

MINISTERIO DE  
**educación**

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA 



**Os lewabenwanrani di lawajeswanrani  
nos lolos di mowima**

**El libro de medicina del pueblo movima**

**Nación Movima  
Educación primaria comunitaria vocacional**



# **Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima**

**El libro de medicina del pueblo movima**

**Nación Movima**

**Educación primaria comunitaria vocacional**

## **Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima**

El libro de medicina del pueblo movima

### **DEPÓSITO LEGAL**

**Primera edición**

**Año 2011**

**© Organización indígena:**

Subcentral de los Pueblos Indígenas Movima (SPIM)

### **Equipo de investigación UMSS – PROEIB ANDES**

#### **Coordinador General**

Fernando Prada Ramírez

#### **Coordinadores de Campo**

Juan José Bellido

Cintya Rus Ledezma

#### **Investigadores**

Augusto Román Onarry (SPIM)

Verónica Barroso Mendizabal (UMSS)

### **Coordinación General y Asistencia Técnica UNICEF**

Adán Pari Rodríguez

## **Revisión de la escritura movima**

Consejo de Hablantes de la Lengua Movima (CADIMO)

### **Diseño y Diagramación**

Sergio Araoz Revilla

### **Edición de Texto**

Mayra Rodríguez Gandarillas

Andrea Arze Pando

### **Apoyo Financiero**

Cooperación del Gobierno de Finlandia

UNICEF

El presente trabajo fue realizado en el marco del acuerdo firmado entre UNICEF y la Universidad Mayor de San Simón (UMSS), por medio del PROEIB Andes, con fondos del Gobierno de Finlandia.

Este libro es propiedad de la Nación Movima. Se permite la reproducción total o parcial de este libro sólo cuando no tenga fines comerciales ni de lucro, citando siempre la fuente.

## Presentación:

La idea de “texto escolar” es una construcción social de las personas. En este sentido, es portadora de una significación y representación de la vida en una sociedad concreta. Tradicionalmente, este discurso ha institucionalizado la relación de saber-poder en la escuela en beneficio de la cultura dominante mestiza o criolla.

Ahora, los presentes libros escolares elaborados a partir de los sistemas productivos de las culturas indígenas amazónicas, buscan cambiar esta idea y brindar a los niños la oportunidad de aprender y crear desde su propia cultura, con los discursos y saberes de sus abuelos, padres y parientes. Por ello, estos libros cuestionan la concepción del libro escolar tradicional, basado en la memoria y la repetición, y orientan las prácticas de aula hacia el desarrollo de un currículo acorde a la realidad.

Estos libros escolares son una apuesta para mejorar la calidad de aprendizaje de los niños y niñas indígenas que asisten a estas escuelas. Ellos aprenderán mejor a leer y escribir a partir de las historias que conocen; el razonamiento lógico matemático mejorará a través de la solución de problemas concretos que les plantea la vida comunal y productiva.

Los libros integran en su diseño dibujos creados por los niños y niñas mosetén, movima, tsimane’ y takana, que intentan motivar en ellos y ellas el amor por sus libros, siendo una forma efectiva de compartir la cultura de padres y abuelos con las nuevas generaciones.

Agradecemos a los niños y niñas de las escuelas que han participado dibujando, y a sus padres, abuelos, expertos, investigadores indígenas y maestros de las comunidades takana, mosetén, movima y tsimane’, que han trabajado para que el efecto discursivo de estos textos empodere a estas sociedades indígenas amazónicas y fortalezca los procesos de reproducción cultural.



**Introducción**

**UNIDAD 1:  
LA IMPORTANCIA DE LA MEDICINA Y LA SALUD EN  
EL PUEBLO MOVIMA.**

¿Qué entendemos por medicina natural y tradicional?...12  
 ¿Qué entendemos por salud y enfermedad?.....16  
 ¿Qué entendemos por síntoma?.....17

**UNIDAD 2:  
¿CUÁLES SON LAS ENFERMEDADES MÁS COMUNES  
EN NUESTRA COMUNIDAD?**

¿Por qué nos enfermamos?.....20  
 Tipos de enfermedades.....22  
 Enfermedades físicas.....22  
 Enfermedades del alma.....59

**UNIDAD 3:  
¿CÓMO TRATAMOS LAS ENFERMEDADES EN EL  
PUEBLO MOVIMA?**

¿De dónde extraemos los remedios para curar las  
 diferentes enfermedades?.....72  
 Elaboración de las medicinas naturales.....76  
 Medicinas de origen vegetal.....79

Remedios de origen animal.....94  
 Remedios de origen mineral.....107

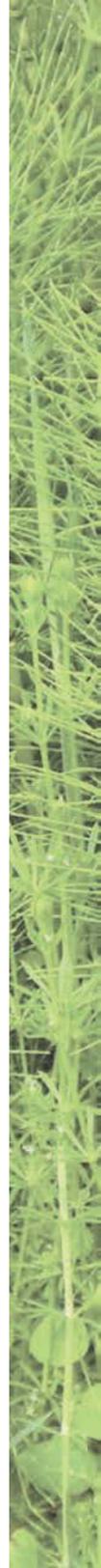
**UNIDAD 4:  
¿QUIÉNES NOS CURAN CUANDO ESTAMOS  
ENFERMOS?**

¿Quiénes son los especialistas en curar las  
 enfermedades físicas?.....113  
 ¿Quiénes son los especialistas en curar las  
 enfermedades del alma?.....124

**UNIDAD 5:  
OTRAS FORMAS DE CUIDARNOS PARA NO  
ENFERMARNOS. RITOS, PRESAGIOS Y SUEÑOS:  
¿QUÉ NOS ANUNCIAN?**

Los ritos.....130  
 Los amuletos.....137  
 Sueños.....141

**ANEXOS**





Los conocimientos vigentes en el pueblo movima están basados en la cultura, las creencias, los mitos y la relación que tiene este pueblo con la naturaleza. Estos saberes han sido transmitidos a nuestros abuelos hace muchos años y ellos nos los transmiten permitiendo que se mantenga la cultura movima.

Todos estos conocimientos siguen siendo practicados y transmitidos, pero muchos de ellos corren el peligro de desaparecer o transformarse.

El presente libro, **“Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di movima”** (el libro de medicina del pueblo movima), hará mención de la salud y la enfermedad como estados que sentimos y vivimos diariamente. Así también, permitirá ver cuáles son las medidas o soluciones que adoptamos para aliviar nuestros malestares físicos y del alma.

El pueblo movima tiene un amplio entendimiento en el cuidado de la salud y, además, esta es una actividad que se realiza desde hace muchos años. Dicha actividad se basa también en el conocimiento de los elementos de la naturaleza como plantas (tallo, raíz, corteza, hojas, flores y frutos), partes de animales (órganos de sus cuerpos) y recursos minerales (piedras o barro), con los que se tratan diversas dolencias.

Los tratamientos siempre están a cargo de personas que tienen conocimiento y habilidades para poder reconocer la enfermedad y determinar el tipo de tratamiento que se debe dar al paciente.

El objetivo de este libro es recordar y recuperar aquellos conocimientos importantes de la medicina tradicional en nuestra cultura y que han sido ordenados en este material de manera que nos permitan entender qué es salud, qué es enfermedad, qué tipos de enfermedades existen, cuáles son las enfermedades más comunes en nuestro territorio, en qué consiste la medicina tradicional movima y otras formas alternativas a las que recurrimos para aliviar nuestras dolencias. Sin embargo, antes de empezar en esta nueva aventura, tomemos en cuenta que, a lo largo de este libro, varias personas mayores y también niños y niñas nos acompañarán con sus conocimientos y saberes.

**¡No olvides!**

Para preparar los remedios naturales necesitas la ayuda de personas mayores.



WAYABO



**LA IMPORTANCIA DE LA MEDICINA Y  
LA SALUD EN EL PUEBLO MOVIMA**

# **Unidad 1**

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

La importancia que tiene la medicina natural en el pueblo movima, como en toda la Amazonía boliviana, se traduce en el desarrollo pleno de la vida y de la cultura. Nuestro territorio se encuentra en una zona privilegiada, ya que se trata de una región tropical, con diversidad de plantas y animales (a diferencia de otras zonas de Bolivia que poseen limitados recursos naturales).

Muchos de estos insumos naturales son usados en la medicina, ayudándonos a curar y a prevenir diferentes enfermedades.

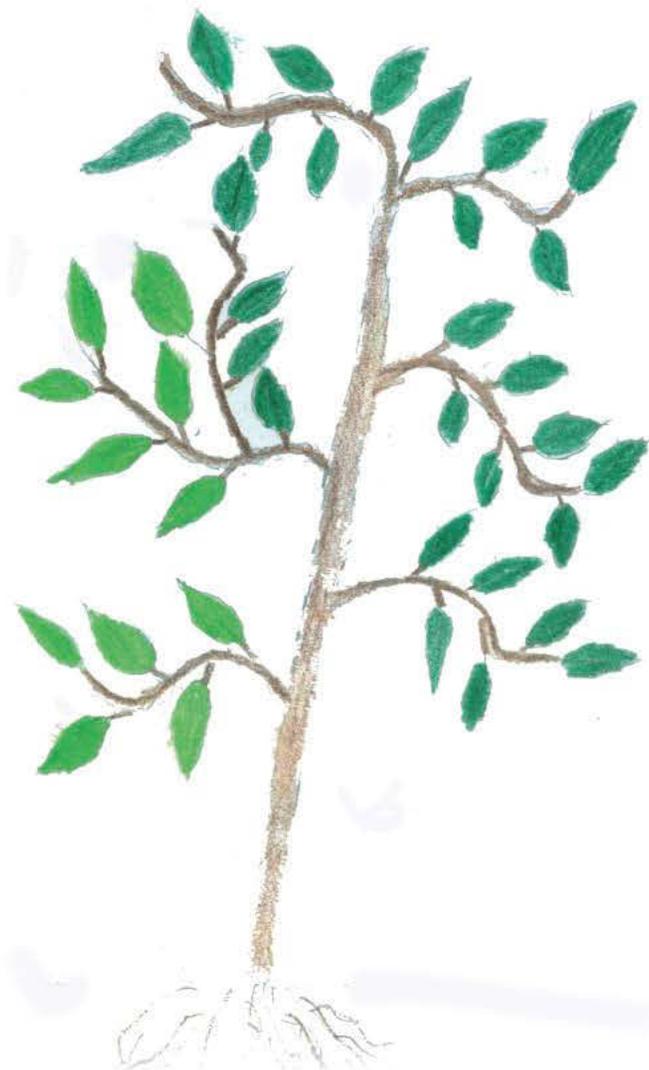
#### ¿QUÉ ENTENDEMOS POR MEDICINA NATURAL Y TRADICIONAL?

**La medicina natural** es elaborada con recursos de la naturaleza, plantas, animales o minerales que son preparados de manera manual en la casa.

**La medicina tradicional** se refiere a las curaciones realizadas con recursos naturales del lugar. Estas curaciones han sido transmitidas de generación en generación, aliviando dolores y malestares muy comunes en los habitantes de nuestro territorio.

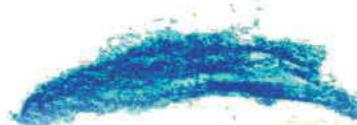
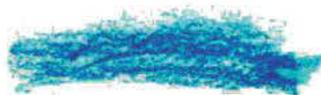
#### ¿Sabías que...?

Los conocimientos sobre la medicina tradicional (el uso de plantas, minerales y animales) están siendo olvidados y reemplazados por otros que no son propios de nuestra cultura: las pastillas, inyecciones o brebajes que, si bien son efectivos, causan otro tipo de reacciones en nuestros organismos.



Las personas en la cultura movima prefieren usar la medicina tradicional o medicina natural, porque es menos dañina para el cuerpo humano, es decir, no causa efectos colaterales en nuestros organismos.

Actualmente, las personas que conocen sobre las plantas, los animales y los minerales usados en la medicina son muy pocas, ya que son ancianas o no han puesto en práctica los conocimientos transmitidos por sus ancestros. Entonces, nuestro deber, **dichi:ye** (niñas y niños), es recuperar y conservar estos saberes para poder recurrir a ellos cuando los necesitemos.

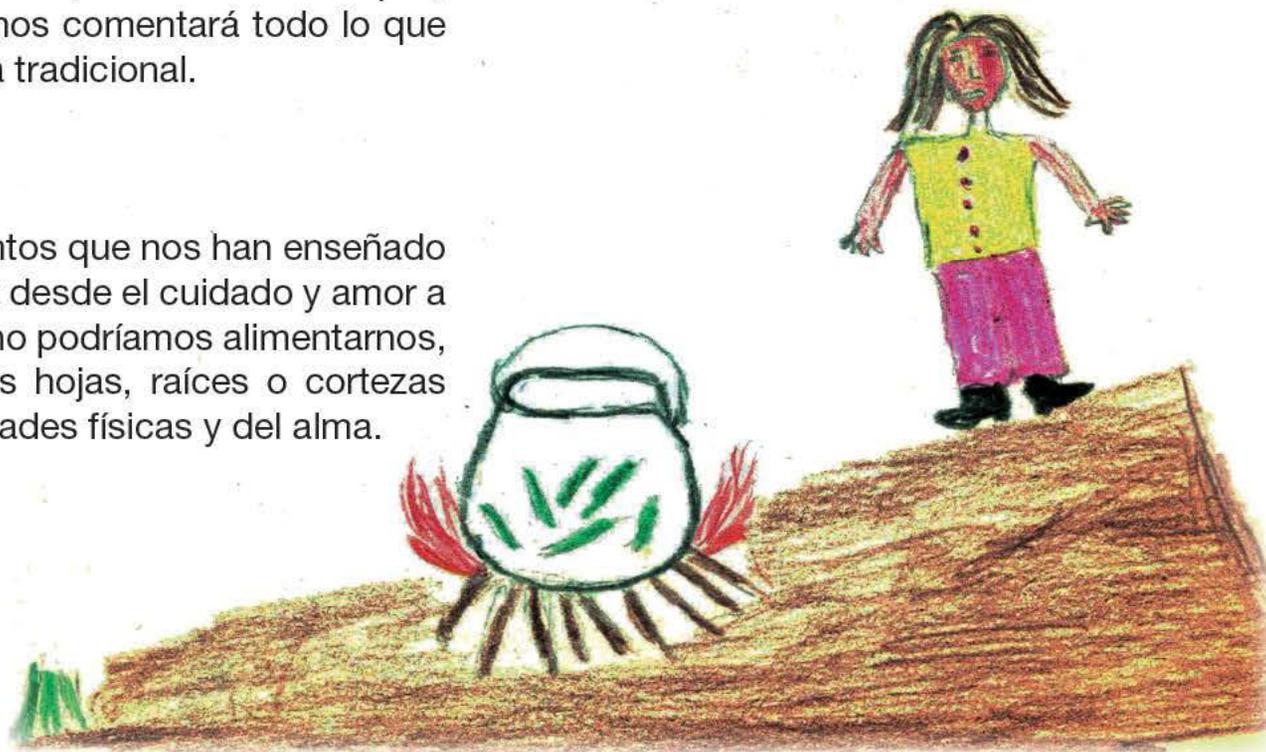


**EFFECTO COLATERAL**  
Reacción nociva o negativa  
ante un medicamento.

Pero, ¿qué pensamos los movima acerca de los cambios que hemos tenido en el uso de nuestra medicina tradicional? En esta oportunidad, don Vidal Almaquio, hablante de nuestro idioma, nos comentará todo lo que conoce acerca de la medicina tradicional.

### ¡Empecemos!

Así es, pero estos conocimientos que nos han enseñado nuestros antepasados partían desde el cuidado y amor a la naturaleza, porque sin ella no podríamos alimentarnos, respirar ni proveernos de sus hojas, raíces o cortezas para curar nuestras enfermedades físicas y del alma.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

¿Cómo están, **dichi:ye** (niñas y niños)? Yo soy Vidal Almaquio, vivo en Santa Ana de Yacuma y quiero compartir todo lo que mis abuelos y padres me enseñaron acerca de la medicina. Pero antes déjenme contarles que, hace algunos años, los médicos se reían de nosotros porque curábamos con remedios naturales y no utilizábamos los medicamentos que ellos repartían. Ahora, ya no es así, porque en otros países, algunos médicos emplean mucho la medicina natural que, a través de la observación, han aprendido de nosotros; por eso es que están muy interesados en saber todo lo que nosotros conocemos sobre nuestras plantas, animales y minerales para elaborar las medicinas naturales.

#### ¿Sabías que...?

Desde hace miles de años, los pueblos originarios amazónicos, como el nuestro, conocen la fuerza curativa de la yuca, el cara coré, la paja cedrón, la papaya, el guayabo, el limón, el urucú, el alcornoque, la palta, la uña de gato y muchas hierbas medicinales que nos ayudan a curar nuestras enfermedades.



Por otra parte, la buena salud en nuestro pueblo es indispensable para que podamos desarrollar nuestras actividades diarias en la **asna** (casa), el chaco, el **chamímo** (monte) y la escuela. Para los movima, estar bien y poder realizar nuestras actividades diarias nos hace sentir felices y útiles en nuestra comunidad.

“Para mí, estar con buena salud es la riqueza, porque usted sabe que sano puede trabajar, puede estar tranquilo, sé que estoy bien y puedo mantener a mi familia, pero lo más triste es estar enfermo, ¿no? Estoy sano y puedo hacer muchas cosas, pero de enfermo ya no puedo hacer nada, es lo más triste, ¿no?”.

Vidal Almaquio, Bella Flor, 2008.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

#### ¿QUÉ ENTENDEMOS POR SALUD Y ENFERMEDAD?

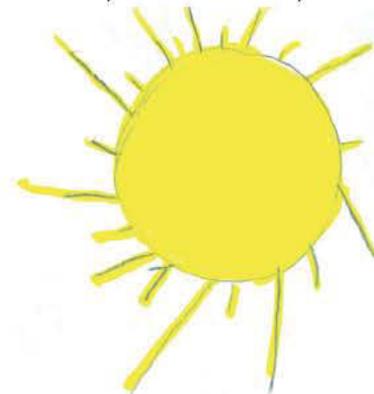
Para nosotros, la salud y la enfermedad son periodos que se presentan en la vida. Quienes están sanos son personas trabajadoras, responsables en el cuidado de su familia y viven en tranquilidad; en cambio, una persona que no está sana no puede trabajar ni estar en armonía con su comunidad.

#### ¿Cómo es una persona sana?

- Es fuerte y con mucha energía.
- Es Feliz
- Come, duerme, corre, camina, y salta sin problemas.
- Le gusta estudiar, leer, cantar y bailar.
- Ayuda en la casa.
- Trabaja y se siente contenta al hacerlo.

#### ¿Cómo es una persona enferma?

- No es útil para sí misma y su comunidad.
- Es malhumorada.
- Tiene el ánimo y el cuerpo débiles.
- No tiene energía para correr, saltar, caminar ni nadar.
- No tiene ganas de estudiar, leer, cantar ni bailar.
- No puede ayudar en la casa, porque no tiene energías para hacerlo.
- No puede trabajar.
- No tiene fuerzas para ir a cazar, pescar, sembrar o recolectar frutos.



## ¿QUÉ ENTENDEMOS POR SÍNTOMA?

Son avisos o señales que nuestro cuerpo nos da para decirnos que estamos enfermos. Algunas formas de manifestarse pueden ser: dolores de cabeza, vómitos, diarrea y falta de apetito.

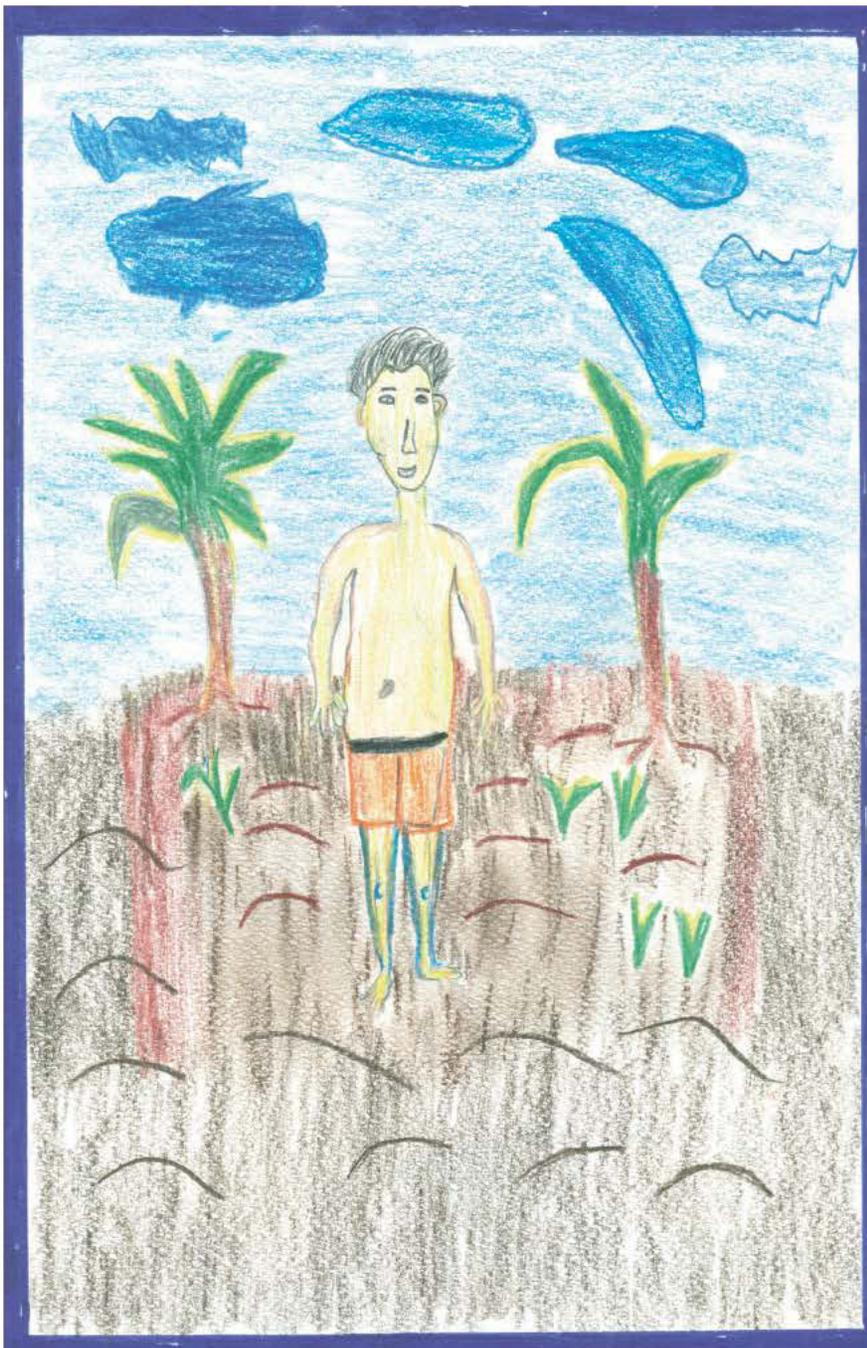
La enfermedad es lo opuesto a la salud; cuando nos sentimos enfermos, algo en nuestro cuerpo o alma no está en armonía, no está bien. Por esta razón, los movima tenemos formas de percibir tanto las enfermedades del cuerpo como las del espíritu, y la principal manera de hacerlo es estando atentos a las señales que nuestro cuerpo y alma nos dan y que se manifiestan como “síntomas”.

Los síntomas son similares en muchas enfermedades, sin importar qué tipo de enfermedad tengamos, pero el tratamiento para cada una es diferente. Cuando sabemos que estamos enfermos, buscamos la manera para aliviar estas molestias o dolores y para esto recurrimos a medicinas y a personas que pueden ayudarnos a identificar qué es lo que realmente tenemos.



# 1 Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

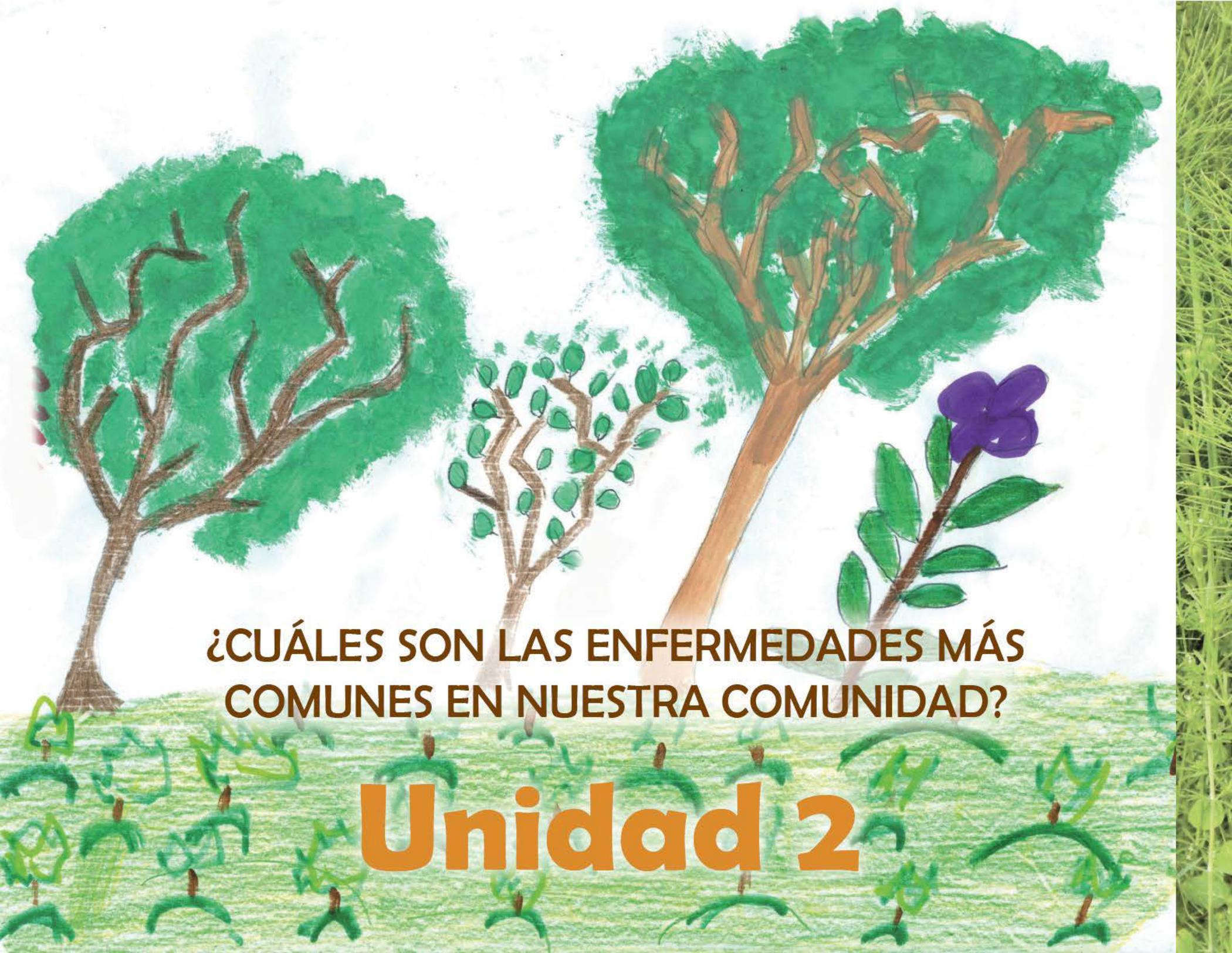
El libro de medicina del pueblo mowima



## TRABAJEMOS:

Conversemos sobre una de nuestras enfermedades. Trabajemos en grupos de dos personas:

1. Recordemos una enfermedad que padecemos.
2. Conversemos con nuestros compañeros sobre qué síntomas tuvimos.
3. Escuchemos a nuestros(as) compañeros(as) y anotemos en nuestros cuadernos cómo se sintieron, qué síntomas tuvieron y qué hicieron para aliviarse. Luego, compartamos las respuestas que rescatamos de nuestros compañeros.
4. Observemos al niño que está en el cuadro y, en una hoja de papel, describamos todo lo que vemos. Para realizar la descripción, usemos adjetivos calificativos (lindo y feo, gordo y flaco, etc.).



**¿CUÁLES SON LAS ENFERMEDADES MÁS  
COMUNES EN NUESTRA COMUNIDAD?**

# **Unidad 2**

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

En algún momento de nuestras vidas nos hemos sentido enfermos y hemos tenido diversos síntomas, de esa manera hemos aprendido a reconocer diferentes tipos de enfermedades. Describir cada una de ellas nos llevaría mucho tiempo, por esa razón sólo haremos mención de aquellas enfermedades que son más frecuentes en los **dichi:ye** (niños y niñas) y los adultos de nuestra comunidad.

En la presente unidad, hablaremos sobre las enfermedades más comunes en nuestra comunidad, pero antes veamos cuáles son las causas de las enfermedades.

### ¿POR QUÉ NOS ENFERMAMOS?

Nos enfermamos debido a dos tipos de factores: externos e internos. Los factores externos son todos aquellos que nos rodean y que representan un riesgo para nuestra salud como picaduras de insectos, golpes, caídas, cortes e incluso las bacterias y virus, los cuales son seres tan pequeños que no podemos ver a simple vista. En cambio, los factores internos son aquellos que se manifiestan y afectan nuestro organismo sin que podamos verlos, pero podemos sentirlos.

Nosotros distinguimos dos tipos de enfermedades: unas que son del cuerpo y otras que son del alma. Las enfermedades del cuerpo más comunes son el dolor de cabeza, de estómago y la fiebre. En cambio, las enfermedades del alma son el mocheó y el arrebató.

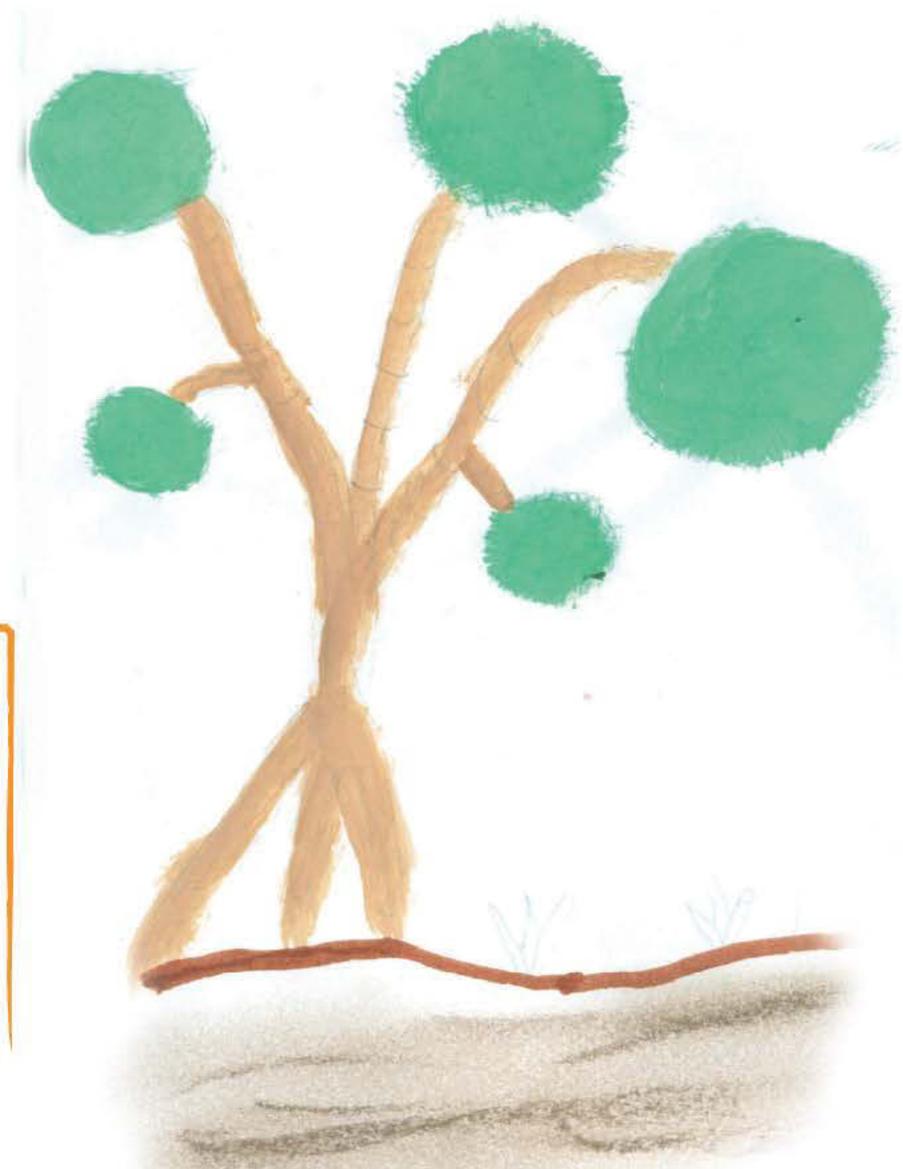


¿Qué entendemos por órganos?

Los órganos se encuentran dentro de nuestro cuerpo; algunos de ellos son el corazón, los pulmones, el estómago, etc. Se encuentran agrupados en sistemas (sistema nervioso, sistema sensorial y otros) o aparatos (aparato respiratorio, aparato digestivo y otros)

**¿Sabías que...?**

Las enfermedades del alma tienen una estrecha relación con todo nuestro entorno. Si no estamos en armonía con la naturaleza, nos enfermamos; por eso respetamos y cuidamos mucho la naturaleza y los amos que habitan en ella.



