

# TEOCINTLE

GACETA AGROECOLÓGICA

Año 3, Número 18 | Noviembre 2024



**AGROECOLOGÍA  
Y MEDICINA  
TRADICIONAL**



**Director:** Alejandro Macías Macías

**Consejo editorial:** Red México Agroecológico, Yolanda Lizeth Sevilla García, Alejandro Macías Macías, Jesús Antonio Madera Pacheco, Héctor B. Fletes Ocón, María Guadalupe Ocampo Guzmán, Dagoberto de Dios Hernández, Livier Jaqueline García López, Katie Beas Madrigal

**Corrección de textos:** Katie Beas Madrigal **Diagramación:** Livier Jaqueline García López

**Portada:** Alejandro Macías Macías **Coordinadora del número:** Yolanda Lizeth Sevilla García La Gaceta Agroecológica Teocintle es un órgano de difusión de la Red México Agroecológico y un proyecto apoyado por el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCYT) en el año 2024.

## ÍNDICE

### VOCES RURALES

Un transformador agroecológico

### MARIÍYA

Elías Delgado: una familia agroecológica sanadora

### SIHUATL

Medicina tradicional: esencia de la abuela y mi madre

### EDITORIAL

Medicina tradicional y agroecología

### KUAUTLALLI

Medicina tradicional mexicana: lo que nos da la tierra para sanar

### TLAKUALI

Sentires sobre la agroecología que nutre y sana

### PITENZIN



## Medicina tradicional y agroecología

José Abad Aispuro Chávez



Fotografía: Cortesía de José Abad Aispuro Chávez

Desde temprana edad, siempre he sentido una profunda curiosidad y fascinación por las plantas: sus variadas formas, colores, texturas, sabores y aromas me atraían constantemente. En mi adolescencia, tuve la oportunidad de trabajar en un centro de terapias alternativas, donde el uso de plantas medicinales y aromáticas era fundamental para la práctica de distintas terapias. Esto me abrió las puertas a un mundo de conocimientos sobre el poder y la importancia de la flora en nuestra salud y bienestar.

Más adelante, encontré inspiración en varios biólogos de la Universidad de Guadalajara, quienes dedicaban sus investigaciones al estudio de las plantas medicinales. Sin embargo, fue en 2012, cuando ingresé a la carrera de Ingeniería en Recursos Naturales en el Centro Universitario de la Costa Sur, donde verdaderamente pude explorar y experimentar de cerca la enorme diversidad biológica local y de la región Costa Sur de Jalisco, además de otras regiones del país. Estas experiencias no sólo alimentaron mi interés, sino que despertaron en mí una mayor conciencia sobre el papel crucial de la biodiversidad en la sostenibilidad de los ecosistemas y su relación con la agroecología.

Mi creciente interés por la flora me llevó a realizar mis prácticas profesionales en el herbario ZEA, del CUCSur, donde adquirí una comprensión más profunda sobre la clasificación, conservación y el uso de plantas en distintos contextos. Esta experiencia me permitió llevar mi conocimiento a la práctica y, con el tiempo, comencé a impartir talleres en

comunidades rurales sobre el aprovechamiento, transformación y usos medicinales de diversas plantas. Estos talleres no solo contribuyeron al conocimiento, a la salud y el bienestar de estas localidades, sino que también generaron un sentido de conexión y respeto hacia el entorno natural.

Para mí, la agroecología no podría concebirse sin las plantas y los animales. Aunque no soy un productor agroecológico en el sentido tradicional, me considero un transformador agroecológico, ya que mi labor se enfoca en recolectar, aprovechar y transformar plantas y frutos silvestres, además de adquirir algunos que han sido cultivados de manera limpia y sostenible. He aprendido a formar alianzas locales y regionales, lo cual me permite conectar de manera más profunda con la agroecología y participar activamente en el fortalecimiento de las redes agroecológicas locales.

La agroecología ha sido una pieza fundamental en mi desarrollo tanto profesional como personal. Este enfoque ha guiado mi camino hacia una relación más armónica con el medio ambiente, integrando mis proyectos personales y laborales y reforzando mi compromiso con el cuidado de nuestro entorno y el bienestar de las comunidades que dependen de él. Cada paso en este camino me ha llevado a valorar la importancia de preservar nuestros recursos naturales y a promover prácticas sostenibles, que permitan el equilibrio entre el uso responsable de la biodiversidad y el respeto por la naturaleza.



