

Yuracomplexus .



Revista electrónica

N° 11 Febrero - abril 2020

Fitoterapia de las plantas medicinales del Paraguay visualizadas desde Caio Scavone

pp. 19 - 31

Quintana Sánchez, Eduardo Fabián; Carrasco Villacreses, Gladys

Universidad Leonardo da Vinci

Asunción – Paraguay

educles@hotmail.com

Resumen

El objetivo del estudio fue realizar una compilación de las plantas medicinales ancestrales del Paraguay, dando a conocer de esta manera los múltiples beneficios que de ellas se pueden extraer, el alcance de la investigación apadrina la descripción como principal elemento investigativo, discurriendo por un hilo conductor de un método analítico-sintético capaz de desenmarañar incomprensiones del uso de las plantas medicinales, la investigación bibliográfica permitirá la extracción de los resultados concluyendo que existe una variedad de plantas medicinales, para diferentes usos que apadrinan no solo las creencias de salud, sino los ritos y los kitos que cobijan el uso de estos elementos de la naturaleza en coexistencia con la publicación de innumerables artículos relacionados al tema.

Palabras clave

Plantas, medicina, salud, Paraguay

Abstract

The objective of the study was to make a compilation of the ancestral medicinal plants of Paraguay, making known in this way the multiple benefits that can be extracted from them, the scope of the research sponsors the description as the main investigative element, running along a conducting thread of an analytical-synthetic method capable of unraveling misunderstandings of the use of medicinal plants, bibliographic research will allow the extraction of the results concluding that there is a variety of medicinal plants, for different uses that sponsor not only health beliefs, but rites and the kitos that cover the use of these elements of nature in coexistence with the publication of innumerable articles related to the subject.

Keywords

Plants, medicine, health, Paraguay

Introducción

La naturaleza ha brindado al ser humano la posibilidad de abastecerse de elementos necesarios para su vida y supervivencia, dotándoles de minerales, vegetales, animales, fósiles... que le han permitido el desarrollo en diferentes visiones que van desde lo físico hasta lo intelectual, sin embargo la ceguera del conocimiento y el egoísmo mediático en la que ha caído el ser, ha conllevado a dejar de lado la aceptación de esquemas propuestos desde la trinidad bio-antropo-físico del mundo que le rodea, convirtiendo a la Tierra Patria en un proveedor e intermediario en la dotación de insumos, bienes y servicios, (Morin, 2011, pág. 43) sostuvo “La comunidad de destino de la especie humana frente a problemas vitales y mortales comunes exige una política de la humanidad; que supone la conciencia del destino, la identidad y el origen común de toda la humanidad”.

Cabe considerar por otra parte que en un proceso de barbarie occidentalista, ninguna área del conocimiento ancestral fue eximia ante la conquista de un pensar sobre otro, la colonización alcanzó ribetes de dominio y exterminio del ser sobre el ser y sobre su conocimiento, sin respetar otras formas de pensamiento y de cosmovisión, de este modo la historia ha jugado un papel importante más allá de la crónica de acontecimientos sucedidos en el pasado y de relatos mitológicos hasta fantasiosos, pues el homo sapiens siempre ha buscado la explicación a su origen y transmutación histórica, sobre esto (Morin, Historia de la barbarie en occidente, 2006, pág. 19) sostuvo “La barbarie no solo es un elemento que acompaña a la civilización,, sino que la integra. La civilización produce barbarie, en particular la barbarie de la conquista y dominación”.

Esta conquista trajo consigo la práctica de nuevos procesos y preceptos impuestos o no a la fuerza, dejando de lado los acervos ancestrales de estas sociedades conquistadas, conocimientos, mitos y ritos, fueron exterminados por vía religiosa y por constreñimientos asociados al miedo y la dominación. (Morin, La vía para el futuro de la humanidad, 2011, pág. 74) comenta “La conquista militar que culminó a finales del siglo XIX fue paralela a una conquista espiritual: de hecho, los misioneros desintegraron una serie de culturas indígenas sin integrar a los pueblos en la civilización dominante”.

