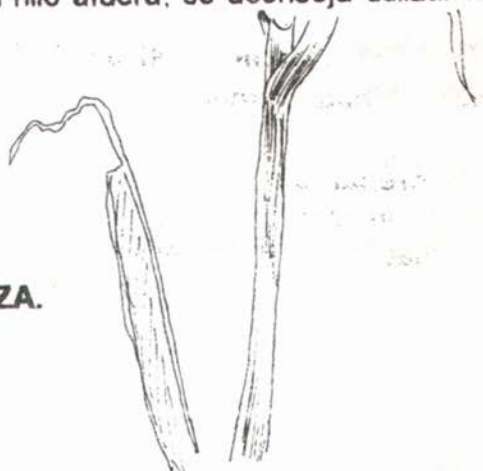
**Nombre Común: CALABAZA.**

**Nombre Nahua: Ayojti.**

**Usos y preparación:**

-Para los parásitos.

Se muelen 80 grs. de semillas crudas en un cuarto de leche fría, se toma un vaso antes de los alimentos durante tres días, el cuarto día se toma una purga en ayunas.



**Nombre Común: NOPAL.**

**Nombre Nahuatl: Nojpaj.**

**Usos y preparación:**

-Para la tuberculosis pulmonar.

Un nopalito tierno se abre por la mitad por el lado de adentro, se rallan en forma de cruz las dos mitades, se les untan miel de colmena y se cierran como si fuera una torta. Se deja al sereno toda la noche y se asan en lumbre de carbón. Se comen en ayunas durante un mínimo de 20 mañanas. Fortalece los pulmones y mata los virus.



1927  
1928

1929  
1930  
1931  
1932  
1933  
1934  
1935  
1936  
1937  
1938  
1939  
1940  
1941  
1942  
1943  
1944  
1945  
1946  
1947  
1948  
1949  
1950  
1951  
1952  
1953  
1954  
1955  
1956  
1957  
1958  
1959  
1960  
1961  
1962  
1963  
1964  
1965  
1966  
1967  
1968  
1969  
1970  
1971  
1972  
1973  
1974  
1975  
1976  
1977  
1978  
1979  
1980  
1981  
1982  
1983  
1984  
1985  
1986  
1987  
1988  
1989  
1990  
1991  
1992  
1993  
1994  
1995  
1996  
1997  
1998  
1999  
2000  
2001  
2002  
2003  
2004  
2005  
2006  
2007  
2008  
2009  
2010  
2011  
2012  
2013  
2014  
2015  
2016  
2017  
2018  
2019  
2020  
2021  
2022  
2023  
2024  
2025



RECETAS:

ORGANIZACION DE MEDICOS  
TRADICIONALES  
ZOQUE-POPOLUCA DE  
SANTA ROSA LOMA LARGA.

MUNICIPIO:

HUEYAPAN DE OCAMPO, VER.

STATION 1000 31  
JULY 1900  
ALBA

RE 1000 31

# Cocimientos

**Nombre Común: BALSAMILLO, SERPENTINA ROJA.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Balsamill tsay, Ji'pak moya.**

## Usos y preparación:

16. Para que la fiebre desaparezca. Se utilizan 100 grs. de raíz de balsamillo, 1 planta de serpentina roja, un litro y medio de agua; se deja hervir hasta que al consumirse quede un litro de agua.

**Dosis:** Se toma medio vaso tres veces al día media hora antes de cada comida hasta que la fiebre desaparezca. Es la misma dosis para niños, jóvenes y adultos.

**Nombre Común: CACAPACHE, NARANJA AMATECA.**

**Nombre Zoque-Popoluca: kakapachi', tam tso'otso.**

## Usos y preparación:

Para el insomnio. Se utilizan 2 hojas de cacapache, 7 hojas de naranja amateca, 1 litro de agua. Se hierve esto en el litro de agua.

**Dosis:** Media hora antes de acostarse tomar medio vaso, y durante el día tres tomas media hora antes de cada alimento, hasta que se pueda dormir de manera normal.



**Nombre Común: CAOBA**

**Nombre Zoque-Popoluca: Ka'uba**

**Usos y preparación:**

Para curar las hemorragias. Se hierven 100 grs. de corteza de caoba en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo hasta que desaparezcan las molestias.

**Nombre Común: CASCARUDO O CHICO MARIA.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Cascarudo o Chico María.**

**Usos y preparación:**

-Para curar la disentería o las diarreas. Se hierven los pedazos de corteza del árbol cascarudo o chico maría en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo.

**Nombre Común: CIRUELA AMARILLA.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Pu'ch Jamx+n pi'chku**

**Usos y preparación:**

-Para el estreñimiento o suspensión de orín.

Se utilizan 100 grs. de hojas de la ciruela amarilla, medio litro de agua y 3 cucharaditas de aceite de oliva, las hojas se hierven en el agua y se divide el líquido en 2 tomas. La primera se le agrega el aceite de olivo, la segunda se toma sola.