Fotografía: Cortesía de José Abad Aispuro Chávez

## Elías Delgado: una familia agroecológica sanadora

**Fanny Saraí Delgado Solano**

**José Ismael Elías Pérez**



Fotografía: Sofía Margarita López Navarro

**N**osotros formamos nuestra familia Elías Delgado, quienes la integran nuestros hijos Izahir Emmanuel de 10 años, Matías Samir de 4 años y Mahely Saraí de 2 años. Pertenecemos al proyecto Transición Agroecológica en la Agricultura de Pequeña Escala en tres regiones agrícolas de México. Gracias al gran equipo estamos aprendiendo y valorando el trabajo.

En nuestro patio contamos con un pequeño huerto agroecológico llamado Colibrí, en el cual sembramos variedad de semillas, las cuidamos, cosechamos, consumimos y resguardamos las semillas en nuestro banco de semillas familiar, con la finalidad de volver a sembrar para poder trasplantar en nuestra parcela, que llamamos Las Parotas.

Así, en este espacio producimos a mayor escala para nuestro autoconsumo, pero también para que los excedentes vayan a la Red-Rassa Jala, a la que también pertenecemos, ahí ofrecemos alimentos sanos, producidos con respeto y amor: que sana.

Nosotros somos guardianes del maíz de húmedo conocido a nivel mundial como Rasa Jala y reconocido por su gran longitud. Tenemos más de 80 años conservándolo de generación en generación, este año ya participamos en el festival del pueblo de Jala, en Nayarit, con elotes producidos 100% de forma agroecológica.

Para nuestra familia es una gran satisfacción poder producir, consumir y crear productos agroecológicos ya que somos los creadores de la famosa pomada de caléndula agroecológica y lo más increíble, que nuestros hijos e hija se involucran en las diversas actividades, adquiriendo nuevos conocimientos para así poder tener una mejor calidad de vida en el presente y futuro.



Fotografías: Sofía Margarita López Navarro



## Medicina tradicional: esencia de la abuela y mi madre

**Sagrario Guzmán Reyes**

Soy María del Sagrario Guzmán Reyes, soy agroecóloga y médica tradicional. Desde pequeña me llamó la atención esta hermosa práctica, pues mi abuelita nos daba té cuando alguien de la familia teníamos algún malestar y no sólo eso, mi mamá vende plantas medicinales; pero lo sorprendente para mí fue cuando le pregunté a mi abuelita sobre éste tema y me dijo que no sólo las plantas curan, también las piedras, la arcilla, la carne y la sangre de animales silvestres, sal, miel... He aprendido de otras personas médicas tradicionales más avanzadas y me gusta mucho, pues estoy convencida que la medicina tradicional puede curar muchos males y enfermedades.

Es muy importante regresar a la salud alternativa, pues es muy económica y no daña el cuerpo. Por otro lado digo que soy agroecóloga, pues es muy importante primero cuidar la tierra, luego sembrar algunas hortalizas para comer sabiendo que están limpias de agroquímicos para tener una buena salud juntos y juntas con la medicina tradicional.

Recordemos que no es necesario tener un gran espacio para sembrar, donde tienes tus plantas de ornato también puedes poner cilantro, una lechuga, zanahoria, repollo, cebolla, acelgas, y si te gustan las plantas de guía puedes poner calabaza, frijol, chayote.

Nos curamos desde nuestros alimentos y si cuidamos lo que sembramos y cómo lo sembramos, cuidamos la tierra, donde crece todo lo que nos protege. La medicina tradicional también son los hombres y mujeres que con amor guardan sus conocimientos y los transmiten de generación en generación, para que no se pierda el conocimiento de nuestro espacio, saber cómo curarnos nos da también seguridad y saber a quién acudir en una comunidad rural lejana.

Las médicas tradicionales cuidamos nuestro entorno, compartimos lo que sabemos y sanamos con plantas, como nuestras antepasadas y antepasados. Es mi compartir desde la Sierra del Tigre, en Jalisco.



Fotografía: Alejandro Macías Macías



Fotografía: Alejandro Macías Macías

## Medicina tradicional y agroecología

**Alejandro Macías Macías**



Fotografía: Sofía Margarita López Navarro

**E**n el caminar afortunado que hemos tenido en y desde la agroecología no solamente acompañando desde la Investigación Acción Participante, como académicos, académicas, sino ahora con la posibilidad de sentipensar también desde el surco, hemos recibido compartires sobre cómo no se puede separar la agroecología de la medicina tradicional, es la agroecología un sistema integral no solo de producción de alimentos, sino de protección del territorio: animales, bosques, agua, plantas medicinales. Si haces agroecología, construyes, proteges y sanas.

