

Guía de plantas de uso tradicional de la comuna de Paihuano

Saberes y usos tradicionales
de plantas silvestres 2021-2022



Guía de plantas de uso tradicional de la comuna de Paihuano

Saberes y usos tradicionales
de plantas silvestres 2021-2022





Contenidos

Presentación

Señora Gabriela	5
Bienvenida	7
El Valle de Elqui: patrimonio natural y cultural	8
¿Por qué cuidar nuestras plantas?	11

El proyecto

Resumen	13
Contexto territorial	15
Identidad, cultura local y transmisión de saberes en el Valle de Elqui	17
Amenazas a las plantas y a la cultura	20
Las plantas de esta guía	26
Usos de las plantas	62
Recolección y cuidados de las plantas	64
Listado de plantas	69
Agradecimientos	71
Bibliografía	72

Presentación



Señora Gabriela

Las plantas y sus usos en la memoria popular

“La corregüela blanca, que corría por la viña como un juego fatuo y se moría en tres días. Alcanzaba las cepas enanas como yo y les colgaba sus campanas de mentira; yo les allegaba mi oído y nada; las golpeaba en el borde, nada. Después en la noche, la corregüela me enredaba los sueños en el chisme de su talle de hebra. La corregüela que anda como la culebra golpeando con el pecho el suelo.

El romero de Castilla, los romeros chilenos menudos y densos parecidos a la oración de frases breves, romeros de flor de un azul metido en lila, que curan todos los males en una especie de catolicidad, en la que creen los que creen desde la lepra eterna a la fiebre de una noche que no se regatea a pecho feo ni a entraña vieja, para cumplir con lo que sabe. El romero que en mi valle comienza en los cerros y acaba en los huertos con su olor bueno que ahuyenta al brujo, con su olor sencillo que se aprende bien como dos cifras, olor honrado que da sosiego. Olor de romero en mis ropas de niña donde estaba en un gajo por cada pieza y en colchón, áspero como de insecto seco, en el fondo de la caja.”

Gabriela Mistral, 1933

Extracto de “Elogio de la Naturaleza”



■ Bienvenida

Como ONG Elqui Valle Sagrado nos hemos propuesto como una de nuestras metas principales trabajar en reposicionar el valor del patrimonio natural que hay en esta comuna, entendido como el conjunto de bienes y riquezas naturales o ambientales que hemos heredado de generaciones anteriores. Así, hemos desarrollado diversos proyectos y trabajos para este reposicionamiento, estudios científicos de biodiversidad, para saber lo que tenemos; coordinación con escuelas, para enseñar sobre este patrimonio natural; investigaciones de las afectaciones a nuestro ambiente y otras acciones educativas e informativas.

En esta oportunidad, decidimos trabajar en torno a las plantas silvestres y sus usos. Para ello, desarrollamos un proyecto que ha sido financiado con fondos públicos e implementado por un equipo multidisciplinario. Paso a paso, buscamos muestras de las plantas silvestres en diferentes puntos de la comuna, reunimos a personas con conocimientos de estas plantas silvestres e hicimos talleres comunitarios en algunos pueblos para conversar sobre ellas e ir aprendiendo sobre cómo identificarlas, saber en qué lugares se encuentran, conocer sus momentos de recolección, entre otros. Con toda la información reunida, se diseñó esta guía de campo de plantas silvestres de la comuna de Paihuano, la que pretende ser un insumo más de la puesta en valor del patrimonio natural que existe en esta parte del mundo.

Queremos invitar a todas las personas a aprovechar esta guía de campo, a revisarla, a corroborar la información que exponemos y a usarla para aprender y estudiar el patrimonio natural comunal. Los invitamos también a tener en cuenta y usar los diversos insumos que vamos generando como ONG Elqui Valle Sagrado, en torno a la protección al medio natural en el que nos desenvolvemos, ya que es un trabajo realizado para la comunidad; para todas las personas interesadas en aprender y en trabajar por la protección de este valle y así poder darle el valor que corresponde al ambiente natural en el que vivimos. La finalidad de este trabajo es preservar de la mejor forma posible el patrimonio natural comunal, para que las generaciones que vienen puedan disfrutar de las maravillas que guarda el Valle de Elqui en cada rincón.

Juan Vargas Salaverry
Paihuano, octubre 2022

El Valle de Elqui: patrimonio natural y cultural

Si bien el Valle de Elqui comprende la cuenca del río Elqui, desde sus nacientes en la cordillera de los Andes hasta la desembocadura en el océano Pacífico, la presente guía se enmarca en el sector más extremo de dicha cuenca: la comuna de Paihuano. Dicha comuna se ubica en la provincia de Elqui, correspondiente a la región de Coquimbo, entre los 1.000 y 4.000 msnm (metros sobre el nivel del mar) aproximadamente. A su vez, está compuesta por once localidades principales: Paihuano, Quebrada de Paihuano, La Bajada, Quebrada de Pinto, Montegrande, Cochihuaz, Pisco Elqui, La Jarilla, Tres Cruces, Horcón y Alcohuz.

El patrimonio de Paihuano ha sido poco estudiado. Desde el año 2019, la movilización social ocurrida en dicha comuna a propósito de la amenaza minera,

decantó en múltiples esfuerzos de protección por parte de quienes habitan el territorio. Uno de ellos es el proyecto “Puesta en valor del patrimonio natural y cultural del Valle de Elqui”, diseñado y ejecutado por las ONG CODECIAM y Elqui Valle Sagrado, y gestionado completamente por la comunidad paihuanina.

En relación al patrimonio natural, de dicho estudio se ha concluido que existen más de 40 especies de abejas, 50 especies de aves, 10 especies de reptiles, dos especies de anfibios y 10 especies de mamíferos, todos ellos de origen nativo, e incluso endémico; es decir, que habitan solo en zonas restringidas de Chile. Estos números indican una rica biodiversidad, la que se suma al conocimiento recabado por distintas investigaciones a lo largo de los años.



La vegetación en esta área es diversa, dadas las condiciones características del relieve, conocida como “la región de los valles transversales”, presentando distintas comunidades vegetales a medida que nos introducimos por los valles, con amplias quebradas y cursos de agua, y al subir por las quebradas menores, la vegetación y flora va cambiando al encontrar diferencias de altitud rápidamente, hacia vegas y bofedales. La vegetación predominante antes de los 2.000 msnm son matorrales, con una influencia de los climas desértico-mediterráneo y tropical-mediterráneo, encontrando formaciones de matorral desértico hasta las partes bajas de la cordillera de los Andes y en las laderas medias andinas aparece el matorral bajo de altitud. Dentro del piso del matorral desértico se pueden presentar bosques húmedos (con *Maytenus boaria*,

Salix humboldtiana) en quebradas con cursos de agua y en los bajos de ladera cerca de las quebradas una franja de espinales dominados por *Acacia caven*, que en conjunto presentan una zonación característica que ha sido objeto de una intensa intervención humana (Luebert y Pliscoff, 2017).

En cuanto al patrimonio cultural, esta guía es parte del proyecto **Saberes y usos tradicionales de plantas silvestres en la comuna de Paihuano**, el que busca estudiar los usos tradicionales de plantas silvestres de Paihuano, articulando así el conocimiento humano con el mundo de las plantas. Este se articula con los saberes profundos de las culturas antiguas, dado que en la zona han habitado diversas comunidades, tales como mapuche, diaguitas, entre otras.

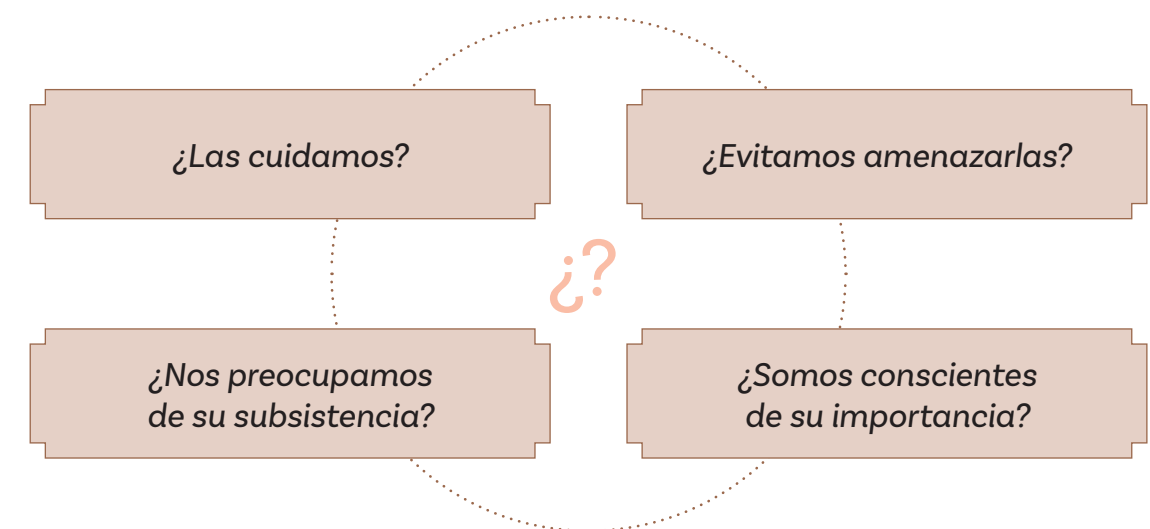




¿Por qué cuidar nuestras plantas?

Hace algunos años, el científico y escritor italiano Stefano Mancuso compartió el libro *La nación de las plantas*. Si bien este no es el primer texto que evoca al conocimiento profundo sobre dichas especies, las temáticas ahí planteadas son de increíble valor: las plantas tienen sus propias reglas, se mueven en sus tiempos, se comunican de múltiples formas, “sienten” con sentidos que no somos capaces de comprender, y, a lo sumo, son impresionantemente más complejas que los animales.

Las plantas sustentan la vida. Ellas limpian el aire que respiramos, son el alimento de los animales que comemos, evitan derrumbes afirmando los suelos y cerros, interactúan de múltiples formas y con muchas especies, y un largo etcétera que solo podría aumentar nuestra admiración hacia ellas. Debemos cuidarlas, porque sin ellas la vida en el planeta Tierra se acabaría, y si el deterioro de sus hábitats (¡la casa de todas y todos!) se mantiene, todas las funciones que cumplen se verán afectadas, y con ello nuestra propia calidad de vida.



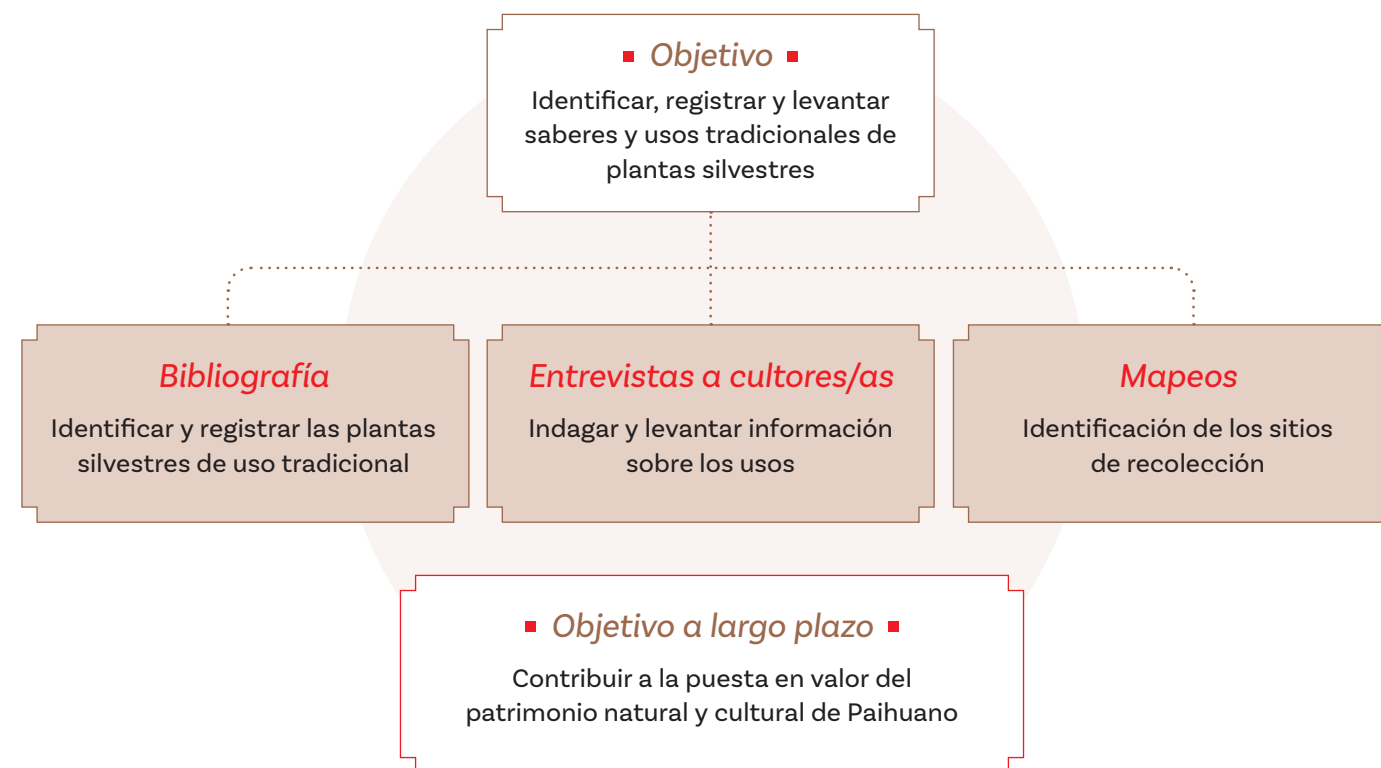
El proyecto

Resumen

Como hemos relatado, este texto es producto del proyecto *Saberes y usos tradicionales de plantas silvestres en la comuna de Paihuano*, ejecutado por la ONG Elqui Valle Sagrado y colaboradores, y financiado por el Fondo de Patrimonio Cultural del Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio. Esta guía es una pequeña parte del conocimiento que tienen quienes habitan Paihuano sobre el uso de las plantas y dónde se pueden recolectar, dado que el trabajo fue hecho

principalmente en las localidades de Quebrada de Paihuano, Cochihuaz y Pisco Elqui.