**Nombre Común: COACHALALATE, CANCERINA, MANZANILLA.**

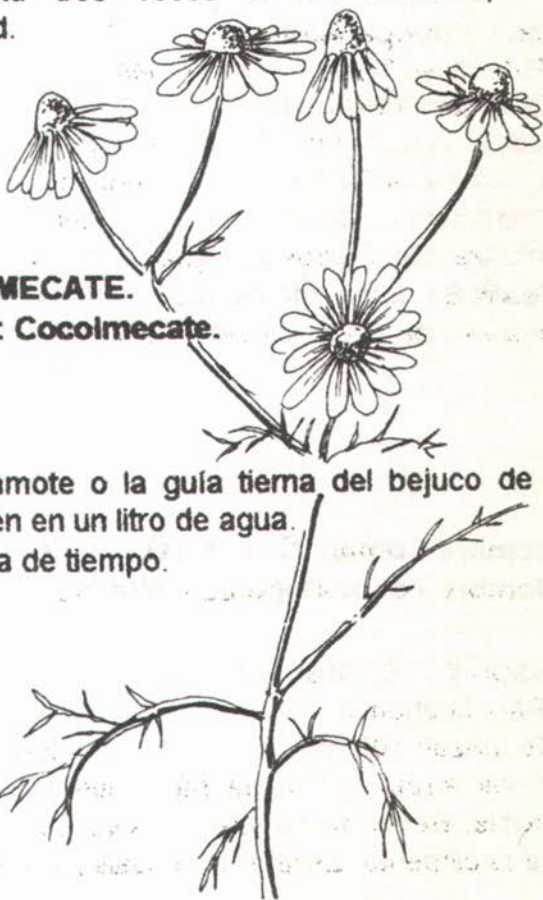
**Nombre Zoque-Popoluca: Koachalalaty, Kanserina, Manzanilla.**

**Usos y preparación:**

-Para la leucorrea (algodoncillo), inflamaciones de golpes, inflamación del útero.

Se utilizan 15 grs. de corteza de coachalalate, 15 grs. de cancerina, un mazo de manzanilla, 2 litros de agua, nuez moscada. Todos los ingredientes se hierven, menos la nuez moscada. Ya hervido se le agrega una pizca de polvo de nuez moscada.

**Dosis:** Tomar una copita tres veces al día hasta que desaparezca la enfermedad.



**Nombre Común: COCOLMECATE.**

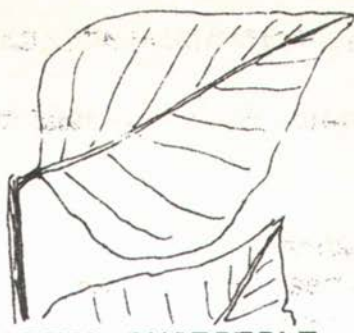
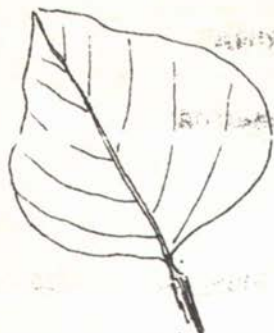
**Nombre Zoque-Popoluca: Cocolmecate.**

**Usos y preparación:**

-Para curar la anemia.

Se utilizan 200 grs. de camote o la guía tierna del bejuco de cocolmecate rojo, se hierven en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo.



**Nombre Común:** COLORIN REAL, CUATOTOLE, TACHUELILLO, CONTRABLANCA, CANCERINA, CHICOZAPOTE.

**Nombre Zoque-Popoluca:** Maykuy, Montsay, Tachuellillo, Po'op kontra, kanserina, JIya'.

**Usos y preparación:**

-Para desinflamar el vientre después del parto

Se utilizan tres pedazos de 2 cms. de corteza de colorin real, dos pedazos de 2 cms. de raíz de cuatotole, un pedazo de 2 cms. de la corteza del tachuelillo, un pedazo de 1 cm. de la cáscara de la contrablanca, 3 cms. de cancerina, corteza de 2 cms del chicozapote, 2 litros de agua. Se hierve lo anterior en el agua.

**Dosis:** Se toma media taza durante los primeros quince días después del parto, cuando termina el sangrado se deja de tomar.



**Nombre Común:** CUATOTOLE

**Nombre Zoque-Popoluca:** Montsay

**Usos y preparación:**

-Para la anemia.

Se utilizan 100 grs. de raíz de cuatotole, un litro y medio de agua. Hervir la raíz en el agua, hasta que quede un litro de agua.

**Dosis:** Beber medio vaso, tres veces al día, media hora antes de cada alimento. Es la misma dosis para niños, jóvenes y adultos.



**Nombre Común: ELOTE, CEBADA, ALFALFA, HIERBA DE LA GOLONDRINA.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Mañmok, Cebada, Alfalfa, P+m t+xay'**

**Usos y preparación:**

-Para eliminar arenillas y cálculos de las vías urinarias y riñones.

Se utilizan 10 gramos de cabellos de elote; se ponen a cocer en el litro de agua, se le agrega la cebada, la alfalfa y la golondrina.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo.



**Nombre Común: ENCINO BLANCO.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Po'op yoj.**

**Usos y preparación:**

-Para curar el vómito de sangre.

El tallo del encino blanco se hierve en un litro de agua. Se debe tomar una copa grande de este cocimiento.

**Dosis:** Se toma antes de cada comida, hasta que se cure la hemorragia.



**Nombre Común:** EUCALIPTO, BUGAMBILIA MORADA, ZABILA.

**Nombre Zoque-Popoluca:** Eukalliptuj, Bugambilla Morada, Piyu' Mayney.

**Usos y preparación:**

-Para el asma y la tos.

