



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"MONSEÑOR FRANCISCO GONZALES BURGA" - LAMBAYEQUE
CODIGO MODULAR: 1157916



PROGRAMA DE FOMACIÓN INICIAL DOCENTE

**LAS PLANTAS MEDICINALES EN LOS
ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 10084 INCAHUASI-
2025**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO
ACADÉMICO DE BACHILLER EDUCACIÓN**

AUTORES

SANCHEZ BERNILLA SEGUNDO ABELINO (77065745 – 2020 – 2025)

REYES MANAYAY SEGUNDO JULIAN (76813025 – 2020 – 2025)

ASESOR

DR. SANTOS MARCIAL HUAMAN SANCHEZ

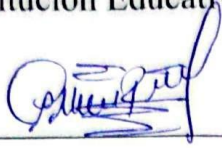
Código ORCID: 0000-0002-7764-810x

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
REVALORACIÓN DE SABERES LOCALES Y REALIDAD
SOCIOLINGÜÍSTICA DE LA REGIÓN**

LAMBAYEQUE – PERÚ

2025

Las Plantas Medicinales En Los Estudiantes De Tercer Grado De La
Institución Educativa N° 10084 Incahuasi-2025



Segundo Julián Reyes Manayay

Autor



Segundo Abelino Sánchez Bernilla

Autor



DR. Santos Marcial Huamán Sánchez

Asesor

APROBADO POR:



Mg. Salvador Burga Guevara

Presidente del Jurado



Dr. Jorge Francisco Primo Ordoñez

Secretaria del Jurado



Dr. Walter Manuel Chanamé Casas

Vocal del Jurado

FERREÑAFE, 2025



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"MONSEÑOR FRANCISCO GONZALES BURGA" FERREÑAFE
DE LA REGION LAMBAYEQUE
LICENCIADA MEDIANTE RESOLUCIÓN MINISTERIAL N° 357-2020-MINEDU
DIRECCIÓN: LOS EUCALIPTOS N° 100-EL AKGODONAL-FERREÑAFE
CÓDIGO MODULAR N°1157916



N°020-2025-EESPP"MFGB" – F.

Siendo las 09:30 horas, del día 12 de Diciembre del 2025; se reunieron en la sala de sustentaciones de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Monseñor Francisco Gonzales Burga de Ferreñafe, los miembros del jurado designados mediante Resolución Directoral N°297-2025-DG - EESPP"MFGB"-F, de fecha 04 de Diciembre del 2025, integrado por:

Presidente : MG. SALVADOR BURGA GUEVARA.

Vocal : DR. WALTER MANUEL CHANAME CASAS.

Secretario : DR. JORGE FRANCISCO PRIMO ORDOÑEZ.

La finalidad es evaluar el Trabajo de Investigación titulado: LAS PLANTAS MEDICINALES EN LOS ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 10084 INCAHUASI, presentado por los egresados Sanchez Bernilla Segundo Abelino y Reyes Manayay Segundo Julian; Programa de Estudios de Educación Primaria Intercultural Bilingüe para obtener el Grado de Bachiller en Educación.

Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con el Reglamento de Investigación aprobado con Resolución N° 023-2025-EESPP MFGB-F de fecha 04 de marzo del 2025; los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al (los) sustentante(s), quien(es) procedió(eron) a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Finalizada la evaluación; se invitó a los sustentantes y al público presente abandonar el recinto; y, luego de una amplia deliberación por parte del jurado, se llegó al siguiente resultado:

APROBADO CON MENCIÓN SOBRESALIENTE

APROBADO

DESAPROBADO

Siendo las 11:00 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.


PRESIDENTE


VOCAL


SECRETARIO

SUSTENTACION BACHILLERATO

Por JULIAN REYES MANAYAY



7965

28 NOV-2025 08:09A. (1)

110216905

SUSTENTACION BACHILLERATO

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%

ÍNDICE DE SIMILITUD

FUENTES PRIMARIAS

1	renati.sunedu.gob.pe Internet	452 palabras — 7%
2	www.researchgate.net Internet	301 palabras — 5%
3	www.labdeiters.com Internet	270 palabras — 4%
4	www.gob.mx Internet	135 palabras — 2%
5	dokumen.site Internet	59 palabras — 1%
6	docs.bvsalud.org Internet	52 palabras — 1%
7	investigaciones.uniatlantico.edu.co Internet	38 palabras — 1%
8	ri-ng.uaq.mx Internet	31 palabras — < 1%



EXCLUIR CITAS ACTIVADO
EXCLUIR BIBLIOGRAFÍA ACTIVADO

EXCLUIR FUENTES DESACTIVADO
EXCLUIR COINCIDENCIAS < 13 PALABRAS

Índice de contenido

RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	11
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	13
V. CONCLUSIONES.....	19
VI. RECOMENDACIONES	20
VII.REFERENCIAS	21
ANEXOS	24

Índice de tablas

Tabla 1 Las plantas medicinales que usan los estudiantes del Tercer Grado en su hogar e institución educativa 13

Tabla 2 Plantas medicinales más usadas para aliviar la salud de los estudiantes y familiares. 17

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo aportar conocimiento sobre el uso de plantas medicinales para curar diversas enfermedades y fortalecer los saberes tradicionales de la comunidad. Es una práctica muy antigua, en el Perú, los etnobotánicos han determinado la importancia del uso de las plantas medicinales en el tratamiento de enfermedades como por ejemplo la cola de caballo muy utilizado en la zona de Incahuasi para desinflamar los riñones, la hoja del llantén para bajar las hinchazones, En esta investigación se presenta la descripción botánica de 27 especies de plantas medicinales usadas en la Sierra de los distritos de Incahuasi, Cañarís y sus alrededores. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha calculado que más del 80% de la población global recurre de manera habitual a la medicina tradicional para atender sus requerimientos de atención primaria de salud, y que una considerable proporción de los tratamientos tradicionales conlleva la utilización de extractos de plantas o sus principios activos (Katewa et al. 2024, Sheldon et al.).

Palabras claves: Sierra de Incahuasi, Cañarís, medicina tradicional, botánica sistemática.