En este sentido la historia ha jugado un papel importante para el desarrollo de la humanidad sin dejar de lado el aporte de lo arcaico, Kuhn (2004) determinó:

Si se considera a la historia como algo más que un depósito de anécdotas o cronología, puede producir una transformación decisiva de la imagen que tenemos actualmente de la ciencia. Esa imagen fue trazada previamente, incluso por los mismos científicos, sobre todo a partir del estudio de los logros científicos llevados a cabo, que se encuentran en las lecturas clásicas y, más recientemente, en los libros de texto con los que cada una de las nuevas generaciones de científicos aprende a practicar su profesión (pág. 20)

Historia que reivindica el pensamiento ancestral, en donde el reconocimiento a sus prácticas y tradiciones refleje la importancia y el aporte que de ella se vertió para el desarrollo de la humanidad, (Morin, El Método III, 2010, pág. 167)

Nuestros ancestros cazadores-recolectores, en el curso de decenas de miles de años desarrollaron las técnicas de la piedra, y elaboraron después las de hueso y el metal, dispusieron, y usaron, en sus estrategias de conocimiento y acción, de un pensamiento empírico/racional/lógico y produjeron, al acumular y organizar un formidable saber botánico, zoológico, ecológico, tecnológico, una verdadera ciencia. No obstante, estos mismos arcaicos acompañaban todos sus actos técnicos de ritos, creencias, mitos, magias, e incluso pudo parecerles a los antropólogos de principios de siglo que, encerrados en un pensamiento mítico-mágico, estos primitivos ignoraban toda racionalidad.

De esta manera el desarrollo de las técnicas desde la piedra hasta el metal conducen a las sociedades a desarrollar esquemas de vida más allá de la técnica, trasladando estos conocimientos a los campos de la física, biología, química, con el estudio de hierbas, animales, árboles, frutos... entendiendo el beneficio causados por estos en otras especies. Para el pensamiento ancestral, el bienestar de las personas estaba ligado fuertemente a la creencia de equilibrio con los cuatro elementos de la naturaleza tierra, aire, agua y fuego y que de ese equilibrio dependía el equilibrio de la humanidad.

Sobre la base de las ideas expuestas una de las dimensiones en donde se denota el bienestar de los seres es la salud, que como discutimos en los párrafos anteriores tiene connotaciones distintas dependiendo de la óptica con la que se mire, existen pueblos en donde se mantienen arraigadas fuertemente las prácticas y las costumbres milenarias en el tratamiento de enfermedades y estas a su vez se interrelacionan con el uso de plantas nativas de su propia zona geográfica (Gallegos, 2017, pág. 316)

Las prácticas cada vez más frecuentes de la biomedicina, el auto tratamiento, y otras opciones terapéuticas como las terapias religiosas y las llamadas alternativas, conforman el sistema médico tradicional (1) que actualmente se constituye en el centro de atención dentro del sistema de salud del país.

Sostuvieron Soler Cano, Macías Bestard, Pereira Relis, Dranguet Olivero, & Guzmán Guzmán (2009)

El empleo de las plantas medicinales con fines curativos es una práctica que se ha utilizado desde tiempo inmemorial. Durante mucho tiempo los remedios naturales, sobre todo las plantas medicinales, fueron el principal e incluso el único recurso de que disponían los médicos. Esto hizo que se profundizara en el conocimiento de las especies vegetales que poseen propiedades medicinales y ampliara su experiencia en el empleo de los productos que de ellas se extraen.

Las diversas prácticas de la medicina tradicional desarrolladas en todo el mundo han contribuido enormemente a la salud humana, en particular como proveedores de atención primaria de salud al nivel de

la comunidad (2), razón por la cual la Organización Mundial de la Salud (OMS) la considera como ‘el pilar principal de la prestación de servicios de salud, o su complemento.

