

Guía medicinal y espiritual de plantas tropicales

Los secretos de las plantas desde el Caribe y la Amazonía hasta el Mediterráneo

Dra. Goretta Virgili López



© 2017 Copyright de la obra: M. Goretti Virgili López
© 2017 Copyright de la edición: Angels Fortune Editions
ISBN 978-84-946782-4-0
Diseño de portada: Cris Barrio
Fotografía de portada: Goretti Virgili López
Maquetación: Cris Barrio
Edición a cargo de M^a Isabel Montes Ramírez
© Angels Fortune Editions
www.angelsfortuneditons.com

AVISO IMPORTANTE: la función de este libro es proveer información sobre plantas con fines educativos y de referencia. En este libro no se aporta una validación científica de los usos de las plantas descritas y cualquier receta que se prepare es bajo la responsabilidad de la persona. Dicha información en ningún caso pretende reemplazar el conocimiento y servicio profesional de personal de salud o médicos. En caso que el lector use la información con o sin consejo médico, ni la autora ni la editora se hacen responsables de dicho uso.

Copyright de fotografías

Todas las fotografías mostradas en este libro han sido tomadas por la autora Goretti Virgili López a excepción de las que se detallan a continuación. Tienen copyright o derechos de autor y no se pueden divulgar bajo ningún concepto sin el permiso expreso por escrito de la autora.

Fotografía portada: Adán enseñando la resina de amacey. Rincón, provincia de Samaná, República Dominicana.

Fotografías de otros autores

- Mapa comercio transoceánico siglos XVI-XVIII. Modificado de https://www.blinklearning.com/Cursos/c392729_c15902999_1_El_inicio_de_la_Edad_Moderna_Los_siglos_XV_y_XVI.php.
- Séhmur, 2007. Mapa del comercio triangular simplificado modificado del mapa realizado por François Nancy para el Proyecto de la UNESCO "The Slave Route".
- Mapa geográfico de República Dominicana, 2007. Modificado de <http://www.madrimasd.org/blogs/universo/2007/09/09/73665>.
- Mapa de la península de Samaná. 2016. Recuperado de <http://lomustdelomustblog.com/samana-la-bahia-prodigiosa>.
- Rudy Reyes, 2014. Fotografía Roba la Gallina.
- Guillermo de Juan, 2016. Fotografía diablo 4 rojo.
- Maialen Biurrun, 2012. Fotografía alcanfor.
- Sarah Paradiso, 2017. Fotografías escoba de puerco, higo macho, hoja sangre de Cristo, rabo de gato, anón, caguazo, cajuil cimarrón, pera criolla, laurel cacao, pomo (árbol entero) y mangle blanco.
- Ezequiel Kery y Sarah Paradiso, 2017. Fotografías guayacán. Ezequiel Kery autor de las artesanías en guayacán.
- Caroline Nezonde, 2016. Fotografía alhelí rosado detalle flor número 2.
- Kevin Clark, 2017. Fotografía de campana macho con flor.

Prólogo

Este libro empezó a gestarse, aún sin saberlo yo misma, en Senegal cuando visité la Casa de los Esclavos, una antigua cárcel, en la isla de Gorée - en francés - o Gorea - en castellano -, cerca de Dakar. Válgase la similitud con mi nombre, en ese momento comencé este viaje fantástico de exploración antropológica. Quedé impactada con la realidad que había empezado allí cinco siglos atrás, y el recorrido por la misma no deja indiferente a nadie. Dentro de la casa se muestran con imágenes, textos, grabados y utensilios los horrores y torturas que sufrieron los esclavos, personas arrancadas de sus aldeas africanas y llevadas por la fuerza a una tierra lejana y desconocida.

Unos años más tarde, tuve la oportunidad de visitar un pueblecito pescador de la bahía de Rincón llamado Las Galeras, en la provincia de Samaná, la parte más nordeste de República Dominicana. El nombre de Las Galeras se debe a dos galeras que fondeaban en ese lugar a mediados del siglo XVI. La bahía de Rincón está ubicada entre los cabos Cabrón y Samaná y la carretera de la provincia acaba, literalmente, en Playa Grande en Las Galeras. Más allá hay el mar y el canal de la Mona que une con la costa occidental de Puerto Rico. Todavía es un paraíso terrenal, sin demasiadas edificaciones ni asfalto, lugar donde los suministros de luz y agua llegaron hace relativamente poco (en 1998 y 2008, respectivamente, en Las Galeras), y sigue en vías de desarrollo. En Rincón la electricidad llegó en 2005. Las calles no tienen nombres ni las casas números ni timbres, la gente simplemente entra vociferando. En las montañas o lomas más que árboles hay palmas de coco, y ese verde intenso contrasta con las aguas azul turquesa que ofrece el mar Caribe con sus playas de arena blanca. Dada la riqueza natural que el entorno me ofrecía, empecé a interesarme por la flora de la zona pues fui descubriendo plantas que nunca antes había visto ni escuchado sobre ellas. ¡Qué lejos quedaban esas clases de botánica en la Facultad de Biología en Barcelona!, y qué bello es seguir aprendiendo.