ABSTRACT

This research aimed to contribute knowledge about the use of medicinal plants to treat various illnesses and strengthen the community's traditional knowledge. It is a very ancient practice in Peru, and ethnobotanists have determined the importance of using medicinal plants in the treatment of diseases. For example, horsetail is widely used in the Incahuasi area to reduce kidney inflammation, and plantain leaves are used to reduce swelling. This research presents the botanical description of 27 species of medicinal plants used in the highlands of the districts of Incahuasi, Cañarís, and their surrounding areas. The World Health Organization (WHO) has estimated that more than 80% of the global population regularly uses traditional medicine to meet their primary healthcare needs, and that a considerable proportion of traditional treatments involve the use of plant extracts or their active ingredients (Katewa et al. 2024, Sheldon et al.).

Keywords: Sierra de Incahuasi, Cañarís, traditional medicine, systematic botany.

I. INTRODUCCIÓN

La aplicación de las plantas en el ámbito médico tiene sus raíces en épocas antiguas, sociedades como la egipcia, persa y china, entre otras, atribuyeron una relevancia significativa a las plantas medicinales. Las especies vegetales se distinguían mediante el uso del sistema de analogías; esto es, si una planta presentaba hojas con forma de corazón, la percibían como eficaz en la terapia de afecciones cardíacas (Thompson, 1980).

En Perú, investigaciones etnobotánicas evidencian la relevancia de las plantas en la medicina ancestral peruana.

La región objeto de este estudio se distingue por su abundante flora. Este territorio ha sido objeto de estudio de Humbolt y Bompland (1802); Spruce (1863); Pall (188~) y, en particular, Raimondi (1868) quien realizó una exploración exhaustiva del mismo. No obstante, las investigaciones fueron de naturaleza morfa-taxonómica.

La información relativa al uso medicinal de las plantas fue recolectada a través de encuestas y diálogos con los residentes de la región, particularmente con herbolarios, curanderos, mujeres de hogar y ancianos, quienes desempeñaban el papel de depositarios de la información.

Este fenómeno responde a varios factores, entre los cuales el primero es la creciente influencia de una cultura de salud tradicional donde el poblador ha creído y sigue creyendo que las plantas que le brinda la naturaleza tienen poder curativo, es por ello que esta tradición sanitaria se ha ido transmitiendo de generación en generación y lo que se visualiza en el presente donde todavía en la mayoría de los caseríos, centros poblados y comunidades organizados tienen esa creencia y lo siguen utilizando dándoles buenos resultados, más aún que en algunas de estas comunidades no existen un Centro Asistencial de salud, dándole con mucha más razón fortaleza a sus creencias y fe a las plantas medicinales que se encuentran en su comunidad.

Pese a los progresos de la ciencia y tecnología contemporánea y homogeneizadora, que progresivamente está modificando los estilos de vida y prácticas de las comunidades indígenas mediante el uso de los medios de comunicación, estos habitantes continúan depositando su confianza y uso en esta tradición sanitaria.

Otro desafío importante es la falta de lineamientos de políticas de salud y atención de los pueblos de serranía por parte del Ministerio de Salud para atender y cuidar la vida de los pueblos indígenas. Ante esta ausencia, las comunidades pertenecientes al Distrito de

Incahuasi-Cañaris, siguen persistiendo y confiando en el uso de la medicina tradicional a través de las plantas medicinales que la naturaleza les brinda y que en su pueblo existen.

Aunque el esfuerzo de las comunidades indígenas por promover una educación sanitaria en permanente y al no tener respuestas positivas para su atención es loable manifestar que creen, usan y atienden a sus hijos y demás familiares con la medicina tradicional que las plantas medicinales de su pueblo les brinda.

Esta realidad enfatiza la necesidad de integrar y robustecer el conocimiento y la aplicación apropiada de las plantas medicinales existentes para prevenir la exacerbación de problemas de salud. Por consiguiente, se debe incorporar en el currículo y el plan de estudios de la Institución Educativa Bilingüe N° 10084 de Incahuasi, con el objetivo de abordar esta problemática. No obstante, el progreso educativo anhelado aún no ha sido logrado, y la repercusión de estos factores en los estudiantes es significativa.

Esta investigación examina la utilización de las plantas medicinales en su comunidad y propone estrategias para su potenciación en estudiantes de tercer grado de una Institución Educativa Intercultural Bilingüe (EIB) ubicada en el distrito de Incahuasi. El aspecto distintivo de este estudio radica en el contexto bilingüe cultural de los estudiantes, quienes coexisten en un entorno en el que aprovechan las ventajas naturales para mantenerse saludables y fuertes, contribuyendo de este modo a la atención de sus familias.

La estructura del informe se segmenta en cuatro secciones: la primera se ocupa de la descripción del problema a investigar; la segunda se ocupa del marco de referencia o marco teórico; la tercera se ocupa de los hallazgos y el debate; y la cuarta se ocupa de las conclusiones y recomendaciones.

El objetivo general de este estudio es: Identificar las plantas medicinales que existen en el contexto de los estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa N° 10084 “Virgen de las Mercedes” de Incahuasi. Como objetivos específicos, se busca: a) Identificar las plantas medicinales que usan los estudiantes en su hogar e Institución Educativa como medicina curativa.

b) Describir las características del uso las plantas medicinales según los estudiantes, tanto en sus hogares como en la Institución Educativa, para el tratamiento de diversas dolencias o afecciones de salud.

El presente trabajo se justifica teóricamente porque en la actualidad existe la necesidad de incorporar y fortalecer el currículum de Educación Primaria Bilingüe contenidos de esta naturaleza para lograr el desarrollo y tener el conocimiento y el adecuado uso que se le debe

dar a través de la orientación, seguimiento y monitoreo de las plantas medicinales existentes para no caer en que los problemas de salud se agudicen y por lo tanto se debe incluir en el plan curricular y el plan de estudios de la Institución Educativa Bilingüe N° 10084 de Incahuasi, con el fin de abordar esta problemática. No obstante, el progreso educativo anhelado aún no ha sido logrado, y la repercusión de estos factores en los estudiantes es significativa.

Desde una perspectiva metodológica, el presente estudio expone la utilización de las plantas medicinales de su comunidad y propone estrategias para su potenciación en estudiantes de tercer grado de una Institución Educativa Intercultural Bilingüe (EIB) ubicada en el distrito de Incahuasi. El aspecto distintivo de este estudio radica en el contexto bilingüe cultural de los estudiantes, quienes coexisten en un entorno en el que aprovechan las ventajas naturales para mantenerse saludables y fuertes, contribuyendo de este modo a la atención de sus familias.

