



Unq'a itz'akab'al k'uy kumam Ixil

Medicina Maya Ixil



Autoridades de Academia de Lenguas Mayas de Guatemala

Sr. Marcos Joél Santiago Cortez
B'axa Q'esal -Presidente

Lic. Jacinto de Paz Pérez
Director Administrativo

Sr. Simri Eliazar Ical
Director Financiero.

Lic. Juan Antonio Us Maldonado
Director DILINC.

3ra. Calle 00-11, zona 10 ciudad de Guatemala
Tels. 23341850 – 23391199 – 23344577.
Correo electrónico. almg@almg.org.gt

Iq'esalil Jejleb'al Yolb'al K'uy Kumam Ixil Junta Directiva Comunidad Lingüística Ixil periodo: 2016-2020

Veel Para's / Manuel Laynez Anay	Q'esal / Presidente en Funciones
Mat Me'x / Magdalena Guzmán Ceto	Aatz'ib' / Secretaria
Te'k Sam / Diego Sambrano Rodríguez	Aakaxha / Tesorero
Khun Kab' / Juan Caba Caba	Ib'axa lochol / Vocal I
Kat Viyo'm / Catarina Pérez Toma	Ika'v lochol / Vocal II.
Mal Tcha'x / María Asiconá Canay	Itoxvu lochol / Vocal III.

Aq'onvil tu Jejleb'al Yolb'al K'uy Kumam Ixil Personal técnico de la Comunidad Lingüística Ixil

Lu' Txe'l / Pedro Cedillo Marcos	Eq'on ivi' aq'on / Coordinador de Programas
Me'k K'ub' / Miguel Chel Corio	K'otol ix'e'al txumb'al / Técnico Investigador
Me'k Ya'at / Miguel Pérez de la Cruz	Q'axsan yolb'al / Técnico Traductor
Edgar Eliseo Utuy Ajanel	Aatz'ib' achol / Secretario Contador
Me'k Ya'at / Jorge Miguel de la Cruz Cruz	Josq'inaal / Conserje
Paavlu' / Pablo de Paz	Xeenaal / Guadian

Todos los derechos reservados de la presente edición, es propiedad de la Comunidad Lingüística Ixil de la Academia de Lenguas Mayas de Guatemala. La reproducción parcial o total de esta publicación es permitible, con la autorización de la ALMG.

Primera impresión de 1,000 ejemplares.
Comunidad Lingüística Ixil, octubre de 2018



K'ULB'IL YOL TWITZ PAXIL

3ª. Calle 00-11 Zona 10, Guatemala, C.A.

ACADEMIA DE LENGUAS MAYAS DE GUATEMALA

PBX: 2503-7000

Fax: 2503-6938

E-mail: almg@almg.org.gt

Comoon Ch'a' teem Achi
Rabinal, Baja Verapaz

Conoh' Mekel Akateko, Ch'iaab'ul
San Miguel Acatán, Huehuetenango

Ama'l Tetz Ntlimbi'l Tej
Jayool Awakateka
Aguacatán, Huehuetenango.

Comon Ku'lb'il Yol Aj Chalchitan
Aguacatán, Huehuetenango.

Morwa'r Ojroner Ch'orti'
Ilocatán, Chiquimula.

Samakb'enal St'i'Heb'Chonhab'
Tujij
San Mateo Ixtatán, Huehuetenango.

Ikajil Nokt'an Itza'
San José, Petén.

Tchush'al Yolb'al Mayab'ixil
San Juan Cotzal, El Quiché.

Skonhob'Ab'xub'al Popti'.
Icaltenango, Huehuetenango.

Caqchikel Cholchi'
Timaltenango.

S'iche'Mayab'Cholchi'
Santa Cruz del Quiché, El Quiché.

S'nlb'il Yol Mam
San Pedro Sacatepéquez, San
Marcos

Much'kab'il T'an Mopan
San Luis, Petén.

Jawinagel Q'orb'al Poqomam
A'lin, Escuintla

Molaab' Poqomchi' Q'orb'al,
Poqomchi'
Tactic, Alta Verapaz.

Exolilat' IT' Q'anjob'al
Santa Eulalia, Huehuetenango

Amolamil Aatinob'aal Maay
Y'eqchi'
Tobán, Alta Verapaz.

Tujaal Tzlij, Sakapulteko
Sacapulas, El Quiché

T'h'olb'al Yolb'al Sipakapense
Sipacapa, San Marcos

C'ulb'il Yol B'a'aj, Tekititeko
Tectitan, Huehuetenango.

Tz'utujil Timaamitaal
San Pedro La Laguna, Sololá

I'ol Tinnit Tz'unun Kab' Uspaateka
San Miguel Uspantán, El Quiché

AVAL -CEC- No. 018-2018

LA COORDINACIÓN DE EDUCACIÓN Y CULTURA DE LA DIRECCIÓN LINGÜÍSTICA Y CULTURAL, ACADEMIA DE LENGUAS MAYAS DE GUATEMALA, HA REVISADO EL DOCUMENTO:

Unq'a Tz'akab'al k'uy kumam Ixil. Medicina Maya Ixil, de la Comunidad Lingüística Ixil, lo cual, llena los requerimientos técnicos, lingüísticos y culturales exigibles, para la producción de materiales educativos pertinentes.

Los contenidos desarrollados son comprensibles y cuentan con ilustraciones de calidad, favorables para el desarrollo de las habilidades lingüísticas y el fortalecimiento de la cultura maya Ixil.

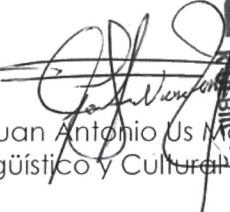
En consecuencia, se **AVALA** el documento en mención.

POR LO QUE, CON BASE AL DICTAMEN TÉCNICO C.L.IXIL No. 04-2018, DE LA COMUNIDAD LINGÜÍSTICA IXIL, SE EXTIENDE, FIRMA Y SELLA EL PRESENTE AVAL EN UNA HOJA MEMBRETADA DE PAPEL BOND, TAMAÑO CARTA A LOS DOCE DÍAS DEL MES DE OCTUBRE DEL AÑO DOS MIL DIECIOCHO.


Lic. Julian Cumatz Pech
Coordinador CEC



Vo. Bo. Magister. Juan Antonio Us Maldonado
Director Lingüístico y Cultural


ALMG
DIRECCIÓN LINGÜÍSTICA Y CULTURAL
DILINC

... A QAQ'UN TU'N TTEN OJTZQIB'IL, TCH'Y EX TIPUMAL KYVOL QXJALIL (MAM)...
Nuestra finalidad es el conocimiento, desarrollo y difusión de los idiomas mayas.

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN	I	5
II. ANTECEDENTES	II	7
III. MARCO TEÓRICO	III	10
PRODUCTO DE LA INVESTIGACIÓN	III	15
IV. GLOSARIO	: :	43
V. CONCLUSIONES	: I	45
VI. BIBLIOGRAFÍA	: II	46
VII. ANEXOS	: II	47



I. INTRODUCCIÓN

Los Mayas fueron grandes científicos que se desarrollaron en una gama de ciencias como: la matemática, la arquitectura, la astronomía, la medicina entre otras, En cuanto a la medicina demostraron un avance significativo que no sirve hoy en día

Este conocimiento ha sido un legado y un regalo para el pueblo Maya Ixil donde se evidencia el uso del conocimiento ancestral y de las plantas del entorno.

El aporte de los abuelos, comadronas, curanderos, terapeutas y guías espirituales de la investigación de la medicina maya Ixil ha sido fundamental para elaborar el presente documento que será de gran importancia para los estudiantes de los diferentes niveles educativos, docentes, profesionales, padres de familia y demás personas.

