



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE COMUNICACIÓN

SISTEMA DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

CARRERA: CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

**TESIS PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN: MENCIÓN ECOLOGÍA Y MEDIO
AMBIENTE.**

TEMA:

**"IMPORTANCIA DEL USO DE LAS PLANTAS MEDICINALES QUE
SECULTIVAN EN PASTAZA Y SU INCIDENCIA EN LA SALUD
PREVENTIVA."**

AUTOR: RODRIGO ISRAEL CASTRO GUAMANQUISPE.

DIRECTORA: Dra. ELSA TOAPANTA.

QUITO - ECUADOR

2015

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Certifico:

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Grado presentado por el señor: **RODRIGO ISRAEL CASTRO GUAMANQUISPE**, para optar el Grado Académico de Licenciado en Ciencias de la Educación Mención: **ECOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE**, cuyo título es: **“USO DE LAS PLANTAS QUE SE CULTIVAN EN PASTAZA Y SU INCIDENCIA EN LA SALUD”**

Considero que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Jurado examinador que se designe.

Quito,.....

.....

Tutora: Dra. Elsa Toapanta.

AUTORÍA

Yo: Rodrigo Israel Castro Guamanquispe estudiante de la carrera de Ciencias de la Educación, mención: Ecología y Medio Ambiente. Declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mi autoría, que no ha sido presentado en ningún grado, ni ha tenido calificación alguna, por lo tanto no es plagio la información que se presenta en mi trabajo.

Dejo constancia y bajo mi responsabilidad que este es un trabajo auténtico.

Autor.

Rodrigo Israel Castro Guamanquispe

C.I. 1600414096

DEDICATORIA

Dedico este trabajo investigativo a mi familia, especialmente a mis tres hijos que por ellos fue el desesperado esfuerzo aquí aplicado, y a la Universidad Tecnológica Equinoccial que gracias a la misma he obtenido el título de licenciado en ciencias de la educación en la Mención de Ecología y Medio Ambiente.

AGRADECIMIENTO

Tengo a bien ofrendar mi gratitud a Dios, por dejarme llevar a cabo este trabajo investigativo, brindándome muchas cosas entre ellas una bonita vida natural en donde investigar, también le doy gracias por no dejarme desmayar en momentos difíciles que se me presentaron para realizar esta investigación también doy gracias a mi tutora guía de tesis Dra. Elsa Toapanta y a mis lectores, que me encaminaron en la realización del trabajo aquí presente, también a la Universidad Tecnológica Equinoccial que me hace merecedor de mi título y por último agradezco a mi familia que me apresuraron a la adquisición de mi título.

Contenido.	pág.
Portada	
Certificación del tutor.....	i
Autoría.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice de contenidos.....	v
Índice de tablas.....	viii
Índice de figuras.....	x
Resumen ejecutivo.....	xii

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Introduction.....	1
1.1 Planteamiento del Problema.....	3
1.2 Formulación del problema.....	4
1.3 Preguntas directrices.....	4
1.4 Alcance del problema.....	4
1.5 Objetivos.....	4
1.5.1 Objetivo general.....	4
1.5.2 Objetivos Específicos.....	4
1.6 Justificación.....	5

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 DEFINICIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES.....	7
2.1.1 Importancia del cultivo de las plantas medicinales.....	7
2.1.2 Como hacer un huerto de plantas medicinales.....	8
2.1.2.1 Diseños de huertos.....	8
2.1.2.2 Riegos, Cultivos y abono de huertos caseros.....	9
2.1.3 Plantas Medicinales, Propiedades y efectos terapéuticos.....	10
2.1.4 Empleo y preparación de las plantas medicinales.....	12
2.1.4.1 Colección de plantas.....	13
2.1.4.2 Secado.....	13
2.1.4.3 Conservación.....	13
2.1.4.4 Preparación.....	13
2.1.4.5 Aplicación.....	14
2.1.5 Dosis general para la administración de plantas medicinales...	15
2.2 LA SALUD.....	16
2.2.1 Definición de salud.....	16
2.2.2 Enfermedad.....	16
2.2.3 Beneficios de la medicina natural en la salud.....	16
2.2.4 Programa de mantenimiento de salud.....	17

2.3	Marco Institucional.....	20
2.3.1	Tipo de institución o lugar.....	20
2.3.2	Oferta educativa.....	20
2.3.3	Visión.....	20
2.3.4	Misión.....	20
2.3.5	Valores.....	20
2.4	Marco legal.....	21
2.4.1	Según la constitución política del Ecuador 2008.....	21
2.4.2	Ley de medicinas tradicionales.....	24
2.5	Hipótesis.....	25
2.6	Variables.....	25
2.6.1	Variable independiente.....	25
2.6.2	Variable dependiente.....	25
2.7	Operalización de variables.....	26

CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

3.1	Tipo de investigación.....	27
3.1.1	Descriptiva.....	27
3.1.2	Explorativa.....	27
3.1.3.	Asociación de variables.....	27
3.2	Métodos de Investigación.....	27
3.2.1	Método inductivo.....	28
3.2.2	Método deductivo.....	28
3.3	Población y Muestra.....	28
3.4	Técnicas e instrumentos de recolección de Datos.....	29
3.4.1	La encuesta.....	29
3.4.2	La observación.....	29
3.4.3	La entrevista.....	29

CAPÍTULO IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

4.1	Presentación de resultados	30
4.1.1	Presentación de resultados de las encuestas.....	30
4.1.1.1	Encuesta aplicada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.....	30

CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1	Conclusiones.....	61
5.2	Recomendaciones.....	63

CAPÍTULO VI PROPUESTA

6.1	Tema.....	64
6.2	Título de la propuesta	64
6.3	Objetivos.....	65
6.3.1	Objetivo General.....	65
6.3.2	Objetivos específicos.....	65
6.4	Población objeto.....	65
6.5	Localización.....	66
6.6	Listado de contenidos temáticos.....	68
6.7	Anexos.....	87
6.7	Bibliografía.	

INDICE DE TABLAS

Contenido	Pág.
Tabla 2.7 Operacionalización de variables.....	26
Tabla 3.3 Población y muestra.....	28
Tabla 4.1 Conocimiento sobre plantas medicinales.....	30
Tabla 4.2 Frecuencia en la utilización de plantas medicinales....	31
Tabla 4.3 Cree que Fuera bueno tener cultivos caseros.....	32
Tabla 4.4 Alguna vez ha cultivado o sembrado plantas.....	33
Tabla 4.5 Elija la mejor alternativa.....	34
Tabla 4.6 Conoce el significado de: Cuidar la salud.....	35
Tabla 4.7Cuál de las siguientes medicinas considera mejor.....	36
Tabla 4.8 Que medicina utiliza más.....	37
Tabla 4.9 Le gustaría un huerto pequeño en su hogar.....	38
Tabla 4.10 Asistencia a pequeño taller sobre medicina natural.....	39
Tabla 4.11 Apoyo de conocimiento sobre plantas medicinales.....	40
Tabla 4.12 Conocimiento de la frecuencia de la utilización de plantas medicinales en el sector.....	41
Tabla 4.13 Usted aconsejaría el uso de las plantas medicinales...	42
Tabla 4.14 Esta de acuerdo con el cultivo de plantas medicinales..	43
Tabla 4.15 Considera que la medicina alternativa es una buena opción para la salud.....	44
Tabla 4.16 De qué manera propicia usted el cuidado de la salud de los moradores del barrio.....	45
Tabla 4.17 Al realizar talleres de salud dentro del Barrio con qué clase de medicina trabajaría mayormente.....	46
Tabla 4.18 Realización de campañas sobre salud natural o científica.....	47
Tabla 4.19 Considera buena la utilización de la medicina natural...	48
Tabla 4.20 Apoyo a temas sobre el consumo y beneficios de las plantas medicinales.....	49

INDICE DE FIGURAS

Contenido	Pág.
Fig. 2.1.2.1 Huerto en espiral	8
Fig. 2.1.4.2 Huerto en recipiente	9
Fig.2.1.4.3 Huerto en macetas	9
Fig. 2.1.5 Dosis para la administración de plantas medicinales	15
Fig. 4.1 Conocimiento sobre plantas medicinales.....	30
Fig. 4.2 Frecuencia en la utilización de plantas medicinales.....	31
Fig. 4.3 Cree que Fuera bueno tener cultivos caseros.....	32
Fig. 4.4 Alguna vez ha cultivado o sembrado plantas.....	33
Fig. 4.5 Elija la mejor alternativa.....	34
Fig. 4.6 Conoce el significado de: Cuidar la salud.....	35
Fig. 4.7 Cuál de las siguientes medicinas considera mejor.....	36
Fig. 4.8 Que medicina utiliza más.....	37
Fig. 4.9 Le gustaría un huerto pequeño en su hogar.....	38
Fig. 4.10 Asistencia a pequeño taller sobre medicina natural	39
Fig. 4.11 Apoyo de conocimiento sobre plantas medicinales.....	40
Fig. 4.12 Conocimiento de la frecuencia de la utilización de plantas medicinales en el sector.....	41
Fig. 4.13 Usted aconsejaría el uso de las plantas medicinales....	42
Fig. 4.14 Ha respaldado la siembra de plantas medicinales.....	43
Fig. 4.15 Considera que la medicina alternativa es una buena opción para la salud.....	44
Fig. 4.16 De qué manera propicia usted el cuidado de la salud de los moradores del barrio.....	45
Fig. 4.17 Apoyaría charlas para crear pequeños cultivos de plantas medicinales.....	46
Fig. 4.18 Realización de campañas sobre salud natural o científica.....	47
Fig. 4.19 Considera buena la utilización de la medicina natural...	48
Fig. 4.20 Apoyo a temas sobre el consumo y beneficios de las	

	plantas medicinales.....	49
Fig. 4.1.2.1	Entrevista a experto de la zona en medicina natural...	50
Fig. 4.1.2.2	Entrevista dirigida a Sra. vecina del sector.....	55
Fig. 4.1.2.3	Entrevista dirigida a Sr. Vecino del sector.....	58
Fig. 6.1	Portada Manual.....	64
Fig. 6.2	Gobernación Pastaza.....	66
Fig. 6.3	Gobernación Pastaza.....	66
Fig. 6.4	Mapas del ecuador.....	66
Fig. 6.5	Pastaza eruditos.....	66
Fig. 6.6	Puyo vive Pastaza.....	66
Fig. 6.7	Parque central de Puyo.....	66
Fig. 6.8	Sector Los Ángeles.....	67
Fig. 6.9	Sector Los Ángeles.....	67
Fig. 6.1.2	Como preparar la tierra ideal para tus cultivos en casa..	71
Fig. 6.1.2	Ventajas de tener cultivos caseros.....	72
Fig. 6.1.4	Ventajas del utilizar la medicina alternativa o natural.....	73
Fig. 6.2.2	Plantas medicinales más conocidas de Puyo.....	77

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL

SISTEMA DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

“USO DE LAS PLANTAS QUE SE CULTIVAN EN PASTAZA Y SU INCIDENCIA EN LA SALUD”

Autor: Rodrigo Israel Castro Guamanquispe

Tutor: Dra. Elsa Toapanta.

Fecha: Quito 2015

RESUMEN

Desde hace algunos años, la utilización de las plantas medicinales ha sido objeto de renovado interés. Durante milenios, las plantas fueron el principal remedio para las dolencias de la humanidad, y llegó el momento en que los médicos de antaño ya no se limitaron al empleo de plantas tal como se encontraban en la naturaleza y, para administrarlas a los pacientes en forma más eficaz, se procedió a la extracción de sus principios terapéuticos. Las plantas medicinales son un recurso natural que se puede utilizar como botiquín prácticamente en todos los hogares y escuelas, para tratar pequeños trastornos de salud que pueden sorprender más de una vez, en niños y adultos los mismos pueden sanar desde una quemadura, pasando por una indigestión, hasta un dolor de cabeza, dolencias o accidentes domésticos que se pueden aliviar si tenemos a mano una variedad de plantas medicinales que se pueda utilizar como remedio casero, cicatrizante, analgésico, entre otros. En vista de ello, En este proyecto de investigación se estudia “Importancia del cultivo de plantas medicinales –y su incidencia en la salud. “Este trabajo investigativo fue planteado en el barrio vía unión base entrada al barrio los ángeles, para comprobar la frecuencia del uso de las plantas medicinales como medicina alternativa, por ello se realizó una pequeña encuesta a los moradores del sector afirmando que todavía existen medicaciones muy antiguas y que su uso se trasmite por medio de generaciones, pero que todavía no se han revelado todos sus secretos. Según testimonios dando resultados a esta encuesta afirman que las plantas curativas pueden actuar en una variedad de formas. Muchas por ejemplo ejercen una actividad sedante. Un gran número actúa sobre el sistema nervioso, otras una actividad neuromuscular o muscular, inclusive se ha confirmado que la utilización de algunas de las plantas medicinales estudiadas aquí curan distintos tipos de dolores, por tal importancia del tema es expuesto este trabajo investigativo.

DESCRIPTORES: Cultivo de las plantas medicinales, salud.

INTRODUCCIÓN

Las plantas medicinales son un recurso natural que se puede utilizar como botiquín prácticamente en todos los hogares y escuelas, para tratar pequeños trastornos de una buena salud que pueden sorprender más de una vez, en niños y adultos los mismos pueden sanar desde una quemadura, una indigestión, un dolor de cabeza, dolencias o accidentes domésticos que se pueden aliviar si tenemos a mano una variedad de plantas medicinales que se pueda utilizar como remedio casero, cicatrizante, analgésico, entre otros. Debido a una de las riquezas, como la medicina natural que nos brinda la naturaleza, y como una solución económica, práctica y rápida para los pobladores de este sector, nace la inquietud de explorar el sector y elaborar este trabajo investigativo, concluyendo que este sector ofrece una serie de hierbas que cuentan con interesantes propiedades curativas y que pueden resultar muy útiles para enfrentarse a buena parte de estas dolencias, pero que por la falta de conocimiento se va perdiendo este método de medicina alternativa, dando como consecuencia muertes en nuestras comunidades indígenas o lugares lejanos a un pueblo o centro de salud y lo peor de todo es que por desconocimiento de la medicina alternativa han sido muertes causadas por enfermedades posibles de curar con la misma medicina alternativa.

Aun cuando desde tiempos ancestrales, el hombre ha tomado de la naturaleza su sustento y protección, llegando a usarla también como elemento curativo, considerándose su uso en una primera etapa un proceso rudimentario, luego, con la evolución social del hombre, los avances científicos – tecnológicos lo llevaron a usar más la medicina en base a químicos que la natural.

Hoy en día se ha dado un despertar de aquella área de la medicina que estuvo sumida en la oscuridad, resurgiendo el estudio del mundo natural que lo rodea en las dos últimas décadas, pero que en este sector de Pastaza no se lo fomenta dejando de esta manera al desconocimiento todas las virtudes y beneficios que las plantas medicinales puedan ofrecer.

Es tan avanzado todo ese proceso de adquisición de medicinas de la naturaleza que existen laboratorios especializados que han creado líneas completas de estos medicamentos para diversas enfermedades. Y que fuera bueno que en nuestro país se dé por hecho el cultivo de las plantas medicinales para beneficios curativos, y por ende para el sometimiento de la salud de los seres humanos.

El siguiente proyecto estará estructurado en seis capítulos. En el capítulo I: trata de todo lo referente a la delimitación del problema consta del planteamiento del problema, formulación del problema, preguntas directrices, objetivo general, objetivos específicos y justificación. El capítulo II: marco teórico se desarrolla el marco institucional, fundamentación legal, hipótesis, variable y paralización de variables. En el capítulo III: metodología de la investigación se plantea el tipo y método de la investigación, población y muestra, métodos, técnicas instrumentos de recolección de datos. En el capítulo IV se realiza el análisis e interpretación de resultados y se verifica la hipótesis. El capítulo V: conclusiones y recomendaciones. En el capítulo VI la propuesta, en el cual se indica el tema, objetivos, población, objeto, localización, lista de contenidos temáticos y desarrollo de la propuesta y por último se detalla bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1. Temas.

Importancia del cultivo de las plantas medicinales y su incidencia en la salud.

1.1 Planteamiento del Problema

El cultivo de las plantas es un proceso en el cual se expresa dedicación de los seres humanos, en el cultivo de suelo, en la elaboración de semillas, es importante la relación que existe entre el ser humano y el cultivo de las plantas. Las personas que se brindan al cultivo de las plantas medicinales deben tener cualidades, para utilizar las herramientas y determinar el tipo de suelo para a cultivar por lo que es importante el conocimiento sobre el tema. Los moradores del barrio Los Ángeles deben estar conscientes de la importancia de cultivar plantas medicinales para de esta forma tener una buena salud y conservar un modus vivendi para un buen vivir en la comunidad. Los moradores todavía no están conscientes de la importancia de las plantas medicinales, las autoridades del cantón no le han dado ninguna importancia al cultivo de las plantas medicinales para una salud digna del cultivo de los mismos. No existe una buena relación entre moradores y autoridades para que el tema en mención tenga la importancia del caso. Existen terrenos que no tienen ningún cultivo, es necesario concienciar a los moradores para que siembren y dar productividad a los mismos. Los moradores tienen un bajo nivel cultural, Prefieren hacer otro tipo de actividades, abandonando las tierras sin existir producción alguna ni un aspecto comercial ni en el aspecto de salud. Al no existir alguna solución sobre este problema no puede haber una salud adecuada para los moradores por lo que es necesario mejorar el cultivo de las tierras para que los moradores tengan mejor vida. Como propuesta de solución he considerado crear una guía para mejorar el cultivo de las plantas medicinales y por ende la salud de los moradores.

1.2 Formulación del problema

¿Los moradores del barrio Los Ángeles como ven el valor de las plantas medicinales?

1.3 Pregunta directrices

¿Cuáles son plantas medicinales?

¿Cuáles son los beneficios tienen las plantas medicinales?

¿Cuáles son los pasos para cultivar la tierra?

¿Cómo incide el cultivo de las plantas medicinales en los moradores del sector?

¿Cuál es la importancia de la salud en los seres humanos?

¿Cómo se deben usar las plantas medicinales para beneficio a nuestra salud?

¿Qué factores influyen para tener una buena salud?

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Determinar la importancia del uso de las plantas medicinales, en la prevención de la salud de los habitantes del Barrio los Ángeles.

1.4.2 Objetivos Específicos

- ✓ Determinar que saben sobre plantas medicinales los pobladores del Barrio los Ángeles de la Ciudad de Puyo.
- ✓ Identificar el uso de las plantas medicinales en la prevención de la salud de los habitantes del Barrio los Ángeles de la Ciudad de Puyo, Cantón y Provincia de Pastaza.
- ✓ Conocer si los habitantes realizan el cultivo de plantas medicinales en el Barrio los Ángeles de la Ciudad de Puyo, de la Provincia de Pastaza.

1.5 Justificación e Importancia

Los seres humanos en el transcurso de su historia se han interesado de los beneficios de las plantas medicinales por sus diferentes efectos ya sean estos medicinales, condimentos, calmantes, estimulantes entre otros es lo que da a entender el libro consultado. Escribiendo que a lo largo de la historia la humanidad se ha valido siempre de las propiedades curativas de las plantas. Achaques, dolencias, afecciones y trastornos de todo tipo han sido curado gracias a sus propiedades medicinales preguntándonos el ¿Por qué se abandonó su uso terapéutico, dándonos a entender que en esta edad moderna la misma medicina natural alcanzo un desarrollo alto en la elaboración artificial de las mismas. Priorizamos este problema existente en el Ecuador donde se notó la falta campañas educativas sobre el manejo de suelos y cultivo de las plantas medicinales de parte de los gobiernos de turno. Es muy importante el rescate de la cultura popular Ecuatoriana que han dejado las antiguas sociedades que ante los escasos avances tecnológicos supo cómo utilizar los recursos que la naturaleza les brindó para crear sus propios remedios para diversos males y padecimientos.

