

## Los saberes de la salud

Cinco rutas para descubrir el maravilloso universo de las plantas curativas, la medicina tradicional y sus especialistas



## Los saberes de la salud en el desierto potosino

En el Altiplano Potosino podemos encontrar una extensa variedad de plantas de uso medicinal, desde las planicies desérticas, hasta las zonas elevadas de la Sierra de Catorce.

Las personas que saben del uso, procesamiento y aplicación de las plantas, adquirieron sus conocimientos mediante la práctica con algún familiar cercano y los incrementaron en los talleres especializados.

Los padecimientos comunes del ser humano están ligados a una concepción de la salud, la enfermedad y del cuerpo humano, y en muchos lugares se siguen atendiendo de una manera tradicional. Tal es el caso en el desierto potosino, en donde el saber regional de sus habitantes se pone en práctica para aliviar desde los dolores de estómago, los musculares, el empacho, el catarro y la frialdad del vientre, hasta el espanto o la envidia, utilizando los medios que proporciona la naturaleza.

Estos especialistas de plantas conocen las propiedades de las mismas para su aplicación; cactus, arbustos o matorrales, tanto silvestres o cultivados, son procesados en infusiones, pomadas y champús para aliviar los diversos padecimientos.

A partir de cinco rutas vamos al encuentro de este mágico saber regional y su aplicación terapéutica.



## Ruta de los Reales Serranos Catorce - Real de Maroma

Se inicia en Estación Catorce y se interna en la vasta serranía de Catorce. En Tahonas del Jordán podemos observar de forma silvestre la hierba del burro que se utiliza para el empacho, o bien, la calabacilla loca que sirve para blanquear la ropa, pero que también asociada a la



Dedo de dios

grasa de pollo, funciona para evitar la frialdad del vientre. Más adelante, en El Jordán, encontraremos un vergel por donde corre un arroyo que propicia agua a sus habitantes y una gran variedad de plantas curativas. Aquí se pueden consultar algunos especialistas de la medicina tradicional. Esta ruta concluye en Real de Maromas, un pequeño pueblo minero en donde encontraremos el pirul y la jarilla que se usa para barrer el espanto, así como la altamisa para curar el mal aire.

## Ruta del desierto Estación Catorce - Ranchito de Coronados

Esta ruta atraviesa el inmenso desierto catorceño. Inicia en Estación Catorce y en Mastranto es la primer escala, en donde abunda la gobernadora, la cual se utiliza para elaborar pomadas que mitigan los golpes y dolores musculares. Igualmente podemos encontrar aquí la altamisa, que frotada por todo el cuerpo se dice quita el cansancio. Hacia San Juan de Matanzas, es territorio de la violeta, la cual se sabe alivia el dolor de cabeza. Ahí también hay capulín, que unido al gordolobo es remedio para la tos. En Wadley abunda el estafiate y el hojásén, ambos sanan el dolor de estómago. En Las Margaritas se procesan pomadas, la flor de la caléndula cura las heridas y el mastuerzo alivia el dolor de cabeza. Esta ruta concluye en Ranchito de Coronados, una comunidad que posee sábila para sanar heridas, ruda para el dolor de pecho y romero, nogal y orégano para elaborar champú.







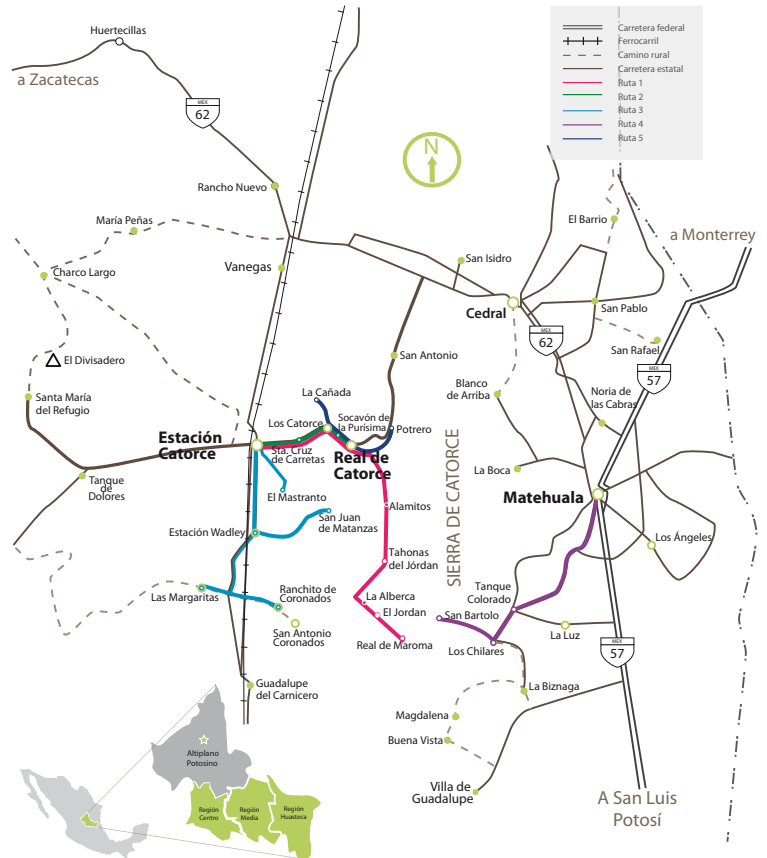
### Ruta de la Cuesta del Arrepentido Real de Catorce-Estación Catorce