Los objetivos de la investigación se realizaron en base a dos objetivos fundamentales de la Ley de la Academia de Lenguas Mayas de Guatemala en su Decreto 65 -90.

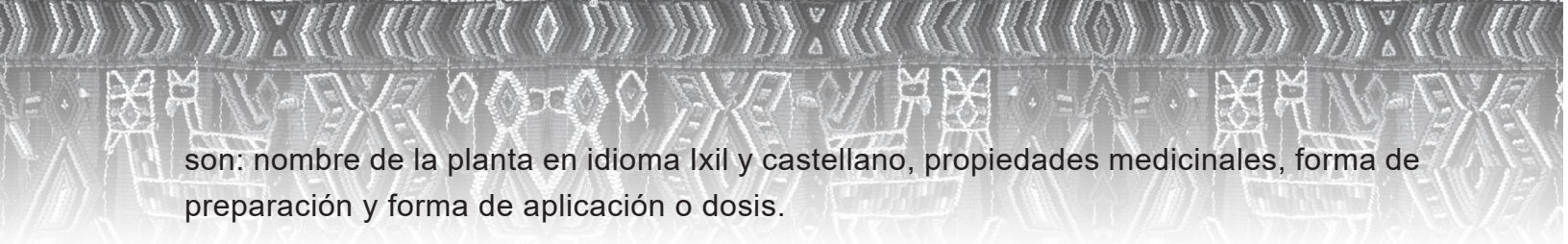
Artículo 4 inciso a) promover y realizar investigaciones científicas para estimular y apoyar acciones dirigidas al desarrollo de las lenguas mayas del país, dentro del marco nacional.

Artículo 5 inciso f) aprovechar investigaciones científicas sobre lenguas mayas, para su depuración, unificación y elaboración de gramáticas, diccionarios, libros de textos y métodos para su enseñanza y difusión.

Para sustentar la investigación de la medicina Maya Ixil, se tuvo que elaborar el marco teórico en base a la experiencia de los guías espirituales, curanderos, masajistas, hueseros y comadronas de las comunidades del municipio de Nebaj departamento de El Quiché. También fue necesario utilizar fuentes bibliográficas para enriquecer la investigación.

Como producto final de la investigación de la medicina Maya Ixil, es haber logrado construir una guía con más de veinticinco recetas con procedimientos prácticos que





son: nombre de la planta en idioma Ixil y castellano, propiedades medicinales, forma de preparación y forma de aplicación o dosis.

La investigación dio inicio en el mes de junio de 2,017 con la elaboración del plan del proyecto de la investigación, cronograma, listado de temas, selección de herramientas y los objetivos de la investigación.

El método de investigación científica fue el eje principal para realizar la investigación, sin embargo fue necesario auxiliarse de los demás métodos que son deductivo e inductivo para facilitar los procesos de indagación.

Las técnicas que se emplearon son: la entrevista, la observación, la grabación y el diario de campo, fueron fundamentales para la recolectar la información. También se usaron fuentes bibliográficas para corroborar y enriquecer la información del tema.

Este documento es un aporte más de los abuelos conocedores de la ciencia maya y de la Comunidad Lingüística Ixil de la Academia de Lenguas Mayas de Guatemala, seguramente será de gran utilidad para los estudiantes de todos los niveles educativos, profesionales al servicio de la educación y para la población en general.

—





II. ANTECEDENTES

Para los mayas la naturaleza, es la fuente principal de los hombres, determinando sus vidas y su proceso de salud-enfermedad. Por esta razón se venera. El ambiente y el cosmos tienen influencia sobre la vida y explican el funcionamiento del cuerpo a través de las leyes de la naturaleza. La medicina maya considera al hombre como parte integrante e interactuante del cosmos y la sociedad, por lo que todas las actividades del individuo repercutirán en ellas. Cualquier cambio o acción en la naturaleza, comunidad y familia, lo afectarán a su vez a él, provocándole salud o enfermedad.

La filosofía de la cultura Maya generó un cambio en las demás culturas del continente americano, por eso es importante retomar el valor que tienen estas tradiciones, entre ellas la herbolaria, ya que está plenamente demostrado que desde la época de la invasión, nuestros ancestros se curaban con este tipo de tratamientos. (La Medicina Tradicional Maya. Sarabia, Nery. 2016. Pág. 2)

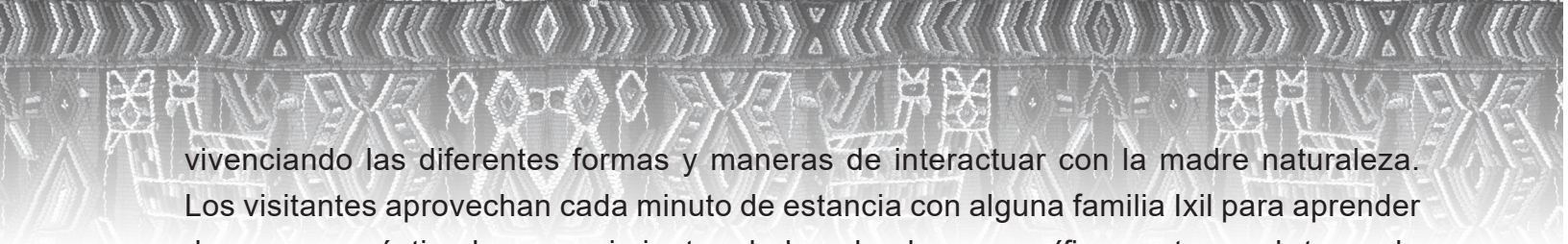
Lo anterior, resalta la expresión de las abuelas y abuelos de la región Ixil, que hace cientos de años no existía hospitales, farmacias, clínicas médicas, ni mucho menos médicos egresados de universidades para tratar las enfermedades físicas y emocionales, pues de alguna manera había ventajas y desventajas para los habitantes de la región.

Cuando se habla de las ventajas de la medicina maya del pueblo Maya Ixil, es indudable que curar las enfermedades con plantas medicinales no tiene consecuencias de carácter perjudicial en la vida de los seres humanos; pero si se habla de la medicina química es un tema muy complejo debido a los diferentes componentes del producto; entonces deben ser utilizados de manera moderada y bajo las indicaciones médicas, de lo contrario puede ocasionar la muerte a los pacientes; otra consecuencia de usar consecutivamente esta medicina puede dañar el cuerpo interno y externo de las personas, por tales y muchas razones más hoy en día las personas están en una cuenta regresiva del tiempo, utilizando las prácticas curativas del pueblo Maya Ixil, porque saben que el conocimiento de los ancestros en la medicina fue muy avanzado. (Cedillo, Benito, comunicación personal, 20 agosto de 2017)

En la actualidad diferentes organizaciones nacionales e internacionales visitan el país y específicamente en el área Ixil, donde planifican estar varios días con los habitantes

..





viviendo las diferentes formas y maneras de interactuar con la madre naturaleza. Los visitantes aprovechan cada minuto de estancia con alguna familia Ixil para aprender de manera práctica los conocimientos de los abuelos, específicamente en el tema de la medicina maya Ixil

En este siglo XXI las personas particulares o de carácter organizacional, han iniciado investigaciones profundas sobre el poder curativo de las plantas y las prácticas de los guías espirituales, comadronas, masajistas, hueseros, terapeutas y curanderos para tratar las enfermedades, y con base a los resultados favorables se ha generado demandas en el mercado actual sobre la medicina maya Ixil.

El conocimiento sobre medicina Maya Ixil está siendo utilizado en la actualidad, más se evidencia por personas del área rural, sin duda alguna es una riqueza de carácter cultural y cosmogónico que debe ser sistematizado y promocionado en diferentes ámbitos de la región.

