

MEDICINA TRADICIONAL DE LA MUJER INGA

por

Clara Giraldo-Tafur*

Resumen

Giraldo-Tafur, C.: Medicina tradicional de la mujer inga. Rev. Acad. Colomb. Cienc. 24(90): 5-23, 2000. ISSN 0370-3908.

Los ingas mantienen viva una tradición médica cuya terapéutica curativa se basa en el uso de plantas. Hay evidencia de que han amalgamado a su medicina principios médicos hispánicos y de otras comunidades indígenas, así como el uso de plantas de diversas regiones del país y principalmente el intercambio con comunidades de la selva amazónica.

Se registran 119 plantas que sirven de base para la preparación de 149 remedios utilizados por las mujeres inga.

Palabras clave: Inga, etnomedicina, mujeres, plantas.

Abstract

The inga maintain alive a medical tradition whose therapeutics is based on the use of plants. There is evidence that they have incorporated into their medicine Hispanic medical principles and of other indigenous communities as well as the use of plants from other regions of Colombia, mainly by exchange with communities of the Amazonian jungle.

119 plants used by Inga women specialists in medicine are referenced as well as the preparation of 149 remedies used to solve health problems.

Key words: Inga, etnomedicine, women, plants.

Introducción

Al sudoccidente de Colombia, en el valle de Sibundoy, a una altura de 2.000 msnm viven los indígenas inga. Los ingas, sobretodo los mayores, habitan en las lomas, disper-

sos en casas rodeadas por las chagras que conforman 18 veredas. El resto de la población se concentra en la cabecera municipal de Santiago. El paisaje del valle de Sibundoy y de las lomas circundantes está dominado por potreros para la cría de ganado lechero y en algunas zonas se en-

* Antropóloga, Organización Yuluh Airú, Dirección: Av. Caracas No. 48-63. E-mail: jpinto@multi.net.co

cuentran extensos cultivos de maíz. Antiguamente la mayor parte del valle de Sibundoy estaba cubierto por bosques y por grandes pantanos con juncos, que durante este siglo, con el fin de ganar tierras cultivables, se les realizó un proceso de desecación. Hoy día encontramos algunos pocos dispersos (Bello, 1987). El área agrícola se concentra en el municipio de Santiago y Sibundoy donde hay un mayor porcentaje de asentamientos indígenas. Algunos ingas conservan aún la chagra tradicional (policultivo multiestrata) en tanto que otros han adoptado los monocultivos y la cría de ganado lechero. En las chagras a simple vista se nota un desorden de plantas y maleza, pero si se mira con detenimiento se observan diversas plantas comestibles entremezcladas con plantas medicinales. En las chagras tradicionales se cultivan el maíz (*Zea mays*), "la cuna" y "la tumaqueña" (araceas), la papa guasimba (*Sysirinchium* sp.), la caña de azúcar (*Saccharum officinarum*), el fríjol popayán (*Phaseolus* sp.), el chilacuán (*Carica pubescens*), las coles (*Brassica oleracea*), las habas (*Vicia faba*), las alverjas (*Pisum sativum*), la granadilla (*Passiflora ligularis*), las manzanas (*Malus pumila*), las ciruela reina claudia (*Bunchosia* sp.), duraznos (*Prunus persica*), achiras (*Canna indica*), tausos, curubas (*Passiflora mixta*), naranjillas (lulos) (*Solanum quitoense*), tomates de árbol (*Cyphomandra betacea*), uvillas (uchuvas) (*Physalis peruviana*), ají (*Capsicum annum*), motilón (*Hyeronima colombiana*), moquillo (*Saurauia scabra*), cebolla blanca (*Allium fistulosum*), limón (*Citrus limon*), naranja (*Citrus aurantium sinensis*), café (*Coffea* sp.), calabaza (*Cucurbita pepo*), maco, sachaburutu (*Phaseolus* sp.), chahuchilla, cidrayota (*Sechium edule*), remolacha (*Beta vulgaris*), lechuga (*Lactuca scariola*), cilantro (*Eryngium fetidum*), mora (*Rubus glaucus*), fresa (*Fragaria* sp.) y pera (*Pyrus communis*). En las chagras comerciales se siembra primero la papa para soltar la tierra y prepararla para los demás cultivos. Se cosecha la papa (*Solanum tuberosum*) y se siembra el maíz. Cuando éste crece se siembra el fríjol. La mata de maíz sirve para sostenerlo. Siembran hortalizas, naranjilla (lulo), tomate de árbol, y repollo en producción continua. Los ingas que viven en las veredas por lo general mantienen el cultivo de "pancoger" y venden unos pocos productos en la cabecera municipal, como la papa y el fríjol. Hay algunas mujeres mayores que venden los sayos (ruanas) y chumbes (fajas) a turistas ocasionales.

Así mismo, como una importante actividad económica figura el comercio de plantas, de productos medicinales como purgantes, jarabes, pomadas, riegos, etc. y la práctica de su medicina. En general venden sus productos en ciudades como Cali, Buenaventura, Bogotá, y Cúcuta entre otras. Desde el siglo XVI se denota un movimiento poblacional y hoy se constituye en una etnia que debido

a su amplia actividad itinerante tiene residencia urbana en Bogotá, Medellín, Cali, Barranquilla, Caracas, Maracaibo, y Ciudad de Panamá (Ramírez & Urrea, 1989).

Entre los ingas del municipio de Santiago, parteras, tocadoras y yerbateras solucionan algunos de los problemas de salud que se presentan en los niños, en estados del ciclo de vida femenino que requieren de cuidado especial como el embarazo, parto, puerperio, lactancia y enfermedades para las cuales encuentran solución en los remedios vegetales (ver tablas).

Aún cuando los ingas son reconocidos médicos tradicionales, existen pocas investigaciones de carácter etnobotánico y etnomédico en la región. Particularmente sobre la medicina tradicional practicada por las mujeres ingas existe un vacío bibliográfico. En las investigaciones realizadas con los indígenas ingas del valle de Sibundoy figuran Bristol (1965 y 1967) con sus trabajos sobre la etnobotánica de los Sibundoy y sobre el uso de *Banesteriopsis* sp. entre los Sibundoy; Guevara Corral (s.f.) realizó un análisis de las referencias conceptuales de la etnobotánica de los curanderos ingas; García-Barriga (1974, 1975) en su libro "Flora Medicinal de Colombia" considera los usos médicos de las plantas por parte de los ingas; Urrea & Barrera (1987) hacen una revisión general de los remedios botánicos y un modelo etnomédico ingano-kamsá; Pinzón & Garay (1989) elaboran un análisis sobre los taitas inganos e incluyen una lista de plantas sembradas en una huerta medicinal ingana; Ramírez de Jara & Urrea-Giraldo (1989) estudiaron la "Dinámica etnohistórica, sociodemográfica y presencia contemporánea del curanderismo ingano-Kamsá en las ciudades colombianas; Pinzón-Castaño & Ramírez de Jara (1991) discuten el shamanismo sibundoy y la cultura popular en Colombia.

Las Plantas medicinales

El uso de plantas medicinales como terapéutica curativa resulta del conocimiento del medio ecológico, de la capacidad simbólica que se tiene para volver el medio el escenario cultural, así como del intercambio de saberes y remedios debido a los procesos históricos y a los contactos culturales.

Durante el dominio de los españoles se dio un complejo proceso de integración de sistemas médicos. Los sistemas médicos indígenas correspondían como el sistema médico español a una determinada concepción del mundo, con unas prácticas socialmente validadas que fueron parcialmente adoptadas por ambas culturas.

Los españoles traían consigo médicos y remedios; contaban con el cuerpo teórico que explicaba el origen de la dolencia, el diagnóstico y la cura, resultado del momento científico y técnico europeo; mezcla de ciencia, escolasticismo y magia medieval, así como de múltiples contactos culturales principalmente con el Mediterráneo y Medio Oriente. Sin embargo, desconocían el medio ambiente americano y su medicina era insuficiente para sanar las nuevas enfermedades, así que para sobrevivir tuvieron que valerse del recurso médico nativo. La farmacopea hispánica se vio enriquecida por la nativa y las terapias eran ibéricas en sus principios e indígenas en sus medicamentos. El mal de ojo, el principio de frío y caliente y muchas plantas traídas de Europa y de origen asiático, chino o hindú, que fueron utilizadas en la farmacopea vegetal por los españoles son algunos ejemplos de la herencia hispánica (Gutiérrez de Pineda, 1985).

Algunas plantas utilizadas actualmente por los ingas en la terapéutica curativa no son americanas como el sauco (*Sambucus mexicana*), la manzana (*Malus pumila*), el apio (*Apium graveolens*), la hortensia (*Hydrangea opuloides*) de origen asiático, el toronjil (*Melissa officinalis*) europeo, el clavo (*Eugenia clorophyllata*) de Molucas y Filipinas, el anís (*Pimpinella anisum*) de Asia menor, Grecia y Egipto entre otras. Sin embargo, se desconoce quién las introdujo al valle de Sibundoy (colonizadores, sacerdotes, criollos, mestizos o colonos) y si el uso fue atribuido por los españoles o por los indígenas una vez conocieron las plantas.

Actualmente, existe una variedad de plantas utilizadas por los ingas, incorporadas a su sistema médico traídas del pie de monte y llanura amazónica, del páramo de Bordoncillo, de los andes peruanos y ecuatorianos, de la región andina colombiana y de las tierras bajas de la Guajira. Así mismo compran algunas hierbas, utilizadas en la medicina popular, en las plazas de mercado de Pasto, Cali y Bogotá principalmente. Las plantas son secadas en bolsas de papel y posteriormente se utilizan en la preparación de jarabes (Giraldo-Tafur, 1998).