**TRABAJEMOS:**

Actividades en aula para los **dichi:ye** (niños y niñas)

1. Nos dibujamos.
2. Ubicamos dónde están nuestras extremidades inferiores y superiores.
3. Describimos qué partes de nuestro cuerpo están en cada una de estas extremidades.
4. Anotamos los datos en nuestros cuadernos.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

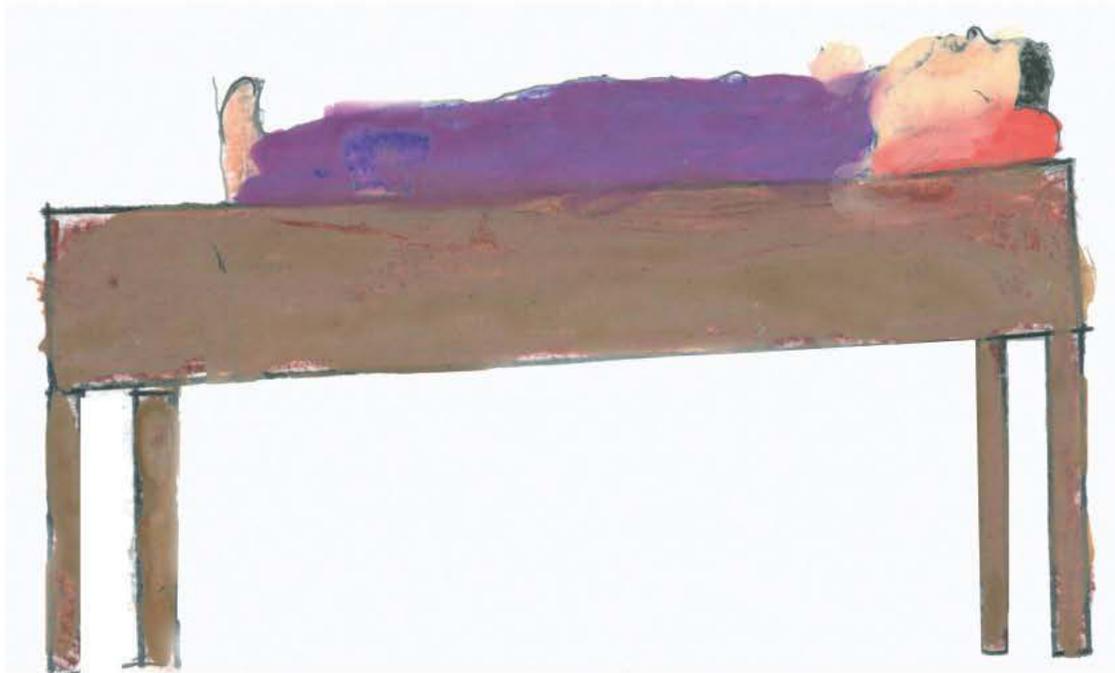
#### TIPOS DE ENFERMEDADES

Las enfermedades del cuerpo son diferentes de las enfermedades del alma por: los factores que las causan, las personas que se encargan de sus curaciones y el tipo de tratamiento que se debe seguir para aliviar unas dolencias y otras.

Entonces, es importante recordar que no podemos tratar de la misma manera un resfrío y un mocheó, ya que necesitamos medicinas y procedimientos diferentes. En los próximos párrafos haremos mención de estos tipos de enfermedades y los procedimientos que se deben seguir para curarlas.

#### ENFERMEDADES DEL CUERPO O FÍSICAS

En nuestra comunidad existen enfermedades del cuerpo que generan molestia, a veces mucha y otras veces, poca. Las más comunes y de las cuales haremos mención son la diarrea, los bichos, los vómitos, la fiebre, el mal de ojo, los dolores, las sarnas, los puchichis, las heridas, las fracturas, los resfríos y las picaduras.



## La diarrea

Tenemos diarrea cuando nuestro cuerpo nos pide ir varias veces al baño y las deposiciones (caca) que hacemos no son normales, estas son líquidas y algunas veces con sangre, y tienen un color amarillento con algunos rastros blancos. La diarrea se presenta con mucho dolor y tiene mal olor. Puede estar relacionada con diferentes enfermedades infecciosas como la disentería y el cólera; estas dos son muy peligrosas y por eso debemos prestar atención a la siguiente descripción que se realiza de la diarrea y de los cuidados que deben seguirse para evitarla:

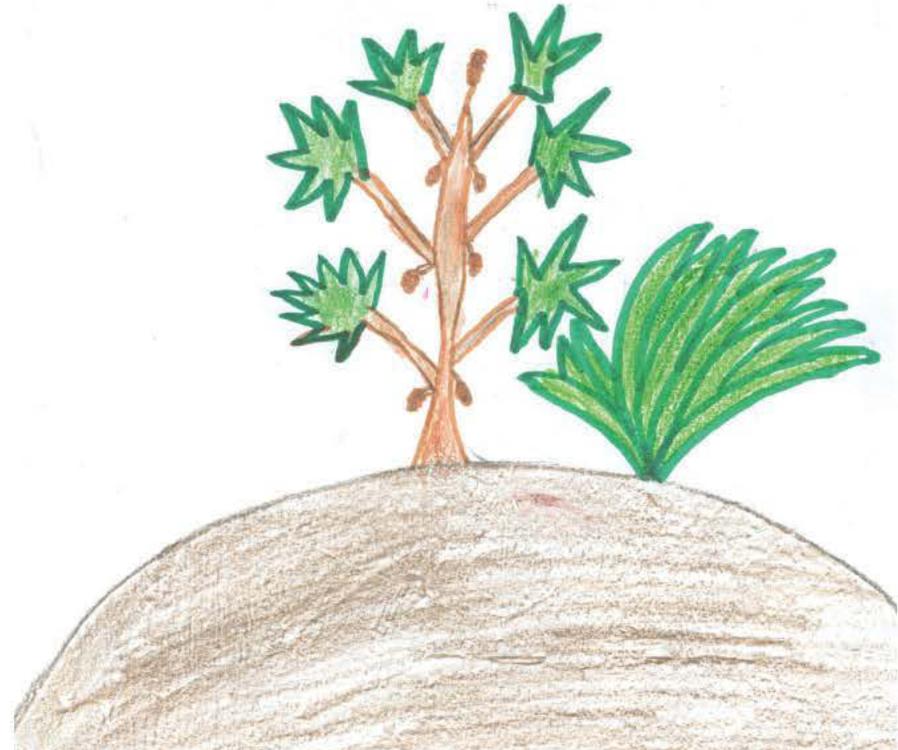
### Causas de la diarrea

Nos enfermamos con diarrea porque ingresan a nuestro cuerpo microbios o parásitos que se encuentran alrededor nuestro; estos seres son tan pequeños que no podemos verlos con facilidad. Para evitar su ingreso debemos tomar en cuenta las siguientes precauciones:

- Lavar los alimentos antes de comerlos.
- Lavarse las manos antes de comer algún alimento.
- Lavarse las manos después de ir al baño.

### ¿Qué debemos hacer cuando estamos con diarrea?

Cuando estamos con diarrea debemos tomar mucho líquido, preparar sueros caseros (que nos permitirán combatir la deshidratación) y evitar comer alimentos grasosos o picantes. Para la elaboración de los sueros, en nuestra comunidad tenemos una variedad de medicinas a las que recurrimos cuando estamos enfermos, veamos cuáles son:



**Planta para curar la diarrea****Pa:di (Guayabo)**

Parte usada	Hojas y corteza.
Preparación	En 1 litro de agua hacer hervir 6 hojas y un pedazo pequeño de corteza.
Administración o dosis	Tomar acompañado de los alimentos más importantes del día (desayuno, almuerzo y cena).

**Manka (Mango)**

Parte usada	Hojas.
Preparación	Hacer hervir en un litro de agua 5 hojas, después esperar a que enfríe la infusión, que estará lista cuando cambie de color el agua.
Administración o dosis	Tomar cuantas veces se pueda en el día.

**Limón**

Parte usada	La pulpa, de donde se extrae el jugo de la fruta.
Preparación	En 1 litro de agua hervida y fría agregar el jugo de tres limones.
Administración o dosis	Tomar cuantas veces se pueda. El limón tiene muchas propiedades y es muy utilizado para tratar el cólera.

En nuestro territorio, también tenemos una amplia variedad de medicinas a las cuales podemos recurrir en caso de diarrea, como el **talumba** (cayú), **chekwes** (tarumá) **pe:re** (plátano). Para mayor información consultemos el anexo presente al final del libro.

### TRABAJEMOS:

Actividades en aula para los **dichi:ye** (niñas y niños)

Sabemos que cuando estamos con diarrea nos deshidratamos. ¿Qué tal si leemos un poco más sobre este fenómeno? Hagamos un experimento para ver cómo se desarrolla este proceso:

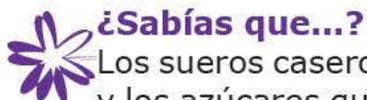
¿Qué necesitamos?

- Una toronja o naranja
- Un cuchillo

¿Qué hacemos?

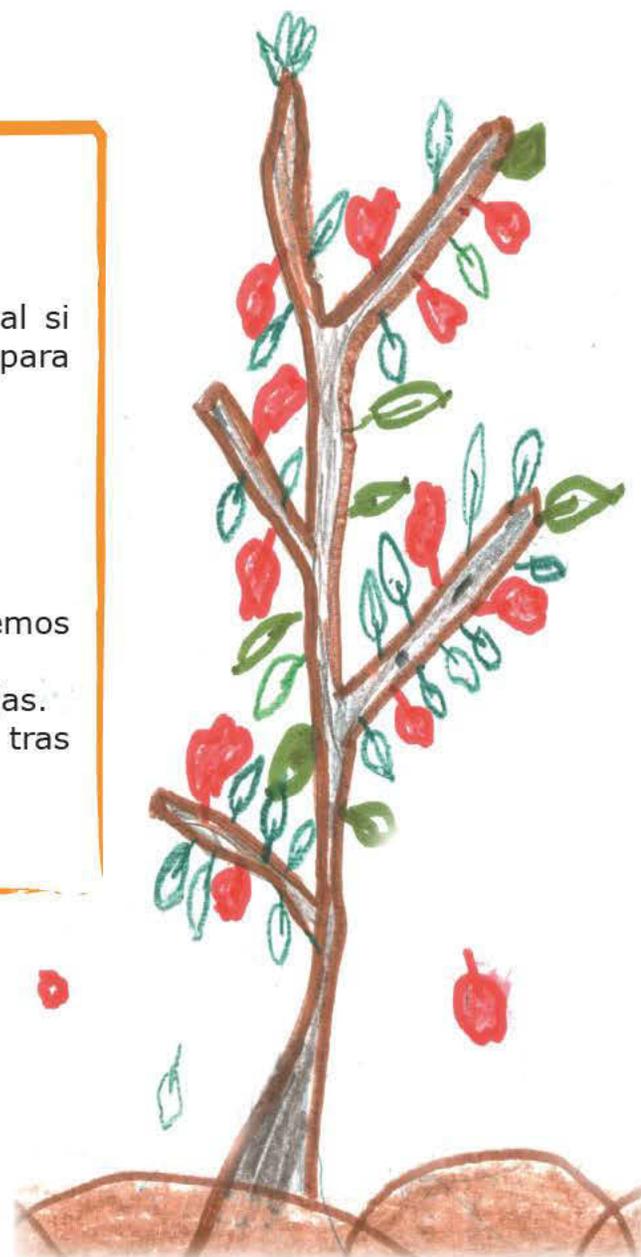
- Cortamos la toronja en rodajas de medio centímetro de ancho y las ponemos al sol por unos 5 días.
- Observamos desde el primer día cómo se van transformando las rodajas.
- Anotamos en nuestros cuadernos cuáles son los cambios que vimos día tras día. El proceso que veremos es conocido como deshidratación.

Compartimos nuestras observaciones en clase.



### ¿Sabías que...?

Los sueros caseros son líquidos que contienen las sales y los azúcares que perdemos cuando tenemos diarrea.



**Los bichos**

Los bichos son parásitos que tenemos en nuestros intestinos y que, a medida que crecen, nos ocasionan muchas molestias, como dolores de cabeza, debilidad, cólicos estomacales y diarrea. Cuando vemos niños con una barriguita grande y redonda, generalmente pensamos que son sanos y gorditos, pero no es así; la barriga hinchada y el cabello con puntas claras son síntomas de bichos en el estómago.

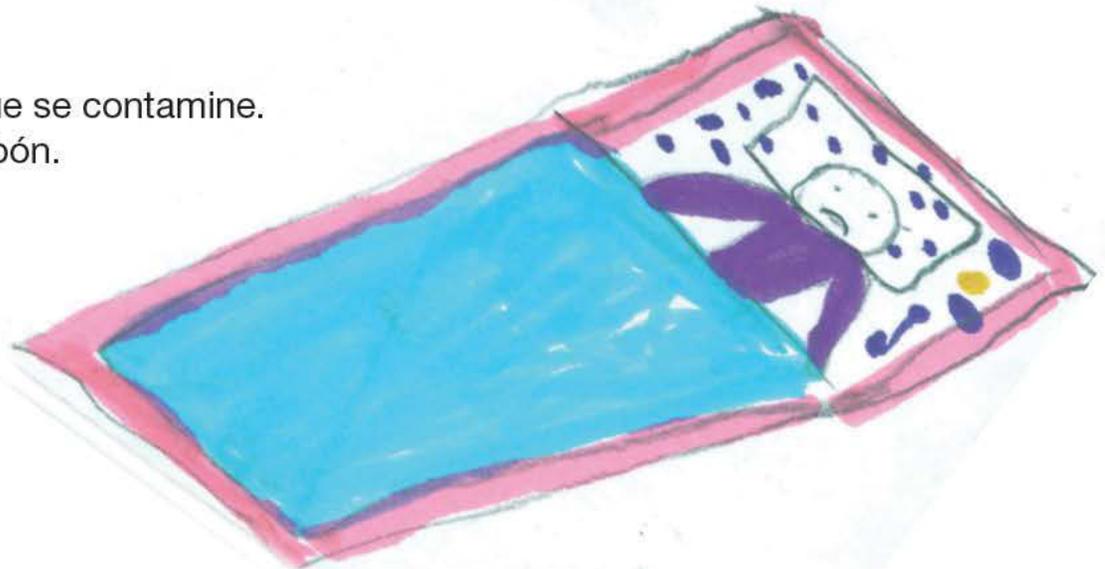
**Causas de los bichos**

Enfermamos con bichos intestinales cuando comemos alimentos con parásitos que provienen de las heces de animales o personas y también por tomar agua contaminada. Estos parásitos no son vistos con facilidad, para verlos necesitamos un instrumento conocido como microscopio. Cuando están en nuestros cuerpos, crecen y nos ocasionan fuertes dolores de barriga, pérdida de apetito y desgano para realizar nuestras actividades diarias. Para evitar los bichos estomacales, debemos tener ciertos cuidados con nuestro aseo y nuestros alimentos, por eso se recomienda:

- Lavar los alimentos.
- Tomar agua hervida o purificada.
- Cubrir el agua que tomamos para evitar que se contamine.
- Lavar nuestras manos utilizando agua y jabón.

 **¿Sabías que...?**

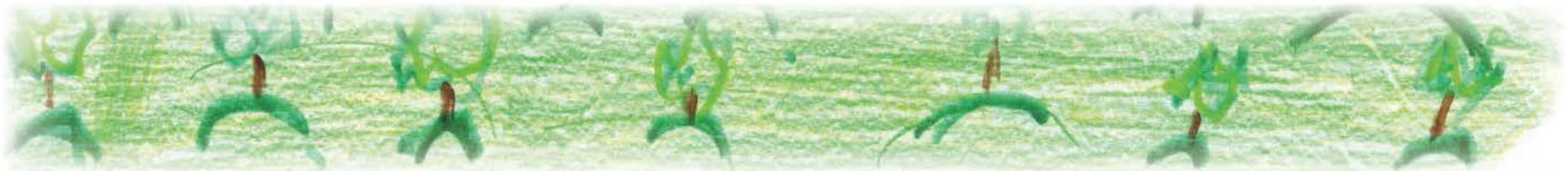
Existen diferentes tipos de parásitos estomacales y estos son: amebas, áscaris, tenia, giardina y tricocéfalos.



¿Qué debemos hacer cuando tenemos bichos?

Si hemos identificado que tenemos bichos, debemos tratarlos lo más antes posible utilizando los siguientes medicamentos naturales:

<b>Planta para curar los bichos</b>	
<b>Maropa (Papaya)</b>	
Parte usada	Semillas.
Preparación	10 semillas de maropa, triturarlas y mezclarlas con miel o hacerlas hervir en 1 litro de agua.
Administración o dosis	Cualquiera de las dos formas de preparación es recomendable. Tomar en ayunas durante cuatro días.
<b>Kanawa (Ochoó)</b>	
Parte usada	Resina del árbol.
Preparación	Si la resina está seca, es necesario diluirla y, una vez disuelta, mezclar una gota de ella con 3 cucharillas de agua.
Administración o dosis	Tomar en ayunas sólo una vez.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Vómitos

Los vómitos se producen cuando comemos mucha comida o cuando esta se encuentra en mal estado, provocándonos malestar, impidiendo que nuestro estómago procese lo que hemos consumido y expulsando por la boca todo lo que es un excedente o nos hace daño. Las reacciones que tiene nuestro cuerpo antes de expulsar comida en mal estado son:

- Sudor frío en todo el cuerpo
- Escalofríos
- Molestia en el estómago

¿Qué debemos hacer cuando estamos con vómitos?

Cuando estamos con vómitos debemos comer alimentos blancos que no tengan grasa ni sean fritos y tomar bastante líquido.



#### Planta para curar el vómito

#### Maropa (Papaya)

Parte usada

Resina.

Preparación

Calentar la resina de la planta y tomar tres gotas diluidas en agua.

Administración o dosis

Tomar cuando el cuerpo lo precise.

## Fiebre

La temperatura normal de nuestro cuerpo es de 36 grados centígrados, esta es una señal que nos indica que estamos sanos. Sin embargo, si la temperatura de nuestro cuerpo es más alta, significa que tenemos fiebre. Este cambio de temperatura en nuestro cuerpo es una señal que nos comunica la aparición de una enfermedad.

### Causas por las cuales tenemos fiebre

Como ya dijimos anteriormente, la fiebre aparece cuando estamos empezando a enfermarnos, pero antes de que esto suceda, nuestro cuerpo trata de defenderse de aquellos virus o infecciones que nos atacan. Muchas veces sucede que nuestras defensas están tan bajas que no pueden pelear con estos seres tan pequeños y dañinos y no pueden hacer nada para evitar que aparezca una enfermedad.

En nuestras comunidades tratamos esta enfermedad consumiendo ciertos medicamentos que nos ayudan a sentirnos mejor.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

Es verdad, cuando yo me caí del árbol de manga, no sólo me lastimé, sino que me asusté mucho y tuve mucha fiebre, mi mamá y todos en mi **asna** (casa) estuvieron muy preocupados porque no podía sanar rápido.

Eso mismo sentí yo, pero mi mamá me dijo que eso me pasó por no haberme cuidado lo suficiente y por no comer todo lo que ella me da.

-¡Hola Remberto!, qué bueno que estés con nosotros.

Tu mamá tiene toda la razón, la fiebre se debe a descuidos como los que ella te dijo, por ejemplo caídas, sustos o para anunciarnos enfermedades como el resfrío, la malaria, la tuberculosis y otras más.

-¡Verdad! Me acuerdo cuando te pasó eso, pero estás mejor, gracias al cuidado que te dieron tu mamá y tu familia.



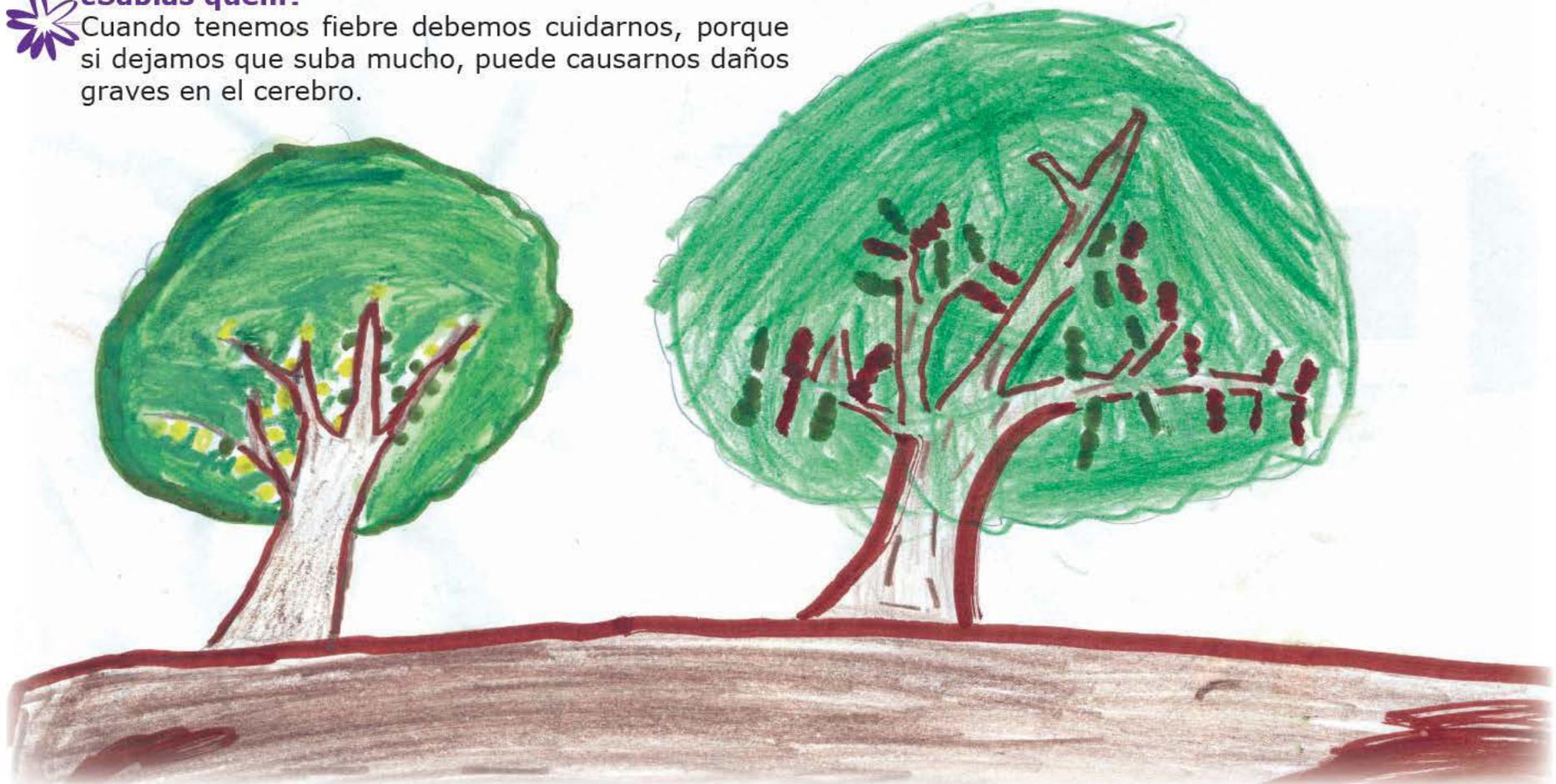
¿Qué debemos hacer cuando tenemos fiebre?

Los cuidados que debemos tener son los siguientes:

- Beber bastante líquido.
- Tratar de enfriar nuestro cuerpo con compresas de agua en nuestra frente, barriga y axilas.
- No debemos abrigarnos mucho, a pesar de que sintamos que debemos hacerlo.
- Si nada de esto ayuda, debemos tomar **tawasdi** (patujucillo) y **bu`sutul** (jengibre).

 ¿Sabías que...?

Cuando tenemos fiebre debemos cuidarnos, porque si dejamos que suba mucho, puede causarnos daños graves en el cerebro.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo mowima

### ¿Sabías que...?

Si la frente, la barriga y las axilas se mantienen frías durante la fiebre, corremos menos riesgos de sufrir daños en el cerebro.



Si deseas saber qué otros remedios caseros o naturales puedes utilizar, te recomendamos revisar el anexo que se encuentra en la parte final del libro.

En el próximo cuadro veremos cómo se utilizan estos medicamentos y la dosis que debemos consumir.

<b>Remedios para la fiebre</b>	
<b>Tawasdi (Patujucillo)</b>	
Parte usada	Raíz.
Preparación	Rallar la raíz y dejarla reposando por unos minutos hasta que desprenda el jugo.
Administración o dosis	Friccionar todo el cuerpo cuantas veces sea necesario.
<b>Bu'sutul (Jengibre)</b>	
Parte usada	Raíz.
Preparación	Cortar la raíz en pequeños pedazos, agregar dos dientes de ajo y 2 o 3 cucharadas de tabaco negro. Una vez que el preparado esté listo, dejar remojando en un recipiente con alcohol. Mientras más tiempo lo guardemos, el preparado tendrá mejores efectos.
Administración o dosis	Friccionar en todo el cuerpo cuantas veces se necesite.
<b>Nara:sa (Naranja)</b>	
Parte usada	Semillas.
Preparación	Freír las semillas de la nara:sa en un poco de manteca o aceite hasta que se desprenda su aceite.
Administración o dosis	El aceite extraído debe untarse en la cabeza del enfermo.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

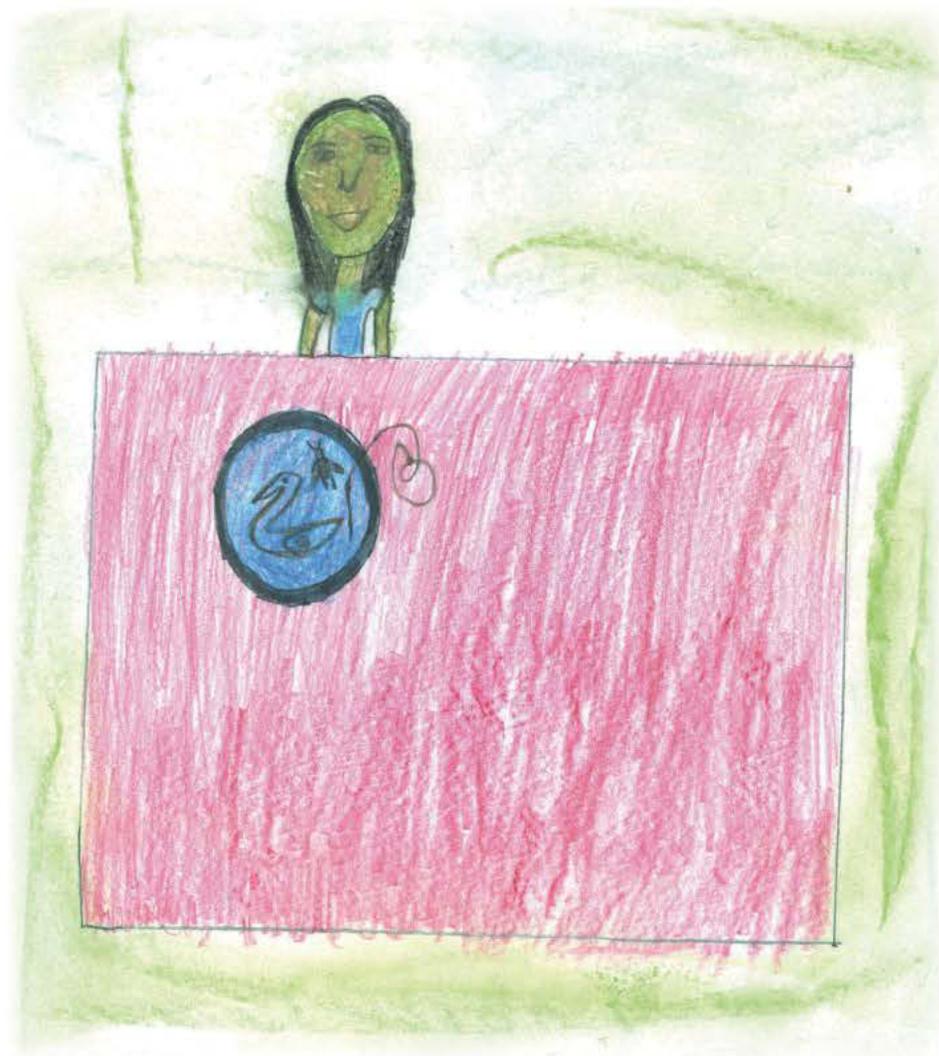
### El libro de medicina del pueblo movima

#### Dolores

Los dolores, de la misma manera que la fiebre, pueden ser un síntoma del inicio de alguna enfermedad. Los dolores más frecuentes son los de cabeza, barriga, muelas, oído y huesos . El dolor es una sensación desagradable que responde a factores internos (infecciones de órganos o sistemas de nuestro cuerpo) y externos (golpes, quemaduras, ruptura de huesos o heridas).

En una de nuestras visitas, conocimos a Fanny, una niña de 8 años de edad, de San Pedro de la Pere. Esta **dichi:ye** movima sufrió un accidente en moto con su mamá y su hermanito. Al caerse, se quemó el pie y sintió mucho dolor. ¿verdad, Fanny?

-Sí, sentí muchísimo dolor, no podía dormir y estuve muy triste porque no podía ir al colegio. Me costaba caminar, sentía calentura en el pie y estuve así muchos días.



¿Qué debemos hacer cuando tenemos dolores?

Como hemos visto, existen diferentes tipos de dolores, unos más fuertes que otros y los sentimos por diferentes razones. Para aliviarnos de estas molestias contamos con una variedad de medicinas naturales que nuestros antepasados nos enseñaron a usar. Veamos el cuadro de la siguiente página que tiene un listado de aquellas plantas más utilizadas para curar estas enfermedades.



**¿Sabías que...?**

El dolor es una sensación tan molesta que no permite que hagamos nuestras actividades diarias con normalidad. En nuestra cultura hemos logrado, a través de la medicina tradicional, disminuir los dolores.

<b>Dolor de corazón</b>	
<b>Koloniya (Colonia)</b>	
Parte usada	Flor.
Preparación	Poner 5 o 6 flores de koloniya (colonia) en un frasco pequeño con alcohol. Dejar bien cerrado para utilizarlo cuando sea necesario.
Administración o dosis	Tomar cuatro gotas mezcladas con agua las veces que sea necesario.
<b>Dolor de cabeza</b>	
<b>Malviliya (Malvilla)</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Estrujar 10 hojas en el tacú hasta que queden deshechas formando una masa blanda para que el jugo refresque la frente de la persona enferma.
Administración o dosis	Poner sobre la frente la masa obtenida con las hojas de malviliya para que el jugo refresque.
<b>Dolor de estómago</b>	
<b>Oyka lewalo (Cuatro cantos)</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Poner entre 6 y 7 hojas de <b>oyka lewalo</b> (cuatro cantos) en una olla con agua hirviendo durante 15 minutos.
Administración o dosis	Una vez obtenida la infusión, tomarla tibia cuando sea necesario.

<b>Dolor de oído</b>	
<b>Bujdirimori (Algodón)</b>	
Parte usada	Flor.
Preparación	Tostar en un perol la flor de <b>bujdirimori</b> (algodón).
Administración o dosis	Una vez que se ha tostado, poner al oído adolorido cuando aún está tibio.
<b>Dolor de muela</b>	
<b>Jala:la (Camote)</b>	
Parte usada	Hoja.
Preparación	Poner 4 o 5 hojas en 1 litro de agua y hacerlas hervir con sal.
Administración o dosis	Una vez que ha enfriado, hacerse enjuagues bucales cuantas veces sea necesario.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo mowima

### Mal de ojo

El mal de ojo, conocido también como conjuntivitis, es una de las enfermedades más comunes en los **dichi:ye** (niñas y niños) de nuestro pueblo. Las personas que tienen esta enfermedad presentan los siguientes síntomas en los ojos:

- Picazón
- Ardor
- Enrojecimiento
- Lagañas

Es una enfermedad muy molesta. Cuando yo la tuve no podía abrir mis ojos al despertar y estaban tan rojos que asustaba a quien me mirara, parecía un **kilmo**.

- ¡Vaya! Qué ocurrencia la tuya, pero es verdad, se ponen tan rojos que podemos asustar a quien nos mira.

### Causas del mal de ojo

Las causas son diversas: gérmenes que están en el aire, suciedad o humo producido por chaqueos en época seca. Por ejemplo, si nuestras manos están sucias y frotamos nuestros ojos con ellas, estos pueden contaminarse con los gérmenes o la suciedad. Por esta razón es recomendable lavarse las manos antes de tocarse los ojos; así evitamos muchas enfermedades.



¿Qué debemos hacer cuando tenemos mal de ojo?

Cuando nuestros ojos están rojos y nos arden, debemos tomar ciertos cuidados para aliviarnos y no contagiar a las personas que están a nuestro alrededor. Así es, **dichi:ye** (niñas y niños), esta enfermedad es muy contagiosa y por eso se recomienda no frotarse los ojos, incluso si nos pican mucho no debemos hacerlo y si lo hacemos, debemos lavarnos muy bien las manos.



**¿Sabías que...?**  
Los gérmenes son seres vivos minúsculos que provocan enfermedades.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Otra manera de tratar el mal de ojo (también conocido como conjuntivitis) es lavándose los ojos con las siguientes medicinas naturales:

<b>Mal de ojo</b>	
<b>Chuchu:chi (Urucu)</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Utilizar el cogollo de las hojas de chuchu:chi (urucu).
Administración o dosis	Estrujarlas hasta que desprendan un líquido. Ponerlas en los ojos una vez al día hasta que la persona sane.
<b>Santa Lucia</b>	
Parte usada	Flor y tallos.
Preparación	Hay dos formas de preparar la medicina: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscar la flor de la planta y utilizar el rocío del agua que queda por las mañanas en sus pétalos.</li> <li>• Poner una rama de santa lucia en una tutuma de agua.</li> </ul>
Administración o dosis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar unas cuantas gotas de rocío en los ojos hasta que estos mejoren.</li> <li>• Poner unas gotas de rocío con la ramita de la planta, hasta que haya mejoría.</li> </ul>



## Resfrío, tos y bronquitis

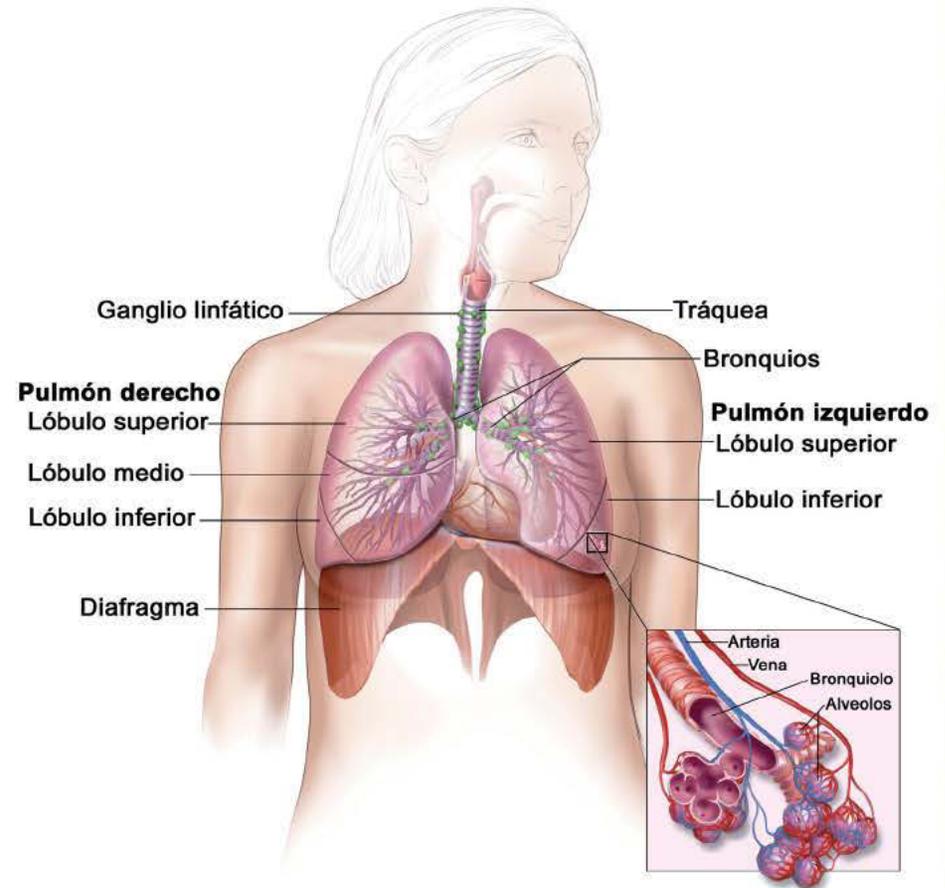
El resfrío, la tos y la bronquitis son enfermedades que atacan a nuestro aparato respiratorio. Estas son enfermedades muy comunes en nuestro territorio, en especial cuando las temperaturas bajan y sentimos frío.

