

**3ra OLIMPIADA DEL SABER
DEL ADULTO MAYOR
2016**

**DIALOGO DE SABERES
CON NUESTROS
SABIOS Y SABIAS**

Contenido

Costumbres y Tradiciones

Cosmovisión Andina.....	7
Medio ambiente bioindicadores naturales	10
Costumbres y tradiciones de la comunidad de Potolo matrimonio Jalq'a	15
Revalorizando las costumbres y tradiciones de mi comunidad.....	18
Usos y costumbres del pueblo Santiago de Quillacas.....	20
Artesanía y significado de Q'asaya Marka.....	29
Macha capital del tinku.....	33

Salud

Medicina tradicional	41
Como curar las fracturas de huesos	47
La medicina natural en la comunidad de Yocalla.....	49
Medicina tradicional de Quillacas.....	54
Medicina tradicional	61
Salud - Parto casero	69
Salud y plantas medicinales	73
Remedios naturales que se utilizan para fracturas	76
Salud- Recuperando la medicina.....	79
Medicina alternativa	82
Plantas medicinales	86

Alimentación

Practicas alimentarias saludables de mi pueblo Huari.....	93
Alimentos nativos de Pillapi	99
Alimentos ancestrales de mi comunidad "Surima Grande".....	103
Consumo de la cañahua	108
Elaboración del P'ap'i en la Isla Suriqui.....	112

Historia

Historia de los molinos de Capinota e Irpa Irpa.....	117
Conocemos mi pueblo Llawarjuqu.....	120
Agua dulce de Sacaca.....	124
Arte y cultura "Artesanía en Madera".....	128
Racismo en mi comunidad "Chapare".....	132
La historia de mi pueblo Guaraní.....	136
La minería femenina.....	139

Producción

Formas de producción.....	145
Tejido de la totora	150
Recuperar nuestros tejidos es nuestra identidad	154
Utilidad y beneficios de la planta de Cusi.....	158
Alimentación y formas de producción.....	165
Elaboración de leche de Asai.....	168
Los tejidos y artesanías de Pampoyo	173
Mujer siringuera.....	177
Hilado y tejido en algodón	185
Costumbres de San Lucas "Destilación del Singani Uruchini".....	195

"DIÁLOGO DE SABERES CON NUESTROS SABIOS Y SABIAS"

3ras. Olimpiadas del Saber del Adulto Mayor 2016

Ministerio de Educación

Viceministerio de Educación Alternativa y Especial

Dirección General de Post-Alfabetización

Calle Macario Pinilla No. 453, entre 20 de Octubre y Sánchez Lima - Sopocachi

Teléfonos: 2912413- 2912414

DEPÓSITO LEGAL: 4-1-757-16 P.O.

Diseño Impresión

Trama



PRESENTACIÓN

La revista **“Diálogo de Saberes con Nuestros Sabios y Sabias”** recoge y valora la experiencia de vida de las personas adultas mayores quienes son reconocidas como sabios y sabias de la comunidad, pero también dignifica toda su trayectoria de vida, de trabajo y la diversidad de saberes y conocimientos que contribuyeron en la construcción de nuestro Estado Plurinacional de Bolivia.

“Las Olimpiadas del Saber del Adulto Mayor”, son espacios educativos que fortalecen la DIGNIDAD de las personas mayores de sesenta años; de lo que son sus culturas, sus saberes y conocimientos, que fueron aprendidos y desarrollados en la vida diaria y se van transmitiendo de generación en generación.

En este texto se presenta una variedad y riqueza de saberes y conocimientos que fueron escritos por nuestros sabios y sabias de las comunidades; por tanto, rendimos homenaje a sus testimonios de vida, a lo que saben y enseñan mediante espacios de diálogo intergeneracional.

En el Altiplano paceño, encontramos a un señor longevo que se llamaba Carmelo de 126 años, le preguntamos si sabía leer y escribir, él nos respondió que no, le preguntamos, si quería alfabetizarse y respondió que no. Entonces como Ministerio de Educación comenzamos a discutir y pensar cómo hacemos para que la educación llegue a don Carmelo y a miles de adultos mayores; y la respuesta fue que ellos tienen mucho para enseñarnos; es de ahí que se crearon las **Olimpiadas del Saber** para aprender de ellos, a eso es lo que llamamos la alfabetización al revés, porque el adulto mayor nos alfabetiza en la vida real, en su saber y conocimiento.

Buscamos compartir la sabiduría de nuestros adultos mayores, que la sociedad reconozca y valore lo que somos en la diversidad, y avanzar en la revolución educativa con el concurso de todos niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.

“En las arrugas de las abuelas y abuelos se encuentra la sabiduría, las enciclopedias y bibliotecas móviles que caminan por la vida”.



1er. Lugar

**DEMETRIA
CAMACHO**
66 años

Municipio:
Vacas

Departamento:
Cochabamba

TEMA: FORMAS DE PRODUCCIÓN

En nuestras comunidades, realizamos la práctica del "ayni" y la "minka", que consiste en la ayuda mutua entre vecinos y compadres, en la que participan hasta los niños, esta forma de trabajo es rotatoria, donde una vez se trabaja para una familia y luego para otra y otra de manera sucesiva. El proceso de producción lo iniciamos con el ritual de la k'owa y la ch'alla, que lo hacemos con fe y alegría para que haya una buena producción.



TEMA: MEDICINA TRADICIONAL

En las comunidades cuando aún no habían hospitales, nuestros abuelos se curaban solo con plantas medicinales y con oraciones, de ellos aprendí a curar males que a veces ni los médicos conocen, como: curación del asustado, el urijau, el arrebato, la picadura de víbora, partos, curar males del corazón, riñones, próstata y úlcera, embolia, cáncer, hígado, gastritis, diabetes, diarrea y otros.

2do. Lugar

**OLGA
WARMES**
83 años

Municipio:
Pampa Grande

Departamento:
Santa Cruz



3er. Lugar

**BENITO GERMÁN
SALGADO**
69 años

Municipio:
Viacha

Departamento:
La Paz

TEMA: COSMOVISIÓN ANDINA

Nuestros antepasados nos han enseñado a vivir en armonía con la naturaleza, porque desde nuestra cosmovisión todo tiene vida: la tierra, el agua, las piedras y todo lo que nos rodea. Es por eso, adoramos al Inti, a la Pachamama y a los Achachilas.



Campaña Nacional
"Bolivia Lee"
2016



Costumbres y tradiciones



Costumbres y Tradiciones

Entre las experiencias presentadas, se encuentran aquellas que rescatan las Costumbres y Tradiciones practicadas en los pueblos, aquellas que contribuyen con la convivencia armónica de los seres humanos y la madre tierra, los bioindicadores del tiempo, la práctica de la ch'alla y el permiso que se pide a la Pachamama para iniciar las actividades de producción, como también los rituales y las costumbres en la celebración de diferentes festividades.

Nuestros antepasados nos han enseñado a vivir en armonía con la naturaleza, porque desde nuestra cosmovisión todo tiene vida: la tierra, el agua, las piedras y todo lo que nos rodea. Es por eso, adoramos al Inti, a la Pachamama y a los Achachilas.



COSMOVISION ANDINO



Antes de los años de 1532 nuestros abuelos antepasados Aymaras y quechuas del Tahuantinsuyo, adoraban al Inti, Pachamama, a los poderes telúricos, a los cerros achachilas y otros. La escritura era Kipsu, y como ley tenían: ama kella, ama llulla, ama zua, reinaban los Incas, Atahualpa y otros Incas, Tupac Amaru y sus seguidores. no había pongos ni esclavitud. Después de la llegada de Francisco Pizarro de España, llegó la opresión para nuestros antepasados.

NUESTRA CULTURA AYMARA



La cultura aymara y quechua o (sarawi) creaban buenos alfareros hacían: ollas en aymara son: phutichus, yurus, wakullas, jenkis, lamenas y otros utensilios del hogar.

También hacían tejedores como: aguayos, ponchos, lluchus, kpinas, phullus chutugas, y fabricaban ojotas, qurawes, sarouñas y otros.

Economía consistía en trueques de productos, y había ayunis etc.

Vivían en casitas llamadas putucos con sus tiyhus y sus patakiuchus techados con pajas.

La higiene tal vez hayan sido descuidadas, no obstante se cuidaban de pio, de algunas fiebres se curaban con hiervas.

No conocían medicamentos científicos a base de químicos, por eso vivían muchos años.

LA CULTURA del AGRO Y TRANSPORTE



La agricultura consistía y juntos de bueyes, seguimos hasta nuestros días.

Para la siembra controlaban fases de la luna, y seguían los anuncios de algunos, aves, los zorros.

Se defendían de las granizadas; los yapa kamanes cumplían los ritos al pachamama.

y también de las enfermedades habían curanderos, yateris y brujos. hasta actualmente siguen los curanderos naturistas yateris, y kallahuayes.

- Como Transporte utilizaban llamas de carga para lejos, después asnos, mulas. porque no había transporte motorizado.
- Su comunicación eran a través de chasquis.

**MEDIO AMBIENTE
BIOINDICADORES NATURALES**

De acuerdo a las enseñanzas de nuestros ancestros, las fases de la luna nos ayudan a predecir el tiempo, así, podemos saber si será tiempo de sol, lluvia, viento, surazo. Guiándonos por la luna como bioindicador determinamos cuando será el tiempo de siembra y tiempo de cosecha.

**WALTER MELQUIADES
PÉRES MAMANI**

65 años

Municipio:

Cercado

Departamento:

Tarija



El medio ambiente y las biodiversidades naturales es un constante labor de observar y escuchar a las generaciones venideras ya que la contaminación y las variadas labores fenomenales es mucho.

Este daño es el ser humano el único que es capaz de su destrucción por eso es que los que vivimos en la actualidad solo vemos nuestros intereses y sucesos grandes ganancias sin valorar el terminación. Si nos adecuáramos y manejaríamos con educación a la basura y utilizando correctamente a los residuos sólidos tendríamos un ambiente sano y saludable contribuyendo a vivir más tiempo y estaríamos respirando un aire más sano, aguas sin contaminación y una tierra productiva ecológicamente y no dañar a los demás seres vivos que nos rodean en esta nuestra tierra.

En la actualidad el área rural llamada hace 20 años no teníamos ese daño de la deforestación de los árboles y por el tener territorios sin ellos haciendo que no tengamos lluvias más estamos propensos a las heladas y los fuertes vientos un daño irreparable por la deforestación no estamos haciendo nada por eso las instituciones llamadas para este cometido nosotros sentimos la mayor contaminación en las ciudades como los gases de los vehículos nos dañan cuando uno se levanta y vemos que nuestras caras nasales están llenas de hollín es por eso debemos fomentar a la industria con chimeneas, series educativas y orientar para el turismo a los áreas abandonadas como el camino del inca y otros.

No a los bocinas, no a los ruidos fuertes en las calles y las discotecas dañando nuestros sentidos como las luces incandescentes y otros no hagamos como otros hacen nos selemos a los países desarrollados.

El promedio de nuestra temperatura es de 16°C por estas razones el hombre debe contribuir poniendo la basura en su lugar educarnos por que la tierra es como tener en alquiler y estamos obligados a mantener sano, plantar arboles en el campo y la Ciudad. También debo contarles que en mi corta caminata recorriendo por una ruta que usaban los antepasados antes de la conquista y después de la guerra del Chaco encontramos el camino llamado de los incas que parte de los valles tarijeños hacia nuestro altiplano pasando por Calderilla y el pueblito de Pinos Sud llegando a una pradera verde dividida con un muro de piedra que recorriendo lo hice en una hora seguro debe ser menos cada uno a su modo. Si ustedes conocen no estamos mintiendo debo hacerles conocer que nuestros plantas que nos da la naturaleza son curativas:

Las eucaliptos con hojas blancas haciendo un saumerio desentamos a los sarnados y mosquitos en las épocas de primavera - verano, al igual resultado lo gramos quemando majles viejos o poca escala o cantidad. Se usa en infusión para el cuerpo las tomas caliente y con miel de abeja.

El matate agradable para tomar en infusión cura la tos mas aguda ayuda a la respiración de los males primarios del un asma siempre usando la miel de abeja.

Los cogollos de la ruda - molle es usado como remedio trotativo en las partes doloridas haciendo y frotando en las brasas para su uso, en infusión hacemos que nos calme el dolor de estomago usando la miel de abeja para no sentir el amargo que despiden.

La coca que se cultiva en todo el Pais es usada las hojas en infusión unas doce (12 hojas) esto con poco de miel de abeja estas mates evitan el cansancio a las personas activas despues de una Jornada.

Yo he experimentado los dolores de estomago con fomentos de ceniza hervida asi mismo los pasos asi mismo: a- calentar agua en un recipiente usar ceniza fina hacer hervir y usar con un paño en la parte del vientre repitiendo 7 veces importante debe ser el vapor del agua hervida para esta cura este dolor hace que uno pierda la fuerza y quisiere doblarse a dos.

Los astras son nuestros horientadores para pronosticar nose a los cambios climaticos en su depredación mayormente las areas cercanas a la capital tauriense.

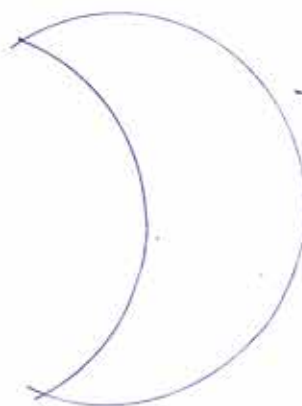
El astro o satélite que despidió una luz que hace una luz llamada LUNA está nos orienta a los compañeros del agro cuando va hacer frío - viento calor y las lluvias está enseñando desde tiempos remotos o los antiguos.



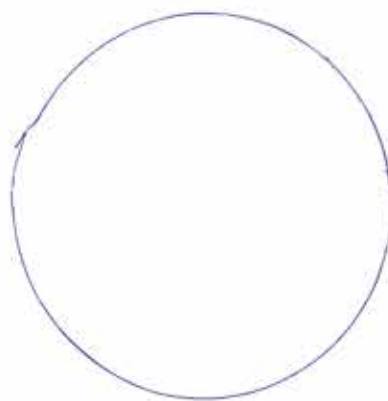
Luna
Nueva



Luna
Cuarto
creciente



Luna
Arriba
creciente



Luna
Llena

Este astro hace su aparición en el oeste y su avance o recorrido en su trayecto hacia el este girando al rededor de la tierra la luna nueva - cuando aparece con algunos celajes a lado de su curvatura es que seguirá el curso con que acabo la luna llena es decir

Luna cuarto creciente. - Cuando esta aparece colgada o más inclinada de lo normal es que tiene agua y vamos tener excitaciones durante su traslado a la arbosa. Y cuando no ocurre esto es que tendremos días soleados.

Luna arbosa. - Esta cuando aparece o tiene una especie de anillos a su alrededor y estos sean colores medio amarillentos otros más claros como celajes otros mas nubosos es que en su trayecto a la luna llena cambiará tendremos poco sol pero vientos fríos con mucha nubosidad pocas veces a llovido y cambia el clima por la fuerza del viento.

Luna Llena. - Es característico del cierre del trayecto lecturado durante su recorrido generalmente es muy bullente y no le acompaña ni un fenómeno es que hará buen tiempo; podemos sembrar o preparar la tierra para este cometido llamado siembra.

Pero cuando va acompañado de nubes o celajes aislados es que tendremos poca lluvia o sera parciales. Cuando entra mal tiempo del norte es seguro salida del sur en mal tiempo viento o un surazo.

COSTUMBRES Y TRADICIONES DE LA COMUNIDAD DE POTOLO MATRIMONIO JALQ'A

En mi pueblo Jalq'a, el matrimonio era un acto de trascendencia que tenía una duración de tres días y su preparación se realizaba por lo menos con seis meses de anticipación, iniciando con la pedida de mano, en la que las dos familias alistaban desde la ropa, alimentación, bebidas y todo de acuerdo a las tradiciones.

ANDRES
CHOQUE BONIFAZ

61 años

Municipio:
Sucre

Departamento:
Chuquisaca



COSTUMBRES Y TRADICIONES DE LA COMUNIDAD DE POTOLO MATRIMONIO JALQ'A

Me comunidad de PotoLO está ubicado a 60 km de la ciudad de Sucre, es considerada un lugar turístico por las riquezas culturales, artesanales y paleontológicas y muchas otras cosas más lo que les voy a relatar es el matrimonio Jalq'a que en la actualidad ya nadie lo realiza o nadie se casa de esa forma.

El matrimonio era una fiesta que duraba tres días y se realizaba con la ropa típica de nuestra comunidad, los hombres vestían con calsona y camison y sombrero adornados con lanas de colores y molle, las mujeres vestidas con ayumlla, agu,.

Esto empieza con la pedida de mano de la novia que también se llama en el idioma originario el magui mañacu, donde el novio va acompañado de sus papás, padrinos y algunos familiares para esa actividad día antes se preparaba la bebida tradicional de la comunidad que es la chicha de maíz y para la comida se carneaba un cordero, todo esto se preparaba para ir a pedir la mano.

Al llegar a la casa de la novia, el padre del novio va llegando invitando coquita empezando por los padres de la novia y este le invita a pasar a su casa y le pregunta a que vinieron, y el padre del novio dice, vinimos a pedir la mano de su hija para que se puedan casar con mi hijo, el es trabajador va ser un buen esposo para tu hija, la va querer mucho, se van a vivir bien, el padre de la novia no acepta, lo que dijo el padre del novio, piensa que no va ser un buen marido para su hija, que la va hacer sufrir y llorar mucho, pero el padre

del novio sigue insistiendo y se va rogando para que acepte el matrimonio, pues a tanto la insistencia, el padre de la novia finalmente acepta el matrimonio el padre del novio pide que metan la chicha y la comida para celebrar el acontecimiento de la nueva familia que se estaba formando, una vez terminada la celebración el novio se lo lleva a la novia a su casa para poder solemnizar el matrimonio.

El matrimonio se realiza después de seis meses a un año, en ese tiempo se va juntando plata, algunos venden animales o sus cosecha, una vez reunido la plata fijan la fecha del matrimonio.

El matrimonio dura tres días.

El primer día se celebra en lo católico, donde van a la Iglesia para poder casarse una vez pasada la ceremonia, se van a la casa del novio para empezar la celebración, pero antes se colocan la ropa típica del lugar, que es de los fa con la particularidad de que los sombreros de los novios estaba adornados por guirnaldas de lana que cubría el rostro de la novia y el novio.

En la casa del novio para la celebración arman dos ramadas de molle una para varones y otra para mujeres.

Estas ramadas eran armadas por los parientes y vecinos con molles y troncos de árboles y arcones con phullas, las mujeres eran encargadas de cocinar los chivos y orejas que habían carneado los varones, en todas las actividades del matrimonio se practicaba el ayni, entonces la gente participaba con mucho entusiasmo por la nueva familia de la comunidad para luego festejar entre todos.