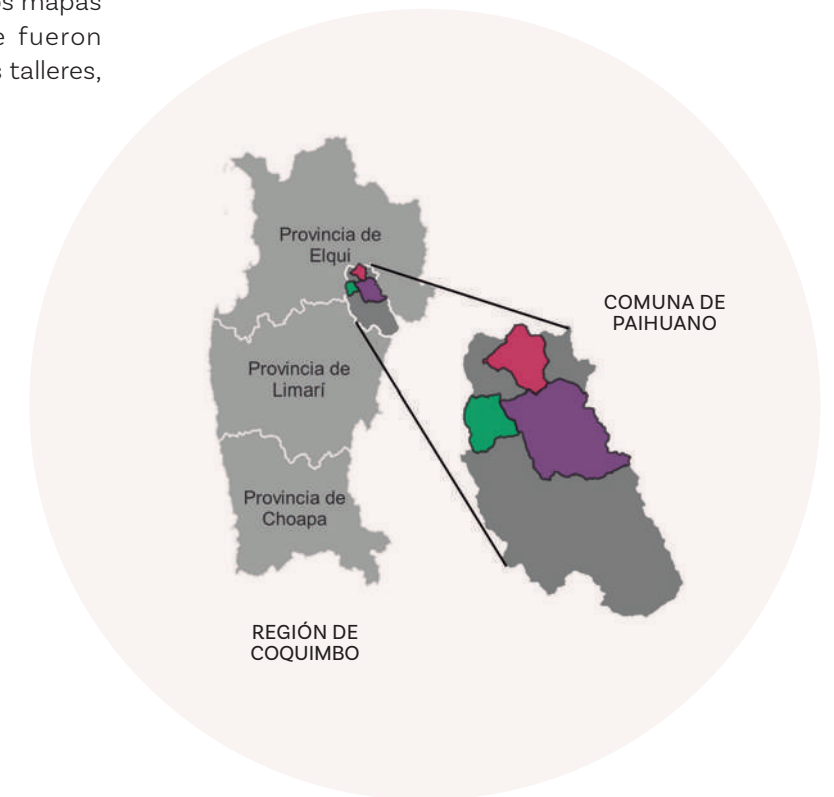
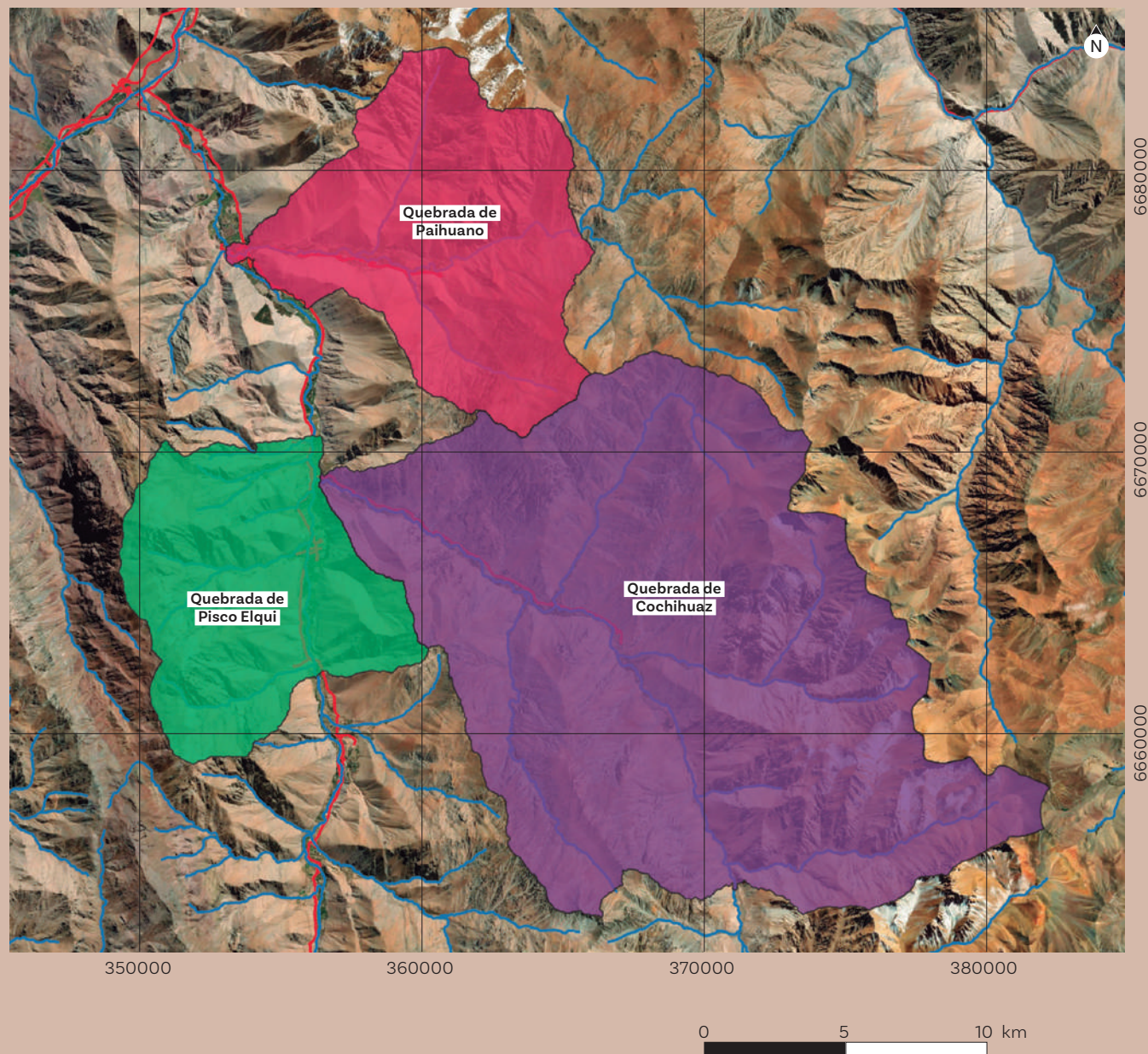
Es importante saber que este texto no es un recetario, ni contiene todos los posibles usos que se van descubriendo día a día en torno a las plantas. Tampoco se indica el cómo usar las plantas con detalles, pues para eso vendrán proyectos posteriores.



Contexto territorial

Ubicación de mapeos en la comuna de Paihuano

Todos los mapas que aparecen en este libro son el resultado de los talleres de mapeos participativos realizados durante el 2022 en las localidades de Pisco Elqui, Quebrada de Paihuano y Cochiguaz. Los mapas muestran los lugares de recolección que fueron mencionados por quienes participaron de los talleres, por lo que podrían ser muchos más.



LEYENDA

- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo

MAPEOS

- Quebrada de Cochiguaz
- Quebrada de Paihuano
- Quebrada de Pisco Elqui



Identidad, cultura local y transmisión de saberes en el Valle de Elqui

El Valle de Elqui tiene una historia local que nos contacta con saberes ancestrales. Una cosmovisión particular del territorio y la transmisión de saberes que suele hacerse de personas mayores a jóvenes. A través de las conversaciones que tuvimos con personas que viven en la comuna de Paihuano, entendemos que:

- Vivir en el campo hace que las personas tengan un **contacto más directo con la naturaleza** en general, y las plantas en particular.
- La **crianza de animales** es una actividad importante que existe desde antaño, donde algunas personas de la familia se quedaban por varios meses en la montaña junto a sus cabras.
- Los saberes sobre plantas se **transmiten de boca en boca** y a través de la familia directa principalmente, siendo las madres, padres, abuelas y abuelos quienes cumplen este rol transmisor. También otra persona mayor, ya sea de la familia o el vecindario.
- Los saberes sobre las plantas se van transmitiendo naturalmente en el cotidiano de las personas, para resolver algún problema, principalmente de salud. **Se va aprendiendo desde que se es niña o niño.**
- Antiguamente **la vida era muy difícil en el valle**. El traslado con el ganado, las dificultades de transporte, el clima extremo.
- Cuando **no había médicos ni farmacias en el valle**, las personas acudían a la meica, una mujer que sabía mucho de plantas medicinales, y les recetaba algún tratamiento para su problema de salud.
- Varios **nombres de montes se remontan a cómo le decían los indígenas**, así como también varios de los usos de las plantas (como el churque o el chañar). El pueblo diaguita es el que más se nombra.
- Mucha gente vive gracias a su **relación con las plantas y naturaleza**: yerbateros, crianceros, venta de mermeladas, de queso de cabra, entre otros.
- Existe una **cosmovisión integradora**; es decir, las plantas y el ser humano son parte de un todo, de la tierra, y por ende merecen ser respetadas.
- El **agua es una fuente de vida** fundamental, y por eso la sequía se nota tanto.



“Yo no me voy de este valle porque me siento protegida. Estoy abrazada. Allá yo miraba el sur pero yo no sé dónde empieza ni dónde termina. Esa es mi sensación. Aquí me siento que estoy protegida como de algo, entre los cerros me protejo.”

Cecilia Ramos

“... cuando era chica tenía seis hermanos. Mi mamá, los niños, vivía acá, alejada de una farmacia y entonces ‘el niño está con indigestión’, dele una agüita de esto, dele agüita de esto otro. ‘Ay, el niño no puede evacuar’, ya, dele agüita de... había una hierba que sale en las vegas, en los humedales, la contrahierba, y le daban agüita de eso. ‘La guaguita recién nacida, no evacúa, está estítica, no evacúa’, agüita de hojitas de durazno. Entonces, me crié escuchando para qué eran las hierbas, para cualquier dolor.”

Carmen Canihuante

“Está en nuestra vida desde siempre, de nuestras raíces, es como tú naces con las plantitas, entonces sabes cuidarlas, las mantienes, sabes para qué las usas, no las arrancas, una relación muy estrecha, muy de unión, de estar ahí a la par con las plantas.”

Daniela Canihuante

“... antes no era pobre la gente. La gente siempre ha vivido de lo que la naturaleza les da, no es que eran pobres porque eran otros tiempos. Un quintal de harina de Serena, cuánto se demoraba en llegar acá.”

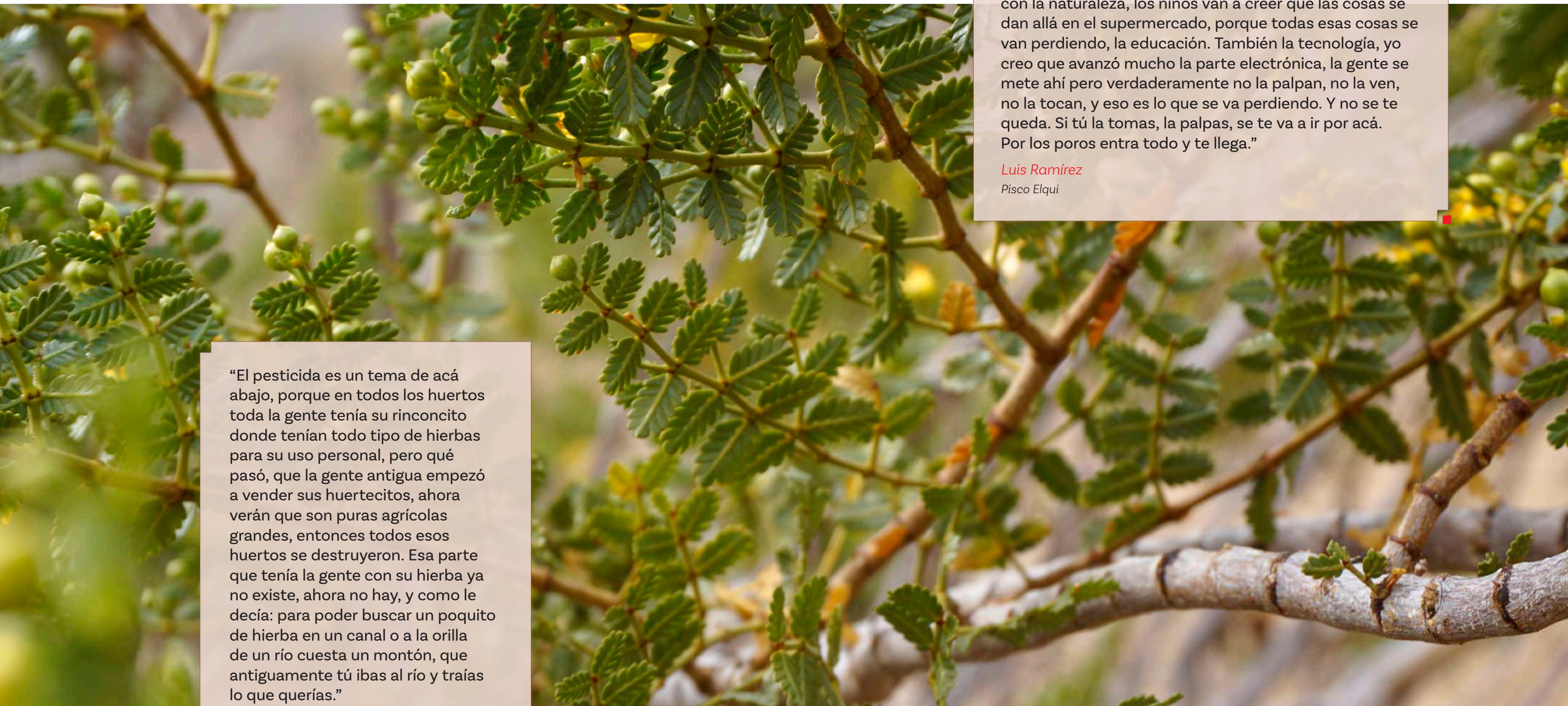
Rolando Garrote

Amenazas a las plantas y a la cultura

Lamentablemente, hay ciertas situaciones que ponen en peligro la preservación de las plantas y los saberes en torno a ellas. Las personas que entrevistamos nos mencionaron las siguientes amenazas:



* El tamaño de los círculos y nombres de las amenazas, representa si estas son más o menos frecuentes. Mientras más grandes, más frecuentes.



