



Sonia María Novoa Fernández

1975, Ourense.

Licenciada en Ciencias Biolóxicas.

Membro do grupo Castro Floxo.

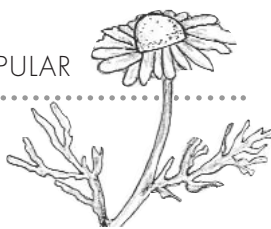
Beatriz Cabanelas Pedrouzo

1975, Ourense.

Diplomada en Ciencias Biolóxicas.

Estudiante de Ciencia e tecnoloxía
dos alimentos.

Membro do grupo Castro Floxo



A medicina da natureza

**Sonia María Novoa Fernández
Beatriz Cabanelas Pedrouzo**

ILUSTRACIÓNS:

**Sonia M^a Novoa Fernández
Montse Novoa Fernández**

Xa é ben sabido por todos que as plantas teñen propiedades curativas que son beneficiosas para a saúde, non constitúen un tratado de medicina xa que non se basan en técnicas e fórmulas químicas.

Todos os dons da natureza forman parte do que se poderían chamar procedementos naturais, sinxelos e inofensivos. De uso común e frecuente, a mediados de século, como nos contou a Sra. Isolina Santoro Rodríguez, entre outros, a xente botaba man con certa frecuencia deste tipo de remedios. Os médicos eran escasos, e moitas veces, a súa presenza demoraba máis do desexado. Ademais, as boticas tiñan uns medicamentos caros, e o diñeiro escaseaba con demasiada frecuencia. A necesidade obrigaba.

Por outro lado había xente moi chafardeira, chea de

supersticións, que empregaba remedios sen fundamento algún. Por exemplo, para evitar o mal de ollo untaba os nenos con allo. Outros non os untaban pero facíanlles levar algún nos petos. Non todos sabían aproveitar o que a natureza lles regalaba.

A Sra. Isolina tiña auténtica paixón por este tipo de remedios xa que desde os dez anos fora vivir coa súa avoa, a Sra. Juana. Ela ensinoulle todo o que coñece sobre as herbas e as súas propiedades curativas. De nena ía a recollelas con ela, e así foinas coñecendo ao tempo que foi aprendendo o seu valor medicinal. A Sra. Juana tiña un montón de herbas e raíces secas, gardadas en diferentes saquetas na súa casa. Deste xeito sempre as tiña a man para calquera necesidade. Cando algunha persoa lle pedía algún remedio, dábao desinteresadamente. Nunca o tivo como un negocio.

A Sra. Isolina plantaba na súa horta as herbas que lle resultaban máis difíceis de atopar, de xeito que a súa botica estaba sempre moi perto. As herbas que non podía cultivar, ía buscalas ao monte, na época do ano axeitada e gardabaas para cando fose necesario. Outras como o ianten, por exemplo, abundaba por tódolos lameiros, e nunca tivo problemas para atopalas.

Como xa dixemos, conservaba as follas e raíces secas, en bolsas ou en tarros. O proceso de secado facíao sempre a sombra, porque senón, as follas perderían o seu valor curativo. Sempre as colocaba nun papel nun lugar ben seco. Así podíanse conservar durante moito tempo. Se en algún momento collían valor, era sinal de que estaban estropeadas.

Transcribimos a continuación algunhas destas herbas e receitas máis utilizadas pola Sra. Isolina:

Ianten tamén chamado “lingua de ovella”:

As súas sementes secas, cocidas en auga, son boas para o estreñimento. As follas e ramas, tratadas do mesmo xeito, son boas para as feridas da boca. Para facer os enxaugues mestúranse tres ou catro culleradas nun litro de auga. Tamén se utilizaba como expectorante, purificadora do sangue, cicatrizante e antihemorráxica.



Malvarisco:

Utilízase a folla, a flor e a raíz. A avoa da Sra. Isolina somentes empregaba a raíz. Hai que secala e despois gárdase. A folla e a flor cocidas empréganse para a tos. Se é moi forte débense tomar tres taciñas ao día e se non dúas. A raíz é boa como calmante. En cataplasmas utilízase para curar furunchos e inflamacións da pel.

Malva:

Para as desinfeccións, lávanse as feridas con auga de malvas. As súas flores e follas fervidas e escurridas aplícanse sobre as almorranas externas. Asimesmo se utilizaba como expectorante, calmante, e para enemas para as inflamacións do intestino groso.

Barbas de millo:

Son boas para a próstata. Hai que cocelas e logo beber a auga.