En cada una de estas ramadas iban celebrando con alcohol y chicha, cuando llegaba una pareja la mujer se iba a la ramada de las mujeres y el hombre a la ramada de los varones, donde van bailando y cantando al ritmo del charango tradicional en cada una de las ramadas.

Ya estando mareados los varones y las mujeres salen de sus ramadas para bailar juntos en rondas con letras picantes en estilo taquipayamacu.

llega la hora de entregar los regalos y los padrinos entregan sus regalos como una vaca para trabajar la tierra, phullas para que duerman juntos.

Una rama de molle tipado de dinosaur que los pervija para poder construir su casa propia y otros regalos mas de la gente vino a celebrar el matrimonio Jalga. Después los novios son alzados en hombros, para que puedan bailar y cargados en hombros se van a la casa del pachino para realizar el segundo día. El segundo día de matrimonio se llamaba arco de día y los gastos de ese día eran pagados por el pachino, donde se servían una lagua y un picante de pollo cuillo, en bebidas era el alcohol, la chicha y algunos reptiles. Como el pachino sona con todos los gastos se le llamaba Pachino Satoy. El tercer día y ultimo día del matrimonio se llama Challaq, es donde se challa todos los regalos que hubo durante los tres días de matrimonio y saber con cuanto cuentan para su nuevo hogar, y el pache del novio por ultimo regala terneros para que trabajen y puedan empezar su nueva vida sin ayuda de sus paches. De esta forma se realiza el matrimonio Jalga en una comunidad llamado Potolo.





La práctica de la Ch'alla a la Pachamama es una costumbre ancestral que realizamos principalmente en época de siembra, porque la tierra es "diosa protectora" que tiene vida y al igual que las personas necesita comer y beber.

Hoy en día son muy pocas las costumbres y tradiciones que practicamos aún en la comunidad, sobre todo en nuestros hogares. Sobre todo somos nosotros la gente mayor las que motivamos a los niños y jóvenes a conservar y practicar las costumbres y tradiciones, ya no se puede ver aquella vida armónica de hace años atrás.

Una de las tradiciones y costumbres que se pone en práctica en nuestros hogares es la challa a la pachamama, sobre todo en épocas de siembra, por ejemplo en el cultivo de papa. En la challa a la pachamama participan más que todo la familia, la realizamos porque creemos que la tierra tiene su diosa protectora, y sobre todo porque la tierra tiene vida y necesita igual a la persona, comer y beber, por eso la damos de comer y beber, la misma nos devuelve esta ofrenda con una buena cosecha.

También ponemos en práctica las hienas y marcadas, donde participan toda la familia y algunos vecinos más cercanos a la familia. Esta costumbre la realizamos para que el ganado esté protegido por su dios protector de los animales, y a la vez esté marcado con una señal que los caracterice al resto de los otros animales o ganado de las otras familias.

USOS Y COSTUMBRES DEL PUEBLO SANTUARIO DE QUILLACAS

En Quillacas celebramos diversas festividades que se realizan siguiendo ciertos ritos y costumbres, la persona que entra de autoridad originaria es quien encabeza estas festividades, iniciando con su posesión en el mes de julio y sigue durante todo el año hasta posesionar a una nueva autoridad.

IRINEO AGUILAR
CHOQUETICLLA

69 años

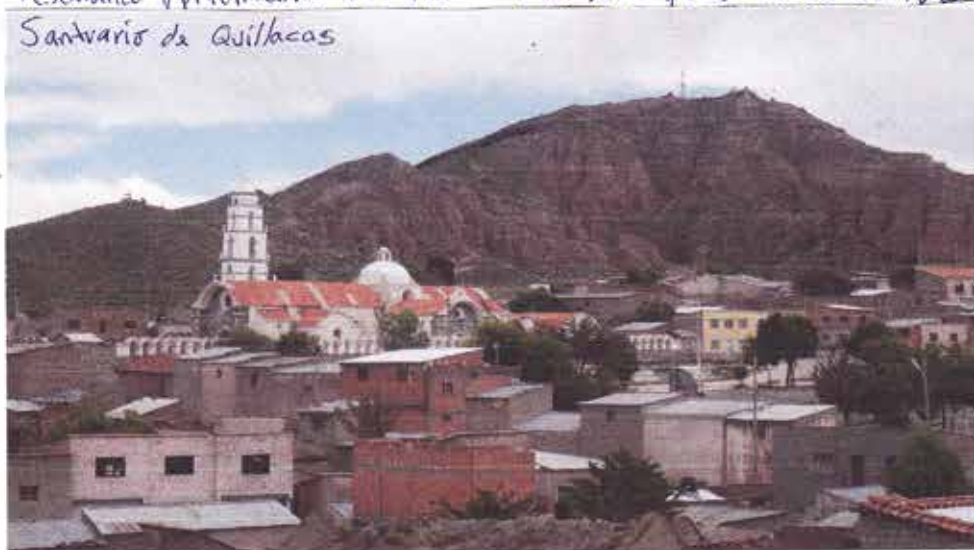
Municipio:
Santuario de Quillacas
Departamento:
Oruro



Los Saberes y Conocimientos son propios de los Pueblos Andinos y Originarios, tienen diferentes costumbres, tradiciones y ritos, cada pueblo practica su propia costumbre de acuerdo a su cultura.

USOS Y COSTUMBRES DEL PUEBLO "SANTUARIO DE QUILLACAS"

Mi Nombre es Irineo Aguilar Choqueticlla, aprendí mucho cuando hice Autoridad Originaria de mi ayllu Mallcoca y Masera, estos conocimientos ancestrales han sido transmitidos de generación a generación priorizando la oralidad, los mismos Comenarios fueron rescatando y practicando de acuerdo a los Usos y Costumbres del Pueblo Santuario de Quillacas.



El Municipio Santuario de Quillacas tiene diferentes Costumbres, que se va practicando en la actualidad, la Población de Quillacas tiene cuatro Ayllus y un Jilir Mallcu, Cuatro Autoridades, de cada Ayllu.

Después de semana Santa, el primer Domingo de Cenizas las Autoridades Originarias de los cuatro Ayllus y los Comunarios se reúnen en el Corregimiento, el Jilir Mallcu realiza la, AQHULLTA a las Autoridades entrantes para la gestión dos mil diecisiete, para que inicien con los Usos y Costumbres, las Autoridades Originarias hacen un compromiso para cumplir con las costumbres que nos han dejado nuestros antepasados.

Para entrar Autoridad Originaria primeramente deben cumplir con los Usos y Costumbres de la población, estas costumbres comienzan en el mes de julio.

Para comenzar con las costumbres del año las Autoridades Originarias entrantes realizan la novena que van a diferentes lugares y Comunidades, haciendo un rogatorio a cada capilla. Y son tres días de caminata.

La novena, parte de la Estancia de Kichu de la Capilla del tata Mostramo, hasta llegar a la capilla de Santa Barbara, luego se entra al Pueblo Santuario de Quillacas, donde realizamos el rogatorio, de rodilla se pide lluvia y una buena cosecha a la Virgen de Asunción Patrona de Quillacas, se va recorriendo hasta llegar al cerro San Juan Mallcu, ese día



VIRGEN DE ASUNCIÓN
PATRONA DE QUILLACAS

Después de semana Santa, el primer Domingo de Cenizas las Autoridades Originarias de los cuatro Ayllus y los Comunarios se reúnen en el Corregimiento, el Jilir Mallcu realiza la, AQHULLTA a las Autoridades entrantes para la gestión dos mil diecisiete, para que inicien con los Usos y Costumbres, las Autoridades Originarias hacen un compromiso para cumplir con las costumbres que nos han dejado nuestros antepasados.

Para entrar Autoridad Originaria primeramente deben cumplir con los Usos y Costumbres de la población, estas costumbres comienzan en el mes de julio.

Para comenzar con las costumbres del año las Autoridades Originarias entrantes realizan la novena que van a diferentes lugares y Comunidades, haciendo un rogatorio a cada capilla. Y son tres días de caminata.

La novena, parte de la Estancia de Kichu de la Capilla del tata Mostramo, hasta llegar a la capilla de Santa Barbara, luego se entra al Pueblo Santuario de Quillacas, donde realizamos el rogatorio, de rodilla se pide lluvia y una buena cosecha a la Virgen de Asunción Patrona de Quillacas, se va recorriendo hasta llegar al cerro San Juan Mallcu, ese día



VIRGEN DE ASUNCIÓN
PATRONA DE QUILLACAS

Se va a la Comunidad de Soraga y esa noche se descansa en la Comunidad, al día siguiente se va a la Comunidad de Torko, se retorna por Escaler Kunca y se llega a la Capilla de Caramachi, esa noche se hace el rogatorio. (y esa)



CAPILLA DE CARAMACHI "Soraga"

El tercer día se regresa a la Población de S. de Quillacas pasando por las siguientes comunidades: Antuta (Capilla del Tata mostramos Santiago, Tres Kichus, Chijlla Jawira hasta llegar a la Iglesia del Pueblo, se entra de rodilla al Santuario y nos informan las Autoridades entrante que productos van a producir y que estancias están mal, esa estancia tiene que hacerse curar para tener salud.

Esta costumbre se hace en el mes de Julio son tres días de caminata, se comienza el día jueves y se termina el día sábado por la noche son tres días de rogatorio pidiendo lluvia para que produzca nuestros alimentos y salud para los comunarios.

El primero de agosto se hace una costumbre a la Pachamama, para que sea un buen año y produzca nuestros productos, se realiza un intercambio sacrificando una oveja o llama depende de las Autoridades Entrantes.



LA MADRE TIERRA

El segundo ritual se realiza el cuatro de octubre para la pachamama y se intercambia con una oveja o llama, se prepara diferentes platos, para los sayjatas o sayiris que recordaban nuestros abuelos y en la actualidad se va cumpliendo.

En todo santos se recuerda para los abuelos, bisabuelos difuntos que han fundado el Pueblo, año tras año vamos cumpliendo estas tradiciones o costumbres. El dos de noviembre, el día del despacho los comu-
narios juegan palomas, en la noche cada

Comparsa, entra con la danza Anata, este día se empieza a bailar la ANATA hasta el día de la Cruz Andina (3 de mayo).

La danza se baila en tiempo de verde y llama a la lluvia para que haga una buena producción de papa, maíz, trigo, grano, quinua y otros.



VESTIMENTA TÍPICA
DE LA DANZA "ANATA"

En los días 8 o 10 de noviembre se alcanza a los abuelos fundadores del suyu Jatun Quillacas, en el lugar "Choque santura" en la IGLESIA PERDIDA, antiguamente había una campana de oro "Kori campana", con el tiempo la campana se fue perdiendo poco a poco dentro la tierra y nadie pudo recuperar, porque era grande y pesado. En ese lugar se entrega ocho platos preparados y se sacrifica cuatro llamas para concluir con el ritual, cada Autoridad entrante hacen coser y reparten la kanka, Khalapiri las cuatro Autoridades luego se trasladan al Cabildo.

Antes del 22 de noviembre se repite con la novena de Julio...
El cuatro de diciembre se hace el Ritual a la "Uma turka"

(Cambio de agua), se prepara doce platos para que llueva, no congele y no camine la granizada, en el cerro San Juan Mallcu se sacrifica una llama, en el cerro Santa Barbara Munamunani se sacrifica una oveja, en el pozo pila pila se recolecta agua de diferentes lugares en un puñu grande y se sacrifica cuatro ovejas, se hace la challa y acullico para que llueva, recordando a los lugares de donde han traído agua.



En el mismo por el quince de diciembre para pasar Autoridad Originaria se alcanza 12 platos preparados con 12 fetos de llama, para cada mes



del año, recordando a los Jach'a Asjatas y se sacrifica cuatro ovejas para que se ejecute buenos proyectos en la Población, que persiva buenos trabajos, salud, tramites y otros para los Comunarios de la Población, tambien se desea suerte para los habitantes que emigraron a las Ciudades y otros lugares.

En Navidades se hace la costumbre del Cabildo, donde los comunarios pagan la contribución y las Autoridades Originarias (págn) recuerdan para cada uno de ellos desde nuestros abuelos, hasta en estos momentos.

En Año Nuevo se hace el cambio de Autoridades, en la plaza principal las Autoridades entrantes toman el mando y les colocan las vestimentas que le identifican como Autoridad Originaria (Chacha, Warmi).



Ilacata y Mamathalla

El sombrero y poncho significa, mucho del varon que sirve para cubrir la salud de los comunarios.

Tata Rey = El tata rey es el "baston del Pueblo" que sirve para juzgar a las personas sin parcializacion, no hay preferencia, ni para familiares, ser rectos.

Bututu = El bututu es llamado tambien "CORNETA", que sirve para llamar a reuniones, en emergencia, los pobladores cuando escuchan el sonido del bututu se reúnen.

Chiboron = El chiboron es el angel del tata rey, sirve para castigar a las personas que cometen delitos.

El sombrero y aguayo = El sombrero y aguayo que utiliza para cubrirse se llama "Wirta Mama" que sirve para cubrir a la Comunidad del frío, helada, granizada y protege la salud de WIRTA MAMA.



LOS DIAS DE CARNAVAL

El sábado de carnaval las Autoridades Originarias hacen costumbres en el Corregimiento para el cabildo Mama y con cuatro llamas se realiza el ritual para pasar bien los días de carnaval sin problema y sin novedad en la Comunidad.

El domingo de tentaciones las Autoridades Originarias hacen un rodeo para despedir al carnaval de las Cinco Comparsas, la cacharpaya se hace con cada una de ellas.



El diecisiete y dieciocho de junio se hace una costumbre en agradecimiento a la Pachamama por la producción de nuestros productos



que nos ha dado la madre tierra, se alcanza doce fetos con doce platos preparados, con cuatro ovejas se hace el Ritual por todo lo recogido de la cosecha.



El 21 de junio se hace la costumbre desde nuestros abuelos al Año Nuevo Aymara, el ritual se hace con dos llamas, para recibir los primeros nuevos rayos del TATA INTI

agradeciendo en nombre de toda la Comunidad de los cuatro Ayllus: Autoridades Políticas, Presidente, Ministros, Gobernadores, Alcaldes y Programa Nacional de Post-Alfabetización, esta costumbre se realiza deseando buena suerte y salud para todos los habitantes de Bolivia este es el ultimo rito del año, que realizan las Autoridades Originarias.



Los platos se prepara para cada mes del año, recordando para los 12 meses, este ritual se realiza en el cerro Santa Barbara.



Las Autoridades Originarias en la Actualidad van practicando nuestros Usos y costumbres en la Población de Santuario de Quillacas, año tras año con Autoridades Originarias en trantes de los cuatro ayllus, con sus respectivos comisarios.

Las Autoridades entrantes comienzan con las costumbres en el mes de Julio y terminan al siguiente año en el mes de Junio, estos Usos y Costumbres se van cumpliendo de acuerdo a nuestras tradiciones y ritos que se, práctica de generación a generación, en la actualidad.

En mi comunidad el tejido lo hemos aprendido de nuestros antepasados, antes de empezar a tejer, primero recordamos a las almas y agradecemos a la Pachamama, porque en ella crecen los animales, después le pedimos permiso y empezamos con el proceso del tejido.



Artesanía y significado de Q'asaya Marka

Nuestra provincia Sacari del departamento de Oruro, se caracteriza por ser sobre todo ganadera, especialmente existe ganado ovino y camélido, de estos animales se aprovechaba la lana, para hacer prendas de vestir y otras y como también estos animales eran muy útiles sobre todo la llama.

Proceso. En principio se hace el trasquilado de animal vivo o cuero seco, posteriormente se hace el hilado, de acuerdo a las necesidades: por ejemplo para hacer una cama el hilado será grueso, para bosta delgado, para tejido, antes los abuelos tejían con plantas naturales ya que no existía la añelina: para sacar café se usa la Jem-paya, de cochilla guiando, así se usa varias plantas como la leña chullka y para sacar colores oscuros se usa la lata ensarrada.

Agradecimiento a la Pachama. Antes de iniciar con el tejido en telar, se hacía una costumbre, se recuerda a las almas a la pachama porque en ella crecen los animales, se hacía una K'oa, una acullico y así empezar con el telar.

Después del tejido hilado se puede tejer diferentes prendas a mano o en telar:

Augusto
Augusto Centeno Calle
2020
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

Korawa o Waraka, servía para defender al ganado de zorros y cóndores, se lanzaba piedras y hacer escapar a los animales que atacaban a las chuevas o llamas.

Liwi, es un tipo de oca de tres puntas, acabadas en dos 'bolas' pesadas, sirve para atrapar a las llamas, porque antes se viajaba con llamas, con productos para intercambiar, hacia el calor a hacer productos o cambiar, en algunas ocasiones las llamas escapaban y con esto se atrapaba, lanzándole y esto se enredaba a sus pies.

Abarca para las llamas, en los viajes que realizaban las llamas como animales de carga y caminaba distancia largas, sus piecitos se gastaban y sangraban, entonces se les ponían estas abarquititas que también están hechas del cuero de la llama. Estas llamas campana en el cuello para espantar a los pájaros.

K'ui K'epi o Q'ellque K'epi, era para guardar plata y para pedir la mano, se nombraba uno 'hada' quien llevaba todo 'par', aque-
yas, incuñas, polleras, etc. y los familiares de la novia lo re-
visaban y si algo faltaba, podían observar y no aceptar la
unión, a esta bolsa se challaba para que a la pareja no
les falté dinero.

Chuspa, es para guardar coca y esto llevan las autoridades
de los originarios.

Ministerio de Educación
Centro de
Investigación y
Desarrollo Tecnológico
Calle 100 No. 1000
Lima, Perú

El uso de estas prendas naturales cuida el medio ambiente, no descolorece, por ejemplo hoy en día el taparse con fiazadas polares, causan transpiración y hacen daño a los riñones, en cambio las camias, sobrecubanas eran muy sanas.

Significado de las indumentarias y prendas de vestir de nuestras autoridades originarias.

Poncho. Significado es de respeto, porque es una autoridad elegido por la comunidad, a esto le acompaña la chalina de lana de oveja el chulo, el sombrero y la chuspa.

Uloko. es una botella pequeña que se maneja en la chuspa, los varones y no las mujeres, toda autoridad originaria no debe faltar, esto para dar a sus comunarios o contribuyentes, las mujeres llevan incuña y ahí la coca que se denomina "ñño", el cual también se da al contribuyente.

Chicote, El chicote que está hecho de cuero, está bendecido y es para castigar (chicotear) al comunario que cometió alguna falta, algunos chicotes terminan en tres puntas (palkas), es porque cada uno tiene el significado de "en el nombre del padre, del hijo y del espíritu santo" para educar a los niños (wawris) solo se debe sonar una vez.

Bastón de Mando o Papa Santuruma.