Así mismo García-González (2005)

Las plantas son una alternativa actual para buscar nuevos agentes terapéuticos. De hecho, han sido utilizadas desde tiempos remotos con fines curativos, ya que uno de los anhelos de los seres humanos ha sido siempre intentar combatir sus enfermedades. Para ello, han hecho uso de organismos y productos que la naturaleza ofrece. Los usos particulares se han transmitido en forma oral o escrita y de generación en generación a lo largo de la historia, hasta nuestros días (pág. 3) .

En este sentido la medicina, también se ha convertido en parte de una colonización discriminatoria, egoísta y bancaria, conducente a la elucidación proveniente desde occidente, es decir que la medicina que no contiene fármacos de por medio no es considerada científica, sino más bien una forma cultural de exteriorizar ritos y tradiciones de grupos arcaicos, que basados en creencias y mitologías trataron de buscar soluciones a los estados de salud, en este sentido las tribus arcaicas conducidas por la naturaleza, determinaron la enfermedad de manera diferente a la visión occidental, la enfermedad básicamente consistía y consiste en esto tiempos en el desequilibrio que la persona guarda con los cuatro elementos de la naturaleza. Es que como parte de la naturaleza, de ella provenimos y a ella vamos.

La fitoterapia es una alternativa actual para el tratamiento de enfermedades, pero curarse con plantas medicinales es tan arcaica como la vida y la misma historia del hombre. Ya los griegos instalaron en su mitología el uso y el hecho de curarse con un montón de plantas y nuestros indígenas ancestrales no quedaron atrás al entregarse salud con muchas plantas que son nativas del Paraguay.

Actualmente se estima que un 85 % de la población mundial se cura con esta medicina llamada de alternativa y hoy una planta curativa equivale al “médico de cabecera”. Y no solamente se ve favorecida la persona que recupera su salud sino además el beneficio le llega a mucha gente que hoy siembra y cosecha una planta medicinal.

Son varios los médicos y científicos que han llegado a tierras paraguayas y han realizado estudios sobre las bondades que prestan las plantas medicinales paraguayas, pero sería imposible nombrarlos a todos, entre los más destacados se puede mencionar a el francés Aimé Bonpland vivió unos 40 años recorriendo América del Sur y por unos 9 años en el Paraguay, llegó a entusiasmarse decididamente por las propiedades medicinales de muchas plantas del Paraguay.

El médico italiano Domingo Parodi llegó en el año 1856 al Paraguay y trabajó durante unos 30 años con las plantas curativas paraguayas. El enfermero español Pedro Montenegro (1663-1728) experimentó con la flora nativa y medicinal y, probablemente, junto a los misioneros jesuitas como José Sánchez Labrador, podrían ser considerados como los verdaderos “padres” de las plantas medicinales del Paraguay.

Mediante esta selección tan especial de profesionales que lucharon por convertir al Paraguay en un vergel de plantas medicinales hoy se pueden rescatar unas 500 especies de las 800 que tiene en total. Casi todos

los ciudadanos de este país amanecen con el mate en la mano y es casi una obligación prepararlo con alguna planta medicinal. Un poco más tarde, en alianza con el excesivo calor que predomina entre, el tereré es toda una ceremonia infaltable entre los paraguayos que cumplen cualquier tipo de actividad. Una flor, una raíz, unas hojas o un tallo machacado siempre pasan a formar parte de esta infaltable actitud criolla.

El paraguayo no es de tomar tanto café ni té, pero le da un rotundo sí al mate y al tereré. El uso de las hierbas medicinales es una práctica rutinaria en cualquier comunidad rural y urbana del Paraguay. Ya lo usaban los indígenas. Hoy, se constituye en buena fuente de ingreso y la posibilidad de curar muchas enfermedades de una manera tan orgánica y natural.