Se utilizan 15 hojas de eucalipto, 100 grs. de flor de bugambilia morada, 100 grs. de canela, 10 cms. de la punta de zábila, un litro y medio de agua, azúcar o miel al gusto. Se ponen a hervir los ingredientes en el agua, a manera que quede un litro de agua. Ya hervido se cuela, y se agrega azúcar o miel al gusto para endulzar.

**Dosis:** Una cucharada sopera para adultos. Menores de 15 años media cucharada sopera, se toma tres veces al día, en la mañana, al mediodía y en la tarde

**Nombre Común:** HELECHO ARBORESCENTE.

**Nombre Zoque-Popoluca:** Lupujti' chimang.

**Usos y preparación:**

-Para fortalecer el pulmón.

Se utiliza un litro de agua, 100 grs. de corteza de helecho arborescente; se hierve la corteza en el agua, ya hervido se retira del fuego.

**Dosis:** Tomar un vaso, tres veces al día. Es la misma dosis para niños, jóvenes y adultos.

**Nombre Común: LIMONCILLO**

**Nombre Zoque-Popoluca: Limungku**

**Usos y preparación:**

-Para curar el dolor de vientre o estómago.

Se hierve la corteza de limoncillo en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo.

**Nombre común: MANGLE ROJO**

**Nombre Zoque-Popoluca: Tsabats Mangle**

**Usos y preparación:**

-Para curar heridas infectadas.

Se lava primero la herida con agua tibia, sal y jabón. Se hierve la cáscara del mangle rojo en un litro de agua. Cuando el agua esté tibia se aplica a la herida.

**Nombre Común: MANGO CRIOLLO, BALSAMILLO, BEJUCO CUATOTOLE.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Yoya' Manggu', Balsamillu Tsay, Mongtsay'.**

**Usos y preparación:**

-Para la disentería.

Se utilizan 50 grs. de corteza de mango criollo, 50 grs. raíz de bejuco balsamillo, 50 grs. raíz de bejuco cuatotole, un litro de agua. Se hierve todo en el litro de agua, a manera de quedar medio litro de agua, se cuela y se deja enfriar.

**Dosis:** Se toma medio vaso tres veces al día. Es la misma dosis para niños, jóvenes y adultos, hasta que la disentería desaparezca.

**Nombre Común: NARANJA**

**Nombre Zoque-Popoluca: Tsotso'**

**Usos y preparación:**

-Para el dolor de garganta.

Se cortan siete hojas de naranja y se ponen a hervir junto con el agua, una vez que ya se extrajo el jugo de las hojas se le agrega un poco de canela.

**Dosis:** Se empieza a tomar por cucharadas hasta que el dolor se quite.

**Nombre Común: NAZARENO BLANCO.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Po'op Nazareno**

**Usos y preparación:**

-Para lavar heridas.

Se hace un cocimiento con 100 grs. de corteza de nazareno blanco en un litro de agua. Con esta agua hervida y el jabón para heridas se lava la parte afectada.

**Nombre Común: PALO MULATO.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Ts+k'**

**Usos y preparación:**

-Para quitar la calentura.

Se utiliza un puño de hojas tiernas del palo mulato para hacer un cocimiento en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo hasta desaparecer la calentura

**Nombre Común: RETAMO**

**Nombre Zoque-Popoluca: Retamo**

**Usos y preparación:**

-Para curar la disentería.

Se hierven 100 grs. de corteza de retamo, en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo hasta que desaparezca.

**Nombre Común: TACHUELIN, RETAMO.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Tachuelín, Retamo.**

**Usos y preparación:**

-Para eliminar la diarrea.

Se utilizan 50 grs. corteza de tachuelín, 50 grs. corteza de retamo, un cuarto de litro de agua: se hierven ambas cortezas en el agua.

**Dosis:** La cuarta parte de un vaso, se toma tres veces al día hasta que se quite la diarrea, para niños, jóvenes y adultos es la misma dosis.



**Nombre Común: TACHUELILLO**

**Nombre Zoque-Popoluca: Tachuelillo**

**Usos y preparación:**

-Para la hemorragia nasal, vaginal y el mal de orin. Se utilizan 100 grs. de corteza de tachuelillo, un litro y medio de agua. La corteza del tachuelillo picada se hierve en el agua, y se deja hervir hasta que quede un litro de agua.

**Dosis:** Se toma medio vaso, tres veces al día, media hora antes de cada comida, hasta que desaparezca. Es la misma dosis para niños, jóvenes y adultos.