Allí conocí a Adán Ureña que me ha enseñado sus conocimientos sobre las plantas medicinales locales, los cuales han pasado de generación en generación en su familia de forma oral. Fue en ese momento cuando me *aplatané*¹ y conviví con la gente del lugar, aprendiendo sus costumbres y recordando lo que viví en África que decidí realizar este pequeño estudio etnobotánico. Los dominicanos, al igual que muchos otros pueblos, siguen usando de forma habitual las plantas medicinales para curarse. Además, dado que el acceso al médico es casi exclusivamente de pago en el continente americano - a pesar de que existe un Seguro Social - la gente suele buscar remedios naturales y económicos que sí puede permitirse. Muchas de las plantas medicinales que se comentan en este libro se encuentran en los patios de las casas o en los *conucos*² y si no, se pueden comprar en los mercados o en las *botánicas*³. En la farmacia, además de poder adquirir medicinas sintéticas, también se encuentran ciertos elementos que se añaden a las *botellas*⁴ medicinales. Algunas de estas plantas ofrecen usos espirituales por lo que su aprovechamiento y sentido son importantes en la cultura popular.

En este libro documento las plantas que crecen en la zona más al nordeste de la isla de La Española incluyendo la descripción, propiedades, usos medicinales, usos técnicos y usos espirituales que Adán conoce. Seguramente tienen más usos u otros diferentes, no significa que sean los únicamente válidos. Pongo por escrito esa sabiduría ancestral en la realidad del campo dominicano y la ofrezco a lectores curiosos.

Al tratarse de plantas de clima tropical, la gran mayoría no son endémicas de República Dominicana o las Antillas Mayores, sino que se encuentran en varios trópicos. En el trópico americano están presentes en Centro y Sudamérica incluyendo las zonas de la Amazonía, Perú, Colombia, Brasil, Costa Rica y México, entre otros países. Algunas especies también se encuentran en los trópicos africano y asiático pues fueron traídas a América por los europeos que participaron en la trata de esclavos y por los mismos esclavos. Además, otras plantas fueron traídas por los españoles o portugueses y son de clima Mediterráneo.

Siendo catalana y viajera del mundo, el círculo se cierra en Europa. El mismo círculo entre tres continentes, África, América y Europa, que durante siglos el tráfico de esclavos retroalimentó involucrando y sometiendo a diferentes clases sociales.

Casualidad o no, el pueblo que me vio nacer, Torredembarra, en la provincia de Tarragona en Cataluña, España, fue una de las cunas de muchos hombres que partieron rumbo a las Antillas a "*hacer las Américas*"⁵ en los siglos XVIII y sobre todo XIX. Solo algunos consiguieron hacer fortuna como Joan Güell y Ferrer, padre de Eusebi Güell y Bacigalupi el gran mecenas del arquitecto Antoni Gaudí

¹ *Aplatanar*: cuando un extranjero adopta el modo de vida del país hispano donde vive, acriollarse.

² *Conuco*: palabra de origen *taíno* para referirse a una pequeña parcela de tierra, frecuentemente dedicada a la agricultura de subsistencia. Son pequeñas siembras y es la unidad de producción de origen *taíno* que se ha mantenido hasta el presente. Es una agricultura que se va repitiendo de un sitio a otro y se usan instrumentos agrícolas tales como el machete, la coa, la azada y el pico. Se usa el "tumba y quema" para preparar la tierra para la siembra.

³ *Botánica*: es una tienda donde se venden plantas y objetos religiosos o espirituales de tradiciones latinas y afro-caribeñas como velas, estatuas de santos, aceites perfumados, incienso, baños, aguas, etc. Muchas botánicas ofrecen consultas con curanderos, chamanes o consejeros espirituales. Además, también es un lugar de reunión de la comunidad donde se pueden celebrar sesiones de espiritismo, santería y otras religiones.

⁴ *Botella*: es un remedio a base de trozos de ramas, cepas, raíces, semillas, hojas y frutos de diferentes plantas medicinales que se embotellan. Se preparan botellas específicas para mujeres, hombres y niños para curar diferentes enfermedades.

⁵ "*Hacer las Américas*": emigrar a América para enriquecerse.

y Cornet; Ramon Casas y Gatell, padre del famoso pintor impresionista Ramon Casas y Carbó impulsor además del modernismo catalán; y Antoni Roig y Copons. Casas padre y Roig eran vecinos en Torredembarra y como tantos otros *indianos*⁶ de la costa catalana partieron e hicieron fortuna en Cuba sobre todo, y en otras colonias americanas. No opinaré sobre los medios que usaron para conseguir tales fortunas en tan poco tiempo pero uno puede imaginar que el papel de los esclavos fue clave, en algún u otro modo, para conseguirlo. De vuelta a casa, la mayoría se instalaron en Barcelona e invirtieron mucho capital para construir casas modernas dando lugar al estilo arquitectónico conocido como modernismo catalán. Algunos como Antoni Roig, además, quisieron dejar un legado para su pueblo y él fundó el Patronato de Torredembarra que lleva su nombre. Esta institución tenía dos misiones: dar educación a los niños y niñas del pueblo a través de una escuela pública, mixta, laica, gratuita y de calidad, todo un avance en el siglo XIX, y además dotar a las doncellas más pobres con una dote cuando se casaran, tradición que aún hoy continúa. Yo misma hasta tercero de primaria asistí a esta escuela que abrió sus puertas en 1891, ahora ya cerrada como escuela y es la actual sede del Patronato Antoni Roig. Caprichosa como es la historia, se puede hacer la siguiente reflexión: sin el capital conseguido por los *indianos* a través del abuso de esclavos el modernismo catalán quizás nunca habría existido.