Esta investigación se llevará a cabo porque la misma es útil ya que uno se va a dar cuenta que no existe un conocimiento amplio del uso de las plantas medicinales, para el cuidado de la salud de los moradores del sector. El uso de las mismas ha ido perdiendo importancia en la actualidad y de esta forma se desaprovechan muchos de sus beneficios y atributos para el cuidado de salud.

El aporte de este trabajo investigativo fue muy importante ya que se investigó muchos de los principios activos de las plantas las cuales se utilizaran para elaborar medicina alternativa brindando información acerca de las propiedades y bondades de diversas plantas medicinales. El justificativo de esta investigación va ser, dar a conocer un método de prevención en la salud de aquellas personas que desconocen cómo tratarse con remedios caseros hechos a base de plantas medicinales, o bien, utilizarlos como complemento

junto con algún medicamento que consumen y obtener así mayores beneficios, esto, siempre bajo la supervisión médica, presentándose también como una alternativa económica y práctica para aliviar diversos males y padecimientos físicos, por lo tanto se obtendrán grandes beneficios a un bajo costo .Este proyecto no solo pretende mostrar el uso de las plantas medicinales sino descubrir más propiedades curativas o beneficios que se puedan obtener a partir de las mismas.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 DEFINICIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES.

Son ciertos tipos de plantas que también son conocidas como medicina natural, que ha tenido un papel relevante a lo largo de la historia, a pesar que por el paso del tiempo ha sufrido un freno en su desarrollo debido al avance que se ha dado con la ciencia médica durante siglo, puesto que las nuevas tecnologías que han facilitado la investigación en la ciencia química por ello como resultados son los numerosos descubrimientos que se han dado en este tiempo. Todo ello ha contribuido a beneficiar a la sociedad. Aunque nada puede ganar a lo natural y también debemos recalcar que no debemos olvidar la herencia que nos ha legado la medicina natural. Medicina natural ediciones (Ediciones- NAUTA S.A, 1992 Pg.: 9)

2.1.1 Importancia del cultivo de las plantas medicinales.

Como conclusión personal en base del estudio para la investigación realizada y basándome también en experiencias propias como el tomar un té de manzanilla con valeriana para calmar los nervios o tomar el té de orégano para calmar el dolor de estómago, cabe la importancia de analizar a la comunidad China que todavía se cura con medicina tradicional y que debido a la precaria situación económica y sanitaria que atravesó este país a finales de la segunda guerra mundial se inclinaron aún más a la medicina natural o tradicional y de hecho con el transcurso del tiempo han empleado las plantas medicinales en un proceso industrial, acción que se la puede incentivar en nuestro país, perfeccionándonos con el tiempo, produciendo fuente de trabajo y mejora económica ofreciendo productos de identidad y de pureza. (Fundación Salud y Naturaleza(S.N.)SO-2/2007 Pg. 17)

2.1.2 Como hacer un huerto de plantas medicinales.

En este tema se dice que no es necesario invertir mucho para cultivar distintas especies de plantas con propiedades benéficas. Que inclusive se las puede cultivar en macetas. Algunos de los beneficios de tener estos cultivos son:

- Por lo general las plantas naturales son de estatura pequeña por lo cual se necesita de poco espacio.
- Son una fuente viva de aromas y sabores y una farmacia natural.
- Un gran número de estas plantas son duraderas si se las cultiva de manera orgánica.
- Son ornamentales.
- Estas plantas son buenas compañeras en los cultivos ya que algunas ejercen control biológico de plagas y repelen insectos.

2.1.2.1 Diseños de huertos

Para la creación del huerto hay que pensar en las condiciones y recursos del lugar donde se va a realizar el huerto. Por ejemplo las plantas de uso culinario por lo recomendable, es tenerlas cerca de las cocinas por su fácil acceso a ellas, las plantas que se necesitan mayor cuidado como las plantas anuales (perejil apio u otras.) se las colocan en los bordes de senderos o caminos, para un huerto que tengan plantas aromáticas y medicinales se lo puede diseñar de forma espiral, ya que queda muy bien sobre todo en espacios pequeños, también hay huertos o jardines en macetas.



Figura 2.1.2.1: Huerto en espiral ecocosas.com

-Los huertos en contenedores como las macetas o tubos verticales, neumáticos viejos, cajas y cualquier otro tipo de recipiente, son muy empleados en los lugares que disponen de poco espacio o no poseen patio con piso de tierra para sembrar.



Figura 2.1.2.2: Huerto en recipiente ecocosas.com



Figura 2.1.2.3: Huerto en macetas ecocosas.com

2.1.2.2 Riegos, Cultivos y abono de huertos caseros. La mayoría de las plantas medicinales son orgánicas de un clima mediterráneo por lo cual necesitan más agua para vivir, excepto la menta, el perejil que necesitan más humedad. Cuando se cultiva en maceta es necesario colocar en el fondo de la maceta trozos de cerámica para lograr un mayor drenaje y es recomendable regarlas en las primeras horas de la mañana ya que son plantas que dependen mucho de las condiciones climáticas por eso para su riego es muy importante la observación de la humedad de la tierra de las plantas. Con respecto al cultivo y abono necesitan poco abono, para que no pierdan su sabor y aroma, es aconsejable fertilizar una vez al año y si se abona en invierno es aconsejable utilizar abono orgánico y en otoño o primavera se debe utilizar fertilizante mineral. En macetas, se renueva la superficie de la tierra 3 o 4cm. Cada tanto y para limpiar las hierbas malas. Para las huertas

en piso de tierra conviene labrar la tierra mínimo 2 veces al año, para airear la tierra.¹Raul Mannise 10/04/2012.

2.1.3 Plantas Medicinales, Propiedades y efectos terapéuticos.

Toda planta es compleja ya que está formada por muchos componentes puesto que es un tejido, además que una planta siempre tiene un beneficio o una utilidad porque también tiene principios químicos, claro que no son procesados en laboratorios pero tienen tanta influencia en el cuerpo humano que por ello es necesario saber lo que ingiere, puesto que indirectamente puede no tratarse alguna enfermedad sin saber por ejemplo tomando un té de manzanilla para el frío se cura el estrés y cólicos estomacales, así como este ejemplo hay muchos otros. El libro consultado nos dice:

Toda planta es una complejidad de reacciones químicas. Contiene principios químicos, que tendrán ciertos efectos terapéuticos en el organismo que los emplea y son los siguientes:

- **Adelgazantes:** Favorecen la eliminación de grasa del organismo. Ejemplos: Cascara de manzana, barbas de choclo, el ajo entre otros.
- **Afrodisiacos:** Estimulan el deseo sexual, Ejemplos: El ginseng, menta, la alfalfa, el berro etc.
- **Alcaloides:** Es un grupo heterogéneo de sustancias básicas nitrogenadas fisiológicamente activas. Son los constituyentes más importantes de las plantas.
- **Antiafrodisiacos:** Son aquellas plantas que inhiben el apetito sexual. Ejemplo: el sauce.
- **Anticoagulantes:** Para evitar la formación de coágulos causantes de embolias en la sangre. Ejemplo: La cebolla.

¹ <http://ecocosas.com/agroecologia/huerto-aromaticas-medicinales/> por Raul Mannise • 10/04/2012. (s.f.).

- Antidiabéticos: Son aquellas plantas que estimulan la secreción de la insulina por el páncreas, disminuyendo el exceso de glucosa (azúcar) en la sangre. Ejemplos: Nogal, salvia, cebolla, judías verdes.
- Antidiarreicos: Disminuyen el número de evacuaciones intestinales. Ejemplo: El rosal silvestre, salvia, agua de arroz hervido, café de cereales y membrillo.
- Antiinflamatorio: Reducen y curan los procesos inflamatorios. Ejemplos: Hinojo, menta, tomillo, salvia.
- Aperitivo: Los principios activos de estos vegetales estimulan el apetito. Ejemplos: Apio, comino, grama, perejil, trébol, acuático, ajeno, ajo, artemisa, salvia, diente de león.
- Béquicos (antitusígeno): Alivian la tos. Ejemplos: Consuelda, abeto, orégano entre varios.
- Cefálicos: Alivian y curan el dolor de cabeza. Ejemplo: melisa o toronjil.
- Depurativos: Eliminan las impurezas de la sangre y las sustancias tóxicas de nuestro organismos. Se emplean en todas las plantas diuréticas y sudoríficas: Ejemplo: Helecho, lechuga, abeto, agracejo, ajeno, diente de león, manzanilla, ortiga blanca, pino
- Digestivos: Facilitan y estimulan la digestión Ejemplos: Romero, anís hierba luisa, menta, manzanilla, orégano, cebolla, zarzaparrilla, sábila.
- Diuréticos: Favorecen la secreción urinaria. Ejemplo: Apio, cerezo, habas, perejil, boldo, hinojo, maíz, ortiga blanca, cebolla, pino, romero silvestre.
- Purgantes: Provocan las evacuaciones drásticas de los excrementos intestinales. Ejemplos: Sábila, sauco. zeng
- Expectorantes, Facilitan la expulsión de las mucosidades formadas en los bronquios y las vías respiratorias. Ejemplo: Anís, eucalipto, hinojo, malva, orégano, pino.
- Hipotensores: Aumentan la presión arterial. Ejemplo. Guizeng, levadura de cerveza.
- Laxantes: Favorece la expulsión de las materias fecales Ejemplos: Lino, olivo, tamarindo.

- Odontálgicos: Alivian el dolor de muelas y dientes. Ejemplos: Orégano, clavo de olor.
- Reconstituyentes: Actúan como reconstituyentes, reparando las fuerzas del organismo en periodo de convalecencia. Tenemos dentro de estos a los siguientes alimentos: Trigo, avena, arroz, papa, maicena, harina de plátano también a los frutos secos tales como: almendras nueces, higos.
- Refrescantes: Disminuyen el calor en el cuerpo y calman la sed: el limón, naranja, tamarindo, piña.
- Vitamínico: Por contener los principios activos llamados vitaminas mayormente los encontramos en las frutas y verduras.

Vulnerarias: Favorecen la cicatrización de las heridas y llagas. Ejemplos: Salvia, tilo, sábila. Guía moderna de medicina natural (ASDIMOR S.A. 2002 Pg.13 – 16)

2.1.4 Empleo y preparación de las plantas medicinales.

El cuerpo del ser humano necesita ser cuidado constantemente por ello la humanidad cada día debería darse cuenta que del cuidado y funcionamiento de su organismo depende su calidad de vida puesto que un cuerpo enfermo refleja una actitud negativa y enferma, esta fuente bibliográfica nos enseña que las plantas medicinales nos brindan secretos no solo para enfermedades ya que también se las emplea para embellecer, energizar y mantener vigoroso el cuerpo humano. En las plantas podemos encontrar los secretos que embellecen, calman y alivian el cuerpo del ser humano. Necesitamos recogerlas en el momento preciso, secarlas a la sombra, conservarlas en lugares apropiados, dosificarlas y administrarlas para cada enfermedad. Tanto las cosas del cielo como las de la tierra declaran que la ley de la vida es una ley de servicio... las aves del cielo, las bestias del campo, los árboles del bosque, las hojas, el pasto y las flores, el sol en los cielos y las estrellas de luz, todos tienen su ministerio. Enfatizando la ley del servicio en el maravilloso mundo de las plantas, dispongámonos a recibir los beneficios que ellas

prodigan, conociéndolas desde cómo se coleccionan, secan, conservan y preparan.

2.1.4.1 Colección de plantas

Se llama así (Colección de plantas) cuando a los tallos y las raíces se cortan antes de la florificación. Las flores y las hojas durante la florificación de la planta y las semillas cuando estén secas. Para no confundir lo que ha coleccionado, etiquetar.

2.1.4.2 Secado

Todas las plantas se deben secar a la sombra. Si la rama es muy grande se corta en pedazos; si las raíces o tallos son muy gruesos se partirán y cortaran en pedacitos, evitando siempre la exposición a los rayos solares, porque estos rayos solares quitan todas las propiedades curativas que nos interesan.

2.1.4.3 Conservación

Después del secado se guarda en envases de cierre perfecto, ya sean de metal, cristal, cartón o de madera. De no tener lo mencionado, se busca el rincón más seco de la casa y con poca ventilación, hay que tener en cuenta que la humedad y los parásitos se constituyen en los enemigos de las plantas.

2.1.4.4 Preparación

La preparación de esta medicina alternativa requiere de muchos cuidados y esfuerzos, porque hay que considerar varios aspectos:

a.-Las raíces, cortezas y troncos requieren más tiempo para su cocción que las flores, hojas y gajos tiernos; por eso no deben ser preparadas en el mismo tiempo y en el mismo recipiente pues la parte más interna quedarán demasiado cocidas.

b.- La cantidad de la planta a usar son determinadas para la cantidad de agua a emplear.

C.- Las plantas preparadas no deben ser guardadas en recipientes metálicos, ni tampoco esperar su fermentación.

2.1.4.5 Aplicación.

Lo que respecta a las aplicaciones encontramos lo que son las inhalaciones, que consisten en introducir por las vías respiratorias los vapores de las plantas medicinales, también encontramos lo que son los gargarismos y enjuagues buenísimos para lo que es garganta, la preparación se la mantiene en la garganta haciendo gorgoteo. No debe ser ingerido y se debe repetir por varias ocasiones. También encontramos lo que son baños efectuados con plantas medicinales que ejercen en el organismo efectos aromáticos, terapéuticos, estimulantes, sedantes y estimulantes. Lo que son cataplasmas comúnmente se aplican cataplasmas frías o según los casos, calientes para dolores, contusiones, hinchazones, inflamaciones, abscesos, reumatismo, gota y problemas respiratorios, para estos cataplasmas también se utiliza a las plantas machacadas, frescas calientes o frías recubiertas por vendas, las cataplasmas tienen por lo general un efecto muy característico para descongestionar. (ASDIMOR S.A. 2002 Pg.22 – 24)

2.1.5 Dosis general para la administración de las plantas medicinales

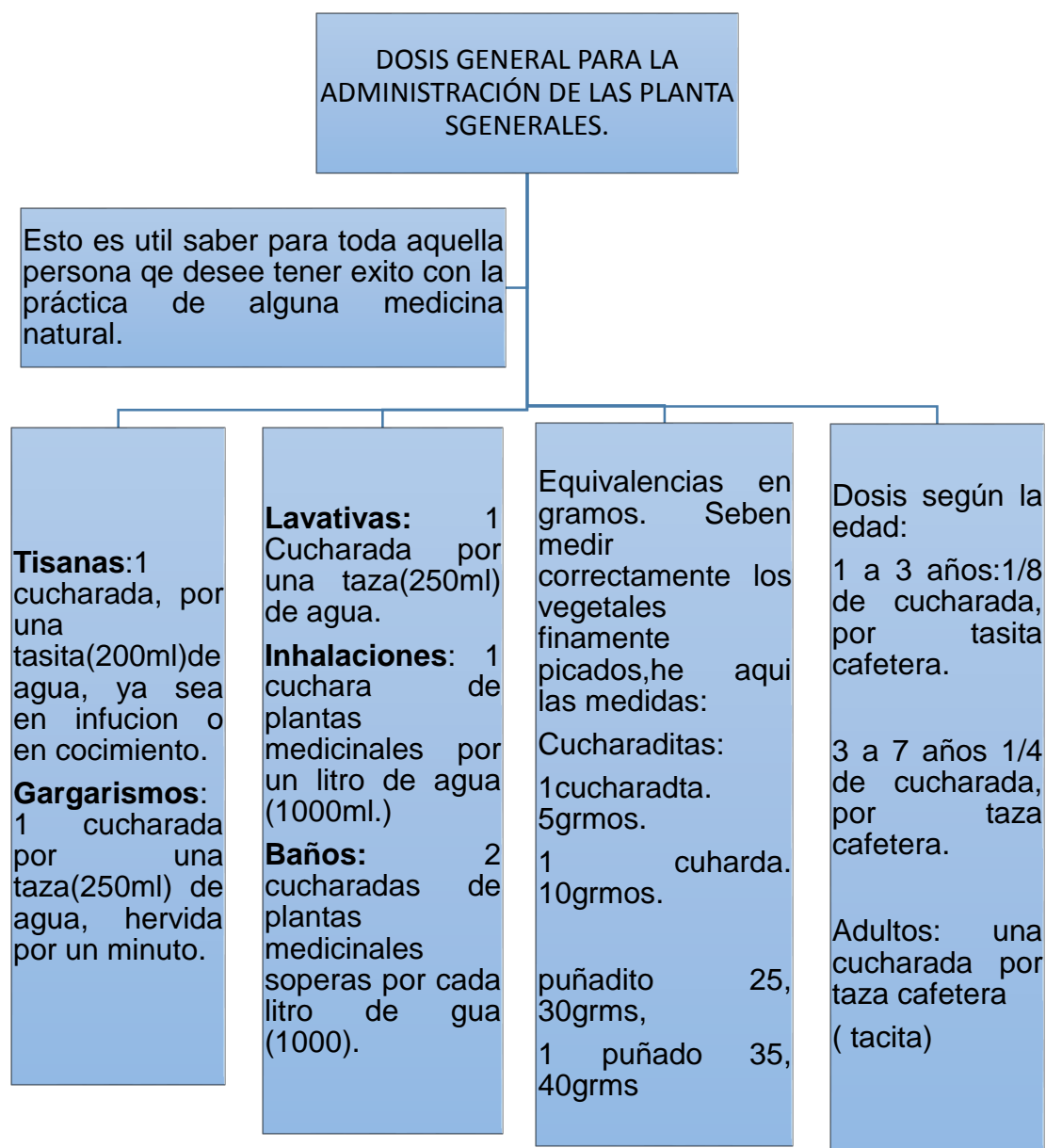


Fig.2.1.5 Fuente: Israel Castro

(ASDIMOR S.A. 2002 Pg.27)

2.2 LA SALUD.

2.2.1 Definición de salud

De la consulta se destaca que la OMS tiene un concepto concreto sobre la salud: Que dice que es el estado completo de bienestar físico y social que tiene una persona esta definición es el resultado de una evolución de estudios ya que antes salud era la ausencia de enfermedades biológicas, ya que la salud también tiene que ver con el medio ambiente que rodea a una persona.

² <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/>

2.2.2 Enfermedad.

La enfermedad es considerada como cualquier estado donde haya un deterioro de la salud del organismo humano. Todas las enfermedades implican un debilitamiento del sistema natural del organismo, gracias a los avances y estudios casi siempre se puede explicar una enfermedad en términos de procesos médicos, existen 2 tipos de enfermedades las subjetivas que es el malestar (Sentirte mal con diferente intensidad) y la objetiva que es la que afecta la capacidad de funcionar de cualquier parte del cuerpo.

³ sanitas.es/sanitas/seguros/es

2.2.3 Beneficios de la medicina natural en la salud.

Según lo consultado, se nos da a conocer que la Organización Mundial de la Salud, no solo reconoce cuán dispensables son las terapias tradicionales y su reconocimiento mundial, ya que ha creado una oficina de medicinas tradicionales, tomando en cuenta que estas oficinas están poco reglamentadas, en términos generales en todos los países cuales cuentan con

² <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/#ixzz3ieCZece6>

³ <http://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/prevencion-salud/san041833wr.html?pid=bmbiblio>

estas oficinas por ello la O.M.S. (organización Mundial de la Salud)ha publicado una serie de reglas destinadas a las autoridades sanitarias de diferentes estados, basadas en pruebas y experiencias realizadas en un centenar de países durante el año 2004, con el fin de preparar información fiable y adaptable a temas específicos relativos al uso de las plantas medicinales o medicina alternativa, ya que llegaron también a la conclusión que las personas que viven en países desarrollados recurren a diversos tipos de remedios naturales porque consideran que lo natural es más inofensivo para el cuerpo aparte que es más económico.(Fundación Salud y Naturaleza(S.N.)SO-2/2007 Pg. 15)

2.2.4 Programa de mantenimiento de salud.

1.-Hacer Respiraciones.