Se presenta un recetario que nos ayuda a identificar los beneficios en el consumo de algunas plantas:

Agrial

Su nombre científico es *Begonia cucullata*. Es una hierba perenne que crece en los esteros, a orillas de los cursos de agua que puede crecer hasta unos 80 centímetros de altura. Crece muy bien en zonas del Alto Paraná, Amambay, Caazapá, Concepción, Cordillera y en el Guairá.

Controla los "males de la boca" como también la faringitis y la amigdalitis haciendo gárgaras de unos 25 gramos de la planta hervidos en cada litro de agua. También se puede machacar toda la parte aérea y fresca de la planta para tomarse con el tereré. Además sirve para paliar la fiebre, la diarrea y la disenteria. La raíz controla el dolor de los dientes y los indios guaraníes machacan toda la planta sobre las caries para aliviar el dolor de muelas.

También el zumo del agrial machacado se usa para eliminar las verrugas y lunares que aparecen en la piel. El agrial es también muy buen diurético. Alivia las enfermedades respiratorias como la tos, la bronquitis y el catarro y las afecciones urinarias.

Una dosis reforzada y hervida de 50 gramos de agrial en un litro de agua sirve para lavar las heridas putrefactas y de cualquier índole. No se recomienda su continuado uso ni en dosis reforzada. Un intervalo de tres semanas sirve para el paréntesis y unos tres días de consumo continuado. Se cosecha en la primavera-verano.

Batatilla	<p>La <i>Pfaffia glomerata</i> es una planta nativa, perenne y herbácea que crece fácilmente en los suelos del Paraguay. Forma un tubérculo que es la parte muy usada para el tereré. Propiedades y dosis: tiene la propiedad de constituirse en un leve purgante por lo que es recomendable para la gente con estreñimiento crónico.</p> <p>Esta planta refrescante, diurética y depurativa se usa en infusión de unos 15 gramos de sus raíces por cada litro de agua para limpiar heridas. La misma dosis de sus raíces machacadas se emplea en el tereré a fin de controlar la acidez estomacal, la ictericia, las afecciones de los riñones y los trastornos gastrointestinales.</p> <p>Regala al tereré un exquisito sabor pero la gente sin problemas de estreñimiento no debe abusar de la batatilla y usar solamente la dosis de unos 5 gramos por cada litro de agua. Se puede cosechar en el otoño ya que florece en la primavera-verano.</p>
Cabello de ángel	<p>Es conocida esta planta (<i>Clematis hilarii</i>) como parásita que adorna muchas plantas y sobre todo se la nota en la ciudad sobresaliendo, sobre todo, en la copa de los cítricos.</p> <p>Los indígenas ya la usaban en mezcla con el kuruguai y el para para'í para controlarlas piedras de la vesícula. Tiene la fama de curar todo problema reumático a la gente que se acuesta y duerme sobre el colchón relleno con el cabello de ángel.</p> <p>La retención de líquido también es tratada con un hervor de unos 3 minutos de 5 gramos del cabello de ángel por litro de agua. Amén de ser un buen diurético, el cabello sirve para los males hepáticos y de los riñones. Una compresa de unos 10 gramos de la planta que se hierve por cada litro de agua sirve contra los dolores reumáticos y la tendinitis. Se puede cosechar en cualquier época del año.</p>
Doctorcito	<p>Esta planta (<i>Eupatorium inulifolium</i>) crece en toda la parte oriental del Paraguay que cuente con algo de humedad y bordes de bosques. Sus poderes curativos propiciaron el nombre de este arbusto que puede crecer hasta unos 2 metros de altura y en toda la parte oriental de este país.</p> <p>Tiene el gran poder de curar rápida y eficazmente los dolores de estómago y los desarreglos digestivos. Es un poderoso antiespasmódico y muy indicado para solucionar la mala digestión de alguna pesada comida y los cólicos. Es un calmante natural y elimina los gases estomacales e intestinales. Combate también notablemente al alto índice de azúcar en la sangre (diabetes) y constituye en un gran depurativo de la sangre.</p>

Es conveniente hacer una infusión de toda su parte aérea - tallos y hojas - en una dosis de 25 a 30 gramos por cada litro de agua. En los casos de los cólicos, un buen resultado se obtiene con una infusión de partes iguales con la yerba lucero y el anís estrellado. Se puede cosechar durante cualquier época del año.