He realizado muchos viajes en mi vida y entre ellos he visitado Cuba, República Dominicana, Puerto Rico, México, Guatemala, Perú y Senegal. Las fotos incluidas en este libro son todas tomadas por mí con alguna excepción que detallo, y es un orgullo para mí poder enseñar lo que estos países y sus respectivas culturas y gentes me han regalado y enseñado.

Quiero agradecer a las personas que me han ayudado a hacer realidad este libro, no solo a Adán con su valioso conocimiento, sus consejos y paciencia, nuestras caminatas de sol a sol buscando las plantas y las risas por las diferencias entre el español que hablamos; a Mari su esposa, y Janeiri y Zuleidi sus hijas, por el tiempo que compartimos en familia, comiendo, bebiendo café, mientras Adán y yo trabajábamos. A los vecinos que nos permitieron entrar en sus patios y *conucos*, a Poli el del *motoconcho*⁷ que me llevaba y traía a casa de Adán, a Anna Rogero y Félix Aquino, a Caroline Nezone, Rudy Reyes, Argentina Gallego, David Camps, Sarah Paradiso, Darlin Calcaño, Ezequiel Kery, Pedro el italiano, Guillermo de Juan y Yamil Manzueta por su amistad y cariño en la isla; a Corinne Pubill, Colleen Clark, Kevin Clark, Rebecca Rivera, Sonia Torres, Mario Rivera, Marcia Rivera y familia, María Benedetti, Alexis Massol, Tinti Deyá y Radio Casa Pueblo de Adjuntas en Puerto Rico; Cristina Cristilli, Mar González, Xavi Ramírez, Irene Puga, Alicia Montes, Luz Marina Aguado, Elías Pezzat, Aritz Lopategi, Maialen Biurrun, Inma López, Robert Jovani, Cristina Aragón, Mari Sánchez, Katy Pessin, José Santiago, y a tantos otros amigos que me han apoyado en este proyecto.

También a Cèlia Valero y a Cristina Barrio por hacer posible la maquetación de este libro y a mi editora Isabel Montes por creer en este proyecto y querer aventurarse conmigo para enseñarlo al mundo.

Y sobre todo quiero agradecer y dedicar este libro a mi familia: a mis padres Neus y Miquel-Àngel y a mi hermana Laia, por su apoyo incondicional aunque a veces no sea fácil entender mis inquietudes vitales, y a mi gata Frida.

⁶ *Indiano*: denominación coloquial del emigrante español en América que retornaba rico.

⁷ *Motoconcho*: mototaxi.

En especial quiero agradecer a varios hombres de mi familia que han influido en mi vida. A mi padre Miquel-Àngel Virgili Giralt porque siempre me ha impulsado a volar más alto y a que siga explorando este mundo, mirando hacia adelante y sin miedo, haciendo lo que me mueve en cada momento porque eso me hace feliz. Él me ha inculcado desde que era niña el amor por la historia humana, la arqueología y la antropología, además del amor por la naturaleza. Después han sido muchos años de aprendizaje con charlas, libros, documentales, una licenciatura, una maestría y un doctorado, visitas a museos y viajes por todo el mundo que han hecho la mujer que soy actualmente. A mi abuelo Antonio López Ruiz, mi yayo, que el día después de llegar yo de viaje dejó este mundo para volver a estar al lado de mi abuela Magdalena. Él siempre disfrutaba escuchando las historias de mis viajes a lugares lejanos, el volar en avión pues él nunca viajó en uno, el ir a sitios remotos donde él nunca llegaría, el conocer tribus indígenas y cooperar en hospitales rurales en África. Desde muy joven me incitó y retó a que viajara todo lo que mi abuela y él no pudieron por las circunstancias que vivieron y, sobre todo, que disfrutara de esta vida porque solo hay una. También quiero dedicar este libro a mi bisabuelo Jaume Giralt Casas, al que conocí hasta mis 11 años, y que siendo yo pequeña compartí tardes de dominó con sus manos gastadas de trabajar el campo. Escribiendo este libro le he recordado mucho porque algunas enseñanzas de las plantas de cultivo, el campo mediterráneo y los calendarios de siembra se las explicó a mi padre y él a mí. Por último quiero agradecer a las plantas y sus secretos por este conocimiento que me permiten poner por escrito.

La intención de este libro no es solo describir las plantas medicinales que se encuentran y se usan en la bahía de Rincón, provincia de Samaná, República Dominicana, sino que es un tributo a sus gentes y a sus costumbres.

En el primer capítulo del libro, usted encontrará un repaso histórico y el uso de las plantas desde la antigüedad hasta la actualidad, seguido de la formación de la realidad campesina dominicana para poder comprender mejor el uso de estas plantas en un contexto social determinado. Las plantas mencionadas en el primer capítulo del libro y que se describen en detalle en el segundo están marcadas en negrita. Además, las palabras en cursiva que no son nombre científico están descritas en el glosario que hay en cada capítulo, tanto en el primero como en el segundo.

En el segundo capítulo del libro se describen las diferentes plantas y sus usos habituales por la población local dominicana. Incluye la descripción de cada planta (nombre científico, otros nombres comunes, nombre en inglés, descripción e historia), y seguidamente se detallan los usos que Adán conoce incluyendo las cualidades, partes usadas, usos medicinales, técnicos y espirituales y en algunos casos las precauciones y toxicidad cuando las hay.