Ejemplo de lo anterior lo constituyen las plantas traídas de los alrededores de Mocoa, Yunguillo, Villa Garzón (Putumayo), como la caraña, la cuasia (*Cuassia amara*), el coquindo (*Aspidosperma album*), la vainilla (*Vanilla sp.*) y la acacia de la India. Algunas son compradas en Buenavista resguardo Siona en el bajo Putumayo como el tigreguasca, la chuchuhuasa (*Maytenus laevis*), el chiricampi (*Brunfelsia grandiflora*), el copal (*Protium sp.*), el ámbar (*Tetracera sessiliflora*), y su uso es el mismo que le dan los indígenas sionas y los cofanes. Así mismo utilizan plantas originarias de los Andes peruanos y ecuatorianos

como el chilacuán (*Carica pubescens*), de la Guajira y Maracaibo como el tachi y otras originarias del páramo de Bordoncillo como raíz de China (*Dioscorea vellosa*), biwinja, chaquilulo (*Thibaudia pichinchensis*), chichaja (*Gaultheria insipida*) y el conejo guasca que lo consiguen a la orilla del Balsayaco. Algunas plantas como la esponjilla (*Luffa operculata*), la flor de ánima (*Tagetes sp.*), el yagé (*Banisteriopsis sp.*) de clima cálido han sido adaptadas por los ingas al valle de Sibundoy así como la guayabilla (*Ugni sp.*) traída del páramo (Giraldo-Tafur, 1998). Entre los terapeutas tradicionales del Putumayo llamados "Taitas" se utiliza el yagé (*Banisteriopsis sp.*) planta propia de la selva húmeda tropical, cuyo uso fue inicialmente practicado por las comunidades de la selva amazónica occidental, sionas y cofanes principalmente, y hoy día hace parte del procedimiento curativo de ingas del alto Putumayo, quienes compran el remedio a "Taitas" del bajo Putumayo, logrando los mismos efectos curativos que sus precursores.

Métodos

La investigación en el campo tuvo una duración de dos meses a partir del 25 de marzo y hasta el 23 de mayo de 1998. A las especialistas, tocadoras, parteras, y yerbateras se aplicaron entrevistas abiertas, basadas en una encuesta guía, que dieron a conocer el proceso de socialización en el conocimiento médico, los tratamientos que conocen y los respectivos procedimientos terapéuticos. Se programaron tres salidas de campo por semana durante cuatro semanas a las distintas veredas donde viven las especialistas que con su conocimiento colaboraron en la investigación. Se visitó en la cabecera municipal a doña Concepción Tisoy de 87 años (yerbatera), a doña Lucía Chasoy de 87 años (yerbatera), a doña Santa Tisoy de 58 años (yerbatera) y doña Mercedes de Jacanamijoy de 62 años (yerbatera); en Insajoy a doña Josefa Tisoy (q.e.p.d.) de 78 años (tocadora). En Vichoy se visitó a doña Margarita Jansasoy de 77 años (partera); en Machoy a doña Salvadora Chasoy de 83 años (yerbatera) y en Arcanchi a doña Rosario Tandioy de 75 años (yerbatera). Las visitas fueron acompañadas por María Jacanamijoy, Conchita Tisoy, Fanny Chasoy y Rosa Jacanamijoy, representantes del cabildo que servían de guías e intérpretes en el caso de que las especialistas no comprendiesen alguna pregunta. De las transcripciones de las entrevistas con las especialistas se elaboró una lista de plantas que utilizan en la preparación de los distintos remedios. Se recolectaron muestras botánicas con excepción de las plantas que son compradas secas en el páramo de Bordoncillo, en el bajo Putumayo, en las plazas de mercado y en la Guajira. Las muestras botánicas se prensaron y fueron enviadas a secar y determinar en el Herbario Nacio-

nal Colombiano del Instituto de Ciencias Naturales de la Universidad Nacional de Colombia en Bogotá.

Los nombres de las plantas en inga fueron escritos con fonética española según la traducción de María Jacanamijoy y Conchita Tisoy gobernadora y alcaldesa mayor del Cabildo Inga Tamauca-Manoy respectivamente.

Medicina tradicional de la mujer Inga

Las mujeres ingas del municipio de Santiago prestan la asistencia básica en salud a sus hijos con remedios vegetales en caso de que estos presenten fiebre, granos en la piel, o dolor de cabeza, entre otras dolencias. Por lo general todos los ingas algo saben de plantas y siempre antes de visitar al especialista, sea tradicional o alópata, intentan curarse solos dándole un valor a la enfermedad dentro de los parámetros culturales. Si no logran la respuesta deseada buscan a las especialistas. Son tres especializaciones, ninguna excluyente de la otra: las parteras, las tocadoras y las yerbateras.

Las especialistas parteras, tocadoras y yerbateras son mujeres con una vida cotidiana similar a otras mujeres ingas. Pueden ser madres y por lo tanto están pendientes de la socialización de sus hijos, la alimentación y el cuidado de la casa. Estas mujeres también por tradición cultivan productos agrícolas en sus chagras y cuidan de los animales de corral, actividades paralelas a su práctica como especialistas en salud.

El conocimiento de las parteras, tocadoras y yerbateras es transmitido oralmente de generación en generación a las interesadas en aprender. Las parteras y tocadoras aprendieron de otras mujeres. Las yerbateras, socialmente reconocidas como tales, son aquellas mujeres que aprendieron tomando yagé (*Banisteriopsis* sp.) con taitas. En el caso de las yerbateras ninguna de las mujeres conocedoras tienen aprendices.

Las causas de las enfermedades dependen de los hábitos que se mantengan con el cuerpo y de las prescripciones culturales con respecto al buen comportamiento.

Las personas enferman por los cambios bruscos de temperatura, por el viento y el exceso de frío o calor. Generalmente a las mujeres que trabajan a la intemperie, expuestas a estos cambios, les entra el frío o el calor que se curan mediante plantas calientes o frías respectivamente. Así mismo los diferentes momentos del tiempo, las jornadas y las edades son portadores de valores médicos: "Los viejitos nos enfermamos más como los niños, nosotros por el trabajo pesado en la agricultura, los niños porque son tiernos" (José Tisoy, com. pers.). La "mala hora" representa

el peligro de las jornadas y "la mala hora de ánima" y "el mal viento" el peligro de transitar por lugares prohibidos. Consideran la alimentación como un factor importante para mantenerse sanos.

El cuerpo es especialmente sensible ante la pérdida de equilibrio entre lo "frío" y lo "caliente", según el síntoma las especialistas saben que la persona está enferma "pasada de frío" o "pasada de calor". Así mismo existen enfermedades, como "el mal aire", "mal viento", "susto", "sangre pesada" provocadas por la influencia de personas o espíritus. Muchos enferman porque no llevan una vida sana, descuidan sus cuerpos y su comportamiento social es reprochable (alcoholismo, drogadicción, robo).

Los ingas clasifican las plantas en frías y calientes que curan enfermedades que pertenecen a estas mismas categorías. Con las plantas calientes se preparan remedios para los tratamientos femeninos y para las personas que enferman por estar "pasadas de frío". Las plantas frías se utilizan en el tratamiento de enfermedades calientes. Por lo general la preparación de los remedios vegetales consiste en cocer varias plantas frías y calientes para lograr un jarabe "templado" que brinde las condiciones necesarias para restablecer el equilibrio entre lo frío y lo caliente causante de la enfermedad. Muchos jarabes son generalmente reconstituyentes o para la gripa (por ejemplo, para la fiebre se utilizan plantas calientes; sin embargo una mujer embarazada con fiebre debe ingerir remedio templado considerando su estado). Otros remedios son purgantes los cuales son considerados por los ingas como los que limpian el cuerpo de los males, de las impurezas y excesos que cometen las personas; por lo tanto son un remedio por excelencia para comenzar cualquier tratamiento. Los purgantes son considerados algo así como "el elixir de la juventud", no porque prevengan arrugas y eviten el envejecimiento, sino porque mantienen "las fuerzas vivas" hasta una avanzada vejez.

En la medicina inga se manifiestan principios curativos legados de España, como son los equilibrios orgánicos, térmicos y físicos, humores y principios frío-caliente y el determinismo ambiental. Las terapias curativas hispánicas, eran complementadas por la alimentación, por los procedimientos de limpieza del estómago, purgantes y lavados intestinales, así como la purificación, y vigorización de la sangre con depurativos que la purgan de los malos humores, la limpian, fortifican y la equilibran (Gutiérrez de Pineda, 1985).

Las parteras y tocadoras

Una partera aprende por interés propio de otras parteras. "Yo aprendí con las parteras mismas, como era familia

de partera me acomodaban a mí" (**Margarita Jansasoy**, com. pers., 1998). Las parteras tocan, acomodan, masajean y "pulsean" (sienten las pulsaciones en las muñecas de los brazos). Muchas parteras también son utilizadas para curar las lesiones en los niños y para sobar principalmente el descuaajo; en este caso les llaman "tocadoras".

Las mujeres consideradas como "tocadoras" son especialistas en sanar lesiones en los huesos y órganos internos. Reconocen mediante el tacto cada parte interna del cuerpo, el cual recorren con sus manos para identificar que está mal acomodado y por lo tanto presenta síntomas como fiebres, vómitos o diarrea, lo que llaman "descuaajo": "El vómito tiene mucho que ver con lesiones en el cuello o el pecho. Para sobar utilizo pomada de chuchuhuasa (*Maytenus laevis*) o manteca de pata de res" (**Josefa Tisoy**, com. pers., 1998).

Las yerbateras

Las yerbateras diagnostican las enfermedades según el pulso y escuchando a sus pacientes hablar de los síntomas. Con base en estos, interpretan la enfermedad que curan mediante el uso de remedios preparados con plantas y alguno que otro elemento animal como colmillos o uñas. "Reconozco la enfermedad por el pulso; si una persona tiene fiebre su pulso salta duro. A veces el pulso se cae ahí sí ya está mal. Entonces lo curo con hierbas o raíces. A la persona se pulsea y se le pregunta sobre lo que siente, allí ya se sabe que tienen. Si se tiene un mal en el estómago, se siente en el pulso; entonces se le da un remedio para que bote. Si tienen fiebre también se siente en el pulso" (**Mercedes Tisoy**, com. pers., 1998). No se consideran parteras aunque conocen de las plantas que ayudan en los partos. "No soy sobandera, ni partera, no soplo ni chupo; curo sólo dando remedios vegetales" (**Santa Tisoy**, com. pers., 1998).