Según la consulta no hay mejor momento para realizar respiraciones profundas que al momento de levantarse. Ya que durante la noche los movimientos respiratorios son superficiales y las secreciones tienden a acumularse en las vías respiratorias.

2.-Beber agua y tomar una ducha.

Después de realizar las respiraciones lo más recomendable es empezar el día con uno o dos vasos de agua hidratando el cuerpo, limpiando el estómago y favoreciendo a la depuración de la sangre después de la noche de reposo.

Recordando que estos son solo los dos primeros vasos de agua que se le debe dar al cuerpo ya que mínimo son 6 vasos de agua al día principalmente antes de las comidas. Y de igual forma el cuerpo necesita sentir el agua por fuera no solo por aseo.

3.-Tomar el sol.

Todos los días es necesario exponer el cuerpo al sol durante un cierto tiempo y a una determinada hora ya que favorece la síntesis de vitamina D en la piel, necesaria para absorber el calcio y tener los huesos fuertes, además estimula la producción de sangre y combate la depresión.

4.- Alimentarse adecuadamente.

Por lo que nuestro cuerpo necesita cada día de sustancias químicas llamadas nutrientes tanto niños como adultos.

Y está conformado por un desayuno saludable basado en frutas, cereales, leche, queso, soya y avena. Un buen almuerzo compuesto por ensaladas, legumbres papas, carne vegetal, hortalizas y una porción de fruta. Y una merienda saludable para los adultos es opcional pero lo más aconsejable es algo ligero.

5.- Ejercicio Físico.

Lo recomendable es destinar mínimo media hora diaria para ejercitar el cuerpo.

6.-Auto Control.

Se refiere al controlar nuestro apetito y educarnos a comer cosas saludables entre comidas o cada que queramos comer algún aperitivo.

7.- Confianza.

Todo ser humano necesita tener confianza para aprender a vivir de una forma saludable, y saber que puede hacer todo lo que se proponga en la vida.

8.- Reposo.

El cuerpo necesita mínimo de 6 + a 8 horas para descansar y reponer todas las energías necesarias para ejercer otro buen día.

9.-Higiene corporal, justa.

Tomar al menos una ducha diaria, con un buen jabón y shampoo, evitando contribuir con la contaminación ambiental. No hay que usar jabón más de una vez al día ya que su exceso puede provocar resequedad e irritaciones. Hay que mantener constantemente limpias las áreas de: cara, axilas, ingles y órganos genitales, ano después de cada defecación, manos y pies. (Pamplona 2009Pg.:18)

2.3 Marco Institucional.

Dentro de este marco institucional se dará una breve explicación sobre el tipo de lugar donde se realizó la investigación, la oferta educativa, la visión, misión y valores que tiene esta investigación.

2.3.1 Tipo de institución o lugar.

Barrio los Ángeles- Unión base ubicado en la ciudad de Puyo capital de la provincia de Pastaza del oriente Ecuatoriano, las características de los moradores de este sector es que son muy independientes, son trabajadores, y tienen formación académica variada o sea universitaria de secundaria y de primaria.

2.3.2 Oferta educativa.

Moradores del sector desde los 12 años hasta los 70 años de edad.

2.3.3 Visión.

Entregar a la sociedad, moradores de calidad que estén sujetos al buen cambio, y que tengan una personalidad acorde a la realidad de vida diaria, las mismas que darán prestigio al barrio los Ángeles- Unión base. Para bienestar de la familia y por ende de la sociedad.

2.3.4 Misión.

Conocer la incidencia del uso y cultivo de las plantas medicinales en los moradores del sector y promover su uso y cultivo mediante una pequeña charla y hojas volantes.

2.3.5 Valores.

Los valores son el arma actual que la sociedad necesita para enfrentar a la violencia que en la actualidad está muy conocida, en este trabajo investigativo se aplicará el valor del respeto, igualdad, libertad de opinión, confianza, amabilidad.

2.4 Marco legal

2.4.1 Según la constitución política del Ecuador 2008

Derechos de las comunidades, pueblos y nacionalidades.

Art. 57: Se reconoce y garantizará a las comunas, comunidades, pueblos afro ecuatorianos y nacionalidades indígenas, de conformidad con la Constitución y con los pactos, convenios, declaraciones y demás instrumentos internacionales de derechos humanos, los siguientes derechos colectivos:

1. Mantener, desarrollar y fortalecer libremente su identidad, sentido de pertenencia, tradiciones ancestrales y formas de organización social.
2. No ser objeto de racismo y de ninguna forma de discriminación fundada en su origen, identidad étnica o cultural.
5. Mantener la posesión de las tierras y territorios ancestrales y obtener su adjudicación gratuita.
11. No ser desplazados de sus tierras ancestrales.
12. Mantener, proteger y desarrollar los conocimientos colectivos; sus ciencias, tecnologías y saberes ancestrales; los recursos genéticos que contienen la diversidad biológica y la agro biodiversidad; sus medicinas y prácticas de medicina tradicional, con inclusión del derecho a recuperar, promover y proteger los lugares rituales y sagrados, así como plantas, animales, minerales y ecosistemas dentro de sus territorios; y el conocimiento de los recursos y propiedades de la fauna y la flora. Se prohíbe toda forma de apropiación sobre sus conocimientos,

Art. 60.- Los pueblos ancestrales, indígenas, afro ecuatorianos y montubios podrán constituir circunscripciones territoriales para la preservación de su cultura. La ley regulará su conformación. Se reconoce a las comunas que tienen propiedad colectiva de la tierra, como una forma ancestral de organización territorial.

Art. 86.- El Estado protegerá el derecho de la población a vivir en un medio ambiente sano y ecológicamente equilibrado, que garantice un desarrollo sustentable. Velará para que este derecho no sea afectado y garantizará la preservación de la naturaleza.

Se declaran de interés público y se regularán conforme a la ley:

1. La preservación del medio ambiente, la conservación de los ecosistemas, la biodiversidad y la integridad del patrimonio genético del país.
2. La prevención de la contaminación ambiental, la recuperación de los espacios naturales degradados, el manejo sustentable de los recursos naturales y los requisitos que para estos fines deberán cumplir las actividades públicas y privadas.
3. El establecimiento de un sistema nacional de áreas naturales protegidas, que garantice la conservación de la biodiversidad y el mantenimiento de los servicios ecológicos, de conformidad con los convenios y tratados internacionales.

Art. 87.- La ley tipificará las infracciones y determinará los procedimientos para establecer responsabilidades administrativas, civiles y penales que correspondan a las personas naturales o jurídicas, nacionales o extranjeras, por las acciones u omisiones en contra de las normas de protección al medio ambiente.

Art. 88.- Toda decisión estatal que pueda afectar al medio ambiente, deberá contar previamente con los criterios de la comunidad, para lo cual ésta será debidamente informada. La ley garantizará su participación.

Art. 89.- El Estado tomará medidas orientadas a la consecución de los siguientes objetivos:

1. Promover en el sector público y privado el uso de tecnologías ambientalmente limpias y de energías alternativas no contaminantes.

2. Establecer estímulos tributarios para quienes realicen acciones ambientalmente sanas.

3. Regular, bajo estrictas normas de bio-seguridad, la propagación en el medio ambiente, la experimentación, el uso, la comercialización y la importación de organismos genéticamente modificados.

Art. 90.- Se prohíben la fabricación, importación, tenencia y uso de armas químicas, biológicas y nucleares, así como la introducción al territorio nacional de residuos nucleares y desechos tóxicos.

El Estado normará la producción, importación, distribución y uso de aquellas sustancias que, no obstante su utilidad, sean tóxicas y peligrosas para las personas y el medio ambiente.

Art. 91.- El Estado, sus delegatorios y concesionarios, serán responsables por los daños ambientales, en los términos señalados en el Art. 20 de esta Constitución.

Tomará medidas preventivas en caso de dudas sobre el impacto o las consecuencias ambientales negativas de alguna acción u omisión, aunque no exista evidencia científica de daño.

Sin perjuicio de los derechos de los directamente afectados, cualquier persona natural o jurídica, o grupo humano, podrá ejercer las acciones previstas en la ley para la protección del medio ambiente.

Tomando en cuenta que nuestra ciudad forma parte de la Amazonia, considerado como el pulmón del mundo hemos visto la necesidad de concienciar en los niños el cuidado del Medio Ambiente, ya que los cambios son notorios en nuestra ciudad.

2.4.2 Ley de medicinas tradicionales.

Sobre las medicinas tradicionales, alternativas y complementarias

Propuesta normativa de las medicinas ancestrales de los pueblos originarios y afro ecuatorianos, y las medicinas alternativas y complementarias

Art.1 El Estado ecuatoriano reconoce como integrantes del Sistema Nacional de Salud, a las medicinas tradicionales, alternativas y complementarias. Por lo mismo, asegurará el libre acceso de los ciudadanos residentes en el territorio nacional, sin discrimen alguno, a todos aquellos servicios que oferta el Sistema, incluidos los procedimientos curativos y preventivos de las medicinas ancestrales, alternativas y complementarias.

Art.2 El Estado garantiza el derecho colectivo de los pueblos originarios a los saberes y prácticas de sus medicinas tradicionales; a la celebración de sus ritos y ceremonias de curación; al acceso, uso y protección de los ecosistemas que los sustentan: minerales, vegetales, animales y lugares sagrados, necesarios para su ejercicio pleno.

Art.3 El Estado garantizará el libre ejercicio de los terapeutas de las medicinas ancestrales reconocidos por los pueblos originarios y afro ecuatoriano.

Art. 4 El Estado ecuatoriano, acreditará las correspondientes reformas normativas, tanto institucionales como educativas, a fin de que los profesionales de las medicinas alternativas y complementarias puedan ejercer en la red de servicios públicos y privados en el ámbito del territorio nacional.

Art 5 El Proceso de Salud Intercultural de las Medicinas Ancestrales, Alternativas y Complementarias, es una entidad de derecho público, perteneciente al Ministerio de Salud Pública, con interdependencia técnica, administrativa y financiera, encargada de conducir participativamente los procesos de promoción, protección y desarrollo de las medicinas ancestrales.

Art.6 La Autoridad Sanitaria Nacional creará un Instituto Nacional de Promoción e Investigación de las Medicinas Ancestrales, Alternativas y

Complementarias, cuyo fin será generar procesos de documentación, difusión, intercambio e investigación de los saberes tradicionales y conocimientos alternativos y complementarios.

Art.7 El Estado garantizará un financiamiento adecuado para los procesos, actividades y productos concernientes a la promoción, prevención, curación y rehabilitación en el marco del ejercicio de las medicinas ancestrales, alternativas y complementarias. (Constitución política del Ecuador 2008)

2.5 Hipótesis.

Las plantas medicinales influyen en la salud de los habitantes del sector Los Ángeles de la ciudad de Puyo de la Provincia de Pastaza.

2.6 Variables.

2.6.1 Variable independiente.

Cultivo de las plantas medicinales.

2.6.2 Variable dependiente.

La salud.

2.7 Operalización de variables.

Variable I.	Conceptualización.	Dimensión.	Indicadores.
Cultivo de las plantas medicinales.	El cultivo de las plantas medicinales es comúnmente cultivada de forma particular esto quiere decir que son generalmente cultivadas en casa de diferentes familias, instruidas sobre su utilidad por familiares o conocidos antiguos.	Cultural. Práctica. Tiempo. Espacio. Conductual.	Las plantas medicinales. Tiempo destinado al cultivo. Condiciones ambientales para el cultivo. Preparación para su uso.
Variable II Salud.	Es evidente que la necesidad de alimentación y una buena salud es primordial y que los testimonios del uso medicinal de las plantas son menos frecuentes.	Conductual.	Uso de las plantas medicinales e incidencia en la población.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo de investigación

3.1.1. Descriptiva.

Se utilizó la estadística descriptiva para el análisis de los datos así como para describir los diferentes resultados en sus respectivos análisis e interpretaciones, buscando y haciendo cruce con la información obtenida en el marco teórico, clasificando los instrumentos utilizados y estructuras.

Según ciertas características que hacen a la comunidad. Permitió distribuir datos de variables consideradas aisladamente, mismas que tienen interés de acción social. Donde se describieron los hábitos en la utilización de plantas medicinales para el cuidado de la salud de los pobladores de la misma.

3.1.2. Explorativa.

Se exploró las condiciones necesarias y suficientes para la realización de la investigación con las diferentes unidades de la misma, permitiendo desarrollar nuevos métodos, sondear un problema poco investigado en un contexto particular.

3.1.3. Asociación de variables.

La investigación aplicó este tipo de asociación de variables para permitir predicciones estructuradas a través de la medición de variables, además de medir la relación entre las variables, para determinar tendencias de modelo de comportamiento mayoritario.

3.2. Método de la investigación

El método que se utilizó en el presente trabajo fue el analítico descriptivo con aplicación práctica participativa, por cuanto se analizó las opiniones emanadas por quienes hicieron parte de la investigación, lo que permitió conocer la realidad del problema planteado. Este conocimiento permitió

elaborar una propuesta que sirvió para mejorar el problema encontrado con la investigación.

Para el desarrollo de esta investigación fue necesario aplicar los métodos, inductivo – deductivo. Ya que se partió de casos particulares hacia la generalización del caso.

3.2.1. Método inductivo

Se aplicó los principios descubiertos a casos particulares, a partir de un enlace de juicios.

3.2.2. Método deductivo

Este método se aplicó y permitió la formación de hipótesis, investigación de leyes científicas, y las demostraciones.

3.3. Población y muestra

Tabla No. 3.3: Población y muestra

Unidades de observación	No.
Habitantes del Barrio los Ángeles	140
Autoridades de Barrio los Ángeles	4
Total Encuestado	144

Fuente: Barrio los Ángeles

Elaborado por: Castro Rodrigo

Nota: Al ser una muestra pequeña y que se aplicará a cada grupo, no se aplicara fórmula para la realización de la presente investigación.

3.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Se utilizó una encuesta y una entrevista como instrumento de guía dirigida a las autoridades y moradores de la Parroquia, con preguntas cerradas que permitieron respuestas cabales que facilitaron el obtener la información y la técnica de la observación para obtener información del tema investigado. Esta técnica e instrumento son efectivos para orientar y contribuir a un conocimiento profundo del objeto de estudio y al análisis de necesidades específicas.

3.4.1. La encuesta

Como instrumento se desarrolló un cuestionario estructurado como técnica de recolección de información a la cual los informantes respondieron por escrito a preguntas cerradas que enfocaban hechos y aspectos que interesaban investigar en diferencia de las dos variables.

3.4.2. La entrevista.

Con la finalidad de contribuir al conocimiento profundo del objeto de estudio y análisis, se aplicó la técnica de la entrevista a expertos en cultivo y tratamiento con plantas medicinales, su instrumento será la guía de la entrevista que para su apreciación se la encuentra en el capítulo cuatro después de la encuesta.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados

4.1.1 Presentación de resultados de las encuestas

4.1.1.1 Encuesta aplicada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

1. ¿Tiene usted algún conocimiento sobre plantas medicinales?

Tabla 4.1: Conocimiento sobre plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	108	77%
No	32	23%
TOTAL	140	100%

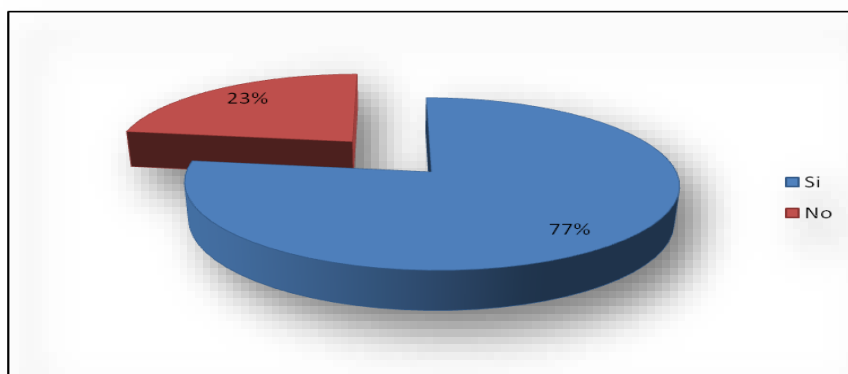


Figura 4.1: Conocimiento sobre plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 108 que significan el 77% indican que si conocen el significado sobre plantas medicinales, mientras que 32 que equivalen al 23% manifiestan no conocer sobre el tema.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que en su gran mayoría los habitantes del Barrio los Ángeles conocen sobre las plantas medicinales y esto puede dar la pauta para que ellos emprendan un mejor aprendizaje.

2. ¿Ha utilizado productos hechos a base de plantas medicinales?

Tabla 4.2: Utilización de productos hechos a base de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	65	46%
No	50	36%
A veces	25	18%
TOTAL	140	100%

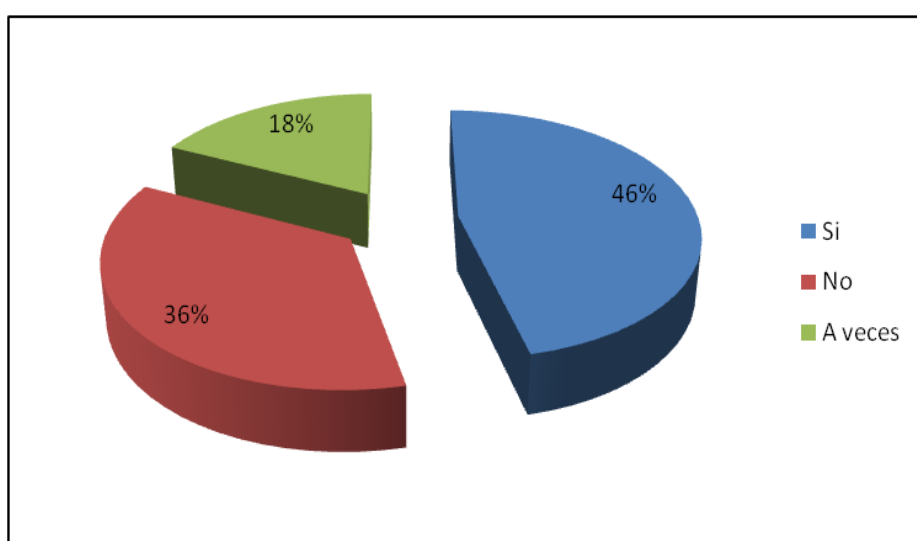


Figura 4.2: Utilización de productos hechos a base de plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 65 que significan el 46% indican que si han utilizado productos hechos a base de plantas medicinales, mientras que 50 que equivalen al 36 % manifiestan no hacerlo, y 25 que equivalen al 18% revelan que a veces lo han hecho.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que en una gran cantidad los encuestados si hacen uso de estos productos, permitiendo que se conozca que hay un nivel promisorio de aceptación de las plantas medicinales y su uso es aceptado por ellos.

3. ¿Cuál de las siguientes opciones, considera usted es el mayor beneficio de los productos elaborados con plantas medicinales?