En el tercer capítulo se incluyen recetas culinarias criollas en las que se usan algunas de las plantas descritas, y en el cuarto capítulo podrá encontrar información adicional.

Finalmente, este libro ha sido escrito en República Dominicana, Cataluña, Estados Unidos, Puerto Rico, Perú, Italia y Guatemala. Me ha acompañado en mis viajes, él mismo es un viaje, es un libro del mundo para el mundo.

Contexto histórico-social de las plantas en Latinoamérica 13

- 1. Breve historia de las plantas medicinales
y el origen de la realidad criolla
en Latinoamérica 15**
 - Las plantas medicinales y su uso en la historia 16
 - La esclavitud en Latinoamérica y el Caribe 23
 - Indígenas 43
 - Región Caribe - la herencia taína* 43
 - Mesoamérica - los imperios azteca y maya* 55
 - Sudamérica - el imperio inca* 60
 - Mestizaje* 66
 - Referencias 67
 - Glosario 69
- 2. La identidad dominicana, la vida en
el campo y la relación social con las plantas 73**
 - La identidad popular dominicana 74
 - La vida en el campo dominicano y
la relación social con las plantas 81
 - Las plantas medicinales y sus secretos 109
 - Las enfermedades, las creencias religiosas y los espíritus 117
 - Tabúes, personas débiles y “desasurdos” 132
 - Referencias 136
 - Glosario de voces dominicanas 137

2**Plantas medicinales
de uso popular y tradicional****145**

	Glosario	147
	Plantas de interés medicinal	155
	Alimentos básicos	459
	Frutas	507
	Verduras y vegetales	631
	Bebidas estimulantes	665
	Espicias, plantas aromáticas y “recaos”	677
	Plantas y árboles de utilidad técnica	809
	Flores y plantas ornamentales	865
	Plantas tóxicas y venenosas	895
	Referencias	922

3**Recetas criollas caribeñas****935****4****Información adicional****951**

1.	Géneros de plantas	953
2.	Tabla de enfermedades	969
3.	Tabla de espíritus	989

Contexto histórico-social de las plantas en Latinoamérica

Breve historia de las plantas medicinales y
el origen de la realidad criolla en Latinoamérica

La identidad dominicana, la vida en el campo
y la relación social con las plantas

Las plantas medicinales y su uso en la historia

Desde tiempos inmemoriales el hombre ha utilizado las plantas que le rodean con fines medicinales. Los remedios naturales en los que se incluían las plantas medicinales fueron durante mucho tiempo el principal recurso del que disponían sanadores, curanderos, chamanes, barberos y posteriormente los médicos. Desde la antigüedad las plantas han sido estudiadas por las propiedades medicinales de las que disponen algunas.

Cabe destacar que el mercado global de productos derivados de plantas se estima en 83 millones de dólares y sigue creciendo. Además, se estima que aproximadamente el 25% de los fármacos modernos y hasta el 60% de los medicamentos antitumorales derivan de productos naturales y corresponden a plantas medicinales del Códice De la Cruz-Badiano. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), entre el 65% y el 80% de las poblaciones de países en vías de desarrollo utilizan actualmente plantas medicinales como remedio (Palhares, 2015).

Las plantas son reconocidas por su capacidad de producir una gran variedad de metabolitos secundarios y por su uso en medicina popular para el tratamiento de enfermedades. Estos metabolitos sintetizados por las plantas tienen diferentes funciones en ellas que incluyen regulación del crecimiento, protección contra radiaciones ultravioleta, interacciones inter e intraespecíficas y defensa contra predadores e infecciones. Con la aparición de numerosas tecnologías, métodos de aislamiento, identificación y validación de las actividades biológicas de los compuestos naturales, se han podido analizar estos productos elaborados por las plantas y tener un mayor conocimiento de los mismos.

Los primeros textos escritos y las plantas medicinales en el Mundo Antiguo

La transmisión de conocimientos sobre plantas medicinales, antes del nacimiento de la escritura, se realizaba oralmente. Se sabe que el primer texto escrito sobre el uso de plantas medicinales

tiene unos 5.000 años de antigüedad y aparece en una tablilla de arcilla de la cultura de los sumerios, un antiguo pueblo que vivía al sur de los ríos Éufrates y Tigris, en Asia. Comprendía 12 recetas para la preparación de fármacos que incluían más de 250 plantas diversas, algunas de ellas con alcaloides como la amapola (*Papaver rhoeas*), el beleño negro o hierba loca (*Hyoscyamus niger*) y la mandrágora (*Mandragora autumnalis*) (Kelly, 2009).

Según la Biblia y el Talmud, el libro sagrado de los judíos, varias plantas aromáticas como el **incienso** (*Boswellia sacra*) y el mirto (*Myrtus communis*) se han usado para acompañar el tratamiento de enfermedades (Dimitrova, 1999).

El libro chino sobre raíces y hierbas "Pen Ts'Sao" escrito por el emperador Shen Nung hacia el año 2500 a. C., trata 365 remedios preparados con partes secas de plantas medicinales, muchas de las cuales se utilizan incluso hoy en día como el **alcanfor** (*Cinnamomum camphora*), la corteza de **canela** (*Cinnamomum zeylanicum*), el ruibarbo ornamental (*Rheum officinale*), hojas de té (*Theae folium* - *Camellia sinensis*), el podofilo (*Podophyllum* sp.), la gran genciana amarilla (*Gentiana lutea*), el ginseng (*Panax ginseng*), el estramonio o **campana macho** (*Datura stramonium*) y la efedra (*Ephedra* sp.) (Bottcher, 1965; Wiart, 2006).