Por lo general las yerbateras tienen las plantas necesarias para preparar los remedios en sus chagras. Muchas de las plantas que les regalan las piden a medida que las van necesitando y las siembran. Otras plantas necesarias para preparar los remedios vegetales se consiguen en las laderas de los caminos o en los potreros donde crecen silvestres, o las compran en el páramo, tierras bajas del Putumayo y en otras regiones del país (por ejemplo en las plazas de mercado).

Tratamientos femeninos

En general todas las enfermedades que atacan el sistema reproductor femenino se deben a "desmandos" con el cuerpo, a la mala alimentación y a un descuido que per-

mite "al frío entrar al cuerpo". El carácter femenino es caliente; su sistema reproductor lo es y por eso debe existir una armonía con lo caliente y lo templado. Una mujer no debe sentarse en pisos fríos, caminar descalza o comer alimentos considerados fríos durante el embarazo y postparto, porque posteriormente, ya sea en el parto, puerperio o la vejez, estos descuidos serán las causas de las enfermedades.

Una mujer que se cuida del frío no tiene porque sufrir de cólicos, dolores en la matriz, inflamaciones o flujos vaginales. Por el contrario quien desobedezca esta simple indicación de las mayores sufrirá repetidas veces de las dolencias atrás mencionadas: "Las mujeres que no se cuidan del frío enferman de dolores en sus partes como cólicos, dolor en el parto y sufren de hemorragias" (**Concepción Tisoy**, com. pers., 1998). "La gente enferma por desmando; como antes los mayores se cuidaban, no habían enfermedades de la matriz ahora les da porque no se cuidan en la dieta. Antes se hacían baños con plantas, la comida era especial para las mujeres en dieta. Para que no se enfriaran, no comían plátano, el maíz tenía que ser tostado y sólo usaban la papa guata (*Solanum tuberosum*). Cuando hacía frío se colocaban una manta en la cabeza para no resfriarse. Uno se cuidaba y se hacía baños con plantas y en quince días no se levantaba, por eso ha de ser que las mujeres de antes somos más fuertes" (**Mercedes Tisoy**, com. pers., 1998).

Embarazo

Durante el embarazo las mujeres continúan normalmente con sus actividades cotidianas, lavan, siembran, cosechan, cocinan, cuidan de la casa etc. A partir del quinto mes se debe visitar a la partera para que vayan acomodando al bebé y no nazca de pie o sentado. La partera hace masajes en el abdomen de la madre con cera de vela tibia, sintiendo el cuerpo del bebé.

Las mujeres embarazadas deben recibir cuidado de su familia. En los primeros días del embarazo la madre toma hoja de paico (*Chenopodium ambrosioides*) cocido en leche con un huevo y cebolla blanca para purgarse.

Un parto sin hemorragias y rápido se consigue si la madre desde los seis meses de embarazo toma remedios calientes como el granicillo, la manzanilla (*Matricaria chamomilla*), e infusión de toronjil (*Melissa officinalis*) si es nerviosa.

El riesgo de aborto se presenta si el bebé está mal acomodado. La partera debe palpar y masajear el vientre de la madre y darle remedio caliente preparado de cedrón y anís

(*Pimpinella anisum*) con dos copas de aguardiente. Hay otras parteras que aconsejan las hojas de naranja (*Citrus aurantium sinensis*) con chichaja delgadita y manzanilla cocidas.

Parto

Una partera calienta sus manos con tabaco antes de sobar el vientre materno con pomadas calientes y así evita que al otro día de atender un parto se le "tullan" (cambres) por someterlas a las actividades agrícolas y cotidianas que requieran del uso de agua fría. "Cuando una señora viene a que la ayude me ruega: "por dios ayúdeme", entonces yo le ayudo dándole aguas para que no haya hemorragia, para que se sienta acompañada. Con la mano ayudo a bajar al bebé, dando masaje desde donde comienza el estómago, haciendo bajar. Con tocarles la barriga sé que están listas para parir. Cuando está lista le cojo el cuerpo y voy sobando hacia abajo, no empujando sino tocando para que esté derecho, yo no hago fuerza, la fuerza la pone la misma mamá, no vaya a ser que haga morir al bebé. Siempre que coge el dolor yo la ayudo. Si falta yo le digo que se vaya y le acomodo con un masaje bien bonito. El masaje se hace para que baje parejito" (Margarita Jansasoy, com. pers., 1998).

Cuando una mujer va a dar a luz sus familiares acuden donde la especialista que escogió la madre desde el control prenatal y le avisan. La partera se desplaza hasta la casa de la madre y pregunta qué remedios le han dado a la señora. "Cuando voy a atender un niño en la casa tienen las maticas; entonces los mismos familiares las preparan y yo las doy. Los ingas sabemos que para el parto se necesitan plantas calientes. Para aligerar el parto se da de beber cuyanguilla (Compositae) cocinada con anís, ya cuando a la mujer le comienzan los dolores se toma una infusión el granicillo, guayabilla de páramo (*Ugni sp.*) y la manzanilla (*Matricaria chamomilla*). Cuando el parto se complica y la mujer tiene hemorragia se le da sopa de maíz tostado con gallina" (Josefa Tisoy, com. Pers. 1998).

Las especialistas en cada contracción soban a la madre hacia abajo con pomada caliente hecha de "cebo de vela" o con mentol. "Cuando el bebé asoma la cabeza uno está listo para recibirlo con una manta. La madre está acostada, porque queda bien desmadejada. Yo solo ayudo a coger al niño. Allí queda la placenta, a unas les baja de una vez a otras les queda una hora o dos horas. Para que salga la placenta se coge un huevo, se le hace un agujero y la mamá sopla dentro de él cada vez que viene el dolor, con solo el soplo, no toma nada porque ya se le dio remedio caliente. Sale la placenta y después se da la guayabilla (*Ugni sp.*) para que salga toda esa sangre que queda por dentro y no se

le endurezca o se complique. Ya al salir la placenta se le soba el bajo vientre para que acomode bien y la faja bien ajustadito con tela ancha" (Margarita Jansasoy, com. pers., 1998). Para cortar el cordón umbilical se miden dos dedos desde el estómago, se utiliza caña de maíz seca o una tijera esterilizada con alcohol, se le amarra con lana roja y se faja. Después de cortar el cordón umbilical se sopla al bebé con cigarrillo para evitar el mal viento. Lo limpian y al otro día lo bañan. Al bebé se le faja con el chumbe porque si llora se le puede reventar el ombligo.

Postparto

Después del parto una señora puede sufrir de dolores porque tiene algo así como una "bola de sangre" que llaman "palpitación en la matriz". La palpitación da porque no baja la placenta: "la placenta, queda como criando, entonces si no se saca a la hora que tenga otro hijo más dolor le va a dar. Yo masco con tabaco y sobo la barriga hasta que se riegue toda la sangre, luego cojo la lana de oveja, la lana más sucia y la pongo sobre el estómago" (Margarita Jansasoy, com. pers., 1998).

Una mujer gana fuerza después del parto tomando en la noche caldo de gallina. Como analgésico se cocina guayabilla de páramo (*Ugni sp.*) y se bebe continuamente. Debe bañarse con agua preparada con una infusión de eucalipto (*Eucaliptus sp.*), ruda (*Ruta graveolens*), y arrayán (*Myrcia sp.*). La partera soba el vientre de la madre, la faja con hojas de frailejón (*Espeletia grandiflora*) para que no se hinche y le prepara remedios calientes. La mujer no debe tener relaciones sexuales por un mes, y debe permanecer en cama porque los remedios calientes hacen sudar y si sale se puede enfermar.

Si la madre no toma aguas calientes de guayabilla (*Ugni sp.*) durante la dieta se le endurece la sangre en la matriz y se inflama. En este caso soplan el ombligo de la madre con humo de cigarrillo: "a las cuatro veces ya ablanda, porque eso queda como una piedra y en ocho días ya se disuelve. La guayabilla (*Ugni sp.*) se toma con la cena. Poco a poco la sangre va descujando y va saliendo" (Margarita Jansasoy, com. pers., 1998). Para que se fortalezca la madre debe tomar sopa hecha de maíz tostado y plátano con leche y canela (*Cinamomum zeylanicum*). No se debe alimentar con comidas frescas como arroz o fideos y debe tomar agua de canela con una copita de aguardiente.

Menstruación

El dolor de menstruación o "enfermedad del cuerpo porque bota sangre fea", o "enfermedad fea" como la lla-

man disminuye si se toman remedios calientes como la guayabilla cocinada con aguardiente o dos copas de aguardiente quemado con azúcar. Así como bebidas calientes preparadas con limoncillo (*Cymbopogon cytratus*), hoja de naranja (*Citrus aurantium sinensis*), canela (*Cinamomum zeylanicum*) y clavos (*Eugenia coryophyllata*).

También para mitigar los cólicos menstruales las mujeres pueden tomar muchas veces al día la cocción de *puka tughtu* de flor roja. Otro remedio para los cólicos es la cocción de hoja de naranja con manzanilla.

Matriz

Cuando se siente dolor en la matriz es porque está irritada o inflamada. El remedio consiste en freír un riñón de chivo en tiesto de cerámica antigua con 30 dientes de ajo machacados con pepas o flor de ruda y la flor de manzanilla maceradas. Este remedio se empapa en la lana de oveja se calienta y se coloca en el abdomen de la mujer.

Control de natalidad

Para espaciar un hijo de otro por dos años, después del último día de menstruación se usa azul tughta, flor azul (*Lindernia* sp.). Raspada se pone en infusión en agua fría mezclada con ceniza blanca "flor de la ceniza" de la leña. Después se toma caldo de gallina. El mismo remedio pero en mayor concentración se utiliza para quedar estéril.

Hay otras mujeres que preparan una cocción de guayabilla (*Ugni* sp.), apio (*Apium graveolens*), granicillo y con una navaja cogen un poco de "la flor de la ceniza" -lo blanco del tizón- se revuelve y se toma.