Tabla 4.3: Beneficios de los productos elaborados con plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Mayor durabilidad	12	9%
No contiene químicos	35	25%
Relajación del cuerpo	15	11%
Prevención de enfermedades	78	56%
TOTAL	140	100%

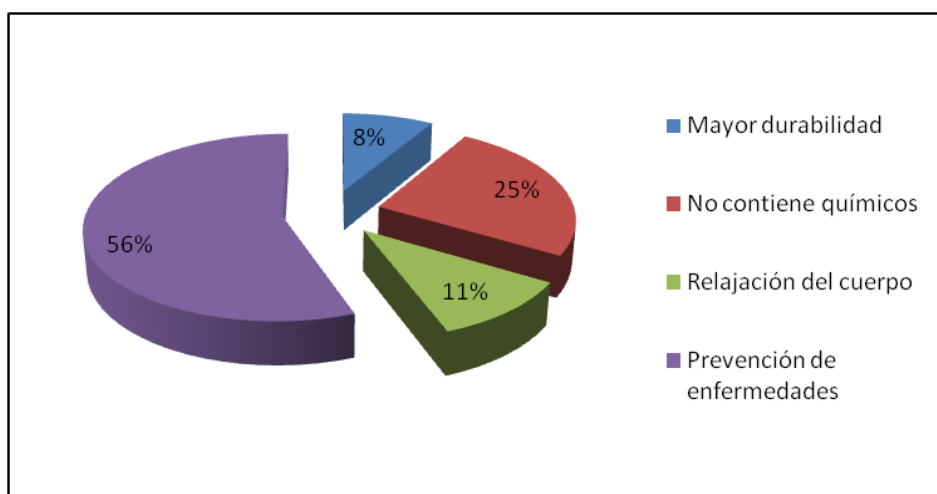


Figura 4.3: Beneficios de los productos elaborados con plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 12 que significan el 9% indican que el mayor beneficio de estos productos es por durabilidad, mientras que 35 que equivalen al 25 % manifiestan que es porque el mismo no contiene químicos, 15 que responden al 11% indican que es porque relajan el cuerpo y 78 que equivalen al 56% revelan que es la prevención de enfermedades.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que la mayoría de los encuestados reconoce que la utilización de las plantas medicinales es beneficiosa para el cuidado de su salud y que estas curan sus enfermedades

4. ¿Ha sembrado y/o cultivado usted alguna vez plantas medicinales?

Tabla 4.4: Sembrado y/o cultivado de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	2	1%
No	126	90%
A veces	12	9%
TOTAL	140	100%

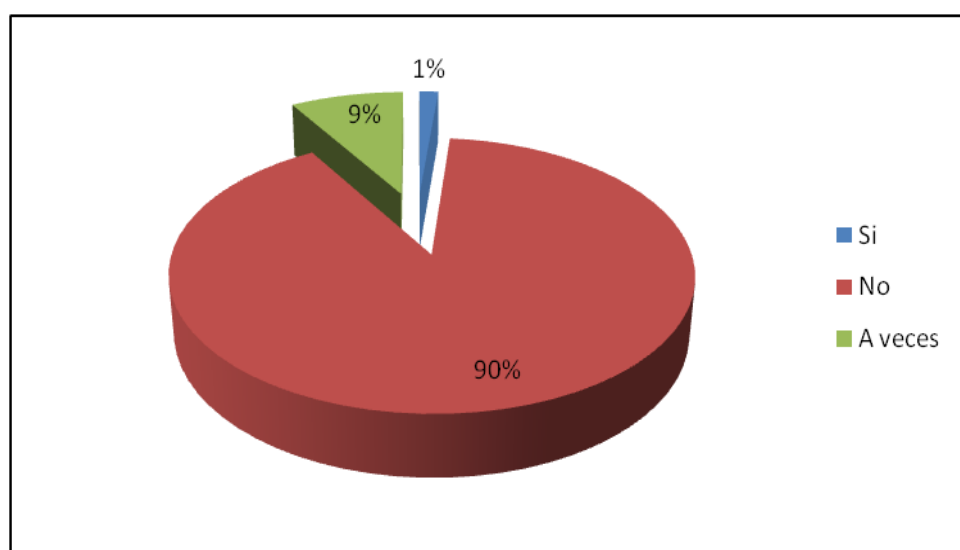


Figura 4.4: Sembrado y/o cultivado de plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 2 que significan el 1% indican que alguna vez han cultivado plantas medicinales, mientras que 126 que equivalen al 90 % manifiestan no haberlo hecho, y 12 que equivalen al 9% revelan que alguna vez lo hicieron.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que la mayoría de los encuestados no tiene ninguna idea de lo que es el cultivar plantas medicinales ni como se utilizan pero si han oído para que sirven.

5. De las siguientes alternativas cual considera que es mejor:

Tabla 4.5: Consideración entre cultivar y aprender el uso de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Aprender a cultivar plantas medicinales	22	16%
Aprender el uso de las plantas medicinales	115	82%
Ninguna de las dos	3	2%
TOTAL	140	100%

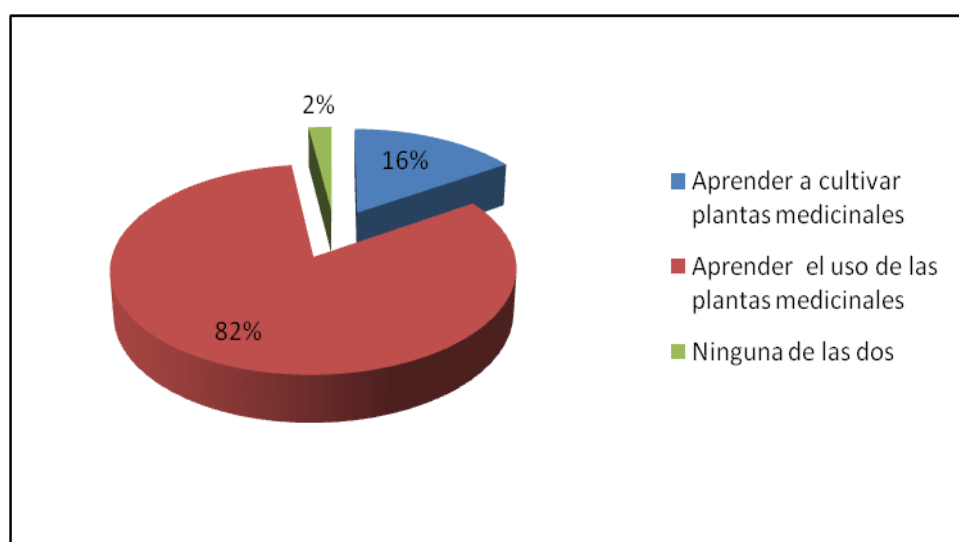


Figura 4.5: Significado de la basura

Fuente: Consideración entre cultivar y aprender el uso de plantas medicinales

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 22 que significan el 16% indican que aprender a cultivar las plantas medicinales, mientras que 115 que equivalen al 82 % manifiestan que aprender sobre su uso y 3 que equivalen al 2% señalan que ninguna de las dos alternativas.

INTERPRETACIÓN: Aquí se interpreta que las personas encuestadas primero desean conocer sobre cómo se usa las plantas medicinales y para qué sirven y en segundo lugar como se las cultiva.

6. ¿Conoce el significado de cuidado de la salud?

Tabla 4.6: Conocimiento de significado de cuidado de la salud

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	114	81%
No	4	3%
Tal vez	12	9%
TOTAL	140	100%

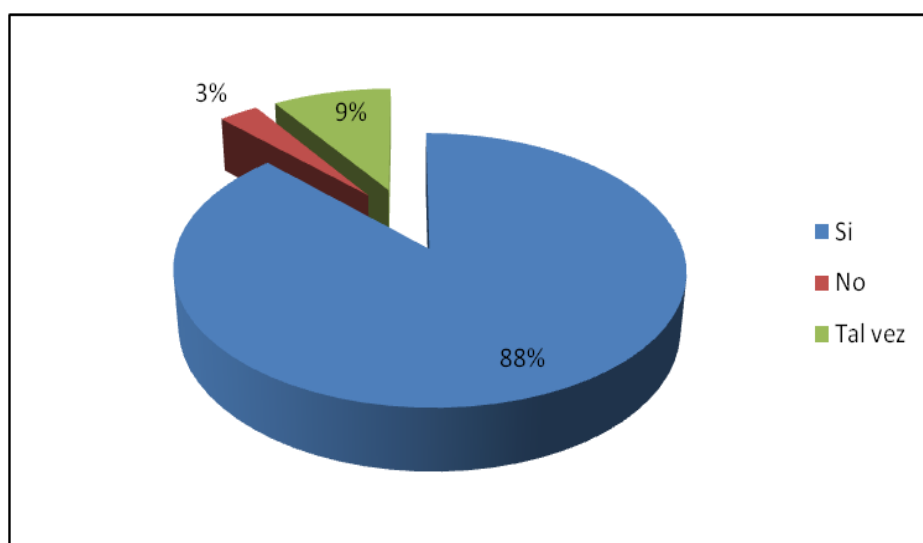


Figura 4.6: Conocimiento de significado de cuidado de la salud

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 114 que significan el 81% indican que si conocen el significado sobre cuidado de la salud, mientras que 4 que equivalen al 3% manifiestan no conocer sobre el tema y 12 que significan el 9% señalan que tal vez si conocen.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que en su gran mayoría los encuestados si conocen lo que significa el cuidado de la salud, deduciendo de ello que a pesar de que existan limitaciones los mismos conocen sobre este interesante tema.

7. ¿Cuál de las siguientes clases de medicinas considera usted que es mejor?

Tabla 4.7: Consideración de que medicina es mejor

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Medicina tradicional (<i>natural</i>)	82	59%
Medicina Científica (<i>médicos</i>)	58	41%
TOTAL	140	100%

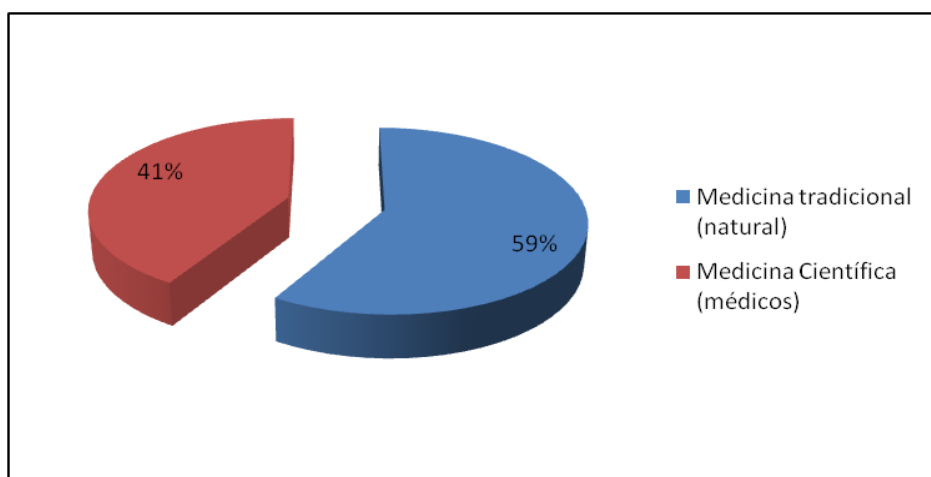


Figura 4.7: Consideración de que medicina es mejor

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 82 que significan el 59% indican que la medicina tradicional (*natural*), mientras que 58 que equivalen al 41% manifiestan que la medicina Científica (*médicos*) lo es.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que la mayoría de encuestados le da valía a la medicina tradicional natural, mientras que a la científica se la deja en un segundo plano concluyendo que lo que hace falta es propender más el uso y cultivo de las plantas medicinales en este sector.

8. En los siguientes enunciados describa de qué manera cuida su salud:

Tabla 4.8: Manera con la que cuida la salud

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Medicina tradicional (<i>natural</i>)	72	51%
Medicina Científica (<i>médicos</i>)	48	34%
Utiliza las dos clases de medicina tradicional y científica	20	14%
TOTAL	140	100%

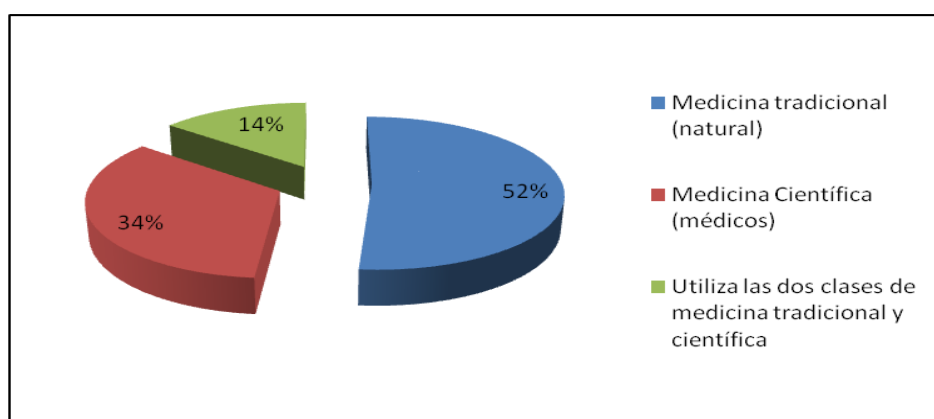


Figura 4.8: Manera con la que cuida la salud

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 72 que significan el 51% indican que lo hacen con la medicina tradicional (*natural*), mientras que 48 que equivalen al 34% manifiestan hacerlo con la medicina Científica (*médicos*) y 20 que significan el 14% señalan que utilizan cualquiera de las dos alternativas.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que de igual manera que en la pregunta anterior los encuestados le dan más valía a las plantas medicinales intuyendo que lo que hace falta es coadyuvar que la utilización de las plantas medicinales sean conocidas mediante su uso.

9. La utilización de la Medicina tradicional (*natural*) en su hogar ha sido:

Tabla 4.9: Utilización de la medicina natural

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Muy buena	82	59%
Buena	21	15%
Regular	7	5%
Mala	30	21%
TOTAL	140	100%

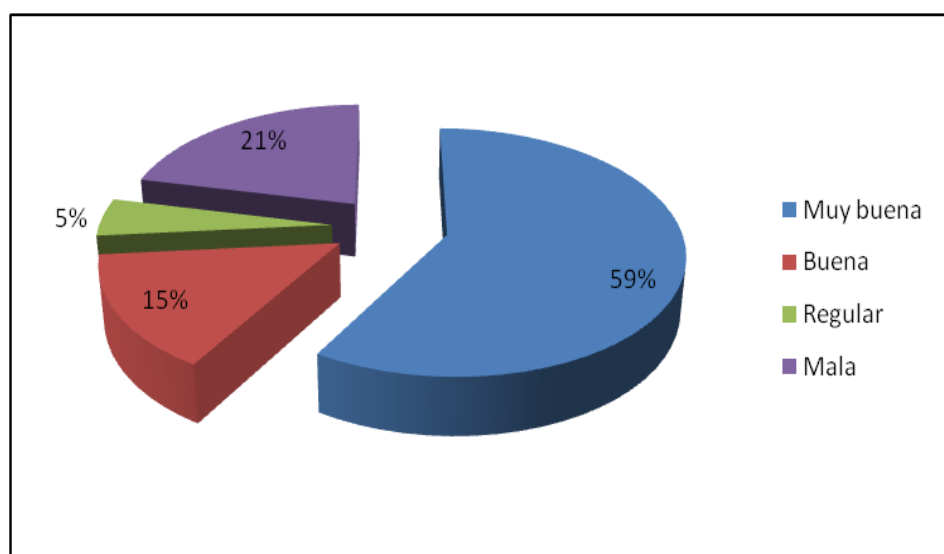


Figura 4.9: Utilización de la medicina natural

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 82 que significan el 59% indican que la utilización de la medicina natural es muy buena, mientras que 21 que equivalen al 15 % manifiestan que buena, 7 que responden al 5% indican que la misma es regular y 30 que equivalen al 21% revelan que la misma es mala.

INTERPRETACIÓN: Lo que da a interpretar que en su gran mayoría los encuestados le dan valor a la utilización de la medicina natural ya que según ellos indican que les ha dado muy buenos resultados al momento que las han utilizado.

10. ¿Estaría dispuesto/a usted a apoyar temas en los que se traten sobre la importancia de las plantas medicinales en el cuidado de la salud?

Tabla 4.10: Apoyo a temas de plantas medicinales y cuidado de la salud

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	130	93%
No	2	1%
Tal vez	8	6%
TOTAL	140	100%

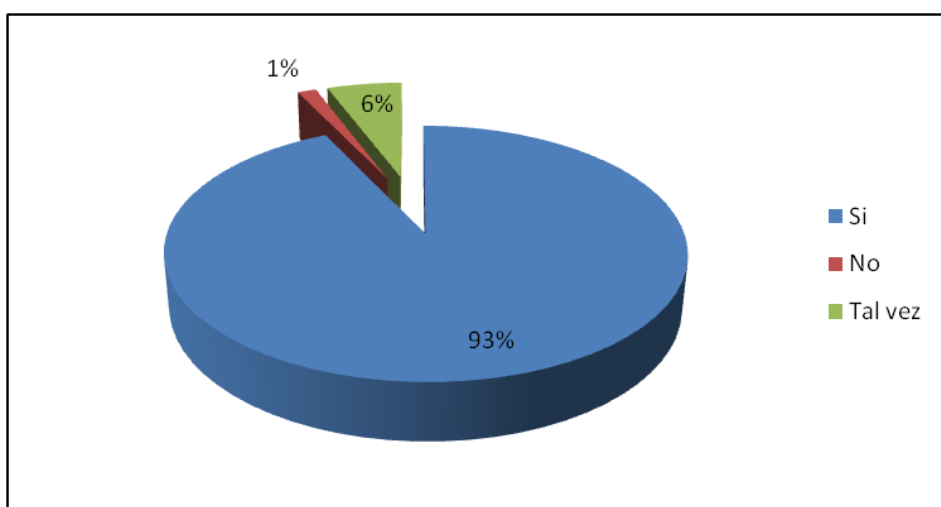


Figura 4.10: Apoyo a temas de plantas medicinales y cuidado de la salud

Fuente: Encuestas realizada a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De los 140 Habitantes encuestados 130 que significan el 93% indican que si apoyarían temas inherentes con las plantas medicinales y el cuidado de la salud, mientras que 2 que equivalen al 1% manifiestan que no lo harían y 8 que significan el 6% señalan que tal vez si apoyarían.

INTERPRETACIÓN: Dando la interpretación que la gran mayoría de encuestados están dispuestos a apoyar actividades que tengan que ver con el tema investigado.

4.1.1.2 Encuesta aplicada a las Autoridades del Barrio los Ángeles

1. ¿Cómo autoridad del barrio ha respaldado el conocimiento sobre plantas medicinales?

Tabla 4.11: Propicio de conocimiento sobre plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	4	0%
No	4	100%
TOTAL	4	100%

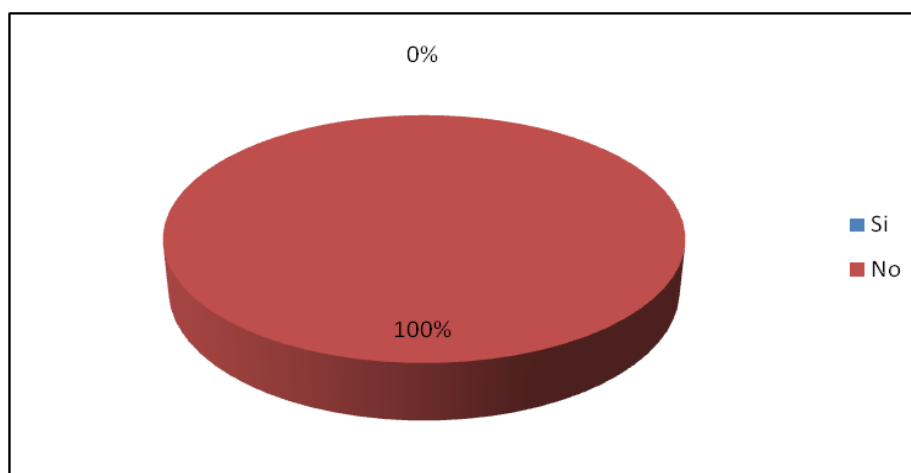


Figura 4.11: Propicio de conocimiento sobre plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 4 que significan el 100% indican que no han propiciado jamás el conocimiento sobre plantas medicinales.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que no existe ningún tipo de conocimiento por parte de las autoridades o también que puede existir algún tipo de dejadez de servir en este sentido a los moradores de dicho Barrio. Pudiendo manifestar que esto permitiría trabajar en este sentido con los beneficiarios de la investigación.