El señor Juan Bernal, de 80 años de edad, residente del cantón Saj Ixi'm del municipio de Nebaj, departamento del Quiché, relató la experiencia magnífica de su padre, que se curó de la inflamación de los pies solo al consumir el ajo y un poco de agua.

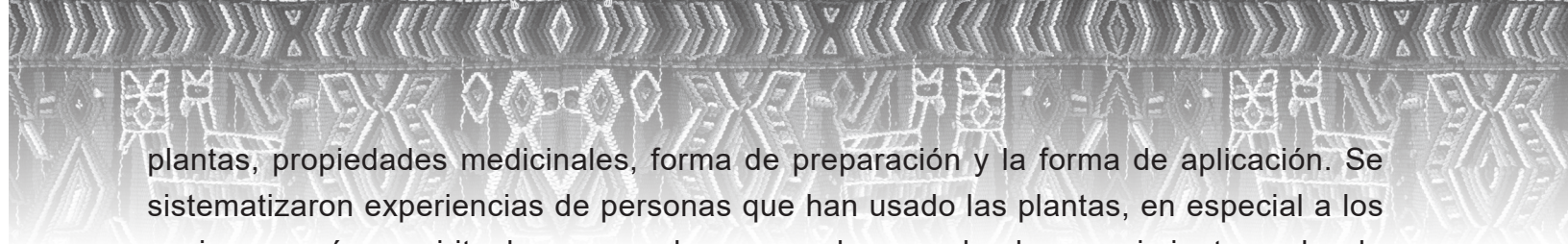
La señora Juana Bernal, de 50 años de edad originaria del cantón Saj Ixi'm del municipio de Nebaj, es una persona con el don de curar a los enfermos, que usando la medicina maya Ixil los enfermos se curan en un corto tiempo; cuenta la experiencia de su niña de de 4 años de edad padecía de una extraña enfermedad que le gustaba comer tierra, pedazos de hule, cintas plásticas y otros objetos, como efecto de la enfermedad la niña le crecía el estómago; las acciones inmediatas de la madre fue vistar a varios médicos de la región para tratar la enfermedad de la pequeña, pero lamentablemente nunca mejoró con la medicina química. Después de un largo tiempo a través de un sueño que tuvo la señora Catarina Bernal utiliza la medicina Maya Ixil y la niña se curó en un corto tiempo.

...

Tomando un buen tiempo para realizar un alto porcentaje de entrevistas a los habitantes de la comunidad Ixil sobre el tema de los beneficios y milagros de la medicina maya, seguramente los testimonios serán muchos e interesantes.

El técnico Investigador y personal de la Comunidad Lingüística Ixil, realizó la investigación de carácter descriptivo donde obtuvo información sobre el nombre de las





plantas, propiedades medicinales, forma de preparación y la forma de aplicación. Se sistematizaron experiencias de personas que han usado las plantas, en especial a los ancianos, guías espirituales y comadronas que han empleado conocimientos sobre la medicina maya

Hace muchos años la experiencia de los abuelos prevalecía en la comunidad, pero los efectos severos de la invasión y la globalización han repercutido masivamente en los Ixiles, lo que al final lleva a la ignorancia de la ciencia y cosmovisión maya, actualmente se ha retomando el conocimiento de los abuelos debido a la necesidad y a los resultados favorables según la historia.

Es indiscutible el papel que juegan muchas organizaciones en retomar la ciencia de los mayas, principalmente la Academia de Lenguas Mayas de Guatemala que tiene bien marcado el objetivo de la investigación del conocimiento científico de los mayas y difundirlas en todos los medios de comunicación para fortalecido y útil para los habitantes del país.

...



III. MARCO TEÓRICO

3.1 La Medicina.

Desde el punto de vista de los abuelos y abuelas Ixiles, se considera medicina a la sustancia que cura las enfermedades físicas y emocionales de las mujeres, hombres, niños y también para los demás seres vivos que viven en la naturaleza. (Bernal, Juana, Comunicación personal 15 de julio de 2017)

Para el pueblo Ixil, la medicina es el producto que se obtiene de las plantas y que se utiliza con conocimientos terapéuticos para tratar enfermedades de carácter físico y emocional que afectan a los niños, hombres y mujeres. (Juan Bernal, comunicación personal 20 de julio de 2017)

De acuerdo a la entrevista anterior hace mención de las diferentes especialidades que tienen los abuelos mayas ixiles para tratar las enfermedades de carácter físico, emocional y espiritual, en esto se habla de terapeutas, comadronas, masajistas, curanderos y guías espirituales.

3.2 La Medicina Maya Ixil.

“La medicina Maya Ixil es un tema muy complejo debido a la gran riqueza que existe en la naturaleza. En el medio ambiente se pueden encontrar diversas plantas que tienen poderes curativos algunas que están al alcance del hombre, estas se pueden encontrar en las orillas de las calles, sitios y en los campos, eso significa que son plantas propias de la comunidad o de la región, pero también existen muchas que están fuera del contexto debido al tipo de clima en que se producen”. (López, Victoriano, comunicación personal 30 de julio de 2017)

El pensamiento holístico de la medicina Maya relaciona íntimamente el cuerpo y el alma, relaciona todas las partes y órganos del mismo cuerpo, relaciona el cuerpo con el tiempo cósmico, y relaciona el cuerpo con el frío-calor. Maneja los “principios vitales” y conceptualiza la enfermedad como un desequilibrio, el cual puede ser causado, principalmente, por elementos con propiedades frías y calientes.

=



Las causas que atentan contra el equilibrio corporal pueden ser producidas por el propio organismo, por su familia, por la comunidad, por la naturaleza y por las distintas divinidades. La salud, entonces es el resultado de vivir de acuerdo a las leyes de la naturaleza y la sociedad, y la enfermedad es el resultado de la transgresión a esas leyes. En este sentido, los mecanismos para lograr el equilibrio (curación) tiene que ver con varios elementos tales como el uso de plantas medicinales, realización de ofrendas, realización de ceremonias, acudir a los terapeutas indígenas tales como: yerbateros, parteras, sobadores, hueseros y guías espirituales. (La Medicina Tradicional Maya, L.A.E.T. Nery Ricalde Sarabia. 2016, p. 4).

Todo el movimiento de toma de conciencia y atención integral en salud se ha desarrollado como una respuesta a la ineffectividad del enfoque biomédico para abordar situaciones humanas que surgen en el proceso de salud, enfermedad. Sin embargo, estos avances se han hecho al margen del conocimiento tradicional ancestral que está desarrollando precisamente para abordar a la persona en todas sus dimensiones y complejidad. En este proceso se ha pasado por alto el conocimiento de distintas sociedades, en nuestro caso de la medicina maya, en un intento por descubrir desde una perspectiva occidental “el agua azucarada”.

La medicina tradicional, la medicina maya, puede hacer un aporte importante para el enriquecimiento de la medicina convencional y enseña a pensar de una forma sistemática en la cual somos individuos que forman parte de un continuo con la sociedad y que construye nuestra realidad en un proceso que no acaba. Teniendo conciencia que somos parte de un todo, talvés algún día desarrollemos mayores vínculos de apego y solidaridad que se traduzca en una manera global de la salud, física, mental y social. (Ensayo la Medicina Tradicional, Vides, Ana. 2008, p 2).