Es un bastón de madera forrado con metal (plata), la madera o palo se lo traía de yungas, es como un guía para las autoridades originarias, y es guardado sagradamente y challado, es un símbolo de respeto.

Costumbres. Las personas elegidas para ser autoridad originaria, en principio deben hacer una noviza (recomido o visita) a su comunidad o ayllu con coca, colación, visitando marka q'ollus y lugares sagrados.

Cuando es una época de sequía van a la punta del cerro saucan', a una vertiente y traen agua a la población a la cual challan y piden a la Pachama que traiga lluvias a la región.

Julio César Calle
TECNICO PEDAGOGO DEPORTAMENTAL
PROGRAMA NACIONAL DE POST-ALFABETIZACION
MINISTERIO DE EDUCACION



Mi pueblo Macha es considerado la capital del TINKU, porque es allí donde dos comunidades se enfrentan en una danza ritual para que haya buena cosecha, entre cantos y danza surgen los enfrentamientos sangrientos que garantizaran una buena producción.

CUIDADO DE LA MADRE TIERRA MACHA CAPITAL DEL TINKU

Macha deriva de la palabra machá que quiere decir escasez de cosecha (lugar donde no hay producción año de escasez).

En la población de Macha a la madre tierra lo cuidamos en el sembrado de los diferentes productos con el abono natural para que exista una buena producción; de esa manera también preservamos la salud del hombre ya que el alimento es sano y saludable, no dañamos a la tierra con fertilizantes.

Como agradecimiento a la madre tierra de una buena producción y buena reproducción de los animales se le realiza ghaa para el buen augurio.

Las ghaas generalmente se le realiza en los meses de Agosto, año nuevo, por devoción a los santos de San Pedro, Candelaria, Guadalupe, etc.

El tres de mayo es una fiesta grande de la población en la cual son participen varones, mujeres, mayores, jóvenes y niños en la cual realizan diferentes ritos.

Los desastres naturales lo preveniamos?

Si existe en exceso o constantemente lluvia tratamos de pararlo con la explosión de dinamitar.

Antes anterior si no existia lluvia o habia escasez de lluvia nuestros padres nos llevaban a Santa Barbara es una capilla del pueblo la cual se encuentra en un pequeño cerro; para castigarlos y todos los niños castigados debiamos de llorar, si no llorabamos nos castigaban más fuerte hasta que lloramos todos los niños; de esa manera podía llover era creencia tenian nuestros padres.

La festividad del trío de mayo es una fiesta muy grande de la población de Macha la cual es conocida internacionalmente, vienen de los cantones de Colquechaca, Salinas, Ayoma, Macha, etc.

Anteriormente los habitantes de la población peleaban con los Españoles de ahí lo tomaron como una costumbre, copiaron la vestimenta de los Españoles, como el sombrero que ahora es la montera, las mujeres también el vestido largo pero ellos lo hicieron de lana y en negro con adornos coloridos actualmente llamada ayomilla.

PELEANDO y MATANDO pensando que la madre tierra mejoraba como en la producción de alimentos y buena reproducción de animales, es como decir sacrificar a las personas entregando a la madre tierra la cual se alimenta de ellos. Se cree que cuando existe muerte, habrá buena producción de alimentos y reproducción de animales que será un buen año de prosperidad en honor a la madre tierra.

COMO OFRENDAN SUS VIDAS EN LAS PELEAS:

Los ellices de la Blanca contemida y las gamas de protagonizar el Tinku, hacen que los grupos de guerreros circulen por las calles de Macha, desafiando ante cualquier otro grupo presente en su camino. Aparecen las remillas, se provocan y tratan de entallar pelea. Al grito de "suy mayaraya caraya" "suy mayata caraya" "suy K'ari caraya" expresan su condición humana de pertenencia a su territorio, grupo social de ayllu, su familia. Se insultan y corren hacia los otros logrando la furia de estar se enfrentan finalmente.

Algunas veces es inevitable el encuentro con otra comunidad que viene en dirección contraria y se entalla una feroz batalla campal, que puede terminar con heridos graves o algún muerto de una de las bandos. Cuando en el trayecto alguien coge una piedra y la arroja contra el otro grupo, este responde, convirtiéndose en una lluvia de piedras y la cosa se pone fea, porque estos proyectiles, aparte de causar daño en los integrantes de ambos lados, destruyen techos, ventanas, paredes de las viviendas. Intervienen las autoridades, refuerzos policiales, comisión de control, mayuraz, jilacatar, imilla uauuar y policía civil para poner orden a la trifulca, que después de mucho esfuerzo logran controlar la situación con varios cantos y detención de los principales provocadores del desorden. A veces los guardias de la policía se ven obligados a dispersar con gases lacrimógenos.

En prevención de estar hecho están presentes el "mayara", la Imilla uauuar, policía civil de cada ayllu, todos con chichas de cuero de res,

quienes intervienen atayando a su gente, de los contrarios, chicoteando en los pies para mayor efectividad. La misión que tienen es evitar las peleas en grupo y que alguien sea separado y "waykheado" por varios rivales a la vez y mantenerlos unidos a todos.

Los más racionales se juntan alrededor de un círculo, "cancha" y entablan una serie de peleas individuales cuerpo a cuerpo, entre contrincantes de las diferentes comunidades. Con preferencia en la esquina de la torre (símbolo de hambruna) "Torre jina sayarisa" etcétera. Dentro el rueda de desafío, los "caseros" de antano se buscan, otros se desafían con un ademán de cabeza inclinándose hacia adelante como si estuviera llamando o buscan con la mirada a los ojos del rival de su agrado con quien se va a pelear, llamándolo al centro del rueda, si acepta, ambos ingresan al centro con un saltito blandiendo los puños hacia atrás listos para golpear, con un gesto gutural parecido al rugido de un león, porque tienen los labios mordiendo el "chumpi" que sujeta la "mantera" o el "chulu" puesta en la cabeza para protegerse de los golpes, empieza la pelea, violenta y rápida. Termina cuando uno de ellos cae al suelo. Si el rival intenta patearlo en el suelo, intervienen los guardianes y policías civiles encargados del control o arbitraje y evitan su maltrato corporal.

TINKU, el lugar de encuentro en que se unen dos elementos provenientes de dos direcciones diferentes (tinkuna ñampi: encontrarse los que van y vienen por el camino) en el camino nos encontramos machos/masculino/femenino, machos/hembra paralelamente sol/luna

ch'alla para los productores agrícolas, los animales domésticos, sus viviendas, la madre tierra (**Pachamama**) que da vida y caliza a las plantas, animales y humanos. De este modo, el hombre y la mujer se sienten que son parte de la naturaleza y dialogan con ella dentro el marco de relaciones rituales.

El sentimiento de igualdad es vivido por igual entre humanos, naturaleza y uucar (**temple**) Achachila Titiri o el Illimani. Por eso claman sus bendiciones en sus ceremonias en las que se aprende desde platos rituales o unas cuantas hojas de coca y gotas de chicha. De esa manera se la realiza la ofrenda a la madre tierra en la población de macha para días mejores.





Salud



Salud

Se presentan las diferentes maneras de prevenir y tratar enfermedades utilizando plantas y hierbas medicinales de cada región, prácticas que vienen desde las épocas donde no se contaba con médicos ni hospitales, los temas que se presentan son: “Medicina Tradicional”, “Curación de las fracturas de Hueso”, “La medicina natural en la comunidad de Yocalla”, “Medicina Tradicional de Quillacas”, “Parto casero”, “Salud y Plantas Medicinales”, “Remedios Naturales que se utilizan para las Fracturas”, “Recuperando la Medicina”, “Medicina Alternativa” y “Plantas Medicinales”.

MEDICINA TRADICIONAL

En las comunidades cuando aún no habían hospitales, nuestros abuelos se curaban solo con plantas medicinales y con oraciones, de ellos aprendí a curar males que a veces ni los médicos conocen, como: curación del asustado, el urijau, el arrebato, la picadura de víbora, partos, curar males del corazón, riñones, próstata y úlcera, embolia, cáncer, hígado, gastritis, diabetes, diarrea y otros.

**OLGA
WARNES**

83 años

Municipio:
Pampa Grande

Departamento:
Santa Cruz



Mi nombre es Olga Warnes
nací el 8 de Marzo de 1954 en el lugar
de Palmar - Valleggrande del Departamento de
Santa Cruz, actualmente vivo en la
localidad de Los Negros perteneciente al
Municipio de Pampagrande.



Los conocimientos adquiridos de curar con
hierbas fueron por parte de mi abuelita
(Braulia Arebalo).

Años antes no existían hospitales en las comuni-
dades por lo cual utilizaban plantas medicinales
para curarse. Por Ejemplo.

Cuando una mujer quería dar a luz acudía donde
una partera (Braulia Arebalo) ella tendía un poncho
en el suelo, luego le hacía recostar a la mujer
embarazada sobre el poncho, luego agarraba una
punta izquierda y también la derecha para suizar

(Hacer de un lado para el otro) si no podía el
bebe, se agarraba una abarca de un hombre del
pie izquierdo y luego le daban unas 3 palmas con
la abarca en la corona de la señora, luego le
hacían tomar una aguita de corona del zapallo,
china y cascara de naranja; y cuando no podía volar
la placentita suplaban una botella de vidrio.

Para el Asustado

Se rezaba el credo en el oído del niño para
que luego pueda dormir.

Uro de Kina Kina

Paja de palma bendita

Cascara de naranja

brasero.

Las plantas se colocaban en el brasero, luego se
agarraba al niño y lo hacían pasar en forma de
cruz por el humo y después el niño dormía.

Para el uriquan

Hay que bañarlo con rama verde, refregar las hojas
en un lavador, aplicar clara de huevo a las ramas,
en una olla hacer hervir la alba paquilla, Penka de la
tuna pelarla rallarla y agregar al agua, con esta agua

Para el Corazón

Raíz de Kijne o cascara (hacer hervir 20 min.)
Flor de pupa
Flor de claveles
Flor de retama
Rosa
Colonia
Cedron en hoja
Indio
Maniten
Malva
Flor de algodón
Flor de cōda

Hacer hervir la raíz de Kijne o cascara en una olla, luego agregar todas las otras hierbas y flores donde esta hirviendo el Kijne luego hacer hervir por 3 mts. hacer enfriar y tomar tres vasos al día

Para los Riñones, Prostata y Ulcera

Cola de caballo
Pico de chiguaco
Achicoria
Raíz p flor de Chilixigua
Raíz de granadilla
Romaza
Maniten
Malva
Cabello de choflo
Zalza parilla
Ortega

Hacer hervir la raíz durante 13 mts y agregar las hojas a la misma olla y hacer hervir 3 mts más hacer enfriar y tomar dos veces al día, por las mañanas y tarde.

se baña al enfermo

Para el picado de vibora.

Se hace un collar del palo de gargateo, y diente de ajo; ceniza de leña de palo de soto enrollar la cuajada que se hizo de ceniza, luego lavar con el agua hasta que sane

Para la Embolia

Zabuco
Molle
Chisi Molle
Eucalipto
Cedron
Hoja de tatarago
Hierba buena
Zancepiana
Cogollo de Quiñe

Preparación

Todas las hierbas se colocan en una olla y se hace hervir para luego hacer un baño a vapor a la persona afectada. Luego se prepara una pucha.

Ruda hembra y macho
Tabardillo
aba seca
Mostaza
Maiz Moscada
agua florida
allanfor
periodico

Todas estas cosas se lo muele y luego se agüera el periodico, para agregar a la persona en la frente o en la nuca

Para el cancer

Tabardillo
Nuzcho
Tabardillo
Sal de piedra

Moler con una piedra y luego colocar a la parte afectada.

Para el higado

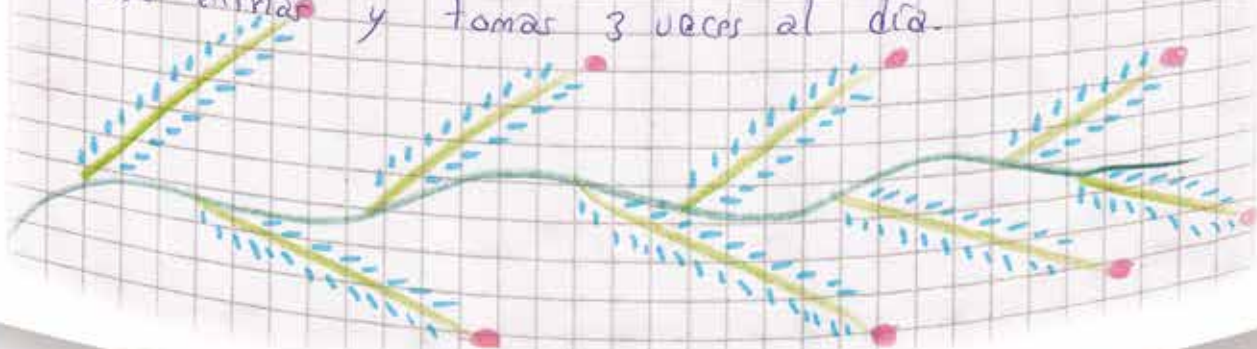
Voldo
Verbenita (haya)
diente de leon
anjenja
Cargueja

En una olla hacer agua y colocar las hierbas y hacer hervir; tomar 2 veces al día por las mañanas y las tardes.

Para la Gastriti

Callara de quina
Cogollo de yana yana
Callara de tipa
Cajtaguala
palo de Mango brava

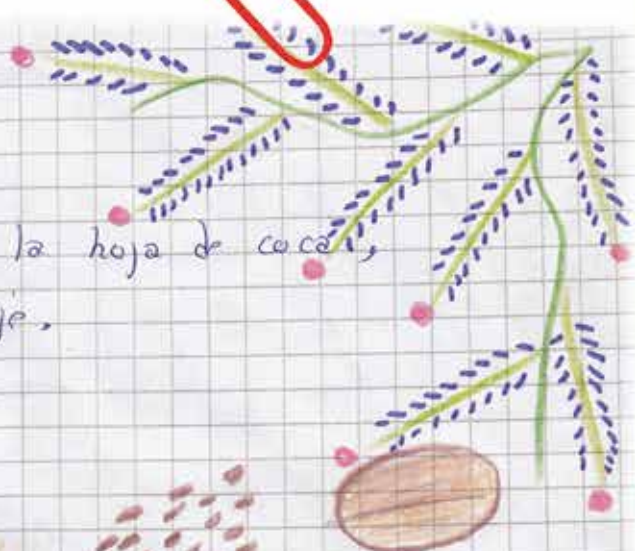
Colocar agua en una olla y agregar todas las hierbas mencionadas; hacer hervir por 10 mts. hacer enfriar y tomar 3 veces al día.



Para la diabetes

Coca
Hoja de guaje

Se remuja unos 15 minutos la hoja de coca,
y luego se licua con el guaje.
Tomar tres veces al día



Para la diarrea

Semilla de palta
altea
linaza
Arroz tostado
Pan quemado
semilla de sandia y lacayote
azúcar tostada



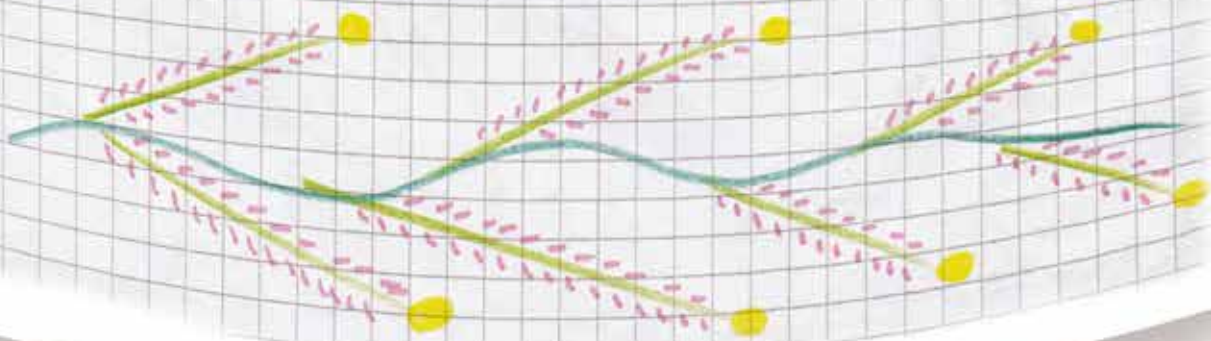
Hacer hervir todo en un vaso agregar el tabardillo
tomar 3 veces al día.

Para el arretrato

Hoja de naranja agria
Ruda
Romero
Ramito verde de manzanilla
3 limones



Hacer hervir todo en una olla y con la agua
lavar la cabeza de l enfermo.



COMO CURAR LAS FRACTURAS DE LOS HUESOS

Soy huesero con más de 50 años de experiencia, curo las fracturas en base a la cascara (corteza) del cuchi, las personas que atiando quedan totalmente sanas. Esta forma de curar la aprendí de mi padre que era un experto y curaba incluso a los animales.

**CORNELIO
DURAN SALAZAR**

67 años

Municipio:

El Torno

Departamento:

Santa Cruz



Tema

Como Curar fracturas

yo Cornelio Duran Salazar nací en Torrecilla
provincia Manuel María Ceballos Comunidad
Guarapa, Santa Cruz.

Este conocimiento lo adquirí de mi padre que era huesero

ingredientes

- * papel higiénico
- * Venda gaza
- * tablillo de madera
- * Cascara de Cuchi

preparación

para obtener la miel de Cuchi necesito tener la Cascara de un árbol
maduro, para obtener unos 200 gramos de miel de Cuchi necesito
hacer una lata de 20 litros con dicho material (Cascara de Cuchi)
echar agua hasta cubrir todo la Cascara, hacer hervir
de 10 a 12 horas hasta que tome una forma de
chocolate oscuro, luego exprimir bien el líquido en una
olla de aluminio y hacer hervir hasta que el punto
envasar en Recipiente limpio

aplicación

primero necesito hacer un diagnostico para detectar el grado de fracturas, haciendo de la manera muy suave aplicando alcohol o aceite de Cemer, una vez detectado el grado de fractura procedo a la aplicación de la miel de euchi después lo fazzo con el papel higienico, para luego con 1 Vendo o gaza y encima con las tablillas. Repetir este procedimiento todo 8 dias durante 2 meses dependiendo de la edad del paciente si tiene mas de 35 años se debe hacer un tratamiento de 2 meses y medio



LA MEDICINA NATURAL EN LA COMUNIDAD DE YOCALLA

En mi comunidad Yocalla, antiguamente no se contaba con hospitales, ni médico, los abuelos tenían su forma tradicional de curar algunas enfermedades en base a la medicina natural como: el churqui para desaparecer las verrugas, ayamuña para el dolor de estómago, alfa para la vesícula, rosas para el mal de ojo, muña para el dolor de estómago, perejil para la vesícula, qhuru para el dolor de pie, amor seco para la fiebre, oqhoruro para la vesícula, cedrón para la memoria y otras más.