2. ¿Tiene usted conocimiento si moradores del Barrio utilizan productos hechos a base de plantas medicinales?

Tabla 4.12: Conocimiento utilización de productos hechos a base de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	1	25%
No	3	75%
A veces	0	0%
TOTAL	4	100%

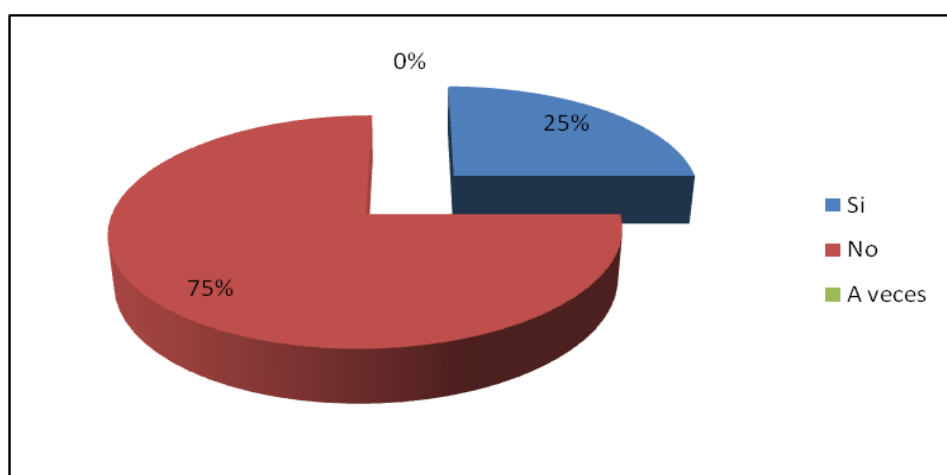


Figura 4.12: Conocimiento utilización de productos hechos a base de plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 1 que significa el 25% indica que si conoce personas del sector que si utilizan productos hechos a base de plantas medicinales y 3 que equivalen al 75% señala que no sabe o desconoce sobre el tema.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que no hay una verdadera interacción entre la autoridad y el dirigido, razón por la que se puede estar dando esta clase de porcentaje. Pero al mismo tiempo permite que se pueda establecer esta interacción faltante entre dirigidos y autoridades.

3. ¿Usted aconsejaría el uso de productos elaborados con plantas medicinales?

Tabla 4.13: Capacidad de aconsejar el uso de productos de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí porque conozco su uso	0	0%
No porque desconozco su uso	4	100%
TOTAL	4	100%

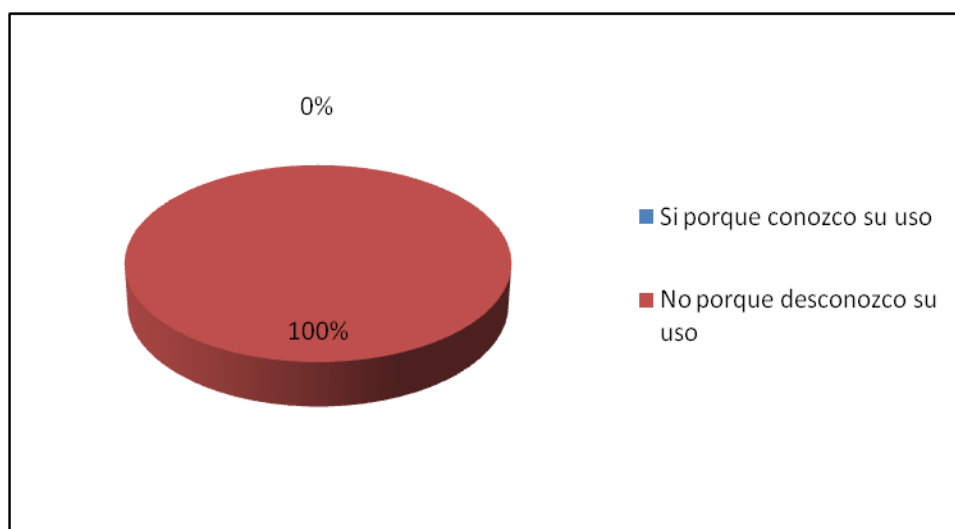


Figura 4.13: Capacidad de aconsejar el uso de productos de plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 4 que significa el 100% indican que no aconsejarían el uso de productos elaborados hechos a base de plantas medicinales ya que desconocen su uso.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que los mismos dirigentes del barrio los Ángeles desconocen la utilización de las plantas medicinales, y que por ello no se atreven a aconsejar el que otros las usen. Permitiendo pensar que lo que hace falta es propiciar esta clase de aprendizajes en ellos y en los moradores del sector.

4. ¿Ha respaldado usted la siembra y/o cultivo de plantas medicinales dentro del Barrio?

Tabla 4.14: respaldo de sembrado y/o cultivado de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	0	0%
No	4	100%
TOTAL	4	100%

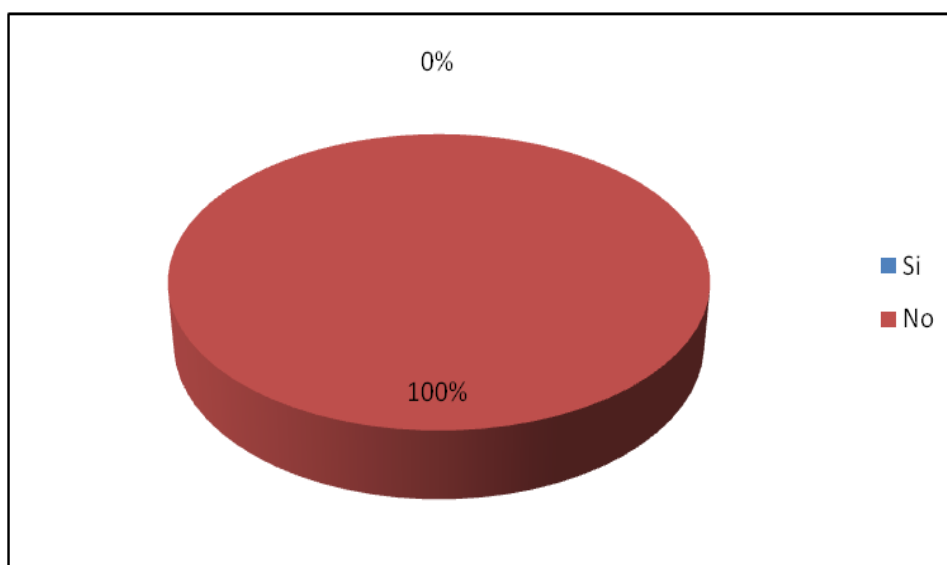


Figura 4.14: respaldo de sembrado y/o cultivado de plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 4 que significa el 100% indican que no han propiciado el sembrado y/o cultivo de plantas medicinales dentro del Barrio.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que o existe desconocimiento por parte de ellos o ganas de servir en este tema por parte de las autoridades. Pero que esto al mismo tiempo da la pauta para que se pueda trabajar sobre lo antes enunciado con ellos y con los habitantes del Barrio los Ángeles.

5. De existir una propuesta sobre las plantas medicinales en favor de la salud personal de los moradores del Barrio. Cuál de las siguientes alternativas consideraría que es mejor:

Tabla 4.15: Consideración entre cultivar y aprender el uso de plantas medicinales

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Aprender a cultivar plantas medicinales	1	25%
Aprender el uso de las plantas medicinales	3	75%
Ninguna de las dos	0	0%
TOTAL	4	100%

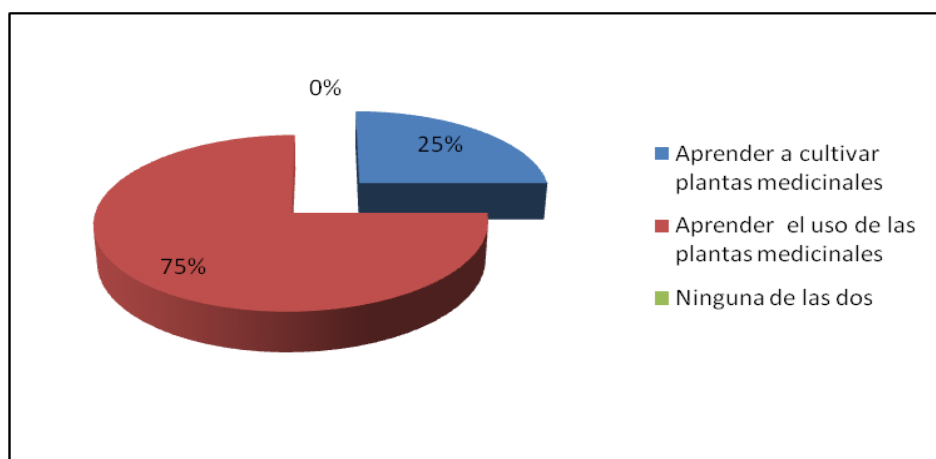


Figura 4.15: Consideración entre cultivar y aprender el uso de plantas medicinales

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 1 que significan el 25% indican que de existir una propuesta sobre las plantas medicinales en favor de la salud personal de los moradores apoyaría la de cultivar y 3 que equivalen al 75% señala que lo harían para aprender sobre su uso.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que en su gran mayoría las autoridades desean apoyar el tema del uso de las plantas medicinales razón por la que se cree que ya han dado una pauta para poder trabajar con ellos y con los beneficiarios de la investigación.

6. ¿De qué manera favorece usted el cuidado de la salud de los moradores dentro de Barrio?

Tabla 4.16: Respaldo sobre cuidado de la salud

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
A través de charlas	0	0%
Realizando talleres	0	0%
Ninguna de las dos alternativas	4	100%
TOTAL	4	100%

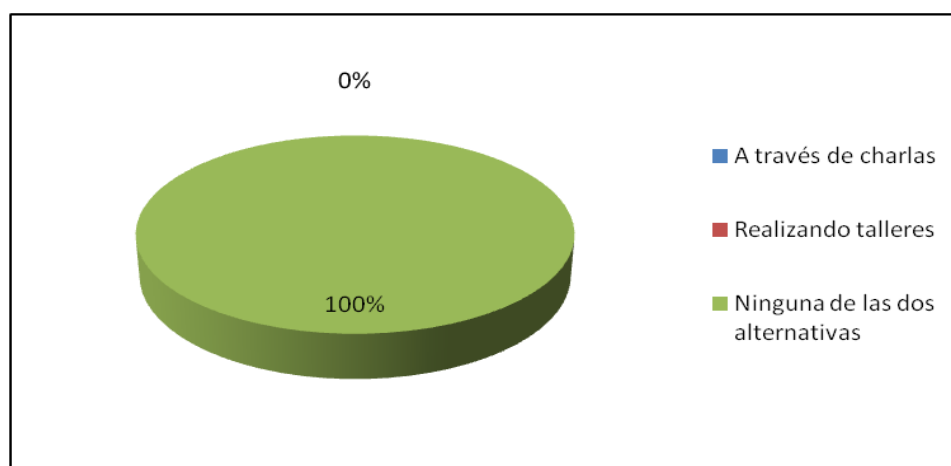


Figura 4.16: Respaldo sobre cuidado de la salud

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 4 que significa el 100% indican que no han utilizado o propiciado el cuidado de la salud de los moradores dentro de Barrio.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que no hay una preocupación plena de parte de las autoridades. Pero que esto al mismo tiempo da la pauta para que se pueda trabajar sobre lo antes enunciado con ellos y con los habitantes del Barrio los Ángeles.

7. De realizar charlas o talleres de salud dentro del Barrio con qué clase de medicina trabajaría mayormente.

Tabla 4.17: Realización de charlas sobre salud natural o científica

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Medicina tradicional (<i>natural</i>)	2	50%
Medicina Científica (<i>médicos</i>)	2	50%
TOTAL	4	100%

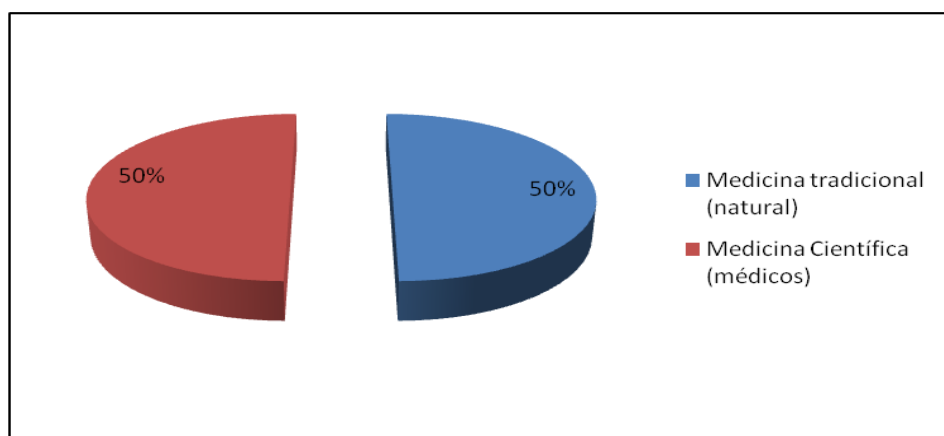


Figura 4.17: Realización de charlas sobre salud natural o científica

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 2 que significan el 50% indican que de realizar charlas o talleres lo harían con medicina tradicional (*natural*) y 2 que equivalen al 50% señala que lo harían con medicina Científica (*médicos*).

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que no existe un acuerdo común entre las dos clase de medicinas. Pudiendo manifestar de nuevo que lo que hace falta es propiciar esta clase de conocimientos para que las personas puedan deducir que clase de medicina utilizar más.

8. De realizar campañas de salud con qué clase de medicina trabaja o trabajaría más.

Tabla 4.18: Realización de campañas sobre salud natural o científica

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Medicina tradicional (<i>natural</i>)	2	50%
Medicina Científica (<i>médicos</i>)	2	50%
Utiliza las dos clases de medicina tradicional y científica	0	0%
TOTAL	4	100%

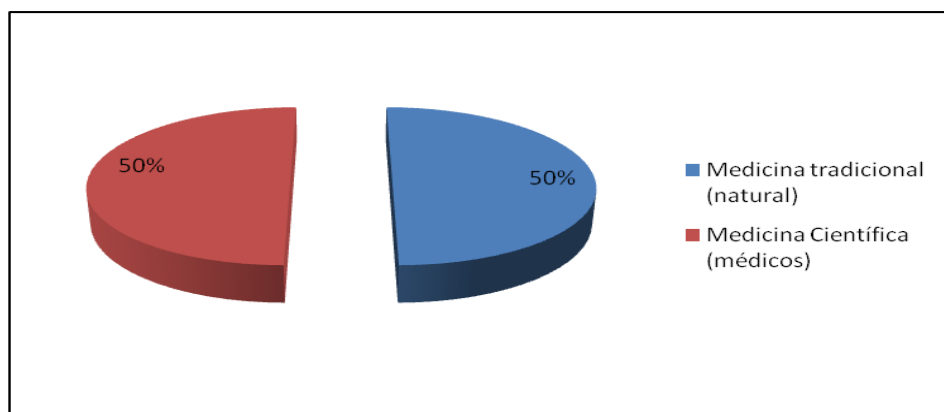


Figura 4.18: Realización de campañas sobre salud natural o científica

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 2 que significan el 50% indican que de realizar campañas de salud lo harían con medicina tradicional (*natural*) y 2 que equivalen al 50% señala que lo harían con medicina Científica (*médicos*).

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que al igual que la pregunta anterior no existe un acuerdo común entre las dos clases de medicinas. Pudiendo manifestar que hay que apoyar nuevos conocimientos en estas personas.

9. ¿Considera la utilización de la Medicina tradicional (*natural*)?

Tabla 4.19: Consideración de la medicina natural o científica

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Muy buena	3	75%
Buena	1	25%
Regular	0	0%
Mala	0	0%
TOTAL	4	100%

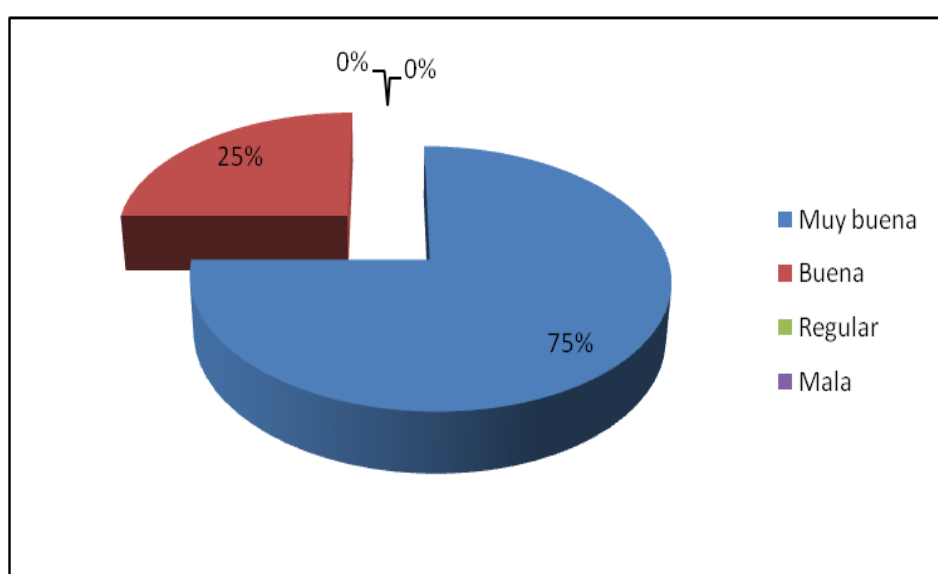


Figura 4.19: Consideración de la medicina natural o científica

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 3 que equivalen al 75% señala que consideran la utilización de la Medicina tradicional (*natural*) como muy buena y 1 que significan el 25% indican que la consideran tan solo buena.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que por parte de las autoridades del Barrio los Ángeles también existe una gran aceptación para esta clase de medicina, entonces lo que se debe hacer es propiciar el uso de esta importante alternativa médica.

10. ¿Estaría dispuesto/ usted a apoyar temas en los que se traten sobre la importancia de las plantas medicinales en el cuidado de la salud?