3.3 Los beneficios del uso de la medicina maya .

El uso de la medicina maya es beneficioso para la humanidad debido que no tienen condimentos químicos, además es práctico en su preparación y uso, por ejemplo: si es para tratar enfermedades emocionales y espirituales lo que se hace es cocinar la planta y usar su vapor en el cuerpo físico, también se aplica de manera cruda o cocida en la piel como ungüento. Cuando las enfermedades son a nivel interno del organismo del hombre la medicina natural normalmente es preparada como una bebida que se debe tomar bajo ciertas indicaciones. (Bernal, Juana, 15 de julio de 2017)





La medicina natural es práctica y económica que se encuentra en el entorno del hombre y su beneficio es importante para tratar todo tipo de enfermedades. (López, Victoriano, 20 de junio de 2017)

La medicina maya de los abuelos Ixiles, es una riqueza que se debe valorar debido a su importancia y uso práctico para tratar las enfermedades, más porque que se encuentra en las orillas de las calles, en los sitios, en los patios y en las áreas verdes. La medicina maya o natural es uno de los conocimientos con muchos beneficios, iniciando con el costo económico que no requiere un sacrificio para el bolsillo, fácil de preparar y no requiere tantas indicaciones. (Cedillo, Benito, comunicación personal 20 de julio de 2017)

Las plantas tienen muchos beneficios en la vida de los seres humanos, principalmente en la medicina, que es una riqueza que puede tratar todo tipo de enfermedades y con pocas probabilidades de presentar efecto secundario. (Brito, María, comunicación personal 3 de agosto de 2017)

3.4 Desventajas en el uso de la medicina maya Ixil.

En la mayoría de las plantas no tienen contraindicaciones debidas que es 100% natural, sin embargo, hay que tomar medidas en su uso como: dosis y tiempo para que sea efectivo en la salud.

El proceso de curación de las plantas medicinales es lento. En el lugar donde viven las personas muchas veces no se encuentra la planta indicada para tratar las enfermedades por lo tanto se requiere de un viaje de largos días para conseguir dicho producto. (Brito, María comunicación personal 3 de agosto de 2017)

Otra de las desventajas es no poder utilizar de manera adecuada las plantas lo que permite efectos desfavorables o muy escasos y lentos en tratar las enfermedades. (López, Victoriano comunicación personal 03 de agosto de 2017)



3.5 Las Plantas más usadas en la actualidad por el pueblo Ixil.

Actualmente muchas personas están cansadas de utilizar muchas prácticas occidentales y del consumo de las medicinas tradicionales que tienen una alta composición química, debido a diferentes circunstancias como: costo elevado del insumo, efectos muy drásticos en los organismos, adicción de los productos y lo peor de todo es llevar a los consumidores a la muerte. De acuerdo a los aspectos mencionados, la población retoma conocimientos ancestrales que no implican costos elevados y tampoco consecuencias graves en el organismo humano. En la actualidad es evidente que los Ixiles y otros pueblos del área geográfica hacen uso de ciertas plantas comunes para tratar enfermedades como: el tabaco (tuul tzi') el ajo (xoq' vi') el té de limón (telemoon) hojas de ciprés (xaj ch'isis) hierba buena (uxch'e'n) hierba mora o quilete (ch'avuk') flor de muerto (xu'm kamnaji) hojas de campanillo (xaj kampano) cebolla colorada (kaj seb'oorio) La ruda (luuta), papas (is) ocote (tzaa) café (kaape) maguey (saj chee) flor de palo de pito (xu'm mich) hojas de limón (xaj lamuunih) hojas de naranja (xaj naraanja) miel de abeja (ta'l kab') guayaba (kaq') hojas de guayaba (xaj kaq') rábanos (raavano) hojas de cilantro (xaj kulaanto) chile seco (tzajii ich) tizón (txa' xamal) huevo criollo (k'olob' ak'atx) agua ardiente (tz'e'na'j) pelos de elote (xi'l vi' och') trementina de pino (q'ol tzaa) hojas de aliso (xaj q'antze') agua caliente (tz'a'la a') canela (kaneela) caldo de frijoles (ta'l txikon) clavos de olor (kaxhlan piianta) piña (matzati') cha'x xu'm, ch'ich' k'uaach, varcha, se desconoce el nombre en español.



**ICHA'XAL IK'OTPU UNQ'A TXUMB'AL.
“U'UJ TI' ISUUCHIL IB'AMB'EL UNQ'A TZ'AKAB'AL
K'UY KUMAM IXIL”**

**PRODUCTO DE LA INVESTIGACIÓN
“GUÍA SOBRE EL USO DE LA MEDICINA MAYA IXIL”**



UXHCH'E'N - HIERBA BUENA.



Propiedad medicinal

Es una excelente planta medicinal para tratar los síntomas de la gripe y del catarro, sobre todo cuando se tienen un alto grado de temperatura físico. También se usa para infecciones de la piel como: granos, mezquinos, picaduras de insectos.

Forma de preparación

1. Se busca un manojo de hierba buena
2. Se machaquea hasta que quede bien fino
3. Se prepara una palangana de agua tibia de más o menos de un galón y se le agrega la hierba buena.
4. Estando preparado la medicina se procede a su uso.

Forma de aplicación o dosis

Estando preparado el producto medicinal a base de la hierba buena (uxch'e'n) el paciente debe bañarse con el medicamento; se recomienda el apoyo de otra persona para realizar masajes con el producto. Al finalizar el uso externo de la medicina se procede a preparar un vasito de la hierba para ser bebido por la persona.

(L. Victoriano, comunicación personal, 20 de julio de 2017)



UXHCH'E'N - HIERBA BUENA.



Propiedad medicinal

La hierba buena tiene diferentes usos en la medicina y como también en la alimentación. La experiencia de los abuelos es significativa en el uso del uxhch'e'n que ha dejado una experiencia al guía espiritual Victoriano López, que manifiesta haber usado el producto para tratar infecciones en la piel, específicamente en las ronchas.

Forma de preparación

1. Se busca un manojo de hierba buena compuesto por unas 20 hojas
2. Se machaquea bien hasta dejarlo bien fino como una crema
3. Estando preparado la medicina se procede a su uso.



Forma de aplicación o dosis



Habiendo preparado la crema a base de las hojas de la hierba buena (uxhch'e'n) se procede a limpiar la infección cutánea, seguidamente se echa la crema natural sobre la enfermedad. Se recomienda repetir su aplicación durante la mañana y la noche hasta lograr resultados favorables en la piel.

B'OOQ' Q'AN TZE'

LA PUNTA DE LAS HOJAS DEL ALISO



Propiedad medicinal

De acuerdo a las experiencias de los abuelos ixiles, en especial la señora Magdalena Matóm, afirma que las hojas tiernas de aliso y en especial las puntas, es una excelente planta para frenar las heridas mínimas que sufre la piel

Forma de preparación o dosis

1. Se seleccionan las hojas tiernas y puntas del árbol de aliso
2. Se echan las hojas en un recipiente, mejor si es taza de barro (Tz'aj Laj)
3. Se machaquea bien hasta dejarlo fino como una crema
4. Estando preparado la medicina se procede a su uso.

Forma de aplicación

Teniendo listo la crema a base de las hojas tiernas del palo de aliso, se procede a limpiar la herida con un paño mojado con agua caliente, se procede a echar un gramo de la medicina sobre la piel y luego se amarra con un pedazo de tela a modo que no se caiga la crema natural. Se repite el procedimiento durante dos o tres veces al día.

(M. Magdalena, comunicación personal, 21 de julio de 2017)



U TUUL TZI' - EL TABACO.



Propiedad medicinal

El tabaco es una planta con muchas propiedades medicinales, especial para curar el mal espíritu, es una enfermedad que hace que la persona siente miedo, agotamiento, mareo, falta de apetito y sueño.

El tabaco también es bueno para el dolor de muelas, es una enfermedad que padece todas las edades, especialmente los adultos cuando se les deteriora las muelas por la caries y otras causas

Forma de preparación

1. Se consigue un manojo de tabaco (10 a 20 hojas)
2. Se cocina las hojas de tabaco en un recipiente de agua, hasta que hierva
3. Después de hervir la medicina, se echa en un balde.