### ¿Qué es el aparato respiratorio?

El aparato respiratorio se encarga de la respiración en nuestro organismo. Cuenta con dos partes: las vías respiratorias (comprendidas por boca, fosas nasales, faringe, laringe, tráquea, bronquios y bronquiolos) y los pulmones, que son las bolsas donde se acumula el aire al inhalar (introducir el aire) y exhalar (expulsar el aire).

### ¿Sabías que...?

El resfrío dura alrededor de una semana, por eso es conocido como la enfermedad de los siete días.



© 2006 Terese Winslow  
U.S. Govt. has certain rights

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

El resfrío es una enfermedad causada por un virus y afecta al aparato respiratorio. Es una enfermedad que se transmite por el contacto con persona enferma, o por la inhalación de los virus que están en el aire. Los síntomas más comunes son:

- Dolor del cuerpo
- Tos
- Nariz tapada
- Estornudos

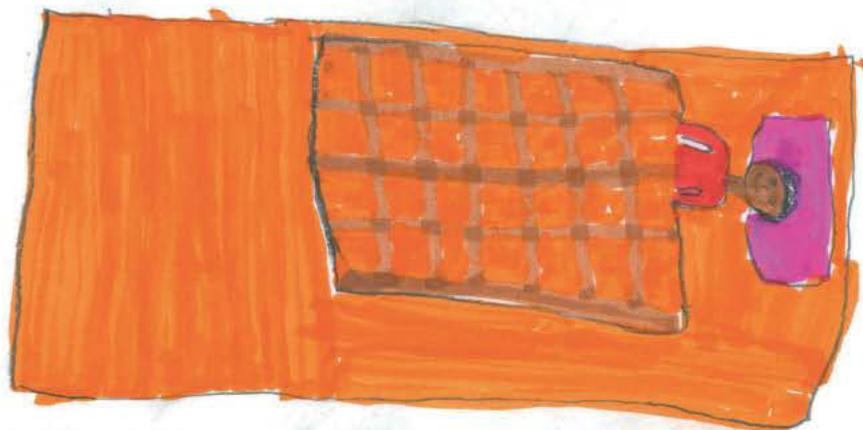


#### ¿Sabías que...?

Los síntomas que tenemos cuando estamos resfriados son una reacción que nuestro cuerpo tiene para defenderse de los microbios. Si tenemos mocos en la nariz es para evitar que ingresen más microbios, y si tenemos fiebre es para evitar que estos se queden en nuestro cuerpo.



Mi abuelita siempre me dice que no debemos bañarnos cuando nuestro cuerpo está muy caliente o sudado, porque nos podemos resfriar. ¿Eso es verdad?



-¡Así es! cuando hacemos cambios bruscos en la temperatura de nuestro cuerpo, podemos resfriarnos. De la misma manera, si no descansamos lo suficiente, nuestro cuerpo se debilita y nos enfermamos.

### ¿Cuáles son las causas de los resfríos?

Como ya mencionamos, los causantes de los resfríos son unos microbios que ingresan por nuestras fosas nasales. Además, podemos resfriarnos porque no le damos a nuestro cuerpo las vitaminas y proteínas necesarias (que encontramos en las frutas, vegetales, carnes y cereales) para mantenerlo sano, y esto lo debilita porque no tiene los instrumentos o armas para poder defenderse de aquellos diminutos organismos, tan dañinos para la salud.

Debemos tomar ciertos cuidados:

- Cubrirnos la nariz con nuestro antebrazo cuando estornudamos para que los microbios que expulsamos no contagien a las personas que están a nuestro alrededor.
- Lavarnos las manos constantemente, así eliminamos los virus que hayan podido quedar en ellas.
- Tomar bastante líquido.
- No abrigarnos si tenemos fiebre.
- Alimentarnos bien para darles a nuestros cuerpos la oportunidad de recuperar las fuerzas perdidas.

### ¿Sabías que...?

Debemos descansar 8 horas como mínimo todos los días, porque nuestro cuerpo necesita recargar fuerzas durante toda la noche.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

¿Cómo podemos ver los microbios?

Los microbios son unos seres vivos muy pequeños, conocidos como seres microscópicos, y provocan ciertas enfermedades. Para poder verlos, debemos utilizar un aparato que es conocido como microscopio, el cual tiene un lente que agranda el tamaño de estos seres vivos a 1,000 veces su tamaño.

En nuestra comunidad tenemos varios recursos naturales que utilizamos para curarnos y están expuestos en el siguiente cuadro:

Remedios para curar el resfrío	
<b>Nara:ja</b> (Naranja)	
Parte usada	Frutas y hojas.
Preparación	Utilizar el fruto y las hojas del árbol y ponerlas en una olla con agua hirviendo para dejarlas cocer por 20 minutos.
Administración o dosis	Poner la infusión caliente en un recipiente amplio que nos permita colocar nuestra cara encima para respirar el vapor que la infusión desprende. Esto nos ayudará a que nuestra nariz no esté tapada y así podamos respirar normalmente.
<b>Wo:si</b> (Paquíó)	
Parte usada	Corteza.
Preparación	Hervir 10 hojas de <b>wo:si</b> (paquio) en un litro de agua durante 15 minutos.
Administración o dosis	Tomar la infusión cuantas veces sea necesario durante el día.

## La tos

La tos es un reflejo y un mecanismo de defensa del cuerpo, ya que si han ingresado microbios por nuestra boca, nuestro organismo buscará formas de eliminarlos y lo hará a través de la tos.

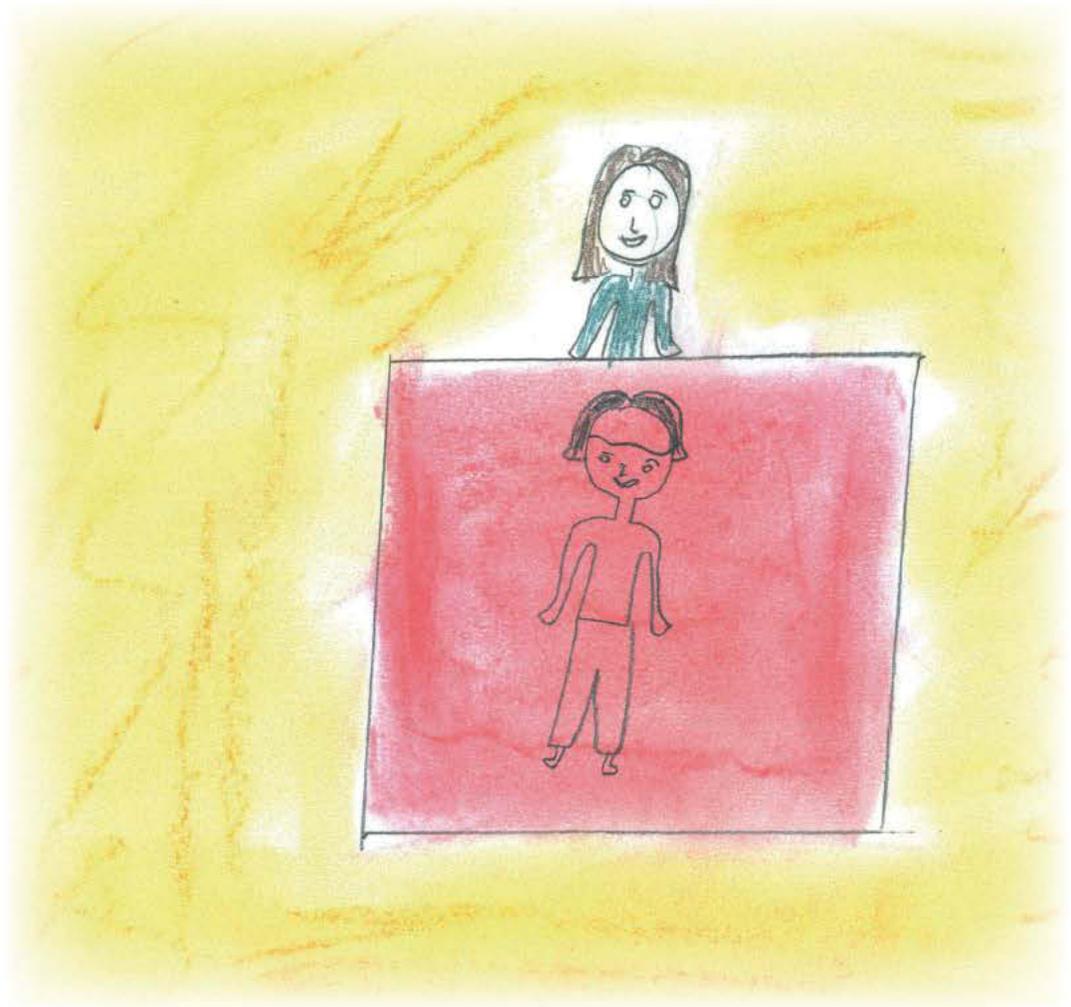
Bueno, es lo que pasa cuando un microbio ha ingresado en nuestro cuerpo, por eso empezamos a toser.

Los síntomas que tenemos cuando estamos con tos son los siguientes:

- Escozor en la garganta
- Dolor de garganta

¿Cuáles son las causas de la tos?

Una causa de la tos es la inhalación (respiración) de partículas de polvo o humo que hacen que nuestro cuerpo reaccione tratando de eliminarlas mediante la tos. Otra causa es el virus del resfrío porque, como ya explicamos, nuestro organismo a través de la tos también trata de eliminar los virus. Por esta razón, al igual que con el resfrío, debemos tener cuidados para evitar contagiar a las personas que estén a nuestro alrededor.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Algunos cuidados que debemos tener para evitar enfermarnos con tos o contagiar a otras personas son:

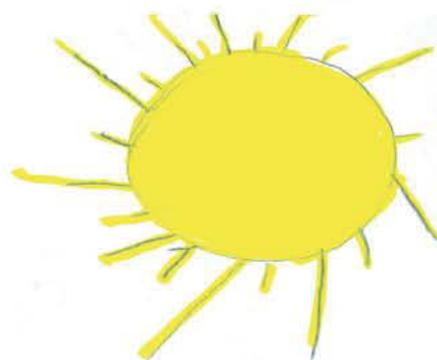
- Cubrirnos la boca al toser, ya que expulsamos los microbios y virus mediante la saliva.
- Cubrirnos la boca con el antebrazo y no con la mano, porque los virus se quedan en nuestras manos y con estas agarramos no sólo objetos, sino también las manos de otras personas, arriesgándonos a contagiar o a que nos contagien enfermedades.
- Lavarse las manos.
- Tomar bastante líquido, mejor si es tibio.
- Alimentarse muy bien para tener buenas defensas.



¡Ah!, por esa razón, cuando me atoré con el arroz, lo primero que me pasó es que tuve muchas ganas de toser.

Los movima tenemos diferentes insumos naturales que utilizamos para elaborar nuestras medicinas, y crecen alrededor de nuestra **asna** (casa) o en el **chamímo** (monte); algunos de ellos son hojas, cortezas, semillas y frutos.

El siguiente cuadro nos permitirá ver las recetas que son utilizadas en nuestros hogares para curar la tos.



<b>Remedios para la tos</b>	
<b>Wowojdi rapal wos (Ambaibo blanco)</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Utilizar un cogollo y hacerlo hervir en 1 litro (o más) de agua durante 20 minutos.
Administración o dosis	Tomar la infusión una vez al día hasta que calme la tos.
<b>Chuja´ dimmis (Aceite de motacú)</b>	
Parte usada	Semillas.
Preparación	Tostar las semillas de motacú en un sartén, luego llevarlas al tacú, machucarlas y ponerlas en una olla con agua hirviendo por una hora para que desprenda el aceite natural. Después, ponerlo en un recipiente de vidrio y guardarlo.
Administración o dosis	Tomar una cucharilla de aceite de motacú al día hasta que la tos calme.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

La bronquitis, sucede cuando hay una inflamación en nuestros bronquios, y se presenta con los siguientes síntomas:

- Dolor de pecho
- Fiebre
- Escalofríos
- Dolor muscular y de articulaciones
- Dificultad al respirar
- Tos

#### Causas de la bronquitis

Al ser una enfermedad infecciosa, puede presentarse o agravarse cuando los factores externos (como el humo) irritan los bronquios. La bronquitis también es consecuencia de resfríos mal curados, es decir que debemos curarnos de los resfríos tomando nuestras medicinas y cuidándonos hasta que pasen completamente. Para no tener problemas futuros y evitar esta enfermedad debemos seguir las siguientes recomendaciones:

- No beber agua fría.
- No mojarse con agua fría cuando uno está caliente.
- No exponerse a temperaturas bajas mientras no se esté abrigado.



También contamos con medicinas naturales que nos ayudan a curar la bronquitis. Veamos cuáles son las medicinas que podemos tomar en caso de estar enfermos con bronquitis:

<b>Bronquitis</b>	
<b>Wajlenmes (Aceite de cusí)</b>	
Parte usada	Semilla.
Preparación	Tostar las semillas de cusí en un sartén, llevarlas al tacú y machucarlas; luego, poner en una olla con agua hirviendo por una hora, poco a poco se irá desprendiendo el aceite que recogeremos con un cucharón. Una vez obtenido el aceite, poner en un recipiente de vidrio.
Administración o dosis	Tomar una cucharada diaria hasta que la persona enferma sane.
<b>Sewoya (Cebolla)</b>	
Parte usada	Recina.
Preparación	Se saca el jugo mezclado con miel o con grasa de gallina.
Administración o dosis	Tomar tres cucharadas al día hasta que el dolor de pecho disminuya.

 **¿Sabías que...?**

Los mocos tienen una función importante, que es calentar el aire que entra a los pulmones, pero cuando el ambiente está frío, no pueden cumplir con su función y ocasionan que los microbios entren y provoquen enfermedades como el resfrío, la tos o la bronquitis.

#### TRABAJEMOS:

Actividades para los **dichi:ye** (niñas y niños)

¿Alguna vez te resfriaste, tuviste tos o bronquitis? Si tuvimos estas experiencias, respondamos las siguientes preguntas escribiendo en nuestros cuadernos de trabajo:

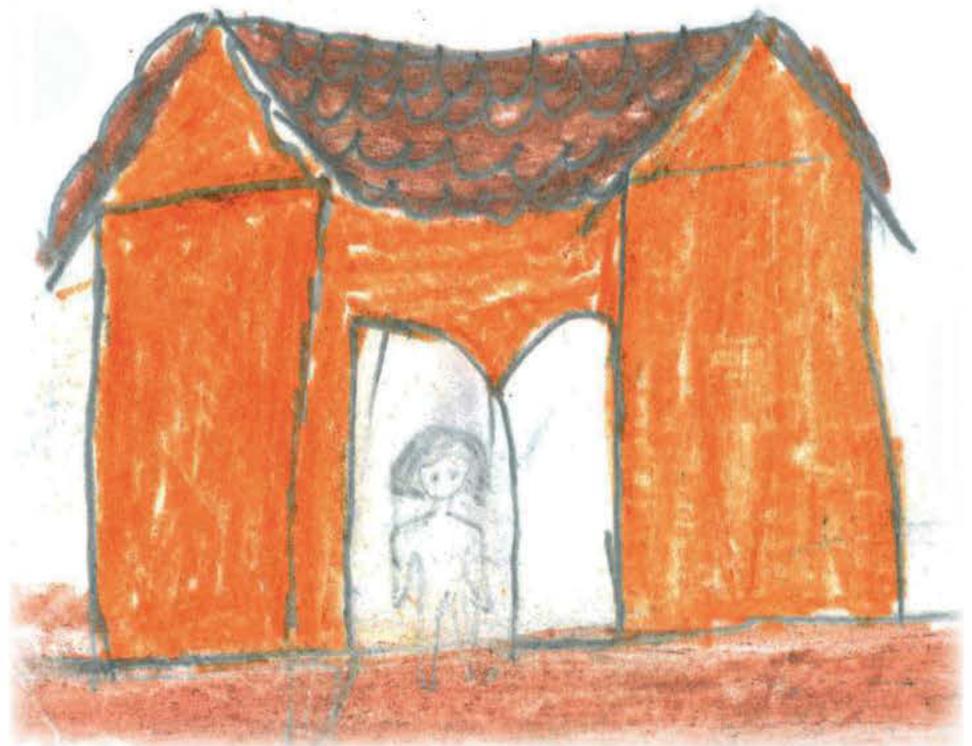
1. ¿Cuáles fueron los síntomas que tuviste?
2. ¿Qué medicina natural utilizaste? Nombremos otras recetas diferentes a las que leímos.
3. Escribamos las recetas siguiendo esta estructura: Nombre de la enfermedad, parte usada del insumo medicinal, preparación y administración de la dosis.

#### Daku:ku juyeni:nun

##### Fractura de huesos

Los accidentes ocurren constantemente; una caída, un golpe fuerte o un simple resbalón pueden ocasionarnos la fractura de algún hueso. Los huesos también se rompen o rayan por falta de calcio.

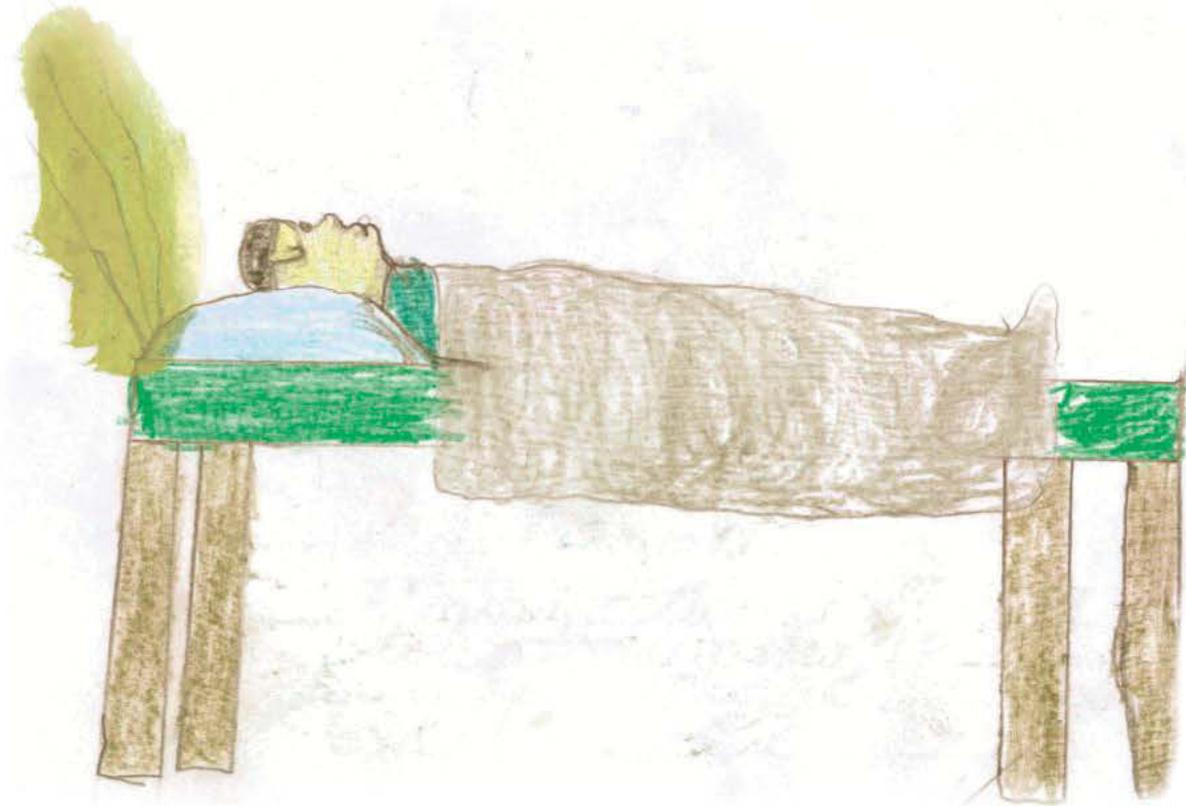
Los huesos cumplen diferentes funciones: proteger los órganos internos delicados (por ejemplo, el cerebro y el corazón), los órganos y los intestinos, y servir de soporte para las articulaciones y músculos que nos permiten realizar todos los movimientos que requerimos para desplazarnos y realizar nuestras actividades diarias.



Yo me fracturé mi canilla, estaba en un árbol tratando de sacar algunas mangas, pero una de las ramas se rompió y me caí. Cuando vinieron a ayudarme, me dijeron que me descompuse la pierna; tuve mucha fiebre y mucho dolor.

**¿Sabías que...?**  
Los alimentos como la leche, el queso, la mantequilla y el huevo poseen calcio.

**¿Sabías que...?**  
Nuestro esqueleto tiene 206 huesos en total.



Es importante que conozcamos que hay diferentes tipos de fracturas: unas que son simples y otras que son complicadas. Las fracturas simples son aquellas que son internas; en cambio, las fracturas complicadas son externas, es decir, el hueso se encuentra expuesto y podemos verlo. Pero, ¿qué es lo que sentimos cuando nos fracturamos un hueso?. Conozcamos los síntomas:

- El lugar afectado es casi intocable, por eso sentimos mucho dolor.
- El lugar afectado cambia de forma, es decir, se hincha porque está inflamado.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

El siguiente cuadro contiene algunas recetas que podemos utilizar para curar las fracturas:

<b>Daku:ku juyeni:nun (Fractura de huesos)</b>	
<b>Cuchi</b>	
Parte usada	Corteza.
Preparación	Moler la corteza en el tacú hasta que se convierta en polvo, mezclar con agua y dejar hirviendo hasta que se forme una pasta.
Administración o dosis	La pasta debe ponerse en la parte afectada como un parche o cataplasma y envolverla con una gaza o tela.
<b>Suelda con suelda</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Machacar un manojo de hojas de suelda con suelda en el tacú hasta formar una pasta sólida.
Administración o dosis	Aplicar en el lugar afectado en forma de cataplasma hasta que pase el dolor.
<b>Sapo</b>	
Parte usada	Un sapo vivo.
Preparación	Descuartizar el sapo vivo y ponerle sal.
Administración o dosis	Utilizar el sapo descuartizado como cataplasma en la zona afectada. Se debe amarrar las patas del animal en el lugar de la fractura.

## Heridas

Las heridas son lesiones producidas por caídas o cortes en nuestra piel. Pueden ser pequeñas o, incluso, muy grandes; dependiendo del tipo de herida que tengamos podemos distinguir su gravedad, su tamaño, su profundidad y la cantidad de sangre que se pierde en ese momento. Cuando tenemos una herida debemos seguir las siguientes recomendaciones:

- Lavar con jabón la zona afectada.
- Tratar de no exponer la herida al sol ni a la tierra.
- No tocar la herida con las manos sucias.



Los movima contamos con otras formas tradicionales y naturales de curar nuestras heridas, estas son las medicinas naturales, las cuales son elaboradas con recursos que encontramos en nuestro territorio.

<b>Heridas</b>	
<b>Piñón blanco</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Aplastar 10 hojas de piñón blanco con dos dientes de ajo y tabaco, una vez obtenida la pasta, mezclar con alcohol para formar una masa suave.
Administración o dosis	Colocar la pasta en la parte afectada aplicándola como cataplasma hasta que seque.
<b>Pocono</b>	
Parte usada	Corteza.
Preparación	Sacar la tela que tiene la corteza del pocono y agregar un poco de sal.
Administración o dosis	Poner la tela o fibra con sal en la parte afectada hasta que seque.

**Sarnas**

La sarna es una enfermedad que afecta la piel de las personas a causa de un pequeño parásito que la irrita. Es muy fácil saber que tenemos sarnas porque nuestra piel se pone roja y aparecen pequeños granos provocándonos mucho escozor y ardor por las noches.

La sarna es una enfermedad muy contagiosa, por eso debemos cuidarnos para no contagiar a las personas que están a nuestro alrededor.

Causas por las cuales tenemos sarnas:

- Mal aseo personal.
- Usar ropa sucia por varios días.
- Mantener a los animales cerca de nosotros.
- No mantener la casa limpia.

Para evitar esta enfermedad tan molesta debemos cambiar nuestros hábitos, debemos asear mejor nuestros propios cuerpos y también nuestros hogares, esto evitará que nos contagiemos de sarnas.



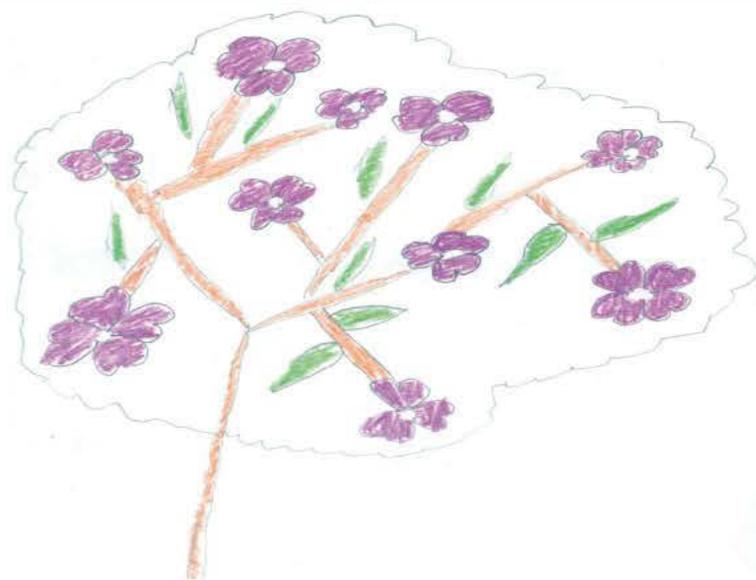
**Sarna**

**Yomarismaná (Tabacachi)**

Parte usada	Hoja.
Preparación	Estrujar 4 o 5 hojas de <b>yomarismaná</b> (Tabacachi) hasta obtener una pasta suave.
Administración o dosis	La pasta debe colocarse en la parte afectada las veces que sea necesario hasta que desaparezca la sarna.

**Layas (Sauce)**

Parte usada	Corteza.
Preparación	Poner la corteza de sauce en una olla con agua y dejar hervir por 30 minutos, hasta que el agua cambie de color.
Administración o dosis	Una vez que la corteza ha hervido en la olla con agua, dejar enfriando y lavar con este líquido la parte afectada del cuerpo.



**Puchichis**

El puchichi es una enfermedad que se presenta en la piel de las personas en forma de granos infectados que causan mucho dolor, irritación y molestia en la parte afectada. Es muy frecuente ver a los **dichi:ye** (niñas y niños) con este tipo de problemas. Los puchichis pueden presentarse en cualquier parte de nuestro cuerpo, así que debemos cuidarnos.

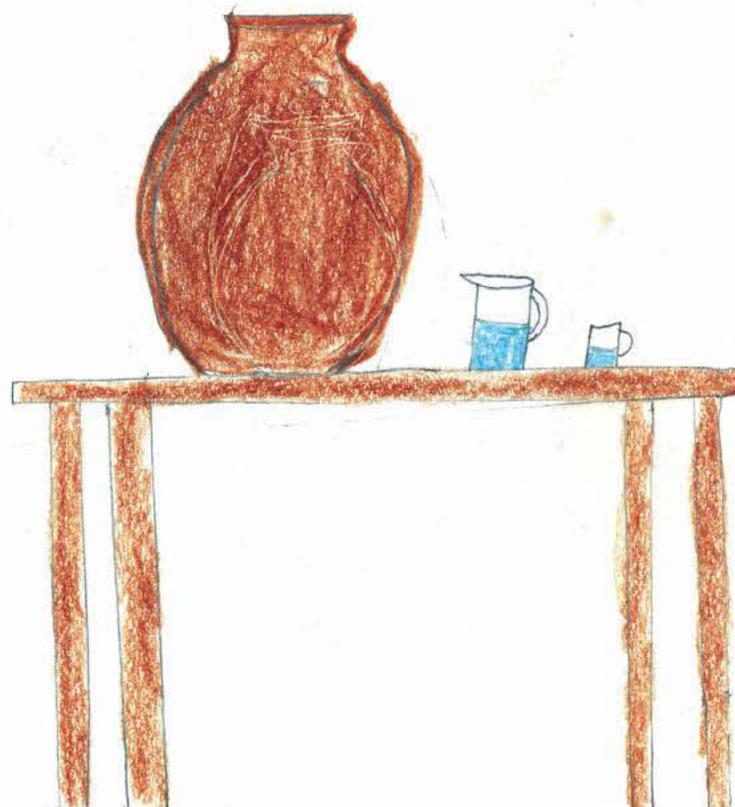
**¿Cuáles son las causas para enfermarnos con puchichis?**

Los puchichis se presentan en nuestros cuerpos a consecuencia del mal aseo personal, porque la picadura de algún insecto se infectó o porque un insecto ha dejado larvas en nuestra piel y éstas han crecido y se han desarrollado. La mejor forma de evitar los puchichis es:

- Lavar la ropa con mucho cuidado.
- Ser aseados.

Los ancianos de nuestra comunidad recomiendan que si tenemos un puchichi, debemos tener los siguientes cuidados:

- No vendar o cubrir el puchichi, este debe seguir su proceso de maduración al aire libre.
- Evitar comer comidas picantes.
- Curar la parte afectada con hojas de sipo sipo y barro de peto.



<b>Puchichi</b>	
<b>Sipo sipo</b>	
Parte usada	Hoja.
Preparación	Poner una hoja de sipo sipo al fuego hasta que se queme; después, triturlarla con la mano hasta que se convierta en polvo.
Administración o dosis	Aplicar el polvo en el puchichi como cataplasma. Realizar esta operación tres veces al día para que sea más efectivo.
<b>Barro de nido de peto</b>	
Parte usada	El barro de los nidos de petos (avispas).
Preparación	Mezclar el barro seco del nido de los petos con un poco de agua hasta formar una pasta suave.
Administración o dosis	Aplicar el cataplasma en la parte afectada para que absorba la infección.



**TRABAJEMOS:**

Actividades para los **dichi:ye** (niñas o niños)

Hagamos un repaso de todo lo aprendido. Transcribamos la tabla a nuestros cuadernos y marquemos con una cruz las afirmaciones según sean verdaderas o falsas.

Afirmaciones	Verdadero	Falso
Nos resfriamos por comer mucho picolé.		
Tenemos mal de ojo cuando hay mucho humo.		
Las sarnas y puchichis son consecuencia de una limpieza exagerada de nuestro cuerpo.		



## ENFERMEDADES DEL ALMA

Los movima conocemos que los elementos de la naturaleza tienen dueños o amos, estos son el **Kaychol** (amo del monte) y el **Bo:law** (amo de las aguas).

En nuestra cultura es importante establecer buenas relaciones con ellos, porque así aseguramos que nuestro desarrollo sea armónico y placentero.

Si no logramos equilibrio con los amos de los animales y las plantas basándonos en el respeto y el agradecimiento, nuestra **bawrawa:wa** (alma) se enferma y produce malestares físicos como fiebre, llanto y dolor.



Donde quiera que vayamos hay dueños: en la pampa, en el monte y en los lagos.

-Usted, don Vidal, ¿puede sentirlos o usted ya sabe que están ahí?

-Claro que sí se sienten. Por eso siempre pedimos permiso, pedimos siempre que nos protejan y cuiden. Por ejemplo, si yo voy a trabajar en mi chaco y dejo a mi hijo bajo la sombra de un árbol, yo pido al amo de ese árbol que cuide a mi hijo, y le invito un cigarro, primero fumo y luego le dejo el cigarro para que él también disfrute. Si no hago esto, un viento malo puede enfermar el alma de mi hijo.

### ✿ ¿Sabías que...?

Es importante, cuando estamos en el **cham:mo** (monte), entablar una buena conversación con los amos para evitar enfermedades del alma.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

¿Por qué nos enfermamos del alma?

A diferencia de otras culturas del mundo, en nuestra cultura creemos que no sólo el cuerpo se enferma, sino también el alma. Forman parte de nuestra cultura el conocimiento y los saberes para entender y tratar este tipo de enfermedades. Es así que nosotros, como nuestros antepasados, hemos aprendido a identificar y entender por qué se enferma nuestra alma.

Nos enfermamos del alma por diversas razones: una de ellas es el no ser respetuosos ni agradecidos con los dueños o amos (**Kaychol** y **Bo:law**) cuando realizamos nuestras actividades en sus dominios, entonces ellos pueden molestarse y causarnos daño mandándonos enfermedades. El **bawrawa:wa** (alma) es débil y por eso es importante que cada vez que ingresemos al monte, al agua o a nuestro chaco pidamos protección para el **chom'ni:ba** (recién nacido de 7 días a un mes de vida).



LEAMOS LA SIGUIENTE HISTORIA:

Una madre fue a la laguna en la tardecita a bañarse y llevó a su **chom'ni:ba** (recién nacido de 7 días a un mes de vida). Mientras ella se bañaba, el **chom'ni:ba** estaba a orillas del río durmiendo; cuando ella ya terminó de asearse, regresaron a su casa y por la noche el **chom'ni:ba** empezó a llorar sin consuelo.

Los movima sabemos lo que pasó: su **bawrawa:wa** (alma) se quedó en la laguna. Esto es lo que hace el **Bo:law** (amo de la laguna), entonces nosotros debemos llamar al alma y conversar con ella para que vuelva.

Hemos escuchado historias parecidas a esta en diferentes oportunidades. Los movima conocemos enfermedades del alma como el mocheó, el arrebató o el malaire. Estas enfermedades del alma, como cualquier otra enfermedad, se manifiestan mediante ciertos síntomas, pero gracias a los conocimientos y los saberes acumulados en nuestra cultura, contamos con recetas de medicina natural que nos permiten curar estas enfermedades. Las personas que se encargan de realizar las curaciones de estas enfermedades son nuestras **ma'a** (mamas) o, en su caso, acudimos a los **lawajeschaye:pa** (curanderos).