Espinillo

El nombre de este árbol de pequeño porte es *Prosopis algarrobilla*. Abunda en los lugares inundables y tiene la fama de su madera dura, muy resistente y muy especial a su uso como leña.

Se usa la corteza de su leño como medicinal ya que unos 20 gramos de su epidermis en infusión por cada litro de agua como diurético, depurativo de la sangre y astringente. Esta dosis sirve igualmente para calmar la ciática, el reumatismo, los dolores articulares y el lumbago.

Una cantidad de 30 gramos de su corteza sirve para lavar y tratar las quemaduras, previamente hervida y enfiada en 1 litro de agua. Esta misma infusión también tiene la propiedad de usarse para lavado de los ojos en casos de conjuntivitis. Esta forma de consumo tiene la fama por combatir el cáncer. Se puede cosechar durante todo el año.

Guavirami

Es un arbusto nativo que no crece más de los 1,50 metros y que abunda en ciertas zonas del Paraguay. Crece en Concepción, Caaguazú, Central, San Pedro, Amambay, Canindeyú y Caazapá. Es gran indicador de suelos ácidos. Su nombre científico: *Campomanesia pubescens*.

Sus frutos son muy ricos y comestibles. La cáscara de éstos se usa para favorecer la digestión y tiene la fama de enriquecer el gusto de la bebida alcohólica conocida comúnmente como "caña" en el Paraguay. Unas 5 a 6 cáscaras secas del guavirami por botella de caña regala a esta bebida un buen gusto, olor y sabor.

La infusión de unos 20 gramos de sus hojas y unas 5 cáscaras secas por cada litro de agua sirven como tónico estomacal y para tratar los casos de diarrea. También una infusión de unos 50 gramos de sus hojas se usan como cicatrizante de las heridas. Sus ricas frutas que maduran en el verano (diciembre-enero) son muy astringentes por lo que no se recomiendan a la gente estreñida. Sus hojas pueden cosecharse durante todo el año.

Incienso	<p>Su nombre científico es: <i>Microcarpus frondosus</i>. Es un árbol que proporciona un aceite con buen aroma. Al quemarse esta esencia se desprende ese humo perfumado que se usa durante los oficios religiosos.</p> <p>A su vez esta resina también es usada como cicatrizante sobre las heridas, sobre las picaduras de araña, víboras e insectos. Una cocción de unos 20 gramos de su leño por cada litro de agua se usa para calmar el catarro, la tos, el asma y la bronquitis.</p> <p>También se usa como febrífugo. Su madera es muy apreciada para los marcos de puertas y ventanas por servir de repelente a los insectos. Además la corteza de este árbol, también llamado <i>vyrá payé</i>, se utiliza para curar las inflamaciones e irritaciones de la vejiga y las vías urinarias. Su aserrín es componente de los repelentes de mosquitos en mezcla con otros ingredientes para la fabricación de los "espirales". Se dispone durante toda época del año.</p>
Jacaranda	<p>El Jacaranda <i>mimosifolia</i> es una planta nativa que crece en casi toda la región Oriental del país, incluido el chaqueño departamento de Presidente Hayes. Es un árbol que crece hasta unos 20 metros de altura y sus lindas flores azul-violetas la convierten en plantas ornamentales y muy usadas para la arborización urbana. También se la conoce bastante como <i>Karova</i> y como <i>Kaí jepopeté</i>.</p> <p>La decocción de unos 15 gramos por litro de agua de su corteza es usada para lavar las heridas de cualquier tipo y también, en la misma dosis a tomar, para controlar la sífilis y el reumatismo. También sus poderes anticonceptivos son famosos al tomar de esa manera. Se puede cosechar durante cualquier época del año.</p>
Ka'a he'e	<p>Es tan conocida la <i>Stevia rebaudiana</i> como planta nativa del Paraguay y por las propiedades que tiene esta hierba que crece hasta unos 60 centímetros de altura.</p> <p>Resaltan sus componentes edulcorantes de 300 veces más dulce que el azúcar y controlar la diabetes al hacer descender el nivel de azúcar de la sangre. Sirve además como adelgazante, es antiinflamatorio y se lo usa como un buen hipotensor. Sus hojas también son diuréticas, actúa como un excelente antiinflamatorio y controla las enfermedades artríticas.</p> <p>Un buche diario actúa contra las caries de los dientes y sirve para prevenir muchas enfermedades y mejorar el rendimiento de las aves ponedoras y de los pollos parrilleros. Se pueden hervir ligeramente unos 10 gramos de sus hojas por cada litro de agua y tomar durante el día para que esta hierba medicinal regale todas sus propiedades. Se puede cosechar en la primavera, verano y el otoño.</p>