Tabla 4.20: Apoyo a temas de plantas medicinales y cuidado de la salud

Alternativa	Frecuencia	Porcentajes
Sí	4	100%
No	0	0%
TOTAL	4	100%

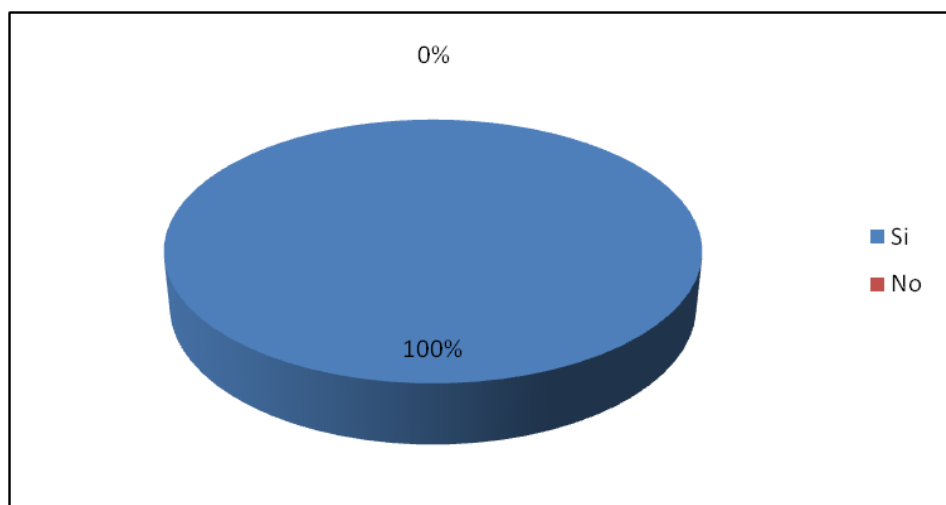


Figura 4.20: Apoyo a temas de plantas medicinales y cuidado de la salud

Fuente: Encuestas realizada a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Elaborado Por: Castro Rodrigo

ANÁLISIS: De las 4 Autoridades encuestadas 4 que significan el 100% indican que estarían dispuestos a propiciar o apoyar temas en los que se traten sobre la importancia de las plantas medicinales en el cuidado de la salud.

INTERPRETACIÓN: Lo que permite interpretar que de alguna manera se cuenta con el apoyo de las autoridades para propiciar temas de esta índole dentro del Barrio los Ángeles y que de hacerlo se estaría coadyuvado al cuidado de la salud de los pobladores beneficiarios de esta investigación.

4.1.2 Presentación de resultados de las Entrevistas.

4.1.2.1 Entrevista dirigida a experto de la zona en medicina natural Luis Alberto Tandazo:



Fig. 6.1.2.1 Fuente figura: Israel Castro

Objetivo: Indagar el nivel de conocimiento sobre la importancia del cultivo y uso de las plantas medicinales, en la prevención de la salud de los habitantes del Barrio los Ángeles.

Luis Alberto Tandazo:

Pregunta No 01. ¿Qué tiempo de experiencia tiene usted en el conocimiento y tratamiento con plantas medicinales?

Respuesta: En medicina natural tengo una experiencia de más de 30 años. Yo me preparé y estudié en una fundación internacional en Guayaquil. Conocido como Quierpal, tengo las autorizaciones y legalizaciones de toda la documentación y permisos respectivos del Ministerio de Salud.

Interpretación: se trata de un estudiado y profesional con un excelente conocimiento, experiencia y resultados evidentes, en el tratamiento con plantas medicinales.

Pregunta No 02: ¿Cómo alcanzó su dominio, conocimiento y resultados positivos en el tratamiento preventivo y curativo, en la salud de las personas, con plantas medicinales?

Respuesta: Llegue a conocer y tener experiencia desde los 15 años de edad, aprendí a detectar las enfermedades en la orina, a través de ella, me doy cuenta de que enfermedad sufre la persona, luego veo que planta puedo aplicar. He tratado a pacientes sobre **fiebre tifoidea**, fiebre criminal que ataca al hígado. Segundo lugar las **infecciones de próstata y del sistema nervioso**, cuando la sangre también esta espesa. Damos tratamiento con plantas medicinales para la **tuberculosis**. Problemas de asma, no se cura, solo se mantiene, pero en 15 días de tratamiento. Crecen las defensas del organismo y se empiezan a sanarse.

Interpretación: Es un experto, un conocedor de las bondades de las plantas medicinales y fundamentalmente 3 décadas de experiencia, curando varias enfermedades como la fiebre tifoidea, infecciones de próstata, problemas del sistema nervioso, la tuberculosis.

Pregunta No 03: ¿Cuál es su recomendación a los ciudadanos del Barrio urbano marginal de la ciudad de Puyo, del sector “Los Ángeles”, en el cultivo de las plantas medicinales?

Respuesta: Que traten de lo mejor a una planta medicinal, que no le estén poniendo cosas químicas. Que recojan todo las sobras de la cocina y colocar alrededor de la planta y se dará una buena cosecha y el beneficio curativo.

Interpretación: SE evidencia el cariño y el valor que se le da a las plantas medicinales.

Pregunta No 04: ¿Qué diferencia existe entre una medicina natural y una medicina farmacéutica o química?

Respuesta: La diferencia es que la medicina natural es lenta, no le va a sanar enseguida, la otra medicina le quita los dolores pronto, pero temporalmente y a veces no es definitiva la curación.

Interpretación: Se aprecia el conocimiento estableciendo una diferencia importante entre los dos tipos de medicina.

Pregunta No 05: ¿El uso de las plantas medicinales produce más efectos secundarios en la salud humana que la medicina farmacéutica o química?

Respuesta: La medicina natural le cura por más tiempo con menos riesgo de otros daños a la salud y la medicina química le dura poco y a los seis meses debe volver a administrarse nuevamente.

Interpretación: Se evidencia que los beneficios de tratarse las dolencias y enfermedades con plantas medicinales son más saludables.

Pregunta No 06: ¿Podría resumir cinco casos de enfermedades que usted ha curado y que medicinas los aplico?

Respuesta: Por ejemplo la **Tifoidea** se aplica en estado seco, la linaza, la cebada, el llantén que tiene penicilina natural para que le vaya quitando la fiebre interna, con eso se sana. **El asma**, para eso es bueno tomar la agüita de eucalipto, tipo, llantén, cebolla y rábano. Luego de ese tratamiento se da baños con infusión de hojas de achiote con 10 limones tiernos. Debe bañarse todas las mañanas para crear defensas en los pulmones. Para la **artritis** se cura con baños y yerbas, es bueno tomar la cepa de la yerbaluisa, la menta y el romero con la miel de abeja, bañar con col y limón. **La próstata** generalmente es de operación y no hay quien lo salve, pero si esta no muy afectado, hay plantas medicinales que curan, por ejemplo, la mashua, se le saca en el extractor el sumo, se toma con miel de abeja, eso lo limpia la próstata.

Interpretación:

Pregunta No 07: ¿Enumere, por favor 10 plantas medicinales con su bondades curativas?

Respuesta: El limón según la preparación que Ud. le utiliza se cura, el resfrío, la fiebre, la tos, la tiroides, la amigdalitis. La **col** sirve como vitamina alimenticia, cura la fiebre, los tumores; se le machaca con un poco de sal y se pone calientito en la afección. **La cola de caballo**, sirve para las vías urinarias. **El berro** tiene hierro, vitamina C y A, cura también la anemia tomando el sumo, haciendo hervir se toma y cura infecciones de los riñones y del hígado; **La tiatina** se le consigue en costa sierra y oriente sirve para cicatrizar heridas externas. **El amaron caspi** es un árbol grande y la cascara se utiliza como alimenticio, la cáscara tiene mucho hierro, generalmente se cocina y esa agua se toma para recuperar los glóbulos rojos. **La naranja agria** tomando el jugo se cura cuando hay intoxicación por comer comidas calentadas u por otras infecciones, se toma este jugo, sirve para tratar la diarrea y la úlcera; la cáscara les quita la fiebre. **La guayaba** cura las diarreas crónicas, coge tres guayabitas tiernas, se le pone a hervir con un poquito de té y le da al niño para la diarrea. **El té con manzanilla** bien hervido cura la diarrea. Existen muchas plantas medicinales.

Pregunta No 08: ¿Hay plantas que no son medicinales y que pueden afectar a la salud humana?

Respuesta: Hay plantas que son comestibles y son perjudiciales para salud. **La chirimoya** es una fruta comestible y sabrosa, pero su semilla es venenosa. Con tres semillita le tuesta, se le muele y es un veneno que mata personas, en la antigüedad se hacía una agüita con este producto, se le peinaba a los niños y mata a los piojos. **La guirilla** las hojas son medicinales y las semillas son toxicas. **El Miñon** es purgante, pero si no se administra con dosis adecuada puede morir.

Interpretación: Es importante conocer que existen plantas perjudiciales para evitar desgracias fatales, por desconocimiento o mal uso.

Pregunta No 09: ¿Es rentable el cultivo de plantas medicinales?

Respuesta: Las plantas medicinales si son rentables para su cultivo, ya que se las utiliza como fuente de ingreso familiar, para curarse y también para la

elaboración de la medicina química. Hay puestos de expendio en el mercado para vender plantas medicinales.

Interpretación: Es una demostración que varios ciudadanos tiene como una fuente de ingreso, a través del cultivo y venta de plantas medicinales.

Pregunta No 10: ¿Usted siempre consume, para sus casos de prevención o curación, a base de plantas medicinales o también utiliza la medicina tradicional o farmacéutica?

Respuesta: Yo siempre utilizo la medicina natural y por eso no tengo una historia clínica en ninguna parte del país.

Interpretación: Es un experto que demuestra con evidencia y firmeza, su fe por las bondades de las plantas medicinales.

4.1.2.2 Entrevista dirigida a la Sra. Celia del Rocío Cardona vecina del sector beneficiaria de las bondades de las plantas medicinales.



Fig. 6.22 Fuente figura: Israel Castro



Fig. 6.23 Fuente figura: Israel Castro

Objetivo: saber si las sabe utilizar en casa y su nivel de conocimiento sobre, la importancia del cultivo de las plantas medicinales, para la salud.

Sra. Celia del Rocío Cardona Ramírez:

Pregunta No 01. ¿Sabe que son las plantas medicinales?

Respuesta: Claro que sí, son un método menos agresivo para cuidar nuestro cuerpo, y algunas las tengo cultivadas en casa.

Interpretación: La Sra. Dice que sí conoce de las plantas medicinales.

Pregunta No 02: ¿Por qué dice que es un método menos agresivo para cuidar nuestro cuerpo?

Respuesta: Porque es una medicina natural y lógicamente las personas utilizan las plantas medicinales más conocidas, por ello no puede ser este tipo de medicina una medicina peligrosa. Por ejemplo si uno tiene un dolor de estómago por lo más conocido es tomar una tasa de agua de orégano, y que peligro habría si se tomara unas tres tasas, que es lo máximo que una persona se pudiera tomar.

Interpretación: La señora dice que esta medicina natural no es agresiva porque así se presente la imprudencia de las personas por lo más lógico las personas consumen solo las plantas que ya conocen.

Pregunta No 03: ¿Cuál es su recomendación a los ciudadanos del Barrio urbano marginal de la ciudad de Puyo, del sector “Los Ángeles”, en el cultivo de las plantas medicinales?

Respuesta: Que intenten tener un pequeño huerto o espacio en su hogar para sembrar unas plantitas medicinales, que aparte de sacarles de algún apuro también les puede servir de adorno para su hogar.

Interpretación: Se resume la recomendación de la práctica de la siembra de las plantas medicinales.

Pregunta No 04: ¿Según su opinión qué diferencia existe entre una medicina natural y una medicina farmacéutica o química?

Respuesta: Creo que la diferencia es que la medicina natural se demora más en ver mejoría, pero al tomarla no se hace adictiva a tantos químicos como los que tiene la medicina química.

Interpretación: Deduce que la medicina natural es más lenta pero menos perjudicial.

Pregunta No 05: ¿Qué plantas medicinales más ha consumido usted?

Respuesta: El agua de la ortiga para la circulación de la sangre, el agua de Jamaica para adelgazar y bajar un poco el azúcar de la sangre, el agua de guayaba.

Interpretación: Pronuncia las plantas más comunes que se consumen en la ciudad de Puyo.

Pregunta No 06: ¿Dígame como sembró las plantas que tiene en su patio?

Respuesta: recogiendo las semillas por ejemplo de guayaba, de Jamaica, limón se las pone a secar sin dejar que los pájaros se las coman y después en una tierra bien negra se entierran no muy profundas las semillas se le

pone fertilizante que venden en la ferretería y en donde se ponen las semillas se le hace un ruedo de piedritas, en el caso de la sábila y la ortiga esas deben ser trasplantadas de un lugar a la tierra que usted tenga para que crezcan.

Interpretación: La señora dio un breve resumen de como sembró algunas plantas que tiene en su patio.

Pregunta No 07: ¿Se ha curado alguna vez de alguna enfermedad con plantas medicinales?

Respuesta: Si.

Pregunta No 08: ¿Qué enfermedad y con qué planta?

Respuesta: Después de dar a luz la cicatriz y todo lo estropeada que uno queda se cura de una con el matico yo me tomaba el matico hervido en agua cada vez que tenía sed y fue bueno e inclusive a mis hijos se les caía el ombligo a los tres días y bien sequito.

Interpretación: La señora sí ha utilizado plantas medicinales y sí ha tenido buenos resultados.

Pregunta No 09: ¿Cree que es rentable el cultivo de plantas medicinales?

Respuesta: Sí porque además de beneficioso para nuestra salud se inculcaría el querer más a las plantas, además si hubiera aquí en puyo un lugar en donde se criaran variedades de plantas medicinales y además vendieran semilleros fuera bueno y las casas se vieran más bonitas.

Interpretación: Es una demostración que varios ciudadanos tiene como una fuente de ingreso, a través del cultivo y venta de plantas medicinales.

Pregunta No 10: ¿Usted siempre consume, plantas medicinales?

Respuesta: La verdad es no siempre, porque la verdad es que por ejemplo para un dolor de cabeza no sé qué planta fuera buena.

4.1.2.3 Entrevista dirigida al sr. Jonathan Cisneros vecino y morador del sector interrogado para saber su conocimiento y uso de las plantas medicinales.



Fig. 6.24 Fuente figura: Israel Castro

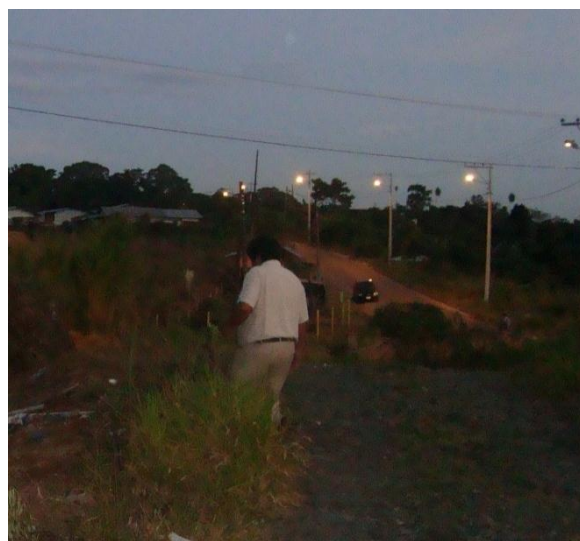


Fig. 6.25 Fuente figura: Israel Castro

Objetivo: Conocer si el señor suele beneficiarse de las bondades de las plantas medicinales.

Sr. Jonathan Cisneros:

Pregunta No 01. ¿Sabe que son las plantas medicinales?

Respuesta: sí, aunque no sé bien sobre sus cultivos claro que sí sé que son y para qué sirven algunas.

Interpretación: Conoce que si existen las plantas medicinales

Pregunta No 02: ¿Ha Sembrado plantas medicinales, y como las ha sembrado?

Respuesta: No porque no tengo mayor conocimiento sobre el tema, pero si las he consumido.

Interpretación: Este señor si sabe que las plantas medicinales tiene buenos beneficios para los seres humanos, pero aclara su desconocimiento para su cultivo

Pregunta No 03: ¿Qué plantas medicinales son más fáciles sembrar aquí en la ciudad de Puyo?

Respuesta: Creo que la ortiga, la guayaba y el llantén, ya que veo que esas plantas crecen como monte y es más esas aquí afuera de mi casa las tengo y se las utiliza por tradición ya que los padres de uno transmiten su conocimiento de estas plantitas.

Interpretación: El señor se da cuenta que la siembra de algunas plantas son fáciles por su gran presencia en los patios y calles de la ciudad.

Pregunta No 04: ¿Según su opinión qué diferencia existe entre una medicina natural y una medicina farmacéutica o química?

Respuesta: natural no trae efectos secundarios y la otra elaborada por químicos si

Interpretación: Expone que la medicina química por tener mayor complejidad en su fabricación contiene más químicos que la pueden hacer adictiva.

Pregunta No 05: ¿Qué plantas medicinales más ha consumido usted?

Respuesta: solo en te, lo que son la hierba luisa, el cedrón, la menta y mi mamá si me ha dado lo que es la agüita de guayaba.

Interpretación: El señor está acostumbrado a todo lo que son plantas ya listas para tomar, ya sea en té.

Pregunta No 06: ¿Cree que fuera una buena idea de las autoridades brindar talleres sobre el cultivo de plantas medicinales?

Respuesta: Si porque nos pueden ayudar a dar una solución rápida y económica a cualquier situación práctica que se pueda tratar de desde casa.

Interpretación: Al señor le pareciera bueno saber sobre el cultivo de las plantas medicinales, porque cree que estos conocimientos le pueden sacar de algún apuro del momento.

Pregunta No 07: ¿Se ha curado alguna vez de alguna enfermedad con plantas medicinales?

Respuesta: si

Pregunta No 08: ¿Qué enfermedad y con qué planta?

Respuesta: Mi mamá me ha dado algunas veces para el dolor de barriga la hoja y el cogollo de guayaba.

Interpretación: El señor si ha utilizado plantas medicinales y si ha tenido buenos resultados.

Pregunta No 09: ¿Cree que es rentable el cultivo de plantas medicinales aquí en la ciudad de Puyo?

Respuesta: Rentable para venta no sé, pero si es una buena alternativa para las familias

Interpretación: El señor no está seguro de la rentabilidad de las plantas medicinales para la venta pero sí cree que es una buena idea para el uso de las familias.

Pregunta No 10: ¿Usted siempre consume, plantas medicinales?

Respuesta: no

Interpretación: Por la falta de capacitación e inculcación el señor sabiendo que el uso de las plantas medicinales es una buena alternativa no lo practica.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- La hipótesis planteada al principio de la investigación se cumple porque las plantas medicinales, en un bajo porcentaje influyen en los moradores del sector
- También se llega a la conclusión que la falta de conocimiento sobre el cultivo de plantas medicinales es una causa de escasez de huertos pequeños en las casa.
- Se deduce que la facilidad de encontrar ciertas plantas medicinales por la vía es una de las causas de la falta de cultivos caseros, pero los moradores del sector no se dan cuenta que estas plantas pueden de algún modo estar contaminadas.
- Se comprueba por medio de la entrega de, encuestas y hojas volantes, que los moradores del sector no conocen de manera sustancial, como se utilizan y cultivan las plantas medicinales.
- Los moradores y autoridades concuerdan que en ciertos momentos hacen uso de productos elaborados a base de plantas medicinales, lo que da a saber que hay un nivel prometedor de aceptación de la utilización de las plantas medicinales para el cuidado de la salud.
- Se pudo establecer que tanto autoridades y habitantes del sector les gustaría conocer sobre cómo se usa las plantas medicinales y para qué sirven dejando y sobre todo como se cultivan las mismas.
- Las autoridades y habitantes coinciden en que hace falta propender el cuidado de la salud dentro del barrio los Ángeles. Ya que esto

coadyuvaría en beneficio de su cuidado personal en cuanto tiene que ver en la parte de su salud.

- Las autoridades del barrio los Ángeles han reconocido que no existe una verdadera interacción entre la autoridad y habitantes, razón por la que se puede estar dando tal despreocupación en no propender los cuidados de la salud de los habitantes del sector.
- Tanto autoridades y habitantes del Barrio los Ángeles están dispuestos a apoyar actividades que tengan que ver con el tema investigado como lo es las plantas medicinales para el cuidado de la salud de las personas.