Se justifica prácticamente, porque el uso oportuno y adecuado de las plantas medicinales ante cualquier caso de enfermedad o de atención con los primeros auxilios los estudiantes y la comunidad estará en capacidad de atender a los niños en la escuela o en su domicilio y a sus familiares, porque tienen el conocimiento necesario para curar y prevenir enfermedades, al aplicar y usar esos conocimientos.

Socialmente se justifica, porque los beneficiados directos serán los estudiantes del tercer grado y por ende sus familiares al hacer extensivo los conocimientos adquiridos en la escuela.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Sustento científico-teórico de las Plantas Medicinales:

Los métodos de prospección aleatoria continúan siendo preferidos por la industria farmacéutica para la identificación de compuestos activos. Sin embargo, en años recientes se ha enfocado en la aplicación de información etnobotánica para la selección de plantas en la búsqueda de compuestos con actividad biológica (Cox y Balick, 1994; Voeks, 1996; Khafagi y Dewedar, 2000). En este contexto, diversas investigaciones han corroborado la eficacia de este enfoque para alcanzar dicho objetivo (Farnsworth et al., 1985; Alarcón et al., 1998; Khafagi y Dewedar, 2000).

No obstante, en numerosos países en vías de desarrollo se ha observado una pérdida significativa del conocimiento tradicional relativo al uso de plantas medicinales y otras plantas útiles, que se ha transmitido de padres a descendientes (Caniago y Siebert, 1998; Benz et al., 2000; Katewa et al., 2004). Adicionalmente, la disponibilidad de estas especies vegetales ha experimentado una disminución debido a la degradación de los bosques y su transformación en bosques secundarios y terrenos agrícolas (Voeks, 1996; Caniago y Siebert, 1998; Joshi y Joshi, 2000). Por lo tanto, la cadena de transferencia de dicho conocimiento se halla en peligro (Raja et al., 1997; Tabuti et al., 2003).

Además, la información disponible respecto a la abundancia y distribución de las plantas medicinales en el trópico es insuficiente, especialmente en relación con los efectos de su extracción en las poblaciones naturales (Caniago y Siebert, 1998; Frei et al., 2000). Por lo tanto, es imperativo emprender acciones para prevenir la desaparición definitiva del conocimiento tradicional sobre plantas medicinales, no solo para salvaguardar este patrimonio cultural, sino también para documentar la información sobre determinadas especies útiles, que podrían tener relevancia para el desarrollo de nuevas fuentes de medicamentos y otros beneficios para la humanidad, contribuyendo simultáneamente a la protección de la biodiversidad (Akerle, 1993; Katewa et al., 2004)

La exploración relativa al empleo de plantas medicinales se inscribe en el campo de la etnobotánica, definida como el examen de las interacciones entre los colectivos humanos y las plantas (Ford, 1978).

Martin (2001); Gómez-Veloz, (2002). Por su naturaleza interdisciplinaria abarca muchas áreas, incluyendo: botánica, química, medicina, farmacología, toxicología, nutrición, agronomía, ecología, sociología, antropología, lingüística, historia y arqueología,

entre otras; lo cual permite un amplio rango de enfoques y aplicaciones (Alexiades, 1996a; Martin, 2001). Sin embargo, a pesar de las excepciones significativas, numerosos investigadores se adentran en este campo de estudio desde el dominio de sus respectivas disciplinas. Pese al interés mutuo, se ha observado un escaso intercambio de teorías y métodos entre distintas disciplinas (Prance, 1991; Alexiades 1996b). Esta circunstancia ha propiciado una elevada proporción de investigaciones etnobotánicas descriptivas, restringidas a la compilación de listas de plantas útiles (Gómez-Veloz, 2002). Esta circunstancia ha propiciado una percepción desfavorable de la etnobotánica, la cual ha sido percibida como una pseudociencia desprovista de un contexto teórico unificado y de técnicas de análisis rigurosos (Ford, 1978; Phillips y Gentry, 1993a). Durante las dos décadas recientes, se ha realizado un esfuerzo significativo para modificar dicha percepción. En este contexto, la implementación de métodos cuantitativos ha facilitado una valoración más precisa de la relevancia relativa de las plantas en contextos culturales específicos (Phillips y Gentry, 1993a; Phillips, 1996).

Además, ciertos métodos ecológicos han demostrado ser eficaces en la evaluación del impacto ecológico derivado de la extracción de plantas útiles en comunidades naturales (Hall y Bawa, 1993). Además, se ha iniciado un enfoque en la problemática de la propiedad intelectual del conocimiento convencional y en la formulación de estrategias para compensar a las comunidades locales por su implicación en las investigaciones etnobotánicas (Cunningham, 1996).

2.2. Marco conceptual:

2.2.1. Las Plantas medicinales:

Las plantas medicinales son plantas que se utilizan para tratar enfermedades, aliviar síntomas, incrementar la energía, relajarse o perder peso. Se pueden usar enteras o por partes específicas.

Las plantas medicinales son un recurso natural que se ha utilizado desde hace cientos de años en prácticamente todas las culturas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda su uso y fomenta su inclusión en los sistemas sanitarios de sus países miembros.

Las hierbas medicinales (o remedios herbales) son plantas usadas como medicamento.

Plantas medicinales, una opción tradicional y natural para conservar la salud * Chilca que se utiliza para tratar cuadros inflamatorios

Las plantas medicinales, debido a su comprobado potencial terapéutico y su bajo costo económico, deben estar presentes en el hogar para mitigar diversos males menores, tales como los dolores abdominales y resfríos.

Para las culturas antiguas de México, las plantas constituían un componente esencial en su vida diaria, dado que proporcionaban generosamente alimentos y compuestos terapéuticos. México se distingue por su diversidad vegetal y su abundancia en biodiversidad, lo que ha propiciado la utilización de las plantas con propósitos medicinales desde tiempos prehispánicos. Este legado cultural ha sido perpetuado de generación en generación, de manera que ciertas prácticas continúan siendo practicadas de manera diaria hasta la actualidad, tanto en zonas rurales como urbanas.

Además, las plantas medicinales pueden constituir el fundamento económico en numerosas comunidades, dada la significativa demanda de la industria de productos herbales farmacéuticos. No obstante, es imperativo reconocer que la recolección excesiva de ciertas especies podría ponerlas en una posición crítica, por lo que resulta crucial su cultivo y conservación.