**AMALIA
MAMANI SUNAGA**

64 años

Municipio:

Yocalla

Departamento:

Potosí



Mi nombre es Amalia Mamani, tengo 64 años, antiguamente en mi comunidad de Yocalla no había hospital, ni postas sanitarios, para curar algunas enfermedades, nuestros padres nos curaban con plantas medicinales que crecen en mi comunidad, estas plantas si nos curan el dolor, por eso que les hago conocer nuestras plantas medicinales de mi comunidad.

CHURQUI = Nos sirve para hacer desaparecer las Berrugas, debemos molerlo y colocar donde está la berruga.

AYAMUÑA = Cura el dolor de Estómago, debemos hacer pasar en agua hervida y colocar un poco de miel, no poner azúcar.

ALFA = Para la Vesícula, debemos moler y colocar en agua hervida.

ROSAS = Nos sirve para el Mal de Ojo, primero molemos, ponemos en un papel para parchar a lado del ojo, después hacer hervir y hacerse gotear al ojo.

MUÑA = Para el dolor el Estómago y el Ojón, se hace hervir junto con la planta de Ayamuña con esto debemos tomar al beber y también tomar como mate para calmar el dolor de Estómago.

PEREJIL = Nos sirve para el dolor de Vesícula, debemos moler el perejil, ghana y oghoruru, luego se lo cuele mezclando con un poco de miel.

QHURU = Para el dolor de pie, primero se muele, acompañado con otras plantas medicinales como Yarita, Wap'ay, Chaghatis y Solta que Solta, se hace hervir con orin, después colocar en un papel y poner en el lugar torcido o roto.

AMORSECO = Para la Fiebre, se toma como mate, colocando con un poco de miel de abeja.

OQHORURO = Calma la Vesícula, este se muele y colocar en agua hervida y tomarlo.

CEDRÓN = Nos sirve para la Memoria, se debe hacer pasar con agua hervida y poner un poco de miel de abeja.

PINO = Es para la Tos, se hace pasar en agua hervida y poner miel.

MANZANILLA = Para el dolor de Estómago, se debe hacer pasar en agua hervida, luego colocar con miel.

ZAPALLO = Sirve para el Panto, primero se muele, luego poner en agua tibia para hacer tomar, esto lo hará dilatar más rápido y pondrá tener muy rápido su bebé.

ZAPATILLA = Para la Torceduras del Pie, se muele, después se coloca en un papel y poner en el lugar torcido.

QUISWARA = Para la Tos, esto debemos poner en agua hervida con un poco de miel de abeja.

ALMAHUAYCHA = Es para el Ojear, debemos hacer hervir, luego bañarle al bebé.

HIERBA BUENA = Nos ayuda para la Diarrea, esto se debe hacer pasar en agua hervida, no poner azúcar.

COLA DE CABALLO = Para el dolor de Estómago, debemos hacer pasar en agua hervida y poner miel.

Q'ITA PEREJIL = Para el dolor de Estómago, molerlo y mezclar con agua tibia.

K'ARALLANTA = Nos ayuda para la calentura, moler y mezclar con orín, colocarlo en un papel para parchar en el lugar donde hay calentura.

MOLLE = Para el Vientro, se hace pasar en agua hervida, también debemos hacernos humear.

ROMERO = Dolor de Cabeza, debemos hacer pasar en agua hervida y tomar con un poco de miel, también para las mamas quedieron a luz, hacer hervir para bañarse y así el cuerpo se endurece rápido.

EUCALIPTO = Para la Tos, hacer pasar en agua hervida, tomar con miel, luego hacernos baños de vapor.

IZAÑO = Para los hombres que no pueden Orinar, debemos hacer hervir, luego tomar con miel de abeja.

JATUN MALBA = Para el Arrebatado, debemos hervir y hacerse lavar la cabeza con otra persona.

FLORDE DURAZNO = Para el Estreñimiento, debemos hacer pasar y poner un poco de miel y tomarlo.

ALTAMISA = Para el Hinchazón de Diente, debemos molerlo, luego poner en un papel para poner al lugar donde está hinchado.

Todas las plantas medicinales que se hace hervir y pasar en agua hirviendo, debemos esperar unos 10 a 15 minutos. No utilizar azúcar solo con miel de abeja o sin nada.



MEDICINA TRADICIONAL DE QUILLACAS

Me considero de la Universidad Tradicional Oral, y no quiero enterrarme con todo lo que sé, por eso les comparto lo que aprendí de mis ancestros, porque hay que ser médicos de sí mismos. Para curarnos y estar saludables utilizábamos la sisakaña-jarka, la nina nina, los lagartos, curábamos el sobrepardo en base a munillapa, ch'aphiquira y pakupaku.

LUCIA
JALLAZA HUARACHI

72 años

Municipio:
Santuario de Quillacas

Departamento:
Oruro



LUCIA JALLAZA HUARACHI

MEDICINA TRADICIONAL DE QUILLACAS

INTRODUCCIÓN.

SANTUARIO DE QUILLACAS (QHILLAQ'ASA). Se encuentra en el Departamento de Oruro Provincia Araroa, es una parte de las Tierras del Qullasuyu o meseta andina donde produce muchas hierbas medicinales, con el correr de los años se va olvidando y perdiendo estos bienes que es herencia de miles de años, que aún se practica en esta escuela oral tradicional. Pero también se ve en la gente de las ciudades el gran uso de fármacos que de alguna manera droga a las personas, que es más calmante, paliativo, que curativo, por esta razón es necesario practicar y rescatar la medicina tradicional.

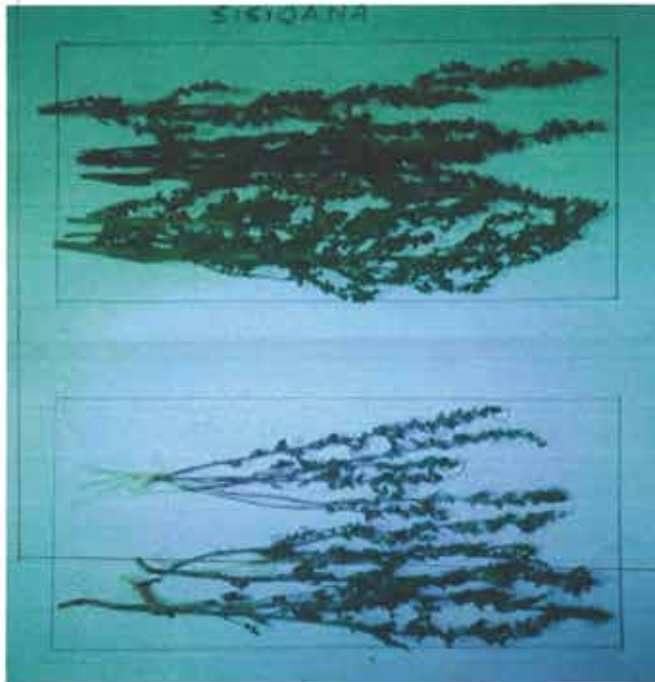
A. Continuación se pone por escrito algunas experiencias practicadas:

El recojo de las hierbas medicinales se aconseja realizarlo antes de que seque y luego de recoger hacer secar en la sombra para que no pierda su valor medicinal. posterior a eso guardar en frascos de vidrio o bolsas de celofán.



LUCIA JALLAZA HUARACHI

1. SISAQÑA - JARKA



Es una hierba que ayuda a desinflamar la vesícula biliar, evita cólicos, diarreas, además cura infecciones estomacales, asimismo, sirve para desinflamar la matriz; previene la gastritis y quita el mal olor de la boca.

PREPARACIÓN Y APLICACIÓN

Se prepara como Té en infusión cuando la hierba es fresca y cuando la hierba está seca se hace dar un hervor, para extraer su valor medicinal, luego que pase la hierba se vierte en una taza y se puede agregar algunas gotas de limón, miel de abeja, chancaca en poca cantidad, esto se toma en la noche antes de dormir, en ayunas o cuando se necesite tomar como refresco.



LUCIA JALLAZA HUARACHI

2. NINANINA



Es una hierba de hojas lanceoladas más o menos el tamaño de un puño, que tiene una raíz profunda que vuelve a retorcer, mayormente crece en los terrenos de sembrados y se usa para combatir contra las infecciones causadas por los golpes fuertes o heridas, también sirve para prevenir el cáncer si esta no es muy avanzada.

PREPARACION DEL PARCHÉ.

Primera mente se procede a moler las hierbas Ninanina lavadas raíz y todo en una piedra de moer medicamentos, progresivamente se va agregando un poco de orin lo necesario, una vez molido suficientemente espeso para parche se prepara en papel mantequilla o papel bond el tamaño que se requiere y posteriormente aplicarlo en el lugar afectado y vendarlo. Asimismo, podemos consumir como mate.



LUCIA JALLAZA HUARACHI

ELABORACIÓN DE LA POMADA MINANINA

Los elementos que se necesita para fabricar la pomada son:

- Vaselina blanca sólida, también puede ser grasa de parwa (llama) con enjundia de gallina.
- Hierba minanina
- Olla de barro o cacerola
- Posillos para vaciar la pomada

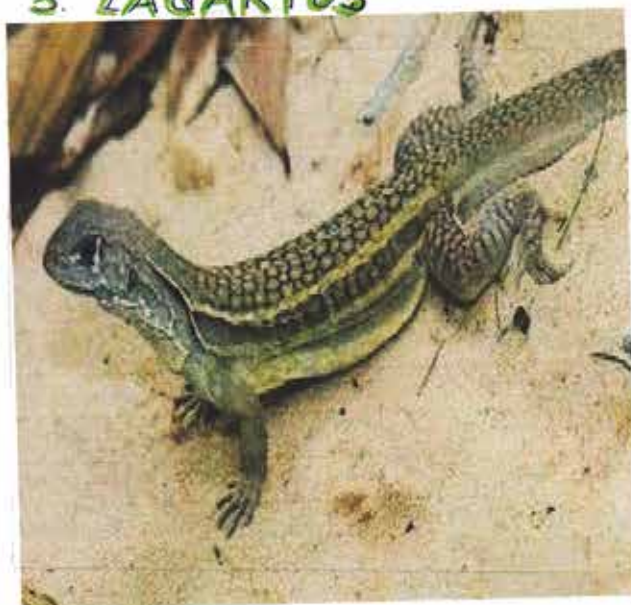
Luego de contar con todos los elementos o ingredientes colocar la olla de barro en fuego lento, con vaselina o grasa de parwa con enjundia de gallina, agregar la hierba MINANINA y hervir hasta que sea como chicharron, luego se quita del fuego y se envasa en los posillos, una vez envasadas se puede usar en las partes afectadas del cuerpo realizando diferentes formas de masajes y recomendando siempre realizarlo con dirección hacia el corazón.





LUCIA JALLAZA HUARACHI

3. LAGARTOS



Son animales invertebrados que se crían en el altiplano, duermen en las pajas y realizan también huecos en las Pampas, en el invierno se esconden y no se los ve, en primavera salen. Son de 5 a 10 centímetros de tamaño aproximadamente, estos lagartos se usan para las fracturas y los golpes

fuertes de huesos, el cual actúa como calcio, se puede decir también que acciona para soldar las fracturas de los huesos, fisuras, luxaciones y otros, antes de aplicar el parche debemos tener cuidado que esté en su lugar el hueso fracturado.

PREPARACIÓN DEL PARCHES Y SU APLICACIÓN

Se dispone los lagartos de acuerdo al tamaño de la herida o fractura, en una piedra adecuada se colocan los lagartos a moler sacando sus entrañas, agregando siempre un poco de orin o incienso, una vez listo se coloca en un papel de parche o en un pedazo de tela de algodón para aplicar en el lugar afectado.

Tener cuidado de inmovilizar la fractura, utilizando tablillas adecuadas y vendar correctamente, Se recomienda repetir la curación cuantas veces sea necesario.



LUCIA JALLAZA HUARACHI

MACERADO DE LAGARTO

PREPARACIÓN Y APLICACIÓN.

Se dispone una botella de buen vino y otra botella vacía de un litro de color oscuro precedentemente, se vierte la botella de vino en la botella litrera y se coloca doce lagartos machucados en piedra, desde luego sin entrañas (viseras) se deja reposar macerar un día, luego se hace tomar a la persona como tres cucharadas en un vaso pequeño todos los días en ayunas, o sea antes del primer alimento del día, todo esto como parte del tratamiento de la fractura, si la persona en tratamiento es melindrosa, se recomienda no mostrar ni hacerle conocer que son lagartos, más al contrario darle como jarabe u otro medicamento.

Las personas que realizan este tipo de tratamientos que dan sin secuelas en sus fracturas.



También quiero indicar que este medicamento posee VITAMINA "A" que es esencial para la salud ocular, (la falta de vitamina "A" puede provocar ceguera y otros problemas en los ojos como la Xeroftalmia).



LUCIA JALLAZA HUARACHI

4. MUNILLAPA = CH'APHIQUA = PAKUPAKU



Según los lugares o contextos a esta hierba se lo denomina con diferentes nombres:

Ch'aphiqua, munillapa, Pakupaku, esta hierba se ve crecer más en el altiplano, es de color verde claro y crece como el tamaño de la palma de la mano, asimismo florece de color blanco

apenas visible, cuando madura la semilla tiene la forma de estrella pequeña, que se deja sentir sus espinas.

PREPARACIÓN Y APLICACIÓN

Las hierbas medicinales se deben recoger antes de la estación de invierno para usar en los diferentes tratamientos y enfermedades.

Los mates se deben servir en infusión cuando la hierba está seca hacer dar un hervor luego retirar del fuego para que se concentre como cinco minutos.

Esta hierba se usa para tratar los malestares del organismo, contrarresta el mal de sobrepeso y los catarros.

"Cuando se cumple con el tratamiento y uno es perseverante logra curarse de todos sus malestares."

[Handwritten signature]
Lucia Jallaza Huarachi
COORDINADORA DE EDUCACIÓN
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

MEDICINA TRADICIONAL

Durante siete años, recorrí de comunidad en comunidad ayudando a curar con hierbas, ahora estoy en mi casa y a los que me buscan les ayudo a combatir enfermedades, para: el dolor de estómago con el ajeno, dolor de cabeza con papa, el mal viento y pre embolias con ruda, cicatrizar heridas con piñon, vómitos y diarrea con arroz tostado, hago tratamientos para la vesícula, hígado y riñones, desinflamación de las vías respiratorias, dolores e infecciones urinarias.

FELIPA
TORRICO

74 años

Municipio:

Mairana

Departamento:

Santa Cruz



"Olimpiadas del Saber" SALUD

Mi nombre es Felipa Torrico de Moron, tengo 65 años nací en el Alto del Veladero, prov. Vallegrande, Dpto. de Santa Cruz, me casé a mis 17 años, y gracias a nuestro servicio como catequistas, y a las enseñanzas del Dr. y sacerdote Ferdy Somber quien nos enseñó a utilizar las hierbas para curar enfermedades, mi esposo y yo fuimos sus ayudantes durante 7 años, salíamos de comunidad en comunidad donde lo necesitaban la ayuda del padre. Dejamos nuestra comunidad por motivos de la vida y actualmente vivimos en Mairana en la comunidad de Sivingal Dpto de Santa Cruz, ya hace 22 años donde desempeñamos, y conocedores de las hierbas curativas, en nuestra casa utilizamos siempre las plantas para curarnos y esto nos ha llevado a recibir visitas constantes de personas a las cuales ayudamos a combatir sus enfermedades. A continuación les dejo algunas recetas de infusiones para curar algunas dolencias.



Para:

Dolor de estómago.- Mate de anjenjo

Dolor de cabeza.- Pelar la mitad de una papa rallar (redondo) muy delgado, untar con aceite de comer y colocar en la frente, también se puede reemplazar la papa por hojas de tártago o uva (tiernas).

Malviento, prembolías.- Frotar ramitas de ruda con alcohol y friccionar suavemente sobre la parte dolida o afectada.

Malestar estomacal.- Mate de coca, chilíkiwa y canela.

Cicatrizante de heridas.- Hervir hojas o ramas de piñón y lavarse la parte afectada.

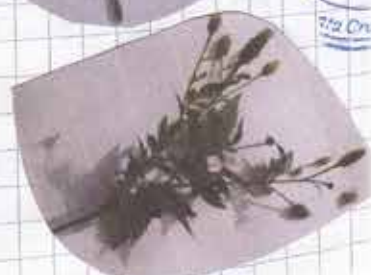
Bómitos y diarrea.- Arroz tostado (sin aceite), hervir con canela, tabardillo, linasa y azúcar quemada



Ruda



Anjenjo



Chilíkiwa

Tratamiento para la desinflamación de: VESICULA, HÍGADO Y RINONES

Introducción. - En éstos últimos años nuestra alimentación a cambiado mucho, por lo cual nuestros organismos se deterioran más rápidamente, generando un sin fin de enfermedades que poco a poco, y si no se tratan a tiempo, llegan a ser crónicas y con gastos económicos bastante elevados, es por ello que se debe acudir a las recetas de nuestros antepasados, la medicina natural para combatir las enfermedades.

Infusión desinflamante

Ingredientes:

- * 2 litros de agua
- * 1 a 2 hojas de llanten
- * 2 a 3 hojas de diente de león
- * 10 hojitas de chanca piedra
(o una ramita de abrojo)
- * 2 gr de manzanilla
- * 2 gr de anís
- * Miel de abeja a gusto



Tratamiento para la desinflamación de: VESICULA, HÍGADO Y RINONES

Introducción. - En éstos últimos años nuestra alimentación a cambiado mucho, por lo cual nuestros organismos se deterioran más rápidamente, generando un sin fin de enfermedades que poco a poco, y si no se tratan a tiempo, llegan a ser crónicas y con gastos económicos bastante elevados, es por ello que se debe acudir a las recetas de nuestros antepasados, la medicina natural para combatir las enfermedades.

Infusión desinflamante

Ingredientes:

- * 2 litros de agua
- * 1 a 2 hojas de llanten
- * 2 a 3 hojas de diente de león
- * 10 hojitas de chanca piedra
(o una ramita de abrojo)
- * 2 gr de manzanilla
- * 2 gr de anís
- * Miel de abeja a gusto



Desinflamación de las vías respiratorias. AMIGDALITIS y TOS

Introducción: Debido a los constantes cambios bruscos de temperatura, las enfermedades respiratorias se suscitan de manera continua y el ingerir constantemente los farmacos (tabletas, antigripales, etc) hacen que nuestro organismo se acostumbre y ya no nos hace efecto; el uso de este jarabe natural no solo ayuda a desinflamar las vías respiratorias sino que previene resfrios, especialmente en los niños.

jarabe desinflamante

Ingredientes:

- * 1 litro de agua
- * Una ramita de wira wira
- * 4 gr. de manzanilla
- * $\frac{1}{2}$ limón
- * Miel de abeja a gusto.