**Nombre Común: TEPEJILOTE DE CEPA**

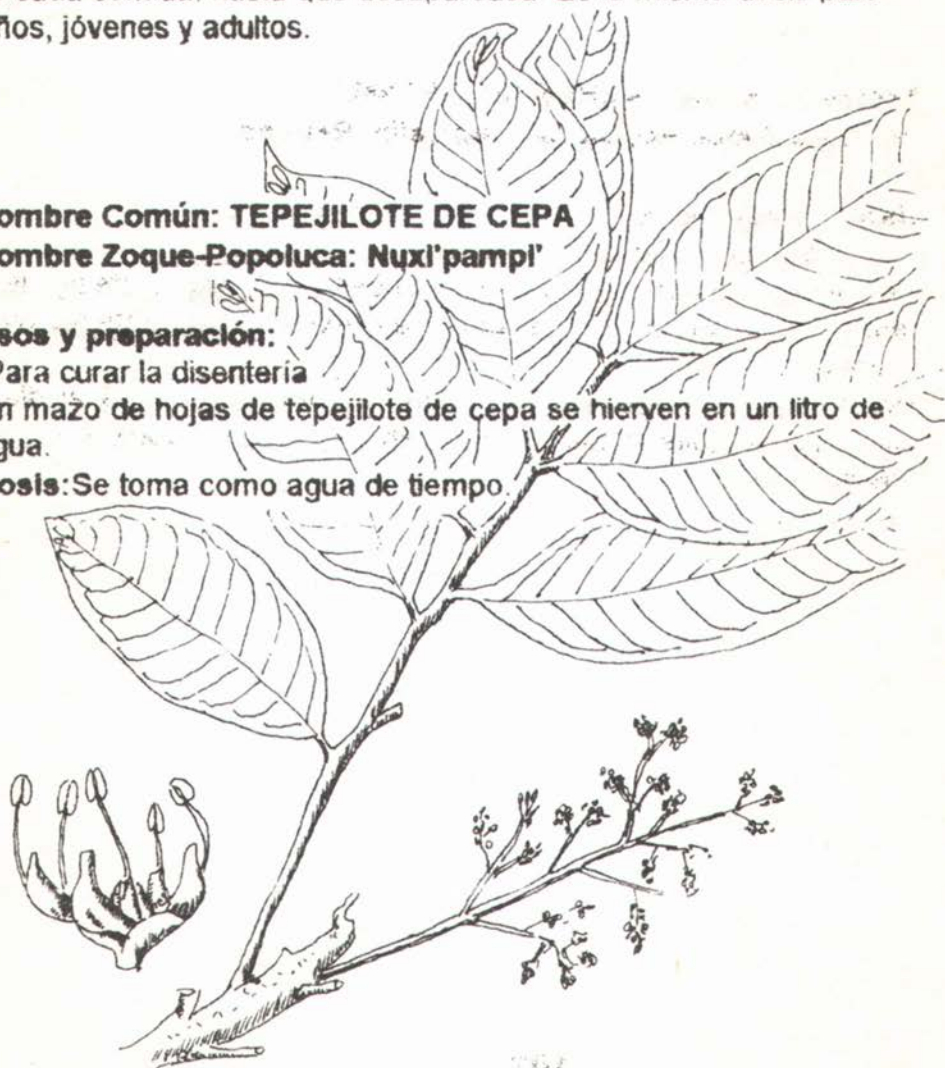
**Nombre Zoque-Popoluca: Nuxl'pampi'**

**Usos y preparación:**

-Para curar la disenteria

Un mazo de hojas de tepejilote de cepa se hierven en un litro de agua.

**Dosis:** Se toma como agua de tiempo.



# Cataplasma

**Nombre Común: CEDRO, AGUACATE, MANGO CRIOLLO, BERENJENA, CORAL, AGUACATILLO, NARANJA AMATECA**  
**Nombre Zoque Popoluca: A'kuy, Kuyty+m', Yoya' Manggu', Mu'tsjeykuy, Xiñchu'ixkuy, Kille'aguakate, Tam Tso'otso.**

## Usos y preparación:

-Para desinflamar partes afectadas por golpes, torceduras y fracturas. Se utilizan 40 grs. de corteza de cedro, 40 grs. de corteza de aguacate, 40 grs. de corteza de mango criollo, 50 grs. de raíz de la berenjena, 50 grs. de raíz del coral, 7 hojas de aguacatillo, 7 hojas de naranja amateca o naranja injerta, un litro de agua y 100 grs. de sal. Todo esto se hierve, ya que hirvió se le agrega la sal; la parte afectada se coloca sobre el cocimiento para recibir el vapor cubriéndolo con un trapo limpio, después de lo anterior, ya que el cocimiento esté tibio, se ponen fomentos, posteriormente se seca el brazo y se venda.



**Nombre Común: CORDONCILLO**

**Nombre Zoque Popoluca: Cordoncillo**

**Usos y preparación:**

-Para sanar heridas de cortadas o proyectiles.

Primero se lava la herida con un cocimiento de árbol de nazareno. Después se utilizan tres hojas de cordoncillo, -bien lavadas-, posteriormente se colocan sobre la herida, por último se venda el lugar de la parte afectada; este procedimiento se realiza cada 24 horas hasta que la herida sane.

**Nombre Común: COYOLILLO.**

**Nombre Zoque Popoluca: Chok'choday'.**

**Usos y preparación:**

-Para curar heridas o cortadas.

Se utilizan las hojas de coyolillo necesarias y se ponen a tostar en el comal, después se muelen para la obtención de polvo. El polvo se aplica sobre la herida o cortada hasta sanar.

-Para detener la hemorragia de alguna herida.

La planta de coyolillo se muele y se aplica en la parte herida para detener la hemorragia.



**Nombre Común:** LIMON AGRIO, PLANTA MORADA, PLANTA VERDE Y MARAVILLA, BEJUCO CHIPILE.

**Nombre Zoque Popoluca:** katsu' Píxkuy, Planta Morada, Planta Verde y Maravilla, Tsu'us Kuy'tsay.

**Usos y preparación:**

-Para curar la disipela.