A) Tipos de plantas medicinales

Aquí te presentamos una pequeña lista de ellas:

Chilca, se emplea en el tratamiento de afecciones inflamatorias, traumatismos, esguinces, trastornos reumáticos, lesiones, hematomas y dolor.

Hierbabuena, se caracteriza por su eficacia en el tratamiento de trastornos gastrointestinales como la náusea y el vómito.

Manzanilla: las infusiones de esta planta se emplean en el tratamiento de afecciones como la fiebre, inflamación, espasmos musculares, trastornos menstruales, insomnio, ulcera, heridas, trastornos gastrointestinales, dolor reumático y hemorroides.

Sábila, esta especie vegetal exhibe propiedades antifúngicas, antisépticas, antivirales, antibacterianas, antiinflamatorias, antioxidantes y curativas, lo que la convierte en un cultivo atractivo en la disciplina de los biomateriales.

La muña, contribuye a la regulación de los niveles de azúcar, a la lucha contra problemas de gastritis, a la reducción de peso, a la cicatrización de heridas pequeñas y, en su forma de jarabe, contribuye a la reducción de la tos.

Por lo tanto, una opción que permite proteger y cuidar los recursos naturales con propiedades curativas es la implementación del huerto medicinal de traspatio, mediante el cual, además de preservar y reproducir el conocimiento tradicional herbolario, evitamos su agotamiento de la materia prima

B) Las plantas medicinales más efectivas para el autocuidado

El uso de plantas medicinales y productos de origen natural como método terapéutico alternativo ha registrado un incremento significativo en años recientes, empleándose con propósitos preventivos y curativos, e incluso en combinación con otros fármacos para potenciar su eficacia.

Es imperativo que las farmacias y los farmacéuticos mantengan un conocimiento actualizado acerca de las novedades, posibilidades y potenciales contraindicaciones de los productos de origen natural.

Únicamente de esta manera, podrán desempeñar con seguridad su nueva función como centros de salud integrales, mejorar el bienestar de sus pacientes y proporcionarles la orientación apropiada para que puedan ejercer el autocuidado, un elemento crucial en la sostenibilidad y eficacia del sistema sanitario.

C) Las plantas medicinales y su utilidad.

1. Yunka tuktu (Geranio)

El geranio se usa medicinalmente en aromaterapia para reducir el estrés y la ansiedad, y en cosmética por sus propiedades astringentes, cicatrizantes y regeneradoras de la piel. Sus hojas también se han usado en la sabiduría popular para afecciones pulmonares y para desinflamar las encías.

2. Eucalipto

El eucalipto sirve como planta medicinal principalmente para aliviar afecciones respiratorias, gracias a sus propiedades antisépticas, expectorantes, antiinflamatorias y antivirales. Se usa comúnmente en inhalaciones, infusiones o jarabes para la tos, la congestión nasal, la bronquitis y el resfriado común. También tiene beneficios para la piel, como hidratación y propiedades antioxidantes, y puede ser útil para la salud bucal y como remedio para la halitosis.

3. Lirio blanco

El lirio blanco (*Lilium candidum*) se ha utilizado tradicionalmente en la medicina popular para tratar diversas afecciones, incluyendo problemas del aparato reproductor femenino, tos crónica, asma, inflamaciones, estrés y para calmar la ansiedad y el insomnio. Sus propiedades incluyen efectos diuréticos, antibacterianos y purgantes, y su raíz se utiliza en perfumería y como expectorante.

4. Clavel blanco.

El clavel blanco, más allá de ser un ornamento por su significado de pureza, se usa medicinalmente para aliviar trastornos digestivos como gases y mala digestión, tratar dolores musculares y de cabeza, y calmar los nervios. También se emplea en cosmética por sus propiedades antiinflamatorias para la piel y, en general, se utiliza en forma de infusión y en preparaciones para potenciar la salud.

5. Achicoria.

La chicoria sirve para mejorar la digestión al aliviar el estreñimiento y favorecer la flora intestinal gracias a su contenido de inulina, además de ser un antioxidante, antiinflamatorio, diurético y una alternativa al café sin cafeína. Sus compuestos también ofrecen beneficios hepatoprotectores para el hígado y propiedades medicinales como antimicrobianas y antifúngicas.

6. Hierba santa.

La hierba santa se usa en la salud por sus propiedades para tratar problemas digestivos (diarrea, estreñimiento, indigestión), afecciones respiratorias (asma, bronquitis, tos) y para reducir fiebres e inflamaciones. También se le atribuyen beneficios para la piel, como aliviar picaduras, y se investiga su potencial en el tratamiento de la demencia y la neuroprotección. Se puede preparar como infusión, tintura o cataplasma, pero su uso en niños pequeños, embarazadas o lactantes requiere precaución.

7. Sauco.

El saúco es una planta usada medicinalmente por sus propiedades antioxidantes, antivirales, y antiinflamatorias, ayudando a reforzar el sistema inmunológico, aliviar síntomas de resfriados y gripe, y a mejorar la salud digestiva y cardiovascular. Se consume en forma de jarabes, gominolas o infusiones, y se usa para el tratamiento de afecciones cutáneas. Sin embargo, es importante consumir las bayas cocidas o productos comerciales, ya que las partes crudas de la planta pueden ser tóxicas y causar malestar estomacal.

8. Luchaq (tople)

El nopal (la planta a la que probablemente te refieres con "tople") sirve para la salud por su alto contenido de fibra, vitaminas (A, C), minerales (calcio, potasio, magnesio) y antioxidantes, lo que ayuda a controlar la diabetes y el colesterol, mejorar la digestión, fortalecer los huesos y el sistema inmunológico, y puede tener efectos antiinflamatorios y neuroprotectores.

9. Ćamgas (muña)

La muña ofrece beneficios para la salud digestiva, ayudando con gases y alivio estomacal, y para la salud respiratoria, aliviando congestiones y enfermedades como la bronquitis. También tiene propiedades antiinflamatorias y antisépticas que pueden beneficiar la piel y las heridas, además de ser una fuente de calcio y fósforo para los huesos. Sus aceites esenciales, ricos en antioxidantes, contribuyen a sus efectos curativos.