Forma de aplicación o dosis

Habiendo echado la medicina en el balde; el enfermo deberá estar agachado sobre el recipiente durante un lapso de 10 minutos, con la finalidad que el cuerpo absorba el vapor del medicamento. Después el paciente debe extraer las hojas del recipiente y usarlo como un paño en todo el cuerpo. Se recomienda el apoyo de otra persona para que realice el masaje con las hojas del tabaco. Por último se debe cocinar una hoja del tabaco, colarlo y tomar una copita.



U TUUL TZI' - EL TABACO.



Propieda medicinal

Según los abuelos mayas ixiles la planta del tabaco cura varias enfermedades, dependiendo la forma que se prepare y su uso. El dolor de muelas es una de las enfermedades que se puede aliviar de manera rápida con el uso del tabaco pero en forma de maza.

Forma de preparación

1. Se busca 10 hojas de tabaco
2. Se cortan las hojas en pequeños pedazos
3. Se echan las hojas en una taza (preferible de barro)
4. Se machaquea hasta que quede bien fino como crema.
5. Se prepara media onza para su aplicación sobre la muela

Forma de aplicación o dosis

Después de haber elaborado la masa de tabaco, se procede a colocar un gramo sobre la muela durante un espacio de 10 a 15 minutos, después de este tiempo se debe sacar el tabaco de la muela, se repite el procedimiento durante 4 o 5 veces al día hasta que deje de doler la muela. Nota importante, durante el tiempo que esté la medicina sobre la muela, el paciente debe estar escupiendo la saliva a modo que no se almacene en la boca.

(M. Magdalena, comunicación personal, 21 de julio de 2017)



AAXHUXH- XOQ' VI'-KAB'IT TZAN. EL AJO



Propiedades medicinales

De acuerdo a la experiencia de los abuelos ixiles, el ajo (aaxhuxh, xoq' vi', kab'itzan) cura muchas enfermedades como: infección intestinal, inflamación del estómago, empacho, flatulencia, lombrices, parásitos y enfermedades de la piel. En cuanto al uso para infección intestinal se realiza la siguiente preparación

Forma de preparación

1. Se selecciona uno o dos dientes de ajo
2. Se pela el diente de ajo hasta tener la carnosidad
3. Se muele el diente de ajo
4. Se agrega dos a cinco cucharadas de agua tibia.

∴ Forma de aplicación o dosis.

Habiendo preparado la medicina, se procede a tomarlo. Se recomienda que sea 10 minutos antes del desayuno y en la cena, esto indica que sean dos veces al día, hasta que se observe mejorías en la salud; si es para eliminar los parásitos se recomienda tomarlo en horas de la media noche, 5 minutos antes haber comido un pedacito de panela.

(B. Juan, comunicación personal, 22 de julio de 2017)

KAMPANO XU'M- CAMPANILLA.



Propiedades medicinales

La experiencia de los abuelos ixiles en la aplicación de las hojas tiernas de la campanilla sobre las paperas y otras inflamaciones de la piel ha sido buena, pero cuando la enfermedad ya está avanzada no se logran resultados

Forma de preparación

1. Se selecciona 2 a 5 hojas tiernas de la planta campanilla
2. Se limpian las hojas del campanilla
3. Se calientan un poco sobre el fuego

...

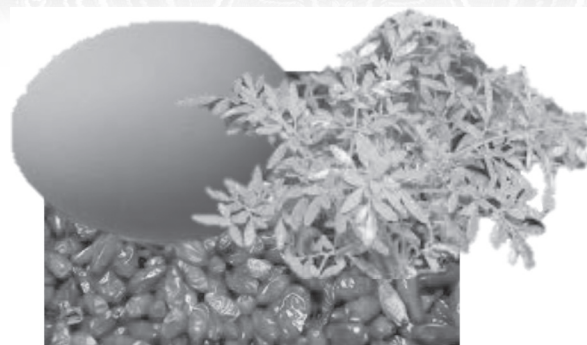
Forma de aplicación o dosis

Habiendo preparado las hojas de la campanilla se procede a colocarlos sobre la papera y se amarran con un pañuelo, deberá estar por lo menos una hora sobre la parte afectada. Este procedimiento se repite en la mañana y en la noche.



(B. Juana, comunicación personal, 21 de julio de 2017)

Tzaji ich, luuta, xoq' vi', kaxhlan pienta,
tz'e'na'j, k'olob' ak'atx
chile seco, la ruda, el ajo,
la pimienta, agua ardiente
y huevo criollo.



Propiedades medicinales.

Al mezclar las plantas anteriormente mencionadas cura el mal de ojo, según los abuelos ixiles esta enfermedad se da comúnmente a los niños de 0 a 5 años. La causa principal es cuando una mujer embarazada o persona que está de cruda, observa o mira a los niños pequeños, inmediatamente se enferman de diarrea, dolor de estómago y con efectos de los ojos muy apagados.

Forma de preparación

1. Se prepara un manojito de ruda, un diente de ajo, 8 chiles secos, 8 granitos de pimienta, un taponcito de agua ardiente y un huevo criollo
2. Se mezcla y se machaquea los productos en una copita, excepto el huevo criollo

Forma de aplicación

La persona que va a curar el niño debe almacenar el producto en su boca y dispararlo sobre el cuerpo del niño, posteriormente debe tomar el huevo criollo y pasarlo cinco veces sobre los alrededores del niño, (vuelta de 360 grados sobre el cuerpo).

.
....

El siguiente procedimiento consiste que en medio vaso de agua se recoge todos los desechos de la medicina preparada, luego se revienta el huevo y echarlo juntamente con los desechos posteriormente guardarlo durante una noche en un rincón de la casa, para recoger los malos espíritus, luego debe ser desechado en un río o en el arbusto a las 5:00 de la mañana.



(B. Cedillo, comunicación personal, 20 agosto de 2017)

U LAMUUNIXH TUK' U K'AY. EL LIMON Y EL CAFÉ.



Propiedades medicinales

La mezcla del limón, café y medio vaso de agua caliente, es muy bueno para tratar la gripe y el catarro que tienen síntomas comunes como: la fiebre, los dolores musculares, dolor de garganta y la congestión nasal.

Forma de preparación

La preparación de la medicina natural del limón y del café es muy sencillo que consta de dos pasos.

1. Se exprimen 3 limones en $\frac{1}{2}$ vaso de agua caliente
2. Se agrega una cucharada de café en polvo
3. Se bate los condimentos agregados en el vaso.

Forma de aplicación

Teniendo listo la medicina, se procede a realizar una solo toma, la dosis debe ser por lo menos tres veces al día y por varios días.

(C. Elena, comunicación personal, 20 de agosto de 2017)



U LAMUUNIXH TUK' U K'AY. EL LIMON Y EL CAFÉ.



Propiedades medicinales

El limón y el café es un medicamento efectivo para bajar la temperatura del cuerpo de las personas ocasionados principalmente por la gripe.

Forma de preparación

1. Se seleccionan 2 limones
2. Cada limón se parte en cuatro o pedazos en forma de fichas.
3. Se agrega un poco de café en cada pedazo del limón

Forma de aplicación o dosis

Los pedazos preparados se amarran en la plantilla de los pies y en la cabeza del enfermo, al pasar 15 a 20 minutos se quitan las rodajas del limón.

Este procedimiento se repite conforme va bajando la temperatura, aunque en la primera aplicación se evidencia el efecto.

(Cedillo, Benito, comunicación personal, 20 de agosto de 2017)

U XAJ KAK'-LAS HOJAS DE GUAYABA



Propiedades medicinales

Las hojas de la planta de guayaba son muy efectivas para tratar la varicela que afectan principalmente a los niños.