El jugo de cinco limones agrios, un cuarto de aguardiente, 100 grs. de planta morada, 100 grs. hoja de limón, 100 grs. de planta verde, 100 grs. de planta maravilla, 100 grs. de bejuco chipile. Se muelen las plantas, ya molidas se le agrega el jugo de los limones y el aguardiente, todo se debe mezclar. Partir en rodajas los limones de los cuales se extrajo el jugo. Se coloca el cataplasma en la parte afectada, y encima de éste colocar las rebanadas de limón, después debe vendarse. Continuar con las curaciones hasta sanar.



**Nombre común:** MAGUEY MORADO.

**Nombre Zoque Popoluca:** Maguey Morado.

**Usos y preparación:**

-Para utilizar en partes inflamadas.

Una o dos hojas de maguey morado, 1 hoja de plátano o de berenjena. Las hojas de maguey se muelen, ya molidas se colocan en cataplasmas sobre las partes inflamadas, se cubre con la hoja de plátano o de berenjena, se realiza una y otra vez hasta que baje la inflamación.

**Nombre Común: MAYORGA, LIMON.**

**Nombre Zoque Popoluca: Mayorga, Pixkuy.**

**Usos y preparación:**

-Para curar la erisipela y los nacidos (granos).

Se cortan las hojas de mayorga, las que se necesiten, y se muelen hasta quedar una masa, se le agrega el jugo de limón y un poco de aguardiente de tal forma que se empape la masa. Esta se pone en un trapo limpio y se coloca en la parte afectada.

-Para las anginas.

Se muele la planta hasta convertirse en masa, y luego se le agrega un poco de aguardiente. Se coloca el cataplasma debajo del cuello donde están las anginas hasta obtener alivio.

**Nombre Común: ZABILA**

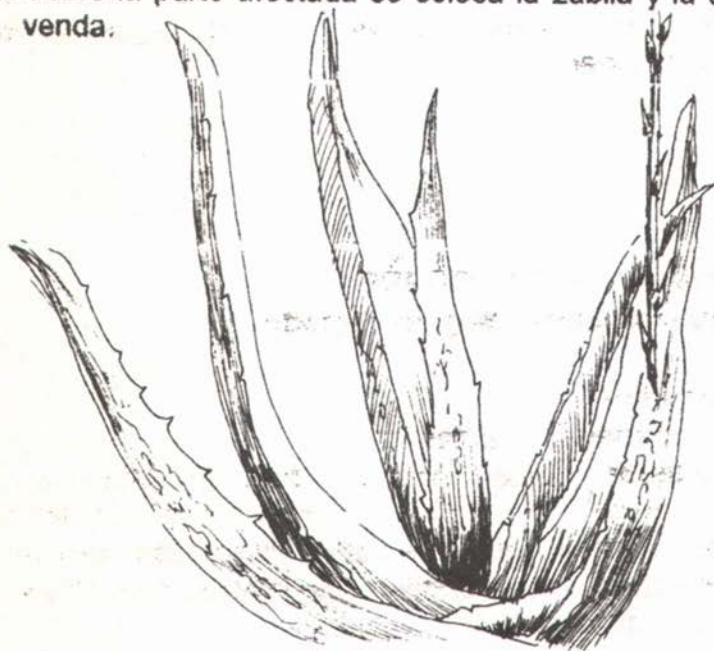
**Nombre Zoque Popoluca: Piyu' Maguey**



**Usos y preparación:**

-Para quitar el dolor de golpes, torceduras y fracturas.

Sobre la parte afectada se coloca la zábila y la sal, después se venda.



# Jarabes

**Nombre Común: EPAZOTE, HIERBABUENA.**

**Nombre Zoque Popoluca: Epasujt, Hierbabuena.**

## **Usos y preparación:**

-Para desparasitar.

Se utilizan 100 grs. raíz de epazote, 100 grs. de hierbabuena, un cuarto de azúcar, un diente de ajo pelado, se hierven en un litro de agua y se le agrega la azúcar; bien hervido se retira del fuego, se cuela, se deja enfriar y luego se envasa.

**Dosis:** Medio vaso tres veces al día, media hora antes de cada comida, durante tres días.

**Nombre Común: RABANO**

**Nombre Zoque Popoluca: Rábano**

## **Usos y preparación:**

-Tónico para la anemia

Se utilizan 500 grs. de cáscara de rábano; 5 lts. de agua, 500 ml. alcohol; 2.500 grs. azúcar; se ponen a hervir las cáscaras junto con el agua. Ya hervido se cuela. Estando tibio se le agrega azúcar. Se deja reposar 24 hrs., pasado este tiempo se le agrega el alcohol. Luego se envasa.

**Dosis:** Se utiliza para la anemia, para niños desnutridos y para el ardor de pulmón una cucharada cada 12 horas.

# Tinturas

**Nombre Común: ALBAHACA, RUDA Y ROMERO.**

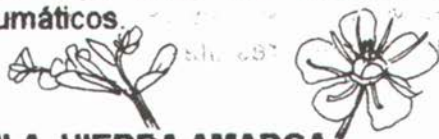
**Nombre Zoque- Popolucua: Albahaca, Ruda y Romero.**

## **Usos y preparación:**

-Unción para el dolor del cerebro, calambres, torceduras y dolores reumáticos.