Preparación:

Hervir el agua junto con la manzanilla por al menos 10 min., retirar del fuego, batir el agua con la ramita de wira wira por 2 min., colar, agregar el limón y endulzar con miel de abeja.

Modo de uso:

Tomar 1 vaso de jarabe 3 veces al día antes de las comidas durante 3 días.

Nota: Se recomienda beberlo caliente.



Wira wira



Manzanilla



Limón



Dolores vaginales o infecciones urinarias DOLOR DE VIENTRE

Introducción - Al tratarse de infecciones urinarias tienen que ver con nuestras partes íntimas y algunas mujeres tienen vergüenza de realizarse chequeos o consultas con los médicos en centros hospitalarios y además que mayormente en las comunidades no se cuenta con centros médicos, por ello nuestras abuelas nos enseñaban a realizarnos este tipo de baños con infusiones de hierbas curativas.

Infusión para bañarse

Ingredientes:

- * 10 hojas de piñón
- * 5 gr. de manzanilla
- * 1 plantita pequeña de llanten
- * 10 ml de alcohol
- * 1 pizca de sal
- * 2 litros de agua



Preparación:

hervir el agua con todas las hierbas juntas (ingredientes), retirar del fuego una vez el agua haya creado un color verdusco dejar reposar unos minutos, luego colar.

Una vez el agua llegue a un estado tibio agregar una pizca de sal y el alcohol.

Posteriormente lavarse de la cintura para abajo especialmente las partes íntimas.

Realizar el baño y luego abrigarse bien, antes de dormir.

Nota: Repetir el baño al menos durante 3 días.



Pinón



Alcohol



Sal





Con mi experiencia de partera ayudo a las mujeres de mi comunidad, desde antes cuando no habían centros de salud ni doctores, para ayudar a acelerar el parto les doy de beber café amargo y yerba mate, cuando ya están a punto de dar a luz, las siento en un banco, para que el parto sea más fácil y para que expulsen toda la sangre que queda dentro de la matriz, les doy mate de orégano o el agua de nido del hornero.


PARTO CASERO

MI nombre es Carolina Canapayo tengo 75 años vivo en la Ciudad de Villa Montes del Departamento de Tarija.

De acuerdo a la experiencia que tengo para ayudar a dar a luz a la mujer. Hace años atrás no había hospitales ni doctores y los medicamentos eran muy caros, y cuando la mujer estaba Embarazada y a punto de dar a luz Para Acelerar el parto, se le podía dar de tomar Café amargo o yerba mate. Se le puede dar de tomar cualquiera de los dos ingredientes, más dos cucharadas de alcohol, para que el parto sea más rápido.


TAMBIEN SE LA MANTEA O CIERNE

La mujer se tiene que echar en el piso y por debajo de ella tiene que pasar una manta, que cubra la parte posterior de la espalda hasta mas abajo de las caderas.



Con la manta debajo de ella se agarra de ambos extremos, y se realiza movimientos de izquierda a derecha. Esto es para que el bebé se ponga en posición correcta y facilite a la madre tener un parto sin riesgo y prevenir un fracaso. Este método se emplea porque muchas veces el bebé está cruzado en la matriz, y eso hace que el bebé no pueda nacer y sea mucho más complicado para la madre.





Cuando la mujer ya está a punto de dar a luz se le crenla en un banco y con la ayuda de una persona se le agarra la cabeza y la cintura para que no haga mucho esfuerzo al pujar. cuando los dolores son mas fuertes se rompe la bolsa y es havi como nace el bebé.

Para que salga la placenta se le da de tomar té de yerba mate amargo con dos cucharadas de alcohol porque es el mismo procedimiento cuando el bebé nace.

Y para que bole toda la sangre que le queda dentro de la matriz se le da





de tomar té de oregano bien cargado
o el agua de nido del ornero (la mujer
tiene que tomar esta agua)

Se dice que cuando el bebé va a
ser hombre los dolores son una
semana y si va a ser mujer los
dolores son solo dos días.

La madre tiene que fajarse, al bebé
se le debe bañar con agua de
manzanilla (tibia), al bebé se le
ponía en una bolsa y se lo pesaba
con una romana.

INGREDIENTES

- 2 Cucharadas de yerba mate
- 2 Cucharadas de café
- 2 Cucharadas de oregano
- 2 Cucharadas de Alcohol
- 1 Taza de Agua hervida

PREPARACIÓN

Poner en la taza con agua hervida 2
cucharadas de yerba mate o café.

Dejar reposar por unos minutos,
Luego echar las dos cucharadas
de alcohol.

Esta preparación se le da de tomar
bien caliente.





La formas de prevención y curación de enfermedades las he aprendido de mi abuelo, el curaba incluso a los desahuciados por el médico. Él ha curado a tuberculosos con quinchamáli, amayzapato, leche de burro y esas personas hasta ahora siguen viviendo.

SALUD

"PLANTAS MEDICINALES ANCESTRALES"

INTRODUCCION: La medicina tradicional herólará, verde o fitoterapia es aquella que se utiliz plantas o partes de ellas, ya sea en su forma natural o preparada de varias formas, para curar o aliviar enfermedades. Las plantas medicinales son las que contienen compuestos que al entrar en contacto con el cuerpo humano, actúan sobre algunas alteraciones y producen un efecto curativo, o se utilizan como materia prima para la producción de medicamentos.

Las plantas son muy importantes en la naturaleza, de ellas dependen muchos otros organismos que encuentran alimento y refugio como los seres humanos las utilizamos para alimentarnos. Desde el punto de vista medicinal posee un gran valor, muchas se utilizan en la industria de medicamentos y para la cura de múltiples dolencias y enfermedades la llamada medicina verde en la actualidad. te presentamos algunas plantas medicinales que utilizan con mas frecuencia en tu comunidad.



TEMA: Planta Medicinal "Khia Khia" Wña

Descripción: Es una planta ramosa de 50 a 80 centímetros de altura tallos estrechos alados.

Propiedades y Aplicaciones: En procesos respiratorios donde todavía no ha aparecido fiebre o calentura, se recomienda la infusión

de 5 hojas de Wña Wña (Khia Khia nombre aymara) con la chancaca o miel de abeja eliminará la infección bajará la temperatura, también la infusión de 5 hojas en una taza de agua hervida es un buen tónico para bajar la fiebre.

Se usa como remedio para la tos, bronquitis y la ronquera.

El cocimiento de las hojas usadas en lavados, hace cicatrizar las llagas y heridas.

Los fomentos calientes con el cocimiento de las hojas de Khia Khia y aplicamos sobre el cuello alivia el dolor y desinflama la garganta.

Planta Medicinal "Amor Seco"

nombre en Aymara: Anu Ch'api.

Descripción: Hierba anual de 40 a 60 centímetros de altura, con tallos erectos ramificados de largas espigas amarillas, hojas de contorno lanceolada.

Propiedades y aplicaciones: Masturando sus hojas se alivia el dolor de muela,

El cocimiento de 3 hojas para una taza de agua, se utiliza como bebida contra el sarampión y la escarlatina, evita las complicaciones bronquiales.

El cocimiento de tres hojas de amor seco para una taza de agua, se toma para combatir las enfermedades del hígado, estómago, retención de orina y enfermedades del bazo, riñones y ovarios.

Para la diarrea se prepara lo siguiente 6 frutas tostadas y 6 frutas crudas hacer coser en un litro de agua, tomar a cantidad que desea, se desea atajar lo más rápido la diarrea se aumenta la cantidad de frutas, para la diarrea debe ser en cantidades menores.

El cocimiento de un puñado de amor seco para un litro y una flor de arquitepillo se utiliza para curar hemorroides internas del cuerpo y cáncer del estómago.

Planta Medicinal "Muni Muni"

Descripción: Hierba anual sueta, con tallos ramosos de 20 a 40 centímetros de altura. Hojas opuestas, flores amarillas.

Propiedades y Aplicaciones: La infusión de 3 a 5 flores de muni-muni para una taza de agua hirviendo, calma las palpitaciones del corazón, dolor del pecho.

La infusión de tallos y hojas de munimuni picada que cabe una cucharada para una taza de agua hervida regulariza la menstruación, sirve todo en aquellos casos mas dolorosos y difíciles.

El conocimiento de la planta de munimuni es utilizado en gargaras para desinflamar las encías, garganta roja aftas, heridas y flego en la boca.

El cocimiento de 5 a 6 flores de munimuni resulta un remedio eficaz para el tratamiento de coqueluche y la tos. La preparación es la siguiente se hace hervir un medio litro de agua una cucharita de frutas de munimuni crudas y retostados, este cocimiento se da tres veces al día. Se pueden marcar mas de mi experiencia sobre las plantas medicinales que curan las enfermedades y afecciones en nuestras comunidades estos conocimientos y saberes ancestrales de la medicina natural es muy amplio con todo lo que puedo presentarte sobre algunas plantas.

**REMEDIOS NATURALES
QUE SE UTILIZAN PARA FRACTURAS**

En mi comunidad, desde la época en que no había médicos, hemos buscado maneras para curar las fracturas utilizando la medicina natural como el: warako, solda que solda, jamillo, ch'aqhataya, quinua y sangre de perro, con todos estos ingrediente curo las roturas de huesos.

**ZACARIAS
QUISPE QUISPE**

77 años

Municipio:

El Alto

Departamento:

La Paz



III OLIMPIADAS DEL SABER

TEMA: SALUD. Remedios Naturales que se utilizan para Curar Fracturas de Huesos.



Warako



Solda-q-solda



Jamillo (Similla)



Ch'aqhataya




Quinua



Sangre de Perro

Remedios Naturales reales utilizados desde nuestros Ancestros para curación de la Fractura de Huesos Humanos ó cualquier otro ser viviente, se utiliza como una Plasma, como Yeso ó Masilla que se coloca encima ó alrededor del hueso Fracturado.

PREPARACIÓN: Se toma el Warako ó cacto un tanto de acuerdo lo necesario, esta se encuentra en el Altiplano ó en los Valles, primero se quema las espinas del Warako, luego se pela la cascara como la papa y poner en el batán para moler, luego desajar la solda q solda también poner en el batán y el jamillo ó semilla si lo hace en la misma forma junto con los otros, las hojas de Ch'aqhataya también en el batán,



luego la quinua un tanto como un vaso una cantidad que se puede necesitar, igual se coloca en el batán, y por último la sangre de perro como medio de algún otro lado se puede conseguir ó sacrificar de un perrito recién nacido.

Una vez preparado teniendo listo en el batán molerla hasta que todo sea bien molido mezclado como se debe preparar para inyesar una rotura de hueso, colocar en el lugar fracturado a todo alrededor ó sobre la rotura, antes con la mano tocando poner más o menos en su posesión la fractura, después colocar ó poner la plasma ó yeso preparado sobre la rotura, y involucrar con una tela ó venda, sobre eso colocar unos seis ó mas palitos delgados para que la rotura no se mueva que mantenga recto que mantenga en la posesión, incema colocar con más vendas. Esto se hace en cuando la fractura de hueso sea la pierna, canilla, ó brazo de la persona.

En caso de la rotura de costilla de una persona casi se hace en la misma forma, siempre haciendo el bendado en la forma que se pueda realizar.

El tiempo que la rotura pueda estar inyesado aproximadamente sería dos a tres meses, siempre que cuando el paciente pueda verse mejorado, que no tenga el dolor.

Una vez quitado el inyesado el paciente pueda estar cuidandose y poco a poco pueda ir mejorando hasta pueda sentirse mejor más firme como antes.

Aquí no se ha utilizado ninguna otra elementos científicos que se emplean en Centros de Salud.

Esta forma de curaciones con Remedios Naturales que existe en nuestro medios, está comprobado desde nuestras Antepasados que se practicaba entre los Aymas.

En nuestro medio la Naturaleza nos da muchos otras Plantas Medicinales que existe y otras para la curación de otras enfermedades diferentes.

Aparte de ésta todavía se puede describir de muchas otros casos referente a la Salud.



Mis conocimientos ancestrales sobre la medicina natural me permiten curar algunas enfermedades; por eso, con ayuda de algunos yuyos y pomadas en base a hierbas naturales, curo el dolor de huesos y torceduras, aycaduras, asustaduras y otras enfermedades.



Desde mis 25 años comencé a poner en práctica mis conocimientos basados en la medicina tradicional, los mismos los fui adquiriendo de mi madre quien fue curandera.

Basado en mis conocimientos y saberes con la medicina tradicional puedo curar diferentes enfermedades como ser: mal aire, el mal de huesos, asustaduras, aycaduras, maraduras, entre otras enfermedades.

Desde joven fui partero, llegue a atender muchos partos aquí en mi comunidad así como en otras comunidades cercanas, de esta manera llegue a atender a muchas mujeres en ese proceso del parto, muchos de ellas fueron atendidos a altas horas de la noche. En algunos casos también ayude a mujeres a botar la placenta de tres días mediante secretos sin llegar a tocar a la persona, empleando únicamente oraciones, ya que antes no sabíamos ir al hospital.

Mal aire. Para curar esta enfermedad llevo a cabo lo que son los llamados cambios, para hacer estos cambios se utiliza lo siguiente: lana de llama, ajumero de persona, las tres corolimpas, colquemillo, llague en hoje, pupuza, lustuca, chaquiri, quencha mal. Con todos estos remedios armo una limpia en un pañuelo blanco, esta limpia la utilizo para llamar el alma de la persona.

Cuando agarra la tierra. Para curar de la tierra se debe preparar una pomada y huntarsela en la parte adolorida, para eso se emplea los siguientes remedios: macaya, tabaco, coca, joyantilla de llama, tustuca.

Aycaduras. Cuando la aycadura es de un gincu (persona muerta) se debe llevar a cabo la cura en el cementerio mediante oraciones, para eso se debe llevar: coca, cigarro, un pedacito pequeño de carne y algodón con todas estas objetos se limpia el cuerpo del aycado realizando a la vez oraciones llegando finalmente a enterrar el pedazo de carne, la coca, el cigarro y el algodón en una sepultura.

Cuando la aycadura es de husamento se debe hacer la curación en un sauce morodio, para eso se debe llevar: carne un pedazo, algodón, coca, cigarro, una vela, agua vendita, con todo esto se hace una limpia y se entregue al sauce.

Lastimaduras y desvinsaduras. Se debe refregar es decir masajear la parte adolorida sin loguiar, porque si se hace fuerte se puede llegar a hinchar el compañon. Una vez masajeada la parte adolorida se debe sñir esa parte con una feja o un pedazo de alguna ropa que sea largo como para que alcance para dar varias vueltas.

Dolor de cabeza. Para el dolor de cabeza se utiliza la pella del chancho y la hoja de la planta de carallanta. Primeramente con la pella del chancho

se hace un hunto y las hojas de la carallanta se las sigüasan 5 a 6 minutos, llegando a chumar el agua de las hojas sigüasadas para posteriormente poner el hunto de la pella del chancho en las hojas y colocarlos en la frente del enfermo.

Resfrío. Se debe sacar el agua del mote pero debe ser del primer hervor y colocar en esa agua la grasa de cñasco y prepararlo como un té y tomárselo.

También se puede hervir la leche de chiva negra conjuntamente con la flor de haba y posteriormente tomárselo.

Toserina. Se debe hacer tostar la caca de loro casero conjuntamente con la liga de molle, una vez tostados la caca de loco y la liga de molle se debe hechar agua hervida en una taza y colocar en la misma la caca de loco y la liga de molle tostados llegando a dejar que repose unos 5 a 6 minutos.

Dolor de estómago. Se hace hervir agua y se la coloca en una taza conjuntamente con una 2 a tres hojitas de chanca piedra llegando a taparlo con un trapito o repasador para que repose 3 minutos y luego dárselo de beber al enfermo.

También se puede hacer hervir la hoja de paico y dejarla en reposo unos 3 minutos y luego tomarlo.

Por otra parte se puede hacer hervir la planta de quínpi y tomarlo posteriormente, mayormente es aconsejable cuando duele el estómago de frío.



Las personas de escasos recursos prefieren acudir a la medicina natural porque esta viene desde nuestros antepasados, en base a las plantas medicinales les curo de enfermedades del hígado, vesícula, riñones y otras más.

1. La curación del aribato

En los tiempos de nuestros abuelos le llamaban aribato a la persona que estaba asoleada y le llegaba con mucha fiebre que no le cura la farmacia, se cura dándole baño de vapor de 30 minutos y se termina dándole Baño completo con agua tibia, ~~o~~ ^{se} ~~Terminando~~ ^{se} con agua fría hasta quedar al tesor de su cuerpo, luego se le da masaje ^{se corre la ventosa con mecha o con alcohol} Este mismo sistema se hace a las persona que caen con la preembolia se se cae al paciente y se le corre la ventosa por cuatro días luego se le inyecta neurovion, cobabimín, y complejo B. la preembolia o Embolia afecta el corazón, y esto se cura con la luna de luna se quema en la mañana del día de luna nueva se coloca en vaso que dentro 3 taza se le basía agua hervida para 3 taza se ceta se toma en ayuna esto se hace en tres luna nueva esto ya lo practique en mi que me dio la preembolia se heita año y medio un segundo preinfarto y mi corazón funcionaba con arienza q le idaman

Desinflamación con la medicina natural

lo que yo he practicado en enfermo de mi casa y
otras persona que son escaso de recurso

La piña verde para desinflamar el hígado
vesícula, se raya 2 piña verde se deja
en el sereno y en agua se le da a tomar
por varios días asta que el enfermo ya no
sienta dolor, y si tiene calculo chico se
le da purgante de aceite y limón 3 días
medio vaso de limón y medio vaso de aceite
alvise con dos día y los calculo salen
el enfermo tiene dieta por lo meno 3 semana
come con poca sal y no grasoso

Desinflamar los Riñones

se corta 3 hojas de piña se hace hervir con la
hoja del sinini y la yerba, golondrina se
le da a tomar el efecto se ve al segundo día

Desinflamar la prostata y el acido urico con chaaco
se pone a hervir 10 minutos la cascara del chaaco
y se le da a tomar 3 tase al día en ayuno y la noche

Desinflamación con la medicina natural

lo que yo he practicado en enfermo de mi casa y
otras persona que son escaso de recurso

La piña verde para desinflamar el hígado
vesícula, se raya 2 piña verde se deja
en el sereno y en agua se le da a tomar
por varios días asta que el enfermo ya no
sienta dolor, y si tiene calculo chico se
le da purgante de aceite y limón 3 días
medio vaso de limón y medio vaso de aceite
albane con dos día y los calculo salen
el enfermo tiene dieta por lo meno 3 semana
come con poca sal y no grasoso

Desinflamar los Riñones

se corta 3 hojas de piña se hace hervir con la
hoja del sinini y la yerba, golondrina se
le da a tomar el efecto se ve al segundo día

Desinflamar la prostata y el acido urico con chaaco
se pone a hervir 10 minutos la cascara del chaaco
y se le da a tomar 3 tase al día en ayuno y la noche

Compartiendo mis conocimientos de la medicina alternativa, complementando con la medicina farmacéutica y otras.