Forma de aplicación o dosis

1. Se consigue 50 a 100 hojas de guayaba
2. Se lavan las hojas seleccionadas
3. Se hierven por varios minutos
4. Esperar que el agua se ponga tibio y se extraen las hojas
5. Usar el agua de guayaba para bañar el paciente

Forma de aplicación o dosis.

Después de haber esperado el enfriamiento del agua, se desechan las hojas y se procede a realizar un baño en todo el cuerpo, principalmente en las áreas del cuerpo donde se encuentra la varicela. Para mejores resultados se recomienda poner un poco de pasta de maicena sobre la varicela

(C. Benito, comunicación personal, 20 de agosto de 2017)



XUYUL-LA FLOR DE MUERTO.



Propiedades medicinales

La flor de muerto es usado especialmente par los espantos o susto, es una enfermedad que padecen los niños y los adultos, consiste en la pérdida del alma y del espíritu causada por una gran impresión o por un miedo, esto se da normalmente a los niños cuando están solos en la casa u otro espacio.

Forma de preparación

1. Se prepara un manojo de flor de muerto
2. Se hierva medio vaso de agua con la flor de muerto.
3. Cuando ha dejado de hervir, inmediatamente se busca una bola de braza para echar al agua.
4. Se espera que se enfríe el producto y se cuela.

Forma de aplicación o dosis.

Después de colar el producto se realiza una sola toma. Se repite el tratamiento de dos a tres veces al día

LUUTA, XAJ LAMUUNIXH, XAJ NARAANJA, XAJ LIIMA.

La ruda, hojas de limon, hojas de naranja y hojas de lima.



Propiedades medicinales

La mezcla de las plantas mencionadas curan el mal espíritu, según información proporcionada por los abuelos ixiles, la enfermedad del mal espíritu se da cuando una persona es afectada de manera sobre natural por espíritus, lo más probable es que el aire de los malos espíritus pasa cerca de la persona, entonces inicia con síntomas de vómito, pánico y mucho escalofrío, a veces se evidencia ronchas muy pequeñas en la piel.

Formas de preparación

1. Se busca un manojo de 5 hojas de lima, 5 de naranja, 5 de limón y 1 ramita de ruda.
2. Se lavan las hojas seleccionadas
3. Se hierven en un vaso de agua
4. Se deja reposar por varios minutos.
5. Se cuela el producto y se desechan las hojas, únicamente se debe usar el agua.

Forma de aplicación.

Este producto se usa de manera bebible, la dosis es medio vaso, repitiendo tres veces al día y en los momentos que la persona siente mayor fuerza del pánico.

(B. Juana, comunicación personal 20 de julio de 2017)

B' AQ' OO, TUUL TZI'. PEPA DE AGUACATE, TABACO.



Propiedades medicinales

El uso de la pepa de aguacate y el tabaco es una composición muy buena para tratar la inflamación de los testículos de los niños, conocido en el idioma Ixil como “aatxaa”, esta enfermedad le da normalmente a los niños recién-nacidos.

Forma de preparación

1. Se busca una pepa de aguacate y una hoja de tabaco
2. Se limpia bien los insumos seleccionados
3. Se elimina la cáscara de la pepa del aguacate
4. Se cortan en pedacitos la pepa del aguacate
5. Se envuelven los pedacitos de la pepa de aguacate en una hoja de tabaco
6. Se medio calientan en el fuego (pedazos de pepa del aguacate y la hoja de tabaco)

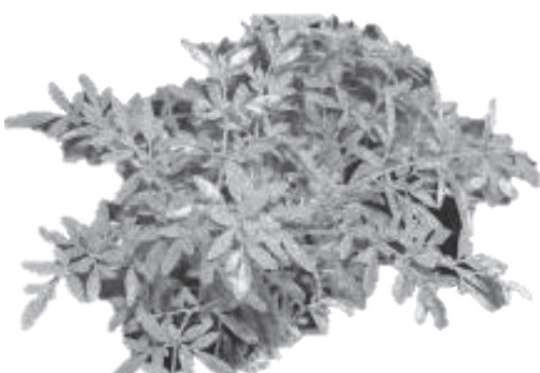
Forma de aplicación o dosis

Teniendo el producto listo de acuerdo al numeral 6, se procede a utilizar masajeando los testículos del niño. Se debe repetir esta curación durante nueve días.

De acuerdo a la experiencia de la señora María Brito de 72 años de edad, afirma que esta práctica solo lo deben hacer las personas con el don de curar y sanar está enfermedad.

(B. María, comunicación personal, 30 de agosto de 2017)

U LUUTA TUK' U TXA' XAMAL. LA RUDA Y LA BRASA



Propiedades medicinales

El uso de la ruda y la brasa cura la enfermedad del susto, es una de las enfermedades sobrenaturales que se da con mucha frecuencia a los niños. Según la experiencia de los abuelos Ixiles, la causa es porque el aire de los malos espíritus pasa cerca de los niños y les provoca pánico, vomito, falta de sueño, terror al dormir y pérdida de color en la piel.

Forma de preparación

1. Se corta dos ramitas de la ruda
2. Se cocina a fuego lento hasta hervir
3. Mientras hierve la ruda en el agua, se le agrega 2 brasas salidos del fuego
- 4.. Se enfría el producto preparado y se cuela

Forma de aplicación o dosis

Se sirve dos cucharaditas del producto al niño. Esta medicina preparada solo se toma una vez al día y preferiblemente en la mañana. Se recomienda repetir la dosis durante 9 días.

(B. María, comunicación personal, 30 de agosto de 2017)



KAXHLAN PIENTA- CLAVOS DE OLOR



Enfermedad que cura.

El clavo de olor es una planta útil para tratar la inflamación del estómago que se da por muchas razones, pero si la causa es por el frío, el aire y más porque la persona tuvo un descuido en las horas de la noche, entonces necesita un té de clavos de olor

Forma de preparacion

1. Se hierve un vaso de agua con los clavos de olor
2. Se agrega azúcar (opcional)
3. Se sirve un vaso del producto



Forma de aplicación o dosis

Al haber cocinado el té de clavos de olor, se procede a servir un vaso bien caliente, seguidamente reposar unos treinta minutos en su cama para calentar su estómago.

(S. Jacinto comunicación personal, 15 de julio de 2017)

U TZE' UVA' MICH-PALO DE PITO



Propiedad medicinal

Para la cultura Ixil, el palo de pito tiene muchas finalidades como: sirve para mojón en los terrenos, material para hacer bancos y planta ornamental, en cuanto a la medicina cumple una función principal para el dolor de muelas.

Forma de preparación

1. Se busca un tallo o una ramita del palo de pito
2. Con un cuchillo se pela el tallo del palo de pito
3. Se hierve un vaso de agua con el tallo
4. Se enfría la medicina preparada
5. Se cuela hasta quedar solamente el agua

Forma de aplicación o dosis

Se procede a almacenar el agua en la boca (del palo de pito) durante un promedio de 3 a 5 minutos, luego se expulsa. Se vuelve a realizar el mismo procedimiento durante varias veces al día o por semanas

(B. Juana, comunicación personal, 20 de julio de 2017)

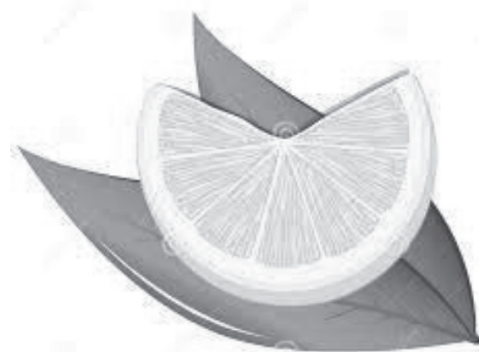


Xaj naraanja, xaj lamuunixh,
xaj liima, q'ab' luuta, aaxhuxh
las hojas de naranja, hojas de limon,
Hojas de lima, ramitas de ruda y el ajo



Propiedades medicinales

La mezcla de las cinco plantas curan el susto o pánico es una de las enfermedades sobrenaturales que se da con mucha frecuencia a los niños, pero en algunas ocasiones también a la gente adulta. Por lo que se recomienda elaborar un té con varias composiciones de las plantas.