Lengua de buey	<p>Se conoce científicamente a esta planta como <i>Chaptalia nutans</i>. Es una planta herbácea y perenne que crece unos 30 centímetros de altura en los sotobosques y sabanas del Paraguay.</p> <p>Sus hojas y raíces curan las úlceras estomacales. También controla los trastornos prostáticos (se consiguen buenos resultados en esto al mezclar con la corteza del <i>yvyrá itá</i> y con el tallo de la caña de castilla).</p> <p>Además se usa contra los dolores musculares, las torceduras, las lesiones articulares y los golpes. Unos 15 gramos de sus hojas y raíces en 1 litro de agua en cocción para tomarlo como te, en el mate y el tereré. Se puede cosechar durante cualquier época del año.</p>
Llantén de agua	<p>Su nombre científico es: <i>Pisthia stratiotes</i> y es una planta acuática que flota en nuestras lagunas, lagos, arroyos y tajamares.</p> <p>Tiene enormes propiedades antiinflamatorias y cura la amigdalitis. También se usa contra la bronquitis y el catarro. Sirve igualmente para tratar los problemas de los riñones, la vejiga y las diarreas crónicas.</p> <p>En gárgaras cura las inflamaciones de la boca y la garganta. Ayuda ante una micción lenta y dolorosa. Igualmente sirve para controlar la artritis y la gota. Atenúa el doloroso "fuego de San Antonio", las hemorroides y las heridas purulentas que no cicatrizan.</p> <p>Unos 30 gramos en cocción por cada litro de agua sirve para curar los males mencionados. Se toma como agua, en el mate, como te y en el tereré. Sus hojas frescas, bien lavadas y machacadas, pueden aplicarse como parches sobre las heridas y llagas. Se puede cosechar durante todo el año.</p>
Malva blanca	<p>Esta hierba perenne crece hasta un metro de altura. Su nombre científico es: <i>Sida cardifolia</i>.</p> <p>Usada para controlar la tos, el catarro, el asma y la bronquitis. Es un excelente expectorante y antitusígeno. También esta planta es muy utilizada para calmar los dolores de garganta. Las mujeres consumen para desinflamar los ovarios.</p> <p>Contiene efedrina que tiene el efecto broncodilatador aunque su uso fue decayendo por el efecto contraproducente sobre el corazón y porque hace disminuir el diámetro de los vasos sanguíneos lo que deriva en un aumento de la presión arterial. También sirve para lavar y cicatrizar las heridas, las llagas y las úlceras de la piel. Un máximo de 15</p>