Lactancia

Apenas el bebé nace se le debe ofrecer el pecho porque de lo contrario "se endurece el seno y ya no sale leche". Para que baje leche en abundancia se da a la madre una cocción de leche ambe y sopa de cancharina (arepa de trigo *Triticum aestivum*), así como coladas de maíz tostado con canela.

Las mujeres alimentan a sus hijos con leche materna alrededor de dos años. Ellas saben que la leche les protege de las enfermedades. Evitan dar seno cuando han bebido chicha o han trabajado muchas horas bajo el sol, pues pueden provocar la fiebre en sus bebés. En el momento del destete para secar la leche se la riega sobre ceniza caliente.

Tratamientos en los niños

Los niños ingas son los herederos de una tradición, un lenguaje, un modo de concebir el mundo y así lo mani-

fiestan sus madres en el cariño y cuidado que les brindan. Los adultos dedican tiempo a su protección, socialización y educación. Sin embargo hoy día muchos niños padecen de desnutrición, maltrato y abandono a causa del alcoholismo que está alcanzando índices preocupantes entre las madres y padres ingas.

"Un niño se cura en la casa, ya cuando está bien grave es que se lleva al hospital. Los niños van más al hospital por asfixia, no por diarrea porque eso les da por descuido y nosotros los hacemos sobar por las tocadoras" (Santa Tisoy, com.pers., 1998). En los niños cualquier síntoma como la diarrea o vómito puede indicar que está lisiado; entonces debe llevarse donde las tocadoras. "Cuando están aprendiendo a gatear o a caminar se golpean mucho; entonces se lisian y les da la diarrea, vómito o fiebre. Por eso las tocadoras buscan en los huesitos si la fiebre es porque están lisiados" (Salvadora Chasoy, com. pers., 1998) Para las enfermedades del monte como el mal aire, la mala hora y el susto, las mujeres acostumbran como tratamiento casero soplar y ahumar con ramo bendito incienso, mirra y copal (*Protium* sp.). Si no mejoran debe acudir donde una especialista; si continúa enfermo el "Taita" es el indicado para chupar (extraer el mal con la boca).

Susto

Los síntomas del susto en los niños son sobresalto, lloriqueo, palidez, inapetencia; lloran dormidos y son irascibles. Para el susto se debe ir al centro del río donde hay remolino, coger esa agua, calentarla y poner al niño a recibir el vapor. "A los niños tiernitos se los amarra los piecitos y manos para que mientras duermen no les dé el susto"

Mal aire

El mal aire da porque se sale de noche con los niños por sitios solos y oscuros. El mal aire es el vaho que dejan los espíritus por lugares abandonados o lugares donde ha muerto gente. El mal aire se humea con ramo bendito (el que se utiliza el domingo de Pascua), se masca chondur (*Cyperus* sp.) y éste se toma machacado en agua bendita. También se ahuma copal (*Protium* sp.). Otras especialistas dan chondur (*Cyperus* sp.), vainilla (*Vanilla* sp.) y coquindo (*Aspidosperma alba*) cocidas. La especialista debe masticarlas mientras sopla y chupa el mal aire. Para evitar el mal aire deben colgarle al niño un rosario bendecido, un ajo y un pedacito de tabaco. Algunas mujeres especialistas pueden curar el mal aire de los niños y mujeres en embarazo. "Cuando una mujer viene embarazada yo le chupo el mal aire y luego le sobo y arreglo el estó-

mago. Las señoras que tienen mal aire las hacen soñar mal. Yo sé que tienen mal aire porque bostezan mucho, dicen sentir mucho malestar y porque en los ojos se les nota, yo lo reconozco por la mirada. El mal aire es un espíritu y llega en cualquier momento y a cualquier lugar, persigue al enfermo, el mal aire se acerca a la persona que está débil. Cuando estuve de dieta me dio mal aire. Andaba caminando y se me apareció y miraba un niño sin saber de donde salió, entonces me santigué y desapareció. Pero apenas cerraba los ojos aparecía otra vez, entonces le conté a la persona que me estaba acompañando y me hicieron el sahumero que se hace con cigarrillo, copal *Protium* sp. y ramo bendecido" (Josefa Tisoy, com. pers., 1998).

Mal de ojo

El mal de ojo se cura quemando copal, y ahumando a los niños con cigarrillo "uno no tiene la culpa y los niños son muy débiles entonces uno los mira y los enferma por la mirada fuerte entonces les cae mal de ojo. Uno los reconoce porque los ve en la vista misma. Se miran los ojitos caídos, el párpado se cae, tienen decaimiento, les da como susto, lloran asustados, como que algo están mirando y lloran" (Mercedes Tisoy, com. pers., 1998).

Descuaje

Cuando los niños comienzan a gatear y a caminar sufren caídas que provocan "se desacomen" órganos del sistema digestivo, produciendo diarrea y vómito que llaman "descuaje", entonces hay que hacerlos sobar por una tocadora.

Lesiones

Una caída puede provocar una lesión en cualquier parte del cuerpo. Según la parte lesionada les puede dar diarrea o vómito. Por ejemplo, si se lesionan la nuca se manifiesta con vómito; entonces la tocadora soba, si es en la cola o estómago les da diarrea.

Diarrea

Si a un niño le da diarrea es porque está pasado de frío, por eso se le dan bebidas preparadas con plantas calientes como la flor de citre panga que se cocina con manzanilla (*Matricaria chamomilla*). Para la diarrea es bueno darles una infusión de toronjil (*Melissa officinalis*) a la cual se le agregan trocitos de los colmillos de algún animal o uña de danta y copal previamente pasados por la candela. Cuando se sale la cola del niño es porque está pasado de frío; para esto se coloca un emplasto en las nalgas de lana caliente, trozos de ladrillo calentado y hoja de altísima.

Lombrices

Cuando los niños tienen lombrices se reconocen porque los ojos se ponen muy amarillos y les da fiebre. Durante los síntomas no se les puede dar purgante, hay que esperar a que les pase el "rebote" para purgarlos. Se les da una cocción de hoja de paico (*Chenopodium ambrosioides*), de hierbabuena (*Mentha piperita*), aceite vegetal y agua de panela que ayuda a evacuar los intestinos. Para calmar la lombriz se da paico (*C. ambrosioides*), para purgarla se prepara ajo con paico. También se usa un purgante "cocinando azul tugu" (*Lindernia* sp.) y hojas de paico (*C. ambrosioides*). A los niños solo se les da una cucharada, a los adultos dos copitas. Del "Remedio para purgar" se cuece la raíz y se toma en ayunas.

Fiebre

A los niños les da fiebre de lombriz, de mal de ojo, porque se han caído y hay una lesión. La fiebre que no sea por lesiones sino por mal viento se cura con linaza (*Linum usitatissimum*) y goma, plantas frías, cocinadas con unas pocas pepitas de coquindo (*Aspidosperma album*).

Un niño también presenta fiebre porque la madre le da pecho mientras ha trabajado en el calor, o ha tomado chicha hasta emborrachar.

Para la fiebre muy alta se utiliza el "tugsivinan (*Peperomia* sp.) cocinado en agua". Así mismo se acostumbra dar el descancel (Compositae). Cuando la fiebre presenta tos se utiliza la flor de sauco cocinada en agua. Allivinan (*Peperomia* sp.) se utiliza en las fiebres de los niños, es dulce y suave. Para la fiebre, tos y gripa se prepara un jarabe cocinando hasta espesar el pelo de choclo (*Zea mays*), el fruto del tomate de árbol (*Cyphomandra betacea*) y el fruto del manzano (*Malus pumila*). La flor violeta (*Viola* sp.) se usa con el mismo fin. Como febrífugo también usan las hojas maceradas y cocidas del descancel (Compositae), el binguinca (*Amaranthus* sp.) y la ruda (*Ruta graveolens*). Estos se preparan cada uno por separado según la fiebre.

Granos en la piel

Cuando hay ronchas en la piel se baña la parte afectada con cuchisacha (*Tibouchina* sp.) previamente cocida en agua. Cuando cae llovizna se dice que son los orines del arco iris -el cuichi- y que si moja la ropa de los niños les dan granos en la piel; para curarlos se cocinan las hojas del cuchisacha, mata de arco iris, (*Tibouchina* sp.).

Dolor de cabeza

Para los dolores de cabeza se utiliza la hoja de granadilla picada sobre la frente. Así mismo se usa la hoja de gallinazo panga (*Piper sp.*) y el llantén (*Plantago major*). También se puede utilizar la cuchisacha, mata del arco iris (*Tibouchina sp.*) Igualmente para el dolor de cabeza usan yawar chondur (*Cyperus sp.*) majado en infusión.

Garganta

Para el dolor de garganta se hacen gárgaras con limón (*Citrus limon*) o con una cocción de mora de Castilla verde (*Rubus glaucus*).

Demás tratamientos

Aún cuando el conocimiento botánico de la mujer inga está representado en las yerbateras y parteras, las mujeres en general, saben de plantas y ellas, en colaboración con otras mujeres no especialistas, enumeraron una serie de enfermedades para las cuales encuentran solución en los remedios vegetales. Véase la tabla 1: Plantas medicinales y alimenticias usadas por la mujer inga en el municipio de Santiago, en el valle de Sibundoy en el alto Putumayo.

Consideraciones finales

La cultura y sus manifestaciones evolucionan en el estricto sentido de cambio, cambio que conlleva un aprendizaje como resultado de la experiencia. Algunos cambios son provocados por procesos históricos que determinan las condiciones políticas, socioeconómicas y ambientales. Las prácticas médicas como manifestación cultural se ven inmersas en estos cambios. Estas resultan del marco conceptual que se ha modelado con el tiempo, debido principalmente a los contactos con grupos sociales con tradiciones y concepciones diversas, contactos en algunos casos generadores de violencia y aculturación y en otros de intercambio y difusión. Teniendo en cuenta los múltiples contactos de los ingas desde su migración del Perú a través de la vertiente oriental de los Andes hasta llegar a Colombia por el río San Miguel (Ramírez & Urrea, 1989) hay evidencia de que han amalgamado a su sistema médico principios médicos hispánicos y de otras etnias como los cofanes y sionas, así como el uso de plantas medicinales de diversas regiones del país, (selva amazónica y páramo principalmente).