10. Menta

La menta sirve como planta medicinal principalmente para problemas digestivos, aliviando síntomas como dolor de estómago, gases, náuseas e indigestión, gracias a sus propiedades analgésicas, antiespasmódicas y carminativas. También tiene beneficios para el sistema respiratorio, actuando como descongestionante y expectorante, y posee propiedades antiinflamatorias, antioxidantes y antimicrobianas.

11. Chilca

La chilca sirve para tratar inflamaciones, golpes, esguinces, y dolores reumáticos mediante cataplasmas o emplastos aplicados externamente. Internamente, en infusiones, se utiliza como antidiarreico, para el asma, la diabetes, dolores menstruales y el insomnio. También se le atribuyen propiedades para el cuidado de la piel y para tratar afecciones respiratorias como el catarro y la bronquitis.

12: Mostaza (rabanas)

La mostaza sirve para la salud porque fortalece el corazón, gracias a las grasas saludables y ácidos grasos omega-3 que ayudan a regular el colesterol. También tiene propiedades antiinflamatorias y antioxidantes, que combaten el daño celular y reducen la inflamación. Además, facilita la digestión, al estimular la producción de jugos gástricos y biliares, y puede fortalecer el sistema inmunológico.

13: Culén

El culén (*Psoralea glandulosa*) es una planta medicinal utilizada tradicionalmente para problemas digestivos como dolor de estómago, empacho, indigestión y diarrea. También se le atribuyen propiedades como auxiliar en la diabetes mellitus, efectos antihemorroidales y la capacidad de aliviar dolores de cabeza. Además de su uso interno, las hojas machacadas o el jugo de las hojas se emplean en lavados de heridas.

D) La importancia de promocionar el autocuidado

Promover prácticas de salud y fomentar la utilización de productos naturales, tales como las plantas medicinales.

El autocuidado se refiere a la habilidad que poseen los individuos para llevar a cabo, de manera individual, consciente, voluntaria y sistemática, actividades y patrones de vida orientados a la preservación y optimización de la salud. Este proceso se lleva a cabo mediante la ingesta de productos naturales, que facilitan la prevención de enfermedades.

La promoción del autocuidado conlleva considerables ventajas para los usuarios y el sistema sanitario en su totalidad, evitando la saturación de la red de pacientes con afecciones de salud que podrían ser prevenidas o abordadas mediante la adopción de hábitos de vida más saludables y/o la utilización de productos o remedios naturales.

Actualmente, tanto niños como progenitores tienen acceso a una amplia gama de fuentes de información mediante el uso de internet. Esto conlleva beneficios, pero también implica riesgos, dado que una considerable proporción de la información accesible en la red es incompleta, no está contrastada, no cumple con los criterios rigurosos o está descontextualizada.

III. METODOLOGÍA

3.2. Tipo y diseño de investigación:

Este estudio se ubica dentro de un enfoque fundamental, el método de investigación descriptiva, que, de acuerdo con Pereira, "se enfoca en la descripción de datos y conclusiones que contribuyen a la toma de decisiones". Pereira sostiene que la fase de investigación descriptiva es esencial para establecer una conexión entre la realidad y el campo científico.

La naturaleza descriptiva de este estudio facilita la evaluación del empleo de las plantas medicinales en el marco de una problemática cultural y sanitaria que pone en peligro la preservación de la salud.

El diseño adoptado en este informe fue el descriptivo simple, ya que posibilitó la observación del comportamiento de la variable para su posterior descripción. El esquema correspondiente se presenta a continuación:



Dónde:

M = Muestra

Ox = Observación de la variable.

2.1 Población y muestra

La población académica comprende a los alumnos de tercer grado de la Institución Educativa N° 10084 Incahuasi, distribuidos en dos aulas, lo que resulta en un total de 43 estudiantes.

Para la muestra, se seleccionó la sección "A", integrada por 21 estudiantes, a quienes se les aplicó una entrevista y una encuesta para identificar el conocimiento, el uso y las características de las plantas medicinales que emplean tanto en su hogar como la Institución Educativa acerca de las plantas medicinales de su lugar. La encuesta estuvo dividida en dos partes, cada una con el propósito de organizar las respuestas y lograr una mayor profundidad informativa.

2.2. Técnica e instrumento de recolección de datos

La presente investigación, utilizó como técnica la entrevista con corte científico. Según Mario Bunge define la técnica de la entrevista un procedimiento esencial en la investigación científica, utilizado para captar de forma rigurosa y sistemática la realidad que se estudia.

En su perspectiva cualitativa, esta trasciende la mera observación o descripción de

un fenómeno; constituye un proceso estructurado que conlleva el conocimiento e identificación de los elementos y componentes de cada medicina empleada de manera directa y exhaustiva, documentando datos pertinentes sin intervención o manipulación por parte del investigador. Bunge enfatiza que tanto la entrevista como la encuesta deben satisfacer criterios de precisión, planificación y objetividad, facilitando al investigador la recopilación de datos confiables y útiles para la formulación de hipótesis y teorías. Según Bunge, este tipo de técnicas e instrumentos son fundamentales en las ciencias fácticas, dado que proporcionan una base empírica robusta y contribuyen a la generación de conocimiento respaldado por pruebas empíricas. Adicionalmente, se enfatiza que estas técnicas frecuentemente se fundamentan en herramientas e instrumentos que potencian la capacidad perceptiva humana, garantizando una mayor precisión en los hallazgos obtenidos (Bunge, 2017).

2.3 Instrumento de recolección de datos

De acuerdo con Díaz y colaboradores, un instrumento de recolección de datos se define como un instrumento o recurso estructurado que facilita la adquisición de información precisa y sistemática para cumplir con los objetivos de la investigación. Este tipo de herramienta, que puede ser una guía de entrevista o un cuestionario, requiere un diseño meticuloso para ajustarse al contexto y a las particularidades de la población en estudio. Los autores subrayan que la calidad de los datos recabados está condicionada por la validez y fiabilidad del instrumento empleado, lo cual garantiza que los hallazgos representen de manera precisa la realidad investigada (Díaz, et al, 2013).

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de los resultados se realizó en función de los objetivos General y específicos propuestos en la investigación.

Objetivo específico:

a) Identificar las plantas medicinales que usan los estudiantes en su hogar e Institución Educativa como medicina curativa.