“Yo creo que la juventud actual de ahora está perdiendo el contacto con la naturaleza. Si se pierde el contacto con la naturaleza, los niños van a creer que las cosas se dan allá en el supermercado, porque todas esas cosas se van perdiendo, la educación. También la tecnología, yo creo que avanzó mucho la parte electrónica, la gente se mete ahí pero verdaderamente no la palpan, no la ven, no la tocan, y eso es lo que se va perdiendo. Y no se te queda. Si tú la tomas, la palpas, se te va a ir por acá. Por los poros entra todo y te llega.”

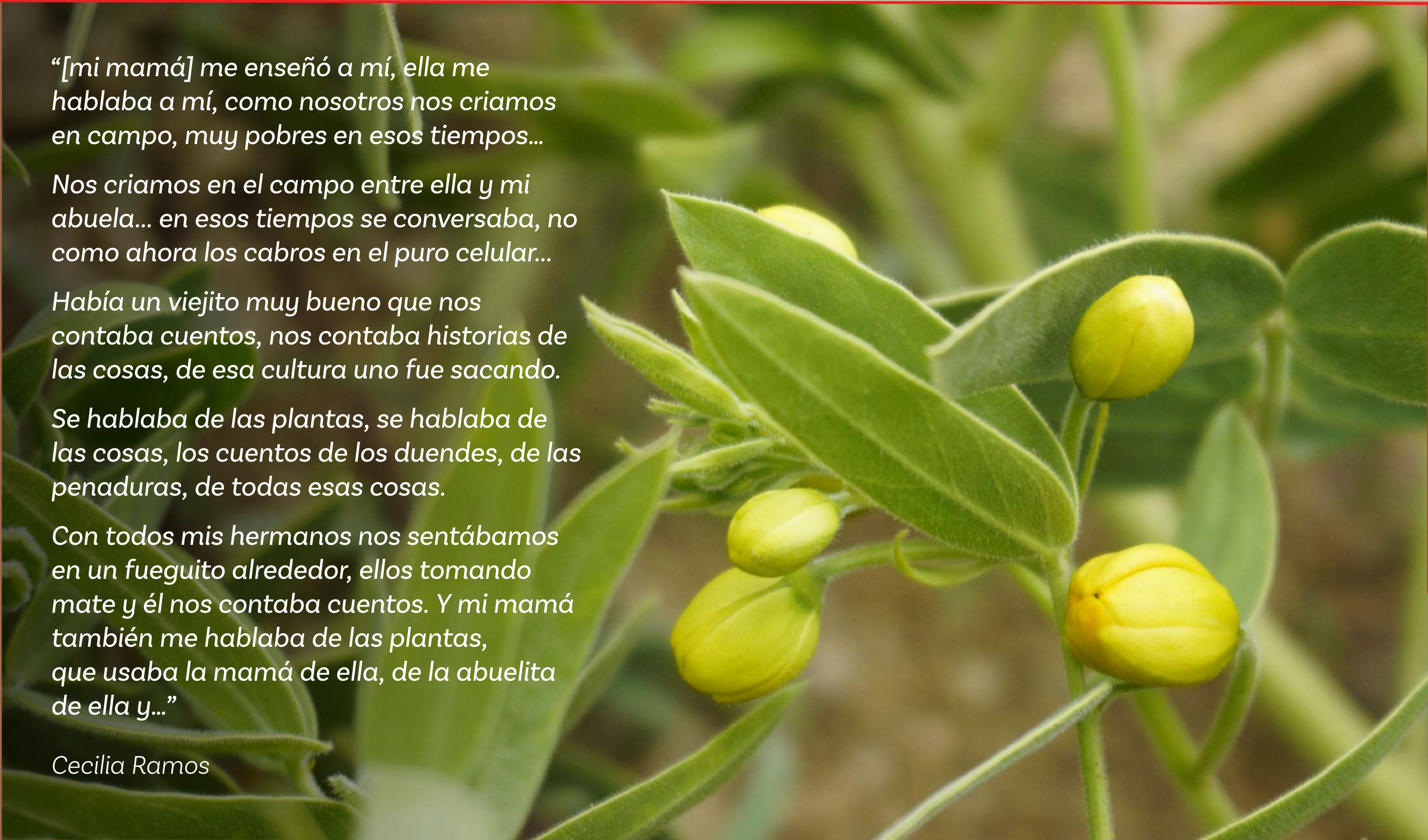
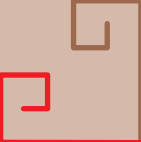
Luis Ramírez

Pisco Elqui

“El pesticida es un tema de acá abajo, porque en todos los huertos toda la gente tenía su rinconcito donde tenían todo tipo de hierbas para su uso personal, pero qué pasó, que la gente antigua empezó a vender sus huertecitos, ahora verán que son puras agrícolas grandes, entonces todos esos huertos se destruyeron. Esa parte que tenía la gente con su hierba ya no existe, ahora no hay, y como le decía: para poder buscar un poquito de hierba en un canal o a la orilla de un río cuesta un montón, que antiguamente tú ibas al río y traías lo que querías.”

Jorge Campusano

Monte grande



“[mi mamá] me enseñó a mí, ella me hablaba a mí, como nosotros nos criamos en campo, muy pobres en esos tiempos...

Nos criamos en el campo entre ella y mi abuela... en esos tiempos se conversaba, no como ahora los cabros en el puro celular...

Había un viejito muy bueno que nos contaba cuentos, nos contaba historias de las cosas, de esa cultura uno fue sacando.

Se hablaba de las plantas, se hablaba de las cosas, los cuentos de los duendes, de las penaduras, de todas esas cosas.

Con todos mis hermanos nos sentábamos en un fueguito alrededor, ellos tomando mate y él nos contaba cuentos. Y mi mamá también me hablaba de las plantas, que usaba la mamá de ella, de la abuelita de ella y...”

Cecilia Ramos

Las plantas de esta guía

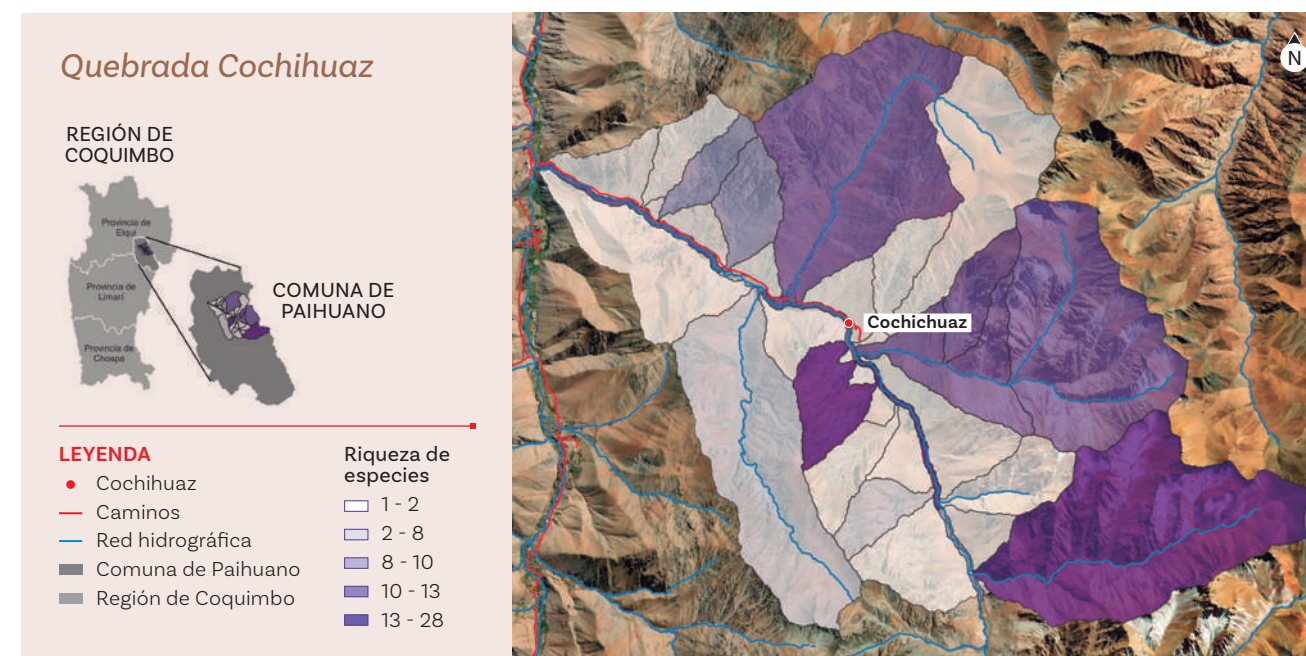
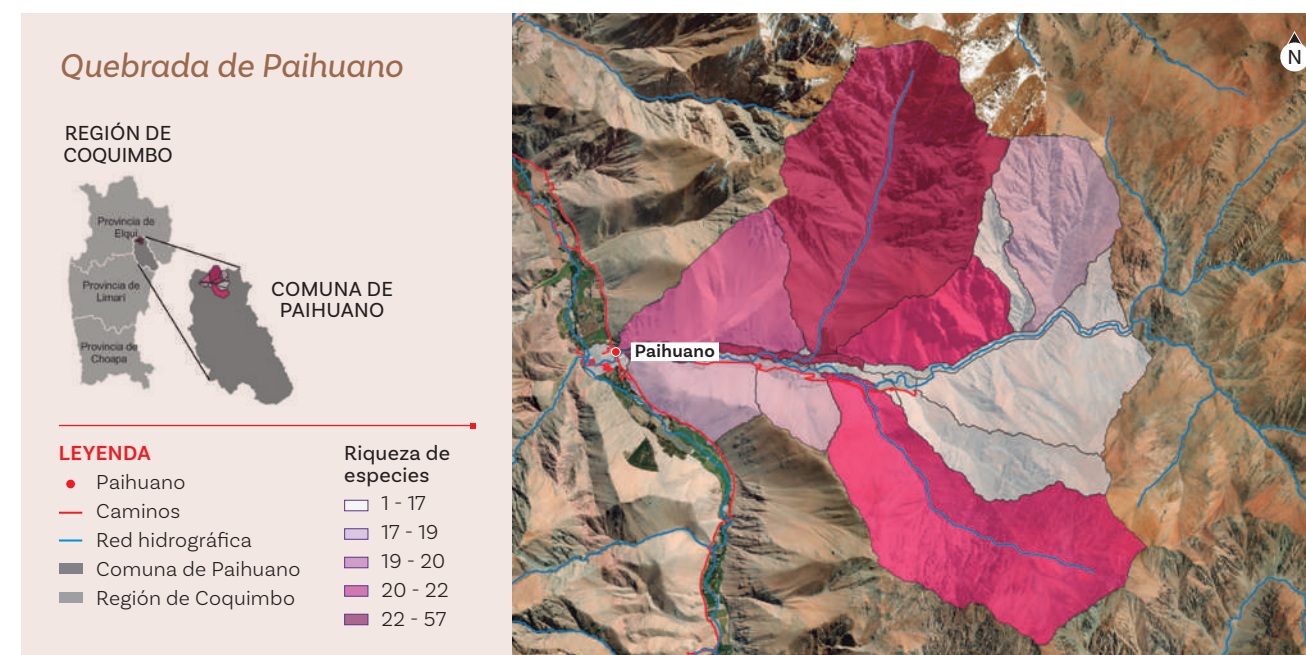
Dentro de este estudio se han registrado **más de 100 plantas y sus usos dentro de la comuna de Paihuano**. Sin embargo, solo algunas de ellas han podido ser claramente identificadas, con su nombre común local y científico. Con ellas generamos mapas de riqueza de especies (número de especies) por localidad. De ellas hemos **seleccionado las más nombradas en las entrevistas y en los mapeos participativos** para construir fichas de especies. Finalmente, toda la información recopilada del listado total de especies está al final de esta guía en un código QR; esta información será de utilidad para nuevos estudios y también abre las puertas a generar ciencia

ciudadana, es decir, conocimiento producido durante una investigación colectiva, participativa y abierta. Por lo que los invitamos a revisarlo y a dar su opinión a las autoras y autores de este libro.