5.2. Recomendaciones

- Se debería promocionar el cultivo y uso de la medicina natural, en esta clase de sectores ya que se pudo constatar que la mayoría de los habitantes utiliza productos naturales elaborados a base de plantas medicinales.
- Se debería propiciar el cultivo y uso de plantas medicinales dentro de los hogares de los habitantes de este sector, ya que esto ayudaría mucho a los pobladores hasta que logren ser atendidos en algún centro de salud.
- Se debería crear manuales sobre la utilización y para qué sirven las plantas medicinales, para poder ayudar al conocimiento de ello a los habitantes del Barrio los Ángeles.
- Se debe inculcar el cuidado de la salud en los habitantes del Barrio los Ángeles ya que esta es una falencia que tienen las autoridades de dicho sector y esto coadyuvaría al mejoramiento de la inmunidad de los mismos.
- Las autoridades del Barrio los Ángeles deberían crear una verdadera relación con los moradores del sector, para saber las falencias del sector.
- Tanto autoridades y habitantes del Barrio los Ángeles deberían apoyarse en actividades que tengan que ver con las plantas medicinales y como repercuten en el cuidado de la salud de las personas.

6.1 Título de la propuesta

Manual de uso de plantas medicinales y talleres de difusión.



Figura 6.1: Portada Manual
Elaborado por: Israel Castro

“Importancia del cultivo de las plantas medicinales y para los moradores del sector los Ángeles de la ciudad de Puyo de la Provincia de Pastaza”.

6.3 Objetivos

6.3.1 Objetivo General

- ✓ Elaborar un manual de uso y preparación de medicinas a base de plantas medicinales para el cuidado de la salud de los habitantes del Barrio los Ángeles.

6.3.2 Objetivos Específicos

- ✓ Proponer la utilización de plantas medicinales que se encuentran al alcance de todos los beneficiarios.
- ✓ Desarrollar un taller sobre los beneficios y bondades de las plantas medicinales e incentivar su cultivo.
- ✓ Coadyuvar al conocimiento y la utilización de las plantas medicinales.
- ✓ Establecer parámetros para que se creen conocimiento en las futuras generaciones sobre la utilización de plantas medicinales que están al alcance de todos y de todas.

6.4 Población objeto

La población objeto o beneficiaría son los 144 habitantes del Barrio los Ángeles quienes colaboraron en la realización de la encuesta y las 40 personas que colaboraron en el taller donde se entregaron las propuestas de la investigación.

Al mismo tiempo la investigación puede servir como material de consulta para estudiantes y docentes, la comunidad en general puede hacer uso de la misma.

6.5 Localización



Figura 6.2 Gobernaciónpastaza.com.ec.



Figura 6.3 Gobernaciónpastaza.com.ec.



Figura 6.5 Mapasdeecuador.com.



Figura 6.4 Pastazaeruditos.net.



Figura 6.5 Puyo vivepastaza.com
Gobernaciónpastaza.com.ec.



Figura 6.6 Parque central de Puyo



Figura 6.7: Sector Los Ángeles
Elaborado por: Israel Castro



Figura 6.8: Sector Los Ángeles
Elaborado por: Israel Castro

El Barrio Los Ángeles está ubicado a 5 Km de la Ciudad de Puyo de la provincia de Pastaza, en la vía Macas desvío a San Jacinto-Unión Base. Desde el centro de la ciudad de Puyo se hace un tiempo estimado de (15' minutos) se puede acceder en automóvil, bus (Cooperativa de Transportes Cordero Guerra, Orquídea Amazónica, Ruta Obrero). Es un lugar muy hermoso que comparte lindero con el parque etnobotánica OMARE sus pobladores tiene formación primaria, secundaria y universitaria.

6.6 Listado de contenidos temáticos

😊 Taller # 1.

Incentivo de las plantas medicinales.

- ¿Cómo preparar la tierra ideal para tus cultivos en casa?
- Ventajas de tener cultivos caseros.
- ¿Que son las plantas medicinales?
- Ventajas de utilizar la medicina natural y alternativa.

😊 Taller # 2.

Plantas medicinales más conocidas y su utilización.

- Listado de plantas medicinales especificando para que enfermedades se las emplea y su forma de uso.
- Plantas medicinales más utilizadas en la ciudad de Puyo.

INTRODUCCIÓN.

La elaboración de esta guía didáctica sobre “Como enseñar a hacer un huerto para el cultivo de plantas medicinales”.ayudará a la interacción del morador del sector y las plantas medicinales, ya que incluye técnicas y sugerencias que les servirá tanto a los pobladores del sector como para el barrio y por ende a la ciudad.

El morador del sector influye en como aprender y después enseñar a hacer un huerto de plantas medicinales, por ello como objetivo es contribuir en el fortalecimiento y desempeño de dar a conocer las bondades y beneficios de las plantas medicinales o también conocida medicina alternativa, una de las visiones de esta propuesta es impartir y dar a conocer tanto a familias como a las autoridades que la falta de una buena utilización de la medicina alternativa repercute en las familias puesto que una de mayores ventajas de esta medicina natural es que es económica otra de sus ventajas es que puede estar al alcance de toda familia, y otra de las principales razón es que se la puede utilizar de una forma rápida y en el mismo hogar siempre y cuando no sea la curación de un accidente grave en el cual necesite intervención de una casa se salud. Para comprender y enviar información siempre se requiere de una buena comunicación significativa ya que para algunos moradores es un placer escuchar a algunos consejos para mejorar su estilo de vida, por ello para que llegue la comunicación se la debe facilitar y hacerla lo más entendiblemente posible y para así afianzar su crecimiento como personas autónomas.

A continuación, se presenta una serie de ejercicios y actividades tanto explicativas como aplicativas, alternativa que puede utilizarse para promover el cultivo de plantas medicinales.

CAPÍTULO I

Plantas medicinales.

6.1.2 Como preparar la tierra ideal para tus cultivos en casa.

En lo consultado nos da a reconocer que por lo general, siempre estamos hablando de cultivos pero que no se toma en cuenta cuestiones básicas como riego, calidad de la tierra, fertilizantes, etc.

Para mejorar el rendimiento del huerto en casa, primeramente tenemos que reconocer el tipo de tierra en la que se va a sembrar ya que la tierra debe ser fértil y con un buen drenaje y con nutrientes cuando se cultiva en macetas o mesas de cultivos la tierra se agota brevemente por ello es recomendado utilizar abono orgánico vegetal. Por ello si la tierra en donde se va a cultivar es:

Arenosa: No tiene buena retención de agua pero si una alta oxigenación de raíces gracias a su buen drenaje.

Arcillosa: Tiene una buena retención de líquidos trayendo como consecuencia mala oxigenación de raíces.

Para saber si la tierra es apta para el cultivo se coge un puñado de tierra y se la aprieta en la mano, cuando la mano se abra uno se debe encontrar con una masa compacta de tierra pero que deshaga fácilmente.

Elementos que pueden ayudar a conseguir una tierra de cultivo apta para el huerto en casa.

-Arena: Ofrece buen drenaje y permite oxigenación de las raíces. No es recomendado utilizarlo como único elemento.

-Grama: Se recomienda colocarla en las bases de las macetas para mejorar el drenaje.

-Arlita: Se trata de un material de las bolitas de arcilla expandidas con calor que ofrecen un buen drenaje y oxigenación.

-Perlita: Se trata de un material muy liviano que almacena aire y nutrientes.

-Vermiculita: Se trata de mica expandida, da textura y ayuda a detener la rapidez de drenaje ya que absorbe agua y nutrientes.

-Rocas volcánicas: Mejora el drenaje y oxigenación de las raíces.

-Estiércol: Se trata de las heces de vacas, ovejas, cerdos, pollos, etc.

Lo mejor es que el estiércol este bien descompuesto.

-Humus de gusanos: Aportan oxigenación a las raíces y ayudan con la textura.

-Fibra de coco: Alta capacidad de retención, aporta una buena aireación, se recomienda mezclar la fibra de coco con humus de lombriz.⁴

(<http://ecohortum.com>)



Fig.: 6.8 Webquest.es

⁴ (<http://ecohortum.com/como-preparar-la-tierra-ideal-para-tus-cultivos-en-casa/>)

6.1.3 Ventajas de tener cultivos caseros.

Lo dicho por el Dr. Roberto Madrid, director médico de united healthcare en california aparte de ayudarle a tener una buena nutrición, la actividad de cultivar alimentos puede servirle como ejercicio psicológico al promover la satisfacción de crear y añadir un propósito a sus vidas.

Algunos beneficios:

-Más nutrientes y minerales: Se conserva minerales y nutrientes que son perdidos durante el viaje del campo a la tienda.

-Promueve el ejercicio: La jardinería también es una manera conveniente de ejercitarse en flexibilidad, resistencia y fuerza.

-Ahorro de dinero: en este párrafo se dice que una familia en el jardín de la casa invierte al año 70 dólares trayendo retorno de 600 dólares en gastos por verduras.

-Beneficio ecológico: Además Los jardines también contribuyen a la captura de carbono. Un césped bien cuidado almacena carbono del medio ambiente en cantidades cuatro veces más grande que las emitidas gracias a las máquinas utilizadas en su mantenimiento.

-Desarrolla hábitos saludables de alimentación y proporciona experiencias educativas, el cultivo en casa beneficia el compartir tiempo con la familia.

⁵<http://www.saludyninos.com/>)



Fig.: 6.9 Preparar la tierra es facilicimo.com

⁵ (<http://www.saludyninos.com/index.php/2013/03/29/los-beneficios-de-tener-un-huerto-casero/>)

6.1.3 ¿Qué son las plantas medicinales?

Son ciertos tipos de plantas que también son conocidas como medicina natural, que ha tenido un papel relevante a lo largo de la historia, a pesar que por el paso del tiempo ha sufrido un freno en su desarrollo debido al avance que se ha dado con la ciencia médica durante siglo, puesto que las nuevas tecnologías que han facilitado la investigación en la ciencia química por ello como resultados son los numerosos descubrimientos que se han dado en este tiempo. (NAUTA S.A, 1992 Pg.: 9)

6.1.4 Ventajas del utilizar la medicina alternativa o natural.

-Son más económicas, ya que sabiéndolas cultivar siempre las podrás tener en nuestros jardines.

-Están siempre al alcance ya que las podemos tener siempre en nuestras casas cuando tengamos alguna dolencia breve en una madrugada.

-No contaminan el medio ambiente.

-No contaminan nuestro cuerpo.

- Se conserva las tradiciones y costumbres de nuestro país y de los adultos mayores.



Fig.6.10⁷Jardineriainfantil.com

⁷Jardineriainfantil.com

Ejercicio de Autoevaluación.

-Analizar la lectura y escriba lo que se acuerde de los tres primeros pasos que se deben tomar antes de sembrar.

.....
.....
.....

-Las plantas medicinales son un recurso natural del cual se extrae su sabia para la elaboración de varias cosas. Sí...No

-Las plantas medicinales están siempre al alcance en nuestras casas cuando tengamos alguna dolencia breve en una madrugada Sí...No

-Cree usted que las plantas contaminan nuestro medio ambiente. Sí...No

CAPÍTULO II

Plantas medicinales.

6.2.1 Plantas medicinales para ciertas enfermedades y su utilización.

Nombre.	Beneficio.	Utilización
EUCALIPTO	Expulsa parásitos intestinales, es cicatrizante de heridas e irritaciones de la piel.	cocción de las hojas, como el aceite esencial y baños
ALBAHACA	Es eficaz contra el dolor de estómago, la falta de apetito y el estreñimiento.	Hervor de las hojas y tomarlo como té.
ARTEMISA	Tiene la facultad de provocar y regular la menstruación en caso de periodos irregulares	Tomarlo como té.
MEJORANA	Adecuada para problemas del aparato digestivo, abre el apetito y es indicada contra la anorexia.	Tomarlo como té.
MENTA	para el aparato digestivo y para aliviar los dolores menstruales	Tomarlo como té.
ORÉGANO	Contribuye al buen funcionamiento de la vesícula biliar y el hígado.	Tomar como té, o con las comidas.
ROMERO	Influye positivamente en los trastornos gastrointestinales, dolencias renales, reuma, gota, agotamiento nervioso y ayuda a fortalecer a los convalecientes.	Tomar como té aceite esencial y baños.
SALVIA	Ayuda a que se haga bien la digestión y, tomándola en infusión, es un buen medio para combatir la sudoración excesiva, usándose, además, para enjuagues buco-faríngeos. Tiene efectos sedantes y desinfectantes.	Tomar como té aceite esencial y baños.
TOMILLO	Sirve para aliviar las alteraciones gástricas o intestinales y forma parte de muchos elixires, jugos y gotas contra la tos.	Tomar como té y baños.
AJO	Regula las funciones glandulares y normaliza las secreciones digestivas y del metabolismo en general.	Tomarlo con leche o junto las comidas.
NABO	Anticatarral, anti inflamatorio. El caldo de este tubérculo se beba como pectoral y calmante, contra las enfermedades inflamatorias del pecho, la tos, bronquitis, asma e irritaciones de las vías urinarias.	Se comen cocidas
ANIS	Posee propiedades estomacales, estimulantes, desinflamantes y digestivas, expulsa los gases del estómago y de los intestinos, calma	Tomar como té

	los dolores de cabeza. El aceite de anís sirve para matar los piojos.	
ACHICORIA	Es refrescante digestiva, aperitiva y tónica; depura la sangre y los riñones es muy útil a las personas de temperamento bilioso e histéricas.	Sus hojas se comen crudas en ensaladas
ACELGA	Es diurética, y vulneraria. Depuran la sangre y mineralizan nuestro cuerpo.	. Se comen cocidas o tomar caldo de su cocimiento.
CANCHALAGA	- Estomática, depurativa, sudorífica y febrífuga. Refrescante de la sangre. Como depurativo, es útil contra la afecciones reumáticas, del hígado ictericia, eczemas y enfermedades de la piel, es aperitiva, estomacal, mata las lombrices, calma los nervios y las palpitations del corazón, combate las fiebres inflamatorias, la epilepsia, la pleuresía, afección reumática y en el primer periodo de la pulmonía	

⁸([http:// maríaelenagallardoplantas-medicinales/](http://maríaelenagallardoplantas-medicinales/))

⁸ [http:// maríaelenagallardoplantas-medicinales-para-que-enfermedad-es-y-como-se-usan/](http://maríaelenagallardoplantas-medicinales-para-que-enfermedad-es-y-como-se-usan/)

6.2.2 Plantas medicinales más conocidas en la ciudad de Puyo.



Fig.6.11.Fuente figura: Israel Castro

6.2.2.1 Llantén

Nombre científico: Plantago Major.

Nombre Popular: Llantén, lantén, pulguera

Usos probados: Por su acción antihemorrágica es usado para hemorroides administrando la infusión de sus hojas. Por su acción astringente, calmante de la tos, se emplea para asma bronquitis Tópicamente se usa para infecciones de la piel

Otros Usos Populares:

La infusión por vía oral, sirve para cólicos, diarrea gastritis, fiebre, tuberculosis, cálculos, caries, hepatitis, malaria y sífilis sus semillas también pueden ser utilizadas como laxante. Se la puede consumir hirviendo sus hojas 50g. En un litro de agua y tomando 2 tazas al día, machacando y mezclando con aceite de oliva y aplicar en la zona afectada, y como jugo machacar y tomar de 2 a 5 cucharadas a cada hora.

La planta es perenne en roseta basal con hojas anchas ovaladas, posee flores blanco con verde sobre los tallitos erectos de la roseta, tiene frutos pequeños y secos. El hábitat de estas plantas son nativas de Eurasia crecen en tierras del trópico húmedo por medio de las semillas. (ASDIMOR 2002 Pg.198)



6.12 Elaborado por: Israel Castro

6.2.2.2 Limón

Nombre científico: Citrus médica.

Nombre Popular: Limón.

Usos terapéuticos probados: El jugo fresco de este fruto se lo es comúnmente empleado para tratar fiebres, gota, gripes, gárgaras para lo que son las dolencias de las infecciones de garganta, también se lo emplea para lo que es lavado vaginales, gastritis ya sea aguda o crónicas.

Otros Usos Populares: Su jugo tibio se lo emplea para curar lo que son toses fuertes y como sudorífico un poco de este jugo (una cucharada) mezclado con agua hervida (media cucharada) se lo aplica en las fosas nasales para detener lo que son las hemorragias.

Descripción de la planta: planta que logra un tamaño de 5 a 8 metros de altura de ramas irregulares y espinosas, con frutos pequeños.

Hábitat: Se cultiva en climas cálidos de trópicos y subtropical. (ASDIMOR 2002 Pg.190)



6.2.2.3 Guayaba.

Nombre científico:

Psidium Guajava.

Nombre Popular:

Guayaba.

Usos terapéuticos

probados: Es utilizada para las afecciones de las vías respiratorias, también sus hojas hechas infusión son buenas para los daños estomacales y diarreas fuertes.

F6.13 Elaborado por: Israel Castro

Otros Usos Populares: La infusión de la corteza o las hojas cura afecciones bronquiales y digestivas, el cocimiento de las hojas y la corteza en forma de lavativas o compresas desinflama la vagina, afecciones de la piel y mucosas y su fruto acá en la Amazonía se lo emplea para elaborar mermeladas.

Descripción de la planta: Es una planta que no tiene gran estatura, sus ramas no tienen gran grosor es de un color ligeramente rosado, sus hojas son verdes, y sus frutos son medios amarillos cuando ya están maduros.

Hábitat: Crece en zonas húmedas y secas, nativo de América tropical,

Guía moderna de medicina natural (ASDIMOR 2002 Pg.177)



Fig.6.14 Fuente: Israel Castro.

6.2.2.4 Hierba Luisa

Nombre científico: Lippia Citriodora.

Nombre Popular: Hierba luisa.

Características Generales:

Es una planta que puede cultivarse en cercos y jardines. Sus hojas son lanceoladas y paralelinervas. Por su aroma se la prefiere en desayunos y conservas.

Otros Usos Populares: La infusión de hojas es un tónico estomacal, sedante, carminativo, previene y elimina gases, se emplea la maceración para prevenir vértigos, y trastornos digestivos, las compresas y masticación ayudan a calmar el dolor dental, el vapor del cocimiento, empleado en baños terapéuticos sirven para calmar los nervios.

Hábitat: Nace fácilmente en potreros es planta de origen americano, crece generalmente en lugares húmedos. (ASDIMOR 2002 Pg.180)



6.2.2.5 Cacao

Nombre científico:

Theobro

Nombre Popular: Cacao.

Usos terapéuticos

probados: La manteca de este fruto se lo utiliza de forma tópica aplicado en los labios es bueno para lo que son los labios resecos, con este fruto también se realizan lo que son supositorios y ungüentos, el extracto de

Fig. 6.15: Cacao Fuente figura: Israel Castro

sus hojas son buenas para la otitis, neumonía, y sus semillas tienen propiedades diuréticas, aperitivas, estimulantes del sistema nervioso, cicatrizante y calma la fatiga.

Otros Usos Populares: La infusión de sus hojas se usa como tónico cardiaco, y su cocimiento con semillas sirven para tratar afecciones pulmonares, diarreas, parasitismos, cólicos, fiebres y malarías.

Descripción de la planta: Árbol variable en tamaño. Posee un tallo ramificado con lo usual de 3 o 4 ramas laterales que forman una copa baja extendida.

Hábitat: Nativo de la cuenca amazónica, fue llevado al sur de México y centro América, se cultiva en todo el mundo en regiones tropicales húmedas y cálidas. (ASDIMOR 2002 Pg.178)



Fig.6.16 Elaborado por: Israel Castro

6.2.2.6 Ortiga

Nombre científico: Urtica.

Nombre Popular: Ortiga.

Usos terapéuticos comprobados:

Su uso oral y su infusión de las hojas son buenas para las afecciones del sistema urinario como cálculos, reumatismos, gota, obesidad, diabetes, anemia, raquitismo, hemorragias de útero, gastritis y diarreas.