Tabla 1

Las plantas medicinales que usan los estudiantes del Tercer Grado en su hogar e institución educativa

PLANTAS MEDICINALES QUE USAN	SI	%	NO	%	TOTAL	%
1. Chilca	18	85,7	03	14,3	21	100
2. Hierbabuena	20	95,2	01	4,8	21	100
3. Manzanilla	18	85,7	03	14,3	21	100
4. Sábila	21	100	--	00	21	100
5.- Muña	15	71,4	06	28,6	21	100
6.- Geranio	20	95,2	01	4,8	21	100
7.- Eucalipto	15	71,4	06	28,6	21	100
8.- Lirio Blanco	12	57,1	09	42,9	21	100
9.- El clavel blanco	17	80,9	04	19,1	21	100
10.- Achicoria	21	100	00	00	21	100
12.- Hierba Santa	21	100	00	00	21	100
13.- Cola de caballo	21	100	00	00	21	100
14.- Sauco	00	00	21	100	21	100

Fuente: Encuesta a estudiantes, fecha: 2022

Interpretación:

De acuerdo a los resultados de la tabla 1 y respondiendo a lo que al objetivo específico a), nos pide, manifestamos que las plantas medicinales que más identifican y usan son en un primer lugar y que reflejan el 100% son Sábila, geranio y hierva buena en segundo lugar con

el 95,2% tenemos manzanilla, chilca en tercer lugar con el 85,7% mencionamos y el clavel blanco, en el cuarto lugar con el 80,9% manifiesta conocer el eucalipto, en el quinto lugar se encuentra muña 71,4%, y por último en el sexto lugar con el 57,1 tenemos el lirio blanco.

Estos resultados nos llevan a inferir que los estudiantes y la comunidad de Incahuasi todavía siguen practicando el uso de la medicina tradicional a través del uso de las plantas medicinales que en su comunidad se cultivan y lo que la naturaleza les brinda, porque conocen las bondades de estas plantas que de alguna u otra manera les alivian sus malestares y/o problemas de salud.

Con relación al Objetivo específico: b) Describir las características curativas de las plantas medicinales que emplean los estudiantes en sus hogares y en la Institución Educativa, para ser atendidos de dolencias o males de salud, tenemos:

Hierbabuena: se caracteriza por su eficacia en el tratamiento de trastornos gastrointestinales como la náusea y el vómito.

Manzanilla: las infusiones de esta planta se emplean en el tratamiento de afecciones como la fiebre, inflamación, espasmos musculares, trastornos menstruales, insomnio, ulcera, heridas, trastornos gastrointestinales, dolor reumático y hemorroides.

Sábila, esta especie vegetal exhibe propiedades antifúngicas, antisépticas, antivirales, antibacterianas, antiinflamatorias, antioxidantes y curativas, lo que la convierte en un cultivo atractivo en el ámbito de los biomateriales.

Yunka tuktu (Geranio), se usa medicinalmente en aromaterapia para reducir el estrés y la ansiedad, y en cosmética por sus propiedades astringentes, cicatrizantes y regeneradoras de la piel. Sus hojas también se han usado en la sabiduría popular para afecciones pulmonares y para desinflamar las encías.

Eucalipto, sirve como planta medicinal principalmente para aliviar afecciones respiratorias, gracias a sus propiedades antisépticas, expectorantes, antiinflamatorias y antivirales. Se usa comúnmente en inhalaciones, infusiones o jarabes para la tos, la congestión nasal, la bronquitis y el resfriado común. También tiene beneficios para la piel, como hidratación y propiedades antioxidantes, y puede ser útil para la salud bucal y como remedio para la halitosis.

Lirio. Blanco, (*Lilium candidum*) se ha utilizado tradicionalmente en la medicina popular para tratar diversas afecciones, incluyendo problemas del aparato reproductor femenino, tos crónica, asma, inflamaciones, estrés y para calmar la ansiedad y el

insomnio. Sus propiedades incluyen efectos diuréticos, antibacterianos y purgantes, y su raíz se utiliza en perfumería y como expectorante.

Clavel blanco, más allá de ser un ornamento por su significado de pureza, se usa medicinalmente para aliviar trastornos digestivos como gases y mala digestión, tratar dolores musculares y de cabeza, y calmar los nervios. También se emplea en cosmética por sus propiedades antiinflamatorias para la piel y, en general, se utiliza en forma de infusión y en preparaciones para potenciar la salud.

Achicoria, sirve para mejorar la digestión al aliviar el estreñimiento y favorecer la flora intestinal gracias a su contenido de inulina, además de ser un antioxidante, antiinflamatorio, diurético y una alternativa al café sin cafeína. Sus compuestos también ofrecen beneficios hepatoprotectores para el hígado y propiedades medicinales como antimicrobianas y antifúngicas.

Hierva santa, se usa en la salud por sus propiedades para tratar problemas digestivos (diarrea, estreñimiento, indigestión), afecciones respiratorias (asma, bronquitis, tos) y para reducir fiebres e inflamaciones. También se le atribuyen beneficios para la piel, como aliviar picaduras, y se investiga su potencial en el tratamiento de la demencia y la neuroprotección. Se puede preparar como infusión, tintura o cataplasma, pero su uso en niños pequeños, embarazadas o lactantes requiere precaución.

Sauco, es una planta usada medicinalmente por sus propiedades antioxidantes, antivirales, y antiinflamatorias, ayudando a reforzar el sistema inmunológico, aliviar síntomas de resfriados y gripe, y a mejorar la salud digestiva y cardiovascular. Se consume en forma de jarabes, gominolas o infusiones, y se usa para el tratamiento de afecciones cutáneas. Sin embargo, es importante consumir las bayas cocidas o productos comerciales, ya que las partes crudas de la planta pueden ser tóxicas y causar malestar estomacal.

Luchaq (tople), el nopal (la planta a la que probablemente te refieres con "tople") sirve para la salud por su alto contenido de fibra, vitaminas (A, C), minerales (calcio, potasio, magnesio) y antioxidantes, lo que ayuda a controlar la diabetes y el colesterol, mejorar la digestión, fortalecer los huesos y el sistema inmunológico, y puede tener efectos antiinflamatorios y neuroprotectores.

Âcamgas (muña), ofrece beneficios para la salud digestiva, ayudando con gases y alivio estomacal, y para la salud respiratoria, aliviando congestiones y enfermedades como la bronquitis. También tiene propiedades antiinflamatorias y antisépticas que pueden

beneficiar la piel y las heridas, además de ser una fuente de calcio y fósforo para los huesos. Sus aceites esenciales, ricos en antioxidantes, contribuyen a sus efectos curativos.