Don Rogelio nos comparte que tiene más de treinta años sin enfermarse, tiempo en el que él comenzó su viaje por la agroecología, produciendo sus alimentos y sanando el territorio: dialogando y compartiendo también con grupos diversos, niñas, niños, estudiantes universitarios, campesinas y campesinos, así como académicos.

Hemos sido testigos sobre cómo el territorio enferma con la agroindustria, la contaminación del agua, la pérdida del bosque, somos testigos sobre cómo los alimentos del mal llamado desarrollo tienen a nuestros niños y niñas orinando pesticidas, con el reloj de arena de una enfermedad grave causada por estas prácticas depredadoras.

Para doña José conseguir plantas medicinales es cada vez más difícil, antes lograba encontrar gordolobo a pie de cerro, hierba del sapo, cola de

caballo...ahora camina más, batalla en encontrarlas de manera silvestre: como debería ser.

Las farmacias vivientes nos permiten recuperar plantas medicinales, cuidarlas, transformarlas, pero que el territorio tenga cada vez menos plantas medicinales debe alarmarnos, sin las plantas medicinales la dinámica se transforma, no solamente para la naturaleza, sino para las comunidades.

Sagrario nos comparte: “dime qué plantas medicinales tenía tu territorio y ya no tiene para reflexionar sobre el cambio que viene. Los pueblos deben tener las plantas medicinales que necesitan para curarse, para equilibrio de la madre tierra... cada vez tenemos menos, cada vez protegemos menos”.

En este número reunimos diversas voces que comparten cómo la agroecología es además de alimento y defensa del territorio también medicina. Con este número cerramos gustosos y gustosas un viaje divulgando saberes sobre agroecología en México y algunas partes del Caribe, nos emociona el ciclo que viene con otras voces, otros formatos, otras dinámicas compartiendo con todos y todas ustedes.

Agradecemos al Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCyT) por el arropo para que Teocintle. Gaceta Agroecológica fuera posible de septiembre 2022 a noviembre 2024.

Nos encontramos en enero de 2025 con más compartires desde Teocintle. Gaceta Agroecológica.



Fotografía: Jaqueline García

# Medicina tradicional mexicana: lo que nos da la tierra para sanar

Sofía Margarita López Navarro



Fotografía: Sofía Margarita López Navarro

“La medicina tradicional es lo más sano, porque está comprobado que la medicina farmacéutica te ayuda para algo y te afecta en otra cosa”, me comenta una enfermera que aún con su trabajo en el sistema de salud, considera la medicina tradicional mexicana eficiente.

La medicina tradicional mexicana, un legado ancestral que se ha transmitido a lo largo de generaciones, es mucho más que un sistema de curación. Representa un conocimiento profundo de la naturaleza y de la relación armónica entre el ser humano y su entorno. Esta práctica ha sido reconocida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un componente fundamental de la salud pública en muchas comunidades rurales de México y otros países.

En el contexto mexicano es común escuchar los remedios caseros que nuestras abuelas y abuelos saben de memoria para el dolor de estómago, tos,

cólicos, resfriados, entre otras enfermedades “leves” que nos aquejan en la cotidianidad. Estos remedios caseros representan el significado de la medicina tradicional para generaciones centennials, dejando de lado las raíces y cosmovisión que alberga la medicina tradicional.

A través de un sondeo para conocer opiniones de personas que no están familiarizadas con palabras como agroecología, porque no deja de ser un término científico que la población seguimos desconociendo en nuestra cotidianidad, escuché lo que para distintas mujeres de diferentes generaciones significa y practican la medicina tradicional.

En generaciones *millennials* comprenden la medicina tradicional como una conexión con la naturaleza en la que la tierra nos brinda lo necesario para sanarnos, anteponiendo un respeto espiritual antes de tomar de la naturaleza sus virtudes. Comparten que sus primeros conocimientos sobre la medicina tradicional fueron generacionales, es decir, transmitidos a través de sus abuelas que hacían uso de los famosos remedios, pero agregan que a lo largo del tiempo han reforzado el aprendizaje con información que encuentran en libros y actualmente en internet.

Uno de los pilares de la medicina tradicional mexicana es el uso de las plantas medicinales. México es considerado uno de los países con mayor biodiversidad en el mundo, y su vasta flora ha sido fuente de remedios naturales desde tiempos prehispánicos. Plantas como la manzanilla, el epazote, el aloe vera y la guanábana siguen siendo utilizadas para tratar una amplia variedad de dolencias, desde problemas digestivos hasta afecciones respiratorias y dermatológicas.

El conocimiento de estas plantas no solo ha sido transmitido de boca en boca, sino que también ha sido recopilado y estudiado en textos antiguos, como el Códice Cruz-Badiano, que data de 1552,



el cual documenta más de 200 especies de plantas medicinales utilizadas por los aztecas.

