

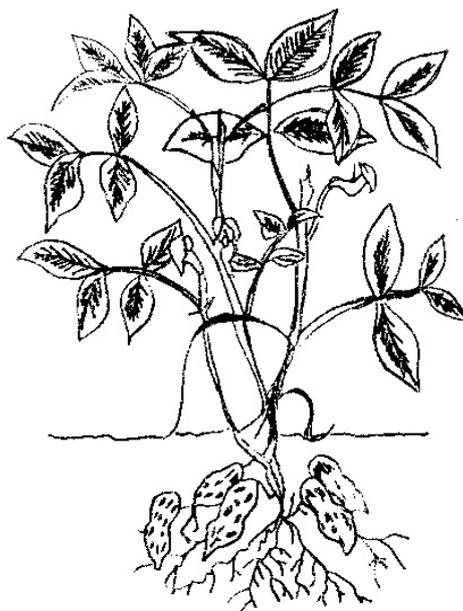
Grado	Semana	Ficha N°
5°	20	3

Plantas Medicinales

(II PARTE)



I. Escucha con atención:



Para que el agua pueda ser potable , tiene que pasar por un proceso de purificación , para eso , se usan sustancias purificadoras como el cloro . De igual forma , nuestra sangre también necesita purificarse para que nuestro cuerpo se sienta bien .

La sangre riega y alimenta nuestro cuerpo , dándonos salud y vida . La sangre al igual que el agua , puede tener una serie de impurezas , que es necesario eliminar para que nuestro cuerpo esté bien . Para ello hay plantas que nos ayudan a eliminar los elementos tóxicos y dañinos .

Tipos de intoxicaciones:

Intoxicación de origen externo : producida por bebidas y alimentos contaminados , en mal estado o que no se digieren , con saborizantes preservantes y colorantes artificiales . También por el abuso de carnes (chancho) , alcohol , tabaco , medicamentos .

Intoxicación de origen interno : producida por toxinas (sustancias) que nuestro mismo cuerpo elabora en cualquier estado de tensión (grandes penas , agobios económicos , reacciones emocionales o pasiones violentas)



PLANTAS DEPURATIVAS

¿Cómo hacer la depuración sanguínea ?

Toda persona de más de 20 años debe depurar (purificar) su sangre por lo menos una vez al año . Para depurar su sangre puede tomar :

Manayupa : Durante dos semanas .

Flor de arena (té indio) : Durante las dos semanas siguientes .

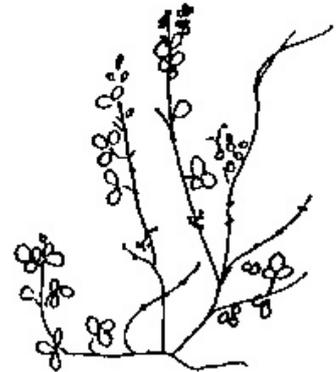
Agracejo o también **Hercampuri** : durante las últimas dos semanas .

MANAYUPA

Nos limpia de impurezas causadas por los remedios químicos .

¿Cómo se prepara esta planta depurativa?

- * Tienes que hervir 1 (un) puñado abundante en un litro de agua de 5 a 7 minutos .
- * Tienes que colar y agregar si se desea algunas gotas de limón y azúcar rubia o miel de abejas .



¿Cuál es la dosis?

Tomar el litro en 3 ó 4 partes en el transcurso del día y durante 2 semanas .

FLOR DE ARENA (té indio)

Nos limpia de impurezas causadas por las comidas de difícil digestión .

¿Cómo se prepara esta planta depurativa?

Tienes que hacer una infusión (no hervir) echando 1 cucharadita rasa en un litro de agua hirviendo , al momento de retirar el fuego y luego dejar reposar unos minutos y colar .

¿Cuál es la dosis?

Tomar el litro en 3 ó 4 partes en el transcurso del día y durante las dos (2) semanas siguientes .

AGRACEJO o también HERCAMPURI

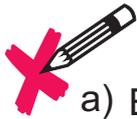
Ambas plantas nos purifican principalmente el hígado . Debemos tomar una o la otra planta , pero nunca juntas .

¿Cómo se prepara esta planta depurativa?

Hervir una cucharada rasa en un litro de agua durante 5 minutos , luego tienes que colar .

¿Cuál es la dosis?

Debes tomar todo el litro durante el día , en 3 ó 4 partes , durante las últimas dos semanas .



II. Marca V si es verdadero o F si es falso.

- a) Es de poca importancia purificar nuestra sangre . V F
- b) El agracejo y el hercampuri , no se deben de tomar juntos . V F
- c) Los saborizantes , los preservantes y el abuso de alcohol y tabaco , son elementos que pueden producir intoxicación externa . V F

PLANTAS CURATIVAS

Son aquellas que sirven para sanar o controlar algunas enfermedades .

Enfermedades del hígado (hepatitis , cirrosis , cálculos biliares)

Cómo curar con :

MANAYUPA

¿Cómo se prepara esta planta curativa?

- * Tienes que hervir 1 (un) puñado abundante en un litro de agua de 5 a 7 minutos .
- * Tienes que colar y agregar si se desea , algunas gotas de limón y azúcar rubia o miel .

¿Cuál es la dosis?

Tomar el litro en 3 ó 4 partes durante el día , por 2 semanas .

AGRACEJO

¿Cómo se prepara esta planta curativa?

Hervir un puñadito en 1 litro de agua de 5 a 7 minutos . Luego colar .

¿Cuál es la dosis?

Debes tomar 3 tazas al día , después de las comidas .

HERCAMPURI

¿Cómo se prepara esta planta curativa?

Hervir un puñadito en 1 litro de agua de 5 a 7 minutos . Luego colar .

¿Cuál es la dosis?

Debes tomar 3 tazas al día , después de las comidas .

Enfermedades de los huesos

La artritis (la más común) es una inflamación de las articulaciones .

La artrosis se debe a que estas articulaciones pierden sus cualidades , pasando a un mal estado .

UÑA DE GATO

¿Cómo se prepara esta planta curativa?

Tienes que hervir 2 cucharadas de esta planta en 1 litro de agua , durante 20 minutos , dejando que se consuma un poco .

¿Cuál es la dosis?

Tomar el primer día una taza , el segundo día 2 tazas , el tercer día 3 tazas diarias hasta completar un mes .

YERBA DE ALACRÁN

¿Cómo se prepara esta planta curativa?

Tienes que hervir 2 cucharadas en ½ litro de agua , durante 5 minutos , después tienes que colar .

¿Cuál es la dosis?

Tomar en 2 ó 3 partes , entre las comidas .

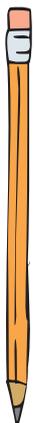
CHUCHUHUASI

¿Cómo se prepara esta planta curativa?

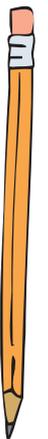
Tienes que hervir 2 cucharadas en ½ litro de agua , durante 10 minutos , después tienes que colar .

¿Cuál es la dosis?

Tienes que tomar en 2 ó 3 partes , entre las comidas .



Hazlo TÚ mismo



INVESTIGA Y COMPARTE TU RESPUESTA

¿ Con qué plantas medicinales se pueden combatir las enfermedades respiratorias ?