En toda esta ruta que une a Real de Catorce con el desierto, el romero se utiliza como condimento y también para aliviar el dolor de estómago, al igual que el dedo de dios, que quita la carnosidad de los ojos. En el Socavón de la Purísima encontraremos eucaliptos, cuyas hojas son remedio para la tos y estafiate de zorrillo, utilizados para el dolor de estómago. En Los Catorce los árboles de aguacate ofrecen la posibilidad de engruesar la sangre, el té negro de controlar la diabetes y el gigante -también conocido como árbol de la vida- ayuda contra las picaduras de animales. En Santa Cruz de Carretas el nopal podrido sana las quemaduras y en Estación Catorce, la mala mujer se utiliza para curar la pulmonía. El espanto se limpia con pirul, romero, ruda, altamisa loca, verbena y albarda. Aquí también se puede encontrar la pata de res, eficaz para curar los empachos viejos.



### Ruta de las Camelias Matehuala - San Bartolo

Esta ruta toma el nombre de la flor que abundaba en Matehuala y nos lleva por los senderos de Ojo de Agua para encontrar la cáscara de granada que alivia la infección en el estómago y sus hojas controlan la presión arterial. Igualmente encontraremos la vaina del huizache que funciona bien para aminorar el dolor de las articulaciones. En Tanque Colorado se sabe que la gobernadora limpia el riñón y que el mezquite y el granjeno ayudan a la buena digestión. En San Bartolo, donde la naturaleza es prodigiosa, el ocotillo quita el dolor de estómago y la calabacita loca cura el vitiligo. También aquí se encuentran remedios para el dolor de cabeza, como la pionía y el gigante, este último aplicado en los tradicionales chiquiadores.



### Internate en la sierra de Catorce para conocer los secretos de las plantas curativas



Altamisa





### Ruta de la Cañada La Cañada-Potrero

En esta ruta, que puede iniciar en La Cañada, las plantas silvestres o cultivadas en huertas, son prodigiosas. Como el real del oro que se usa para evitar el dolor de huesos o el toronjil que resulta un gran aliado para controlar la presión arterial y los nervios. Aquí se puede encontrar también el hinojo, el cual cura la gastritis y su flor ayuda a producir leche a la madre que amamanta. Para controlar la diabetes se hace uso del tepozán, y del lirio para aliviar las irritaciones genitales. En las faldas de la sierra se encuentra el atractivo pueblo del Potrero, en donde se recolecta el orégano para quitar el dolor de garganta y la árnica para desinfectar las heridas. Aquí se sabe, que el limón y la manzanilla, asociados al bicarbonato, curan el algodoncillo en los niños, que la sábila asada y untada alivia las paperas y que el chiflazón o la chipilés en los jóvenes se aminoran con el yerbanís y la menta. Y se dice que hasta para la impotencia sexual también hay remedio, pues la hierba de San Nicolás también llamada venadilla- disminuye sus efectos.



Calabacilla loca



**Investigación:** Dra. Neyra Alvarado Solís y Dr. Onésimo González Costilla.

**Asistentes de investigación:** Mtro. Hugo Cotonieto, Mtro. León García, Diana Barbosa y Vianey Mayorga.

**Fotografía:** Dra. Neyra Alvarado, Diana Barbosa, Lorenzo Armendariz, Secretaría de Turismo de San Luis Potosí.

**Texto:** Lorenzo Armendariz

**Proyecto de Ciencia Básica CONACYT 82830**

© Derechos Reservados 2011

Prohibida su reproducción por cualquier medio mecánico o electrónico sin autorización escrita.





## Operadores Turísticos

Saliendo desde San Luis Potosí a cualquier punto del Estado

### Operatour Potosina, S.A. de C.V.

Oficina: Lobby del Hotel Nápoles  
Juan Sarabia No. 120 P.B.  
Centro Histórico, C.P. 78000  
Tel. 01 (444) 1512201  
Cel. 4444 272155  
Contacto: Lic. Lorelei Jones  
Mail. operatourpotosina@gmail.com  
Web: www.operatourpotosina.com.mx  
Actividades: Turismo Cultural, ecoturismo

### Montalvo Viajes

Oficina: Obregón 633,  
Centro 78000, San Luis Potosí, SLP  
Tel. (444) 812 15 12 y (444) 810 00 89  
Cel. 4441 418091 y 4442 74442  
Contacto: Sergio Montalvo  
Mail. montalvoviajes@hotmail.com

## Guías de Turistas

### 1. Adriana Fernández Avilés

Cel. 4445 089135  
Mail. adrianafd209@yahoo.com.mx

### 2. Alejandra García Shade

Cel. 4441 100033  
Mail. aleshade1@hotmail.com

Saliendo desde México –San Luis Potosí

### Huasteca Tours

Ecoturismo indígena y aventura para todas las edades.  
Oficina: Carretera A San Pablo No. 23, Santiago  
Tepalcatlalpan Xochimilco D.F.  
Tel. 56414773  
Cel. 04455 16264977  
Contacto: Arturo Castillo Rubio  
Web: www.huastecatours.com  
Ecoturismo indígena y aventura por México

### Juan Antonio de Mendizábal

Tel. 015555118470  
Cel. 0445554157645  
Mail. jamendizabalt@hotmail.com

Para mayor información sobre las rutas, guías, transporte y hospedaje.

Delegación de Turismo Región Altiplano  
Tel. (488) 8825005  
turismo\_mcgurrero@slp.gob.mx