La riqueza de especies, o el número de especies, con usos tradicionales por cada localidad estudiada fue de **14 especies en Pisco Elqui, 57 en Quebrada de Paihuano y 28 en Cochihuaz**.

Los mapas muestran la cantidad de especies nombradas para cada quebrada dentro de la localidad.

Riqueza de especies por quebrada estudiada



¿Cómo se leen las fichas?

Nombres comunes:

Es el nombre con el cual las personas reconocemos a las especies. Especificamos local, cuando dentro de los muchos nombres comunes que tiene una especie, hay uno que se usa en Paihuano y no los otros.

Nombre científico:

Es el nombre con que los y las científicas reconocen a las especies, y que han sido muy estudiados por un campo de la ciencia llamado taxonomía.

Familia:

Es la clasificación científica que tienen las especies a un nivel grueso y sirve para agruparlas.

Distribución:

Es la ubicación que tienen las especies en todo Chile.

Características:

Son algunas características externas de las plantas, es decir, morfológicas. Además, especificamos si son nativas, endémicas o exóticas.

Nativa: especie que habita naturalmente un país o lugar.

Endémica: especie que habita exclusivamente un país o lugar.

Exótica: especie que fue introducida desde otro país o lugar.

Propiedades:

Son frases de las personas de Paihuano que participaron de este proyecto, y que hablan de para qué sirven las plantas, cómo se preparan y/o cómo se usan (posología).

MAPA DE UBICACIÓN: Zonas sin detalle del lugar exacto.



LEYENDA

- Simbología del mapa.



Bailahuén

Nombre común:

Bailahuén.

Nombre científico:

Haplopappus baylahuen.

Familia:

Asteraceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 2.700-3.500 msnm, entre las regiones de Atacama y Coquimbo.

Características:

Este arbusto nativo mide cerca de 40 cm, es resinoso, con pelos tanto en tallo como en las hojas, las que son elípticas de 1-3 cm de largo, y posee flores amarillas.

Propiedades:

“Cicatrizante estomacal, regulador digestivo, purificador del hígado.”

■ Luis Ramírez

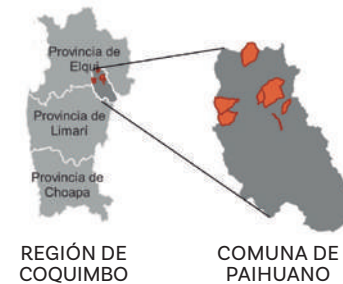
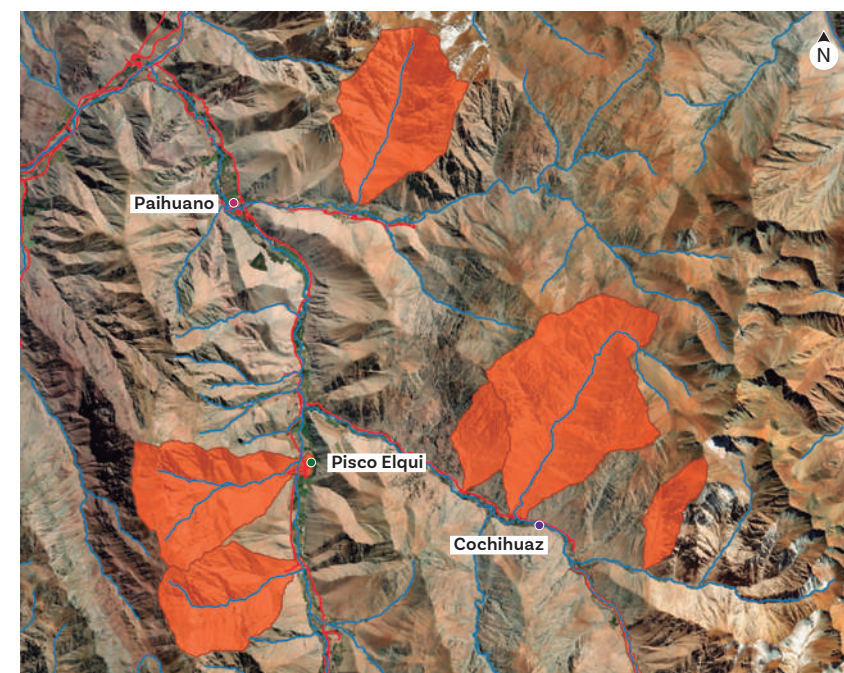
“Es para comidas pesadas. Generalmente la gente come mucha carne, te limpia.”

■ Juana Garrote

CUIDADO:

Tomarlo en pequeñas dosis porque es amargo. En grandes cantidades hace ir al baño.

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Paihuano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Chachacoma

Nombres comunes:

Chachacoma (local), Chachacoma cimarrona.

Nombre científico:

Senecio sp., posiblemente *Senecio oreophyton*.

Familia:

Asteraceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 3.200-4.000 msnm, entre las regiones de Atacama y Coquimbo.

Características:

Este subarbusto nativo mide cerca de 60 cm, con corteza amarillenta y flores amarillas, es muy aromático.

Propiedades:

“Antiguamente la usaban con vino para darle más poder a la planta, el dicho ese que había que emborrachar la planta pa’ que hiciera efecto, la chachacoma la emborrachaban y la tomaban, era bastante más poderosa que tomarla en agua.”

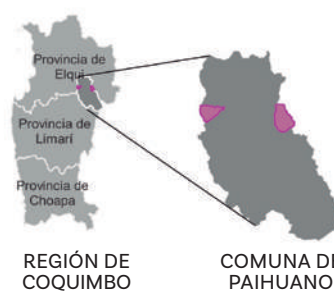
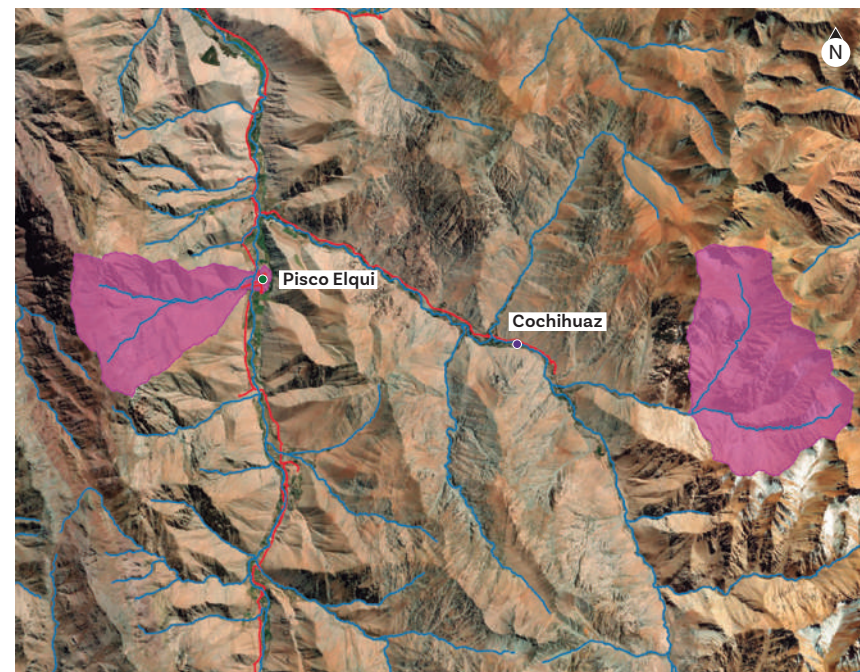
■ Margarita Carrasco

CUIDADO:

No combinarla con otras plantas, por ser muy fuerte. Regula la presión pero también puede desregularla según cómo se tome.



MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Churque

Nombres comunes:

Churque (local), Espino, Churqui.

Nombre científico:

Acacia caven.

Familia:

Fabaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 0-3.000 msnm, entre las regiones de Atacama y Los Ríos.

Características:

Este árbol nativo mide cerca de 6 m, es espinoso, aromático en flor, y posee flores amarillas.

Propiedades:

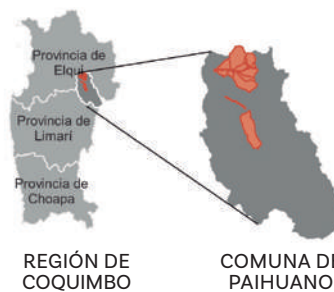
“El churque da una semilla cuando está madura, negrita. Se saca, y adentro de esa semilla grande tiene una chiquita. Se hace un café, pero lo más rico que puede haber. Antiguamente lo hacían mis abuelos, mis ancestros.”

■ Luis Ramírez

“Con las flores del espino antiguamente hacían colonias y era el boom, no sé si sus mamás les habrán contado, porque el espino da unas flores amarillas y la gente la maceraba con alcohol, igual que el azahar, y hacían sus propias colonias, como el pachulí.”

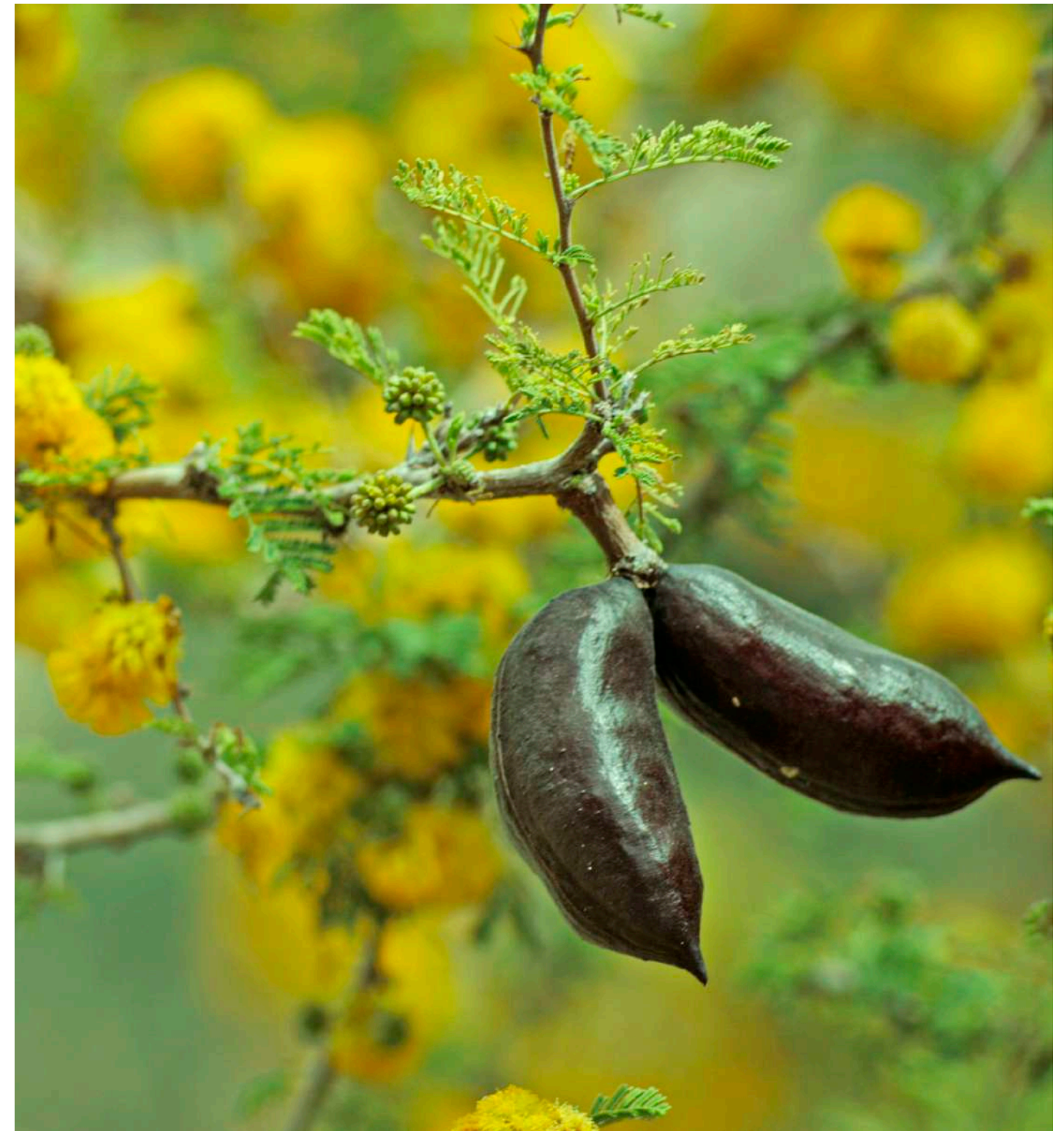
■ Cecilia Ramos

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Paihuano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Copao

Nombre común:

Copao.

Nombre científico:

Eulychnia acida.

Familia:

Cactaceae.