Historia narrada por Vidal Almaquio



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Mocheó

El mocheó es una enfermedad que no tiene edad, ya que puede darle tanto a **dichi:ye** (niñas y niños) como a **bito´o** (ancianos). Es importante mencionar que las causas deL mocheó pueden ser distintas, entre ellas podemos mencionar:

- Susto a consecuencia de una caída que se ha sufrido.

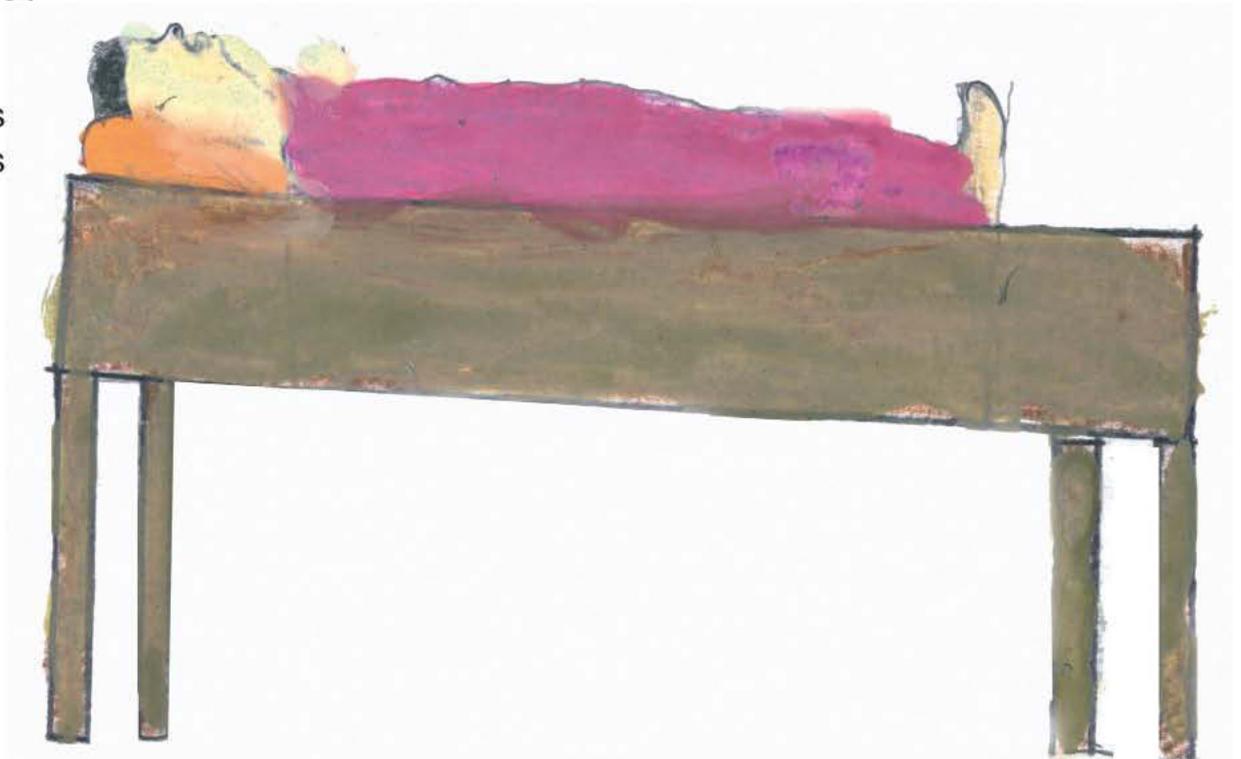
Ingreso de un **cho´mi:ba** (recién nacido de 7 días-1 mes de vida) a lugares como el **cham´mo** (monte) o los ríos sin que los padres pidan permiso y protección a los amos del monte.

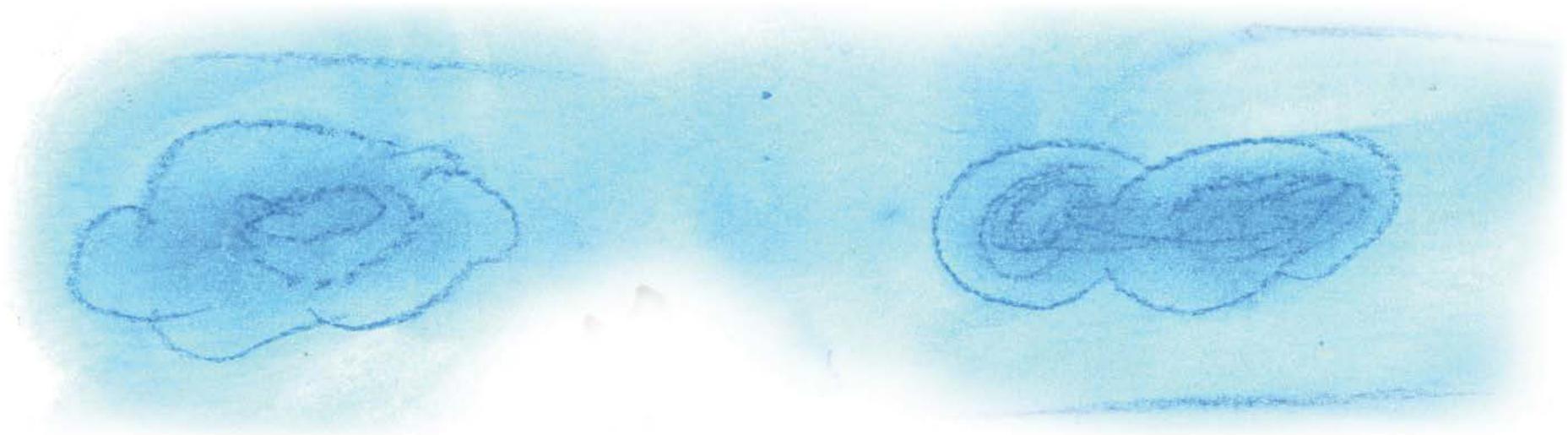
Contacto de una mujer embarazada o del **cho´mi:ba** con un muerto.

¿Cuáles son los síntomas del mocheó?

Los síntomas del mocheó son señales o anuncios que nuestro cuerpo nos da, como:

- Flacidez
- Debilidad
- Fiebre
- Sudor
- Dolor
- Desgano
- Dificultades al caminar





¿Qué debemos hacer para no tener mocheó?

En nuestra cultura tenemos una serie de normas o reglas que debemos seguir para evitar enfermarnos con mocheó. Los movima respetamos cada una de estas normas, pues sabemos que sufriremos mucho dolor, por esta razón los ancianos de nuestra comunidad nos dijeron como cuidarnos del mocheó:

**¿Quiénes debemos cuidarnos del mocheó y por qué?**

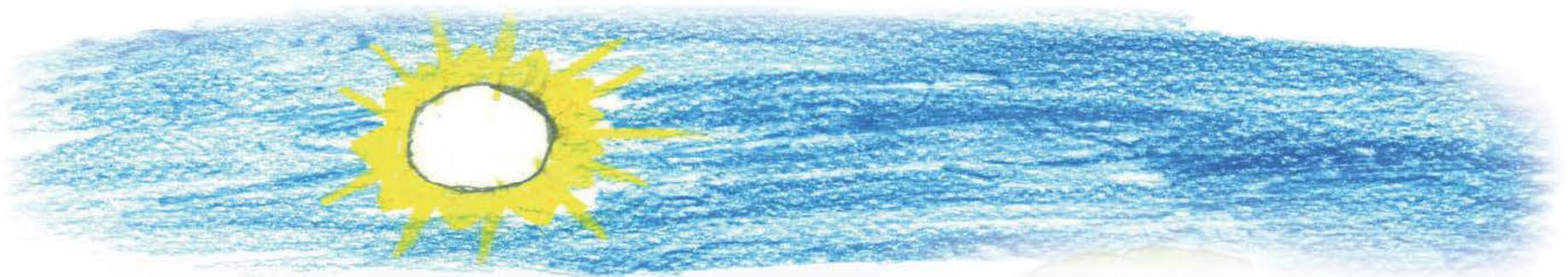
- Las mujeres embarazadas y los recién nacidos deben cuidarse de estar cerca de los muertos.
- Si un recién nacido ingresa al **chamímo** (monte), al agua o al chaco, los padres deben pedir permiso a los amos o dueños del monte para ingresar a sus dominios y también deben pedir que cuiden y protejan a los pequeños.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

En nuestra cultura conocemos varias formas de curar el mocheó, para ello utilizamos recursos de origen vegetal y animal. Gran parte de esta medicina natural consiste en baños especiales que reciben las personas que sufren de mocheó. El siguiente cuadro nos dará algunas de las recetas más comunes:

<b>Mocheó</b>	
<b>Arowaka (Albahaca)</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Se estruja un buen manojo de hojas de <b>arowaka</b> (albahaca) en abundante agua.
Administración o dosis	Bañar a la persona con el preparado durante 7 días o 7 martes consecutivos.
<b>Chokwanmo (Visera de vaca)</b>	
Parte usada	Estómago de la vaca negra.
Preparación	Matar una vaca negra y sacarle el estómago.
Administración o dosis	Meter al pequeño dentro el estómago de la vaca cuando este está aún caliente, dejarlo por unos minutos y luego sacarlo y envolverlo rápidamente para que no se enfríe.



## Arrebato

El arrebato es una enfermedad que se presenta cuando nos exponemos a cambios de temperatura muy bruscos. Por ejemplo, cuando estamos en un lugar caliente y de pronto salimos a un lugar frío. Otro ejemplo claro y frecuente de arrebato en los **dichi:ye** (niñas y niñas) se da cuando nuestro cuerpo está caliente por estar bajo el sol o por haber realizado alguna actividad física pero después se enfría porque nos bañamos de inmediato.

¿Cuáles son los síntomas del arrebato?

Cuando tenemos arrebato tenemos ciertos síntomas, leamos cuáles son:

- Dolor de huesos.
- Dolor de cuerpo.
- Dolor de cabeza.
- Fiebre muy alta.

¡Estos pelados (niñas o niños) que no hacen caso! Pero, por suerte, mi madre me enseñó algunas recetas de medicina natural elaboradas con cortezas y hojas de algunos árboles. Quisiera compartir estas recetas con ustedes.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

¿Qué debemos hacer para no enfermarnos con arrebatos?

Entre las recomendaciones que los ancianos de nuestras comunidades nos han dado para evitar contraer arrebatos, está el de no realizar cambios bruscos en la temperatura del cuerpo. Es decir, si nuestro cuerpo está caliente, esperemos un momento antes de tomar un baño o salir a lugares fríos.

<b>Arrebato</b>	
<b>Dotalwos (Árbol de ajo)</b>	
Parte usada	Corteza.
Preparación	Cortar un pedazo de <b>dotalwos</b> (árbol de ajo) y ponerlo a hervir en una olla, hasta que esta cambie de color.
Administración o dosis	Bañar a la persona arrebatada una vez al día hasta que haya mejoría.
<b>Layas (Sauce)</b>	
Parte usada	Hojas.
Preparación	Recoger hojas de <b>layas</b> (sauce) de nuestro <b>cham'mo</b> (monte) y hacerlas hervir por 20 minutos en una olla con agua.
Administración o dosis	Bañar a la persona afectada una vez al día por una semana.



## Mal viento

El mal viento es una enfermedad del alma muy parecida al arrebató y se debe a cambios bruscos en la temperatura de nuestro cuerpo. Pero la causa fundamental es un viento fuerte y frío que proviene del sur y que choca con nuestro cuerpo ocasionando que alguna parte de él quede encogida y sin movimiento.

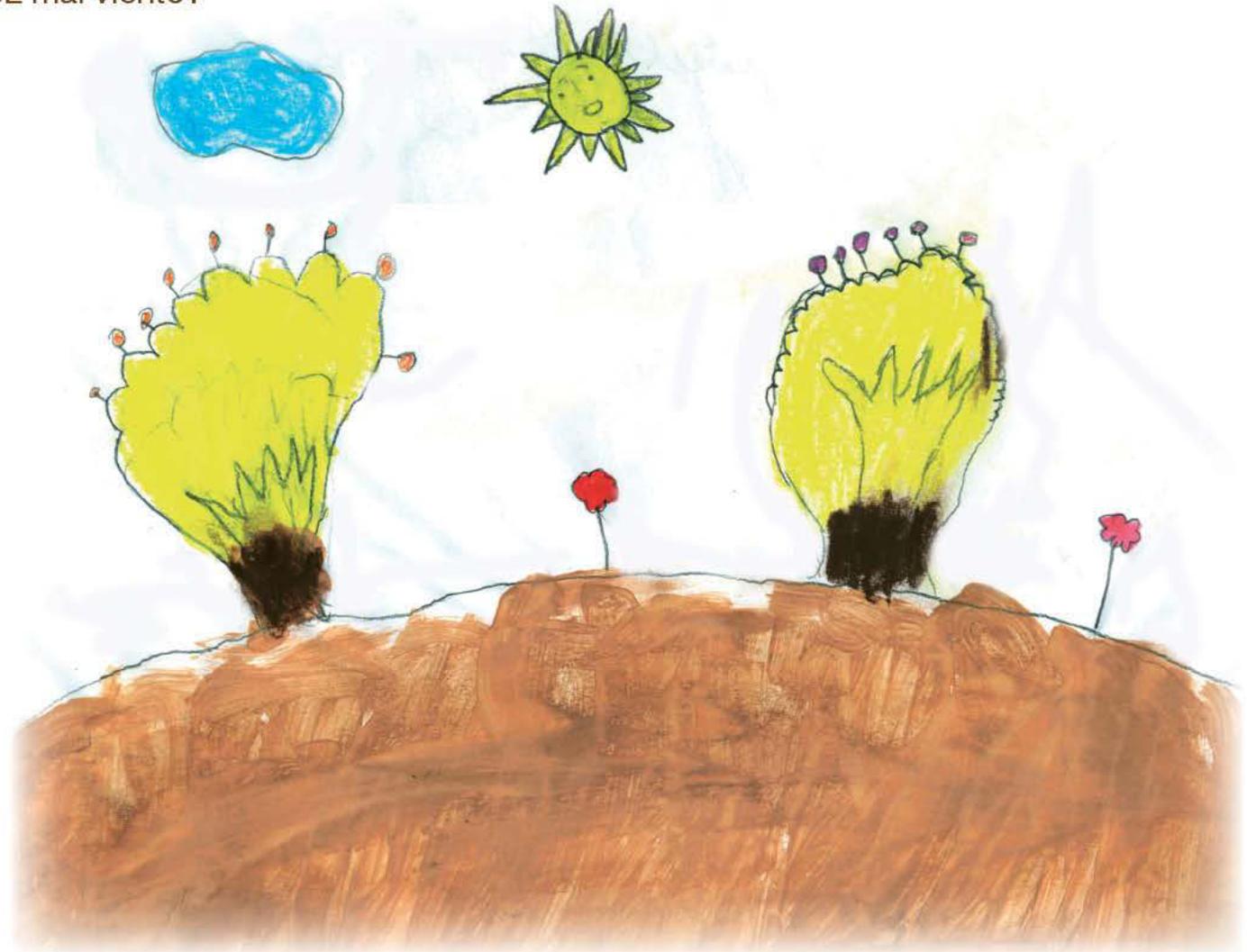
¿Cuáles son los síntomas del mal viento?

Los síntomas son tres:

- Llanto en los niños
- Temperatura
- Falta de apetito

Para la elaboración de las medicinas que curan el mal de viento se utilizan partes del cuerpo de animales que podemos encontrar en nuestro **cham'mo** (monte).

Deben ser recolectadas y almacenadas, porque son ingredientes que no se pueden recolectar con facilidad.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

<b>Mal viento</b>	
<b>Lelejkwakwa is dudu:tus (Espina de puercoespín)</b>	
Parte usada	Espina de puercoespín.
Preparación	Quemar las espinas del dudu:tus (puerco espín) hasta que humee.
Administración o dosis	La persona debe estar cerca del lugar donde se queman las espinas del dudu:tus (puercoespín) para que el humo le llegue. También se debe elaborar un collar con las espinas para protegerla del mal viento.
<b>Nu:nana'ij tuyawa (Hueso de borochi)</b>	
Parte usada	Hueso.
Preparación	Moler el hueso del borochi hasta que se convierta en polvo, mezclar con malmoscada y resina de isigo hasta formar una pasta bastante sólida.
Administración o dosis	Poner la pasta lograda en la sien del enfermo hasta que los síntomas desaparezcan.

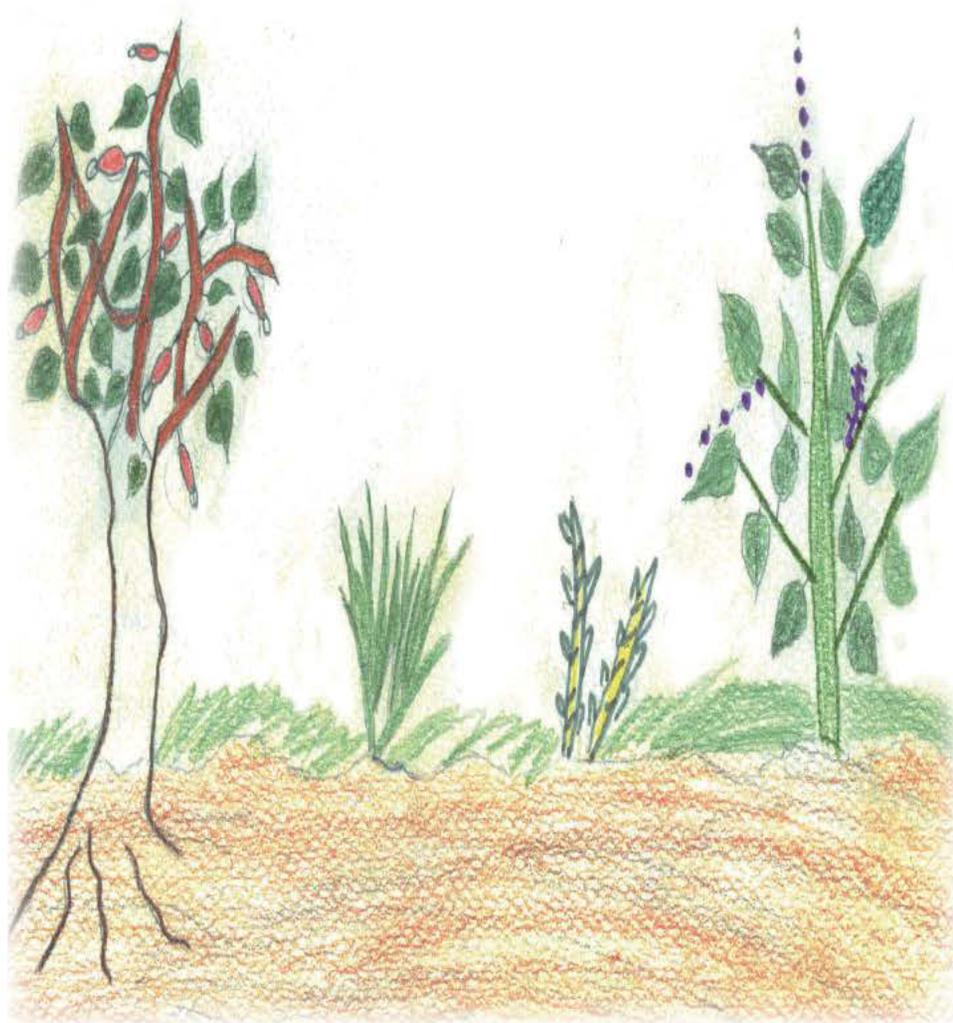
#### TRABAJEMOS:

1. ¿Alguna vez nos enfermamos con mocheó, mal de viento o arrebató?
2. Comentemos cómo nos sentíamos cuando estábamos enfermos.
3. Trabajemos estas preguntas en nuestros cuadernos y compartamos en clase.
4. Conversemos sobre los remedios que consumimos o utilizamos para curar las enfermedades del alma. Si conocemos más remedios, elaboremos una lista siguiendo la estructura del cuadro que tenemos en la parte superior de la hoja: nombre de la medicina, parte usada, preparación y administración o dosis.



¿Cómo participan los miembros de la familia en la curación de las diferentes enfermedades?

En nuestros hogares, el proceso de curación o de alivio de las enfermedades es una actividad cotidiana en la que todos los miembros de la familia participan. Veamos cuál es la participación de los miembros de la familia:



### Los dichi:ye

(niñas y niños de 2 a 11 años):

- Recolectamos partes de plantas medicinales que se encuentran cerca de nuestro hogar o que muchas veces nuestros padres han cultivado en nuestra **asna** (casa).
- Gracias a las enseñanzas de nuestros padres, vamos perfeccionando nuestros conocimientos medicinales a través de la práctica constante y guía de ellos.
- Tanto en el **cham'mo** (monte) como en la pampa, cuando acompañamos a recolectar frutos silvestres, identificamos los insumos medicinales que provienen de los animales, plantas y minerales aptos para curar diferentes enfermedades.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo mowima

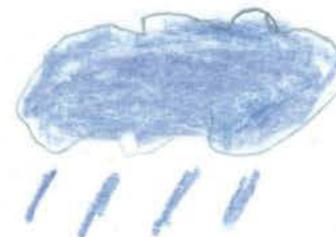
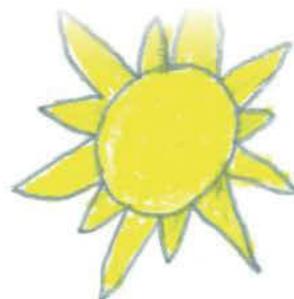
### Nosotros, los oveniwankwanchiye o tolkoschiye

(niñas y niños de 11 a 14 años):

- Ya no necesitamos la ayuda de nuestros padres porque nuestros conocimientos son más amplios, ya que conseguimos de manera autónoma los insumos que necesitamos para la elaboración de medicinas.
- En esta etapa vamos descubriendo nuestra vocación para ser o no ser los agentes sanadores, es decir, descubrimos si seremos hueseros, curanderos, rezadores, parteras o brujos.
- Si sentimos que tenemos vocación, los especialistas para realizar las diferentes curaciones son los encargados de transmitirnos sus conocimientos.

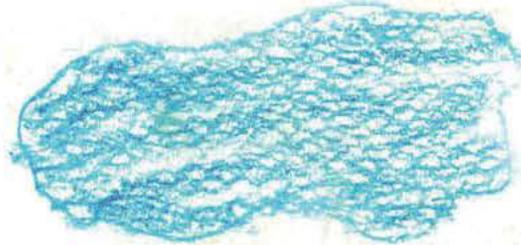
### Nuestros padres

- Participan en el proceso de curación.
- Nuestros padres tienen el conocimiento de las enfermedades y los síntomas que caracterizan a cada una de ellas.
- Tienen el conocimiento de qué recursos debemos utilizar para aliviar nuestras dolencias o malestares.
- Son los responsables del recojo y almacenamiento de los recursos naturales para la elaboración de medicamentos naturales.
- Nos protegen y previenen de enfermedades físicas y del alma.





# MODO DE TRATAR LAS ENFERMEDADES EN EL PUEBLO MOVIMA



## Unidad 3



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

### ¿DE DÓNDE EXTRAEMOS LOS REMEDIOS PARA CURAR LAS DIFERENTES ENFERMEDADES?

En nuestra cultura tenemos varias formas de tratar las enfermedades físicas y del alma; en unidades anteriores vimos que ante la enfermedad, buscamos soluciones que nos permitan aliviar los dolores y malestares para realizar nuestras actividades diarias con mucha energía.

Es por esta razón que los movima tenemos un profundo respeto a los amos de nuestro **cham'no** (monte), el **Kaychoŋ** y el **Bo:law**, porque nuestros antepasados nos enseñaron a entablar una relación de cariño y cuidado con las plantas, los minerales y los animales que son necesarios para elaborar nuestras medicinas. El respeto y el agradecimiento que tenemos hacia los amos nos ha permitido mantener el equilibrio y la armonía que necesitamos para vivir con la naturaleza y con todos los elementos que la componen.

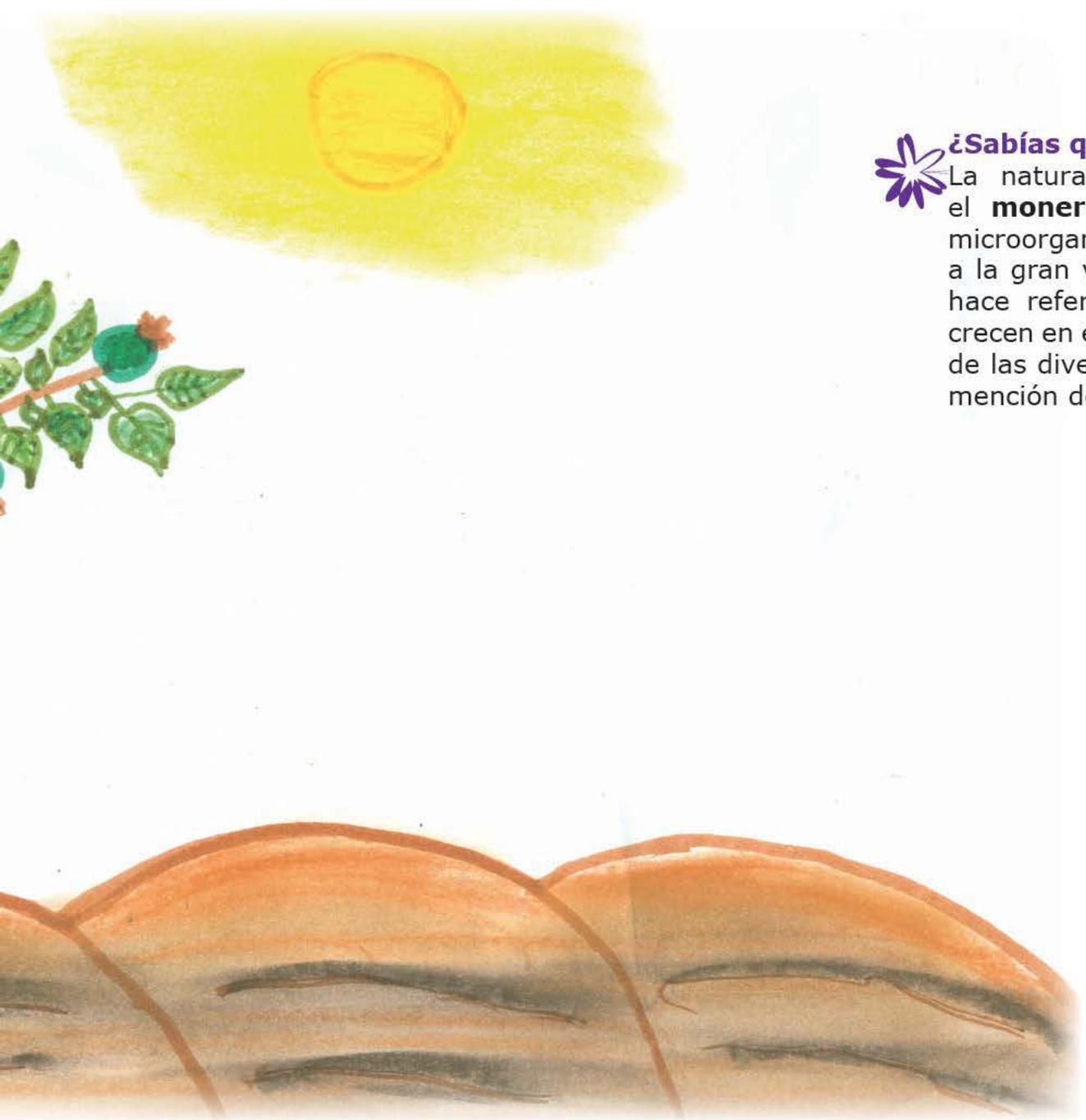
En nuestra cultura, curamos las enfermedades en base a recursos naturales que encontramos en los tres reinos más importantes de la naturaleza: el vegetal, el animal y el mineral. Gracias a la sabiduría de nuestros antepasados, estos conocimientos se han mantenido generación tras generación.





**¿Sabías que...?**

La naturaleza tiene seis reinos: el **mineral**, el **monera** (que hace referencia a todos los microorganismos), el **fungi** (que hace referencia a la gran variedad de hongos), el **protista** (que hace referencia a las especies de plantas que crecen en el agua), el **plantae** (que hace mención de las diversas plantas) y el **animalia** (que hace mención de las diferentes especies de animales).



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Hagamos un ejercicio, para eso debemos cerrar nuestros ojos por un instante. ¡Vamos, ciérrenlos por un ratito!. Recordemos una de nuestras enfermedades, aquella que nunca olvidaremos por todos los síntomas que sentimos y no quisiéramos que vuelva a suceder.

Cuando nos enfermamos, nuestra familia hace todo lo que sea necesario para curarnos y así hacernos sentirnos mejor. Ante una enfermedad, lo primero que debemos hacer es identificar qué tenemos y en qué parte del cuerpo sentimos dolor para que a partir del diagnóstico podamos decidir qué tipo de medicina tomaremos.

-Yo me acuerdo que me sentí muy mal, con fiebre, dolor de garganta y no podía ni comer ni tragar mi saliva; no tenía fuerzas para hacer nada, pero mi **ma'a** (mamá) y **pa'a** (papá) me cuidaron e hicieron una medicina en base a una corteza conocida como **ti:pol** (alcornoque) que me hizo muy bien.



 **¿Sabías que...?**

Siempre aplicamos los conocimientos que nos dejaron nuestros antepasados; desde que somos **dichi:ye** (niños y niñas), aprendemos viendo y acompañando a nuestros padres a recolectar las medicinas que necesitamos, para después aprender a conservarlas y prepararlas. No hay un hogar movima que no cuente con alguna de las medicinas básicas para el cuidado de las enfermedades más comunes como resfríos, diarreas o heridas.



**TRABAJEMOS:**

Veamos qué plantas naturales tenemos en nuestra **asna** (casa), para armar un libro de medicinas naturales:

1. Elaboremos un listado de aquellos insumos medicinales que pertenecen al reino vegetal, animal o mineral.
2. Ordenémoslo alfabéticamente
3. Preguntemos en nuestras casas cuáles pueden conservarse y cómo podemos hacerlo.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

### ELABORACIÓN DE LAS MEDICINAS NATURALES

A continuación, conoceremos los medicamentos que se fabrican a partir de insumos naturales:

Debemos saber que el proceso de elaboración de las medicinas es diferente, algunas medicinas son infusiones, cataplasmas, jarabes o aceites y el empleo de cada una es diferente.

-Tiene razón, don Vidal, por eso explicaremos un poco para saber distinguir los remedios que se elaboran en nuestro territorio.

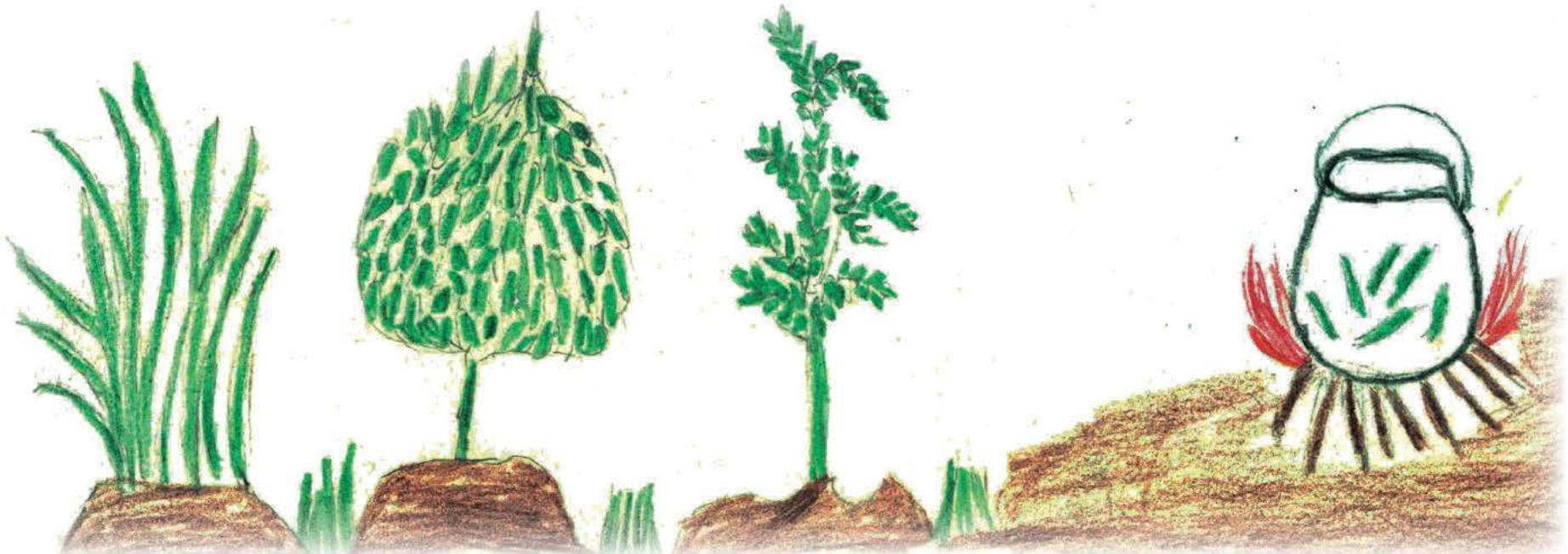


### Infusiones

Muchas de las medicinas tradicionales son consumidas como infusiones y las mismas tienen un modo de preparación sencillo y muy parecido a un té. Esta preparación consiste en poner las partes de las plantas en agua hirviendo por unos minutos, dejando que se enfríe poco a poco antes de ser tomado. Se recomienda no dejar hirviendo por mucho tiempo las hojas o flores (las partes que se usan con más frecuencia en la preparación de la infusión) para que no pierdan sus propiedades curativas.

### Aceites

Los aceites son extraídos de las semillas de algunas plantas y los obtenemos por medio del prensado y la cocción. El proceso de elaboración es moroso, es decir, requiere de más cuidado y tiempo para su extracción, pero los aceites pueden ser guardados por un tiempo más largo a comparación de otras preparaciones medicinales. Los aceites se utilizan como bebidas medicinales y como insumos para friccionar las partes afectadas.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

### Cataplasma

El cataplasma consiste en el machacado de la parte de la planta que contiene las propiedades curativas que se pretenden usar. Algunos cataplasmas se aplican fríos y otros calientes sobre el área afectada que se quiere tratar. Este cataplasma tiene una consistencia pastosa y siempre se deben utilizar ingredientes frescos para su elaboración.