Los egipcios utilizaron los principios de las plantas medicinales de una manera sistemática y controlada. Se conocen más de 800 fórmulas descritas en el Papiro Ebers, escrito en hierático hacia el año 1500 a. C., dentro del 8° año de reinado de Amenhotep I de la dinastía XVIII. Dichas fórmulas se refieren a 700 sustancias extraídas de plantas como la **granada** (*Punica granatum*), el aceite de **higuera** (*Ricinus communis*), la **sábila** (*Aloe barbadensis*), el **sen** (*Cassia angustifolia*),

el **ajo** (*Allium sativum*), la **cebolla** (*Allium cepa*), el **cilantro** (*Coriandrum sativum*), el higo (*Ficus carica*), el sauce (*Salix* sp.) y el enebro (*Juniperus communis*), entre otras (Glesinger, 1954; Tucakov, 1964).

En la India el uso de estas plantas, conocido como Medicina Ayurveda, nos ha dejado referencias escritas del año 800 a. C., donde aparecen descritas unas 800 especies en los libros Vedas (Tucakov, 1971).

Los griegos y los romanos recogieron la tradición de los pueblos de Mesopotamia y Egipto e hicieron uso de las plantas para curar las enfermedades y mantener un buen estado de salud. Algunos destacados fueron:

- Heródoto (484-425 a. C.) era un historiador y geógrafo griego, y se refería a la **higuera**.
- Orpheus al eléboro fragante (*Helleborus odorus*) y al **ajo**.
- Pitágoras, filósofo y matemático griego, a la cebolla albarrana (*Drimys maritima*), la **mostaza** (*Brassica juncea*) y la col (*Brassica oleracea*).
- Hipócrates (460-370 a. C.) era un médico griego que describió más de 300 plantas medicinales en sus trabajos y las clasificó por su acción fisiológica: el ajeno (*Artemisia absinthium*) y la centáurea menor o hiel de la tierra (*Centaureum umbellatum*) fueron usados contra la fiebre; el **ajo** contra los parásitos intestinales; el opio (*Papaver somniferum*), el beleño negro o hierba loca, la belladona (*Atropa belladonna*) y la mandrágora fueron usados como narcóticos; el eléboro fragante y el ásaro (*Asarum seropaeum*) como eméticos o vomitivos; el **apio** (*Apium graveolens*), el **perejil** (*Petroselinum crispum*), el espárrago (*Asparagus officinalis*) y el **ajo** como diuréticos; y la **granada** y el roble (*Quercus* sp.) como astrin-gentes (Bojadziewski, 1992; Gorunovic, 2001).



Mapa del comercio transoceánico en el siglo XVI.

hasta entonces y que tenían una acción más fuerte (Petrovska, 2012).

A lo largo de la Edad Media, los médicos europeos consultaron las obras árabes “De Re Medica” de John Mesue (850 d. C.), “Canon Medicinæ” de Avicena (980-1037 d. C.) y “Liber Magnæ Collectionis Simplicium Alimentorum Et Medicamentorum” de Ibn Baitar (1197-1248), en el que más de 1.000 plantas medicinales fueron descritas (Tucakov, 1964).

Mientras que los ancianos utilizaban las plantas medicinales principalmente como formas farmacéuticas simples - infusiones, decocciones y maceraciones - en la Edad Media, y en particular entre los siglos XVI y XVIII, la demanda de fármacos compuestos aumentó. Los fármacos compuestos comprendían varias plantas medicinales mezcladas con fármacos de origen animal y vegetal. Si la triaca o teriaca (preparado

polifármaco) era producida con gran número de plantas medicinales, animales raros y minerales, esta era altamente valorada y vendida a gran coste (Bojadziewski, 1992; Toplak, 2005).

Los viajes de Marco Polo (1254-1324) a Asia tropical, China y Persia, la llegada a América por Cristóbal Colón (1492) y los viajes de Vasco De Gama a la India (1498), trajeron muchas plantas medicinales nuevas a Europa. Los jardines botánicos surgieron por toda Europa, y se hicieron intentos para el cultivo de plantas medicinales domésticas y de las importadas del Viejo y del Nuevo Mundo (Petrovska, 2012).

El aporte de plantas medicinales del Nuevo Mundo

Cuando los colonizadores europeos llegaron a América se sorprendieron por los conocimientos que poseían los indígenas del uso medicinal

de las plantas. Estos conocimientos estaban en manos de los chamanes que eran los que tenían el poder de utilizar la magia y las plantas medicinales para curar enfermedades. Fueron muchas las expediciones posteriores de botánicos y herbolarios que buscaban en estos sacerdotes un mayor conocimiento de las propiedades curativas de las plantas. De esta época data el “Código De la Cruz-Badiano”, considerado el primer libro médico del Nuevo Mundo. Es una obra del médico indígena Martín de la Cruz, originario de Santiago Tlatelolco, México, quien dictó varios remedios contra enfermedades y posiblemente fue registrado originalmente en náhuatl, y posteriormente, el xochimilca Juan Badiano lo tradujo al latín en 1552 (Linares, n.d.). Por tanto, con la llegada a América, la materia médica se enriqueció con un gran número de nuevas plantas medicinales como el **cacao** (*Theobroma cacao*), el **tabaco** (*Nicotiana tabacum*), el **ají** o pimiento (*Capsicum annuum*), la ratania (*Krameria lappacea*), la lobelia (*Lobelia sp.*), el dondiego de noche (*Mirabilis jalapa*), el podofilo, la polígala de Virginia (*Polygala senega*), la vainilla (*Vanilla sp.*), el mate (*Ilex paraguariensis*), la cinchona (*Cinchona officinalis*) de donde se extrae la quinina, y la ipecacuana (*Carapichea ipecacuana*), entre otras (Petrovska, 2012).