Las mujeres ingas se enfrentan a los problemas de salud según su tradición sociocultural, de la que resulta el modelo cognitivo del cuerpo, la salud y la enfermedad. Clasifican las plantas en frías y calientes. Las plantas frías

se utilizan en el tratamiento de enfermedades calientes. Las plantas calientes son óptimas para el tratamiento de las enfermedades de la mujer y para las personas que enferman por estar "pasadas de frío". Existen enfermedades claramente diferenciadas, que corresponden al sistema médico ingano, como son el mal viento, el descuajo, las lesiones, la palpitación y la sangre pesada que presentan síntomas específicos; los procedimientos adecuados sólo pueden ser dispuestos por los especialistas ingas.

Las parteras, tocadoras y yerbateras están en capacidad de prestar la atención básica para las enfermedades más comunes que se presentan en los niños como las diarreas, parásitos, gripas, dolores de cabeza, mal aire y pujo. Pueden brindar asistencia materna desde los primeros meses del embarazo y puerperio y atender partos vaginales.

Igualmente conocen de remedios vegetales para enfermedades como la gripa, la fiebre, la conjuntivitis, los orzuelos, la caída del pelo, el dolor de oído, el dolor de cabeza, los nervios, el corazón, el mal aire, los ataques, el hígado, el mal de orina, los golpes, el dolor de garganta, los nacidos, las manchas en la piel, las torceduras de huesos, los dolores musculares, los purgantes para la piel, para las lombrices, para la sangre pesada y para la pereza.

Los ingas reconocen que existen enfermedades y procedimientos que sólo los médicos alópatas pueden curar como es el caso de las heridas, infecciones respiratorias en los niños, problemas visuales y auditivos y cirugías como la cesárea, necesarias en los partos en los cuales vienen los bebés parados o sentados, servicio de odontología y vacunación, entre otras.

El conocimiento médico y el uso de plantas en la terapéutica curativa permanecen gracias a la existencia de quienes se interesan por aprender y a maestros dispuestos a enseñar. En este sentido se conforma una "escuela" que comprende maestro-aprendiz sucedidos en el tiempo, donde la experiencia individual participa en el proceso de conocimiento, pues en la medida en que el contexto histórico afecte las condiciones ambientales, políticas y socioeconómicas, se introducen, redefinen, modifican y desechan conceptos que procuran una continuidad frente al cambio.

Sin embargo, las mujeres conocedoras del uso y manejo de plantas en la curación de enfermedades propias de las mujeres y de los niños, las parteras y tocadoras son mayores de 70 años y por lo tanto es urgente estimular a las niñas en edad escolar mediante la socialización en este conocimiento, que brinda las herramientas necesari-

rias para que la comunidad mantenga su salud dentro de sus parámetros culturales.

Agradecimientos

Agradezco a la comunidad inga de Santiago y al cabildo Tamauca Manoy por su colaboración. A las mujeres conocedoras de la medicina ingana, doña Mercedes Tisoy de Jacanamijoy, doña Santa Tisoy, doña Rosario Tandioy, doña Salvadora Chasoy, doña Margarita Jansasoy, doña Josefa Tisoy (q.e.p.d.), doña Concepción Tisoy, doña Lucía Chasoy. A María Jacanamijoy gobernadora del cabildo, Concepción Tisoy alcalde mayor del cabildo, Rosa Jacanamijoy y Fanny Chasoy por la valiosa asistencia en el campo, y por las traducciones.

Agradezco al Programa en salud para comunidades indígenas del Ministerio de Salud por el apoyo técnico y financiero. A los botánicos del Instituto de Ciencias de la Universidad Nacional de Colombia, Gustavo Lozano, Jesús Idrobo y Polidoro Pinto por la determinación taxonómica de las muestras botánicas. Al biólogo Francisco Pinto-Nolla por la asesoría botánica y revisión de textos. A Pilar Maldonado y Adriana Melendro por sus acertadas sugerencias.

Literatura citada

- Bello, J.V.** 1987. 20 años del valle de Sibundoy; HIMAT; ed. Arfo Ltda; Bogotá.
- Bristol, M.** 1965. Sibundoy Ethnobotany. Disertación de Ph.D. Cambridge, Harvard University.

- García-Barriga, H.** 1974-1975. Flora Medicinal de Colombia. Botánica Médica. ICN Universidad Nacional de Colombia. Bogotá. Tomos I, II y III.
- Giraldo-Tafur, C.** 1998. Medicina tradicional de la mujer Inga y su aplicación en la asistencia en salud. Organización YulukAirú, Ministerio de Salud y Cabildo Inga Tamauca-Manoy; Bogotá. (Informe Técnico MINSALUD).
- Gutiérrez de Pineda, V.** 1985. Medicina tradicional de Colombia. Magia, religión y curanderismo, Vol. II; Universidad Nacional; Colombia.
- Guevara-Corral, R.** s.f. Referencias conceptuales En: **Curanderismo, 1ª. Parte, Memorias del V Congreso Nacional de Antropología; ICFES; Bogotá** de la etnobotánica de los curanderos Ingas; En: 2do seminario de etnobotánica; Universidad del Cauca.
- Pinzón C. & G. Garay** 1989 El jardín de la ciencia en el valle de Sibundoy; En: **Curanderismo, 1ª. Parte, Memorias del V Congreso Nacional de Antropología; ICFES; Bogotá; 115-180pp**
- Pinzón-Castaño, C. & M.C. Ramírez de Jara.** 1991. Sibundoy Shamanism and popular culture in Colombia En: **South American Shamanism; New perspectives on an old theme; Jean Langdon (ed.); University of New Mexico; New Mexico.**
- Ramírez, M.C. & F. Urrea.** 1989. Dinámica etnohistórica, sociodemográfica y presencia contemporánea del curanderismo ingano-kamsá en las ciudades colombianas. En: **Curanderismo, 1ª. Parte, Memorias V Congreso Nacional de Antropología; ICFES; Bogotá; 181-234 pp.**
- Urrea-Giraldo, F. & R. Barreras-Montealegre.** 1989. Remedios botánicos y modelo etnomédico en el curanderismo ingano-kamsá. En: **Curanderismo, 1ª. Parte, Memorias del V Congreso Nacional de Antropología; ICFES; Bogotá; 235-275 pp.**

Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas por la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|---|-------------------|----------------|--------------|--|---|
| (Actinidaceae) <i>Saurauia scabra = pulchra</i> | | moquillo | GT38 | Alimento | Fruta |
| (Amaranthaceae) <i>Alternanthera lehmanii</i> | | borrachero | n.c. | Cicatrizar heridas | Se muele la hoja de borrachero y se coloca sobre la herida |
| (Amaranthaceae) <i>Amaranthus sp.</i> | bunquinscayo | | GT90 | 1) Fiebre; 2) Tos con sangre. | 1) Infusión caliente de bunquinscayo; 2) infusión caliente de bunguiscayo y descansel. |
| (Amaranthaceae) <i>Amaranthus sp.</i> | puka borrachera | orejón | GT13 | 1) fiebre; 2) tos | 1) Infusión caliente de puka borrachera; 2) se saca el jugo del orejón y se mezcla con clara de huevo batido y 2 limones |
| (Apocynaceae) <i>Aspidosperma album</i> | | Coquindo * | n.c. | 1) Corazón; 2) corazón; 3) corazón; 4) corazón; 5) fiebre en niños por mal viento; 6) mal aire; 7) nervios; 8) nervios; 9) riñones y el hígado; 10) sangre al orinar | 1) Se masca el coquindo; 2) se toma el coquindo en infusión; 3) infusión de toronjil y coquindo; 4) infusión de coquindo, vainilla y tierra blanca; 5) infusión caliente de pepas de linaza, goma, coquindo y chondur; 6) infusión de chondur, coquindo y vainilla; 7) infusión de coquindo y valeriana; 8) se masca coquindo y gente chondur; 9) se cocina el coquindo; 10) infusión caliente de flor de palo cruz y coquindo. |
| (Araceae) | cuna | | GT79 | Alimento | Cocinada |
| (Araceae) | | tumaqueña | GT80 | Alimento | Cocinada |
| (Burseraceae) <i>Protium spp.</i> | | copal * | n.c. | Mal aire, tomas chichaja o yagé | Se hace sahumero con el copal |
| (Caesalpinaceae) <i>Brownea ariza</i> | | palo cruz | n.c. | 1) Dolor al orinar; 2) sangre al orinar | 1) Infusión caliente de flor de palo cruz con azúcar; 2) infusión caliente de flor de palo cruz y coquindo |
| (Cannaceae) <i>Canna indica = edulis</i> | | achira | GT81 | Alimento | En harina |
| (Caprifoliaceae) <i>Sambucus mexicana</i> | | sauco | GT67 | Fiebre y tos en niños | Infusión de sauco |
| (Caricaceae) <i>Carica pubescens = candamarcensis</i> | chilacuan | papayuela | GT77 | Tos | Se calienta colada de maíz con chilacúan |
| (Celastraceae) <i>Maytenus laevis</i> | | chuchuhuasa * | n.c. | Para sobar el descuaje y acomodar bebes | Se cocina la chuchuhuasa |
| Chenopodiaceae <i>Chenopodium ambrosioides</i> | | paico | GT22 | 1) Para bajar la placenta; 2) fortalecer antes y después del parto; 3) purgante; 4) purgante; 5) purgante para lombrices, 6) purgante para niños. | 1) Cocción de manzanilla, paico, canela y panela; 2) se prepara un caldo de huevo, se le agrega cebolla blanca y paico; 3) infusión de paico y ajos; 4) se cocina la raíz de paico en leche y se toma en ayunas durante 9 días para purgar. Para lombrices la hoja del paico se coloca sobre el ombligo; 5) infusión de paico; 6) se cocina paico, hierba buena, aceite y agua de panela |
| (Compositae) | cuyanguilla común | | GT12 GT44 | 1) Fiebre; 2) aligerar el parto; 3) malestar; 4) sangre en la orina | 1) Infusión caliente de cuyanguilla; 2) infusión caliente de cuyanguilla y anís; 3) se prepara un jarabe de la mezcla de granicillo, guayabilla, chichaja, azu tughtu, cuyanguilla y manzanilla; se toma tres veces al día; 4) infusión caliente de cuyanguilla y guayabilla. |