### Jarabe

Los jarabes se preparan extrayendo con agua los componentes medicinales que tienen las plantas y se los disuelve en alcohol, azúcar o miel, que funcionan como preservantes. La preparación se inicia en forma semejante a la infusión, pero la diferencia está en que se deja reposar algunas horas y luego se filtra el líquido, agregando alcohol, azúcar o miel, luego se cuela y se guarda en botella o frasco en un lugar limpio y protegido del calor y de la luz para que pueda conservarse por más tiempo.

### Lavados

Son enjuagues que se realizan con las diferentes partes de las plantas para curar heridas, sarnas, picaduras, puchichis y enfermedades del alma como el arrebató, el mal viento y el mocheó.



## MEDICINAS DE ORIGEN VEGETAL

El uso de remedios de origen vegetal tiene una larga historia en nuestro territorio, la cual nuestros abuelos escucharon de sus abuelos y de ellos aprendieron. Estos conocimientos tan importantes han sido la base para la elaboración de la medicina occidental, entre las más conocidas está la penicilina, que tiene como ingredientes recursos de origen vegetal.

Cuando hacemos referencia a la medicina de origen vegetal, nos referimos a todo aquello que forma parte de las plantas, es decir, hojas, tallos, corteza, flores, raíces, frutos y semillas. Nuestros antepasados han aprendido a dar utilidad a cada parte de las plantas, identificando y experimentando cuáles son aquellas que tienen un fin curativo que calme y cure dolores físicos o del alma. En este sentido, veremos cuáles son las partes de la planta y cuáles son sus propiedades curativas.

**¿Sabías que...?**  
 Los movima utilizamos insumos vegetales de origen vegetal para curar infecciones fuertes.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

### Lorankwa

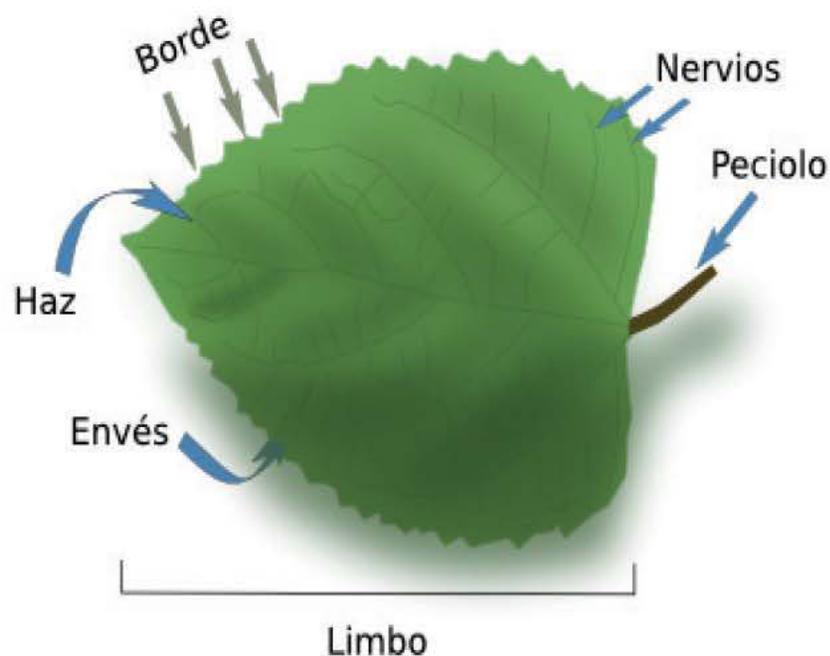
Hoja

Las hojas son la parte más importante de la planta, cumplen un papel importante, ya que a través de ellas la planta respira y se alimenta de los rayos del sol, que ayudan a su crecimiento. Las hojas tienen diferentes formas, texturas y grosores pero, a pesar de estas diferencias, podemos distinguir sus partes de manera general, es decir, tienen parecido entre sí.

La hoja tiene dos partes; el limbo y el peciolo. El limbo es todo aquello que comprende la hoja y, a su vez, tiene varias partes: el haz, el envés, la nervadura y el contorno. El peciolo es la unión de la hoja con el tallo. Para ubicarnos mejor, veamos las partes de la hoja en el siguiente dibujo:

El haz es la parte superior de la hoja, es de color verde y brillante.

El nervio es la parte sobresaliente de la hoja, tiene la función de transportar los alimentos. Cumple la misma función que las venas de nuestro cuerpo, porque ellas transportan la sangre con nutrientes por todo nuestro organismo.



El contorno de las hojas varía entre una planta y otra: pueden ser dentadas, lisas, aserradas y lobuladas.

El peciolo es la parte que conecta la hoja con el tallo, algunas plantas tienen peciolo y otras no, pero la función principal es conducir los nutrientes que necesita la hoja.

Gran parte de la medicina natural o tradicional que tenemos en nuestro territorio es elaborada en base a hojas de diversas plantas que tienen propiedades para curar enfermedades físicas como inflamación de riñones, sarnas, dolor de cabeza, dolor de muelas, dolor de estómago, dolor de cuerpo, tos, heridas, fracturas. También se curan enfermedades del alma como el arrebató y el mocheó.

(Para tener mayor información sobre las hojas medicinales consultemos el anexo 1).

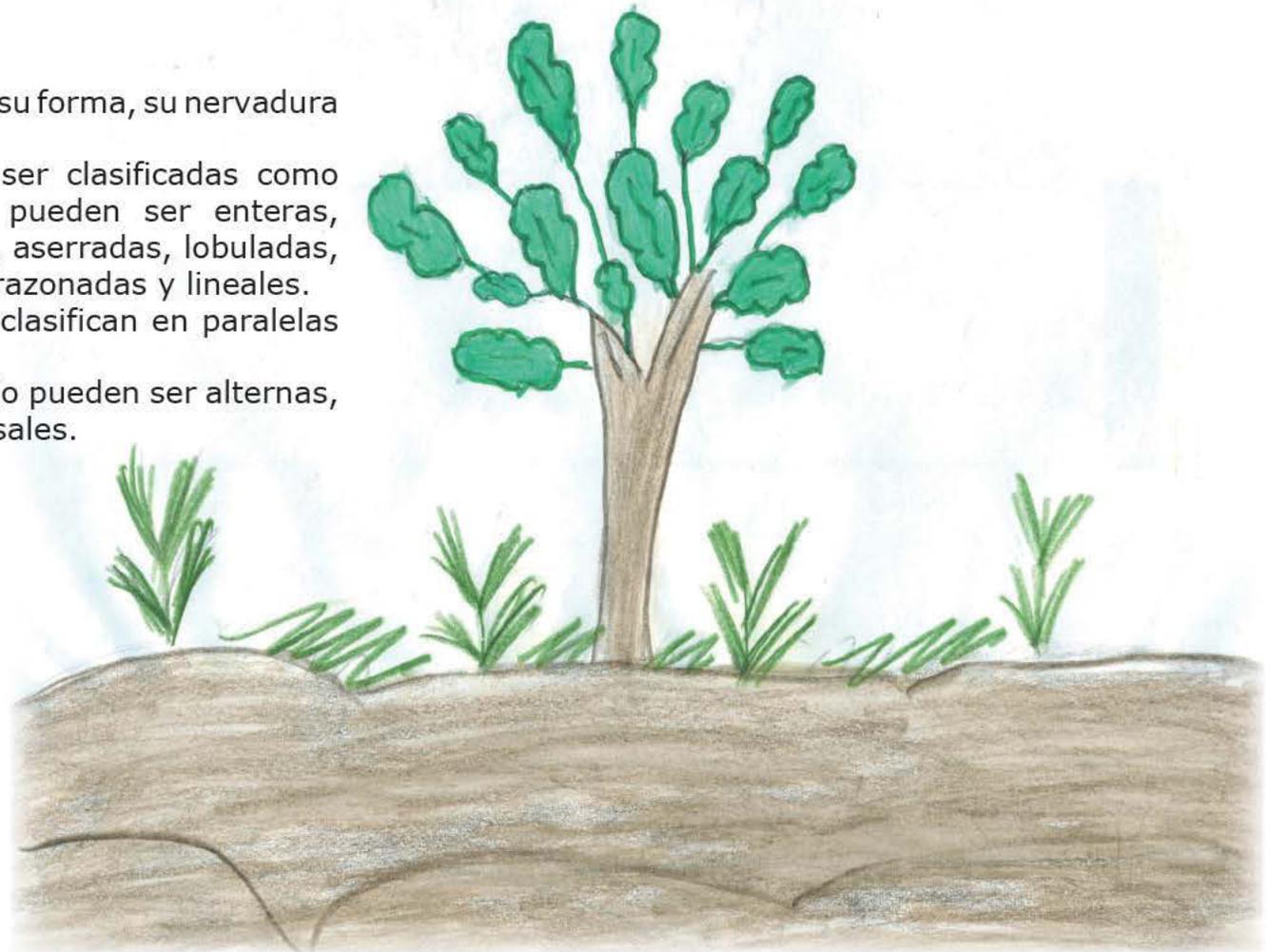
### ¿Sabías que...?

Las hojas se diferencian por su forma, su nervadura y por su tallo.

Según su forma, pueden ser clasificadas como simples o compuestas y pueden ser enteras, lisas, onduladas, dentadas, aserradas, lobuladas, lanceoladas, ovaladas, acorazonadas y lineales.

Según sus nervaduras, se clasifican en paralelas y ramificadas.

Según la disposición del tallo pueden ser alternas, opuestas, verticiladas y basales.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

El cuadro contiene la lista de algunas **lorankwa** (hojas) que tienen propiedades medicinales.

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Lorankwa (Hoja)</b>				
<b>Portuna</b>	Fortuna	A p o s t e m a s , inflamaciones en general e inflamación de apéndice.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Machacar la hoja, mezclando con algún tipo de aceite natural.</li> <li>• Otra manera de utilizarla es machacar la hoja y extraer el jugo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar en la parte afectada.</li> <li>• Tomar una cucharadita una vez al día hasta ver mejoría.</li> </ul>
<b>Kare</b>	Caré	Pasmos e inflamación de vías urinarias.	Machacar las hojas en el tacú hasta extraer el jugo de las hojas y mezclar con aceite de palta.	colocar en las nalgas y friccionar hasta sentir calor. Poner unas tres veces al día hasta sentir mejoría.
<b>Kutulaba</b>	Palta	Riñones, inflamación de la vesícula.	Hacer hervir 10 hojas en una olla por un lapso de 5 a 10 minutos.	Debe tomarse el líquido como agua, por lo menos 5 o 6 tazas diarias.

**Lobababos**

Tallos

Los tallos en las plantas tienen la función de ser los conductores o los que distribuyen los nutrientes que la planta necesita para crecer. Otra de las funciones es sostener las hojas de las plantas. Los tallos varían, algunos son gruesos y otros son delgados. También existen tallos lisos, peludos o ásperos.

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Lobababos (Tallos)</b>				
Talunmo	Guineo blanco	Diarrea y disentería.	Cortar el tallo y exprimir para extraer el jugo.	Una vez que se ha extraído el jugo de los tallos, tomar una cucharadita por las mañanas.
Suru'suru	Caracóre	Inflamación de riñones.	Poner los tallos a hervir en una olla y, una vez cocidos, exprimir el jugo que tiene.	El jugo extraído debe tomarse una vez al día hasta mejorar.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Tobe'jwanmo

##### Corteza

La corteza es la parte que recubre los troncos delgados y gruesos de los árboles. Su textura es áspera, algunas cortezas son suaves y otras son lisas, depende del tipo de árbol. La función de la corteza es proteger al árbol de los insectos y animales, dar una estructura sólida y conducir los nutrientes desde las hojas hasta las raíces. La corteza también es un ingrediente indispensable para la elaboración de medicinas que nos permiten curar enfermedades como diarrea, dolores de cabeza, apostemas, empeines, sarnas, tos, resfríos, úlceras e incluso enfermedades del alma. Nuestro territorio tiene una amplia variedad de cortezas, aquellas que utilizamos para la preparación de medicinas naturales son:

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Tobe'kwa (Corteza)</b>				
<b>Rumlos</b>	Palo diablo	Inflamación de las amígdalas y tos.	Poner la corteza de <b>rumlos</b> (palo de diablo) en una olla con agua a hervir. Dejar cociendo por 20 minutos.	En caso de tos, tomar la infusión tres veces al día hasta notar mejoría. Para el caso de las amígdalas, hacer gárgaras con la infusión antes de dormir.
<b>Tipa</b>	Tipa	Úlceras	Hacer hervir la corteza de <b>tipa</b> en una olla. La infusión obtenida debe mezclarse con alcohol.	Tomar tres veces al día después de las comidas, durante 4 a 5 días.

## Dudułkwa

### Raíces

La raíz es la parte más importante de la planta porque cumple dos funciones: sostener la planta en la tierra y absorber el agua y nutrientes que necesita para su desarrollo. La raíz se encuentra dividida en cuatro partes: la raíz principal, la raíz secundaria, la caliptra y los pelos absorbentes. Veamos el siguiente dibujo para reconocer las partes de la raíz:

### ¿Sabías que...?

Existen cinco tipos de **dudułkwa** (raíz):

1. **Axonomorfas**: tienen su raíz principal más gruesa y las otras raíces que salen de ella son más delgadas.
2. **Fasciculadas**: no tienen una raíz principal y parecen ser la misma, es decir, no existe diferencia entre las raíces.
3. **Napiformes**: su raíz principal es bastante gruesa.
4. **Tuberosas**: son aquellas raíces gruesas y numerosas.
5. **Ramificadas**: no tienen una raíz principal y se parecen a las ramas de un árbol.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Hay varias enfermedades que podemos curar en base a medicinas elaboradas con la **dudułkwa** (raíz) de las plantas como fiebre, diarrea, inflamación de riñones, resfrío o reumatismo.

Nombre en movima	Nombre en castellano	Parte utilizada	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Dudułkwa (raíces)</b>					
<b>Jowesma</b>	Paja cedrón	Raíz y hojas.	Inflamación de los riñones.	En una olla poner la raíz y las hojas, hacer hervir por 20 minutos hasta que el agua tome un color diferente.	Tomar como agua de tiempo cada vez que el cuerpo requiera líquido hasta sentir mejoría.
<b>Chinala</b>	Yuca	Raíz	Fiebre del estómago y acidez.	Rallar la <b>chinala</b> y poco a poco irá desprendiendo almidón. Mezclar en una jarra con agua y limón.	Tomar después de cada comida hasta que la acidez pase.

(Para conocer más sobre las raíces medicinales que se utilizan en el territorio consultemos el anexo 1.)

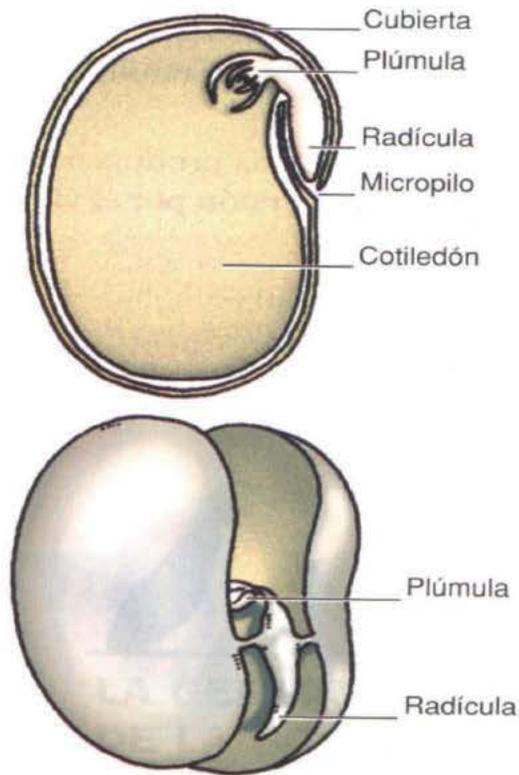
## Didinkwa

### Semillas

La semilla es la parte del fruto que da vida a la nueva planta. Muchas semillas son fuente de alimento ya que contienen aceite, almidón y proteínas. En nuestra región, muchas semillas tienen propiedades curativas, como las semillas de la **maropa** (papaya), la **nara:sa** (naranja), con las cuales también elaboramos medicinas naturales.

El albumen es la reserva alimentaria de la semilla.

El epispermo cubre toda la semilla. Algunos son delgados y otros son gruesos. Este es un mecanismo de protección contra los peligros del entorno.



El embrión es la pequeña planta que tiene cada semilla. Tiene sus subpartes, que son la radícula, la plúmula, el hipocotíleo y el cotilodema.

### ¿Sabías que...?

Hay muchas semillas que tienen mecanismos de defensa contra depredadores, es por eso que algunas tienen un sabor extraño, son tóxicas y otras, en cambio, están cubiertas de espinos o pelitos que no son agradables para sus depredadores, pues les producen picazón.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

En el territorio movima, podemos encontrar diferentes semillas en el **chamímo** (monte). Sin embargo, no todas las semillas sirven para elaborar medicinas, es por eso que en el próximo cuadro mencionaremos cuáles son las semillas que se utilizan para elaborar medicinas naturales:

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Didinkwa</b> (semillas)				
<b>Kawawa</b>	Macororó	Resfrío, dolor de cabeza, fiebre.	Se machuca la semilla y se la tuesta en un perol. Se hace hervir una olla con poca agua, se agrega las semillas machucadas y poco a poco se irá desprendiendo el aceite.	Una vez extraído el aceite, debe friccionarse todo el cuerpo con el líquido obtenido hasta entrar en calor.
<b>Pura'dinmes</b>	Aceite de totaí	Inflamación de la vesícula.	Se hace hervir en una olla los frutos del totaí, se saca con un cucharón y se pone en un recipiente limpio para almacenarlo.	Tomar una cucharada de aceite una vez al día hasta sentir mejoría. Se recomienda tener un vaso de agua para ayudar a tomar el aceite.



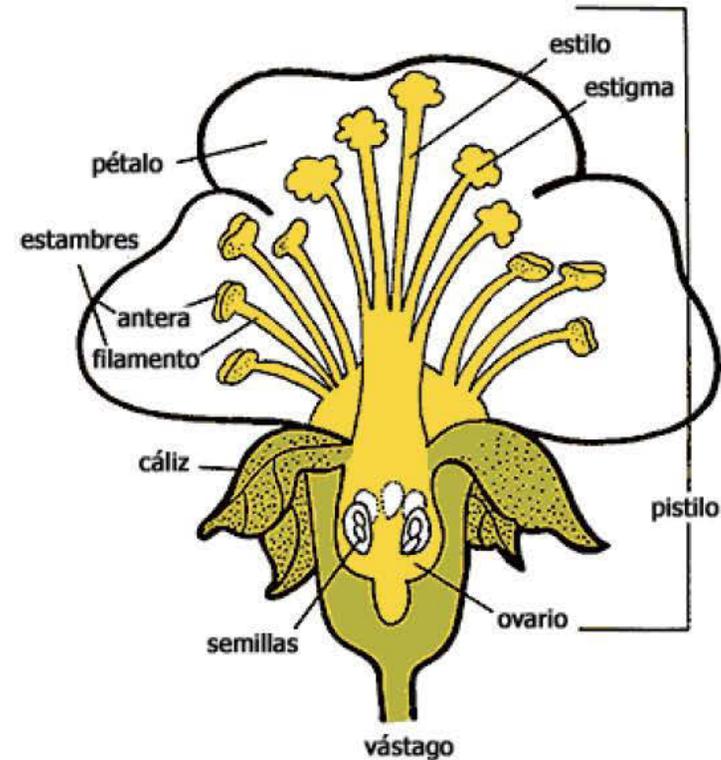
## Morinkwa

### Flores

La flor tiene una función importante que consiste en ser el medio de reproducción de la planta. Sin ella no se podría lograr el desarrollo de la semilla, que es la que asegura el nacimiento de una futura planta. La flor, al igual que las otras partes de las plantas, tiene sus características y partes. Veamos en el siguiente dibujo cuáles son las partes de la flor:

### ¿Sabías que...?

Los colores, la forma de los pétalos y el olor de las flores tienen una función importante para la reproducción de la planta: la de atraer insectos que se encargan de transportar las semillas para lograr la reproducción de las plantas. Estas estrategias que utilizan las flores tienen un fin: lograr que los insectos realicen la reproducción de las plantas. A cambio las flores, como regalo a su gran ayuda, les ofrecen el néctar.

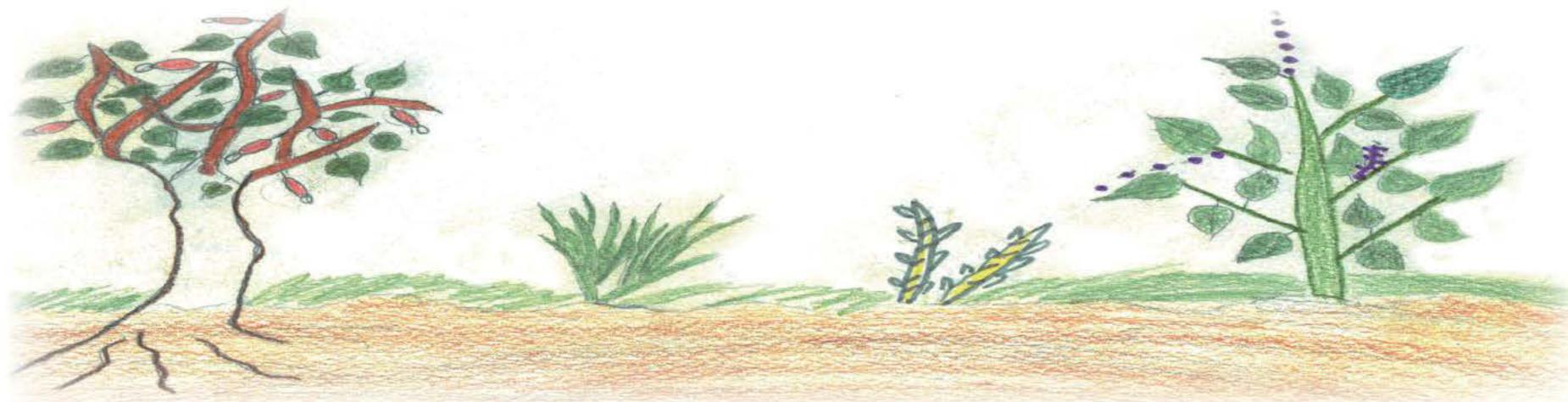


El hombre a lo largo de la historia ha encontrado muchas y diferentes formas de usar las flores en su beneficio. Quizá el uso más curioso sea el de recogerlas y entregarlas a alguien como símbolo de amistad, amor, felicitación o, incluso, pésame. Las flores forman parte de nuestra vida y están presentes en muchos acontecimientos o, simplemente, cumplen la función de adorno haciendo nuestra vida más hermosa.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Morikwa (Flor)</b>				
<b>Bujdińmori</b>	Algodón	Dolor de oído.	Se soasa la flor en un sartén.	Poner la flor soasada caliente en el oído afectado, realizar esto hasta que se tenga mejorías.
<b>Waris</b>	Joco	Dolor de oído.	Se soasa la flor y cuando está caliente se exprime el líquido que desprende.	Debe ponerse el líquido en el oído afectado una vez al día.



## Babakwa

### Fruto

El fruto es el resultado de una flor que tiene la función primordial de proteger a la semilla, para lograr este fin cuenta con el pericarpio, que se subdivide en tres partes: el epicarpio, el mesocarpio y el endocarpio. Veamos con más detalle cuáles son sus partes:

**¿Sabías que...?**  
 Al igual que la flor, el fruto utiliza como estrategia su forma, color y aroma para atraer animales y así coman los frutos y dispersen las semillas en distintos lugares.



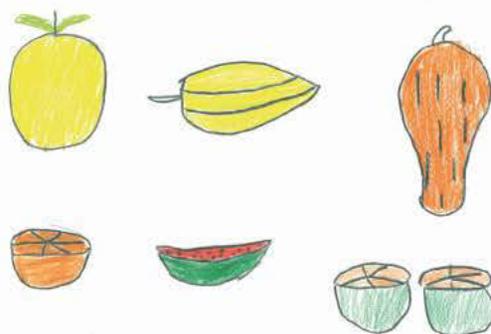
Los frutos en nuestro territorio no sólo nos alimentan, sino también que con ellos podemos elaborar medicinas para curar la diarrea o el mal de ojo, como el **pe:re** (plátano), **mayu:se** (piña verde) o el **li:mon** (limón).

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

El siguiente cuadro nos muestra más detalle de sus características:

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Babakwa (Fruto)</b>				
<b>Chinałana:na</b>	Yuquilla	Mal de ojo	Se raspa la yuquilla y se deja reposar un momento hasta que desprenda el jugo.	Ponerse una gota del jugo obtenido en los ojos. Debe realizarse con mucho cuidado pues una dosis mayor puede malograr la vista.
<b>Pe:re</b>	Plátano	Diarrea	Debe hacerse cocer un <b>pe:re</b> (plátano) tierno en agua. Una vez cocido debe hacerse puré.	Dar de comer al enfermo durante dos a tres días ayudará a regularizar el estómago y la digestión.





**TRABAJEMOS:**

Hemos aprendido sobre las plantas, sus partes, sus diferencias y características. Ahora, trabajaremos en la elaboración de un herbario, el cual es un cuaderno que contiene semillas, raíces, tallos, cortezas, hojas, flores y frutos secos; este ejercicio nos permitirá estudiar las partes de la planta y reconocer sus diferencias. Tomemos en cuenta que solo trabajaremos con partes de plantas medicinales.

Para su elaboración necesitamos cartones, hojas de papel, pegamento y pitas. Empecemos con el trabajo:

- Poner cada planta en una hoja de papel y taparla con otra para que absorba todos los líquidos.
- Debemos deshidratar las partes por separado.
- Elaborar una base y tapa de cartón.
- Amarrar el herbario con pitas, prensar lo más que se pueda.
- Dejar secar el herbario por dos semanas.

Una vez seco, pegar en hojas de papel de acuerdo a la siguiente clasificación:

- **Semillas:** Partes de las semillas y tipos de semillas medicinales.
- **Raíces:** Partes de las raíces y tipos de raíces medicinales.
- **Tallos:** Partes del tallo y tipos de tallos medicinales.
- **Cortezas:** Tipos de cortezas medicinales.
- **Hojas:** Partes de las hojas y tipos de hojas medicinales.
- **Flores:** Partes de las flores y tipos de flores medicinales.
- **Frutos:** Partes de los frutos y tipos de frutos medicinales.



**LAWAJESWANRADI NIS POPOYKWA****REMEDIOS DE ORIGEN ANIMAL**

La elaboración de medicina natural en base a partes del cuerpo de los animales es conocida y practicada en nuestra cultura desde hace muchos años. Nuestros antepasados elaboraron remedios naturales utilizando partes internas y externas de los animales. Entre las partes internas están las grasas, la hiel, la barriga, la molleja y la sangre; las partes externas son las patas, las pezuñas, los huevos, las espinas, las plumas, el caparazón, las tenazas e incluso el cuerpo entero de algunos animales.

**Partes internas de los animales**

Como ya mencionamos, las partes internas que utilizamos para la elaboración de medicina natural son algunos órganos de los animales que habitan en nuestro territorio. Los siguientes párrafos y cuadros harán mención de las partes internas que se utilizan de los animales, la forma de elaboración y la administración de la medicina para curar enfermedades físicas o del alma.



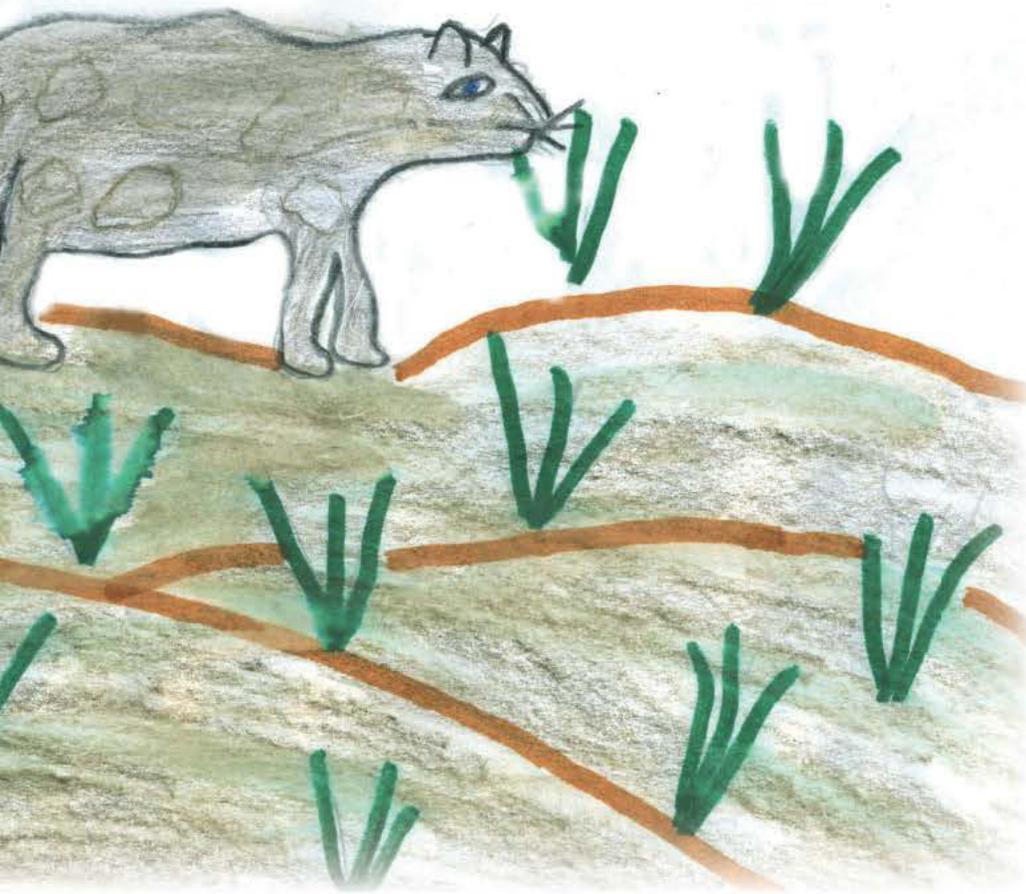
### Mes

#### Grasa

La grasa de los animales es utilizada para la elaboración de aceites medicinales; los animales que los movima utilizamos son: **wa:ka** (vaca), **ko:chi** (cerdo), **da:ra** (piyo), **yonali** (caimán), **cha: vo** (raya), **pa'ji** (bufeo), **rulrul** (tigre), de los cuales aprovechamos las grasas que extraemos alrededor de su piel o aquella que se encuentra en sus vísceras.

Las enfermedades que podemos curar con la grasa de los animales son los resfríos, tos, bronquitis, tuberculosis, fiebre, inflamaciones, picaduras de víboras, puchichis, heridas, anemias y reumatismos. Para poder utilizarlas debemos convertirlas en aceite y la manera de obtenerlos es a través de un proceso de cocción.

(Si deseamos más información podemos consultar el anexo 2)



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

Veamos algunas de estas recetas a continuación:

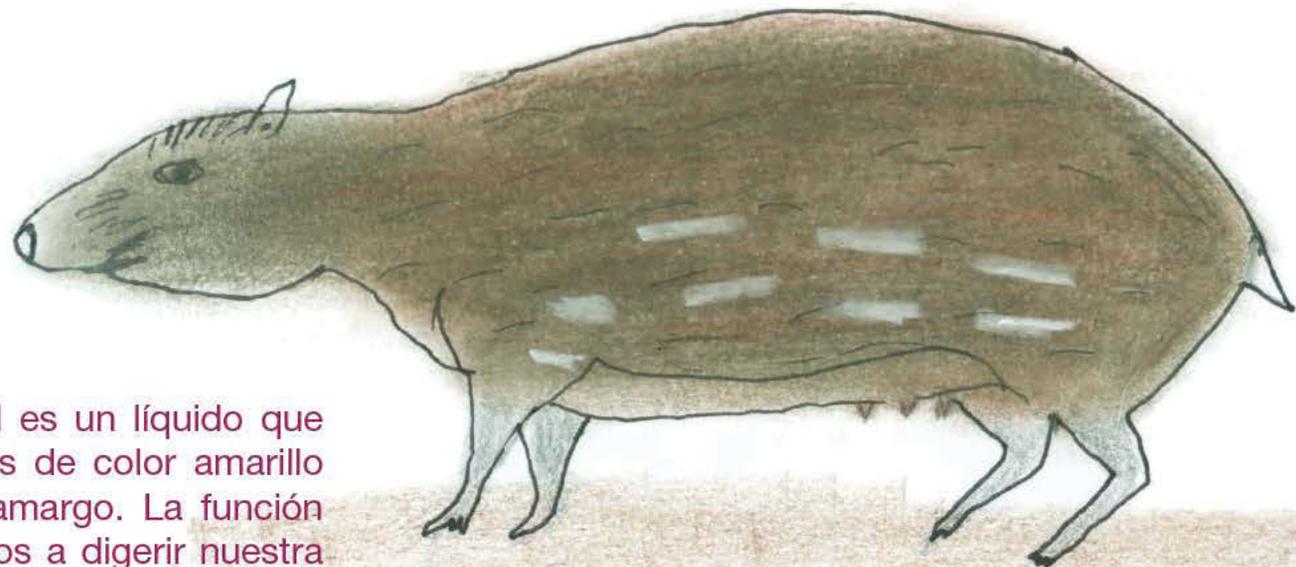
Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Mes (grasa)</b>				
<b>Cha:vo´mes</b>	Grasa o aceite de raya.	Resfrío, tos, bronquitis y tuberculosis.	Se saca la grasa del <b>cha:vo</b> (raya) o el <b>da:ra</b> (piyo) y se fríe en un sartén. Se obtiene un aceite, el mismo puede ser guardado por un largo tiempo en un recipiente cerrado y limpio.	Tomar una cucharada del aceite mezclado con li:mon (limón) o miel de abeja tres veces al día durante una semana.
<b>Da:ranmes</b>	Grasa o aceite de piyo.	Picadura de víbora, puchichis e inflamaciones.		En caso de mordedura de víbora, tomar un vaso de aceite y aplicarlo en la herida. Para las sarnas, poner el aceite en la parte afectada una vez al día hasta que sane. En caso de inflamaciones, friccionar la parte afectada con el aceite una vez al día hasta lograr mejoría.

### Donsese:wa

#### Hiel

La hiel es otro ingrediente para la elaboración de medicina natural. Se extrae la hiel del **lume'** (jochi pintado) y del **se:ya** (bentón). Al momento de cazarlos se separa la hiel para elaborar medicinas naturales. Las enfermedades que se curan con la hiel son las picaduras de víboras y la inflamación de la vesícula.