Forma de preparación

1. Se cortan 5 hojas de limón, 5 hojas de naranja, 5 hojas de lima, 5 hojas de ramitas de ruda y tres dientes de ajo
2. Se prepara una jarrilla de agua de medio litro y se vierten las plantas mencionadas hasta hervirse
3. Se deja enfriar por unos minutos
4. Se cuelean en un colador o en pañuelo limpio.



Forma de aplicación o dosis

Después de cocinar todas las plantas, el enfermo debe tomarlo como un refresco o té durante las horas del día, este tratamiento debe durar varias semanas hasta sentir mejorías.

(B. María, comunicación personal, 20 de julio de 2017)

U MANSANIYA-LA MANZANILLA.



Propiedades de la medicina

El té de manzanilla es excelente para relajar el cerebro, los nervios y provoca el sueño, también es muy bueno para limpiar los intestinos, el hígado y promueve el desecho de toxinas del cuerpo.

Procedimiento de preparación

1. Llenar una olla con un litro de agua y hervirlo
2. Retirar la olla de agua del fuego cuando haya hervido por más de 5 minutos.
3. Agregar media libra de flores de manzanilla
4. Dejar reposar por unos minutos
5. Colar el producto a modo que solo quede el agua

Forma de aplicación y dosis

Después de haber preparado el té de manzanilla se procede a beberlo como un refresco del día, se puede realizar esta práctica durante varios días, y dejar un lapso de tiempo de por medio y continuar con la bebida

(J. Santiago, comunicación personal, 15 de julio de 2017)

U KAJ SEB'OORIO- LA CEBOLLA COLORADA



Propiedades medicinales

La cebolla colorada a parte de su función principal como fuente de alimentación, también es muy efectivo para tratar la tos provocado por una infección, gripe o virus en los pulmones.

Forma de preparación

1. Se selecciona una cebolla colorada
2. Se lava la cebolla hasta que quede bien limpio
3. Se hacen pedacitos o rodajas pequeñas
4. Se echa en un vaso y se le agrega un poco de agua



Forma de aplicación o dosis

Teniendo listo la medicina natural (cebolla y agua) se procede a tomarlo. Se repite el procedimiento y la dosis durante dos veces al día, preferiblemente por las mañanas y noches. Este medicamento natural se puede repetir durante varias semanas ya que la cebolla tiene propiedades que ayudan a aumentar las defensas



KANEELA- CANELA.



Propiedades medicinales

Es una planta que sirve para calmar las alteraciones nerviosas como: tensiones en el cuerpo, estrés, ansiedad, también es útil para controlar el resfriado.

Formas de preparación.

1. Se prepara unas dos onzas de canela
2. Se hierve en un vaso de agua
3. Se cuela el producto a modo que solo quede el agua

Forma de aplicación o dosis

Teniendo listo el producto, se procede a beberlo.

También se sugiere preparar por un litro para que se pueda tomar como refresco durante el transcurso del día.

(S. Jacinto, comunicación personal, 30 de agosto de 2017)



U RAVANO - EL RÁBANO



Propiedades medicinales

La tos se puede curar con el rábano, causada por una infección en los pulmones, consecuencias de una gripe o virus.

Forma de preparación

1. Se selecciona 5 rábanos
2. Se lavan hasta que queden bien limpios
3. Se hacen rodajas a los 5 rábanos
4. Se hierva el producto en un vaso de agua
5. Se agrega azúcar al gusto
6. Se enfría la medicina



Forma de aplicación o dosis

Al haber preparado y enfriado el producto medicinal elaborado a base de los rábanos, se procede a tomar 4 cucharadas, se repite el procedimiento durante tres veces al día. La dosis se puede repetir durante varias semanas



U TA'L TXIKON – CALDO DE FRIJOL



Propiedades medicinales.

El caldo de frijol medio cocido es muy efectivo para la tos y los dolores de espalda, además de sus poderes curativos, es una fuente de alimentación para las personas.

Forma de preparacion

1. Se lava una libra de frijoles
2. Se cocina en una olla
3. Cuando este cocido en medio término
4. Inmediatamente se extrae media taza para ser bebido

Forma de aplicación o dosis

Cuando se cocina el frijol sobre el fuego y en el término de 20 a 30 minutos, inicia a hervir, cuando se observa esta primera evaporación, inmediatamente se debe extraer media taza, y beberla, esta tendrá su efecto inmediato para aliviar la tos y los dolores de espalda.

Nota importante; el caldo de frijol provocará un poco de mareo, sin embargo es normal que durará uno minutos.

(B. Juana, comunicación personal, 20 de julio de 2017)



U KAQ'- LA GUAYABA



Propiedades medicinales

Las frutas de las guayabas cumplen la función de aliviar los dolores articulares y la presión arterial alta. Conforme los años, el hombre se le va desgastando los huesos va generando problemas, principalmente por la falta de una alimentación natural, máxime cuando se consumen los productos químicos y grasosos.

Forma de preparación y uso.

1. Se selecciona unas 20 guayabas
2. Se lavan las guayabas
3. Se hierve el producto en una olla de medio litro de agua
4. Se enfría y se toma como té durante el día



Forma de aplicación o dosis.

Después de hacer los preparativos con las frutas de guayaba, se procede a beberla como té durante todo el día, esta práctica medicinal se puede realizar durante todo el tiempo, siempre y cuando dejar un lapso de periodo de por medio.

(B. Juan. Comunicación personal, 20 de julio de 2017)

U SAAVILA-LA SABILA



Propiedades medicinales.

Según afirman los ixiles; que de acuerdo a sus experiencias la sábila cumple varias funciones en el tema de la medicina, las más comunes son la curación de: la gastritis, manchas en la piel, granos e infecciones cutáneas

Forma de preparación

Para utilizar la sábila como medicina para la gastritis se hace el siguiente procedimiento:

1. Se busca una hoja de la planta sábila
2. Se corta un pedacito (una onza)
3. Se quita la cáscara de la sábila

..
.

Forma de aplicación o dosis

Habiendo preparado la sábila de acuerdo a las indicaciones anteriores, se procede a tragar un pedazo antes del desayuno y antes de la cena, se repite el procedimiento hasta obtener los mejores resultados.



(M. Pedro, comunicación personal, 30 de agosto de 2017)

U CH'AVUK'- LA HIERBA MORA



Propiedades medicinales.

Para la cultura Ixil, la hierba mora cumple dos funciones principales como medicina y alimentación, si el objetivo es usarla para tratar alguna enfermedad como la gripe y la tos seca se recomienda no mezclarlo con otros productos.

Forma de preparación

Para usar la hierba mora como medicina se realiza los siguientes pasos.

1. Conseguir uno o dos manojos de hierba mora
2. Se lava la hierba con suficiente agua
3. Se cortan las hojas y tallos, con el fin de desechar las hojas que estén secas
4. Se coloca una olla con medio litro de agua sobre el fuego
5. Cuando inicie a hervir inmediatamente se agrega la hierba mora
6. Esperar unos 3 minutos de tiempo y servirse el caldo de hierba mora

..
..

Forma de aplicación y uso

Cuando la hierba mora se haya cocido, se sirve una taza bien caliente para tratar los síntomas de la gripe, en especial la tos seca, se repite el procedimiento durante tres veces al día y por varias semanas ya que no tiene contraindicaciones, es más fortalece la energía de las personas que están débiles por la enfermedad.