A pesar de su importancia cultural y terapéutica, la medicina tradicional mexicana enfrenta retos significativos, como la amenaza de la extinción de algunas especies de plantas medicinales debido a la deforestación y la explotación indiscriminada de la naturaleza. Además, la falta de reconocimiento oficial por parte de los sistemas de salud pública y la creciente urbanización representan obstáculos para su preservación.

Las personas que participaron en el sondeo creen en la eficiencia sanatoria de la medicina tradicional, pero hacen énfasis en que desconocer sobre el uso curativo de las plantas o las medidas adecuadas para un remedio, puede generar una intoxicación.

Todas tienen una historia con un remedio que mantiene firme su creencia y ante dolores “no tan graves” prefieren remedios como primera opción y medicina recetada por médicos convencionales cuando las cosas se ponen más graves. También hacen uso de la medicina tradicional complementando con tratamientos farmacéuticos, como es el caso del dengue en el que según La gaceta del CUSur, hasta la semana epidemiológica número 40 del 2024, Jalisco lideraba a nivel nacional con más de 8,000 casos confirmados de dengue, lo que equivale toda la población del municipio de Zapotiltic, Jalisco. (INEGI, 2020) La recomendación que más se escucha en los pueblos es tomar té de *muitle* o *muicle*, una planta conocida por sus distintos usos en remedios y su peculiar coloración roja que deja pintada en el agua al hervir la hoja verde, que a simple vista no parece extraordinaria.

La medicina tradicional mexicana tiene sus raíces en las antiguas civilizaciones mesoamericanas, como los mexicas, mayas y zapotecas, que desarrollaron sistemas complejos de diagnóstico y tratamiento utilizando plantas medicinales, rituales, masajes y terapia energética. A pesar de los avances de la medicina, la medicina tradicional mexicana sigue siendo una práctica vigente, especialmente en comunidades indígenas y rurales, donde la accesibilidad a los servicios médicos convencionales puede ser limitada.

Comprendiendo lo amplia que es la medicina tradicional y la respuesta positiva que obtuve sobre

los remedios, abundé en curiosear opiniones sobre las parteras tradicionales. Las generaciones más actuales me platicaban qué dudarían de acudir con alguna por las complicaciones que puede tener y que no lo ven como algo seguro. Incluso en temas de energía como las limpias, algunas personas mayores que no están relacionadas con los contextos indígenas, tienen una disputa entre el catolicismo y estas prácticas.

La medicina tradicional mexicana es un reflejo de la riqueza cultural y el profundo respeto por la naturaleza de los pueblos indígenas. La preservación de este conocimiento es esencial, no solo para el bienestar de las comunidades rurales, sino también como un legado para las generaciones futuras y como un aporte valioso a la medicina global.



Fotografía: Sofía Margarita López Navarro



Fotografía: Jaqueline García



## Sentires sobre la agroecología que nutre y sana

**Guadalupe Núñez de la Mora**



Fotografía: Guadalupe Núñez de la Mora

**E**n la agroecología he encontrado un lugar donde poner varias cosas y situaciones que son de las favoritas de la vida, en esta ocasión les compartiré algunas; una es la diversidad de formas, colores y sabores de los alimentos, otra es el cocinar y finalmente compartir lo que cosechas o cocinas.

En mi familia hacemos desde hace mucho agroecología, sin saber que era lo que hacíamos, sin nombrarla solamente viviendo con ella.

Nos dedicamos solo por curiosidad y ver una cosecha diversa, a recolectar y sembrar semillas de todo lo que podíamos conseguir y era diferente a lo que estamos acostumbrados, así conseguimos semillas de pepino africano (el cual se puede comer tiernito, o ya maduro) de ejotes de colores (amarillos y morados) sandías amarillas, varias variedades de lechugas flores comestibles y yuca (que es una raíz que se usa mucho en la cocina del sur de américa). La mesa de la agroecología es una mesa diversa,

llena de colores.

Ahora pasaremos a la cocina, para mí cocinar para alguien es uno de los actos de amor más bonito que puede existir y una cosecha diversa te ayuda a tener platillos diversos también, además de probar sabores nuevos.

Definitivamente trabajar en agroecología es un proceso de aprendizaje constante y lleno de colores y sabores. Después de conocer tanta diversidad a mi solo me queda más curiosidad de lo que queda por conocer.



Fotografía: Guadalupe Núñez de la Mora



Fotografía: Guadalupe Núñez de la Mora



Dibujos: Aimara Estela Macías Sevilla