Siempre me he preguntado dónde está la hiel.  
¿Estará en la cabeza?

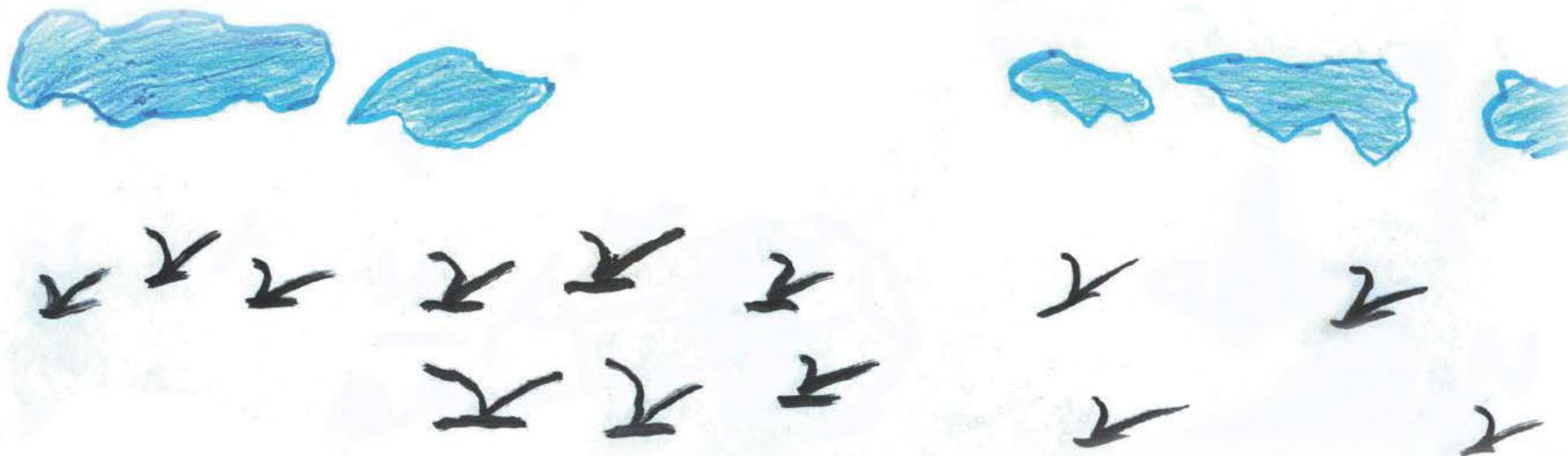


-No, **dichi:ye** (niño), la hiel es un líquido que nuestro hígado produce, es de color amarillo verdoso y de sabor muy amargo. La función de este líquido es ayudarnos a digerir nuestra comida, sin este líquido no podríamos limpiar la grasa que hay en nuestro cuerpo.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Donsese:wa (Hiel)</b>				
<b>Donsese:wa ij lume'</b>	Hiel de jochi pintado.	Picadura de víbora e inflamación de vesícula.	Se extrae la hiel, que está cerca del hígado del animal. Puede guardarse en un frasco limpio por mucho tiempo, pero debe estar en un lugar fresco y oscuro para que se conserve.	Debe tomarse una cucharada cada 4 horas en caso de picadura de víbora o de inflamación de la vesícula.
<b>Donsese:wa ij se:ya</b>	Hiel de bentón.	Inflamación de la vesícula.	Se extrae la hiel del bentón al momento de descuartizarlo.	La persona enferma debe tomar la hiel fresca hasta notar mejoría.



### Chojkwanmo

Panza o estómago

Otra parte de los animales utilizada en la curación de enfermedades es la panza de la **waka** (vaca negra) y se emplea para curar el mocheó. Para que los niños que no caminan y son muy débiles logren fortalecerse, se debe utilizar el estómago de la vaca negra, pero debe ser del color indicado, no puede ser pintona, choca (café) o blanca.

### Chochanmomo

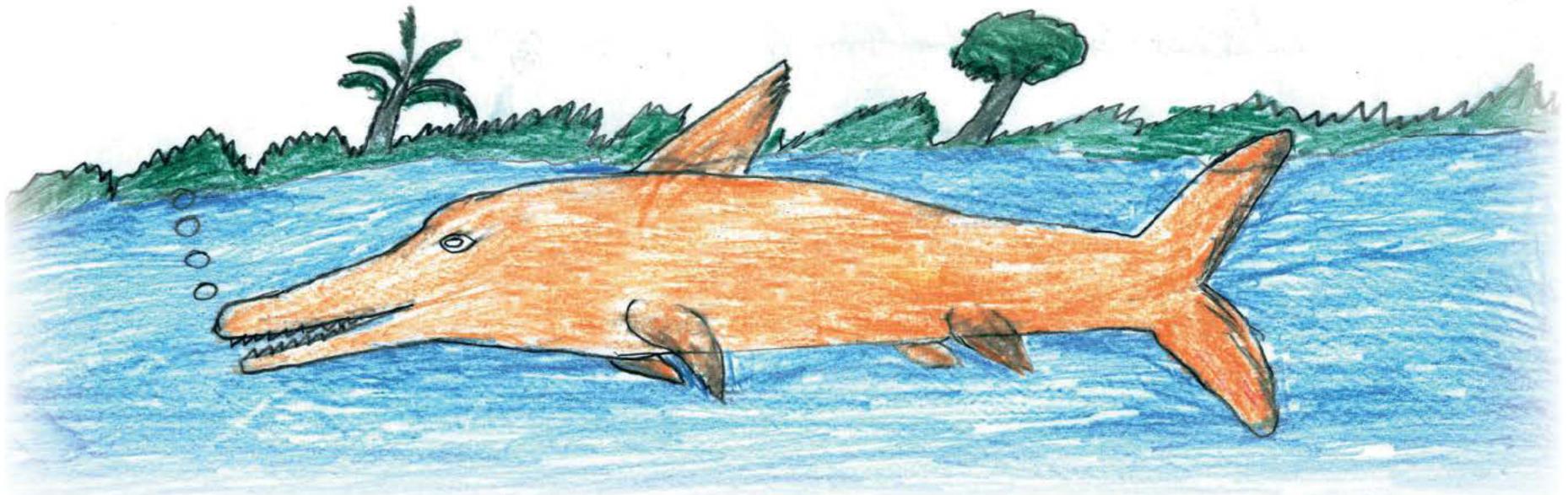
Churiqui o molleja

El **chochanmomo** (churiqui o molleja) es utilizado en nuestra cultura para curar tumores. La molleja tiene mucho parecido al estómago, porque es muy musculosa y gruesa. Tiene la función de triturar los alimentos que se encuentran debajo del cuello.



#### ¿Sabías que...?

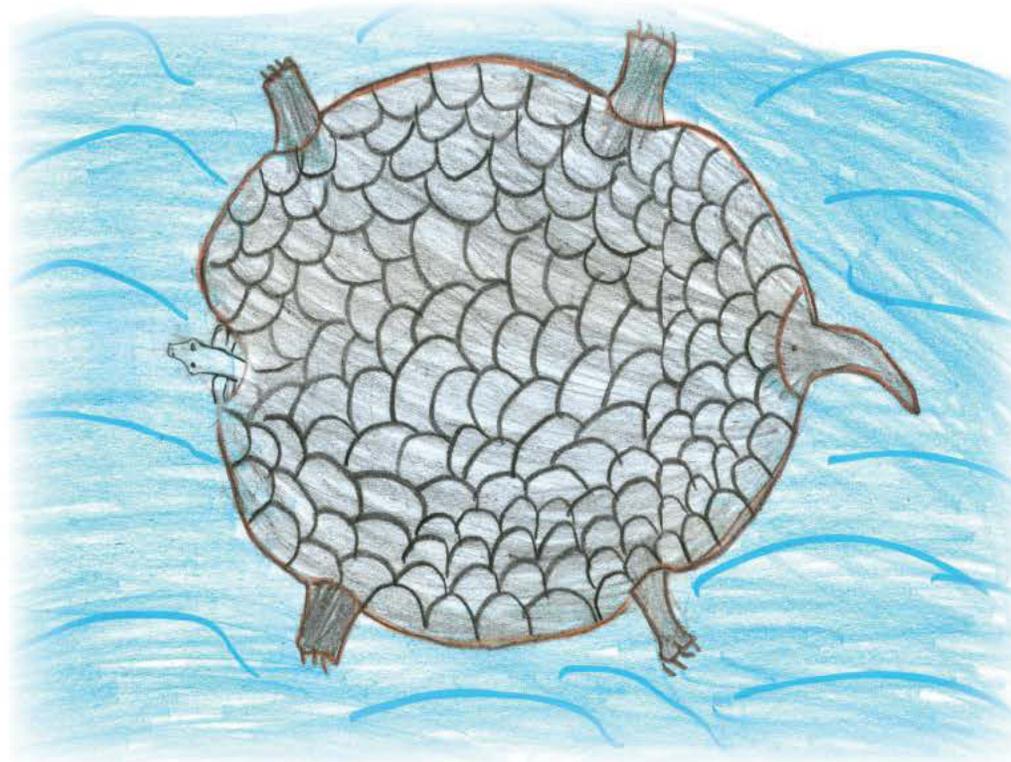
No todos los animales tienen **chochanmomo** (churiqui o molleja), sólo la tienen las aves y los peces.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Chochanmomo</b> (churiquí o molleja)				
<b>Chochanmomo as da:ra</b>	Churiqui o molleja del piyo.	Tumores	Secar al sol la parte interna del churiqui o molleja. Una vez seca, molerla en un tacú hasta convertirla en polvo.	Poner una pizca del polvo en cada comida que se consuma en el día. Debe realizarse este procedimiento hasta que el tumor desaparezca.



**Donana´**

Sangre

La sangre siempre ha sido un símbolo representativo de fuerza y energía. Nuestros antepasados, por esta razón, utilizaron **donana´ di wa:ka di tumpoy** (sangre de vaca negra) para curar la anemia, enfermedad que se caracteriza por la pérdida de apetito y aumento de debilidad. A continuación veamos cómo se elaboran las medicinas:

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Donana´ (sangre)</b>				
<b>Donana´ di wa:ka di tumpoy</b>	Sangre de vaca negra.	Anemia.	Se debe degollar la <b>wa:ka tumpoy</b> (vaca negra) y esperar que salga la primera sangre y que después salga otro tipo de sangre más oscura, esa es la sangre que se necesita.	Debe tomarse un vaso de sangre al momento de extraerla, no debe dejar que se enfríe.
<b>Un:nana´</b>	Sangre de borochi.	Reumatismo y calambres.	Matar un borochi y dejar escurrir la sangre en el suelo.	La persona enferma debe revolcarse en el suelo donde se encuentra la sangre derramada del animal muerto. Después de haberse revolcado, la persona debe ir directo a la cama y no levantarse hasta el día siguiente.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Partes externas de los animales

En la elaboración de medicina local movima, también se utilizan partes externas de animales como ingredientes principales. Las partes más utilizadas son las pezuñas, espinas, piel, plumas, caparazón, tenazas, huevos y el cuerpo entero de algunos animales de nuestro territorio.



David M.

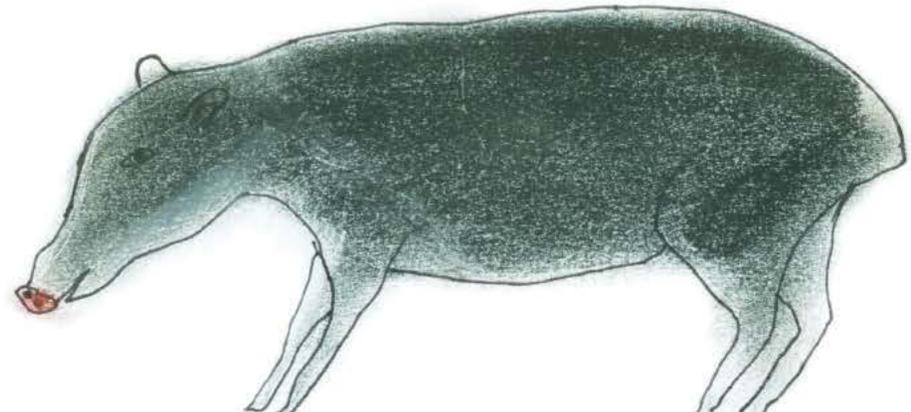
**Chorimpoj**  
Pezuñas

Las pezuñas también son utilizadas para la elaboración de medicina natural, pero no todos los animales tienen estas propiedades curativas. En este caso, las pezuñas de **o:ma** (anta) son las que tienen propiedades para curar la taquicardia y el dolor de corazón.

Nombre en movima	Nombre en castellano	Parte utilizada	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Chorimpoj (pezuñas)</b>					
<b>Cholenboj ij o:ma</b>	Pezuña de anta o tapir.	Pezuña.	Taquicardia y dolor de corazón.	Raspar las pezuñas de <b>o:ma</b> (anta); después mezclar el polvo obtenido con agua hervida. Escurrir o colar el preparado antes de tomarlo.	Tomar durante una semana todas las mañanas.

**¿Sabías que...?**

La pezuña de anta hembra para los varones, y la pezuña de anta macho para curar a las mujeres.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

### Lelekwakwa

Espinas

Utilizamos las espinas del puercoespín para elaborar medicinas que sirven para curar enfermedades del alma como el mal viento.

### Łewkwa

Pluma

Las **łewkwa** (plumas) de la sucha ayudan a curar las heridas profundas de algunas personas. Veamos la siguiente tabla:

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Łewkwa (pluma)</b>				
<b>Łewkwa tuspanmu'ú</b>	Pluma de sucha.	Hemorragias.	Quemar tres plumas grandes de sucha hasta que se conviertan en ceniza, después mezclarlas con agua hervida.	El paciente debe tomar una taza de la mezcla hasta que la hemorragia pase.

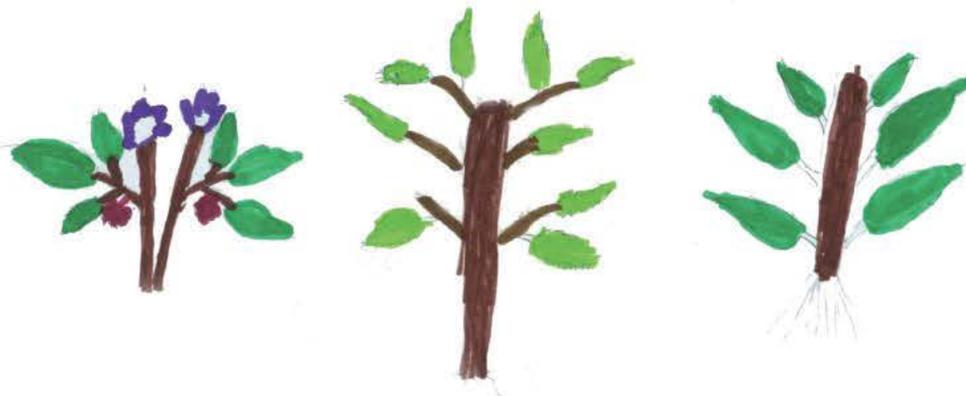


**To'benkwakwan:pi**

Piel

Muchos reptiles como la **mimi:di** (víbora) y otros insectos cambian de piel cada año a medida que van creciendo. Esta piel muerta es usada como medicina que ayuda a las mujeres que tienen problemas al dar a luz: tomar la piel en infusión facilita el nacimiento del **mo'tami:lewa** (bebé de vientre).

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>To'benkwakwan:pi</b> (piel)				
<b>To'benkwakwan:pi</b> <b>is mimi:di</b>	Piel muerta de víbora.	Problemas en el parto.	Encontrar la piel muerta de la <b>mimi:di</b> , no importa qué especie sea. Quemar la piel hasta convertirla en ceniza.	Mezclar la ceniza de la <b>mimi:di</b> en agua hirviendo y dar de beber a la parturienta, esto ayudará a que el parto sea más fácil.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

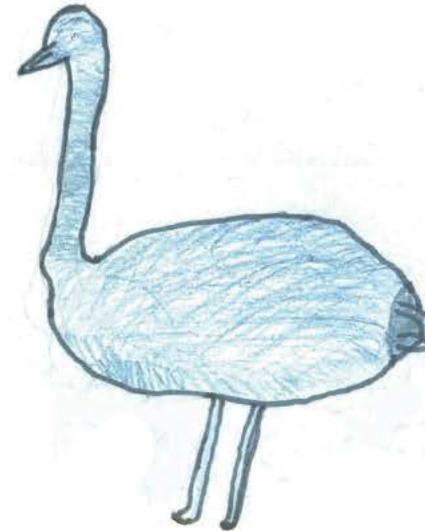
### El libro de medicina del pueblo movima

#### Huevos

La parte que se utiliza del huevo para la elaboración de medicina es el cascarón, que es la parte externa y más frágil del huevo. En nuestro territorio también se le da otras utilidades y nos sirve para curar enfermedades como la anemia y la desnutrición.

#### ¿Sabías que...?

Las cáscara de huevo criollo contiene una cantidad impresionante de calcio, que es importante para que nuestros huesos crezcan sanos y fuertes.



Nombre en movima	Nombre en castellano	Parte utilizada	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Jolkanmes</b> (Huevos de gallina)					
<b>Jolkanmes</b>	Huevo de gallina.	La cáscara y el huevo.	Desnutrición y anemia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Para la desnutrición se hace hervir el huevo en leche y raíz de totaí, y se deja enfriar.</li> <li>• Para la anemia, se soasa el cascarón, y se lo muele hasta convertirlo en polvo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se toma como tónico todos los días.</li> <li>• Se pone este polvo en las comidas o se diluye en agua.</li> </ul>

## REMEDIOS DE ORIGEN MINERAL

Cuando hacemos mención de los remedios de origen mineral, nos referimos a todo aquello que proviene de la tierra, como por ejemplo el barro y otros minerales que extraemos de los suelos. Algunas de las enfermedades presentes en nuestras comunidades, como la fiebre, las inflamaciones, las infecciones, los puchichis, las sarnas, son tratadas con estos recursos.

Los antiguos movima encontraron propiedades curativas en el barro que proviene de diferentes lugares y de los cuales aprendimos a hacer una diferenciación, como es el caso del **bubukwa di' tunni** (barro negro), la **solaba** (greda) y el **bubujkwa ij omaile** (barro de peto).



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Veamos cómo utilizamos este remedio mineral para curarnos de enfermedades:

Nombre en movima	Nombre en castellano	Lugar de extracción	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Bubukwa di tunni (barro negro)</b>					
<b>Bubukwa di tunni</b>	Barro negro.	Bajíos u orillas de los ríos.	Anemia.	Extraer el <b>bubukwa</b> , pero no de la superficie, sino de una profundidad de 30 a 40 cm.	Dejar el barro en una tela y, en caso de fiebre, poner en la frente de la persona para que absorba el calor. En caso de inflamación, se pone en el lugar que nos molesta, y se deja hasta que seque.
<b>Bubujkwa ij omaile (Barro de peto)</b>					
<b>Bubujkwa ij omaile</b>	Barro de peto.	Nido de peto.	Reumatismo y calambres.	Se recolecta el barro del nido y se lo deja remojando con un poco de agua hasta formar una masa más sólida.	Se pone el barro en la parte afectada.

### Bubujkwa

Barro

Tiene grandes propiedades curativas capaces de extraer del interior y exterior de nuestro organismo todo aquello que nos está haciendo daño. Cuando aplicamos el **bubujkwa** (barro) sobre nuestra piel, penetran en nuestro cuerpo todas las sustancias útiles y se eliminan todas las sustancias que nos están causando malestar.

Para usar el barro, este debe estar libre de contaminación, es decir, se lo debe extraer de lugares donde sólo la naturaleza se encarga de mantenerlo limpio sin la presencia o uso del hombre.

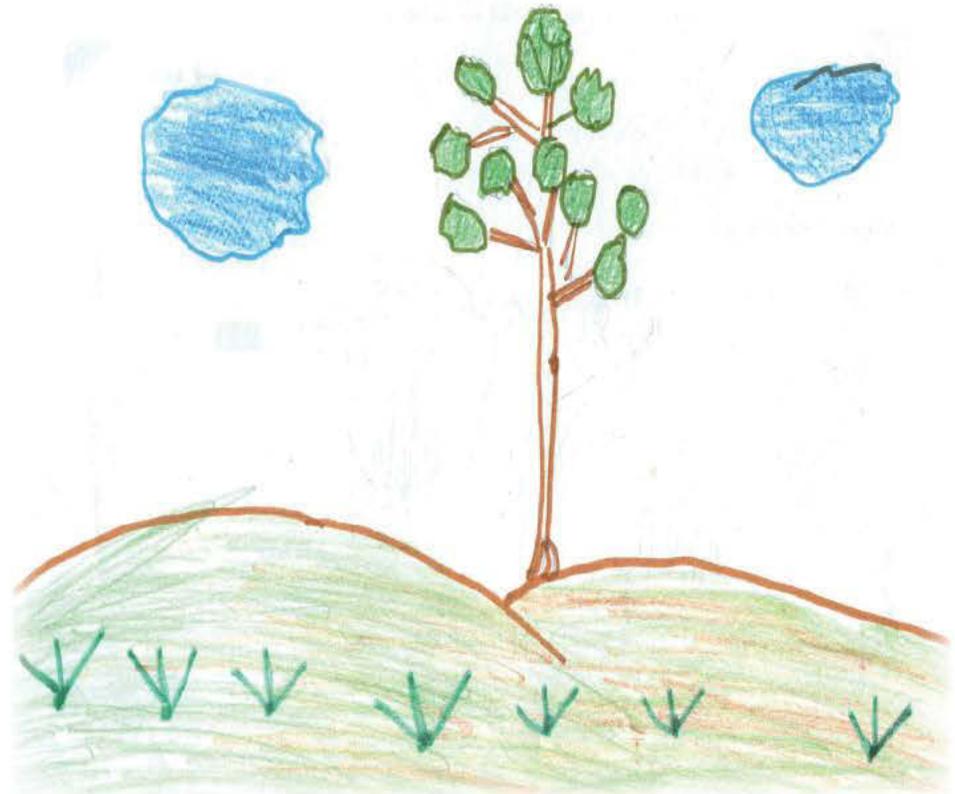
### Laita di' bijaw

Hacha vieja

Otro de los secretos que tenemos para curarnos de enfermedades del apéndice, infección de riñones o fiebre es utilizar un hacha vieja. El hacha está hecha de una hoja de metal conocida como hierro, que podemos encontrar en la naturaleza como una piedra y que para transformarse en hierro debe ser cocida en hornos, sometiéndose a altas temperaturas.

### ¿Sabías que...?

El barro está compuesto por minerales que hay en la tierra y en el agua, y que a través de los años y por los restos de animales y plantas que murieron, formaron elementos nutritivos que son ricos y beneficiosos para nuestro cuerpo.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

Nombre en movima	Nombre en castellano	Tipo de enfermedades	Preparación	Administración o dosis
<b>Laila di' bijaw</b> (Hacha vieja)				
<b>Laila di' bijaw</b>	Hacha vieja.	Apendicitis, infección de riñones y fiebre.	Agregar sal y dejar al sereno el hacha vieja.	Antes de que todos los miembros de la familia se levanten, la persona enferma debe tomar tres veces al día el jugo que se desprendió del hacha. Otra forma es poniendo el jugo que se desprendió del hacha en la parte adolorida.



monzanilla



perijil



coca





**¿QUIÉNES NOS CURAN CUANDO  
ESTAMOS ENFERMOS?**

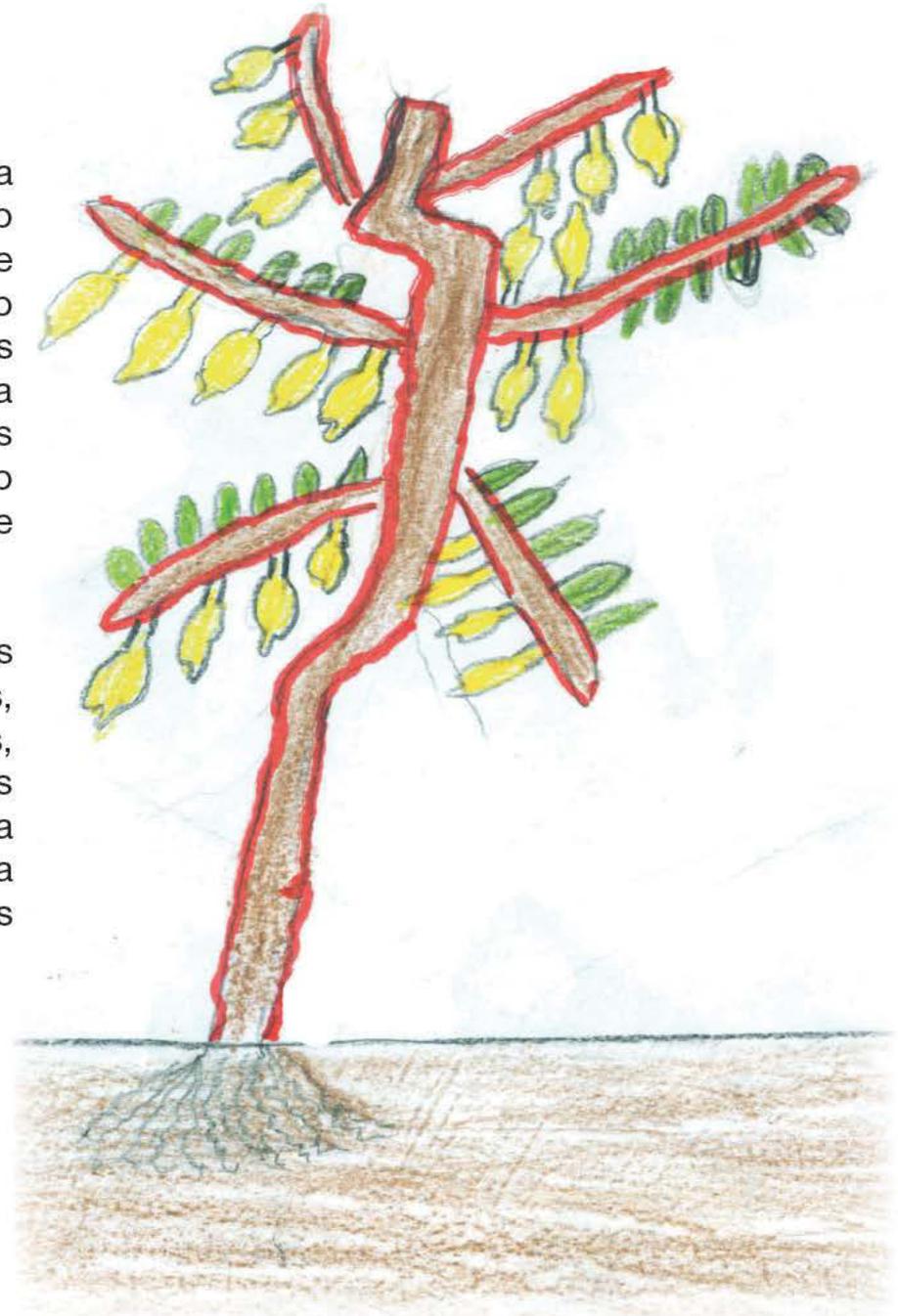
# **Unidad 4**

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

Todos los movima conocemos algo de la medicina tradicional que se practica en nuestro pueblo. Algunos sólo conocemos lo básico, sin embargo, existen personas que han desarrollado conocimientos especializados siguiendo una vocación o “llamado”. Estas personas han sido elegidas por seres superiores o divinos para cumplir dentro de la comunidad funciones específicas como ayudar con sus conocimientos a las personas que lo necesiten. A este tipo de personas se las conoce como "agentes médicos" y, de acuerdo a su especialidad, reciben nombres específicos.

Estos agentes médicos tienen habilidades y conocimientos sobre el cuerpo y el espíritu, se los conoce como parteras, **lewalo:pa** (rezadores), hueseros o sobadores, hierberos, **lawajeschaye:pa** (curanderos) y **ukuwampa** (brujos). Es importante mencionar que unos se ocupan de curar el alma y otros cuerpo. ¿Qué tal si aprendemos un poco sobre cada uno de ellos? Veamos qué es lo que hacen y cuáles son sus instrumentos de trabajo.



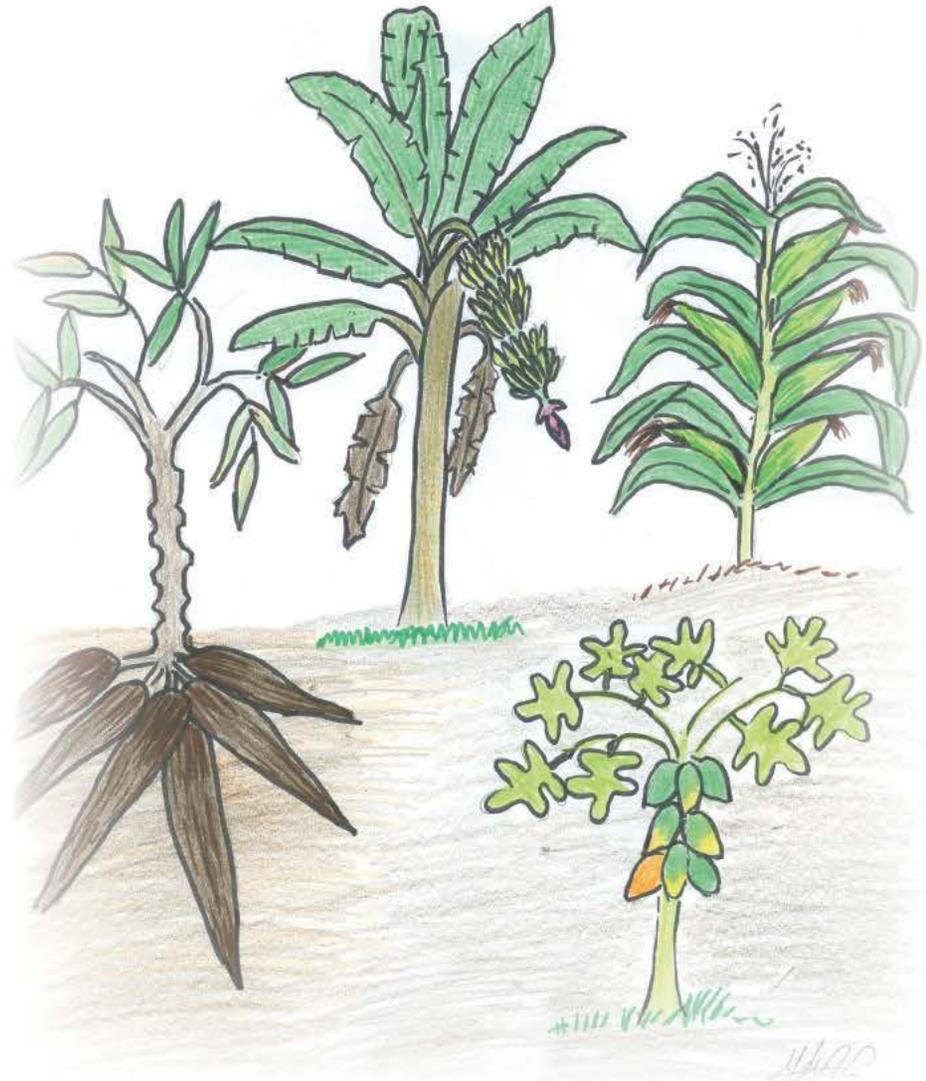
## ¿QUIÉNES NOS CURAN LAS ENFERMEDADES FÍSICAS?

Las personas que nos curan las enfermedades físicas son las parteras, los hueseros o sobadores y los hierberos. Cada uno de ellos tiene una forma particular de tratar las enfermedades empleando recursos naturales de nuestro territorio son tratadas con estos recursos. Dichos recursos se extraen de tres reinos de la naturaleza: el animal, el vegetal y el mineral. para la elaboración de la medicina.

Las parteras, los hueseros y los hierberos corrigen y alivian los dolores de las personas de las comunidades gracias a los conocimientos y prácticas que han ido acumulando y que les han permitido resolver los problemas de salud comunes en nuestro territorio.

### ¿Sabías que...?

En la actualidad, contamos con centros de salud donde atienden médicos titulados, pero los movima seguimos consultando a nuestros médicos tradicionales.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Sobadores o hueseros

Es un tipo de práctica muy conocida en nuestro territorio, y generalmente viene de una tradición familiar. Se dice que para ejercerla se requiere el "don" o "virtud" de reconocer y componer sólo con las manos todo tipo de fracturas de huesos, dislocaduras o estiramientos de músculos.

También, son los encargados de aliviar las dolencias relacionadas con los huesos, los músculos y los nervios de una persona utilizando sus manos para componer (acomodar) los huesos en el lugar que corresponda. Por ejemplo, para curar se deben realizar varios movimientos cuidadosos que relajen los músculos; pero si es una fractura, se recurre a procedimientos como el entablillado y el uso de medicinas a través de cataplasmas, como ya se mencionó en la unidad 2.

El huesero debe tener conocimiento a detalle de los 206 huesos que tiene nuestro esqueleto, para saber cuál de ellos está lastimado y cómo puede curarlo. Para eso, realiza masajes que le permiten relajar la parte dañada; una vez que lo ha logrado, acomoda con movimientos y jalones los huesos que no estén en su lugar.



¡Uyyy! Sí, me acuerdo cuando mi abuelita me llevó a Santa Ana con el huesero, me dolió muchísimo cuando me masajeaba y jalaba el pie para poner el hueso en su lugar, pero ahora ya puedo correr, hacer las mismas cosas de antes y ya no estoy triste.