Distribución:

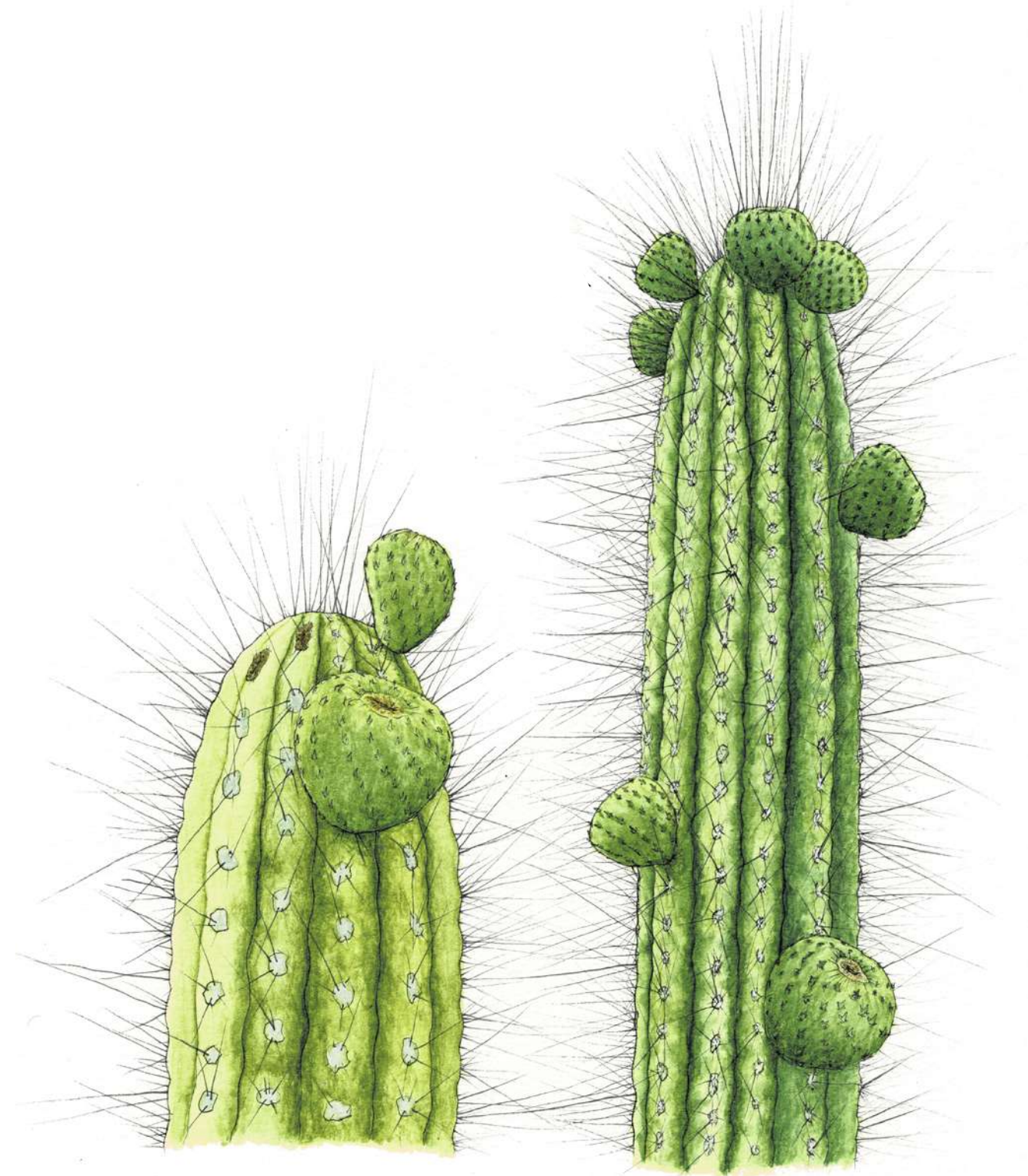
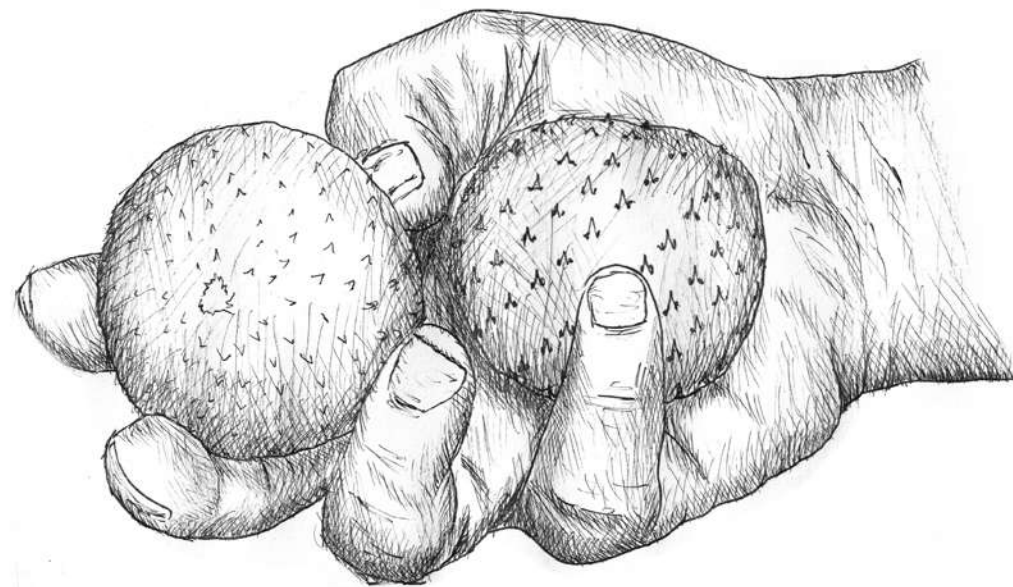
En Chile se distribuye entre 0-1.300 msnm, entre las regiones de Atacama y Coquimbo.

Otras especies, como el copao, son de uso muy común. Este es un fruto comestible, el que se usa popularmente para hacer jugos y helados.

Propiedades:

“Se come, se toma en jugos o helados. Es muy buena esta planta, refrescante. Uno se toma un jugo y es muy buena para refrescarse. Uhhh, es una planta muy fresca esta. Uno se toma un vaso de jugo de copao y es como si te hubieras tomado cinco aspirinas.”

■ Margarita Carrasco



Cortadera

Nombres comunes:

Cortadera, Cola de zorro (locales), Espural, Espuro.

Nombre científico:

Cortaderia speciosa.

Familia:

Poaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 0-3.500 msnm, entre las regiones de Arica y Parinacota y La Araucanía.

Características:

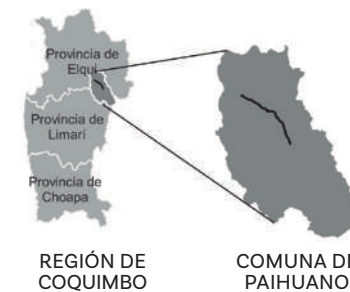
Esta hierba nativa mide cerca de 3 m, vive en ambientes húmedos, posee un abundante follaje con cañas floríferas abundantes.

Propiedades:

“Antiguamente la usaban para hacer sombreros. Mi madre tejía sombreros de las hojas, pero tienen todo un proceso: tienen que sacar las hojas, sacarle el centro, sacarle las orillas porque son dentadas. Cortan. Y no te dejan un corte limpio, sino arrastrado.”

■ Margarita Carrasco

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Coihhuaz
- Pisco Elqui
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Culén

Nombre común:

Culén.

Nombre científico:

Otholobium glandulosum.

Familia:

Fabaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 600-1.400 msnm, entre las regiones de Coquimbo y Los Ríos.

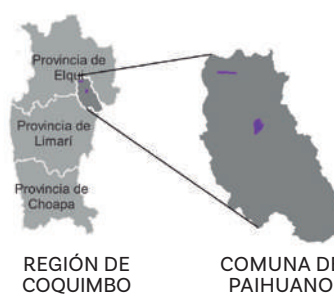
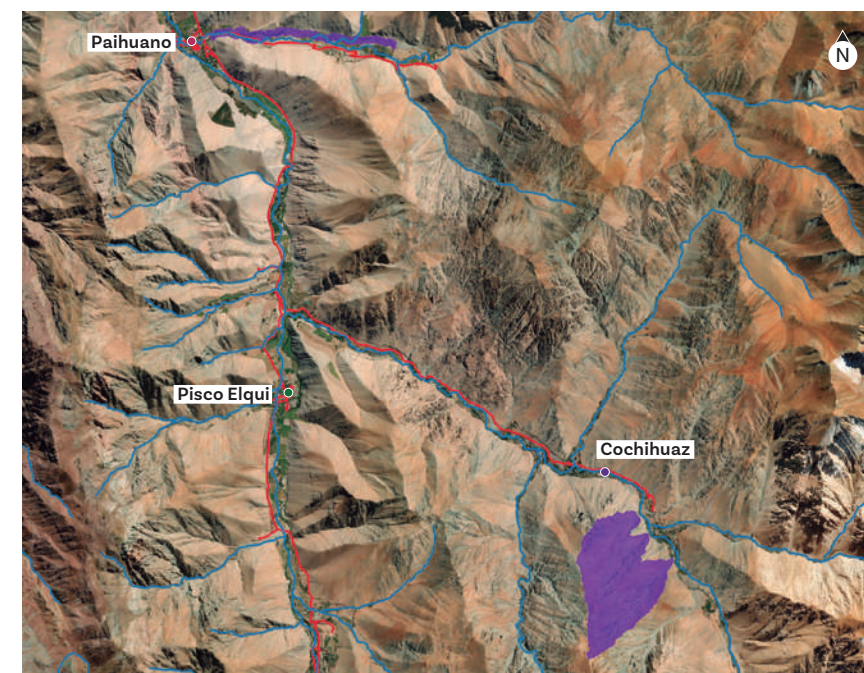
Características:

Este arbusto nativo mide cerca de 7 m, con hojas aromáticas y posee flores blancas-lilas que crecen en racimos.

Propiedades:

“Mi mamá nos daba la leche materna, esa que daban en las postas nomás. Entonces ese palito de culén lo daban cuando hacían el cambio de leches [a las guaguas], lo hacían hervir y daban esa agüita. Era como la transición de la leche materna, porque siempre le hacía mal a las guaguas, le alteraba, le daban diarreas, todas esas cosas. El palito más grueso lo secaban, hervían un pedacito y en esa agua le daban la leche.”

■ Cecilia Ramos

MAPA DE UBICACIÓN**LEYENDA**

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Paihuano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Illave

Nombres comunes:

Illave (local), Guillave, Quisco.

Nombre científico:

Trichocereus chiloensis.

Familia:

Cactaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 0-1.700 msnm, entre las regiones de Antofagasta y Maule.

Características:

Este cactus endémico mide cerca de 8 m, muy ramificado, sus flores son blancas, y sus frutos verdes alargados son comestibles.

Propiedades:

Antiguamente había personas que tejían con las espinas del quisco.

“En la cordillera, cuando estamos necesitados de agua, no tenemos agua, acudimos a él porque siempre tiene agua: le hacemos un pequeño orificio y sacamos agua que tenemos para sobrevivir.”

■ [Jorge Campusano](#)

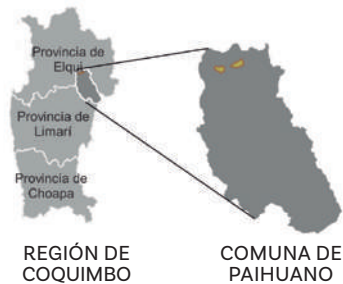
CUIDADO:

Se puede confundir con el copao, que es el fruto del quisco.

“El copao es redondo, [el illave es] un poquito alargado. Es blanca. La mata del copao es delgadita así p'arriba y este es más maceteado.”

■ [Rosa Zepeda y Rolando Garrote](#)

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Paihuano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Jarilla

Nombre común:

Jarilla.

Nombre científico:

Larrea nitida.

Familia:

Zygophyllaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 0-3.000 msnm, desde la región de Atacama hasta la región Metropolitana.

Características:

Este arbusto nativo mide cerca de 3 m, es resinoso, aromático, posee flores amarillas.

Propiedades:

“La jarilla para los huesitos es muy buena. Para la artritis, lavarse las piernas con agüita tibia de jarilla, muy buena p'al hielo pero no para tomar, es de uso externo. Para las personas que sufren artrosis, dolores de piernas.”

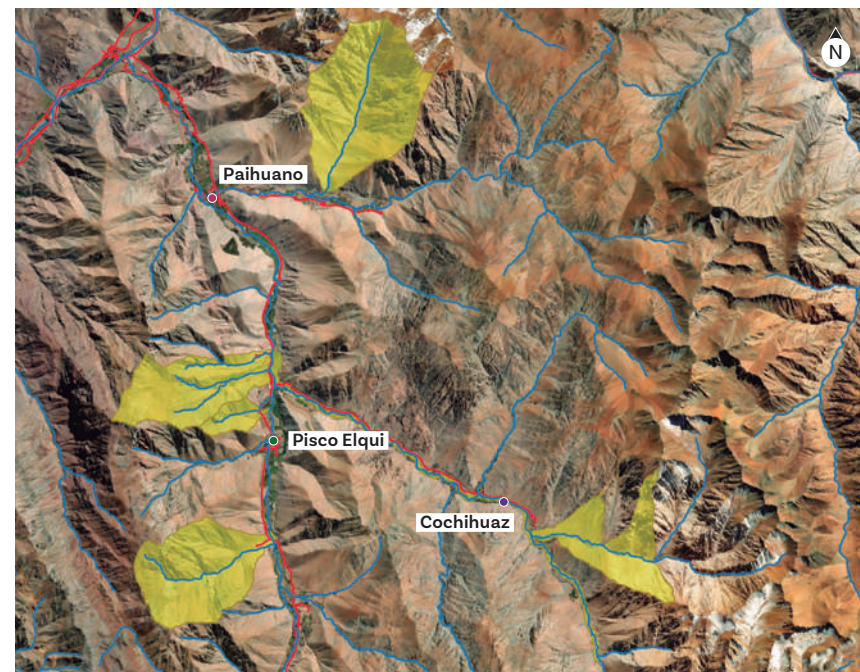
■ Cecilia Ramos

“Para lavarse las piernas, los pies, cuando uno está con dolores, los pies cansados.”