	<p>gramos de sus hojas frescas por cada litro de agua caliente. Se cosecha durante todo el año.</p>
<p>Ñandú apysa</p>	<p>Es un árbol que crece hasta unos 10 metros de altura en muchos bosques y sabanas de la zona oriental del Paraguay. Por el porte y su forma hasta se usa como planta ornamental. Produce unos frutos en bayas que son muy ricos y apetecidos por las aves y que son las encargadas de diseminarlas. Su nombre científico es: <i>Campomanesia guazumifolia</i>.</p> <p>Su raíz, la corteza y la cáscara de sus frutas se usan para curar la diarrea y la disentería. También son muy digestivas. Sus frutos aportan mucha vitamina C. Lo más fácil de conseguir es la corteza que se pueden hervir 10 gramos por litro de agua y tomarlo como te, en el mate, tereré o como agua de beber. En la mezcla pueden ir 5 gramos de las partes mencionadas en infusión por cada litro de agua. Fructifica durante la primavera-verano y del resto se dispone durante todo el año.</p>
<p>Palo amargo</p>	<p>Es un árbol de porte mediano que crece en la zona oriental del país hasta unos 5 metros de altura. Su nombre científico es: <i>Picrasma crenata</i>.</p> <p>Tiene reconocidas propiedades antifebriles y también para controlar el paludismo. Fue muy utilizado cuando esta fiebre causaba mucho daño a la población del Paraguay. Se usan 25 gramos de su leño en cocción por cada litro de agua que puede tomarse como te, en el mate, el tereré o como agua de beber. Se puede cosechar durante todo el año.</p>
<p>Salvia</p>	<p>Este aromático arbusto nativo crece muy bien en el Paraguay en los bordes de los caminos y bosques húmedos y en las serranías. También en las sabanas. Crece hasta un poco más de 1 metro de altura y su nombre científico es: <i>Lippia alba</i>.</p> <p>Es un excelente digestivo, actúa contra los dolores de vientre y los dolores menstruales. Es un antipirético reconocido y también un expectorante, contra la tos y las inflamaciones de las vías respiratorias. Es eficaz contra el dolor de garganta y buen desinfectante bucal (se adiciona a las pastas dentales).</p> <p>Alivia los problemas nerviosos, los dolores de cabeza (en mezcla con el mburukujá). Se utiliza contra los estados diarreicos y además para controlar las afecciones de la piel. Aromatiza muchos platos y se usa en la industria de los embutidos y quesos.</p> <p>La infusión de 15 gramos de sus hojas frescas por cada litro de agua es una dosis que funciona para tomar como te o en el mate. Para los buches se puede usar una dosis de 20 a 30 gramos por cada litro de agua. Se obtiene durante todo el año por lo que puede cosecharse en cualquier época.</p>

Tajy pyta

Este característico árbol nativo crece en toda la zona oriental del Paraguay y lo hace hasta más de 25 metros de altura. Se desarrolla muy bien en los montes húmedos y forma parte del estrato superior de los montes del país. Su nombre científico: *Tabebuia impetiginosa* y sus flores rojas a moradas son muy vistosas que siempre sobresalen en medio de la espesura boscosa. Es una especie muy usada en la arborización urbana.

Combate excelentemente el reumatismo y la gota. Es antidiabética al reducir el nivel del azúcar en la sangre. Tiene la fama de prevenir el cáncer y controla las afecciones del hígado y del estómago y ayuda a una buena circulación de la sangre. Es depurativo, controla los estados nerviosos, incita al sueño tranquilo y aminora la alta presión arterial. También sirve en uso externo (lavados) para combatir los ataques de la sarna, del fuego de San Antonio, herpes, sarpullidos y heridas de cualquier índole. 20 gramos de su leño (aserrín) o corteza en 1 litro de agua en cocción y luego se toma como agua de beber, como té, en el mate y el tereré. Para los lavados externos de deben hervir 30 gramos de su corteza en 1 litro de agua. Se puede cosechar en cualquier época del año.

Urusu he'e

Esta hierva perenne y trepadora crece hasta más de 3 metros de longitud que crece en los bordes de los bosques de casi toda la parte oriental del país, incluyendo Presidente Hayes. Su nombre científico es: *Rhynchosia edulis*.