Continuación Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas por la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|---|-------------------|---------------------|--------------|--|--|
| (Compositae) | lanco cuyanguilla | | GT34 | Suerte | Se usa la lanco cuyanguilla |
| (Compositae) | | descansel | GT16 GT46 | 1) Fiebre; 2) fiebres altas; 3) fiebre; 4) tos de gripa | 1) Infusión caliente de descansel; 2) infusión caliente de descansel; 3) se machacan las hojas de descansel y se mezclan con huevo batido; 4) se maja el tugsivinan y descansel y se toma con agua |
| (Compositae) <i>Acmella mutisii</i> = <i>Spilanthes americana</i> | | botoncillo | GT85 | Orzuelos y conjuntivitis | Se entibia en el fogón el botoncillo y se gotea en el ojo |
| (Compositae) <i>Calendula officinalis</i> | | caléndula | GT83 | Dolor de oído | Infusión caléndula, se aplican unas gotas en el oído |
| (Compositae) <i>Espeletia</i> sp. | | frailejón | n.c. | Fajar a la mujer después del parto | Se usan la hojas del frailejón |
| (Compositae) <i>Lactuca scariola</i> | | lechuga | n.c. | Insomnio | Infusión caliente de lechuga, manzana y manzanilla |
| (Compositae) <i>Tagetes</i> sp. | quilla tugtu | flor amarilla | GT75 | Hinchazón | Se calienta la flor amarilla y se baña |
| (Compositae) <i>Tagetes</i> sp. | | flor de anima | GT40 | Insomnio | Se cocina la flor de anima, romero y ruda y se baña solo el cuerpo |
| (Compositae) <i>Taraxaxum dens-leonis</i> | kirru león | diente de león | n.c. | Riñón | Infusión caliente de diente de león |
| (Compuesta) <i>Matricariae chamomilla</i> | | manzanilla | n.c. | 1) Cólicos menstruales; 2) diarrea en niños; 3) para evitar el aborto; 4) mujeres en embarazo; 5) para bajar la placenta; 6) para ayudar en el parto; 7) para evitar hemorragia en el parto; 8) para los dolores de parto; 9) cólicos, dolor de parto y hemorragias; 10) insomnio; 11) malestar. | 1) Se cocina hoja de naranja con manzanilla; 2) se cocina la flor de citre panga con manzanilla; 3) infusión de chichaja delgadita, hoja de naranja y manzanilla; 4) infusión de manzanilla y aguardiente; 5) cocción de manzanilla, paico, canela y panela; 6) se prepara una infusión caliente de limoncillo, manzanilla y hierba buena; 7) desde el quinto mes de embarazo las mujeres toman una infusión de granicillo y manzanilla; 8) infusión de granicillo, guayabilla de páramo y manzanilla; 9) infusión caliente de limoncillo, manzanilla y cedrón; 10) infusión caliente de lechuga, manzana y manzanilla; 11) se prepara un jarabe de la mezcla de granicillo, guayabilla, chichaja, azul tugtu, cuyanguilla y manzanilla; se toma tres veces al día |
| (Cruciferae) <i>Brassica oleracea</i> | | col | n.c. | Alimento | Cocinada |
| (Cruciferae) <i>Lepidium bipinnatifidum</i> | | remedio para purgar | GT42 | Purgante | Se cocina la raíz del "remedio para purgar" y se toma en ayunas |
| (Cucurbitaceae) <i>Cucurbita pepo</i> | | calabaza | n.c. | Alimento | Cocinada |
| (Cucurbitaceae) <i>Luffa operculata</i> | | esponjilla | n.c. | Purgante para lombrices | Infusión de esponjilla (en exceso es veneno) |

Continuación Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas por la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|--|---------------|----------------------------|------|--|---|
| (Cucurbitaceae) <i>Sechium edule</i> | | cidrayota | GT82 | Alimento | Cocinada |
| (Cyperaceae) | waira chondur | | GT25 | 1) Dolor de cabeza; 2) mal viento; 3) mal viento. | 1) Se hace vaporización con infusión caliente de waira chondur y yawar chondur; 2) se masca waira chondur; 3) se usa waira chondur. |
| (Cyperaceae) <i>Cyperus niger</i> | gente chondur | | n.c. | Nervios | Se masca coquindo y gente chondur |
| (Cyperaceae) <i>Cyperus sp.</i> | chondur | | n.c. | 1) Fiebre en niños por mal viento; 2) mal aire; 3) mal aire. | 1) Infusión caliente de pepas de linaza, goma, coquindo y chondur; 2) infusión de chondur, coquindo y vainilla; 3) se masca el chondur |
| (Cyperaceae) <i>Cyperus sp.</i> | cuco chondur | | GT26 | Mal aire | Se amarra como amuleto el cuco chondur. |
| (Cyperaceae) <i>Cyperus sp.</i> | yawar chondur | | GT51 | 1) Dolor de cabeza en los niños; 2) dolor de cabeza | 1) Infusión de yawar chondur; 2) se hace vaporización con infusión caliente de waira chondur y yawar chondur |
| (Cyperaceae) <i>Cyperus sp.</i> | warme chondur | chondur de mujer | n.c. | Para que a un hombre lo quiera la mujer | Se masca el warme chondur |
| (Cyperaceae) <i>Eleocharis sp.</i> | | cola de caballo gruesa | GT66 | Riñones | Se cocina la planta |
| (Delleniaceae) <i>Tetracera sessilliflora</i> | | ámbar | n.c. | 1) Dolores de cabeza; 2) dolor de cabeza | 1) Se cocina en agua el ámbar con benzoato para que no se pudra; 2) infusión de ámbar y chiricaspí |
| (Dioscoreaceae) <i>Dioscorea villosa</i> | ango | raíz de china | n.c. | Riñones | Infusión de raíz de China |
| (Ericaceae) <i>Gaultheria insipida</i> | chichaja | | n.c. | 1) Hemorroides; 2) evitar enfermedades, limpiar sangre, dolor de cuerpo, pereza y sueño en exceso; 3) malestar; 4) pereza; 5) purgante para la piel; 6) purgante; 7) reumatismo. | 1) Infusión caliente de chichaja; 2) infusión de chichaja; 3) se prepara un jarabe de granicillo, guayabilla, chichaja, azul tugu, cuyanguilla y manzanilla; se toma tres veces al día; 4) infusión caliente de chichaja; 5) infusión de conejo guasca, azul tugu y chichaja; 6) se cocina la chichaja; 7) infusión caliente de chichaja. |
| (Ericaceae) <i>Thibaudia pichinchensis</i> | chaquilulo | | n.c. | Purgante para estar saludable | Se raspa el chaquilulo y se saca el jugo |
| (Gramineae) | | "remedio para la garganta" | GT49 | Para la garganta | Se cocina y se hacen gárgaras |
| (Gramineae) <i>Cymbopogon cytratus</i> | | limoncillo | GT41 | 1) Cólicos menstruales; 2) para ayudar en el parto; 3) cólicos, dolor de parto y hemorragias; 4) dolor en huesos; 5) tos | 1) Se cocinan limoncillo, hoja de naranja, canela y clavos; 2) se prepara una infusión caliente de limoncillo, manzanilla y hierba buena; 3) infusión caliente de limoncillo, manzanilla y cedrón; 4) se cocina la guayabilla, apio, granicillo, limoncillo y tigreguasca; hasta formar jarabe; 5) se cocina lengua de vaca, hierba mora, limoncillo y llantén. |
| (Gramineae) <i>Zea mays</i> | | maíz, choclo | n.c. | 1) Fiebre, tos y gripa de los niños; 2) tos | 1) Se cocina hasta que espese tomate de árbol, choclo y manzana; 2) se calienta colada de maíz con chilacúan |