■ Rolando Garrote y Rosa Zepeda



MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Paihuano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Llaretta

Nombre común:

Llaretta.

Nombre científico:

Azorella madreporica.

Familia:

Apiaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre 1.800-3.000 msnm, entre las regiones de Atacama y La Araucanía.

Características:

Este subarbusto nativo crece en forma de cojín, habita en la cordillera, posee pelillos blancos, pequeñas hojas en racimos y flores amarillas.

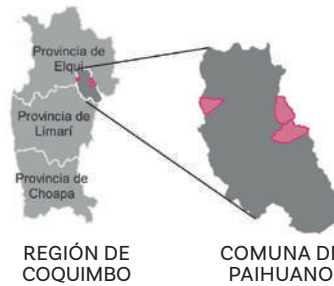
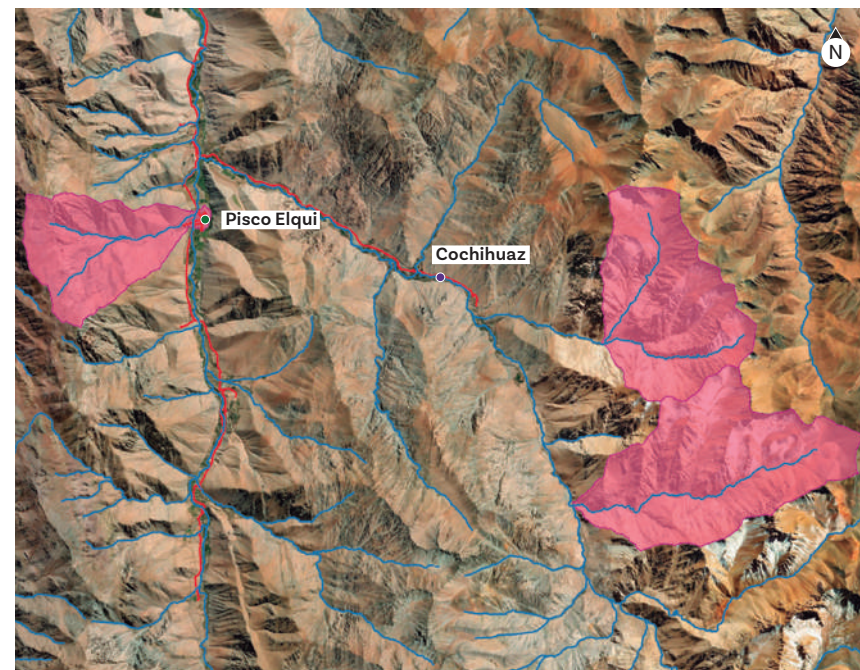
Propiedades:

“Cuando duele la cabeza se pone un parche uno de esa. ¿Pero sabe qué pasa? Es una goma. Redonda así y grande, entonces empieza a salirle la resina. Corre como miel.”

■ Juana Garrote

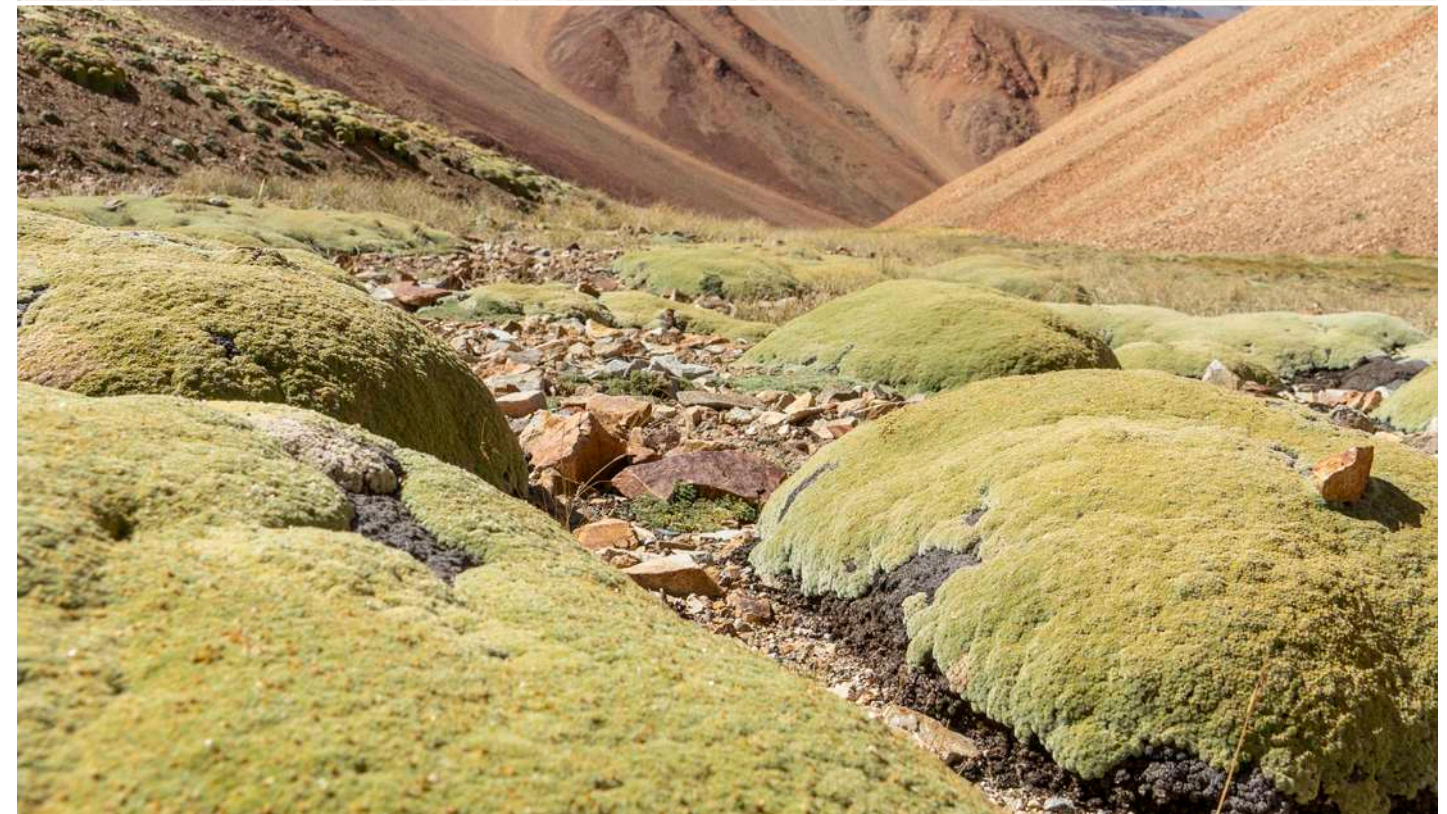


MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Molle

Nombres comunes:
Molle (local), Pimiento.

Nombre científico:
Schinus areira.

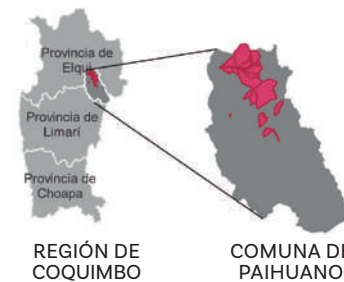
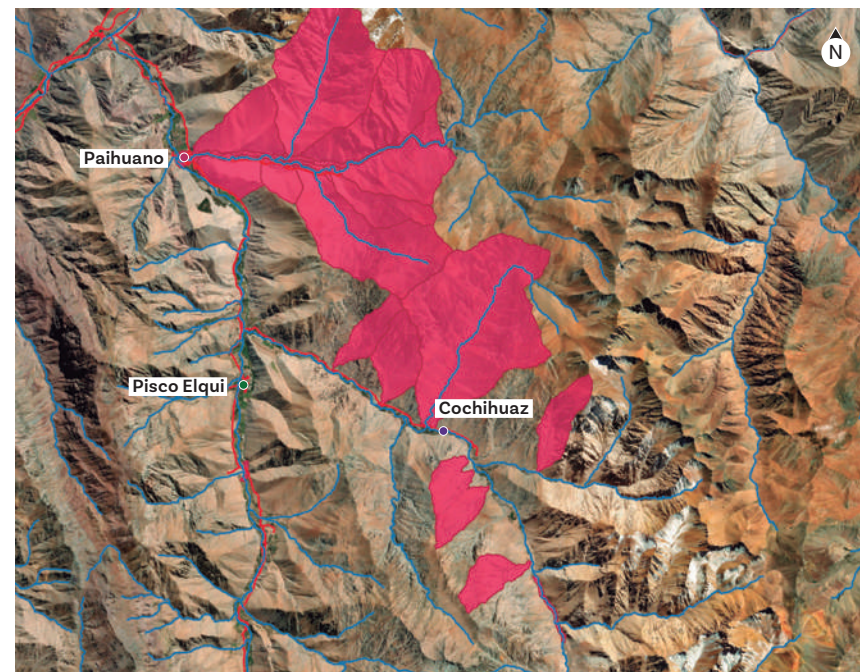
Familia:
Anacardiaceae.

Distribución:
En Chile se distribuye hasta los 2.000 msnm, entre las regiones de Arica y Parinacota y O'Higgins.

Características:
Este árbol nativo mide cerca de 10 m, con hojas aromáticas y posee flores blancas de cinco pétalos.

Propiedades:
"Por ser una planta muy típica del territorio, ... la usaban para remedio los antiguos."
■ Rosa Castillo

MAPA DE UBICACIÓN



- LEYENDA**
- Cochihuaz
 - Pisco Elqui
 - Paihuano
 - Caminos
 - Red hidrográfica
 - Comuna de Paihuano
 - Región de Coquimbo
 - Sitios de recolección



Platero

Nombres comunes:

Platero, Cola de caballo canutillo, Hierba de la plata (locales), Limpia plata, Yerba del platero.

Nombre científico:

Equisetum giganteum.

Familia:

Equisetaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye desde los 0 a los 2.800 msnm, entre las regiones de Arica y Parinacota y La Araucanía.

Características:

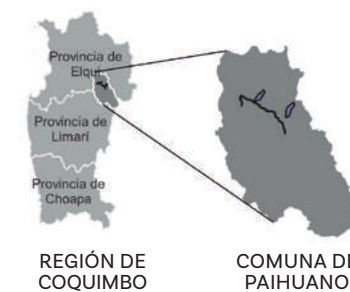
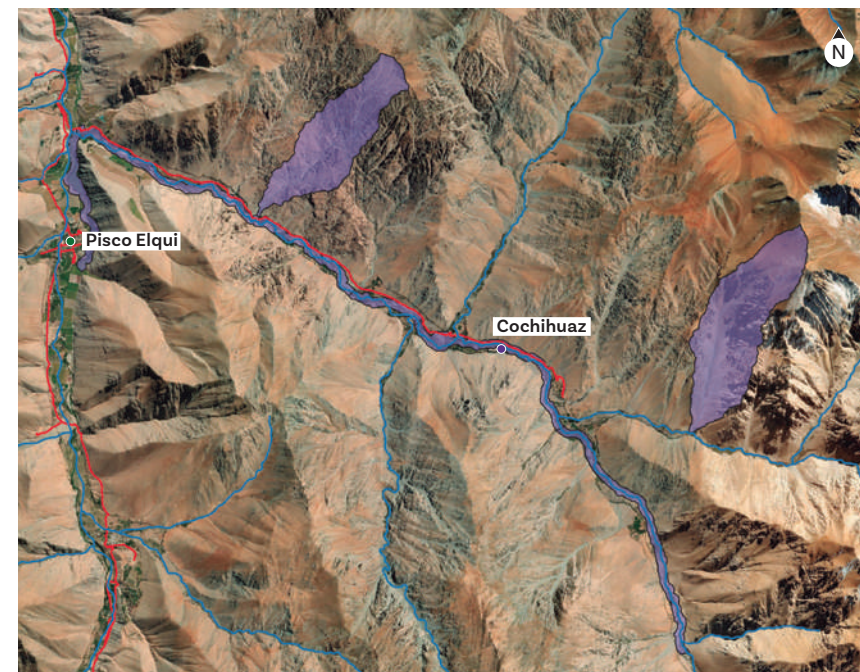
Este equiseto nativo mide hasta 5 m, vive en ambientes húmedos, posee tallos similares a cañas y hojas cilíndricas.

Propiedades:

“Esta planta es excelente, muy buena para hacer gargarismos, para las infecciones de la boca, pelo, también tiene mucho calcio esta planta, ayuda a absorber mejor el calcio (...) se usa para hacerse lavados, mucha gente antigua la usaba para lavarle el pelo a los niños cuando tenían piojos, desinfectante. Es buena para hacer gargarismos cuando uno está con problemas a la garganta, las encías. Es muy refrescante, si tú te lavas el pelo con ella, o te enjuagas después de haberte lavado con ella, vas a sentir una gran frescura en tu cuero cabelludo, cuando tienes problemas de irritación, de caspa, es bueno.”

■ Margarita Carrasco

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Quintral

Nombre común:
Quintral.

Nombre científico:
Tristerix aphyllus.