Menta, sirve como planta medicinal principalmente para problemas digestivos, aliviando síntomas como dolor de estómago, gases, náuseas e indigestión, gracias a sus propiedades analgésicas, antiespasmódicas y carminativas. También tiene beneficios para el sistema respiratorio, actuando como descongestionante y expectorante, y posee propiedades antiinflamatorias, antioxidantes y antimicrobianas.

Chilca, sirve para tratar inflamaciones, golpes, esguinces, y dolores reumáticos mediante cataplasmas o emplastos aplicados externamente. Internamente, en infusiones, se utiliza como antidiarreico, para el asma, la diabetes, dolores menstruales y el insomnio. También se le atribuyen propiedades para el cuidado de la piel y para tratar afecciones respiratorias como el catarro y la bronquitis.

Mostaza (rabanas), sirve para la salud porque fortalece el corazón, gracias a las grasas saludables y ácidos grasos omega-3 que ayudan a regular el colesterol. También tiene propiedades antiinflamatorias y antioxidantes, que combaten el daño celular y reducen la inflamación. Además, facilita la digestión, al estimular la producción de jugos gástricos y biliares, y puede fortalecer el sistema inmunológico.

Culén, (*Psoralea glandulosa*) es una planta medicinal utilizada tradicionalmente para problemas digestivos como dolor de estómago, empacho, indigestión y diarrea. También se le atribuyen propiedades como auxiliar en la diabetes mellitus, efectos antihemorroidales y la capacidad de aliviar dolores de cabeza. Además de su uso interno, las hojas machacadas o el jugo de las hojas se emplean en lavados de heridas.

Cola de caballo, una opción óptima para la purificación del organismo. La *Equisetum arvense*, también conocido como cola de caballo, es una especie de arbusto perteneciente a la familia de las equisetáceas. Sus raíces se remontan al Paleozoico y su denominación se deriva de su apariencia, similar a la de una crin de caballo, caracterizada por un tallo rizomatoso que produce tanto tallos estériles como tallos fértiles. Debido a sus componentes activos, tradicionalmente se ha empleado en infusión para potenciar la diuresis, y como agente terapéutico en el manejo de sobrepeso.

Sus funciones principales son:

- Funciones diuréticas y depurativas.
- Procedimiento antiinflamatorio.
- Drenajes.

- Agente de remineralización.
- Contribuye al cuidado cutáneo.

En consecuencia, una estrategia que facilita la protección y el cuidado de los recursos naturales con propiedades terapéuticas es la instauración del huerto medicinal en el terreno de la institución educativa. Este método, además de conservar y replicar el conocimiento tradicional herbolario, previene el agotamiento de la materia prima. Esta información se obtuvo mediante entrevistas a los estudiantes y a algunos padres de familia del Tercer Grado.

Tabla 2

Plantas medicinales más usadas para aliviar la salud de los estudiantes y familiares.

PLANTAS MEDICINALES	f	%
1. sábila, geranio, hierva buena	21	100.00
2. Manzanilla	20	95,20
3. Chilca	18	85,70
4. Clavel blanco	17	80.90
5.- Eucalipto	15	71,40
6.- Lirio blanco, sauco	15	57,10

Según la tabla 2, vemos que las plantas medicinales mas usadas son la sábila, geranio, hierba buena con el 100%, luego tenemos la manzanilla con el 95.2%. Enseguida la chilca con el 85.7% y en orden descendente, el clavel blanco 80.7%, el eucalipto 71.4%, el lirio blanco y el sauco 57.1%

Estos resultados nos llevan a inferir que los estudiantes y la comunidad de Incahuasi todavía siguen practicando el uso de la medicina tradicional a través del uso de las plantas medicinales que en su comunidad se cultivan y lo que la naturaleza les brinda, porque conocen las bondades de estas plantas que de alguna u otra manera les alivian sus malestares y/o problemas de salud.

El uso de plantas medicinales y productos de origen natural como método terapéutico alternativo ha registrado un incremento significativo en años recientes, empleándose con propósitos preventivos y curativos, e incluso en combinación con otros fármacos para potenciar su eficacia.

Es imperativo que las farmacias y los farmacéuticos mantengan un conocimiento actualizado acerca de las novedades, posibilidades y potenciales contraindicaciones de los productos de origen natural.

Únicamente de esta manera, podrán desempeñar con seguridad su nueva función como centros de salud integrales, mejorar el bienestar de sus pacientes y proporcionarles la orientación apropiada para que puedan ejercer el autocuidado, un elemento fundamental en la sostenibilidad y eficiencia del sistema sanitario.

V. CONCLUSIONES

Se concluye que los estudiantes del tercer grado y sus padres de familia lo que más conocen las plantas medicinales son chilca, manzanilla, sábila, hierba buena, estevia, manzanilla, la cola de caballo, la hierbabuena, lirio blanco, la muña, geranio, eucalipto, clavel blanco, sauco, achicoria, hierba santa, entre otras.

Las plantas medicinales que más identifican y usan son en un primer lugar y que reflejan el 100% son Sábila, chilca, hierba buena, manzanilla, sábila, la muña, y la cola de caballo en segundo lugar con el 95,2% tenemos a la hierbabuena y geranio en tercer lugar con el 85,7% mencionamos eucalipto y la manzanilla, en el cuarto lugar con el 80,9% manifiesta el lirio blanco, en el quinto lugar se encuentran la achicoria con el 71,4%, y por último en el sexto lugar con el 57,1 tenemos a la muña.

Estos resultados permiten inferir que los estudiantes y la comunidad de Incahuasi continúan practicando la medicina tradicional mediante el uso de plantas medicinales, ya sean cultivadas en la zona o recolectadas de la naturaleza. Esto se debe a que conocen las propiedades y beneficios de dichas plantas, las cuales contribuyen a aliviar diversos malestares y problemas de salud.

En relación con el objetivo específico b, referido a las características curativas de las plantas medicinales que los estudiantes utilizan tanto en sus hogares como en la Institución Educativa para atender diversas dolencias o afecciones de salud, se identifica una amplia variedad de propiedades terapéuticas. Muchas de estas ya han sido expuestas en los contenidos desarrollados anteriormente.