En el siglo XVIII, en su obra “Species Plantarum” (1753), Carlos Linneo (1707-1788) proporcionó una breve descripción y clasificación de las especies descritas hasta entonces. Las especies fueron nombradas sin tener en cuenta si habían sido previamente descritas en alguna parte. Para su denominación, Linneo alteró el sistema de nombres usado hasta el momento y empleó uno binomial en latín donde la primera palabra denotaba el género mientras que la frase polinómica restante explicaba otras características de la planta. Por ejemplo, el sauce Clusius se llamaba *Salix pumila angustifolia antera*. El

nombre de cada especie consistió en el nombre del género, con una letra mayúscula inicial, y el nombre de la especie, con una letra minúscula inicial (Jancic, 2002).



Talla en piedra de un chamán, México.

La situación actual de las plantas medicinales

Hasta el siglo XIX, las plantas medicinales y sus extractos constituyeron la mayoría de los medicamentos de la población que en aquella época poco se diferenciaban de los remedios usados en medicina convencional. Muchos autores describían que su eficiencia dependía del modo de secado de las mismas ya que las enzimas afectaban de diferente manera destruyendo las propiedades de las plantas durante el secado (Lukic, 1985; Kovacevic, 2000).

Plantas medicinales de uso popular y tradicional

Plantas de interés medicinal



Alimentos básicos



Frutas



Verduras y vegetales



Bebidas estimulantes



Especias, plantas aromáticas y “recaos”



Plantas y árboles de utilidad técnica



Flores y plantas ornamentales



Plantas tóxicas y venenosas



Las plantas detalladas en las siguientes páginas crecen en una pequeña región del nordeste de la isla de La Española, aunque pocas son endémicas. Por lo tanto, su conocimiento y uso se amplían a la región del Caribe y a otros países continentales tropicales y subtropicales de América, África o Asia. Además, algunas de ellas fueron traídas por los españoles y son plantas Mediterráneas. Para facilitar al lector la identificación de las mismas, se detallan algunos nombres comunes de otros países.

Los usos medicinales, técnicos y espirituales descritos son los que conoce Adán Ureña, mi amigo y mentor en plantas medicinales. Seguramente hay más usos y/o diferentes según el país, aquí se describen los que él conoce.

Cómo usar el libro

La descripción de cada planta incluye unos apartados buscados en la literatura científica e incluyen el nombre científico, otros nombres comunes en diferentes países y nombre en inglés. El nombre común en Haití mayormente es creole o criollo identificado como "Haití, cr" en lugar de francés, en que este se identifica solo como "Haití". Seguidamente se detalla la descripción, historia, cualidades, partes usadas, usos medicinales, usos técnicos y/o usos espirituales que Adán conoce. En algunas plantas se incluyen la toxicidad o precauciones cuando es indicado.

En la descripción de las cualidades se incluyen las cualidades intrínsecas (plantas frías o calientes) y el sabor. Solo en algunas plantas también se describe el olor.

Cabe destacar que en República Dominicana, la mayoría de los remedios herbales se preparan como decocción aunque se les llame té. Si en las recetas no se especifica té sudado, entonces la receta se refiere a una decocción.

Al inicio del capítulo se incluye un pequeño glosario de español dominicano para comprender ciertas palabras o expresiones locales. Las palabras en cursiva que no son nombre científico son las referidas a este glosario, y solo la primera vez que se encuentran en el texto están descritas, además, al pie de página.



Plantas de interés medicinal

”

“Sus árboles son de tanta belleza y de tanta suavidad que pensamos estar en el Paraíso terrenal, y ninguno de aquellos árboles y sus frutas se parecían a los mismos de esta parte, y por el río vimos mucha gente pescar y de diversos aspectos”.

Américo Vespucio

Plantas de interés medicinal

Las plantas son vida. El ser humano ha convivido con su entorno desde tiempos inmemoriales y ha utilizado las plantas, de un modo más o menos consciente, para beneficiarse de sus propiedades curativas y espirituales. La concepción ancestral del entorno natural como un todo ha permitido al hombre convivir y evolucionar de manera equilibrada con la naturaleza.

Hoy en día, esa consciencia de unidad se ha perdido bastante en los países más desarrollados, es como si nos hubiéramos “desconectado” de la Madre Tierra. Pero todavía puede encontrarse esta cultura tradicional en ciertas poblaciones donde la comunidad y el bien común prevalecen sobre el yo individual.

Sea donde sea que uno viaje, las plantas forman parte de la cultura popular de la especie humana. En República Dominicana la población sigue sanándose con plantas medicinales aunque la medicina moderna también tiene un papel fundamental. El problema es el acceso a la misma y cuando la gente no se puede permitir un médico, acude a remedios naturales a los que sí puede.