Familia:
Loranthaceae.

Distribución:
En Chile se distribuye entre 0-1.800 msnm, entre las regiones de Atacama y O'Higgins.

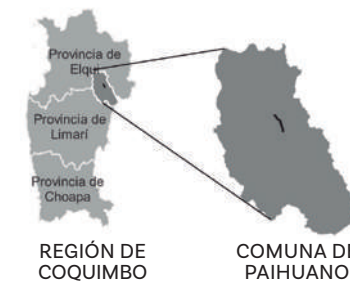
Características:
Este arbusto parásito endémico habita sobre el cactus quisco. Sus flores son de rojo intenso, y sus frutos esféricos miden hasta 2 cm.

Propiedades:
Las propiedades del quintral dependen de la planta en la cual se aloje.

“El quintral de quisco es uno de los más poderosos y el mejor de todos. Que los pajaritos se comen mucho esa uvilla. Se come mucho, van y se hacen caca en el molle y allá lo sembraron. Por eso se da en todas las plantas, pero es una planta muy buena. Como medicina es excelente, esta te ayuda hasta p'al cáncer. Tomarla para los problemas estomacales, para las úlceras.”

▪ Margarita Carrasco

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Romerillo

Nombre común:

Romerillo.

Nombre científico:

Baccharis sp. (posiblemente *B. linearis*).

Familia:

Asteraceae.

Distribución:

En Chile, el género *Baccharis* habita a lo largo de todo el territorio nacional.

Características:

Este arbusto nativo mide cerca de 2 m. Esta especie es parasitada por la mosca del escupo (*Rachiptera limbata*), la cual deposita sus huevos en la planta, y al crecer, la larva forma una agalla blanca que parece plumavit.

Propiedades:

“Muy bueno para el hielo.”

■ Cecilia Ramos

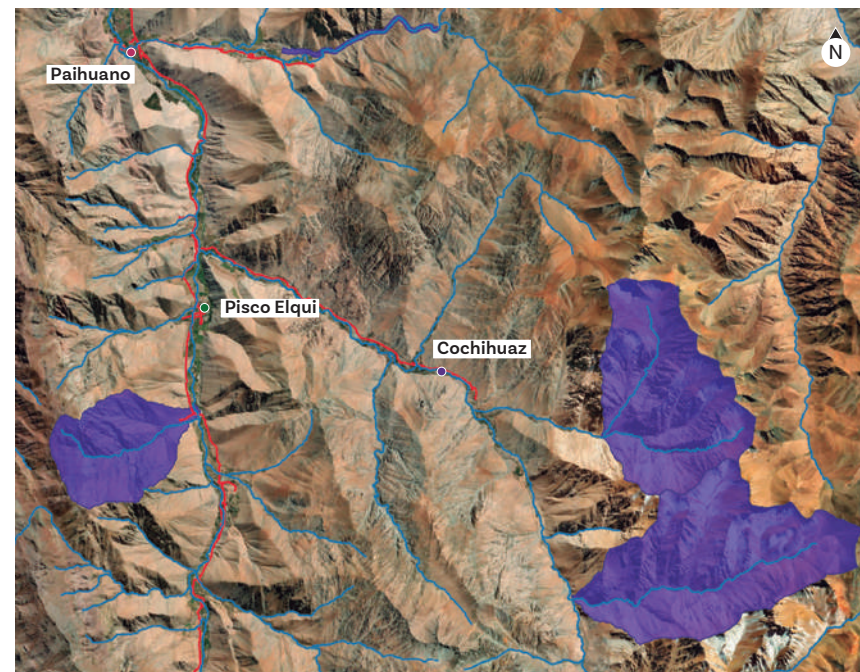
“Se toma cuando las personas son muy friolentas, mucho frío en tu cuerpo, en la sangre, como para abrigo.”

■ Margarita Carrasco

CUIDADO:

Para que no se extinga se debe cortar con tijera y dejar sus raíces.

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Paihuano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Romero pichi

Nombres comunes:

Romero pichi (local), Pichi, Romero, Peta.

Nombre científico:

Fabiana imbricata.

Familia:

Solanaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye en la cordillera de los Andes (2.600-3.200 msnm), entre las regiones de Atacama y Los Ríos.

Características:

Este arbusto nativo mide cerca de 1-2 m, es resinoso, aromático, posee flores blanco-azuladas, florece entre septiembre y enero.

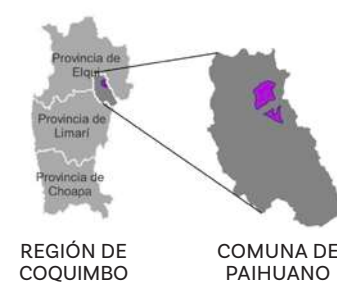
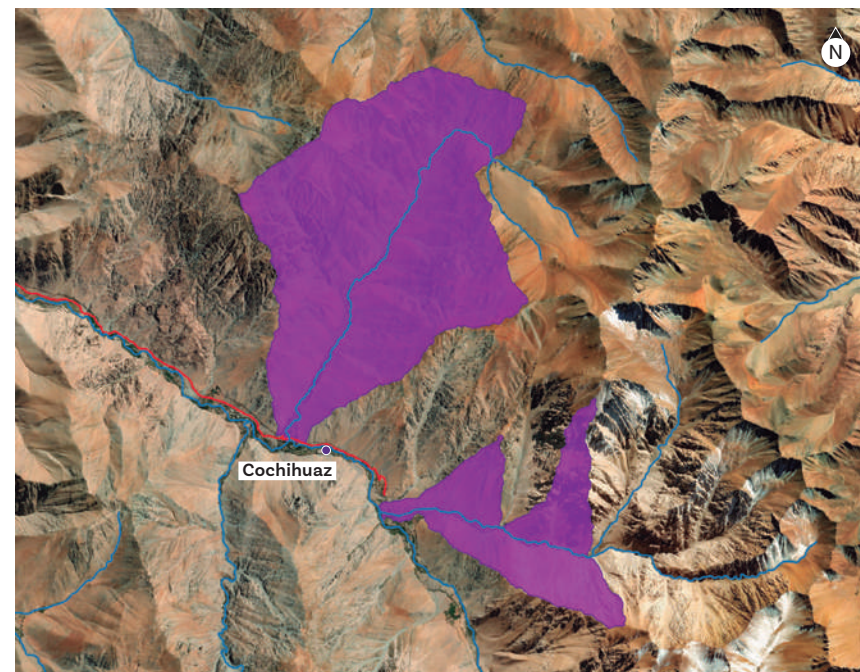
Propiedades:

En el pasado se usaba para barrer hornos (y de paso aromatizaba el pan), los patios y las casas.

“Mi mamá, que vivía en el campo, cuando no había varilla brava, pescaba una ramita en emergencia y servía pa’ barrer el patio antiguamente.”

■ Cecilia Ramos

MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochiuaz
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Sanguinaria

Nombre común:
Sanguinaria.

Nombre científico:
Chorizanthe commissuralis.

Familia:
Polygonaceae.

Distribución:
En Chile se distribuye entre 0-1.300 msnm, entre las regiones de Arica y Parinacota y Coquimbo.

Características:
Esta hierba nativa mide cerca de 30 cm, posee tallos erguidos verde amarillentos y flores amarillas de cinco pétalos.

Propiedades:
“Purifica la sangre, entonces hay muchos problemas, casi todas las enfermedades vienen

de la sangre, cuando se contamina la sangre o la tiene muy fuerte o la rebaja o la sube, siempre la va arreglando la sanguinaria.”

■ Claudio Montenegro

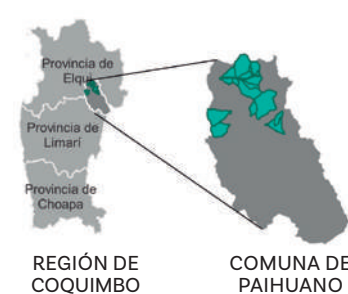
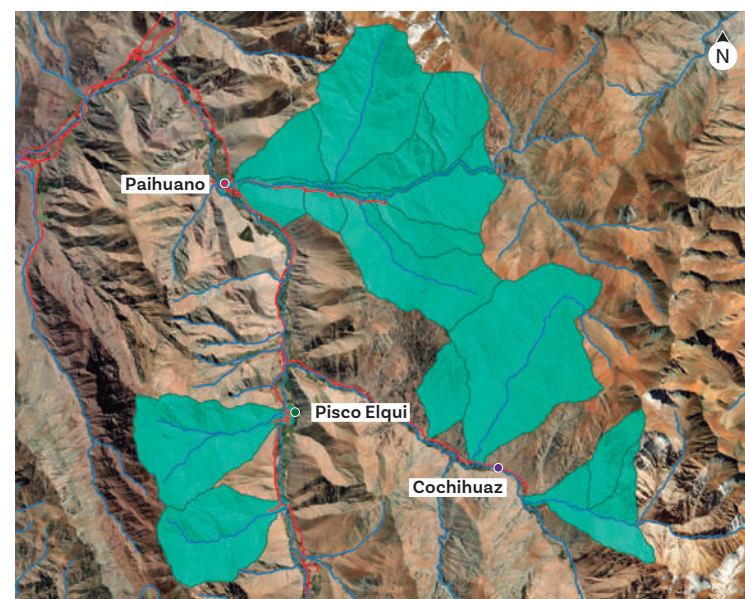
“La sanguinaria también para las mujeres es muy, muy buena. Ayuda a limpiar la sangre, a mantener el ciclo de la sangre limpia, en especial cuando deja de llegarte tu período menstrual, ella continúa haciendo el proceso de lo que es la llegada de la regla curando el cuerpo, muy depurativa.”

■ Daniela Canihuante

CUIDADO:
Dado que la raíz de la planta tiene propiedades más potentes, muchas personas la arrancan completamente y eso genera que haya menos plantas. Se recomienda ir con tijeras y cortar solamente las hojas para que la planta siga viva. Es una planta sensible a las sequías.



MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Cochihuaz
- Pisco Elqui
- Paiguano
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paiguano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección

Toronjil cuyano

Nombres comunes:

Toronjil cuyano, Toronjil amargo (local).

Nombre científico:

Marrubium vulgare.

Familia:

Lamiaceae.

Distribución:

En Chile se distribuye entre las regiones de Antofagasta y Aysén.

Características:

Esta hierba es exótica, pero se ha asilvestrado. Mide cerca de 1 m, con hojas de 1-4 cm, algo dentadas, y flores blancas en racimos.

Propiedades:

“Lo usaban para los resfríos, para la tos, para los bronquios. Tomarse, después de las comidas, una taza de toronjil amargo, ayuda a bajar de peso. Lo usaban para curar heridas, cicatrizante potente para las heridas. Se preparaba en infusiones y se ponían cataplasmas sobre las heridas para curarlas.”

■ Carmen Canihuante

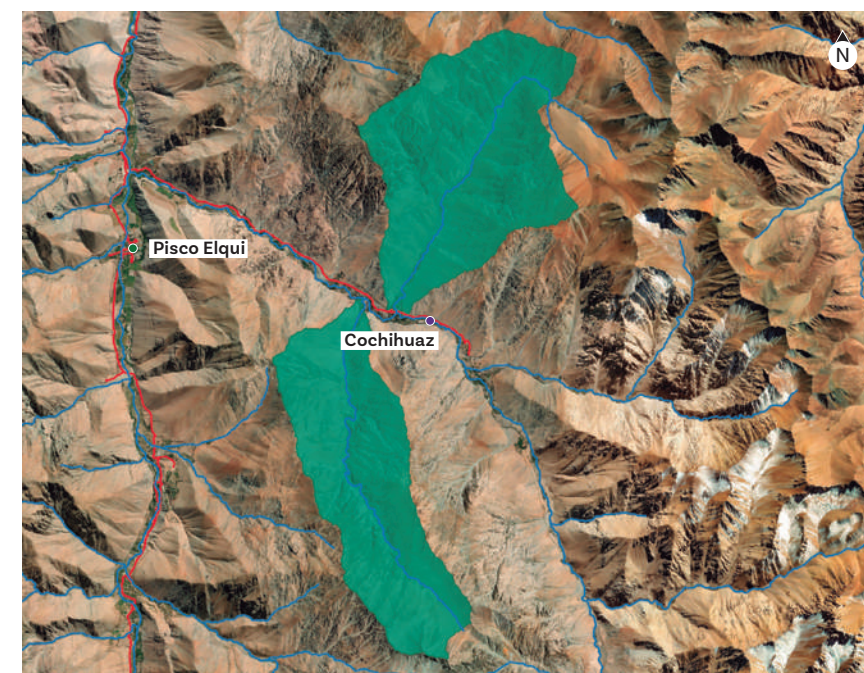
CUIDADO:

“Tomar con cuidado porque adelgaza la sangre”.