### Trabalengua

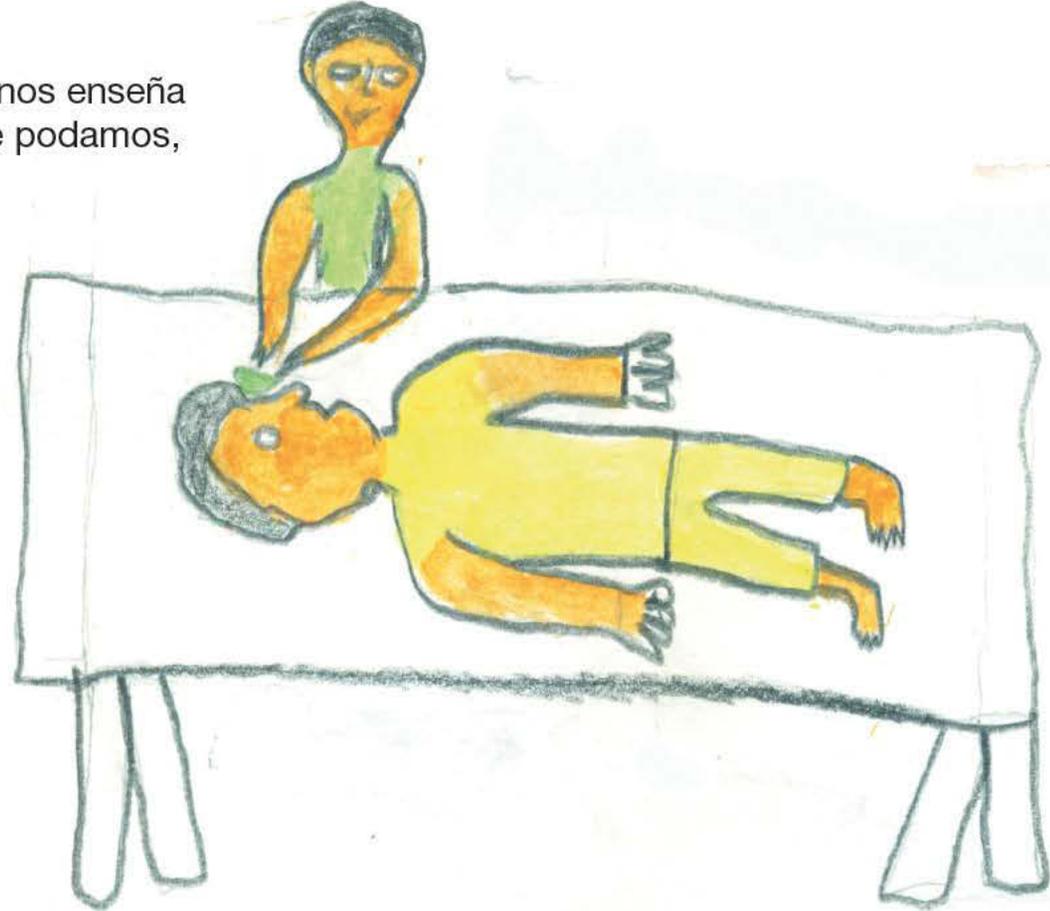
Augusto Roman, de Santa Ana de Yacuma, nos enseña a repetir algunas palabras lo más rápido que podamos, pero hagámoslo en lengua:

**Jota nun`i** (recoge hueso)

**Chela nun`i** (saca hueso)

**Kayanun`i** (come hueso)

**Efanunki** (monda hueso)



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Parteras

Las parteras en nuestra comunidad cumplen una labor importante, por eso es difícil remplazarlas. Muchas mujeres movima prefieren recurrir a las parteras al momento del nacimiento del bebé porque tienen más confianza, porque las personas que realizan este trabajo son mujeres con habilidades especiales.

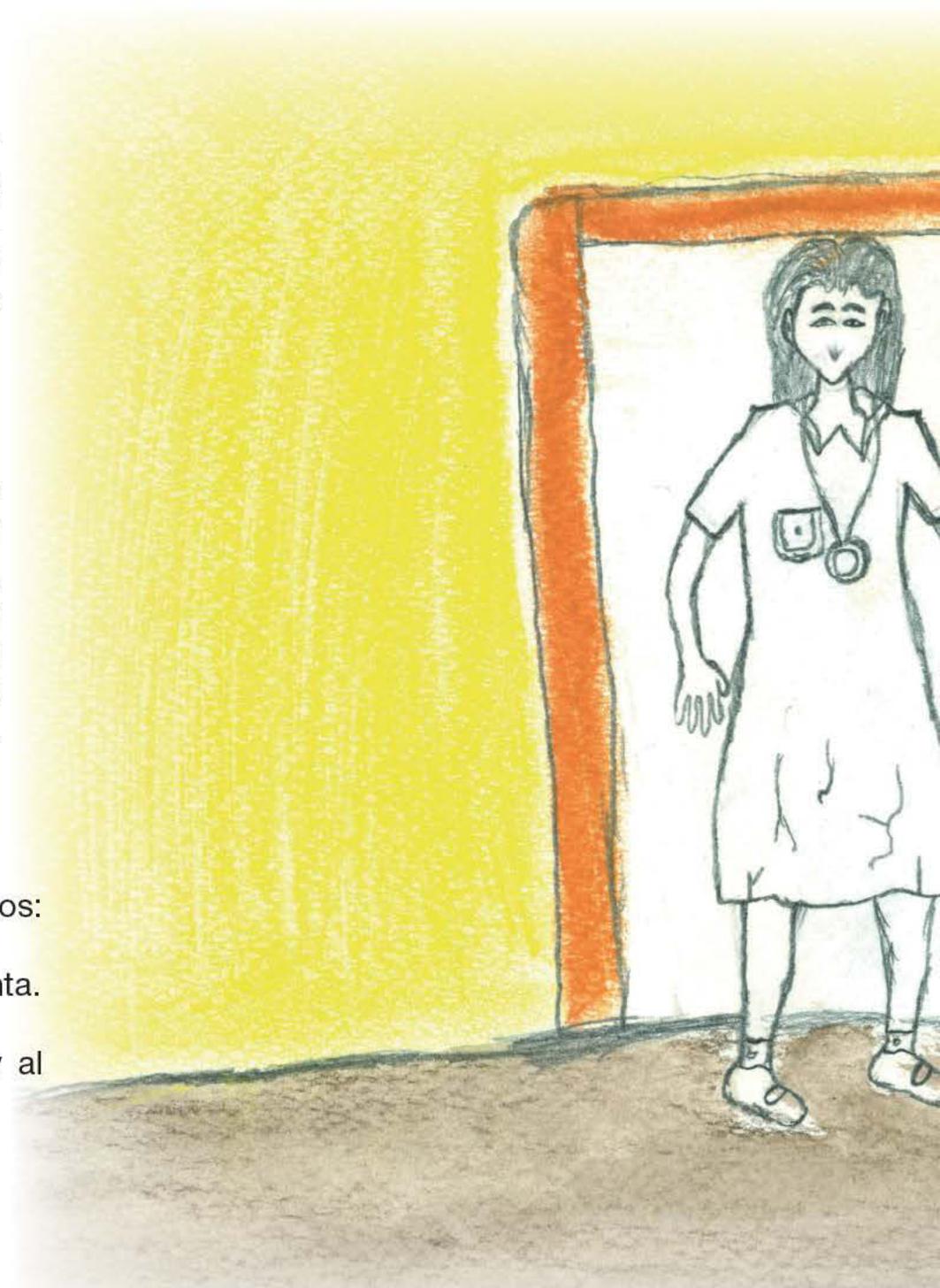
#### ¿Qué es lo que hace la partera?

La partera se encarga de cuidar, aconsejar y guiar a las mujeres durante su embarazo. Una vez que el **mo'tami:ba** (bebé de vientre) está listo para nacer, la partera ayuda a la madre a recibir al **jo'mitami: e** (recién nacido). Con su ayuda, la futura mamá siente seguridad y se siente protegida, ya que ella evitará que la mamá y el recién nacido sufran complicaciones.

Instrumentos que requiere la partera.

Los instrumentos que necesita la partera no son muchos:

- Aceite de cusí para sobar el vientre de la parturienta.
- Tijeras desinfectadas.
- Paños o telas limpias para limpiar a la madre y al bebé.





La partera no sólo conoce los movimientos que debe hacer para acomodar al **mo'tami:ba** (bebé de vientre), sino que también conoce medicinas para aliviar los males del embarazo o para facilitar el alumbramiento. Hay mujeres que sienten muchísimo dolor al momento de dar a luz, por eso las parteras deben ayudarles con medicinas para que no sufran dolor. Las medicinas naturales que se utilizan en estos momentos son cáscara de huevo de **da'ra** (piyu), que calma los dolores de parto, y el fruto del **sapa:mo** (tutumo), que ayuda a que el proceso de alumbramiento sea más rápido.

¿Qué es el embarazo?

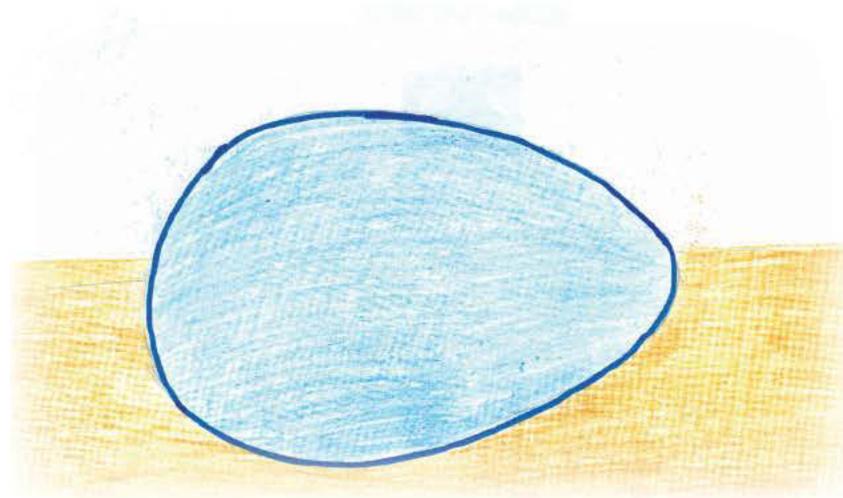
El embarazo es el proceso de crecimiento que tiene el **mo'tami:ba** (bebé de vientre) dentro de la barriga de la **ma'a** (mamá) durante nueve meses. En este tiempo, la **ma'a** (mamá) sufre una serie de cambios físicos: crece su barriga, engorda un poco, a veces tiene mucho sueño y mucha hambre.

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

A continuación veamos las recetas para ayudar a las mujeres parturientas:

<b>Partos</b>	
<b>Huevo de da'ra (Piyo)</b>	
<b>Parte utilizada</b>	Cascarón.
<b>Preparación</b>	Moler el cascarón del <b>da'ra</b> (piyo) hasta convertirlo en polvo, vaciar en un recipiente de vidrio y guardarlo.
<b>Administración o dosis</b>	En un vaso de agua poner una cucharilla del polvo preparado y dar de beber a la parturienta.
<b>Sapa:mo (Tutumo)</b>	
<b>Parte utilizada</b>	Fruto.
<b>Preparación</b>	Realizar un corte en cruz en la parte superior del <b>sapa:mo</b> (tutumo) y poner el fruto en un olla a hervir por lo menos unos 40 minutos.
<b>Administración o dosis</b>	Hecha la infusión, tomar una taza caliente, esto ayuda a que el nacimiento del bebé sea más rápido.



<b>Momola is sono</b> (Caparazón de tortuga)	
<b>Parte utilizada</b>	Caparazón de peta de <b>cham'mo</b> (monte)
<b>Preparación</b>	Quemar el caparazón de la <b>so:no di cham'mo</b> (tortuga de monte) hasta que se convierta en carbón. Moler un pedazo con el tacú y guardarlo.
<b>Administración o dosis</b>	En una taza de agua caliente poner una cucharilla de ceniza y dar de tomar a la parturienta cuando esté en trabajo de parto, esto ayudará a acelerar el parto.
<b>Aceite de motacú</b>	
<b>Parte utilizada</b>	La semilla.
<b>Preparación</b>	Tostar la semilla en un perol, molerla en un tacú y ponerla dentro de una olla con un poco de agua, esperar que ésta hierva y que desprenda aceite, ir retirando poco a poco con la ayuda de un cucharón. Guardar el aceite en un recipiente.
<b>Administración o dosis</b>	Poner sobre el vientre de la futura mamá realizando masajes o sobando hasta que la piel quede caliente y así aliviar los dolores.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Los nacimientos en nuestra comunidad se realizan en los mismos hogares, ya sea en la cama o en una estera del hogar de la familia que recibirá al nuevo ser. Una vez que la partera recibe al recién nacido, debe atenderlo, limpiarlo y darle la bienvenida revisando que su cuerpo esté sano. Posteriormente, la partera debe esperar que la parturienta expulse la placenta, para eso la costumbre movima es batir dos huevos criollos y dar de tomar pequeños sorbos. Otra de las tradiciones es que la mujer debe morder sus cabellos y hasta que no expulse la placenta no debe hablar, así también debe tomar mates calientes o, en su caso, soplar una botella vacía, ya que esto le ayuda mucho.

En la cultura movima tenemos una serie de normas o creencias que debemos seguir antes y después del nacimiento, si no cumplimos estas normas, se puede perjudicar mucho tanto en el embarazo como en el parto.

Estas normas son:

- Una mujer embarazada no debe asistir a entierros.
- La mujer embarazada debe tener todos los utensilios de su casa limpios y ordenados después de comer, para evitar que la placenta se quede en el cuerpo.
- Una mujer embarazada no debe comer los restos de la comida que queda en el fondo de la olla.
- Una vez que la placenta ha salido, debe ser enterrada cerca de la casa. El hueco donde se la entierra debe ser profundo, porque así se asegura que el bebé tenga buena dentadura. Si se entierra superficialmente la placenta, la niña o niño tendrá mala dentadura.



**TRABAJEMOS:**

Actividades para los **dichi:ye** (niñas o niños)

Hemos hablado de los nacimientos; cada uno de nosotros tiene una historia que contar porque es una experiencia única y maravillosa. Para esto necesitamos la ayuda de nuestros padres, quienes podrán darnos la información que necesitamos para completar nuestras historias. Preguntemos:

- ¿Dónde nacimos?
- ¿A qué hora nacimos?
- ¿Quiénes estuvieron en el momento del parto?
- ¿Quién ayudó en el nacimiento?
- ¿Qué número de hijo somos?

En base a estas respuestas armemos nuestras historias. No olvidemos poner un título a nuestras historias.



**Hierberos**

Los hierberos en nuestra comunidad han mantenido sus conocimientos desde hace muchos años. Nuestros antepasados acudieron a la sabiduría de la naturaleza para poder curar las diferentes enfermedades que atacan a la comunidad, pero para acumular estos conocimientos, tuvieron que investigar y probar qué plantas, animales o minerales les permitían aliviar sus dolores. Todos estos conocimientos han sido transmitidos de manera oral (a través de las palabras) y visual (a través de los ojos).



### ¿Qué es lo que hace el hierbero?

El trabajo de los hierberos consiste en identificar y clasificar los diferentes recursos naturales de nuestro territorio y así poder usarlos correctamente, también preparar medicinas naturales. Para identificar las especies, se requiere de muchos años de observación, dedicación y cuidado en la selección de hojas, tallos, flores, raíces, semillas, piedras, barro e incluso animales que se utilizan para la elaboración de la medicina natural.

Los hierberos deben poseer la capacidad de identificar qué enfermedad tienen las personas de la comunidad para poder dar el remedio que necesitan e indicar el tratamiento. Deben estar siempre recolectando, seleccionando y almacenando los recursos naturales que necesitan para la elaboración de la medicina con los cuidados necesarios para poder conservar las propiedades de los recursos que obtienen del **chamímo** (monte) o de su huerto.



#### ¿QUIÉNES SON LOS ESPECIALISTAS EN CURAR LAS ENFERMEDADES DEL ALMA?

En nuestra comunidad, las personas que curan el alma son reconocidas y temidas, esto se debe a que tienen la capacidad de curar y hacer daño a las personas. Estos agentes médicos tienen la capacidad de interpretar aquello que nosotros no podemos ver, lo bueno y lo malo. Para realizar su trabajo, requieren de algunos elementos naturales como plantas y animales, pero también hacen uso de los rezos y peticiones. Estos especialistas son los **lewalo:pa** (rezador/a), el **lawajeschaye:pa** (curandero) y el **ukwampa** (brujo).

#### Lewalo:pa

Rezador/a

Son personas caracterizadas por su profundo sentido de religiosidad y su conocimiento de rezos y canciones sagradas. Su poder curativo está basado en el poder mágico de las palabras de ciertas oraciones, recitadas de manera silenciosa junto a la persona que así lo requiera.



¿Qué hace el **lewalo:pa** rezador/a?

Entre sus labores se encuentra el dar asistencia a los enfermos terminales o a aquellas personas en su lecho de muerte, acompañándolos con oraciones y confesando a las personas que sienten remordimientos.

El rezador/a en nuestra comunidad es la persona que se encarga de officiar los servicios religiosos, las fiestas patronales, las veladas de santos y de difuntos, las novenas, los funerales y el rezo del día de muertos. Cuando no hay un sacerdote en el pueblo, el **lewalo:pa** rezador/a realiza todo lo que un párroco hace en su iglesia. También puede curar el mal de viento y llamar el alma de una criatura cuando se ha producido el “desombro” o susto. Las personas que son rezadoras nacen con esta habilidad y por medio de su fe, su oración y la imposición de sus manos, logran que ocurran curaciones milagrosas.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

El libro de medicina del pueblo movima

### Lawajeschaye:pa

Curandero

Es aquel especialista que tiene el mismo conocimiento que el hierbero sobre medicinas de origen vegetal, animal y mineral. Además, es capaz de curar enfermedades que tienen como origen embrujos, hechizos y maldiciones hechas por los **ukwampa** (brujos).

¿Qué hace el **lawajeschaye:pa** (curandero)?

El curandero, al igual que el hierbero, prepara remedios con recursos naturales. También puede hacer amuletos de curación y buena suerte para comunicarse con el **Kaychol** (amo del monte), el **Bo:law** (amo del agua) y otros **jichis**, para hacerles rogativas y agradecimientos por una buena jornada de caza, pesca o una buena cosecha.

### Ukwampa

Brujo

Son aquellas personas que han logrado el conocimiento y el poder para curar o enfermar a las personas, pueden ser tanto mujeres como hombres. Se dice que estas personas han hecho un pacto con el **Kilmo**, el más maligno de los **jichis**, y quien les otorga varios poderes como el de transformarse en tigre y devorar a las personas.

Los **ukwampa** (brujo) son muy respetados y temidos en nuestra comunidad, muy pocos son los que se dedican a realizar estos oficios.



¿Qué hace el **ukwampa** (brujo)?

Se cree que los **ukwampa** (brujos) han traspasado la frontera entre el bien y el mal, y para hacer sus hechizos tienen que pasar por una serie de pruebas. Una de estas pruebas es firmar un pacto con el **Kilmo** para entregarle su alma.

Estos agentes médicos tienen el poder de curar las enfermedades mágicas (maleficios, mal vientos y otras) y de causarlas. Estos personajes pueden hacer daños increíbles a las personas, causándoles extrañas enfermedades difíciles de curar y muy dolorosas. En nuestra cultura, cuando sabemos que no son enfermedades que pueden tratarse tomando medicamentos, acudimos a estos sabios para que den solución a sus problemas.

### TRABAJEMOS:

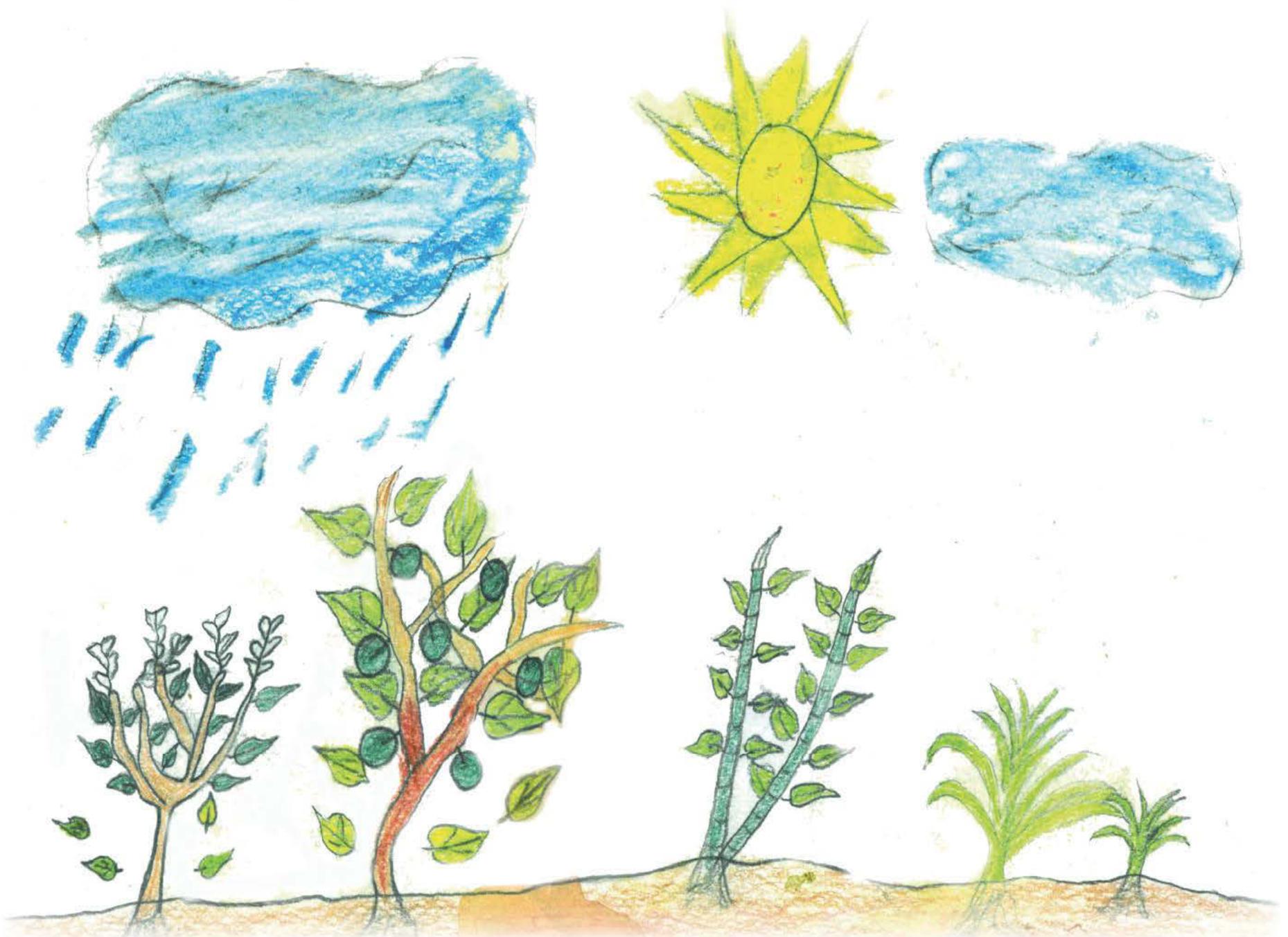
Investiguemos si dentro de nuestra comunidad existe un hierbero, un rezador, un **lawajeschaye:pa** (curandero) y/o un **ukwampa** (brujo). Si así fuera, hagámosle las siguientes preguntas:

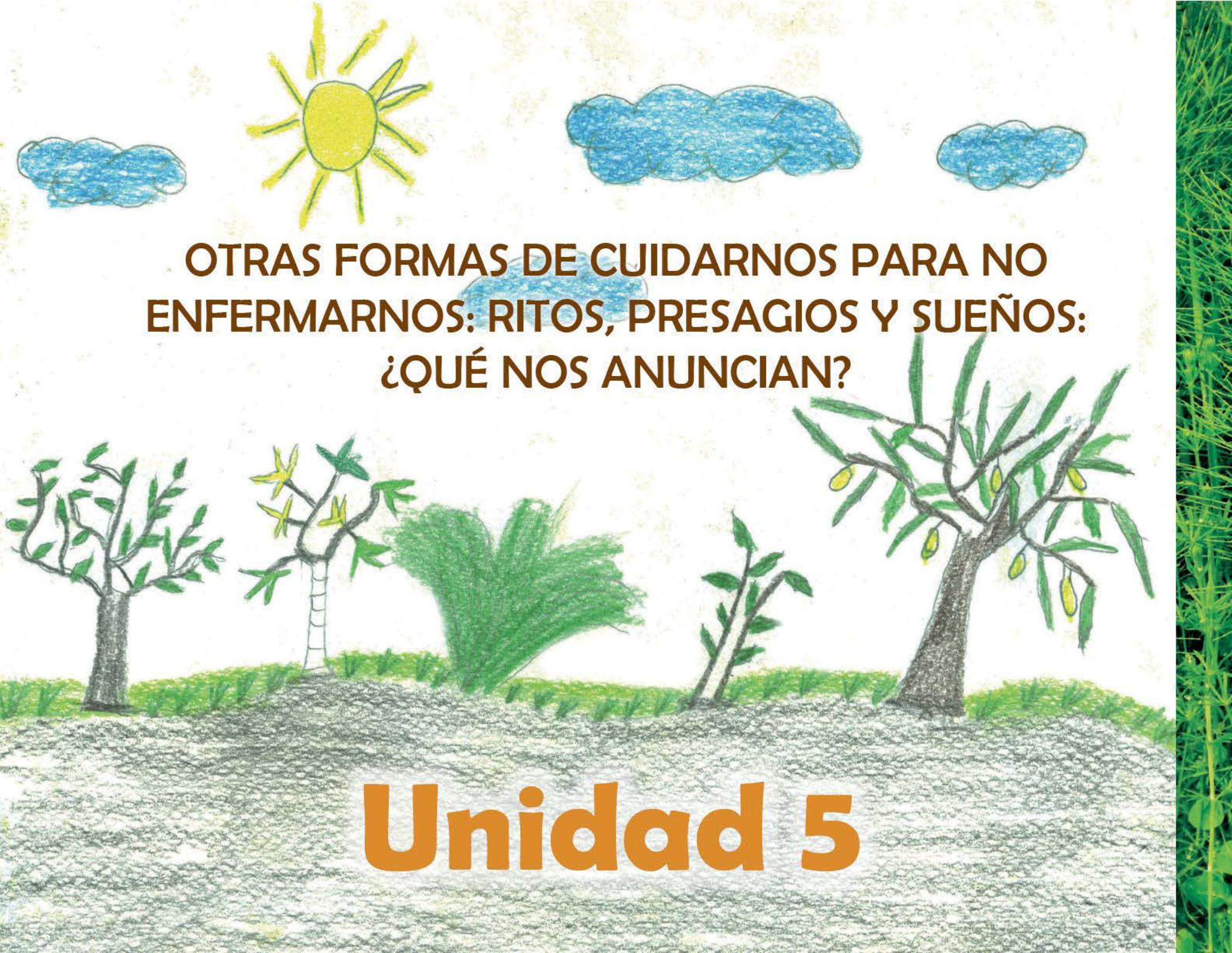
- ¿Qué es lo que hace?
- ¿Hace cuánto tiempo realiza esta actividad?
- ¿Quién le enseñó a curar?
- ¿Cómo aprendió?
- ¿Cómo se dio cuenta que quería dedicarse a eso?

Trabajemos en nuestros cuadernos de apuntes. Escribamos una historia a partir de la vida y trabajo que realizan estos sabios.



**Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima**  
El libro de medicina del pueblo mowima





**OTRAS FORMAS DE CUIDARNOS PARA NO  
ENFERMARNOS: RITOS, PRESAGIOS Y SUEÑOS:  
¿QUÉ NOS ANUNCIAN?**

# Unidad 5

## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

El conocimiento medicinal que tiene nuestra cultura es tan amplio que va más allá del cuidado y tratamiento de las enfermedades. Entre todos aquellos saberes que nuestros antepasados nos han dejado como parte de nuestra herencia cultural, también nos enseñaron a tener fe y respeto a nuestros amos. Este equilibrio asegura la armonía y el bienestar de cada uno de nosotros en nuestro territorio. En este sentido, la presente unidad hará mención de los ritos que realizamos, las normas que seguimos y cómo los sueños pueden anunciarnos y prevenirnos de enfermedades.

### LOS RITOS

Antiguamente, los movima realizábamos una serie de ritos antes de recoger, elaborar y administrar la medicina a la persona que la necesitaba, pero estos conocimientos se están perdiendo con el pasar de los años.



a continuación, leamos lo que nos contó don Vidal Almaquio una tarde calurosa en Santa Ana de Yacuma.

“Nuestros abuelos y quizás también nuestros padres conversaban con los espíritus de los árboles, esto lo hacían antes de recoger las partes que necesitaban para la elaboración de las medicinas. Para hacer esto hay que pedir con el corazón y con mucha fe. Les pedimos con respeto y humildad que nos permitan sacar la parte que necesitamos de la planta, sea corteza, hoja, tallo, raíces, resina, flor o fruto, y le decimos:

*“Espíritu del árbol, te pedimos permiso para sacar aquella parte que necesitamos, te pedimos que nos cures y alivies nuestras dolencias”.*

Pero si no pedimos con fe y en su lugar pedimos con burla, no servirá. El espíritu del árbol debe escucharnos hablar con el corazón”.

### UNA MAMÁ NOS CUENTA

“Los movima siempre pedimos permiso a los amos, sea el **Kaychof** (amo del monte) o el **Bo:law** (amo de las aguas) antes de ingresar sus dominios, porque, en caso de no hacerlo, ellos se enojan y es por eso que nos enfermamos. Por esta razón, nosotros tenemos un profundo respeto a los amos y antes de ingresar a nuestro chaco, al **chamímo** (monte) o a los ríos, siempre pedimos permiso y de esta manera conversamos con ellos.”

Leonilda Caumol  
San Lorenzo



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo mowima

También Juan Gualima nos cuenta:

“En cada lugar al que ingresamos pedimos permiso, porque cada lugar tiene su dueño, cada monte tiene su dueño, nosotros no lo vemos, pero él nos ve.

Yo he escuchado y he visto que cuando uno va a hacer un chaco, encuentra unos árboles gruesos, como el mapajo, a los que hay que pedirles permiso, aunque, como les digo, no se ven.

El que entre en cualquiera de estos lugares debe pedirle y decirle que va a entrar ahí, que va a trabajar; si uno lo hace así, estos dueños le dan permiso y ya no le pasa nada”.



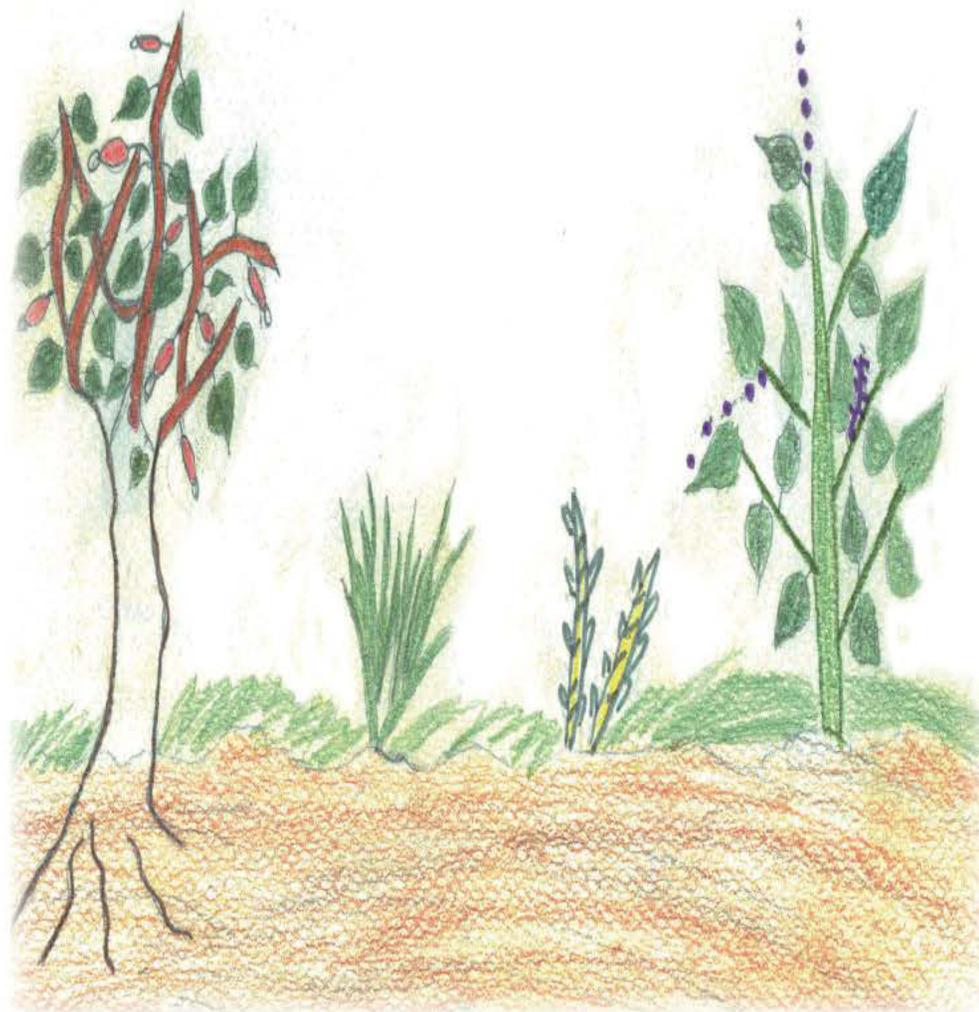
Antes de ingresar a los dominios de estos seres, realizamos oraciones a los dueños o amos del **chamímo** (monte) y hacemos pedidos a los **jichis** o duendes para que nuestros **cho'mi:ba** (bebé de 7 días a un mes) no se vean afectados por sus fuerzas.

En caso de que los recién nacidos o **dichi:ye** (niñas o niños) ingresen a los dominios del **Kaychoł** o **Bo:law**, nuestros padres antes de salir de nuestras casas hacen la invitación al espíritu del niño para que los acompañe a ir al **chamímo** (monte) ya sea de pesca o a trabajar en el chaco. Una vez que se encuentran en estos espacios, realizan el siguiente ritual:

Encienden un cigarro de tabaco negro, botan el humo en contra del viento y mientras soplan piden al amo que cuide y proteja a los más pequeños, que no se lleven sus almas ni los enfermen.

En cambio, para aquellos seres que están más cerca de nosotros, como los **jichis** o los duendes, si bien se hace un pedido, éste no es acompañado con el cigarro, pero sí se les pide que no molesten a los pequeños y que no los asusten para que estos no se enfermen.