VI.RECOMENDACIONES

Los estudiantes del tercer grado y sus padres de familia deben utilizar con mucho cuidado y con la orientación de un amplio conocedor o de un profesional de las bondades de las plantas medicinales existentes en su comunidad.

A las autoridades de las comunidades y centros poblados hacer extensivo de la existencia de las diferentes plantas medicinales para su uso oportuno y adecuado de las mismas, las cuales aliviarán sus dolencias y/o malestares corporales.

A los moradores, hacer de su conocimiento de la existencia de estas plantas medicinales y hacer uso de las mismas, pero; consumo cuidado ni excederse en su uso cuando las circunstancias así lo requieran y poder encontrar en ellas el alivio corporal de sus dolencias

VII. REFERENCIAS

- Acosta, S. (1962) Fitogeografía y vegetación de la provincia de Pichincha. Inst. Panamericano de Geografía e Historia, México D. F. 135 p.
- Andritzky, W. (1992) Medicina Neotradicional en el Perú. Rituales nocturnos en la costa y en la Amazonía. En Rev. D + C Desarrollo y Cooperación N° 6/1992. Frankfurt-Germany 35: 18-19 p.
- Arias, R. (1992) Principales Plantas Mágicas Amerindiennes en 1942. En Rev. Inter Dependances Paris/France 38: 12-13.
- Avendaño, A. (1988) La Rebelión de los Malkis. Medicina Popular quechua. Antawara Edit. 518 p.
- Bernex De Falen, N. y B. Revesz, (1968). Atlas Regional de Piura. CIPCMUPCP.
- Camino, L. (1992) Cerros, Plantas y Lagunas poderosas. La medicina al Norte del Perú. CIPCA/CEBEMO.
- Cavero, G. (1988). Supersticiones y Medicina Popular. CONCYTEC. II Edición Lima 1 34
- Cepeser (1991) Desarrollo y Conservación de Los Recursos Naturales y el Medio Ambiente en la Región Grau II Edición. Piura/Perú 95 p.
- Cerrate de Ferreyra, E. Plantas Medicinales Edit. Los Pinos. Lima/Perú.
- Cieza, P (1973). La Crónica del Perú. Edit. PEISA Lima/Perú.
- Curzi, W. (1985) Manzanilla. La Planta que cura 180 enfermedades 155 p.
- FAO (1983) Disponibilidad de leña en países en desarrollo. FAO/ROMA Italia 131 p.
- Guibovich Del Carpio, L. (1985) Medicina folklórica en el antiguo Perú y su Proyección en el mundo moderno.
- Gosling, N. (1986) Las más eficaces plantas medicinales, Edit. EDAF. 159 p.
- Holdridge, L. s/f Ecología basada en zonas de vida. Centro Científico Tropical. Costa Rica. 216 p.

- Katewa Et Al 2024, Sheldon et al., 1997; Shrestha y Dhillion, 2003; Katewa et al., 2004
- Lora, A. 1985 Medicina andina, farmacopea y ritual. Centros Estudios "Bartolome de las Casas". 189 p.
- Macbride, J. F. (1936) y ss. Flora of Perú. Field Mus. Nat. Hist. Bot. Serie 13, Chicago.
- Montesinos, F. y M. Landa. (1981). Formulario farmacológico y legislación farmacéutica.
- ONERN, (1976) Mapa Ecológico del Perú. Lima (Memoria explicativa) 145 p.
- Pallardel, T. (1982) Recursos medicamentosos de la medicina tradicional peruana. III Congreso Iberoamericano de la Medicina Rural y la Atención primordial en el Perú. Lima/Cuzco/Puno.
- Paucar, Del Pozo J. (1980) Provincia de Ayabaca. Edit. Industrias Gráficas Ingenieros. S. A. 308
- Pompa, G. (1992) Medicamentos Indígenas Edic. 51. Edit. América Venezuela 340 p.
- Plucknet, Donald L. (1992) Los Bancos Genéticos, La alimentación mundial II CA/CIAT. San José/Costa Rica. 257 p.
- Pretell, J. (1985) Apuntes sobre algunas especies forestales nativas de la sierra peruana. FAO/HOLANDA/INFORM.
- Pulgar Vidal, J. (1980) Sinopsis sobre las regiones y regionalización del Perú. Edit. Los Pinos Lima/Perú.
- Querol, D. (1988) Recursos Genéticos. Nuestro Tesoro olvidado. Edit. Industrial Gráfica S. A. Lima/Perú 217 p
- Soejarto y Farnsworth, 1989; Balick y Mendelsohn, 1992; Mendelsohn y Balick, 1995; Sheldon et al., 1997.
- Soukup, J. (1970) Vocabulario de los nombres comunes de la flora peruana. Edit. Colegio Salesianos. Lima 382 p.
- Thomson, D. M. (1980) Guía práctica ilustrada Edit. Blume. Barcelona/España. 200 p.

Treben, M. (1985) Salud de la botica del Señor Ennsthaler. Austria 104 p.

Plucknet, Donald L. (1992) Los Bancos Genéticos, La alimentación mundial II CA/CIAT.
San José/Costa Rica. 257 p.

ANEXOS
INSTRUMENTO

A- Encuesta

Nº	ITEMS	VALORES	
		SI (1)	NO (0)
01	¿Conocen las plantas medicinales de tu comunidad?		
02	¿Las plantas medicinales que usan verdaderamente alivian la salud?		
03	¿Las plantas medicinales que usan curan sus dolencias?		
04	¿Siempre utilizan las plantas medicinales para la cura de sus dolencias?		
05	¿Conocen casos de haber curado a muchas personas?		

B- Entrevista

¿Cuáles son las plantas medicinales que usan para aliviar la salud de ustedes y sus familiares?, menciónalas

Los estudiantes de tercer grado y sus familias utilizan diversas plantas medicinales para aliviar malestares comunes y fortalecer su bienestar. Entre las más empleadas destacan el eucalipto, conocido por sus propiedades para descongestionar las vías respiratorias; la manzanilla, utilizada para calmar dolores estomacales y reducir la ansiedad; la muña, apreciada por su acción digestiva y su capacidad para aliviar el malestar por frío; la hierbabuena, que se usa para mejorar la digestión y reducir dolores leves; y la achicoria, valorada por favorecer el funcionamiento del hígado y mejorar la digestión. Estas plantas forman parte de los saberes tradicionales transmitidos en las familias y continúan siendo un recurso natural importante para el cuidado de la salud.