Horno de tiluchi y sus poderes curativos.



PLANTAS MEDICINALES

Mis abuelos me enseñaron a utilizar las diversas plantas que existen en el oriente boliviano para curar enfermedades como: la flor de patujú para la cicatrización de heridas, la hoja de ambaibo para la gripe, uña de gato para el cáncer, para otras enfermedades utilizamos la corteza del roble, el cuchi, la flor de tajibo morado, el gabbitillo, el sipu sipu y el caneló.

**FLORENCIO
MANU NABI**

71 años

Municipio:
Rurenabaque

Departamento:
Beni



Plantas Medicinales

Nombre Completo: Florencio Manu Nabi

Lugar: Rurenabaque - José Ballivián - Beni - Bolivia

La Flor de Patujú



La Flor de Patujú es considerada como una flor nativa del oriente Boliviano. Además es medicinal que sirve para hacer cicatrizar las heridas.

La hoja de Ambaibo



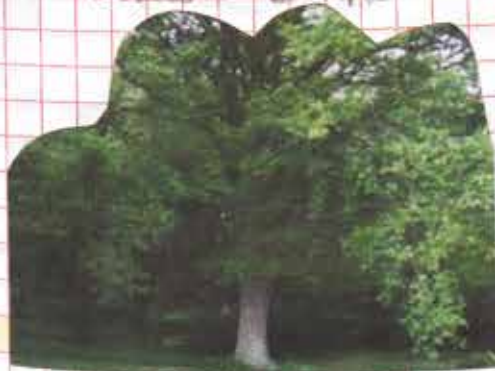
La hoja de Ambato es una planta medicinal que cura la gripe, bronquitis, para bajar la fiebre y es buena para limpiar los riñones.

Uña de gato



La uña de gato es una planta trepadora que crece de forma silvestre. Llega a alcanzar más de 18 metros de altura. Se utiliza principalmente su raíz y la corteza y con ella se prepara la medicina que sirve para el corazón.

Cesaro del Roble



Todos los partes de la planta del rubi son medicinales principalmente en su corteza, y sirve para la hemorragia y para calmar el dolor del riñón.

El Kuchi



El árbol del kuchi es uno de los más sorprendentes y poderosos medicamentos amazónicos que existe que sirve para quebraduras de huesos.

Flor del taji to morado



Se usa como poderoso tónico para aliviar el dolor del hígado y para combatir el cáncer.

Gobtillo



La Planta del Gobtillo se utiliza para sacar la vesícula.

Dipu Dipu



La hoja del dipu ripu es curativa para cortes, hinchazón de algunos golpes.

Arbol de Camelon



El Camelon es un árbol que se desarrolla en suelos húmedos es un árbol de 6 metros. y sirve para curar el resaca y otras enfermedades respiratorias

Arbol Woni



Es un árbol de gran tamaño muy conocido por los pueblos nativos y es una planta que ayuda a espumar la orina.



Alimentación



Alimentación

Las personas adultas mayores, comparten la importancia de la buena alimentación para mantener una vida saludable, estas experiencias las encontramos en: “Prácticas alimentarias de mi Pueblo Huari”, “Alimentos nativos de Pillapi”, “Alimentos ancestrales de mi comunidad Surima Grande”, “Consumo de la Cañahua” y “Elaboración del P’A’P’I en la Isla Suriqui”.

Las prácticas alimentarias en base a los productos naturales las hemos adquirido de nuestras madres y abuelas. El consumo de estos alimentos nos ayuda a ser fuertes y tener buena salud, por eso ahora comparto estas recetas en base a manzanas y habas.



PRACTICAS ALIMENTARIAS SALUDABLES DE MI PUEBLO DE HUARI

El presente trabajo fue elaborado en base a experiencias propias con objetivos propios de enseñar a toda la sociedad a consumir los alimentos naturales de la región de la provincia Sebastián Pagador; como también se dedican a la agricultura, ganadería y otros; para prevenir las enfermedades en la salud, antes las personas no alimentaban con productos naturales por ende las personas eran fuertes y sanas y no hay se ven muchas enfermedades descomulgadas por ello que me atrevo a dar algunas conocimientos importantes.

Que una persona reciba de mi mamá abuelas y otros a realizar porciones de mi producto de mi región como son la manzana que antes se lo colocaba en la Watiga, refresco como también se consume en la memoria o recuerdo de los estudiantes de toda la familia.

Prácticas de la diferentes labores como a base de los productos de mi pueblo como son de la manzana son diferentes recetas algunos de ellos mencionamos: Pay de manzana, galletas, mermelada, jugo de quinua con manzana, refresco, etc.

Derivados de habas son: Aji, Queque, Brozo, Bistec, Tostado, etc. Como también a población en casa en lactancia uno de los derivados leche de leche, queso, Yogurt, Pib, etc.

No dejando de mencionar también sonas ricas en la hortaliza, queso, orino, porcino, amedido.

En cuanto a sembrarlo lo realizamos en meses de agosto. En que mis abuelas siempre tenían buena cosecha por el cual me enseñaron a cosechar mate de haba verde y cuando ya estaba lista para cosechar de la misma forma que antes hacen el tostado de haba seca en la misma paila primero recogíamos la leña para quemarlo cuando la leña pasaba a la cocina caliente ahí se echaban la haba luego se pasaba por un tiempo de 5 a 10 minutos ya obteníamos el producto seco y sobrasa de la misma forma de este producto se preparaba en mate.

También se preparan en todo mundo va acompañando para dar sabor hoy en día se puede realizar una variedad de preparaciones con la ayuda de máquinas industriales.

La comunidad de Huari la conocida por su manzana, haba, lincho, etc. Para así darles a conocer su riqueza de estos productos.



Tiene hierro, fibra y los nutrientes A, B, C, E.
Química:
vitaminas B, C, E
con fibra y tiene
calorías y es calórico.



Nutritivo y sano
tiene vitamina A, B, C
junto con 71.1%
de agua.



Tiene antena
pero elupe como
también 45.3, 3.3,
5.2

Preparación de mermelada de Lincho

Materiales

- 3 libras de manzana
- 6 libras de azúcar
- 3 litros de agua

El maquinero

- Cocina
- ollas, bol
- Cuchillo
- espatula de madera
- trapo

Preparación:

- 1^{er} Paso: Lavar las manzanas y cortar por la mitad para sacar su corazón o semillas.
- 2^{do} Paso: Hacer hervir el agua agregar las manzanas cortadas luego remover con el agua y la espatula hasta hacer coque para saber que ya está listo esta preparación conservar el agua fría y echar un chorro del líquido de manzana y es mantener a punto cuando quieras decir que está ya listo la mermelada.

3^{er} Paso: Bajar la hornalla para enfriar luego volver en diferentes suc base

4^{er} Paso: Conclusión y degustar con el producto ya sea en desayuno y otros también deben consumir las personas que tienen presión baja.

Elaboración de Pay de Manzana Quella

Materiales

- 2 1/2 de harina
- 4 huevos
- 1/2 taza de azúcar
- 1/2 taza de margarina
- 1 cucharada de royal
- 1/4 taza leche en polvo
- Aguar de necesario

Refrino

- 5 manzanas
- 1/2 taza de azúcar
- 1/2 media cucharada de canela molida
- 2 cucharadas de licor de naranja o cointreau
- 3 cucharaditas de agua una
- 1 cucharadita de jugo de limón

Preparación 1^{er} En un bol colocar la harina margarina huevo royal, leche, azúcar y mezclar hasta tener una

masa y agregar agua tallo lo necesario

Paso 2^{er} Estender la masa con un rodillo de un grosor de 5 mm en un molde limpio previamente enmantado forrar con la masa con la ayuda del rodillo cortar la masa y restar de darle y llevar al horno a una temperatura de 180°C

Paso 3^{er} En un sartén agregar la manzana picada a la juliana juntamente con el azúcar licor canela agua jugo de limón

Herramientas

- Horno semi industrial
- bases de payes
- 2 bol. sartén
- Cuchillo
- papel aluminio
- espátula



Todo ello llevar a la cocina para hacer coque hasta que los manganos estén bien cocidos.

Paso 4.^o Sacar del horno la masa y agregar la mangana luego con la masa cruda restante extender y cortar en tiras para envolver el pay de mangano y papas con brocha con huevo.

Paso 5.^o Llevar al horno a una temperatura de 180°C por un tiempo 15 a 20 minutos.

Gallitas de manganas

Ingredientes

- 1 taza de mangarina
- $\frac{1}{2}$ media taza de agua
- 2 Huevo
- 3 tazas de harina
- $\frac{1}{2}$ mangano rallado
- 1 cucharillo de sal
- $\frac{1}{2}$ taza de leche



Herramientas

- Horno sin inducción
- Cuchara
- Mesa
- Moldes



Preparación: En un bol, tamisar la harina, agregar la sal, los huevos, la leche y hacer bolillo luego agregar la mangana y un poco de agua fría y amasar con las manos de los dedos y dejar reposar por 15 minutos sacar la masa y extender a un grosor 5mm y sacar en el molde luego llevar a los platos previamente enmantecados y llevar al horno a una temperatura 180°C por un lapso de 5 minutos.

Api de Harina Lacteado

Ingredientes

- 3 Kilos de harina de trigo
- 1 Kilo de Maizena
- 1 Kilo de leche
- 1 Kilo de Harina blanca
- 5 Kilo de Azúcar
- 4 gramos de canela molida
- 5 gramos de clavo de olor

Herramientas

- Un bol
- Una olla
- Una jarra
- Espátula
- Cuchara
- 90x120
- 180°C , etc
- Tamisador

Galletas de Haber

Ingredientes

7 kilos de harina de trigo
3 kilo de harina de haba
1 kilo de harina de cebada
2½ kilo de azúcar
5 huevos
1 kilo de leche
50 gramos de sal
2½ de margarina
100 gramos de polvo de hornear
Una cucharada de esencia de coco
60 gramos de bicarbonato
1 kilo de margarina
300 ml de agua

Herramientas

Un bol
Vasos
molde
horno semi industrial
gas efa
latas
Charroles
tamisador

Preparación: En un bol tamisador las harinas, azúcar, leche, sal, margarina, coco, margarina, bicarbonato, margarina. Luego mezclar hasta obtener arenilla los materiales. Hacer una canchana agregar agua tibia y amasar suavemente con las yemas de los dedos cuando hecha la masa suave llevar a una bolsa por un tiempo de 15 min socan la masa y extender a un grosor de 5 mm y socan en el molde luego llenar a las latas en mantecadas previamente y llenar a horno a temperatura 180°C por el lapso por 15 min

Conclusión

yo Melby Flores Miranda participante Posolpabetización quiere terminar expresando que altos son algunos de las tantas preparaciones que me enseñaron más abuelita y otras a base de mis productos de Huari Talves sería impartir mis conocimientos empíricos ya que a hora puedo redactar mis propios recetas y con lo que nos enseñó de la profesora a elaborar masas culinarias y otras a base de los productos ya mencionados talves sería buena para que sumen y eleven productos naturales porque la so

socialidad sean sanas y fuertes, para enfermedades desconocidas
porque antes no había necesidad asistir a los centros
de salud como también vivía más años.

A todo ello me atrevo a plasmar mis recetas siempre
viendo a la sociedad de hoy en día ellos no quieren
consumir como antes pero hay que darse formas para
que nuestros niños, jóvenes, etc consuman lo nuestro





INTRODUCCION

En la Comunidad de Pillapi, antiguamente la sociedad consumían los propios productos del contexto, lo cual significa tener una vida sana, es por esta razón el trabajo referente a los alimentos nativos, como ser la quinua, garbanzo, granos, haba, oca, papaliza, papa y isaña las cuales se hará una breve explicación de cada producto.



DESARROLLO DEL TEMA

ALIMENTOS NATIVOS DE LA COMUNIDAD "PILLAPI"

Los saberes y conocimientos ancestrales de la comunidad "Pillapi". Antes se alimentaban por nuestros propios productos del contexto como ser:

Quinoa: Este producto era suma importante en esos tiempos lo transformaban en diferentes alimentos los siguientes:

- Pisqi: Este alimento era muy importante para nuestro organismo por que fortifica a los huesos ~~este~~ plato se consumia como almuerzo

- Pisqi Waracha: Este alimento se consumia en vez del desayuno. Se prepara con leche

TIPOS DE K'ISPIÑA

K'ichi K'ispiña: Esto alimento se consumia para los largos viajes por ejemplo preparaban para el cuartel esto alimento no entraba facilmente en podrefaccion,

Japu K'ispiña Esto alimento se consumia en vez del pan en el desayuno tambien para merienda. El que consumia este alimento trabajaban toda la jornada sin tener hambre.

Q'ia phi K'ispina: Este alimento se preparaban para el trabajo lo tenían como mitienda para sustentar toda jornada del día también lo acompañaban con Wallagi, mas que todo realizaban en las fiestas.

K'ispina de Palabra: Este alimento se consumía en las fiestas mas que todo preparaban en los Irpaqas y matrimonios.

Este alimento era sumamente especial para los novios estos saberes vienen desde abuelos antiguos que ellos lo practicaban como una comida especial para que su familia que tenga una hogar llena de todo tipo de tener como ser: dinero y productos etc.

LAWA DE QUINUA: Este alimento se prepara o consumían en tiempos de lluvia para el contra el frío.

JUGO DE QUINUA: Este jugo se preparaban en vez del refresco y desayuno mas que todo consumían los niños.

KANAWA: También se realiza diferentes tipos de alimentos como: Pito de Kanawa.

Pito de Kanawa: Este alimento se preparaban para los viajes largos que sustentaban a la persona que esta viajando toda su jornada de viaje.

Luego también se realiza TAYACHA esto consumían en tiempos de helada para tener una salud adecuada.

Por eso los dientes de esos tiempos eran fuertes que comparable de ahora y también refresco de Kañawa

GRANO DE CEBADA

También lo transformaban como pito, Fathaska, phiri, y Chocho Ka

Estos alimentos eran diario en el consumo de la familia en sus vivencias.

HABA: Es producto andino y muy consumido de las familias, lo preparaban como mote, Jamp'hi, thajo Kallu y Jalonta consumo diario de una familia también en esos tiempos reemplazaba a la carne.

PAPA: Este alimento se consume diario también transformaban como chuño y tunta.

OCA: Este producto se prepara como sopa de oca, fiambre también se transforma como Caya y Umacaya.

ISAÑA se prepara como Kati de Isaña, tayaña lo utilizaban como medicina para el "Prostata"

PAPALIZA: Se preparaban como sopa de papaliza aji de Papaliza lo conocían como almuerzo especial

Todo estos alimentos mencionadas eran muy importante en esos tiempos,

SUGERENCIA:

Todo estos alimentos de beríamos rescatar en estos tiempos, para así tener una buena salud y durar mas años como nuestros antepasados.

ALIMENTOS ANCESTRALES DE MI COMUNIDAD
"SURIMA GRANDE"

El consumo de productos naturales como: papa, maíz, trigo y cebada, ayudan a mantener buena salud, estos alimentos son producidos de forma natural, como nos enseñaron nuestros ancestros, para empezar a sembrar hay que encomendarse a la Pachamama con la q'uwa y la ch'alla.

AQUILINO
MARIN SESGO

64 años

Municipio:
Tarabuco
Departamento:
Chuquisaca



*Los alimentos ancestrales de mi
Comunidad Surima Grande*



maíz



papa



trigo



cebada

Yo Aquilino Marin Sesgo soy del
Departamento Chuquisaca Provincia
Yamparacé Municipio Tarabuco Comunidad
Surima Grande.

Mi Comunidad se encuentra a 30 Kms.
del municipio de Tarabuco y a 79 Kms.
de la ciudad de Sucre, somos de
idioma quechua hablantes.

En mi Comunidad producimos diferentes productos o alimentos ancestrales como ser:

A) - Variedad de papa.

Qhalla runa, malcacho y sari imilla.

B) - Variedad de maiz.

Maiz amareillo, maiz blanco, maiz calli y maiz para tostado (Chukchi Sara).

C) - Variedad de trigo.

Artillano trigo, chaklla trigo y cambial trigo.

D) - Variedad de cebada.

Cebada comun, mogó cebada y cebada negra.

Estos alimentos o productos han sido producidos desde nuestros antepasados de generación a generación. primeramente para producir estos alimentos nosotros en mi Comunidad

Suma grande, preparamos el terreno, luego damos ofrenda a la madre Tierra con una ritualidad la q'ada, esto lo realizamos con el proposito de que la madre Tierra nos de buenos productos



Posteriormente lo realizamos la siembra de estas diferentes alimentos ancestrales para realizar esta actividad de siembra utilizamos las diferentes herramientas como son:

El arado, yugo, aijón, látigo, coyundas, reja, argolla, picota y una Junta de

buenos.

Esta siembra de diferentes productos la realizamos en familia comunitaria ayunés y minkas ayudándonos unas a otras.

Posteriormente en los meses de abril, mayo y junio lo realizamos la cosecha de estos productos ancestrales, luego lo almacenamos en diferentes jiruas. Cada producto o alimentos



Estos alimentos guardamos para consumir diariamente todo el año y lo que sobra llevamos a la feria de todos los domingos al pueblo de Tarabuco de nuestro querido municipio y así mantenerse económicamente.

También mencionar que el maíz es uno de los productos que posee de mucha importancia del cual realizamos la rica Chicha para realizar las famosas challas para toda clase de acontecimientos como ser:

Para las fiestas de Santa Santiago, Mamita Rosario y otras.





En mi comunidad, en vez de pan consumimos la cañahua que es un alimento nutritivo, por eso me mantengo saludable no tengo ninguna cirugía, voy a cumplir 76 años y todos piensan que tengo 60 años.

CONSUMO PITO DE CAÑAHUA

Para mí el pito de cañahua es muy importante, yo consumo pito de cañahua desde que era niña, mi mamá murió cuando yo tenía 7 años, me quedé con mi papá y mis tres hermanos, mi otra hermana vivía con otra familia.

Como solo teníamos a mi papá para él era más fácil preparar pito de cañahua eso era lo que nos faltaba en casa, era nuestra comida desde el desayuno, almuerzo y cena con más frecuencia, también comíamos quinua y carne de llama, a la edad que tenía yo tenía que cocinar y todos los días para mi papá y mis hermanos.

El pito de cañahua lo consumíamos con agrado nunca dejamos que ya no queramos que sea todo los días, para enonces tenías que comer lo que había sin escoger, con ahora lo hacen desde niños escogen la comida. Mi Papá viajaba para conseguir otros productos, hacíamos platos de Barros y mi Papá y uno de mis hermanas viajaban para realizar el intercambio de productos. Pienso que estas alimentos eran muy buenos y es por eso que

hemos crecido mis hermanas y yo somos de una estatura grande, mi hermana que vivía en otro lado con otra familia no es alta.