Las plantas medicinales descritas en este apartado son básicamente americanas aunque también algunas son nativas de los trópicos del Viejo Mundo (África y Asia). Son ampliamente conocidas y usadas en el Nuevo Mundo donde los chamanes indígenas ya las usaban antes de la llegada de los españoles y portugueses. En ellas se describe su uso medicinal pero también el uso espiritual que Adán conoce.

Alquitira (*Opuntia ficus-indica* (L.) Mill.)

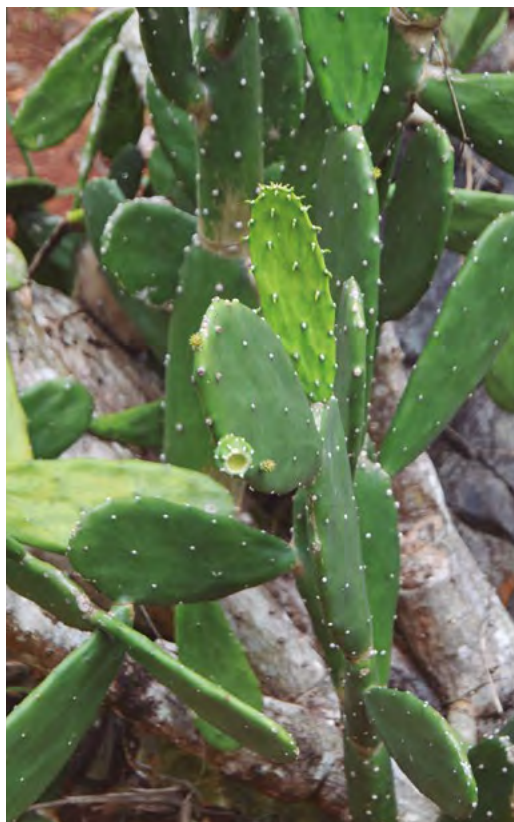
Familia Cactaceae

Otros nombres comunes

Tuna mansa (Rep. Dom.), tuna de España (Rep. Dom., Puerto Rico), higo chumbo (Rep. Dom., Puerto Rico, Colombia, España), tuna (Cuba, Puerto Rico, Colombia, México, Perú, España, Brasil), nopal (Puerto Rico, México, España), rakèt, raquette (Haití, cr), caite (Costa Rica), chumbera, higuera chumba (España), tabaibeira, figo-do-diabo, figueira-da-Índia, piteira, figueira-tuna, palma (Brasil)

Nombre en inglés

Indian fig, tuna, prickly pear cactus



Descripción

Es una planta tipo cactus. Planta xerófila, constituida por la articulación de artejos o cladodios aplanados, llegando a alcanzar 5 m de altura por 4 m de diámetro. La flor es rosa y el fruto es una baya globosa de color verde cuando está tierna y después se torna blanco-verdosa, amarilla-rojiza o hasta violácea. La pulpa es gelatinosa, comestible y tiene numerosas semillas pequeñas, arriñonadas, de color variable y con un alto contenido en aceite (20%) (Núñez Meléndez, 1989).

Historia

Es nativa de las estribaciones andinas del Occidente de los Andes del Perú y Bolivia y de la meseta central de México. Actualmente se cultiva en distintos países como España, Italia y Australia. Crece desde el nivel del mar hasta los 3.000 m (Guillot Ortiz, 2008).

Es apreciada por sus frutos comestibles y el mucílago de sus cladodios para purificar el agua turbia, lavarse el cabello y fijar los terrenos (Mostacero León, 2002).

El nombre genérico *Opuntia* proviene del latín y del griego "opus, opuntis", un pueblo en Locris, Grecia; aunque otras fuentes han sugerido el origen en "opun", palabra de los indios pápago (actualmente llamados "tohono o'odham" que significa "gente del desierto") ubicados en el suroeste de Norteamérica (Mari Mut, 2016).

★ Cualidades

Es fresca y dulce.

✂ Partes usadas

La cepa (penca que crece junto al suelo, más gruesa), las flores, los frutos, la penca (las hojas) y el *crystal*⁹.

⁹ *Cristal*: gel que hay dentro de las hojas de la sábila (*Aloe barbadensis*), de la bruja (*Aloe maculata*) o de la alquitira (*Opuntia ficus-indica*).

🪴 Usos medicinales

Dientes, diabetes, gripe, fiebre, problemas cardiovasculares, dolor, problemas digestivos, problemas renales, salud de la mujer, infecciones, parásitos, limpieza del organismo, comestible.

Dientes

El *crystal* de la alquitira sirve para el calor de la pieza (cuando duelen los dientes). Se prepara un té con el cristal.

Diabetes

Se usan las hojas de alquitira junto con hojas maduras de granadillo en té. Se pone solo un poco de hojas de granadillo porque amarga mucho.

Gripe y fiebre

Se prepara un té con flores de cayena, chinola, canela y penca de alquitira.

Problemas cardiovasculares

Se prepara un té con hojas de malpadre, hojas de carpintera, penca de alquitira, canela y raíz de jengibre dulce para subir la presión.

Dolor, problemas digestivos, problemas renales, salud de la mujer, infecciones, parásitos y limpieza del organismo

- **Receta 1:** se prepara un té para dolores, limpieza del estómago y limpieza vaginal de la mujer con raíz de valeriana, penca de alquitira, raíz de guaucí, raíz de uña de gato y raíz de Juana la blanca.
- **Receta 2:** para hacer enema, se saca el *crystal* de dentro de la hoja de alquitira, se cuele y se ralla, se hecha en una perita con *jabón de Castilla*¹⁰ y se hace el enema.