Hay muchas maneras de cuidarnos y evitar algunas enfermedades; estos conocimientos han sido transmitidos por los abuelos.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

A continuación, Augusto Román, que vive en Santa Ana de Yacuma, compartirá algunos de sus conocimientos:

Pero, ¿dónde está Augusto?. ¡Ahí está! ¿Cómo estás, Augusto? Les decía a nuestros **dichi:ye** que podrías contarnos algunas de las creencias que tenemos los movima y que podrían ayudar a prevenir enfermedades físicas y del alma:

-Quiero compartir con los **dichi:ye** (niñas y niños) aquellas cosas que escuchaba en muchas oportunidades en mi **asna** (casa) y que siempre cumplíamos y respetábamos, como por ejemplo:

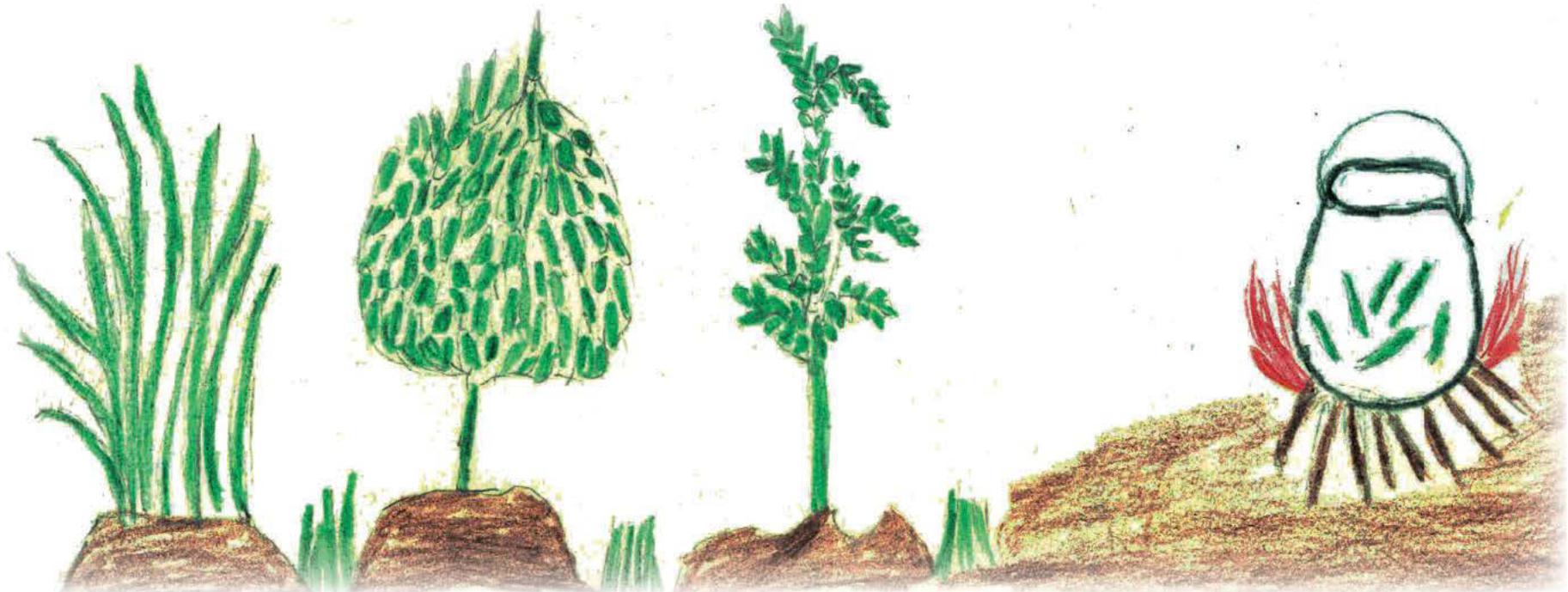
- En cada esquina de nuestras casas o canchones debemos poner un diente de ajo, ya que esto, según mi **ma'a** (mamá), ahuyenta a los seres malignos, como los **jichis**.
- Si salimos de noche, es preferible no regresar a media noche, porque es cuando el **ukwampa** (brujo) está trabajando. La recomendación que nos dan es que esperemos una media hora o hasta que los gallos canten.
- Mi **ma'a** (mamá) siempre decía que no es bueno dejar a los **dichi:ye** (niñas o niños) debajo de un árbol a medio día y, en especial, los días martes y viernes.



## Normas

Hay muchas cosas que nosotros no realizamos. porque así nos dijeron los movima antiguos, y nuestros padres nos enseñaron que obedecerlas previene enfermedades o problemas. Veamos cuáles son estas normas o reglas que debemos seguir:

- Si barremos nuestra casa, no dejemos la basura amontonada; hay que botarla al ratito ya que, si no hacemos esto, la parturienta tendrá dificultad no sólo en tener al bebé, sino también en expulsar la placenta.
- Cuando juntemos fuego, no debemos poner los palos al revés; lo correcto es poner los más gruesos primero y después los delgados. Si no lo hacemos de esta forma, la parturienta tendrá problemas durante el parto y el bebé nacerá parado.
- Cuando atizamos fuego, se recomienda no hacerlo con los pies, hay que hacerlo con las manos; si no lo hacemos así, nuestros hijos pueden salir con defectos en las manos o pies. Esta recomendación va sobre todo a las mujeres que están embarazadas.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

- Cuando pongamos una olla al fuego o a la hornilla, debemos prestar atención a que no esté de costado, porque si es que estuviera así, cuando nuestros hijos nazcan pueden tener la cabeza a un costado.
- No es recomendable lamer la vajilla, porque cuando nos toque el momento de tener hijos, estos saldrán sin cabello o con la cabeza pelada.
- Cuando comamos, se recomienda que dejemos limpio el plato y que no quede con granos de arroz ni tampoco sucio, porque cuando tengamos hijos, sus ojos estarán cubiertos de lagañas.
- No debemos lamer el cucharón de palo cuando está con comida; si lo hacemos, nuestros hijos serán unos “lengua largas”.



## LOS AMULETOS

Otra forma de prevenir enfermedades es utilizar amuletos, que generalmente son partes del cuerpo de animales: dientes, huesos o espinas. Este tipo de objetos para los movima tiene un significado importante porque la medicina está estrechamente ligada con la fe que depositamos en cada uno de los objetos o medicinas que utilizamos. Entre tanto, veamos cuáles son las partes que utilizamos de los animales como amuletos que nos protegen y cuidan.

### Dientes de borochoi

Se utiliza para protegernos de los malos espíritus que rondan por nuestro **cham'mo** (monte) o por los lagos. Nuestros padres lo cuelgan en nuestro cuello cuando somos aún **cho'mi:ba** (bebé de 7 días a un mes) y este diente nos mantiene alejados de los malos espíritus.

### ¿Sabías que...?

El borochoi es un perro salvaje que vive en las pampas de nuestro territorio y las personas que lo encuentren tendrán buena suerte.



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

#### Espina de puercoespín

Como hemos visto en la unidad 3, la espina del puercoespín protege a los bebés de los espíritus malos, por eso se dice que los bebés deben llevar un collar hecho con estas espinas para que tengan protección constante.

#### Llaves

Las llaves también son utilizadas como amuletos de protección contra las miradas fuertes. Se ponen llaves a los **cho'mi:ba** (bebé de 7 días a un mes) colgadas en sus cuellos, esto los protege de aquellas personas que tiene una energía muy fuerte y que pueden ocasionarles enfermedades.

#### Simba de **kawallo** (caballo)

La crin del **kawallo** (pelo del caballo) es trenzada y utilizada para ahuyentar a los amos o dueños del monte.

#### Ajo

Ahuyenta a las víboras, por eso las personas que quieren evitar su picadura se colocan unos dientes de ajo en los bolsillos, esto evita que se acerque la víbora. Por esta razón, los buenos cazadores llevan ajo en sus bolsillos, para evitar ser picados.

#### Cruz de motacú

Se hace una cruz en los **cho'mi:ba** con aceite de motacú, esto protege al pequeño de los **jichis** o los duendes.



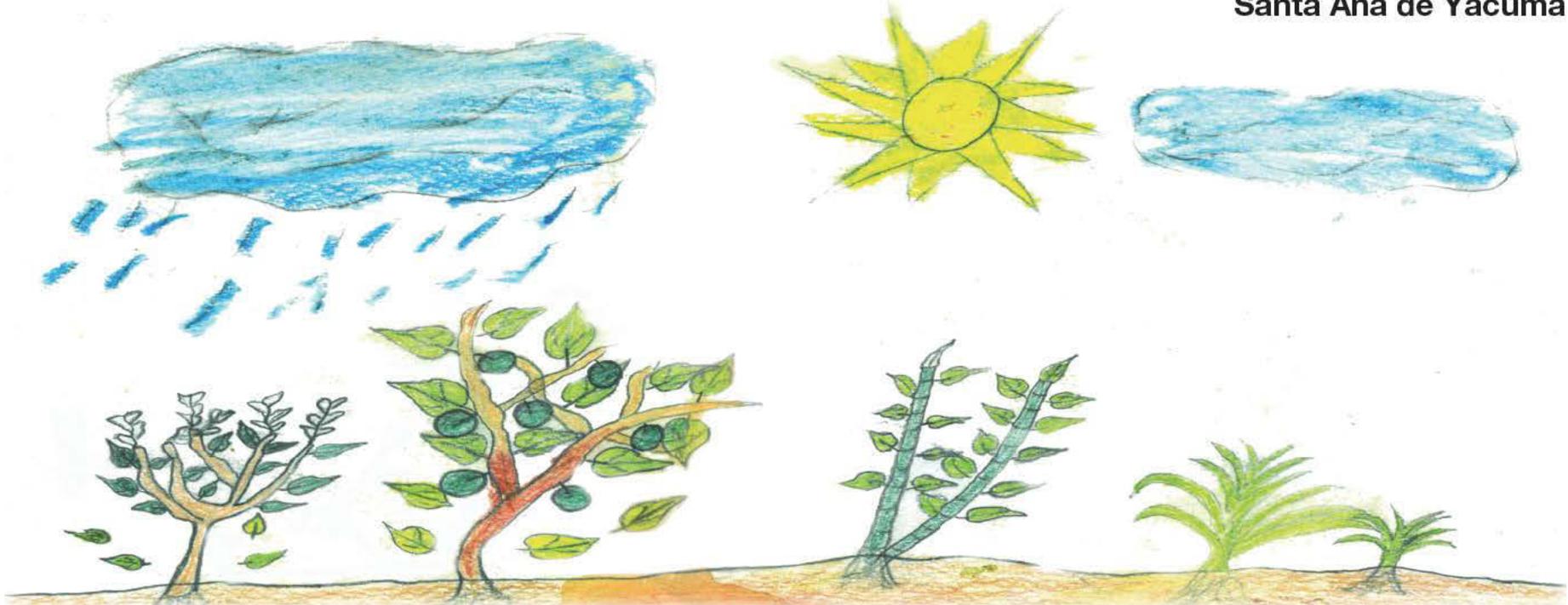
## Mensajes de la naturaleza

La naturaleza se comunica constantemente con nosotros, pero a veces no prestamos atención a aquellos mensajes que nos da. Antes, nuestros ancestros tenían una relación cercana con todo lo que les rodeaba, sabían e interpretaban los mensajes que la naturaleza les daba, prestaban atención a los sonidos o, simplemente, a la visita de algunos animales.

El canto de la lechuza, por ejemplo, en la puerta de nuestra **asna** (casa) presagia enfermedad, eso nos contó la señora Valvina Francisco. Leamos:

“Cuando la lechuza viene a nuestra casa, nos avisa que algo va a suceder. Cuando hace chus, es alguna enfermedad, y cuando hace “tic, tic, tic” (como tijera que está cortando), anuncia muerte de algún pariente o amigo que queremos mucho. Eso nos anuncia esa lechuza, es mala agüera.”

**Valvina Francisco**  
**Santa Ana de Yacuma**



## Os lewabenwanrani di lawajeswanrani nos lolos di mowima

### El libro de medicina del pueblo movima

Los animales pueden intuir y darnos mensajes, es por eso que su presencia o su aparición son una forma de advertirnos que algo va a pasar. Los movima hemos aprendido a entender y a interpretar esos mensajes; un ejemplo claro es el que cuenta la señora Galilea Andrea Rodríguez:

“Si estamos pescando y de repente se aparece un lagarto, es que nos anuncia que todo el día estaremos con dolor de cabeza y que nos dolerán los brazos y las piernas. Eso me enseñaron mis **nono** (abuelos) y mi **ma** (mamá)”.

**Galilea Rodriguez  
Santa Ana del Yacuma**

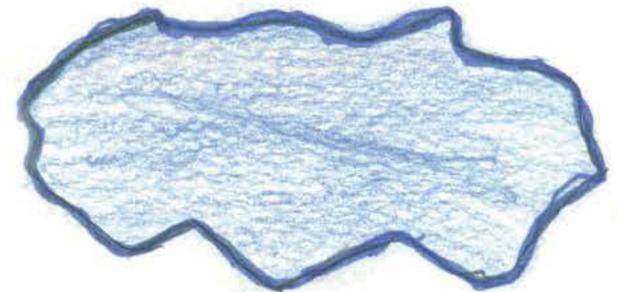


### Sueños

Los sueños también son interpretados en nuestra cultura como mensajes o premoniciones; muchos de ellos nos comunican que nosotros o alguien cercano a nosotros se enfermará. La interpretación de los sueños en nuestra cultura es tan importante que, en muchos casos, ellos deciden nuestro futuro en las diferentes actividades.

Por ejemplo, si nos soñamos con carne muerta o que estamos preparando para cocinarla, significa que alguien en la familia se enfermará.

**Maria Eugenia Moreno Yoqui  
San Pedro de la Pere**



### TRABAJEMOS:

Conversemos con nuestros padres o abuelitos, preguntémosles si conocen:

- **Ritos:** averigüemos quiénes participan y qué es lo que se hace.
- **Normas:** anotemos cuáles son estas normas que evitan que nos enfermemos.
- **El lenguaje de la naturaleza:** qué animales de nuestro **cham' mo** (monte) nos hablan y cómo.
- **Sueños:** qué sueños nos anuncian enfermedad.
- **Amuletos:** qué otros amuletos utilizamos para protegernos de enfermedades.

Anotemos en nuestros cuadernos y compartamos nuestras producciones en clase.



Llegamos al fin de este libro, esperamos que haya sido de gran utilidad en tu vida diaria y que el mismo pueda ser una apertura a descubrir y conocer más sobre la medicina tradicional en el pueblo movima.



**ANEXOS**

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal

### Duduŋkwa (Raíces)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Tawasdi	Patujucillo	Cultivado	Raíz	Fiebre	Rallar la raíz para luego extraer el jugo. El jugo obtenido se utiliza para fricciónar todo el cuerpo.
Wadakale	Zarzaparrilla	Silvestre	Raíz	Reumatismo y resfrío.	Se macera la raíz en alcohol y se toma cuantas veces sea necesario hasta sentir que hay mejoría.
Kweldis	Sujo	Silvestre	Raíz	Diarrea.	Se muele la raíz y se la hierve con agua.
Talumo morawbe´	Guineo morado	Cultivado	Raíz	Diarrea e inflamación de riñones.	Se ralla la raíz y se extrae el jugo que se toma.
Jowesma	Paja cedrón	Cultivado	Hoja, raíz	Inflamación de los riñones.	Del árbol de <b>jowesma</b> (paja cedrón) se utilizan las hojas y la raíz. Se deben lavar las hojas y la raíz, hervirlas y tomar el preparado por un tiempo.
Iseŋlowa	Pica pica	Silvestre	Raíz	Gonorrea.	Se hace hervir la raíz, después se la deja reposando al sereno.
Bu´suduŋ	Jengibre	Cultivado	Raíz	Fiebre, dolor de cabeza, mal viento.	La raíz del <b>bu´sutul</b> (Jengibre) nos sirve para aliviar la fiebre, dolor de cabeza y el mal viento. Se deja remojando en alcohol, ajo y tabaco negro. Una vez que se ha dejado reposar, utilizamos frotando el líquido en todo nuestro cuerpo.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal

### Lorankwa (Hojas)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Li:mo	Limón	Cultivado	Hojas y frutos	Dolor de cabeza.	Se corta en rodajas y se pone en la cabeza. Se exprime el jugo en un paño y se coloca en la cabeza. Se hierven las hojas para hacer baños.
Pulalyayasdi	Malva	Silvestre	Hojas	Fiebre, dolor de cabeza y fiebre estomacal.	Se machacan las hojas y con el jugo se refresca la cabeza. Si el calor es en el estómago, se pone el jugo en un paño.
Chasoyba	Naranja agria	Cultivado	Hojas y fruta	Resfríos del cuerpo.	Se hierva para hacer baños de vapor.
Duyu'lora oykatochichinlora	Cuatro cantos	Silvestre	Hojas	Dolor de estómago.	Se hierva y se toma como mate.
Cho:dis lora	Matico	Silvestre	Hojas	Arrebato.	Se hierva la hoja y se hacen baños calientes.
Portuna	Fortuna	Cultivado	Hojas	Apostemas e inflamación del apéndice.	Se machaca la hoja y se coloca en la parte afectada con aceite. Se machaca y se saca el jugo para tomar.
San José lora	Matico San José	Silvestre	Hojas	Inflamaciones.	Se pone la hoja entera sobre la parte afectada.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal

### Lorankwa (Hojas)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Wowojdi rapal vos	Ambaibo rojo	Silvestre	Hojas y cogollos	Tos e infecciones	Hervido se toma como agua de tiempo.
Kare	Caré	Silvestre	Hoja	Pasmo e inflamación de las vías urinarias	Se machacan las hojas y se pone con aceite de pata en las nalgas.
Manka	Mango	Cultivado	Hoja	Tos y arrebato	Para la tos se hierve con ajo y azúcar. Para el arrebato se prepara mezclando con otras 6 plantas.
Yomarislora dí molra	Tabaco verde	Cultivado	Hoja	Resfrío y tos	Se tuesta la hoja picada en aceite de pata y se fricciona a la persona.
	Toronjil	Cultivado	Hoja	Presión alta	Se hacen mates y se toma como agua de tiempo, también es digestivo.
Chuchu:chi	Urucú	Cultivado	Hoja	Fiebre interior	Se sacan los cabos de la hoja y se remojan en agua, con eso se enjuaga la boca.
Chonmaris	Tabaco negro	Cultivado	Hoja	Gases y resfrío	Se seca y se arma un cigarro, la ceniza se fricciona con aceite en el estómago. Se fricciona el cuerpo con la hoja machacada y aceite de pata.
Dełamlora	Cutuqui	Silvestre	Hoja	Dolores del cuerpo	Se preparan baños en abundante agua.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal Lorankwa (Hojas)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Chi'china na'tavoj	Paraparaú	Silvestre	Hoja	Reumatismo y resfrío	Se machaca con ajo, tabaco y alcohol, se coloca como emplasto.
Yomarisanana'	Tabacachi	Silvestre	Hoja	Sarna, mocheó y resfrío	Se hierve y se hacen baños, se toma un trago.
Ali'	Mamuri	Silvestre	Hoja	Diarrea	Se estrujan las hojas y se colocan en la herida. Para el mocheó y resfrío se hierve en agua y se baña al paciente.
Dere'di	Suelda con suelda	Silvestre	Hoja	Fracturas e inflamación de la vesícula	Se hierven las hojas y se toma como mate.
Monlovos	Palo leche leche	Silvestre	Hoja, resina	Tétano	Se preparan cataplasmas con la hoja machacada y se coloca sobre la parte afectada. Para la vesícula se toma en infusión.
Albahaca	Albahaca	Cultivado	Hojas, semilla	Mocheó, catarata de los ojos y mal de ojo	Se hierve la hoja y se lavan las heridas, con la resina se pueden untar las heridas.
Kutulaba	Palta	Cultivado	Hojas, semilla	Riñones e inflamación de la vesícula	Se estrujan las hojas en agua y se baña 7 viernes o 7 martes al niño enfermo de mocheó. Se colocan las semillas en los ojos.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal Didinkwa (Semillas)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Nara:sa	Naranja	Cultivado	Semilla	Fiebre, dolor de cabeza.	Se extrae aceite de las semillas y se fricciona en la cabeza.
Kawawa	Macororó	Cultivado	Semilla	Resfrío, dolor de cabeza, fiebre.	Se tuesta la semilla y se extrae el aceite para friccionar.
Chuja' dimnis	Aceite de motacú	Silvestre	Semilla	Tos, bronquitis.	Se prepara aceite de las semillas y se toma por cucharadas.
Wajlenmes wajlesmes	Aceite de cusi	Silvestre	Semilla	Tos, bronquitis.	Se prepara aceite de las semillas y se toma por cucharadas.
Pura'dinmes	Aceite de totaí	Silvestre	Semilla	Inflamación de la vesícula.	Se prepara aceite de las semillas y se toma por cucharadas.

## Anexo1

### Medicinas de origen vegetal

#### Morikwa (Flores)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Bujdiñmori	Algodón	Cultivado	Flor	Dolor de oído	Se soasa la flor y se coloca en el oído adolorido.
Santa lusiya	Santa Lucía	Silvestre	Flor	Mal de ojo, conjuntivitis.	Se extrae el rocío de la flor y se ponen unas gotas en los ojos.
	Vira vira negra	Silvestre	Flor	Diarrea.	Se hierven 3 flores en agua y se toma 3 veces al día.
Waris	Joco	Cultivado	Flor, semilla	Dolor de oído, parásitos intestinales	Se asa la flor, se exprime el jugo en el oído. Se tuestan las semillas, se pulveriza y se toma con agua.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal Tobe´kwa (Corteza)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Rumlos	Palo diablo	Silvestre	Corteza	Inflamación de la amígdalas, tos.	Se hierve la corteza y se toma el agua. Se hacen gárgaras.
Ti:pot	Alcornoque	Silvestre	Corteza	Sarna, inflamación de la vesícula.	Se hace hervir en abundante de agua y se lava la herida. Para la vesícula tomar como agua de tiempo.
	Penoco	Silvestre	Corteza	Golpe en los ojos, heridas.	Se extrae una telita de la corteza y con sal se coloca en la herida.
Chekwes	Tarumá	Silvestre	Corteza, hoja	Diarrea, dolor de estómago.	Se hierve la corteza y se toma el mate caliente.
	Tipa	Silvestre	Corteza	Úlceras.	Se hace jarabe de la corteza.
Cuchi	Cuchi	Silvestre	Corteza	Fracturas, hernias, resfrío.	Se muele la corteza y se hirve hasta que quede una pasta, se prepara como un parche y se coloca sobre la parte afectada.
Sesevos	Trompillo	Silvestre	Corteza	Parásitos intestinales.	Se hierve en agua y se toma una sola vez.
Ta´nilowanvos	Gavetillo	Silvestre	Corteza	Inflamación de la vesícula, sarna.	Se hierve y se toma como agua de tiempo. Para la sarna se lavan las heridas con el agua.
Michi chorimpa	Uña de gato	Silvestre	Corteza	Inflamaciones del cuerpo.	Se hace hervir y se toma como agua de tiempo por periodos de 3 meses.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal Tobe'kwa (Cortezas)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Dotalvos	Árbol de ajo	Silvestre	Corteza	Arrebato	Se hierve en agua y se baña a la persona enferma.
Taluma	Cayú	Cultivado	Corteza, semillas y cogollos	Disentería, dolor de estómago.	Se debe hacer hervir la corteza y tomar cuantas veces sea necesario. Las semillas se utiliza la resina y se toma para calmar el dolor.
Layas	Sauce	Silvestre	Hojas y corteza	Arrebato, sarna y fiebre.	El sauce es un árbol silvestre que encontramos en el <b>Cham'no</b> (monte). Nos sirve para curarnos de arrebato y de las sarnas. Si hemos sufrido de arrebato se preparan baños de agua caliente con las hojas del árbol. La corteza en cambio se utiliza para remojar y lavar las sarnas. Para la fiebre se hace hervir la corteza hasta que tome un color parecido al del té, tomar tres veces al día hasta que la fiebre pase.

## Anexo1

### Medicinas de origen vegetal

#### Babakwa (Frutos)

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Chinałana:na	Yuquilla	Silvestre	Fruto	Mal de ojo	Se usa el jugo raspado en los ojos pero con mucho cuidado porque puede malograr la vista.
Pe:re	Plátano	Cultivado	Fruto	Diarrea	La fruta tierna se cuece, se hace un puré, y se le da de comer al enfermo.
Mayu:se	Piña verde	Cultivado	Fruto	Inflamación de la vesícula	Se machaca, se extrae el jugo, y se toma durante 3 días.
Sapa:mo	Tutumo	Cultivado	Fruto	Hernia, facilitar el parto	Se soasa la fruta y se pone sobre la parte afectada. Se hace hervir partida en cruz y se toma como mate.

# Anexo1

## Medicinas de origen vegetal Tallos

Nombre en movima	Nombre castellano	Tipo de cultivo	Partes que se usan	Utilidad	Preparación
Talunmo	Guineo blanco	Cultivado	Tallo	D i a r r e a , disentería.	Se corta el tallo, se exprime el jugo y se toma.
Suru'suru	Caracore	Silvestre	Tallo	Inflamación de riñones.	Se hacen hervir los tallos en agua, una vez cocidos se exprime el jugo y se toma.
Charaye	Caña	Cultivado	Tallo	Tos.	Se soasa el tallo, se extrae el jugo y se toma en sorbos.
	Quebra piedra	Silvestre	Toda la planta	Inflamación de la vesícula.	Se toma en infusiones por 7 días.

## Anexo 2

### Lawanjeswanra di nis ppoykwa (Remedios de origen animal)

Nombre en movima	Nombre castellano	Derivado de	Utilidad	Preparación
<b>Barinkwanmes</b>	Aceite de pata	Res	Resfrío, pasmo, tos.	Se preparan emplastos y fricciones con otras plantas.
<b>Wa:kames</b>	Manteca de res	Res	Fiebre, fiebre interna, viruela, alimentación.	Se usa en fricciones para las fiebres altas y la viruela.
<b>Ko:chinmes</b>	Manteca de chancho	Cerdo	Resfrío.	Se fricciona el cuerpo con alcohol y manteca.
<b>Cholenboj ij O:ma</b>	Uña de anta	Anta	Taquicardia, dolor de corazón.	Se raspa la uña, el polvo se pone en agua hervida, se cuele y se toma por 7 mañanas. Se usa la uña de anta hembra para los hombres y la uña de anta macho para las mujeres.
<b>Doísese:wa ij lume'</b>	Hiel de jochi	Jochi pintado	Picadura de víbora, inflamación de la vesícula.	Una cucharada de hiel cada 4 horas.
<b>Da'ranmes</b>	Aceite de piyo	Piyo	Picadura de víbora, puchichis, inflamaciones.	Tomar medio vaso de aceite y aplicarlo también a la mordedura.
<b>Jołkwanmes</b>	Huevo de gallina	Gallina	Desnutrición, anemia.	Se hierve el huevo con leche y raíz de totaí, se toma como tónico. La cascara se soasa, se muele y se toma con agua entre comidas. La clara sirve para frotar las piernas de los niños que tienen dificultades para caminar.

## Anexo 2

### Lawanjeswanra di nis ppoykwa (Remedios de Origen Animal)

Nombre en movima	Nombre castellano	Derivado de	Utilidad	Preparación
<b>Yonali: mes</b>	Aceite de caimán	Caimán	Tos, bronquitis, resfrío, inflamaciones, heridas	Se toma una cucharada con limón o miel de abeja, 2 o 3 veces al día por una semana.
<b>Chavo'mes</b>	Aceite de raya	Raya	Tos, bronquitis, resfrío, tuberculosis	Se toma una cucharada con limón o miel de abeja, 2 o 3 veces al día por un mes.
<b>Jo'menmes</b>	Grasa de gallina	Gallina	Tos, bronquitis	Se toma con mate de flor de papayo caliente o con miel de abeja.
<b>Lelejkwa kwa is ij du:duitul</b>	Espina de puerco-espín	Puercoespín	Mal de aire	Se quema la espina, se sahúma a la persona enferma y también se le pone una espina de collar.
<b>Nu:nana'ij tuyawa</b>	Hueso de boroche	Boroche	Mal de aire	Se muele, se mezcla con nuez moscada y resina de isigo y la pasta se coloca en la sien del enfermo.
<b>Rumlojet</b>	Hormiga de palo diablo	Hormiga	Reumatismo, resfrío	Se hace picar una o dos veces a la semana durante 20 sesiones.
<b>Pajo'inmes</b>	Aceite de bufeo	Bufeo	Tos, bronquitis, resfrío, tuberculosis	Se toma una cucharada con limón o miel de abeja, 2 o 3 veces al día por un mes.
<b>Wara'tey</b>	Sapo	Sapo	Erisipela, inflamación	Se frota con el animal la parte afectada.

## Anexo 2

### Lawanjeswanra di nis ppoykwa (Remedios de origen animal)

Nombre en movima	Nombre castellano	Derivado de	Utilidad	Preparación
<b>Tuspanmu'u</b>	Pluma de sucha	Sucha	Hemorragia.	Se queman 3 plumas grandes de sucha, las cenizas se ponen en agua hervida y se hace beber al paciente.
<b>Pusarannun</b>	Hueso de carachupa	Carachupa	Tos, bronquitis.	Se raspa el hueso y se vierte el polvo en agua hervida, se deja asentar y se toma el líquido.
<b>Wo:chi</b>	Tuyu tuyu	Tuyu tuyu	Neumonía, tuberculosis, asma.	Se cogen los gusanos del majo, se asan y la manteca se le da al enfermo, también se le hacen fricciones.
<b>Da'ranmoł</b>	Cáscara de huevo de piyo	Piyo	Facilitar el parto.	Se quema la cáscara y con las cenizas se prepara un mate.
<b>Momola'is so:no</b>	Caparazón de peta	Peta del monte	Facilitar el parto.	Se quema el caparazón de la peta y se prepara un mate con las cenizas.
<b>Sutulranmoł</b>	Caparazón de tatú	Tatú	Inflamación de la vesícula.	Se quema el caparazón del tatú y se prepara un mate con las cenizas.
<b>Do'sesewawa is seiya</b>	Hiel de bentón	Bentón	Inflamación de la vesícula.	Al descuartizar el bentón se extrae la hiel y se toma fresca.
<b>Chochanmomo as da'ra</b>	Molleja de piyo	Piyo	Tumor.	Se seca la molleja, se pulveriza la capa interior de la misma y se toma con cada comida.

## Anexo 2

### Lawanjeswanra di nis ppoykwa (Remedios de origen animal)

Nombre en movima	Nombre castellano	Derivado de	Utilidad	Preparación
<b>Tula as daika</b>	Tenaza del seboro	Seboro (cangrejo)	Puchichis del ojo	Se rasca el ojo con la tenaza del seboro.
<b>Wayaperanmes</b>	Grasa	Manguari	Reumatismo	Se saca la grasa del animal, y se pone en la parte afectada con reumatismo.
<b>Rulrulmes</b>	Grasa	Tigre	Reumatismo	Se saca la grasa del tigre, se fríe y la grasa obtenida se guarda en un recipiente limpio. Con este aceite se fricciona en la parte afectada.
<b>Chiboyomes</b>	Sebo	Chivo	Calambres	Se saca el sebo, luego se calienta. Se fricciona la parte afectada hasta que entre en calor, posteriormente se cubre la parte donde se puso el sebo.
<b>Chokwanmo</b>	Panza	Panza de vaca negra	Mocheó, niños que no caminan y debilidad.	Matar a la vaca negra, abrir su barriga y sacar la panza, poner a la criatura dentro de la panza mientras esté tibia, hasta la altura de su cuello, dejarla por un tiempo corto. Tratar de que el pequeño o pequeña no se enfríe, para eso debemos envolverlo bien.
<b>Donana di waka di tumpoy</b>	Sangre	Vaca negra	Anemia	Degollar la vaca, dejar que la sangre salga, esperar por la que este más rojiza y tomarla aún caliente.

## Anexo 3

### Remedios de origen mineral

Nombre en movima	Nombre castellano	Se encuentra	Utilidad	Preparación
Bubukwa di' tunni	Barro tinto negro	Bajíos, orillas de los ríos	Fiebre, inflamaciones.	Se estruja bien y se pone en emplasto hasta que seque.
Solaba	Barro negro	Orillas de los ríos.	Fiebre, infecciones vaginales, calentura y mal de cabeza.	Poner la tierra húmeda en un paño, dejar en la barriga de la persona enferma hasta que seque. Debe cambiarse tres veces al día. Si el barro está fresco, podemos utilizar como pomada en las partes afectadas.
Bubujkwa ij omaile	Barro de peto	Nido de peto	Puchichis o apostemas.	Se remoja un poco de barro en agua y se coloca sobre la parte afectada.
	Azufre	Farmacias	Sarna.	Se diluye en agua y se unta en la herida.
Laiña di' bijaw	Hacha vieja	En depósito o patio de la casa	Apendicitis, infección de riñones y fiebre.	Se pone el hacha vieja con sal al sereno y se coloca en la parte adolorida antes que cualquier persona se levante en la mañana.

## Ilustradores

María Luisa Vaca

### **Unidad Educativa Bella Flor**

Claribelh Sejas Rodríguez

Disney Tonore Yoqui

Fran Reinaldo Saucedo

Ruddy Tonore Yoqui

Feliz Pessoa Eguez

Demetrio Pessoa

Julia Guanayla Garcia

Lorena Zabala Guanaile

Reinaldo Saucedo

Luci Zabala Guanaide

Isabel Saucedo Bejarano

Lomar Almaquio Cayalo

María Eugenia Moreno Yoqui

Clelia Vargas Humaza

Nelson Zonore Ramírez

Viviana Zonore Ramírez

Rosario Jare Berdecio

Mayerlin Eguez Castro

Gabriel Rosas

Wilfredo Malue Moreno

Jerson Rodríguez

Graciela Euscaste

Amilkar Shimokawa

Julia Guanaile

Guillermo Pessoa

Salome Shimokawa

Alexander Shimokawa

Ronaldo Eguez Castro

### **Unidad Educativa San Pedro del Apere**

Cinthia Vargas Humaza

Juan Carlos Jau

Lucila Jau

Rosaleida Rivero Jau

Davilson Jau

Sara Rivero Jau

José Andrés Caumol

Esmeralda Malve

Vanesa Rivero Álvarez

Lorenza Vargas Humaza

Carlos Valverde Caumol

Josué Sanjinés

Adrian Valverde Caumol

Alejandro Valverde Caumol

Lidia Rivera Jau

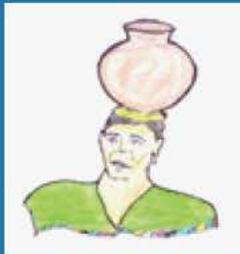
Jhon Sanjinés Tarqui

Fanny Naomi Caumol

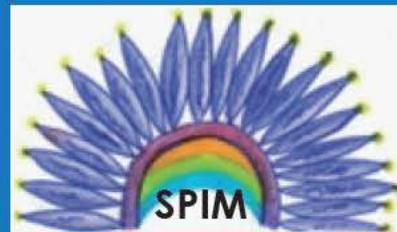


Bolivia - Ecuador - Perú  
**eibamaz**  
Educación Intercultural Bilingüe  
UNICEF - Finlandia

**unicef**   
únete por la niñez



**Subcentral  
de mujeres  
indígenas  
Movima**



**Subcentral del Pueblo Indígena Movima**



**Consejo de hablantes  
del idioma Movima  
CADIMO**