Otros Usos Populares: Para diarreas, disenterías, gastritis, asma, bronquitis, sarampión, estreñimiento y la hepatitis.

Descripción de la planta: Es una planta pequeña de ramificaciones muy pequeñas, posee flores unisexuales en diferentes plantas que cuelgan en racimos densos esta planta posee espinos que también son utilizados para la circulación de la sangre.

Hábitat: Es nativa de regiones templadas, crece espontáneamente en todo el mundo especialmente a las orillas de los ríos. (ASDIMOR 2002 Pg.225)



6.2.2.7 Sábila.

Nombre científico: Aloe vera.

Nombre Popular:

Zabila, siempre viva

Propiedades Medicinales: La gelatina extraída directamente o maceración de la sábila es un poderoso medicamento para las infecciones uterinas, renales, hepáticas, intestinales, bronquiales y protector del cutis y de la cabellera, además tomándola seguido cura dolores de cabeza.

Figura 6.17 Fuente: Israel castro

Otros Usos Populares

Se usa vía oral para la hipertensión, indigestión artritis, en infusión las hojas se las usa para la hepatitis. Tópicamente su gel se usa para el acné, quemaduras, raspones y antiinflamatoria, una de cada 200 personas pueden ser alérgicas. Descripción de la planta. Hojas basales en roseta, grandes alargadas y carnosas poseen flores tubulares amarillas, naranjas o rojizas. Tiene un fruto en capsulas.

Hábitat

Planta nativa del mediterráneo, introducida en américa en suelos secos, húmedos y pueden ser plantas aéreas. (ASDIMOR 2002 Pg.260)



Fig.6.18 achiote Fuente figura: Israel Castro

2.2.8 Achiote

Nombre científico: Bixa Orellana

Nombre Popular: Achote.

Usos terapéuticos probados

El extracto etanólico del fruto y hoja combaten la actividad bacterianas taphilococcus aureu y otras que producen más de 30 cuadros infecciosos los cuales afectan a la mayor parte del sistema del cuerpo humano el extracto jugoso se usa como relajante de brazos, piernas, rostro y abdomen.

Otros usos populares

Para la diarrea hervir seis hojas en un litro de agua , para la fiebre por causa del sarampión se deben realizar baños durante tres días ,la masa roja del centro de la fruta se usa para hacer gárgaras contra la amigdalitis , las semillas tienen un color de uso textil y culinario estas en infusión son expectorante, la planta expulsa sustancias que son repelente para los insectos sus hojas son cicatrizantes.

La planta es un arbusto mediano con muchas hojas alternadas entre sí .Sus flores son blanco rosadas .El fruto tiene forma de un ovalo con espinas débiles. Dentro del fruto encontramos muchas semillas su pulpa es roja y anaranjada y es nativa de la cuenca amazónica se la encuentra desde México hasta Argentina. (ASDIMOR 2002 Pg.46)



6.2.2.9 Algodón

Nombre científico:

Gossypium Berbeceum

Nombre Popular: Algodón.

Usos terapéuticos

probados: Para el tratamiento de los pacientes se utiliza la raíz, las semillas, hojas y flores, es un coadyuvante en el tratamiento de la inflamación de los intestinos, diarreas, pujos, catarro, inflamaciones pulmonares y retraso

menstrual

Fig.6.19 Fuente Israel Castro

Preparación y Dosis: Hervir medio litro de agua, luego agregarle 5g. De semillas, hojas o flores, tapar el recipiente por 10 minutos. No olvide de tomar 2 tazas diarias por 5 días. (ASDIMOR 2002 Pg.72)

2.3 Ejercicios de Autoevaluación

Verdadero o falso según usted crea que corresponda.

¿El llantén por su acción astringente es calmante de la tos, se emplea para asma bronquitis y Tópicamente se usa para infecciones de la piel?
()

¿El limón cura las dolencias de las infecciones de garganta, y también se lo emplea para lo que es lavado vaginales, gastritis ya sea aguda o crónicas?
()

¿La guayaba es utilizada para las afecciones de las vías respiratorias, y también sus hojas hechas infusión son buenas para los daños estomacales y diarreas fuertes? ()

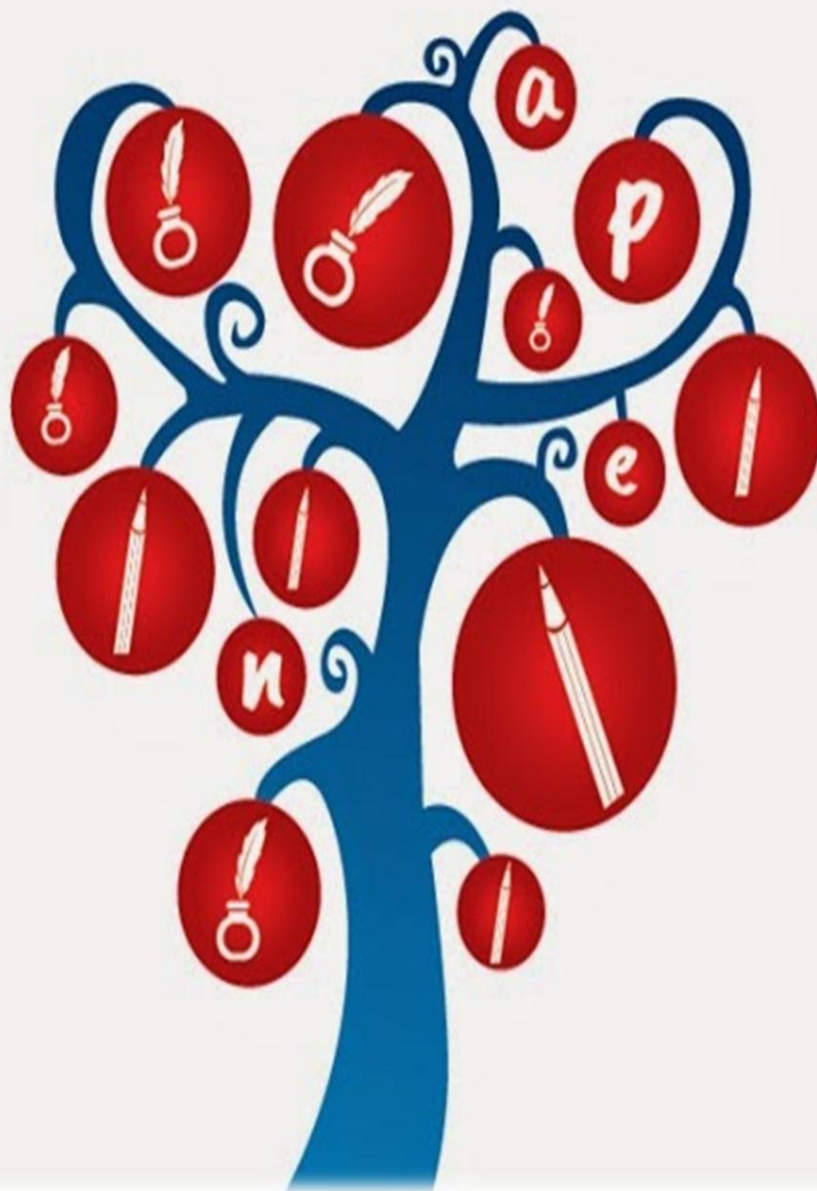
La ortiga en uso oral y en infusión de las hojas son buenas para las afecciones del sistema urinario como cálculos, reumatismos, gota, obesidad, diabetes, anemia, raquitismo, hemorragias de útero, gastritis y diarreas ()

😊 Dibuje una planta medicinal que usted conozca y ponga su nombre.



Realización del juego el teléfono dañado, con nombres de las plantas medicinales, por ejemplo un señor empieza con manzanilla, el señor que le sigue dice manzanilla, matico, luego el señor que sigue dice: manzanilla, matico, ortiga y así sucesivamente.

ANEXOS.



Anexo 1 Actividades realizadas para poder ejercer mis dos talleres.

-Hablar con la autoridad para poder reunir a los vecinos y poder exponerles sobre los beneficios de los cultivos caseros.

-hacer la dinámica del tingo tingo tango para que los vecinos se presenten y hagan penitencias durante el taller.

-Entrega y realización de encuestas y de los manuales durante el taller conformado por 40 personas

-Realización de la entrega de hojas volantes y de encuestas.



Anexo 2: Taller 1.

Agenda.

Elaborado por: Rodrigo Israel Castro Guamanquispe.

Tiempo de Duración: 1:30 min.

Dirigido a: Moradores del sector y a las autoridades del sector 40 personas.

Hora.	Actividades.	Responsables.	Proceso.	Materiales.	Tiempo de duración.	Metodología
10:00	Bienvenida.	Autoridad del barrio.	Palabras de bienvenida.	Talento humano.	10:00 min.	Conversación.
10:10	Dinámica: Tingo tingo tango	Rodrigo Israel castro.	Explicación de la dinámica.	Talento humano.	20:00 min.	Juego.
10:30	Introducción del tema: Incitando al cultivo casero.	Rodrigo Israel castro.	Exposición del tema.	Carteles.	20:00 min.	Exposición.
10:50	Desarrollo de encuesta y preguntas expuestas por el expositor.	Rodrigo Israel castro.	Formulación de preguntas sobre lo expuesto.	Copias y esferos	30:00 min.	Encuesta.
11:20	Entrega de manuales, despedida y agradecimiento.	Autoridad	Palabras de Despedida y agradecimiento.	Talento humano.	10:00 min	Conversación

Anexo 3: Taller 2.

Agenda.

Elaborado por: Rodrigo Israel Castro Guamanquispe.

Tiempo de Duración: 1:45 min.

Dirigido a: Moradores del sector.



Hora.	Actividades.	Responsables.	Proceso.	Materiales.	Tiempo de duración.	Metodología
5:00pm	Con un respectivo saludo dar hojas volantes, y proceder a ejercer encuestas a los moradores que gentilmente deseen llenarla.	Rodrigo Israel castro	Repartición de hojas volantes y hojas de encuestas.	Hojas volantes.	1:45 min.	Conversación.

Anexo 3: fotos.



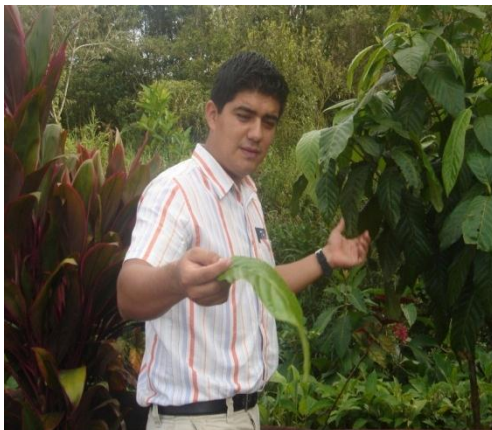
Aquí estoy en la entrevista con el estudiado en medicina natural Luis Alberto Tandazo



Durante mi investigación de las plantitas plantas medicinales



En un grupo del barrio para hablarles sobre plantas medicinales y hacer la encuesta





UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL
LICENCIATURA EN ECOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE

Aplicación de encuesta dirigida a los Habitantes del Barrio los Ángeles.

Objetivo General: Conocer las plantas medicinales actúan en favor de la salud de las personas.

Objetivo específico: Conocer que conocimiento poseen sobre las plantas medicinales y que uso les dan a las mismas en favor a su salud personal.

-Por favor marque con una X en el casillero que corresponda.

1. ¿Tiene usted algún conocimiento sobre plantas medicinales?

a) Sí _____ b) No _____

-2. ¿Ha utilizado productos hechos a base de plantas medicinales?

a) Sí _____ b) No _____ d) A veces _____

-3. ¿Cuál de las siguientes opciones, considera usted es el mayor beneficio de los productos elaborados con plantas medicinales?

a) __ Mayor durabilidad b) __ No contiene químicos c) __ Relajación del cuerpo d) ____
Prevención de enfermedades _____

-4. ¿Ha sembrado y/o cultivado usted alguna vez plantas medicinales?

a) Sí _____ b) No _____ d) A veces _____

-5. De las siguientes alternativas cual considera que es mejor:

a) Aprender a cultivar plantas medicinales _____
b) Aprender el uso de las plantas medicinales _____
c) Ninguna de las dos _____

6. ¿Conoce el significado de cuidado de la salud?

a) Sí _____ b) No _____ d) Tal vez _____

-7. ¿Cuál de las siguientes clases de medicinas considera usted que es mejor? a)

Medicina tradicional (*natural*) __ b) Medicina Científica__

-8. En los siguientes enunciados describa de qué manera cuida su salud.

a) Medicina tradicional (*natural*) _____
b) Medicina Científica (*médicos*) _____
c) Utiliza las dos clases de medicina tradicional y científica _____

-9. La utilización de la Medicina tradicional (*natural*) en su hogar ha sido:

a) Muy buena _____ Regular _____

b) Mala _____

-10. ¿Estaría dispuesto/a usted a apoyar temas en los que se traten sobre la importancia de las plantas medicinales en el cuidado de la salud?

a) Sí _____

b) No _____

d) Tal vez ____

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL
LICENCIATURA EN ECOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE

Aplicación de encuesta dirigida a las Autoridades del Barrio los Ángeles.

Objetivo General: Conocer las plantas medicinales actúan en favor de la salud de las personas.

Objetivo específico: Conocer si se ha propiciado el conocimiento y uso de las plantas medicinales en favor de la salud personal de los moradores del Barrio los Ángeles.

Seleccione la alternativa que crea conveniente con X en el casillero.

1. ¿Cómo autoridad del barrio ha propiciado el conocimiento sobre plantas medicinales? a) Sí _____ b) No _____

2. ¿Tiene usted conocimiento si moradores del Barrio utilizan productos hechos a base de plantas medicinales? a) Sí _____ b) No _____ d) A veces _____

3. ¿Usted aconsejaría el uso de productos elaborados con plantas medicinales?
a) Si porque conozco su uso _____ b) No porque desconozco su uso _____

4. ¿Ha propiciado usted el sembrado y/o cultivo de plantas medicinales dentro del Barrio? a) Sí _____ b) No _____ d) A veces _____

5. De existir una propuesta sobre las plantas medicinales en favor de la salud personal de los moradores del Barrio. Cuál de las siguientes alternativas consideraría
a) Aprender a cultivar plantas medicinales _____ b) Aprender el uso de las plantas medicinales _____ c) Ninguna de las dos _____

6. ¿De qué manera propicia usted el cuidado de la salud de los moradores dentro de Barrio? a) A través de charlas ____ b) Realizando talleres ____ d) Ninguna alternativa ____

7. De realizar charlas o talleres de salud dentro del Barrio con qué clase de medicina trabaja mayormente. a) Medicina tradicional (*natural*) ____ b) Medicina Científica ____

8. De realizar campañas de salud con qué clase de medicina trabaja o trabajaría más.
a) Medicina tradicional (*natural*) ____ b) Medicina Científica ____

9. ¿Considera la utilización de la Medicina tradicional (*natural*)?

Muy buena ____ Buena ____ Regular ____ Mala ____

10. ¿Estaría dispuesto/ usted a apoyar temas en los que se traten sobre la importancia de las plantas medicinales en el cuidado de la salud?

a) Sí _____

b) No _____

FOTOS EN EL TALLER CON 40 PERSONAS



LAS PLANTAS MEDICINALES Y SUS BENEFICIOS.

PORQUE SON BENEFICIOSAS LAS PLANTAS MEDICINALES.

Son saludables porque uno se cura por medio natural evitando la absorción de diversos elementos que se encuentran en la medicina química, que trae consigo a otras enfermedades como resultados secundarios, y utilizándola de forma adecuada puede ser beneficioso económicamente puesto que la podemos conseguir hasta en nuestros jardines.

ENFERMEDADES COMUNES QUE PUEDEN SER CURADAS CON MEDICINA NATURAL.

La gripe se la puede tratar con limonadas endulsadas con miel de abeja, la sábila aparte de ser aliada de la cosmetología es buena para cicatrizar heridas internas como externas, la dulcamara utilizada en novenaria es bueno para curar migrañas y tumores.

La infusión de la corteza de la guayaba o las hojas cura afecciones bronquiales y digestivas, el cocimiento de las hojas y la corteza en forma de lavativas o compresas desinflama la vagina, afecciones de la piel y mucosas y su fruto acá en la Amazonía se lo emplea para elaborar mermeladas.

La infusión de hojas de la Hierva Luisa es un tónico estomacal, sedante, carminativo, previene y elimina gases, se emplea la maceración para prevenir vértigos, y trastornos digestivos, las compresas y masticación ayudan a calmar el dolor dental, el vapor del cocimiento, empleado en baños terapéuticos sirven para calmar los nervios, por eso ánimo y crea tu propio huerto casero.

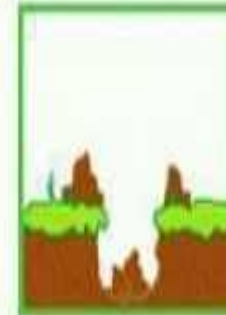
1

Afloja la tierra en una superficie de 40 por 40 centímetros de profundidad.



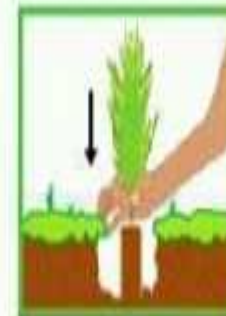
2

En el centro abre un hueco o cepa tan ancho y profundo como la raíz de tu planta



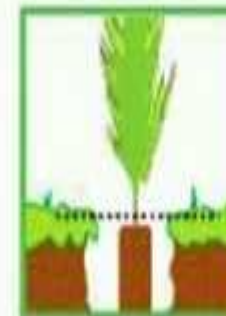
3

Toma la planta de la parte más baja del tallo con dos dedos. No la maltrates ni toques la raíz.



4

Ponla en la cepa al ras del suelo.



5

Cubre la raíz de tu planta con la tierra.



6

Compacta la tierra con las manos; no debe quedar muy apretada ni muy floja.



7

Haz un borde o cajete alrededor para favorecer la captación de agua



Compartelo, muchos no lo saben!



Bibliografía.

- ASDIMOR. (2002). *“Guía moderna de medicina Natural”*. publicaciones ASDIMOR Edición .S.A.
- Constitución política del Ecuador, (2008)
- Fundación Salud y Naturaleza(S.N.)SO-2/2007 LIBRO BLANCO
- Gobernaciónpastaza.com.ec.
- Gobernaciónpastaza.com.ec.
- <http://ecocosas.com/agroecologia/huerto-aromaticas-medicinales/> por Raul Mannise 10/04/2012. (s.f.).
- mapasdeecuador.com.
- Nauta S.A. (1992). *medicinas naturales, la curación a travez de las plantas*. España: Nauta S.A. (PG)9.
- Dr. Pamplona Jorge Como tener un Cuerpo Sano editorial safeliz 2009Pg.:18
- Puyo vivepastaza.com.
- Puyo Gobernaciónpastaza.com.ec.
- (<http://ecohortum.com/como-preparar-la-tierra-ideal-para-tus-cultivos-en-casa/>)
- (<http://definicion.de/plantas-medicinales/>)
- Jardineriainfantil.com
- www.importancia.org2002 a 2012
- <http://www.epidemiolog.net/es/endesarrollo/FenomenoDeLaEnfermedad.pdf>
- [http://www.saludyninos/index.php/2013/03/29/ los-beneficios-de-tener-un-huerto-casero/](http://www.saludyninos/index.php/2013/03/29/los-beneficios-de-tener-un-huerto-casero/)
- <http://www.puntovital.cl/salud/alternativa.htm>

-<http://maríaelenagallardoplantas-medicinales-para-que-enfermedad-es-y-como-se-usan/>

- <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/#ixzz3ieCZece6>

-<http://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/prevencion-salud/san041833wr.html?pid=bmbiblio>