Se utiliza albahaca, ruda, romero y un litro de alcohol, se pican las plantas y se colocan en el alcohol en partes iguales y se deja reposar por ocho días, mover una vez por día suavemente de un lado a otro.

**Dosis:** Se unta donde haya dolor del cerebro, calambres, torceduras o dolores reumáticos.

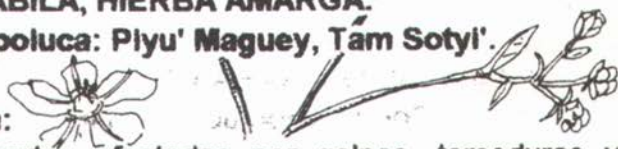


**Nombre Común: ZABILA, HIERBA AMARGA.**

**Nombre Zoque -Popolucua: Piyu' Maguey, Tám Sotyl'.**

## **Usos y preparación:**

-Para desinflamar partes afectadas por golpes, torceduras y fracturas. Se pica una penca de zábila, 150 grs. de hierba amarga, una pastilla de alcanfor y se mezcla en medio litro de alcohol y se deja reposar 4 días. Se colocan sobre la parte afectada fomentos, hasta que haya mejoría.



# Jabones

**Nombre Común:** ARNICA, ZABILA, LLORASANGRE.

**Nombre Zoque-Popoluca:** N+ 'tamchik', Piyu' Maguey, N+ 'p+ñay.

**Usos y preparación:**

-Para sarna, heridas y llagas.

Se utilizan 8 jabones grandes, 225 grs. de árnica; 225 grs. de zábila; 225 grs. de llorasangre, en litro y medio de agua las hierbas se ponen a cocer. Ya cocidas se cuelan y con el agua de estas hojas se pone a derretir el jabón. Ya derretido se retira de la lumbre. Se deja enfriar un poco y se coloca en los recipientes pertinentes. Debe lavarse con este jabón las partes afectadas.

## Pomadas

**Nombre Común:** EUCALIPTO, PALO DE BALSAMO, PALO DE OCOTE.

**Nombre Zoque-Popoluca:** Eukallptuj, Kuy Bálamo, Chinkuy'.

**Usos y preparación:**

-Para reumatismo.

Se utilizan 50 grs. de hoja de eucalipto; 50 grs. palo de bálsamo; 50 grs. palo de ocote; un kg. de vaselina; 20 grs. de alcanfor; se pone a derretir la vaselina, ya derretida se incluyen las hojas y las cortezas, después el alcanfor molido. Se cuela y se coloca en recipientes pertinentes.



## Jugos

**Nombre Común: CIRUELA AMARILLA.**

**Nombre Zoque-Popoluca: Pu'ch Jamx+n P+chkuy.**

### Usos y preparación:

-Para la calentura o fiebre alta.

Se utilizan 100 grs de hojas de la ciruela amarilla, medio litro de agua, azúcar al gusto. Las hojas se machacan, del jugo que se obtiene se le agrega el medio litro de agua y el azúcar. Del líquido obtenido se divide en 4 dosis y se toma cada 4 ó 6 horas.

**Nombre Común: JICARA**

**Nombre Zoque Popoluca: Jeepe'**

### Usos y preparación:

-Para el dolor de oído.

La flor de jícara se calienta, ya tibio el jugo de ésta se exprime gota por gota en el oído adolorido.



**Nombre Común: COLA DE ARMADILLO.**

**Nombre Zoque- Popoluca: Ní'ts Tutsay'.**

**Usos y preparación:**

-Para desaparecer el dolor de oído o zumbido.

De la planta de armadillo se extrae el líquido. Posteriormente se aplica en el oído doloroso hasta que se mejore.

**Nombre Común: COCUITE**

**Nombre Zoque- Popoluca: Paki'.**

**Usos y preparación:**

-Para dolores de cabeza o alta temperatura.

Se cortan las hojas tiernas del árbol del cocuite, con ellas se hace el jugo y se toma. Las hojas machacadas con las que se realizó el jugo se ponen en una cubeta con agua y con ésta se moja la cabeza.



## Baños Medicinales

**Nombre Común: EPAZOTE**

**Nombre Zoque- Popoluca: Epasujt.**

### Usos y preparación:

-Baño para la desintoxicación.

Se toman un mazo de ramas de epazote y se machaca en una cubeta hasta que despida todo líquido que contenga. Posteriormente se le agrega agua. Se baña al paciente intoxicado. Los baños pueden repetirse hasta que el paciente se desintoxique.



**Nombre Común: FLOR DE MUERTO.**

**Nombre Zoque- Popoluca: Puch Tsuts Moya'.**

### Usos y preparación:

-Baño para la desintoxicación.

La planta de flor de muerto se empieza a machacar en la cubeta con agua, después de haber extraído el líquido de la planta se baña al paciente intoxicado. Este baño también se puede realizar cuando el paciente esté tomando medicamentos de farmacia y no se haya cuidado en ingerir bebidas alcohólicas o picante y se empiece a hinchar o a intoxicar.



**Nombre Común:** ROMERO, ALBAHACA CIMARRON, AZAFRAN, SALVIA.

**Nombre Zoque- Popoluca:** Romero, Simarrung Albahaka', Azafrán, Salviay.

**Usos y preparación:**

-Baño para después del parto.