Actualmente soy de la tercera edad y cre que las personas nos volvemos pequeñas cuando ya somos ancianos, el pito de cañahua yo lo consumía con sopa de la carne de llama era tan grasoso pero muy agradable, hoy andía escuchando decir que no se debe consumir cosas grasosas pero antes la comida no te hacía daño, lo que más consumí fue pito de cañahua, pito de trigo, quinoa y la carne de llama,

Cuando me case dejé de consumir tales productos debido a que las comunidades no son iguales además las familias, son las que no consumen dichos productos, supe mucho, es más la cañahua en ese lugar solo consumían las ovejitas, las daba flajera recogerlas, y con el tiempo empecé a recoger la cañahua y comencé con el proceso de elaboración del pito y les gustó, poco a poco empezaron hacer pito de cañahua.

Soy madre de ocho hijas. tres han muerto y cinco ya son mayores de edad, tengo nietos

nietos, bis nietos, tengo 75 años en unos meses cumpliré 76 años, pero las personas piensan que tengo 60 años, no tengo ninguna estruía. lo único que me preocupa es la vista, es muy bueno consumir pitto de cañahua, de trigo, quíhua, actualmente consumo los dos, a veces de trigo después cañahua, no consumo pan muy raramente, hoy en día no se consume mucho y es por eso que envejecen con rapidez la alimentación te ayuda a conservarte joven, a los niños no les dan pitto de cañahua, algunos conocen pero no les gusta y las mamás no les obligan.

Actualmente preparo el pitto de cañahua, de trigo es todo un proceso algo complicado, debemos lavar hacer secar, tostar en olla de barro en fogón, lo mejor es en Khona, pero eso es lo que yo no puedo y llevo a la moladora pero es una pena que mis nietos no quieren consumirlos. Para mí es muy bueno consumir pitto de cañahua y deberíamos consumir todos.

Gracias.

El pito de cañahua es un cereal poco conocido y al menos aprovechado por la población boliviana es un alimento esencial como fuente proteínas y minerales como el calcio fósforo y hierro.

el valor nutritivo y energético de la cañahua es superior al de la quinoa con un 22 por ciento de proteínas. Las cáscara de la cañahua es una fuente de fibra dietética que al no ser absorbida por el organismo ayuda a controlar el peso corporal, facilita la digestión actuando como una especie de escoba que limpia los intestinos arrastrando toxinas y aliviando así el estreñimiento.



El P'AP'I es una forma de cocinar el pescado en hornos contruidos con piedra "waja", después de pescar condimentamos y horneamos el pescado para consumirlo con la familia.

ELABORACIÓN DE P'AP'I EN ISLA SURIKUI

1.- Acopio de peces

A través de las técnicas de pesca de diferentes especies para la elaboración de p'api, como ser garachí, mañari, ispi y peseneg.

2.- Lavado y secado de peces

Una vez reunidos los peces se lavan destripando y retirando los escamas para una buena higiene del producto, luego de esta operación se pone sal y se se hace secar poquito sol, los peces deben estar un tiempo encima de totora, paja y otro.

3.- Preparación de piedras

Para la construcción del horno de piedras macho, (waja gale) porque este tipo de piedra es resistente al calor del fuego, la piedra macho se puede reconocer porque brilla, poquito, además en la construcción del horno se emplea todo tipo de piedras medianas y pequeños, a los más pequeños se llama phachí gale.

4.- Construcción de horno de piedra (waja)

Se construye con las piedras escogidos de forma circular y cónicas, antes de construir, en la tierra se hace un pequeño hoyo no muy profundo para el depósito de cenizas.

5.- Aligado de horno

Una vez construido el horno (waja), se hace el calentamiento y luego

Atizado hasta llegar hasta llegar a los 120°C . la temperatura del horno o waja, la temperatura se calcula por las piedras calientes que ya presentan un color blanquecino. calor suficiente para la cocción del pescado pápi. El atizado se puede hacer con ramas de eucalipto, totoras y otros. En nuestra isla mayormente se atizan con totora.



6.- Preparado de cenizas para acomodar las piedras calientes. Después del horno calentando lo suficientemente, se retira las cenizas para preparar las piedras calientes de forma circular, donde los peces para su cocción.



7. Acomodar piedras calientes en forma circular

Después de retirar las cenizas, se acomodan las piedras calientes en forma circular, este procedimiento se realiza con mucho cuidado para no sufrir quemaduras, obviamente se debe manipular con mucho cuidado, se realiza en contra manivela.



8. Acondicionamiento de peces

Seguidamente, los peces seleccionados se acomodan sobre las piedras calientes para su acondicionamiento, se tapa con papel de cemento, desde que se pone los peces hasta obtener el api debe pasar entre 40 y 30 minutos aproximadamente dependiendo de la temperatura de las piedras calientes.

9. Resultado de waja chawlla

Pescado papi listo para consumo como alimento o para trueque con otros alimentos.





Historia



Historia

En los temas presentados se muestran diferentes facetas históricas, unas que tienen que ver con el desarrollo del arte y de la artesanía a través del tiempo, como: “El arte y la cultura de la artesanía en madera”, la “Historia de los Molinos de Capinota e Irpa Irpa”, “Historia de las aguas dulce de Sacaca”, “Historia del Pueblo Guaraní”, “Historia de las comunidades”, “El racismo”, y la “Minería Femenina”.

Como me contaron mis abuelos, los molinos se obtuvieron como una recompensa a quienes intervinieron en las batallas de Junín y Ayacucho, de esta manera se logró la adjudicación de los molinos y tierras de Cucuni, Camarani, Cuchu Punata y Saracosi.



Historia de los Molinos de Capinota e Irpa Irpa.

Termina la guerra de la independencia, Bolivia queda libre del yugo español, un 6 de agosto de 1825, la gran tarea de reconstruir la patria, comenzó en las cartas periodas de gobierno del libertador Bolívar, y del gran Mariscal de Ayacucho Antonio José de Sucre, este último comprobó que las mejores tierras y haciendas estaba, en poder de la iglesia y otra en poder del estado.

Luego de pequeños intrinatos el tercer gobierno llega a ser el del Mariscal de Ziputa Don Andrés de Santa Cruz y Calahumana, hombre dotado de grandes virtudes e inteligencia a toda prueba.

Apagadas las fulgores de las batallas había que comenzar a vivir, el solar estaba entregado a los hombres, pero en seguida había que edificar la casa debía tener una arquitectura hecha con la ley de Santa Cruz, nació de madre india y de padre criollo, sembrado de futuro y de guerrero, gobernante, legislador, fue el que dio las primeras leyes que tuvieron vigencia por más de un siglo.

Como vicepresidente de la república, le acompañaba su leal camarada el General José Miguel de Velasco, quien por haber intervenido en las batallas de Junín y Ayacucho, tenía derecho a percibir una indemnización de guerra "En premio de lo que le cupo en el millón de pesos decretado por la asamblea general de Bolivia, a favor del Ejército vencedor de Junín y Ayacucho".

Conforme se ve en el acta de adjudicación de las molinas y tierras de Cucuni, Camarani, Cuchu Punata y Saracosi.

Es así que cumplidas las diligencias de mensura inventarias, avalúas y constatación de que se trata las terrenos vacantes pertenecientes al estado el gobierno del mariscal de Santa Cruz, decide adjudicar el fundo en 17531 pesos, valor de su tasación practicada el 29 de diciembre de 1828 por el perito Francisco María Hebles, en favor del Camo,

Señor Vicepresidente de la república general José Miguel de Velasco, no obstante de que este valor era superior a la deuda que el estado reconocía en favor del héroe, quien toma posesión de la finca por medio de su apoderado el Dr.

Miguel Salguero y Claus, expresada su conformidad

y declarando saldada su cuenta en su memorial de 27 de julio de 1829, corrientes a fojas del expediente relativo.

Debe recalcar que la propiedad comprendía también Taracollo serrana próxima a Orcorna, Yuruni, Berigallo Bañori saracasi o jacacasi.

Antes de instalarse en la hacienda el general, vivió un corto tiempo en Capinota en la calle de la Iglesia, la tercera casa contando de la plaza 15 de agosto, hasta que se habilitó la casa hacienda que estaba frente a las molinas de cuatro paradas "un edificio con 4 molinos", y comenzó la explotación de las fértiles Tierras de lo que hoy se conoce como Ipa Ipa, antigua hasta el advenimiento de su muerte en su tierra natal de Santa Cruz de la Sierra, el 13 de octubre de 1859 fue presidente de la república en cuatro oportunidades.

Posteriormente la familia Velasco a través de su legítimas herederas continuó explotando las molinos y tierras de cucuni, sufriendo el original punto divisiones y subdivisiones como consecuencia de sucesiones hereditarias algunas miembros de esta familia sentaron raíces en Capinota como la señora Elena Velasco de Wichtendall Velasco, que poseían la propiedad de Apillapampa.



Yo me dedico principalmente al tejido que me enseñaron mis ancestros, vivo en Llawarjuqu; les voy a contar como son las características de mi comunidad, su geografía, límites, costumbres religiosas, la organización política, las formas de producción y educación.

Merkañaxa Uñt'añani

Yuriwixa: Thaya Lipi

Suyo: Inquisivi.

Marka Yahuaroco. 5ta Secc.

Municipio = Ichoca.

Nayan sutixasti Felix Chambi Nina, tataxasti Adrian Chambi Sernaqastwa sumaqamasiñin munirixampi Lucia Canaviri, irnaqaz raktwa Telar sawuñampi, lortwa chulla wayita Kurtillate, manta phullu, ikinanaka, Juqampi lori ristwa Janiwa Kemañeñjama Kisa Jani illawaññaxa. Urbanización Nueva Esperanza U Khanwa Jakasta Viacha Merkan Distrito 6.

Amt'awi: taqñin uñt'asina sataki Kunjamsa gamestan, Kaw Khan Kiritansa.

Nayaxa Jakasiyatwa Yahuaroco U Khan; Sañ monerakiwa llawar Juqxu = llawar = sangre owilz — Juqxu = bofedal.

markaxan utjiri jakirina kaxa 29 ut'aptwa, jiqi pasti ñi 232 Hts. U Khanwa. wali jach'akiwa Uragixa ñi 1.500 Hectareas U Khanwa. Lir tatana kasti, ~~ya~~ jakawixanja uñt'awaytwa irpirina kaxa Eloyerio Bautista, Adrian Chambi, Alejandro Colque, Andres Wallpa, Nicolas Mamani, Eusebio Cori Satarakiwa jichuro Alcantaxa.

Yatiñ Yatichawi tugi: nairapachaxa Janiwa utjkataynati Yatichz Wika, Janirakiw utasa, patronanaka wugisipxiritayna, wali jawq'ata ukhama q khititix yatiñ munkana Ukeruxa. ñi utjkaña jach'z ch'axwawi 1952 U Khanz qullqimpiw Yatiñ uñt'añax utjanz UKa ch'axwawi pasxipansti utxanwa ma chacha sata sutini Armando Waldez, Supervisor Colquiri ukatwa utt'away

Yatin' uta. ghuchi sata ukharu, UKhansti 80 yatigirinakaw
 utxapxayatxa jisklat Jach'a Kama (inicial a sexto) nairiri
 yatichixa setanwa pasevel Inojosa; Ufisti taphilzatanwa
 qunuñapasti - T'alpha lawitana Ka; Jichaxa Sume Utawa
 yatín utaxa; UKhamaraki markachirinsa utxiwa sume utanaka
 jurayrapipxutowa Jach'a Apu Mallku. Evo Morales Ayma,
 utxiwa tuz qhana, quma uma - pilz a domicilio - neira
 pachaxa. michiritumpi, lik'i michampi, urag'i pampitanwa
 Jan ukasti patat'i ukhitanwa qillqasiñiri; uwix lik'i, qarwa
 lik'i uka kiwa suma qhantayirinxat' utanxa.
 Yatichirixaxa wali qhurunwa lawampi, qalw itxäsiña, pirqarw
 mutjayasiri Janiw Khitis Arxatastrikiti. antisakiw Auki tazykas
 tugisiri yatñamaw sasaz.

Qullayasiñ tugita. nayrapachaxa chhuxumpikiw qull'asiñiri
 Yumariso usutxa UKhamaraki Kalinturarux qullañawa qarwa
 lik'impisarna usuta, qarzehi usuta, qullana Ka j utjiwa
 Warkunka, lag'atanitani, yuka liptu llaza ukenakaw ujutaki
 Waly, mä Jun'tu ikinarw llawuntasiña ukat phuthutsayasiña
 ukatxa wali K'uchikiw sarnaqasiña. Janiw utj'kanti Jach'a
 yatxata qullirina kaxa
 Ajayu usutsti qullasiñawmä chofugumpi khiwina ukatsti a Klu
 Chikiw sarnaqasiña; UKxa wuraxiwa Auki tazyke.

Religion utjapxiwa iyawsirinaka Katuliku - Kräturu iyawsi-
 rinaka. JuK'eniKiwa. Sebática.
 JuKlampis iyawsapxiwa: wak'as, Achachilas, illas, chullpas
 Kunfur mamani UKanakaru.

Utjara Kiwa mē iyawsan gullitu sotipasti "Wilz Sirkz"
 ukawa Jach'z diwsaxa. tagi Kun Churi. Yupaychanawa sapa
 marz yapucha phaxsina "San Andres", ma soma Janq'u
 qarwampi, wilampi, manq'asinawa walisoma aychenaka
 ehika uruta nā inti Jatzkama, tagi markachiniwa srañz
 waliy thupuntān Kusisisa (mosenada) pasante satawa
 * Khititix qarwa churki ukax, ukalrusti ch'z khapax
 Janiw Jaqtanaki, tawqthapiñawa mawjaru qarwas
 Kipka ukatsti tuct'ayanawa ninampi phichantasa ukatxa
 Khillampi, wilampi, taqpachaw imanjanā. akz arust'awixz
 Soma zchu utjanapataki, Jani Jaqix Jiwanapataki, uywax
 Wali miranapataki, * Walx quris gullqis utjanapataki
 tagi markachinina katzaki aski Jiwa Kipuniwa, ukatxa
 tuktzayaruja pillusiñawa t'entampi piqiru Kun Karu
 uKhama. Jach'z phunchawix Janiw utjiki.

Politica

mallkus. Alkanti Kumunal
 Strio general

Colindas:

Inti Jalsuru tugitja	ch'ellz	sata	markawa	"Colquiri"
Inti Jaktz	"	Jzuren	"	"
Araxz	"	Wzrkz	"	"
Irweqarusti	"	q'lanuma	"	"

Achu nazkapz. Ch'ugiz, apillz, Jawsaz, Jupha, qanawa;
 auzaz, cebada uywatzi; lehuqz, cebollz, zanzhoriz.

Uywanakapz. pagz, iwijz, zllpagz, zsnz, wekanzka.

Utjara Kiwa mē iyawsan gullitu sotipas
 ukawa jach'e diusaka tagi Kun Churi. Yupayel
 marz yapucha phaxsina "San Andres", ma
 qavwampi, wilampi, manq'asintawa walisun
 chika uruta nā inti jata kama, tagi markac





En Sacaca, el agua de nuestros ríos y arroyos es dulce y cristalina, no la consideramos solamente agua, sino también sangre de nuestros antepasados, por eso la cuidamos y presevamos.

Sacaca Capital del agua Dulce

En tiempos milenarios de su recorrido por los lugares de los territorios desconocidos por estas regiones é jurisdicciones de Cochabamba y Potosí de Bolivia Sud América, los descendientes del continente Europeo: España, Francia y otros: San Bartolomé, San Luis y Santiago; recorrieron largos caminos para llegar a estas regiones. Pasando por Kircauri que hoy en estos tiempos llamado Municipio de Bolívar el departamento de Cochabamba.

POBLACION ORIGINARIA DE KIRCAURI.- Esta población antigua mente esta situado aproximadamente casi a 5. kilómetros al sud- oeste de la capital Bolívar.

— En Kircauri los habitantes de ese lugar se encontraban en una fiesta con mucho folgorio del momento de acuerdo a la bonrachera pasajera, que en ese momento aparece al medio de la fiesta nuestro tata Dios traducido en una persona de edad muy avanzada y con mucha hambre nuestro cruzador supremo que nadie presta atención ni por compasión ni un plato de comida, su presencia facial chorreando mucho moco de la nariz; viendo a una hermana originaria le limpia su moco con su allmilla y el abuelito en ese momento le indica a la mujercita: HITA RETIRATE DE ESTA FIESTA y emprende tu caminata hacia el este sin darte la vuelta atrás para mirar al pueblo maldito, una historia como: Adán y Eva no le hicieron caso a nuestro Dios y parece la misma situación, la mujercita hace el esfuerzo de darse la vuelta para observar que esta pasando con el pueblo de los malos y justo estuvo mirviendo el pueblo y la mujercita queda PETRIFICADA cargada de sus hijos y por eso se llama.

"MAMAKU TIRAWISEA", que hoy por hoy esa piedra utilizamos en la medicina andina tradicional de parar cualquier enfermedad que tanto daño hace u ocasiona al ser humano.

CAMINATA DE LOS SANTOS PATRONES: En la caminata interminable y por mucho cansancio se queda San Bartolomé en la población del pueblo herido KIRCAWI (Bolívar) que en esos tiempos se convirtió el Santo Patron milagroso de Bolívar y se recuerda cada 24 de agosto, como la fiesta de CHUTILLOS en nuestra capital POTOSÍ, COLQUECHACA y otros lugares del estado plurinacional, seguidamente continúan la caminata entre los santos Discípulos de: San Luis y Santiago.

SAN LUIS DE SACACA: San Luis purisor de la caminata y para su sed y para su sed se lleva un PULO DE AGUA, después de largo recorrido por las lomas de: Waripalara y Huayra Chungara, bajando por la ladera de HUMA PIRWA, el rico idioma de nuestro Quechua quiere decir: Reservoirio de agua dulce, casi ya al llegar a sacaca da un resbalón y como accidente suelta el PULO de agua y se quiebra, como milagro aparece cantidad de agua dulce que hoy en día sirve para regar nuestra madre tierra que nos da alimentos de sobrevivencia a propios y personas ajenas al lugar, AGUA DULCE potable para los habitantes como también para nuestros animales haciendo funcionar molinos de agua como: puetera, teja y lino, quinsa parada y parte de nuestra cultura las: Calles de sacaca con aceras y canaletas de agua dulce construidas con piedras, losas calidad Alay Mosca, aparte el agua potable y los ríos son parte de nuestra vida que sacian y alimentan a nuestros hijos, por tanto hay que tratarlos con mucha dulzura y cariño nuestra agua dulce u por todo ello es amando para

nosotros los sacaqueños como algo excepcional. Todo esta rubricado como la sangre que une a una familia.