Continuación Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas por la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|---|---------------|-----------------------|--------------|--|--|
| (Iridaceae) <i>Sysirinchium</i> sp. | papa guasimba | | GT39 GT78 | Alimento | Cocinada |
| (Labiadas) <i>Rosmarinus officinalis</i> | | romero | n.c. | 1) Para el cabello; 2) insomnio | 1) Se machaca romero y quina y se deja en agua durante cuatro días y se unta en el cabello; 2) se cocina la flor de anima, romero y ruda y se baña solo el cuerpo. |
| (Labiatae) <i>Melissa officinalis</i> | | toronjil | GT32 | 1) Corazón; 2) nervios mujer embarazada; 3) nervios | 1) Infusión de toronjil y coquindo; 2) infusión de toronjil; 3) infusión de toronjil |
| (Labiatae) <i>Mentha piperita</i> | | hierba buena | n.c. | 1) Para ayudar en el parto; 2) dolor de estómago; 3) purgante para niños | 1) Se prepara una infusión caliente de limoncillo, manzanilla y hierba buena; 2) infusión de hierba buena; 3) se cocina paico, hierba buena, aceite y agua de panela |
| (Lauraceae) <i>Cinnamomum zeylanicum</i> | | canela | n.c. | 1) Cólicos menstruales; 2) para bajar la placenta | 1) Se cocinan limoncillo, hoja de naranja, canela y clavos; 2) Cocción de manzanilla, paico, canela y panela. |
| (Lauraceae) <i>Persea americana</i> | | aguacate | n.c. | Dolor de cabeza | Se calientan hojas de aguacate y se colocan sobre la frente |
| (Liliaceae) <i>Allium fistulosum</i> | yurra cebolla | cebolla blanca | GT86 | 1) Fortalecer antes y después del parto; 2) "Palpitación" en la matriz. | 1) Se prepara un caldo de huevo, se le agrega cebolla blanca y paico; 2) se mezclan ajo y cebolla blanca con huevo batido. |
| (Liliaceae) <i>Allium sativum</i> | | ajo | n.c. | 1) "Palpitación" en la matriz; 2) inflamación de estómago o de cuello uterino; 3) purgante | 1) Se mezclan ajo y cebolla blanca con huevo batido; 2) infusión caliente de ajo; 3) infusión de paico y ajos. |
| (Liliaceae) <i>Aloe vera</i> | | sábila | n.c. | Pulmones | Cristal de sábila y miel se aplica en emplasto en espalda y pecho, cubierto con papel celofán |
| (Linaceae) <i>Linum usitatissimum</i> | | linaza ** | n.c. | Fiebre en niños por mal viento | Infusión caliente de pepas de linaza, goma, coquindo y chondur |
| (Malphiaceae) <i>Bunchosia</i> sp. | | ciruela reina claudia | GT31 | Dolor de oído | Se calientan hojas de ciruela y se colocan en los oídos |
| Melastomataceae | changué negra | | GT64 | Golpes | Se cocinan las hojas y se baña la parte afectada |
| Melastomataceae) <i>Tibouchina</i> sp. | cuichisacha | mata arco iris | GT36 GT60 | 1) Golpes; 2) granos provocados por la "Ilovizna de páramo" u "orines de suichi (arco iris)"; 3) ronchas en la piel. | 1) Se cocina la hoja de helecho y cuichisacha y se baña; 2) infusión de cuichisacha; 3) se cocina la cuichisacha y se baña la parte afectada. |
| (Mirtaceae) <i>Eucaliptus</i> spp. | | eucalipto | n.c. | 1) Para baños después del parto; 2) para bañar después del parto; 3) tos | 1) Se cocina arrayán, eucalipto y ruda; 2) cocción de eucalipto y ruda; 3) infusión del cogollo del eucalipto en leche hirviendo |
| (Musaceae) <i>Musa</i> sp. | | chiros | n.c. | Alimento | Cocinados |
| (Myrtaceae) <i>Eugenia coryphyllata</i> | | clavo | n.c. | Cólicos menstruales | Se cocinan limoncillo, hoja de naranja, canela y clavos |
| (Myrtaceae) <i>Myrcia</i> sp. | | arrayán | GT45 | 1) Fortalecer dientes; 2) para baños después del parto. | 1) El cogollo se masca; 2) se cocina arrayán, eucalipto y ruda |

Continuación Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas para la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|--|------------------|----------------------|--------------|--|---|
| (Myrtaceae) <i>Ugni</i> sp. | | guayabilla de páramo | GT27 | 1) Para los dolores de parto; 2) calmar dolor del parto. Abriga el estómago. Ayuda a sacar sangre después del parto en la dieta para que no se endurezca la sangre; 3) para calmar dolores antes y después del parto; evitar hemorragias y para hacer bajar la placenta. | 1) Infusión de granicillo, guayabilla de páramo y manzanilla; 2) se toma la guayabilla de páramo con gotas de aguardiente quemado; 3) se cocina la guayabilla chiquita |
| (Orchidaceae) <i>Vanilla</i> sp. | | Vainilla | n.c. | 1) Corazón; 2) mal aire. | 1) Infusión de coquindo, vainilla y tierra blanca; 2) infusión de chondur, coquindo y vainilla. |
| (Papilionaceae) <i>Phaseolus</i> sp | sachaburutu | frjol de monte | GT47 | Alimento | Cocinados |
| (Papilionaceae) <i>Phaseolus</i> sp. | | frijol Popayán | GT55 | Alimento | Cocinados |
| (Papilionaceae) <i>Vicia faba</i> | | haba | n.c. | Heridas | Se cocinan hojas de llantén, picantillo, hierba mora y haba y se lava la herida |
| (Papilionaceae) <i>Pisum sativum</i> | | alverjas | n.c. | Alimento | Cocinadas |
| (Passifloraceae) <i>Passiflora ligularis</i> | | granadillo | n.c. | Dolor de cabeza | La hoja picada del granadillo se coloca sobre la frente |
| (Passifloraceae) <i>Passiflora mixta</i> | poroporo o tausa | curuba | GT58 | Alimento | En fruta |
| (Piperaceae) <i>Peperomia</i> sp. | allivinan | | GT21 | Fiebres en niños | Se cocina el allivinan |
| (Piperaceae) <i>Peperomia</i> sp. | culquivinan | | GT92 | Suerte | Se usa el culquivinan |
| (Piperaceae) <i>Peperomia</i> sp. | tugsivinan | | GT17 GT52 | 1) Calvicie; 2) fiebres altas; 3) fuegos en la boca; 4) tos; 5) tos de gripa | Se cocina el tugsivinan y se baña la cabeza al comenzar a perder el pelo; 2) Infusión caliente de tugsivinan; 3) se cocina la cuasia y tugsivinan y se gotea en el fuego; 4) infusión caliente de tigrecillo y tugsivinan; 5) se maja el tugsivinan y descansel y se toma con agua. |
| (Piperaceae) <i>Peperomia</i> sp. | | tigrecilla | GT43 | 1) Fiebre; 2) tos. | 1) Se macera en mortero la tigrecilla y se toma en infusión; 2) infusión caliente de tigrecilla y tugsivinan. |
| (Piperaceae) <i>Piper</i> sp. | gallinazo panga | | GT69 | 1) Dolor de cabeza; 2) dolor de cabeza. | 1) Emplasto de hojas de gallinazo en la frente; 2) se machacan las hojas de gallinazo y llantén y se colocan como emplasto sobre la frente. |
| (Piperaceae) <i>Piper</i> sp. | cuichi | arco iris | GT87 | Dolor de cabeza | Las hojas del arco iris se colocan sobre la frente |
| (Plantaginaceae) <i>Plantago major</i> | | llantén | GT84 | 1) Dolor de cabeza; 2) dolor de cabeza por calor; 3) heridas; 4) tos | 1) Se machacan las hojas de gallinazo y llantén y se colocan como emplasto sobre la frente; 2) se coloca la hoja llantén sobre la frente; 3) se cocinan hojas de llantén, picantillo, hierba mora y haba y se lava la herida; 4) se cocina lengua de vaca, hierba mora, limoncillo y llantén. |

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|---|-----------------------|-------------------------|--------------|---|---|
| (Polygalaceae) <i>Polygala</i> sp. | | mentol | GT59 | Para lesiones | Se prepara crema con el mentol |
| (Polygonaceae) <i>Polygonum</i> sp. | | picantillo | GT72 | Heridas | Se cocinan hojas de llantén, picantillo, hierba mora y haba y se lava la herida |
| (Polygonaceae) <i>Rumex obtusifolius</i> | | lengua de vaca | GT70 | Tos | Se cocina lengua de vaca, hierba mora, limoncillo y llantén |
| (Polypodiaceae) <i>Blechnum</i> sp. | | helecho | GT37 | Golpes | Se cocina la hoja de helecho con cuichisacha y se baña. |
| (Rosaceae) <i>Malus pumila</i> = <i>Pyrus malus</i> | | manzana | GT29 | 1) Fiebre, tos y gripa de los niños; 2) Gripa; 3) insomnio | 1) Se cocina hasta que espese tomate de árbol, choclo y manzana; 2) infusión de tomate de árbol y manzana; 3) infusión caliente de lechuga, manzana y manzanilla |
| (Rosaceae) <i>Prunus persica</i> | | durazno | n.c. | Alimento | Fruta |
| (Rosaceae) <i>Rubus glaucus</i> | | mora de castilla | n.c. | Llagas en la boca | Se untan los frutos verdes de mora de castilla |
| (Rubiaceae) <i>Cinchona</i> sp. | | quina | n.c. | Para el cabello | Se machaca romero y quina y se deja en agua durante cuatro días y se unta en el cabello |
| (Rubiaceae) <i>Hamelia</i> sp. | ouillo panga | hoja amarilla | GT10 GT89 | Madurar granos, forúnculos, nacidos, chupos | Se machacan las hojas de ají, hoja amarilla y ruda, aplica como emplasto sobre los granos |
| (Rubiaceae) <i>Rebunium</i> cf. <i>hypocarpium</i> | | "mata para tener hijos" | GT61 | Para tener hijos | Infusión caliente |
| (Rutaceae) <i>Citrus aurantium sinensis</i> | | naranja | n.c. | 1) Cólicos menstruales; 2) cólicos menstruales; 3) para evitar el aborto | 1) Se cocinan limoncillo, hoja de naranja, canela y clavos; 2) infusión caliente de hojas de naranja y manzanilla; 3) infusión de chichaja delgadita, hoja de naranja y manzanilla |
| (Rutaceae) <i>Citrus limon</i> | | limón | n.c. | 1) Gripa; 2) Tos; 3) tos | 1) Se raspa el palo de cuasia y se hace infusión en agua con limón; 2) se saca el jugo del orejón y se mezcla con clara de huevo batido y 2 limones; 3) infusión de cuasia y limón |
| (Rutaceae) <i>Ruta graveolens</i> | | ruda | GT57 | 1) Fiebre; 2) para baños después del parto; 3) para bañar después del parto; 4) Insomnio; 5) madurar granos | 1) Infusión caliente de ruda; 2) se cocina arrayán, eucalipto y ruda; 3) cocción de eucalipto y ruda; 4) se cocina la flor de anima, romero y ruda y se baña solo el cuerpo; 5) se machacan las hojas de ají, hoja amarilla y ruda, se coloca como emplasto sobre los granos. |
| (Salicaceae) <i>Salix humboldtiana</i> | | sauce | n.c. | Para el cabello | Se cocinan las hojas de sauce y se lava el cabello |
| (Saxifragaceae) <i>Hydrangea</i> sp. | calus turrinda tughtu | hortensia | GT23 | 1) Dolor de cabeza por frío; 2) dolor de cabeza; 3) hinchazón por golpes | 1) Se quema la hoja de la hortensia y se coloca sobre la frente; 2) Infusión de hortensia; 3) emplasto con la hoja de la hortensia. |