Se utilizan tres ramas de romero, tres ramas de albahaca cimarrón, un mazo de hoja de azafrán, dos ramas de salvia, seis litros de agua, se hierven las hojas en el agua, se deja entibiar y con esta agua se baña la paciente. La paciente se debe de bañar el cuerpo con esta agua, en la cabeza puede utilizar agua fría.

**Nombre Común:** TACHINOLE BLANCO, MALVA DE COCHINO, HOJAS DE NARANJO.

**Nombre Zoque-Popoluca:** Po'op Pokkuy, Yoya Malva, Tosotso'ay.

**Usos y preparación:**

-Baño para combatir la inflamación del ovario.

Se utiliza un mazo de hojas de tachinole blanco, un mazo de malva de cochino y un puño de hojas del naranjo, se hierven las tres plantas juntas en una cubeta con agua. Cuando el agua esté tibia se dan baños de asiento a la persona dos o tres veces en tres semanas.

## Otros

**Nombre Común: AGUACATE**

**Nombre Zoque Popoluca: Kuyty+m'.**

### Usos y preparación:

-Ungüento para golpes, torceduras y fracturas.

Se utilizan hojas de aguacate, sal, pomada "siete flor" y pomada de "cogote y vibora". Las hojas de aguacate se secan, se unta las dos pomadas, se pone sal y las hojas de aguacate, posteriormente se venda.

**Nombre Común: BALSAMO, ROMERO, RUDA.**

**Nombre Zoque- Popoluca: Bálsamo, Romero, Ruda**

### Usos y preparación:

-Unción de bálsamo para el dolor de piernas, brazos o pies

Se utilizan 100 grs. de corteza de bálsamo, 100 grs. de romero, 50 grs. de ruda, dos pastillas de alcanfor, un litro de alcohol. Se pican finamente la corteza, el romero y la ruda y junto con las pastillas de alcanfor se le agregan al alcohol; después se coloca todo esto en un envase y se deja reposar por siete días, moviéndolo diariamente de un lado hacia otro. Pasado este tiempo ya se puede utilizar. Se unta con un algodón en la parte donde hay dolor de piernas, brazos y pies.



**Nombre Común: CEDRO**

**Nombre Zoque-Popoluca: A'kuy.**

**Usos y preparación:**

-Unción para golpes de caídas.

La corteza de cedro se hierve en un litro de agua y se le pone sal. Una vez hervido se empieza a dejar que se consuma a la mitad. Lo restante del hervido se unta en las partes del cuerpo que están golpeadas -de preferencia tres veces al día- hasta quedar bien.

**Nombre Común: CHANCARRO.**

**Nombre Zoque- Popoluca: Ma'ats.**

**Usos y preparación:**

Para quitar el dolor de cabeza o zumbido del oído Se escoge el árbol de chancarro más grande, se troza y el agua que sale del árbol se junta en una cubeta, después se moja la cabeza. Esto servirá para aliviar el dolor de cabeza o el zumbido del oído.

**Nombre Común: HIERBA MARTINA**

**Nombre Zoque- Popoluca: Tsuts Petkuy'.**

**Usos y preparación:**

-Para desaparecer las verrugas.

El uso de esta planta está ligado al ciclo lunar. Durante la ida de la luna, esta planta se talla sobre las verrugas, esto se realiza siete veces y desaparecen las verrugas.

**Nombre Común: HIERBA SALADA.**  
**Nombre Zoque- Popoluca: Kana'ay.**

**Usos y preparación.**

-Para el dolor de muelas.

La hierba salada se mastica del lado de la muela afectada; o bien se muele para obtener una masa y se aplica en la muela afectada.

**Nombre Común: MALVA DE COCHINO.**

**Nombre Zoque- Popoluca: Yoya Malva.**

**Usos y preparación:**

-Para aliviar el dolor de estómago.

El ramo de esta planta se calienta sobre las brasas. Se empieza a tallar esta planta caliente sobre la parte del estómago y se alivia el dolor.

# INDICE DE ENFERMEDADES

NOMBRE	PAGINA
Asma o ahogo .....	70,71,74,94,99
Amibas .....	83,85
Abrir el apetito .....	73,78
Almorranas.....	76
Anemia .....	79,96,97,108
Baños, después del parto.....	114
Baños, para desintoxicar .....	113
Baños para combatir inflamación del ovario .....	114
Bilis.....	73
Catarro .....	78
Cálculos, de las vías urinarias.....	98
Cálculos, de los riñones.....	98
Controlar la presión .....	79
Controlar los nervios .....	70,75
Comezón del cuerpo.....	88
Comezón de los genitales.....	76
Debilidad .....	79
Dejar de beber (alcohólicos) .....	74
Desintoxicar.....	113
Diarrea .....	73,77,79,95,102
Diabetes .....	73,75,76
Digestión, mala.....	71,73
Disentería .....	85,95,100,102, 103,112
Dolor de garganta.....	70,72,101
Dolor de oído .....	88,111,112
Dolor de estómago.....	71,78,117
Dolor de cuerpo, después del parto .....	77
Dolor de cabeza .....	71,77,82,112,116
Dolor de cintura .....	81
Dolor de vientre.....	100
Dolor por golpes, torceduras o fracturas.....	107,109
Dolor de cerebro .....	109
Dolor reumático .....	109
Dolor por calambres.....	109
Dolor de muelas.....	117