- El agua Dulce y cristalino que discurre por los rios y arroyos no es solamente agua, sino tambien es la sangre de nuestros antepasados y no es justo que quieran apropiarse lo que no les corresponde a otras comunidades del contexto sacaqueño

FIESTA PATRONAL: Cada 25 de agosto celebramos nuestra fiesta patronal, llamado Rey de Francia "SAN LUIS" de sacaca.

BROTOS DE AGUA: Ojo del agua, Phitiwilliri y Quinsa Talsmín. Paychiri

UNIFORME DEPORTIVO: El uniforme deportivo con el logo tipo

"SACACA CAPITAL DEL AGUA DULCE" Utilizan los alumnos del colegio N.º. José Alonso de Ibarra, alumnos de la Unidad Educativa "Ladislao Cabura", alumnos de la unidad Educativa "San Luis de Sacaca", estudiantes de la Unidad Académica "San Luis de Sacaca", CAADI San Luis de Sacaca y uniforme deportivo del Hospital "San Luis de Sacaca".

FUNDACION DE SACACA: Fue fundado en el antiguo social en el año 1417 por la Organización Religiosa de los padres JESUITAS en el seno de los Charca kankaras del sistema Originario.

LA IGLESIA: La Iglesia Católica San Luis de Sacaca se construyó en el año de los 1550 de E.C.; que hoy por hoy es una Iglesia Colonial.

TORRE SACAQUEÑO: El magistoso e incomparable torre de piedra fue construido en el año 1921 por el constructor Huamaca, que por su construcción se criticada por 2 años no fue reconocido por las autoridades.

de Saanca, en consecuencia el constructor Huanca inicia un proceso legal a la H. Alcaldia Municipal de aquel entonces, que al final del proceso Legal el ganador fue el constructor Huanca.

- Para empesar la construcción de la torre HUANCA sacrifica a 2 hombres, a cada lado de los simientos entier vivos completamente en estado etílico a los hombres, esto con la finalidad que la obra tenga una duración eterna que hasta el momento se conserva así.
- La torre de piedra a sufrido una descarga eléctrica de un rayo que en ese momento desaparece la cruz de la cima
- Por todo esto lo llamamos a nuestra torre de piedra,

"TORRE MALICI"

ALTURA:- Tiene una altura de 47 mts.

SANTO PATRON DE SANTIAGO:- Continúa su viaje solitario por Cruz la población de Santiago de Catacora para quedar el Santo patron del lugar, está ubicada en la provincia Gral. Bilbao del departamento de Potosí

Se festeja cada 25 de Julio recordando a Tata Santiago:

* Santiago de Catacora.

* Huañema.

* Tata Bombori

* y otros



La artesanía en madera, es un arte que he aprendido de mis abuelos, ellos me enseñaron a conocer los diferentes tipos de árboles y maderas, también a construir y utilizar las herramientas de forma artesanal y elaborar bateas, sillas, mesas, catres y otros.

Olimpiada del Saber.

"El arte y cultura"

El que contó: Seferino Segundo
Comunidad "Tentami"

Antecedente.

En la Comunidad de Tentami, perteneciente al municipio de Machereti, provincia Luis Calvo Departamento de Chuquisaca, jurisdicción de la tercera Sección del municipio de Machereti y así mismo perteneciente de Capitanía Zona Machereti.

Yo, Seferino Segundo Cuellar, vivo en la Comunidad de Tentami vengo desempeñando el trabajo desde el año 1980

Como profesión Artesano transformando de diferentes tipos de herramientas de hogar para que se utiliza en el hogar y también para el Comercio, con este trabajo sustento a mi familia, aportando económicamente en la educación para que estudie a mis hijos y a mis nietos.

Esta profesión de artesano me gustó mucho desde muy joven me practique y ayudé a hacer mi tío cuando estaba haciendo batea, cuchara de palo, plato de madera, etc.

¿Que tipos de madera Se necesita para hacer ?

Mi tío me indico: lo que son maderable; empezando de las plantas de algarrobos, Robles, Cedros, Quinas, chacharosas, y otros.

Actualmente estamos utilizando las plantas de los árboles de Cedros, para esto aique saber cuando se puede cortar, y cuales deben cortar y muchas personas corta por cortar nomas la madera y no lo utiliza todos. Mi personas ya he tenido la experiencia de clasificar a los árboles primero aique mirar al grosor y ver su cascara y si ya esta madura y eso se utiliza y sabe bien tener paciencia para construir Vateq.

¿Qué materiales se utiliza ?

- 1 árbol de cedro que tenga cascara maduro
- 1 hacha filito
- 1 Machetón
- 3 clases de zuelas, (Para, cabar, refinar).
- 3 clases de piedras (lizo, aspero).
- 1 Metro.
- 2 Transformador o compas.
- 1 Regla, 1 lápiz o carbon.

¿ cómo se hace Vatea ?

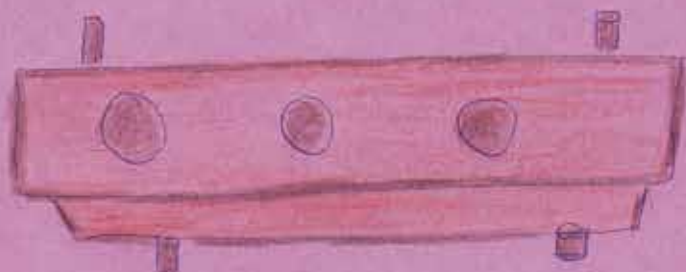
- Se busca una buena madera bien madura calculando que tenga

un diámetro de 80 a 100 cm. para amasar harina, para lavar ropas. etc. Mayor^{mente} hago de 60 cm de ancho y 70 de largo. y es vendible y su precio económico dando el valor de 180 a 220 Bs. Si hago 2 o 3 vateas ya me sirve para comprar víveres, útiles, vestimentas para mi familia. Les cuento que también hago, silla, mesa, catres, Sombrero de plástico de cinta. y todos este trabajo voy enseñando a mis hijos, nietos(as) donde ellos pueden realizar este tipo de trabajo artesano y también doy la oportunidad a los jóvenes que aprenda hacer este trabajo de mi comunidad.

Nuestra Cultura ?

Nosotros Somos la cultura Guaraní, seguimos manteniendo nuestra idioma, la costumbre, la Fiesta Comunitaria, trabajo Comunitario, practicamos en los valores de respeto de uno a otro a la cultura, nosotros somos amante de la naturaleza y nuestro principio es vivir en armonía y vivir bien en la comunidad. Este principio nos enseñó a nuestro tatarabuelo para cuidemos *ĩvĩ Marẽĩ* "La tierra Sin Mal" Nandereko metairamino la costumbre de vivir en unidad, Meteko okaguasu, como un solo patio o plaza donde nos reflexionamos a nuestro problema familiar, la tristeza y donde buscamos a solucionar problema familiar y de la comunidad.

Dibujo Trabajo de Artesanía.



Prensa común.



Mazuela



Mazuela



Compas común



Cazo de barro

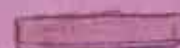
Piedras para afilar



Cazo



Lápiz



Regla



Lija común



Lija común



Cazo



Les voy a contar como éramos maltratados en la época de los patrones, en las comunidades, todas las personas desde los niños hasta los ancianos trabajaban de manera forzada y bajo castigos severos, es así como murió mi papá.

PATRONES Y
RACISMO EN MI COMUNIDAD
Bueno yo soy Eulalia Veizaga y
quiero contarles
una historia que
viví cuando tenía
5 años
vivía junto con mis
papás en el municipio
de Colomi, vivíamos
felices, humildes pero
felices.



pero después llegaron muchos hombres
muy altos, malos y mandones, yo no
lo sabía pero eran los patrones
y capataces que llegaron a adueñarse
de nuestra comunidad y de nuestras
tierras.

Desde entonces nuestra vida cambió, esos
patrones hacían trabajar a nuestros padres
y madres, en caso de que no trabajen
les pegaban y castigaban, mientras
yo tenía que cuidar las vacas y las
ovejas, ellos me castigaban y
me pegaban mucho hasta
reventarme la espalda cuando
se entraban a los sembradíos
de maíz o de otra cosa. Recuerdo
que una primera vez que las
ovejas se dañaron en el sembra-
dio de papa y oca, en vez



recibí mucha paliza porque yo era la encargada del rebaño por eso me castigaron y me insultaron y eso quedó en mi corazón que no olvido jamás.

Mi papá trabajaba para los patrones y si no lo hacían lo castigaban hasta lastimarlo, recuerdo que una vez le pegaron hasta hacerle vomitar sangre, una vez mi papá llegó muy cansado a mi casa y yo me puse a llorar porque estaba muy lastimado. Mi papá era un hombre honrado, trabajador y honesto; después de un tiempo mi papá ya no quiso trabajar para los patrones; entonces mi papá hizo un hueco en el cerro allí se escondió por 2 días al tercer día le dije que me llevé con él y me llevó y nos escondimos allí yo escuché un ruido muy extraño que venía hacia nosotros, mi papá me dijo que me callara, mi papá salió del hueco para ver quien era el que estaba corriendo hacia nosotros, y era uno de los patrones, mi papá me dijo que no saliera del hueco yo temblaba de tanto susto, porque tenía miedo y mucha angustia, escuché gritos de mi papá que lo dejaran en paz y no lo lastimaran, ese día lo mataron, yo salí del hueco y lo encontré tirado en el suelo, maltratado y ensangrentado, yo corrí a mi casa para avisar a mi mamá



Entonces avise en que estado estaba mi papá, mi mamá muy asustada que conmigo rápidamente llegamos donde estaba mi papá, mi mamá le toco el pulso y dijo que estaba muerto.

Fue un dolor muy grande para mí y toda mi familia la muerte de mi papá. Desde entonces tuve odio y más miedo hacia los patrones.

Poco tiempo después los patrones se fueron del lugar de repente (1952) yo no supe por qué se fueron, para mi comunidad fue una gran alegría, porque ya no había más castigos, en cierta medida vivimos en libertad. Toda esta historia que les comento duró como 5 años.

Cuando inicié la Escuela tenía 7 años, solo 2 años estudié primero y segundo, me sacaron de la escuela porque ya podía escribir mi nombre.

Cuando tenía 15 años vine para el Tópico a trabajar con mi tía, después de 3 años conocí a un hombre y se lo presente a mi mamá y después de un año nos casamos, tuve 12 hijos 8 de los 12 hijos murieron y dos vivieron, mi hijo me dio 3 nietos y mi hija me dio 2 nietos, uno de mis nietos no estudió porque no le gusta, pero a mi nieta le gusta estudiar y le falta un año para salir Bachiller, ahora puedo decir que soy feliz a pesar de todo lo que he vivido, aunque recuerdo poco fue muy triste el tiempo de los patrones.

LOS PATRONES





Ba tptRETA OIKOGUERE

Kua arapo se Ktrei se miari opaete Pevareta
setptreta jekore, jare Kirairaxo oyapo jemimbodera

ÑANEHIARI Ajaya jare Ttrure.

oyapo vaera ajaya jareTiru Kuimbae jare Kuñareta ombapo vaera
oyoreta kaape oeka vaera Karagueta ouae supa yave oiparavareta
maTuisa Ipuere vaera opara uk+ Temimonde ra.

Erei deirambue omborpe oyapo tambapo oima mokoi yovu oyapo vaera
Tembiapo, mopeti jeko ttraja oñapiti ttrare jokogui oyambottraje
Ipireri mayave okireta opomombt vaera ipuere vaera ikavi oyekua
Temimonde iru mbaraviki jeko Karagueta oyamboruta mopetiara ipuravi
oyamboruru mopeti Ptare jokogui ononono takpare oyeka tura ipera
okua ptepe vaera

omombtuma yave okireta opomombt vaera jokogui oyapo vare temimonde
reta.

Jañave YAIKUA TEMBIURETARE :

Kuimbae dai rembueve oy ikoparambueve Koetide yavema opua
oyupero yave iaramyare jou aveti Kagtjt, jaraminovi Kuimbae
atereque oytz yave omapiaro joui aveti Kagit, oita mopeti o
mboaptara yave kaape ngtrajatako igetpo atikui, aveti piriri,
(Kagtjt) Kagtjt, jare yukt jembiura iustkape

Yasavi Jañave Tambiporu uvi Jaa Vae

Kuimbae oikua kaviyatako mbaadunga tura ikavita ngtrapara
jare ijutza oyo kaape yave oketako tura ouet igtrapara ouae supa
yave oñape kavitako omopirerirugua agyeta omokajimata jagaeke
ikaviyeta ombayuka ptepe vaera jaraminovi ijut tura ouet
nguko oyapotavi ombazapi ptepe vaera jayzueñoiko ombayukata
jare ptepe

Ngtrapa isara guka ipireque oyapo rata ipoiatko oyotaretata jokogui
oñape kavi tpuera vaera oñapiti igtrapara opemayave isa onono
ngtrapara yave jama iytza Pratzpa omoata kaviko oñajti kavi
opita igtrapa vaera, jayzueño ko kavita ombayuka ptepe

La Historia de Mi Pueblo Guarani

Hoy Día quiero hablarle de la importancia de como se elabora la vestimenta (túnica y el poncho) del guarani su alimentacion y una de la herramienta que usaban para cazar.

La Túnica:

Para elaborar el tejido de la túnica y el poncho nuestro antepasado realizaban la recolección del garavata que se traduce en guarani Karaguata y posteriormente lo seleccionaban, el garavata mas largo lo traían para que los artesano transformara el material, existian dos forma de elaboración de transformación de este material, la primera forma era tirar una pita hecho de güembé sobre la rama de dos árbol luego se lo ligaba hasta que se quede el material bien delgado posteriormente los transformaban en hilo para seguir el siguiente paso tejer la túnica así como al poncho, en la otra técnica se lo remojaba toda una jornada o una noche luego se lo retiraba para marcharlo y convertirlo en hilo para luego proceder al tejido.

Conozcamos el alimento mas primordial del hombre trabajador y cazador:

El hombre guarani antes de ir a su chacra o de caseria muy temprano toma chicha de maiz para el desayuno y de tapeque se lleva una tarichiea mascada por una mujer ya sea su esposa o hija del hogar tambien se lleva maiz tostado (pipoca) y pito de Maiz acompañado de carne asado

Ahora conozcamos la herramienta del guarani cazador.

La Flecha:

El hombre guarani tiene que conocer perfectamente al árbol o al palo del cual elaborara el arco que tendra un uso muy util pero veamos como se lo elabora se busca el palo conocido como wayacan tiene que ser un material bien fino (Duro) de muchas resistencia se lo aplana a un grosor del 8centímetros, de largo dependiendo como lo requiera el usuario.





Por necesidad y para mantener a mi familia, tuve que incursionar en el trabajo de la minería, fui una de las primeras mujeres que inició este trabajo. Trabajé en interior mina al igual que los hombres, luego estuve como palliri y como rescatiri, por eso les comparto como es la experiencia de trabajar en la minería.

Tema

Formas de Producción del Municipio Uncia

Antecedentes Históricos

Antiguamente Uncia era un Municipio netamente minero. La gente del campo migró a la ciudad para dedicarse a este rubro porque en su momento la minería estaba en su auge desde la época de Patiño. Posteriormente Comibol se hizo cargo de la administración de la Producción Minera y finalmente a partir de la relocalización se comenzó a organizar en Cooperativas Mineras. Actualmente la minería ya no es del todo el sustento económico de Uncia, muy aparte de que las explotaciones han bajado ya no existe mineral, pero aun habemos trabajadores que continuamos Trabajando porque no hay fuentes de trabajo. Debido a esta situación muchos campesinos que migraron a la ciudad, están volviendo a sus Lugares de origen para dedicarse al agro; es así que Uncia se puede decir que sus formas de Producción hoy en día son el agro y la minería.

Mi persona se dedicó a la actividad Minera, desde mis 16 años, en 1970 a partir de que mis papás se separaron, me vi en la necesidad de trabajar porque mi madre sola no podía con el sustento económico de mi hogar. Para empezar me afilié a la cooperativa Juan del Valle y Camense a trabajar en interior mina junto con los hombres vestida como ellos. Posteriormente por lo peligroso que era trabajar en interior mina, me dediqué a trabajar en el río Bolívar.

Actualmente los que participan de la producción Minera en este Municipio son:

Los Socios Cooperativistas: Organizados en cooperativas y la mayoría trabaja en interior mina.

Las Palliris: Son socios organizados que también se afiliados a la cooperativas y trabajan en los desmontes (chancando = golpeando) las piedras para rescatar el poco mineral que hay.

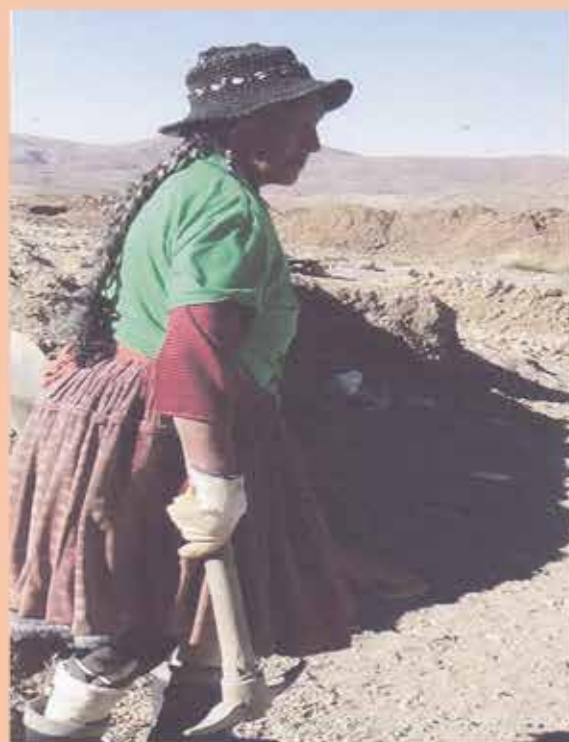
Las Rescatiris - Son señoras que se dedican a comprar mineral a los cooperativistas en bajos precios con el fin de obtener ganancias.

En cuanto a tecnología yo puedo decir que no contamos con tecnología. Solo usamos en interior mina dinamita ~~ando~~ para disparar, compresoras y si no hay se trabaja a pulso con barreno con diamantina porque se rompería el barreno sin la diamantina. Una vez que sacamos la carga lo llevamos al ingenio donde empezamos a concentrar para sacar el estero así puro en donde usamos la mortero, palo, sedaso, fondo y cantado que sirve para sacar el bronce.

Entonces puedo decir que nosotros no contamos con tecnología para hacer nuestro trabajo:

Por tanto somos personas propensas a enfermarnos por la contaminación y hasta sufrir accidentes por la falta de tecnología.





Serie:
Revista de Saberes y Conocimientos
de Adultas/os Mayores

Construyendo una
educación
para la **Transformación e Inclusión**

