

Algunos remedios caseros

Por NAVIA GARCÍA FABEIRO

A lo largo y ancho de nuestro verde Caimán, por obra y gracia de Dios, se extiende una variada vegetación de árboles, plantas, frutas y flores, similar a un paraíso, bañado por las olas del mar que la acarician, y abrigada por el sol.

Con la llegada de los conquistadores y colonizadores primero; luego, los esclavos con sus costumbres, dioses y curaciones con hierbas; y más tarde, los chinos, se acrecentó el saber cultural sobre el poder curativo de las plantas. De esta forma se fue extendiendo entre los pobladores el conocimiento de las mismas.

Los hombres que cultivaban la tierra comenzaron a intercalar, entre sus sembrados, algunas de estas plantas; después, las familias en sus patios y jardines, o hasta dentro de la casa, comenzaron a sembrar hierbas curativas como la menta, la manzanilla, la hierbabuena, sábila, y mejorana, entre otras. Muchas de estas plantas han sido utilizadas por la medicina tradicional durante milenios, y las personas del campo, nuestros abuelos, las llamaron: *remedios caseros*.

¿Quién no ha bebido de los famosos *cocimientos* preparados por la abuelita ante una fiebre o un resfriado? Todas estas pociones caseras han sido utilizadas con el paso de los años; y la ciencia se nutrió de ellas para fabricar sus jarabes, pomadas y cápsulas. Estas plantas medicinales aparecen citadas en obras científicas, las que se han nutrido del saber de los diferentes pueblos con sus variantes específicas. Un ejemplo es el libro publicado en nuestro país, en 1984, por la editorial Ciencias Sociales, *El folclor médico de Cuba*, de José Seoane Gallo.

Aunque es un extenso volumen que recoge alrededor de 470 de estos remedios, derivados de las plantas medicinales, algunas más conocidas que otras, resulta de gran interés su lectura para cualquier interesado en el tema. Aparecen agrupadas por enfermedades, y contiene también el remedio para curarlas.

Basado en una exhaustiva investigación de su autor, quien obtuvo parte de sus materiales de las zonas rurales o suburbanas en la provincia de Camagüey, mediante entrevistas a yerberos, curanderos de origen africano, y a hombres del campo.

Como aún no se ha hecho una reedición de este diccionario médico, de tanta utilidad para las familias cubanas, nos atrevemos a reproducir algunas de las más conocidas y utilizadas en cocimientos o infusiones, y esperamos seguir ampliando tan apasionante tema, el que nos servirá de inestimable guía.



Nombre de la planta	Sirve para...
Adormidera <i>Papaver somniferum</i>	Desvelo, dolor de muela, epilepsia
Albahaca (blanca o morada) <i>Ocimum basilicum</i>	Mareos, ictericia, desvelo, orzuelo, pesadillas, vómitos, ojos
Anís <i>Piper sps.</i>	Vómitos
Anís estrellado <i>Illicium verum</i>	Neuralgias, padrejón, apendicitis
Bejucubí <i>Cissus seyoides</i>	Asma, bronquitis, catarro, garganta, hernias, influencias, pasmos, presión baja, pulmonía, sinusitis, tosferina
Caisimón <i>Phthomorphr peltata</i>	Hernias, orinas, irritación
Cañandonga <i>Cassia grandis</i>	Catarro, huesos rotos, intoxicaciones
Cordobán <i>Rhoso spathacen</i>	Columna vertebral, embarazo, tuberculosis
Culantro <i>Eryngium fotidum</i>	Asma, dolor de muelas, reumatismo, tabardillo, vómitos
Cundeamor <i>Momordice charantia</i>	Almorrana (hemorroides), boqueras, diabetes, eczema, fiebre, salpullido, presión alta, úlceras estomacales
Eucalipto <i>Eucalytus spa</i>	Catarro, diabetes, fiebre, escarlatina, hipo, influenza, paludismo
Jazmín de cinco hojas <i>Jasminun grandifoliun</i>	Alferecía, corazón, desvelo, dolor de cabeza, pesadillas, nerviosismo
Manzanilla criolla o de la tierra <i>Isocarpa appositifolia</i>	Cansancio, caspa, cólicos, dolor de cabeza, intoxicaciones, tabardillo, vómitos
Mejorana <i>Mejorana hortensis Moench</i>	Apendicitis, calambres, cólicos, desmayos, mareos, pesadillas
Menta <i>Menta piperita</i>	Calambres, corazón flojera
Orégano <i>Origanun vulgare</i>	Catarro
Orégano de jardín <i>Hyptis suarcolena</i>	Bronquitis, catarros, diarreas, pulmonía, sinusitis, tos
Marpacífico <i>Hibiscus rosa-sinensis</i>	Corazón, garganta
Romerillo <i>Bidens pilosa</i>	Angurria, bozo, bronquitis, bursitis, calambre, flemones, garganta, riñones, úlceras estomacales
Sábila <i>Aloe barbadenia</i>	Asma, salpullido, cálculos y vesículas
Salvia <i>Savia affincialis</i>	Asma, bronquitis, catarro, dolor de cabeza, neuralgias, tabardillo, torceduras, neuralgias, pulmonía
Tilo <i>Tilia europaea</i>	Desvelo, dolor de cabeza, pesadillas, presión alta, sarna, tuberculosis
Yerba Luisa <i>Aloysia triphylla</i>	Digestión, flojera, impotencia, presión baja, úlceras estomacales, vómitos.