Continuación Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas por la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|---|-------------------------------------|-------------------|--------------|---|---|
| (Scrophulariaceae) <i>Lindernia</i> sp. | azul tughtu o wíjambe o palo tughtu | | GT54 GT88 | 1) Espaciar hijos durante 2 años concentrado provoca esterilidad; 2) Limpiar sangre; 3) malestar; 4) purgante para la piel; 5) granos en la piel; 6) purgante para lombrices. | 1). Se mezcla en agua ceniza blanca de tizón con el azul tughtu y se lava el último día de menstruación; 2) infusión de wíjambe; 3) se prepara un jarabe con granicillo, guayabilla, chichaja, azul tughtu, cuyanguilla y manzanilla; se toma tres veces al día; 4) infusión de conejo guasca, azul tughtu y chichaja; 5) se cocina el azul tughtu y verbena y se baña; 6) se cocina el azul tughtu |
| (Simarubaceae) <i>Cuassia amara</i> | | cuasia * | n.c. | 1) Fuegos en la boca; 2) gripa; 3) tos. | 1). Se cocina la cuasia y tugsivinan y se gotea en el fuego; 2) Se raspa el palo de cuasia y se hace infusión en agua con limón; 3) infusión de cuasia y limón. |
| (Solanaceae) <i>Brunfelsia grandiflora</i> | | chiricaspi * | n.c. | 1) Dolor de cabeza; 2) pulmones | 1) Infusión de ámbar y chiricaspi; 2) infusión de chiricaspi |
| (Solanaceae) <i>Capsicum annum</i> | | ají | n.c. | Madurar granos | Se machacan las hojas de ají, hoja amarilla y ruda, se coloca como emplasto sobre los granos |
| (Solanaceae) <i>Cyphomandra betacea</i> | sacha tomate | tomate de árbol | GT35 | 1) Gripa; 2) Tos; 3) fiebre, tos y gripa de los niños. | 1) Infusión de tomate de árbol y manzana; 2) se cocina el fruto del tomate de árbol y se toma la infusión; 3) se cocina hasta que espese tomate de árbol, choclo y manzana |
| (Solanaceae) <i>Physalis peruviana</i> | | uvillas (uchuvas) | n.c. | Para ardor en ojos | Se exprimen uvillas, se mezcla con miel y se aplican gotas en los ojos |
| (Solanaceae) <i>Solanum cf. nigrum</i> | murras ugsa | hierba mora | GT19 | 1) golpes y hematomas; 2) Heridas; 3) Tos | 1). Se cocina la hierba mora y se coloca como emplasto; 2). se cocinan hojas de llantén, picantillo, hierba mora y haba y se lava la herida; 3) se cocina lengua de vaca, hierba mora, limoncillo y llantén. |
| (Solanaceae) <i>Solanum quitoense</i> | | naranjilla (lulo) | n.c. | Alimento | |
| (Solanaceae) <i>Solanum</i> sp. | chontara | | n.c. | Mal aire | Se cocina el quillabiwinja y la chontara |
| (Umbeliferae) <i>Apium graveolens</i> | | apio | n.c. | 1) Para espaciar un hijo de otro; 2) dolor en huesos | 1). Se cocina guayabilla, apio, granicillo y flor de cenizo; 2) se cocina la guayabilla, apio, granicillo, limoncillo y tigreguasca; se deja espesar hasta formar jarabe |
| (Umbeliferae) <i>Pimpinella anisum</i> | | anís | GT15 | 1) Aligerar el parto; 2) evitar hemorragia en el parto | 1) Infusión caliente de cuyanguillo y anís; 2) infusión caliente de anís y cedrón. |
| (Urticaceae) | chine | ortiga | n.c. | Pereza | Se usa la ortiga |
| (Urticaceae) <i>Pilea</i> sp. | sipta | | GT14 GT91 | Fiebre | Infusión de sipta |
| (Valerianaceae) <i>Valeriana</i> sp. | | valeriana | n.c. | Nervios | Infusión de coquindo y valeriana |
| (Verbenaceae) <i>Lantana camara</i> | cucosacha | | GT48 GT56 | Mal aire | Se cocina la flor de santa lucía y se mezcla con cucosacha (toda la planta) y se da de beber |
| (Verbenaceae) <i>Verbena</i> sp. | | verbena | GT68 | Granos en la piel | Se cocina el azul tughtu y verbena y se baña |

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|--|--------------------|-------------------|--------------|--|---|
| (Violaceae) <i>Viola</i> sp. | tugtu violeta | flor violeta | GT30 | 1) Tos; 2) fiebre y tos | 1) Infusión caliente de la flor violeta; 2) infusión caliente de flor violeta. |
| (Violaceae) <i>Viola stipularis</i> | | Santa lucía | GT53 GT62 | 1) Mal aire; 2) irritación de los ojos; 3) tosferina. | 1) Se cocina la flor de santa lucía y se mezcla con cucosacha (toda la planta) y se da de beber; 2) se maja la Santa Lucía, se saca el jugo y las goticas se aplican en los ojos; 3) se cocina toda la planta de Santa Lucía. |
| (Zingiberaceae) <i>Zingiber</i> sp. | | jengibre | n.c. | Dolor de muelas | Se machaca el jengibre y el polvo se unta sobre la muela |
| <i>Hyeronima colombiana</i> | | motilón | n.c. | Alimento | |
| Indeterminada | biwinja | | n.c. | Desinfecta heridas | Se raspa la biwinja y se cocina bien, con esta agua se lava la herida |
| Indeterminada | chavajisi-ámbré | | GT50 | Dolor en la garganta | Se hacen gárgaras con infusión de chavajasiambre y luego se toma |
| Indeterminada | chichaja delgadita | | n.c. | Para evitar el aborto | Infusión de chichaja delgadita, hoja de naranja y manzanilla |
| Indeterminada | citre panga | | n.c. | Diarrea en niños | Se cocina la flor de citre panga con manzanilla |
| Indeterminada | conejo guasca | | n.c. | Purgante para la piel | Infusión de conejo guasca, azul tugtu y chichaja |
| Indeterminada | leche ambe | | GT18 | Para bajar la leche y que sea abundante | Se usa el leche ambe |
| Indeterminada | quillabiwinja | | n.c. | Mal aire | Se cocina el quillabiwinja y la chontara |
| Indeterminada | | altísimo | n.c. | Salida del colon | Se usa la hoja de la altísima con lana |
| Indeterminada | | balsamo rosado | n.c. | Sangre en la orina | Se cocina la acacia la india, tachi, balsamo rosado y caraña |
| Indeterminada | | caraña | n.c. | Sangre en la orina | Se cocinan la acacia la india, tachi, bálsamo rosado y caraña |
| Indeterminada | | cedrón | GT11 | 1) Evitar hemorragia en el parto; 2)cólicos, dolor de parto y hemorragias | 1).Infusión caliente de anís y cedrón; 2) infusión caliente de limoncillo, manzanilla y cedrón |
| Indeterminada | puka tugtu | flor roja | n.c. | Cólicos menstruales | Infusión caliente de puka tugtu |
| Indeterminada | | goma | n.c. | Fiebre en niños por mal viento | Infusión caliente de pepas de linaza, goma, coquindo y chondur |
| Indeterminada | | granicillo | n.c. | 1). Para espaciar un hijo de otro; 2)para evitar hemorragia en el parto; 3) para los dolores de parto; 4) malestar; 5) cistitis | 1) Se cocina guayabilla, apio, granicillo y flor de cenizo ; 2)desde el quinto mes de embarazo las mujeres toman una infusión de granicillo y manzanilla; 3) infusión de granicillo, guayabilla de páramo y manzanilla; 4) Se prepara un jarabe de la mezcla de granicillo, guayabilla, chichaja, azul tugtu, cuyanguilla y manzanilla; se toma tres veces al día; 5) se cocina granicillo y guayabilla |
| Indeterminada | | guayabilla grande | n.c. | 1).Malestar; 2) acelerar parto; 3) para espaciar un hijo de otro; 4)purgante, emborracha como el yagé; 5) dolor en huesos; 6) Cistitis; 7) sangre en la orina. | 1) Se prepara un jarabe de la mezcla de granicillo, guayabilla, chichaja, azu tugtu, cuyanguilla y manzanilla; se toma tres veces al día; 2) se cocina la guayabilla con panela y medio litro de aguardiente; 3) se cocina guayabilla, apio, granicillo y flor de cenizo; 4) se toma la guayabilla grande; 5) se cocina la guayabilla, apio, granicillo, limoncillo y tigreguasca; se deja espesar hasta formar jarabe; 6) se cocina granicillo y guayabilla; 7) infusión caliente de cuyanguilla y guayabilla. |

Continuación Tabla 1. Plantas medicinales y alimenticias utilizadas por la mujer inga del municipio de Santiago, valle de Sibundoy

| NOMBRE CIENTIFICO | NOMBRE INGA | NOMBRE ESPAÑOL | # c | USO | PREPARACION |
|-------------------|-------------|----------------|------|----------------------------------|---|
| Indeterminada | | tachi *** | n.c. | Sangre en la orina | Se cocina la acacia la india, tachi, bálsamo rosado y corofia |
| Indeterminada | | tigre guasca * | n.c. | 1) Purgante; 2) dolor en huesos. | 1) Se cocina la tigreguasca; 2) se cocina la guayabilla, apio, granicillo, limoncillo y tigreguasca; se deja espesar hasta formar jarabe. |
| Indeterminada | | vinagrera | n.c. | Ansiedad | Infusión caliente de vinagrera |

Convenciones:

- * traídas del bajo Putumayo
- ** la linaza *Linum usitatissimum* es traída del mercado de Pasto
- *** el tachi es traído de plantas de la Guajira
- el resto crecen en los potreros o en el páramo que circunda el valle.
- n.c. no recolectadas