Es muy usada como medicamento casero para controlar las enfermedades de las vías respiratorias como la bronquitis, el catarro, el asma, la tos convulsa y los resfríos. Es expectorante y también utilizado como refrescante en el tereré. Sirve para controlar la ictericia y en el "kamby ryrú yeré" en los infantes. Controla también la leishmaniasis, en mezcla con la cangorosa. Además es desinflamante de las vías urinarias.

Unos 15 gramos de sus raíces en cocción por cada litro de agua sirven para las vías respiratorias. Se puede tomar como te, en el mate y tereré. En los usos externos se puede usar 30 gramos de sus raíces maceradas o en infusión por cada litro de agua. Se puede cosechar durante cualquier época del año.

Verbena'i	<p>Es una hierba bianual y también perenne que crece de manera erecta hasta unos 70 centímetros de altura. Crece en las sabanas, en el sotobosque y en las casas de la zona oriental del Paraguay. Su nombre científico es: <i>Verbena litoralis</i>.</p> <p>Sirve para tratar las obstrucciones que causan las arenillas en el riñón y la vejiga. Es hepática, controla la hepatitis. También muy usada para controlar los dolores de garganta y contra la faringitis. Actúa eficazmente ante los ataques del reumatismo, la gota y el lumbago. Purifica la sangre y sirve de tranquilizante ante algún ataque nervioso. Su aplicación externa soluciona el "fuego de San Antonio", la sarna, la erisipela y las eczemas.</p> <p>Se usa la parte aérea en dosis de 10 gramos por cada litro de agua en cocción que se puede tomar como te, en el mate, el tereré o como agua de beber. Para su uso externo se puede preparar en dosis de 15 a 20 gramos de sus hojas y tallos por cada litro de agua hervida y luego se aplica a la parte afectada. Se puede cosechar durante la primavera, el verano y el otoño.</p>
Yerba de lucero	<p>Esta planta es perenne y crece hasta unos 2 metros de altura en los lugares húmedos, cerca de los esteros y en las sabanas con agua en casi toda la Región oriental del Paraguay, incluidos los chaqueños departamentos de Presidente Hayes, Boquerón y en Alto Paraguay. Es una hierba que se usa bastante en los hogares paraguayos como medicinal. Su nombre científico es: <i>Pluchea sagitalis</i>.</p> <p>Es un gran digestivo que se usa en los empachos y en la indigestión. También se usa como anti diarreico, sobre todo en los infantes. Controla la acidez estomacal y expulsa los gases estomacales e intestinales. Ayuda para la buena digestión luego de una comida pesada.</p> <p>Unos 15 gramos de su parte aérea fresca y en cocción por cada litro de agua es la dosis recomendada. Se pueden secar sus hojas y se usan 5 gramos por cada litro de agua en infusión. Se puede cosechar durante cualquier época del año.</p>

Zarzaparrilla

Es una enredadera leñosa de tallos flexibles que crece sobre los árboles en el interior del monte y en sus orillas. Se desarrolla muy bien en el norte y en la zona central de la Región Oriental del país. Su nombre científico es: *Herreria montevidensis*. Se encuentra en peligro de extinción.

Tiene diversas propiedades entre las que sobresale su acción como excelente depurativo de la sangre y gran diurético. Controla las enfermedades de las vías urinarias, del riñón y la vejiga. Controla el nivel del colesterol maligno y sirve para combatir el reumatismo, la gota y la artritis.

También cura la sífilis y baja el nivel de azúcar de la sangre (antidiabética). Es muy refrescante en el tereré y tiene poderes para prevenir y curarla apendicitis. Se usa la raíz de esta planta en dosis de 15 gramos en cocción por cada litro de agua. La raíz machacada y previamente bien lavada se usa en el tereré a razón de unos 10 gramos por litro de agua. Se puede cosechar durante todo el año.