¹⁰ *Jabón de Castilla*: jabón a base de aceite de oliva, común en República Dominicana.



Recetas criollas caribeñas

Pollo guisado, arroz con guandules y tostones

Moro de guandules verdes

Sancocho

Pescado al coco al estilo de Samaná (receta cocola)

Locrio de pollo dominicano

Mofongo dominicano

Habichuelas con dulce

Dulce de lechosa

Morir soñando

Conconete (receta cocola)

Pan de coco

Yaniqueque o Johnny cake (receta cocola)

Casabe o cazabe (receta taína)

Recetas criollas caribeñas

Pollo guisado, arroz con guandules y tostones



 1h45 / 2h

 4 raciones

 olla

Ingredientes para el pollo

- 1 pollo fresco o piezas de pollo al gusto
- 2-3 dientes de ajo picados finos
- 1 cebolla roja cortada en trozos pequeños
- Cilantrico picado fino
- 1 ají cubanela verde cortado en trozos pequeños
- Aceite vegetal
- Azúcar crema¹
- Vinagre o si no se tiene jugo de limón o de naranja agria
- 1 *sopita*²
- 2 cucharadas de pasta de tomate concentrado
- Sazón Baldon o de otra marca (sazón seco o líquido concentrado)
- Agua
- Sal

¹ Azúcar crema: azúcar moreno, azúcar de caña.

² Sopita: cubo de concentrado de caldo de pollo, de res o de vegetales.

Preparación

Se sazona el pollo como mínimo 30 minutos antes de cocinar o desde la noche anterior y se deja en la nevera. Se añade en un bol el pollo troceado, los ajos, la cebolla, el cilantrico, el ají cubanela, 2 cucharadas de pasta de tomate concentrado, la sopita, el sazón Baldon y el vinagre, se mezcla todo y se deja macerar.

En una olla se calienta el aceite vegetal y cuando está caliente se añade el azúcar crema para dar color. Cuando el azúcar comience a espumar color caramelo, significa que el aceite estará bien caliente, se agregan solo las piezas de pollo sin las verduras.

Consejo

Tener mucho cuidado pues esto tiende a salpicar mucho.

Ahí se deja que la carne tome un color caramelo, pero sin pasarse. A medida que vaya tomando color, entonces se va agregando el sazón que habíamos usado para el pollo al que le habremos añadido un poco de agua. Se añade de a poco sin las verduras (solo el líquido), primero un poco, se deja a fuego bajo-medio hasta que el pollo haya absorbido todo el líquido. Se añade más, y así hasta 3-4 veces. Se va girando el pollo siempre.

Consejo

Es mejor que haya suficiente líquido para que las piezas queden mínimamente cubiertas pero sin que sea una sopa.

Al final se echa todo el líquido restante junto con las verduras y se cuece hasta que el pollo haya absorbido todo el líquido y las verduras estén cocidas. Se sirve al lado del arroz con guandules al coco y los tostones.

Ingredientes para el arroz con guandules al coco

- 1 lata de guandules al coco o una lata de guandules y otra de leche de coco
- 1/2 - 1 kg (1-2 lb) de arroz
- 1 cebolla roja picada fina
- Cilantrico picado fino
- 1 diente de ajo cortado fino
- ½ ají cubanela verde cortado en trozos pequeños
- 1 cucharada de pasta de tomate concentrado
- ½ *sopita*
- Aceite vegetal
- Agua
- Sal

Preparación

En una olla se calienta el aceite vegetal y se sofríe el sazón: el ajo, la cebolla, el ají cubanela verde, el cilantrico, la pasta de tomate concentrado y la *sopita*. Cuando esté dorado se añaden los guandules con coco y se da un par de vueltas. Se añade agua, sal y el arroz previamente lavado. Se mide la cantidad de agua a poner según el tipo de arroz y restando de la cantidad de leche de coco.

Consejo

Para ver que no nos quedamos cortos de arroz según el líquido, corregir la cantidad de arroz cuando al poner una cuchara en medio de la olla queda de pie.

Si no se queda de pie, añadir más arroz.

Se cuece a fuego fuerte hasta que llega a ebullición. Entonces se mezcla todo, se baja el fuego al mínimo y se tapa con una hoja de plátano, una bolsa de plástico o papel de aluminio (para que se cueza al vapor) y encima se pone la tapa de la olla. Dejar cocer unos 20-25 minutos. Cuando

está listo, retirar del fuego y mezclar de nuevo. Servir haciendo una montaña con un bol.

El concón es el arroz que queda pegado en la base de la olla y también se come, es una delicia. Se saca rascando con un tenedor y se sirve en un plato aparte.

Ingredientes para los tostones

- 1-2 plátanos verdes
- Aceite vegetal
- Sal

Preparación

Pelar los plátanos y cortarlos en rodajas de unos 1,25 cm o media pulgada. En una sartén calentar el aceite vegetal y cuando esté caliente, añadir las rodajas de plátano. Girarlas y cuando estén un poco doradas (no demasiado hechas), retirar y aplastar con una tostonera o con la base plana de un vaso o una lata. Volver a freír hasta que estén bien doradas. Colocar en una fuente con papel de cocina para absorber el exceso de aceite y espolvorear sal por encima. Servir al lado del arroz y el pollo.