IV. GLOSARIO

Aguacate una fruta deliciosa, nos brinda antioxidantes y grasas naturales que ayudan a mantenernos sanos y sentirnos mejor. Las semillas por otro lado contienen fibra y aminoácidos y ayudan a prevenir enfermedades cardíacas y las semillas del aguacate son lo mejor de ambos mundos.

Ajo, es una especie tradicionalmente clasificada dentro de la familia de las liliáceas pero que actualmente se ubica en la de las amarilidáceas, aunque este extremo es muy discutido.

Aliso, es un árbol de caducifolio de gran altura el cual suele rondar los 20 metros de altura aunque llegan a alcanzar hasta los 30 metros de altura. Son árboles longevos los cuales pueden llegar a vivir más de cien años. Se caracteriza por su corteza gruesa y de color pardo o verde oscuro con textura resquebrajada.

Café, es un arbusto de origen tropical del género Coffea, de la familia de los rubiáceos. Tiene hojas persistentes y opuestas y bajo un poco de sombra crece mejor. Necesita temperaturas suaves. Comúnmente se cultiva en las regiones tropicales y ecuatoriales, donde siempre es primavera o verano.

Campanilla, es una planta perenne glabra, erguida y alta, hermosa. Se ha cultivado como planta ornamental por lo menos desde el siglo XVII. A nivel autóctono está presente en laderas herbosas y en bosques de frondosas. La alteración humana la favorece.

Canela suele aludir específicamente a la **corteza** de las ramas de este árbol que, cuando se le quita la epidermis, presenta un **sabor** y un **aroma** característicos. La canela es un ingrediente muy utilizado en la **gastronomía**.

Cebolla, es una planta herbáceabienal perteneciente a la familia de las amarilidáceas. Es la especie más ampliamente cultivada del género Allium, el cual contiene varias especies más que se denominan «cebollas» y que se cultivan como alimento.

Clavo de olor, es una hierba aromática originaria de Indonesia con muchos beneficios medicinales que la hacen apta para usos terapéuticos, además de sus usos culinarios. Se lo usa para aliviar náuseas, dolores de estómago, dolores de muela y otras dolencias.

..
...



Limón, es un pequeño árbol frutal perenne. Su fruto es el limón, es una fruta comestible de sabor ácido y extremadamente fragante que se usa principalmente en la alimentación.

Hierba buena, *también conocida como menta verde o hierba santa*, es una planta que se utiliza con regularidad en la preparación de algunos platos, principalmente, para aromatizarlos, **Asimismo**

Hierba mora es un arbusto salvaje que se da entre las milpas, tiene propiedades curativas y también son de uso alimenticio. Son plantas pequeñas que tienen un tamaño máximo de 50 a 75 centímetros.

Manzanilla es una hierba con muchas virtudes, con propiedades curativas, y cualidades medicinales. El nombre de la manzanilla en latín es Matricaria, que significa matriz o útero, este nombre viene dado por las grandes propiedades que tiene contra enfermedades ginecológicas, tanto internas como externas.

Ruda es un género de arbustos siempre verdes fuertemente aromatizados de 2-6 metros de altura, de la familia de las Rutaceae, nativas de la región del Mediterráneo, Macronesia y el suroeste de Asia. Diferentes autores aceptan entre 8-40 especies en el género. La sp. más conocida es la ruda común Ruta graveolens. Si bien es usada “desde siempre” como una planta medicinal, tiene una muy fuerte toxicidad, según los usos y dosis.

Tabaco es un producto agrícola procesado a partir de las hojas de Nicotiana tabacum. Se consume de varias formas, siendo la principal por combustión produciendo humo. Se utiliza desde hace milenios y tiene su origen en el continente americano, desde donde se extendió a Europa en el siglo XVI y posteriormente al resto del mundo. Se comercializa legalmente en todo el mundo

..
....





V. CONCLUSIONES.

El conocimiento de los abuelos en materia de medicina maya es muy amplio.

La medicina maya natural tiene grandes beneficios para la sociedad, principalmente en la salud, la economía y en la alimentación.

La experiencia de los abuelos, guías espirituales, comadronas, y masajistas es de gran valor.

La preparación de la medicina maya es muy práctico y al alcance de las familias.

La aplicación y el consumo de la medicina maya o natural no tiene efectos secundarios sobre la salud.

..



VI. BIBLIOGRAFÍA

Fuente de información: guías espirituales, comadronas y ancianos.

Bernal, Magdalena	(Mat K'a'ch)	Curandera, cantón Saj Ixi'm
Bernal, Juan	(Xhun)	Terapeuta, cantón Saj Ixi'm
Brito, María	(Ma'l Tx'o'k)	Curandera de niños, cantón tu Salina
Cedillo, Benito	(B'enijom)	Curandero, cantón Tijom
Chel, Magdalena	(Mat B'amaq')	Guía espiritual, cantón Vipila
Corio, Elena	(El K'ub')	Comadrona, cantón Vipila
López, Victoriano	Guía Espiritual,	aldea Pulay
Matóm, Pedro	(Lu' Pa'l)	Guía espiritual, cantón Violetas
Matóm, Miguel	(Me'k K'ub')	Curandero, cantón Vipila
Santiago, Jacinto	(Xhasinib')	Líder comunitario, cantón Xolacul

La medicina Tradicional Maya, Nery Ricalde Sarabia, 2,016



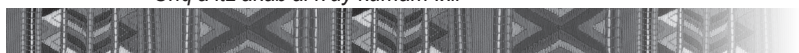
Videos sobre medicinas naturales. C.L. Ixil.



www.wikipedia.com



VII. ANEXOS





1. ¿Kam u tz'akab'ale' sek'u'l ?
Para usted ¿qué es medicina?.
2. ¿Kam netootzib'al ti' u tz'akab'ale' tetz kub'aal?
¿Cuál es su concepto sobre medicina maya?
3. ¿Kam ib'a'nil u tz'akab'ale' tetz q'esla kub'aal, echkole' unq'a xaj tze'e'?
¿Cuáles son los beneficios de usar medicina maya ?
4. ¿Kam itza'lil u tz'akab'ale' uve' tetz q'esla kub'aal, echkole' unq'a xaj tze'e'?
¿Cuáles son las desventajas de usar medicina maya o natural?
5. La aalcha o'vo'j tze' sqej uva' nitz'akane', kamch'o'mil nitz'aka, as kam ib'anche'.



Puede mencionarme 5 plantas medicinales, las enfermedades que cura y su proceso de preparación



Ta'ntiixh setej uva' kat eloch in ti' unq'a txumb'ale' uve' at sek'ul ti' u qatine'

Fotografías tomadas por el investigador de la C.L.Ixil



Entrevista realizado al señor Jacinto Santiago (Xhasinib') manifestando su experiencia de usar la medicina maya en su vida y familia.



La señora Magdalena Brito, (Mat) habla de su experiencia en curar a los niños que padecen de enfermedades de susto y otras.



El profesor B'enijom / Benito Cedillo- cuenta su experiencia de curar a sus hijos con la medicina maya Ixil y descubre su talento.

...





Fotografía tomada en el parque central de Nebaj, donde se habla de la importancia del uso de la medicina tradicional.



El señor Juan Bernal (Xhun) narra la experiencia de sus padres en usar la medicina maya desde su infancia y los beneficios de las plantas medicinales.



La señora Magdalena Chel (Mat B'amaq') narra su experiencia en usar la medicina maya Ixil.



El señor Victoriano López, guía espiritual explica la diversidad de plantas que se usa para tratar las enfermedades, procedimiento de aplicación y dosis.

..