■ Juana Garrote



MAPA DE UBICACIÓN



LEYENDA

- Coihhuaz
- Pisco Elqui
- Caminos
- Red hidrográfica
- Comuna de Paihuano
- Región de Coquimbo
- Sitios de recolección



Usos de las plantas

La relación de las personas con la naturaleza tiene mucho tiempo. Nos hemos relacionado con ellas de muchas formas, usándolas de diversas maneras:

- **Medicinal:** Aquellas que tratan enfermedades o malestares físicos y/o psicológicos.
- **Alimentario:** Especies comestibles que son una fuente alimenticia y nutritiva.
- **Forraje:** Que sirven de alimento para los animales.
- **Ritual-espiritual:** Que se utilizan en rituales y ceremonias con un fin espiritual.
- **Doméstico:** Plantas transformadas en herramientas tecnológicas que sirven para resolver cosas del hogar.
- **Construcción:** Que son usadas para elaborar casas u otras infraestructuras.
- **Cosmético:** Para la belleza y el cuidado de la apariencia física.
- **Artesanía:** Con las cuales se crean objetos variados a partir del trabajo manual.
- **Ganadero:** Aquellas que favorecen el manejo de animales con fines productivos.
- **Ornamental:** Se usan como decoración en espacios interiores y exteriores.
- **Combustible:** Se queman para generar energía.
- **Agrícola:** Plantas usadas para las plantaciones, huertas y suelos.
- **Bebida alcohólica:** Se elaboran como un brebaje fermentado.
- **Lúdico:** Sirven para entretenerse y jugar con ellas.
- **Afrodisiaco:** Que despiertan el deseo o placer sexual.
- **Hídrico:** Utilizadas para la extracción o el mantenimiento de los cursos de agua.

		USOS												
		Medicinal	Alimentario	Forraje	Ritual-Espiritual	Doméstico	Construcción	Cosmético	Artesanía	Ganadero	Ornamental	Combustible	Lúdico	
PLANTAS	Bailahuén	■							■					
	Chachacoma	■												
	Churque		■	■		■	■				■	■	■	
	Copao	■	■						■					
	Cortadera	■		■			■		■		■			
	Culén	■							■	■		■		
	Illave	■	■						■					
	Jarilla	■				■		■						
	Llaretá	■												
	Molle	■	■											
	Platero	■												
	Quintral	■	■		■									
	Romerillo	■												
	Romero pichi	■	■			■		■						
	Sanguinaria	■												
Toronjil cuyano	■							■						

Recolección y cuidados de las plantas

Es muy importante cuidar las plantas al momento de recolectarlas. Por saltarse algunos pasos, o por no saber, han desaparecido muchas matas o sectores donde abundaban algunas plantas. Aquí nos comparten algunas recomendaciones:

“... en el momento de tomar la hierba de la planta uno le pide permiso a la planta, respeto a la planta, a la naturaleza, permiso, necesito tus propiedades, y gracias... hay que respetar las plantas y saberlas usar. Vuelvo a recalcar: la cantidad no es la calidad de la planta. Siempre después de una agüita de hierbas que uno se haga con agua caliente tapar la taza, porque en la evaporación se te van las propiedades. Yo, más que nada, recalco eso: en saber usar la hierba, en respetar la naturaleza, vez que se saque una hierbita darle las gracias a la planta, a nuestra tierra que es tan generosa. Y no te olvides nunca: la tierra no es tuya, tú eres de la tierra.”

Carmen Canihuante

“Mira, la hierba, para mí siempre debe ser tomada en la mañana, al mediodía. En ese momento la planta tiene la savia arriba. Después se le baja. Es más poderosa, más productiva cuando uno la saca en la mañana. La toma, le corta las hojas, la planta tiene toda su savia arriba. Después en la tarde la savia ya baja. Lo mismo se produce cuando uno hace trasplante de árboles, de almácigos conviene hacerlo a una hora, también con la luna. Es muy buena para decir cuándo se trasplanta y cuándo no se trasplanta, qué se planta en menguante, qué se planta en creciente.”

Margarita Carrasco

“Que haiga conciencia, realmente que exista la conciencia por parte de los crianceros, de las personas que van a la cordillera, que trabajan ese tipo de plantas, de tratar de cosecharlas, porque nuestra madre tierra para eso las puso ahí, pero también hay que tener conciencia de que hay que cosecharlas como corresponde.”

Rolando Garrote



Algunas reflexiones para que continuemos protegiendo la naturaleza y la cultura

Algunas preparaciones simples*

“Alentarse los dolores del cuerpo”

Receta de:

Margarita Carrasco.

Preparación:

Con la jarilla: “Echa un poco de estas ramas en un tiesto, una olla, una cosa así, y deja caer el agua caliente. Después usted busca un paño negro, puede ser un buzo, pero tiene que ser negro, una tira y lo echa ahí al agua, después lo estruja y se lo pone hasta que aguante el calor. A mí se me salían las dos rodillas solas y me las entraba solas, y me alenté con eso. Me dejaba el paño un rato y ahí se va poniendo por siete días, a la otra semana día por medio. Con agua hervida, hay que dejarla un rato hirviendo la jarilla.”

“Aliviando los resfríos”

Receta de:

Daniela Canihuante (Cochiguaz).

Preparación:

Mezclar para hacerse una infusión con: miel, palqui, eucalipto, romero castillo, limón y hoja de palto.

“Solbetorio: Inhalar para despejarse”

Receta de:

Rosa Zepeda (Quebrada de Paihuano).

Preparación:

“... se junta todo monte: se le echa palqui, ruda, toronjil, palto, de todo monte que hay. Hasta hoja de parra le puede echar. [después se le pone] Aguardiente. Hasta que se tape el monte nomás. Como se le va acabando se le va echando [para rellenar]... tiene que dejarlo macerar, sí. Antes de los diez días, puede ser, empieza a soltar todos los jugos también.”

¿Para qué sirve?

Se debe inhalar directamente la botella con el contenido en caso de “dolor de cabeza, elevación de sangre a la cabeza, el resfrío ese que le da, romadizo.”

“... le estoy enseñando a un hijo mío lo mismo, le estoy explicando todo... porque siempre me va a buscar ‘oye, me traís de la cordillera estos montes’ y ahí le voy enseñando. Entonces la idea mía es que si yo dejo esto, dejárselo a él, y ahí a mis nietos... eso es bueno para que esto no se corte, para que siga. Siempre hay que preocuparse de eso, porque como dice la gente, si la pachamama da, entonces también tiene que darle uno a ella.”

Jorge Campusano

“... que la juventud se acerque más a la naturaleza y la respete como nuestra madre tierra. Cuidemos nuestra madre tierra porque ahí está todo. Eso es lo principal.”

Luis Ramírez

“La gente de la ciudad no tiene idea qué es una planta medicinal. Pero ya se está impartiendo en los consultorios, por ejemplo en Santiago, Cerro Navia, todos esos lados, incluso hay... meicas, por decir, que están atendiendo a la gente, porque se está reconociendo... Incluso hay médicos que recomiendan hierbitas.”

Carmen Canihuante

“... que las futuras generaciones sigan rescatando eso, sigan valorando la tierra, conservando, cuidando, los saberes de la naturaleza.”

Carmen Canihuante

* **Renuncia de responsabilidad:** Todas las preparaciones e información medicinal compartidas en esta guía son de responsabilidad de quien las emitió. Nada de lo acá indicado diagnostica ni reemplaza el tratamiento o el conocimiento de un profesional de la salud. Consulta con tu profesional de la salud en caso de que tomes algún medicamento o recibas algún tratamiento.



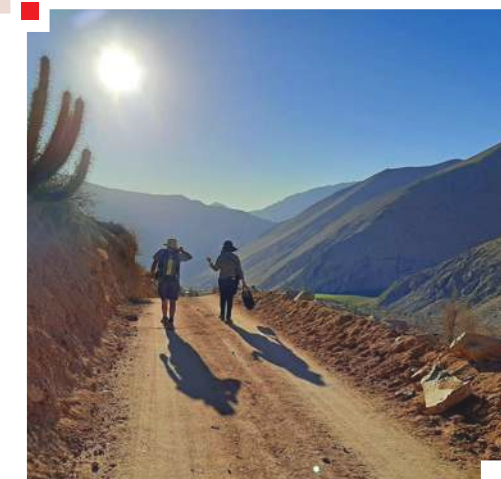
Listado de plantas



En este código QR encontrarán el listado completo de especies, sus potenciales usos y fotografías del proyecto.

Además, la información será dinámica, por lo que el listado irá aumentando en la medida que se desarrollen nuevos proyectos. Para usarlo, solo debes prender tu cámara del celular y verlo por la pantalla; entonces aparecerá un *link* que debes pinchar para acceder a esta información.

Súmame a este proyecto enviando nueva información al Instagram [@elquivallesagrado](https://www.instagram.com/elquivallesagrado) o directamente a quienes conforman la ONG.





Agradecimientos

- Queremos agradecer en primer lugar a las **comunidades de la gran cuenca de Paihuano**, a sus quebradas y valles, a sus aguas, a su viento y a su intenso sol de montaña, por ser hogar y guardianes de las plantas silvestres.
- Agradecemos también a **las ancestras y los ancestros** que aprendieron a aprovechar y a cuidar de sus antiguos vegetales, y que gracias a ello hoy heredamos saberes y secretos de sus usos.
- Agradecemos a **cada persona** que aportó a este proyecto, ya sea en inspiración como en datos. En especial a Luis Ramírez, Cecilia Ramos, Carmen Canihuante, Margarita Carrasco, José Canihuante, Ronaldo Garrote, Rosa Zepeda, Rosa Castillo, Jorge Campusano, Daniela Canihuante, Juana Garrote, Solercio Urquiza, Renan Montenegro y Loreto Villar.
- Agradecemos la hospitalidad y el apoyo incondicional de la **Comunidad Indígena Canihuante de Cochiguaz**, de la **Comunidad Diaguita Quebrada de Paihuano Kankana**, de la **Junta de Vecinos de Cochihuaz** y del **Hotel Elqui**.
- Gracias también al apoyo brindado por la **Junta de Vecinos de Pisco Elqui**, por la **Organización de Turismo Pisco Elqui**, y por la **Organización social, cultural y recreacional Batucada Elquino Retumba de Paihuano**.
- Gracias a **José Muñoz Cordones**, **Verónica León**, **Guisela Rodríguez**, **Camila Viveros** y **Romina Carozzi** por su participación técnica.
- Agradecemos, además, el importante auspicio de la **Ilustre Municipalidad de Paihuano**, y el apoyo durante todo el proceso del **Instituto de Ecología y Biodiversidad**, del **Centro de Estudios Avanzados en Zonas Áridas** y la **ONG CODECIAM**.
- Gracias a **todos ustedes** que se interesan por **mantener este tan importante legado**. El conocimiento nos alienta a valorar y cuidar nuestro entorno y tradiciones.

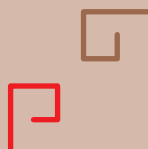
Este proyecto ha sido financiado por el Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, mediante el FONPAT - Convocatoria 2021 (Folio 37707).



Bibliografía

- Echeverría, J., Paniagua-Zambrana, N. Y., y Bussmann, R. W. (2020). *Chorizanthe commissuralis* J. Remy Polygonaceae. *Ethnobotany of the Andes*, 1-2.
- Hoffman, A., Kalin-Arroyo, M. T. K., Liberona, F., Muñoz, M., y Watson, J. (1998). *Plantas altoandinas*. Imprenta Salesianos. Santiago de Chile.
- Rodríguez, R., y Marticorena, A., Eds. (2022). *Flora de Chile. Volumen 6. Tomo 1 y 2 Poaceae*, Universidad de Concepción.
- Rodríguez, R., Marticorena, C., Alarcón, D., Baeza, C., Cavieres, L., Finot, V. L., ... y Marticorena, A. (2018). *Catálogo de las plantas vasculares de Chile. Gayana Botánica*, 75(1), 1-430.
- Instituto de Botánica Darwinion: <http://www.darwin.edu.ar/proyectos/floraargentina/fa.html>
- Squeo, F. A., Arancio, G., y Gutiérrez, J. R. (2001). *Libro rojo de la flora nativa y de los sitios prioritarios para su conservación: Región de Coquimbo*.
- Díaz-Forestier, J., León-Lobos, P., Marticorena, A. et al. *Native Useful Plants of Chile: A Review and Use Patterns. Econ Bot* 73, 112-126 (2019).
- Luebert, F., y Pliscoff, P. (2017). *Sinopsis bioclimática y vegetacional de Chile (Vol. 2)*. Santiago, Chile: Editorial Universitaria.

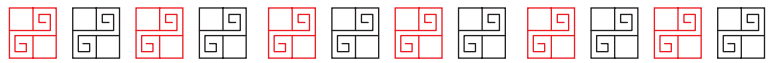






Autores

- **ONG Elqui Valle Sagrado.**
- **Milen Duarte**, Doctora en ecología y biología evolutiva. IEB-Chile y CODECIAM.
- **Natalia Jofré Poblete**, Antropóloga social.
- **Halska Paleczek Alcayaga**, Arqueóloga.
- **Antonio Maldonado**, Doctor en ciencias biológicas, CEAZA.



Saberes de Paihuano

Tienes en tus manos un trocito de una larga historia... sobre la antigua relación entre el ser humano y las plantas en el territorio paihuanino. Desde hace al menos cinco mil años, el ser humano ha recorrido estos paisajes, y ha podido habitarlo gracias a que ha reconocido y aprendido a conocer las plantas de esta región: para alimentarse, para sanar sus males, para construir sus hogares, para alimentar a sus animales, entre tantos otros usos posibles.

En este volumen aprenderás algunos de los saberes ancestrales sobre las plantas silvestres que se investigaron en la comuna de Paihuano entre el 2021 y 2022, gracias a los relatos de personas sabias que aún guardan esta memoria.

Proyecto financiado por el Servicio Nacional del Patrimonio Cultural.



En este código QR encontrarán el listado completo de especies, sus potenciales usos y fotografías del proyecto.