Erisipela.....	82,106,107
Estreñimiento.....	95
Fiebre.....	77,94,101,111
Fortalecer los pulmones.....	70,99
Fortalecer el cerebro.....	70
Flujo (infecciones vaginales).....	75
Flujo blanco.....	78
Flujo menstrual.....	80
Flujo amarillo o verdoso.....	89
Ganglios inflamados.....	76
Golpes.....	87
Heridas.....	74,87,88,105, 110
Heridas infectadas.....	78,100
Heridas, sanar.....	105
Heridas, lavar.....	86,101
Hemorragias.....	95
Hemorragia nasal.....	103
Hemorragia vaginal.....	103
Hemorragia por heridas.....	105
Hígado, enfermedades del.....	81
Hongos.....	76
Inflamaciones.....	106
Inflamación del intestino.....	77
Inflamación del riñón.....	79
Inflamación por golpes, torceduras, fracturas.....	96,104,109
Inflamación del útero.....	96,97
Inflamación de los ovarios.....	114
Insomnio.....	75,94
Intoxicación por alimentos.....	79
Leucorrea (algodoncillo).....	96
Llagas.....	110
Llagas en la boca.....	70
Mal de orín.....	78,80,103
Mal aliento.....	78
Nacidos (granos).....	74,76,107
Neumonía.....	80
Parásitos.....	72,77,78, 84,89,108
Piojos y liendres.....	71
Piquete de víbora.....	84,85
Pulmonía.....	78

Quemaduras .....	82
Reúma e hinchazones .....	83,84,110
Riñones, enfermedades de los .....	81
Sarna.....	74,86,110
Salpullido.....	86
Sangrado de encías.....	78,87
Solitaria o afilerillo .....	72
Suspensión de orín.....	95
Tos .....	71,74,78,
	99
Tosferina.....	72
Tuberculosis pulmonar.....	90
Úlcera.....	70
Urticaria, provocada por alimento .....	82
Ungüento para golpes, torceduras y fracturas .....	115
Ungüento para dolor de piernas, brazos o pies.....	115
Ungüento para golpes de caídas.....	116
Vómito con sangre.....	98



# INDICE GENERAL

<b>AGRADECIMIENTOS</b>	4
<b>INTRODUCCION</b>	6
<b>RECOLECCION Y SECADO</b>	10
El Lugar.	12
Tiempo de Colecta.	13
El Corte.	16
Secado.	17
<b>FORMA DE GUARDAR LAS PLANTAS</b>	22
<b>INDICACIONES GENERALES</b>	28
Los Instrumentos.	30
Sustancias.	31
Medidas.	32
Dosis.	33
<b>DISTINTAS FORMAS DE PREPARACION</b>	34
Forma Tradicional: té, tisana, infusión.	36
Cataplasma.	38
Jugos.	39
Pulpas.	40
Maceración.	42
Vinos Medicinales.	43
Tinturas.	43

Jarabes.	46
Jarabe con tintura.	47
Paletas (granulados).	48
Jabones.	49
Jabones de plantas o de sustancias en polvo.	51
Pomadas.	53
Pomada con tintura de plantas.	55
Pomada de sustancias.	56
Extractos acuosos.	57
Cápsulas.	58
Aceites.	60
Otros medicamentos.	60

## RECETARIO DE PLANTAS MEDICINALES

<b>Recetas: Organización nahua de Médicos Descalzos de Monte Alto, Municipio: Cosoleacaque, Ver.</b>	64
Cocimientos.	68
Cataplasmas.	70
Tinturas.	82
Jabones.	83
Pomadas.	86
Jugos.	87
Otros.	88
<b>Recetas: Organización de Médicos Tradicionales zoque-popoluca. Santa Rosa Loma Larga, Municipio: Hueyapan de Ocampo.</b>	92
Cocimientos.	94
Cataplasma.	104

Jarabes.	108
Tinturas.	109
Jabones.	110
Jugos.	111
Baños Medicinales.	113
Otros.	115
<b>INDICE DE ENFERMEDADES</b>	<b>118</b>



MANUAL DE MEDICINA TRADICIONAL  
DE ANGELICA M<sup>º</sup> AGUILAR SANCHEZ Y  
ALMA PATRICIA ALOR CASTILLO. SE  
TERMINO DE IMPRIMIR EL 15 DE JULIO  
DE 1995 EN LOS TALLERES DEL CENTRO  
COPIADOR MINATITLAN, AV. HIDALGO 182.  
TELS. 4 04 13 Y 4 01 25 DE MINATITLAN, VER.  
SE TIRARON 200 EJEMPLARES EN PAPEL  
BOND MAS SOBRANTES PARA REPOSICION.



THE UNIVERSITY OF CHICAGO  
DIVISION OF THE PHYSICAL SCIENCES  
DEPARTMENT OF CHEMISTRY  
5708 SOUTH CAMPUS DRIVE  
CHICAGO, ILLINOIS 60637  
TEL: 773-936-3700  
FAX: 773-936-3701  
WWW: WWW.CHEM.UCHICAGO.EDU



Centro de  
Información y  
Documentación

**Alberto Beltrán**



007748