Erva Luísa:

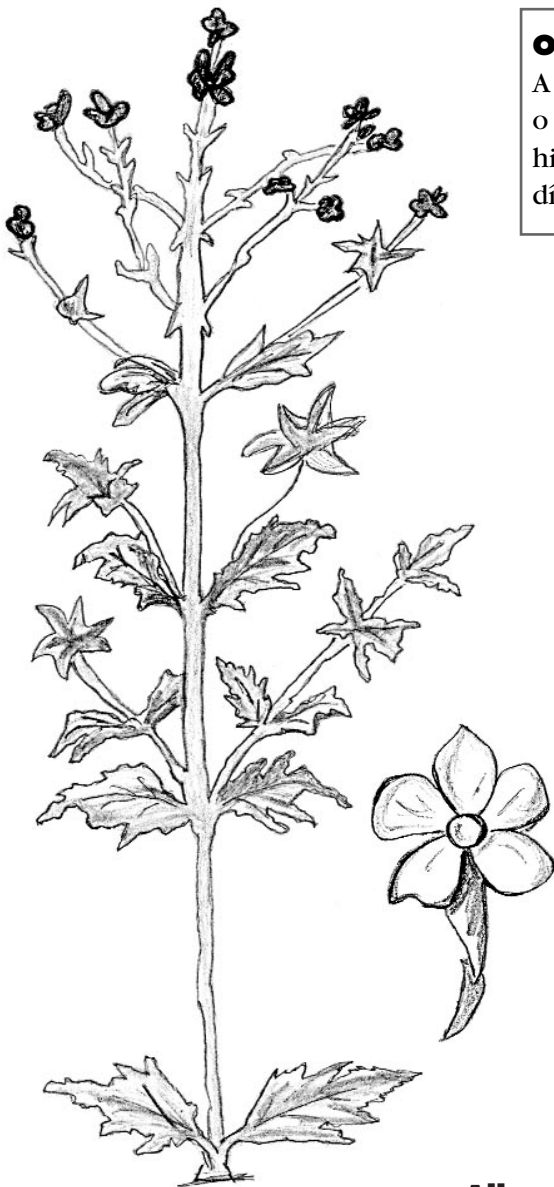
Cocida en auga é boa para o estómago.

Figo chumbo:

Utilízase para as hemorroides. Lávanse con auga fervida coas súas follas.

Salvado do centeo:

Moi bon para o catarro. Fácíase unha cataplasma fervendo auga e botándolle os salvados. Logo colocábase nun pano e púñanse no peito. As pulmonías tamén se curaban así.



Verbena:

É boa para a sinusite. Aplícase en cataplasmas. Primeiro haberá que fritila cunha pouca grasa e cunha clara de ovo. Despoisponse nun trapiño e colócase na frente.

Ortiga:

A súa raíz é boa para comer o sangue malo. Recoméndase o seu uso como verdura cocida por ser antihemorráxica e hipoglucemiante. Débese tomar en infusión tres veces ao día. Macerada en alcohol é boa como loción para o cabelo.



Allo:

É bo para as lombrices. Déixase en auga un día antes de bebela. Tamén se utiliza contra as dores reumáticas, facendo unha cataplasma co allo machacado. Asimesmo se utiliza para estimular o apetito, activar as funcións dixestivas, e como antiséptico e depurativo.

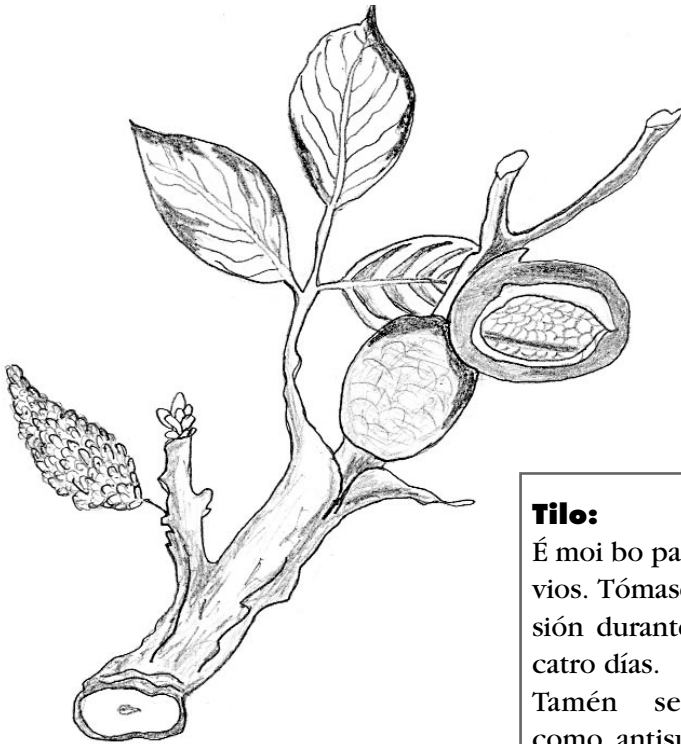
Cebola de azucena:

Utilízase en cataplasmas, cando se ten un dedo madurado. Tamén serve para cando

as fístulas collen pus e non caen. Poñendo o dente da cebola partido na plancha cun pouco de aceite de oliva. Quente, tamén é bon para os granos dos beizos.

Baldrastro:

Cando saía un enxame e querían levalo a outro cortizo, tiñan que untalo ben co baldrastro, que atraía as abellas polo seu arrecendo. Tamén é bon para as picaduras das ortigas.



Loureiro:

É bo para facer a dixestión. Pódese tomar en infusión ou masticado. Tamén é moi bo para as baixadas da tensión.

Eucalipto:

Fervido en auga, é moi bon para baixar a febre. En forma de vaos é bo para os bronquios. Tamén se utiliza como balsámico e sudorífico.

A parte das propiedades destas plantas como tal, a xente fai mesturas con elas obténdose novos remedios. Estas son algunhas das receitas máis usadas:

O apio con uvas do lagarto machacadas utilízase en cataplasma para previr as infeccións e a cicatrización das feridas. Esta é unha receita da mai da Sra. Isolina.

Nogueira:

A súa folla é boa para previr a caída do cabelo. Cocida e deixándoa a repousar unhas horas, aplicase sobre o cabelo para darlle unha tonalidade máis oscura.

Tilo:

É moi bo para os nervios. Tómase en infusión durante tres ou catro días. Tamén se utiliza como antisudorífico, diurético e expectorante.



Mel, sal e vinagre empréganse para comer as mazaduras producidas polas torceduras. Despois de aplicalo recomendaban vendar as articulacións.

Auga ben salgada e orina, tan quente como se poida aguantar, é moi boa para os sabañóns.

Os San Xoans con leite fervidos son bos para a matriz. Ponse un pano empapado en auga fervida nos cadrís, a modo de cataplasma.

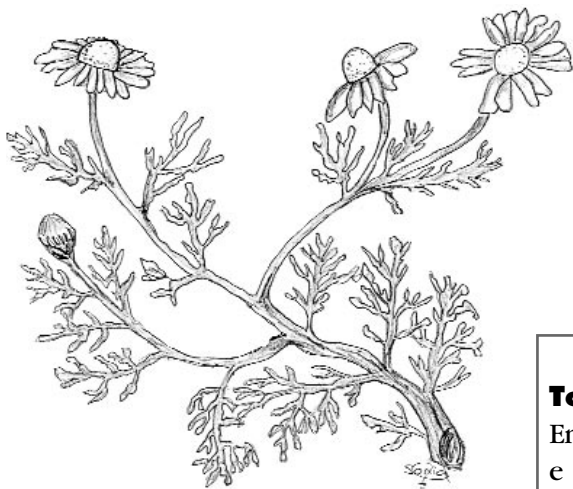
Para os animais tamén tiñan remedios: Aos becerros que tiñan diarrea e lombrices dábaselles auga con viño. Cando os tetos das vacas estaban inflamados, untábanos con grasa de cerdo.

Para os bultos das pernas, quítaselle a cabeza, o rabo e a pel a unha serpe, fervíase e unha vez seca dabállese a comer aos animais.

Todos os remedios descritos anteriormente podese dicir que teñen un fundamento científico, nembargantes algunhas persoas tiñan fe noutros remedios máis ben basados nunha mestura de superstición e relixión. Velaí algún exemplo:

Remedio para as inflamacións:

*O sípolo, o sípolo en tallo todos os males aquí están asentados
Que non coman nen roian o doce sabor
se curan as llagas do noso Señor.*



Manzanilla:

É boa para o estomago. Emprégase en infusións, como tónico estomacal, aínda que tamén é coñecida como vermífugo, sudorífica e calmante. En lavativas úsase para as infeccións dos ollos, fístulas, úlceras varicosas etc...

Despois de recitar este verso o enfermo deberá rezar un Pai noso e unha Avemaria ao tempo que outra persoa lle fai nove cruces, co fío dun coite-lo, sobre a parte inflamada.

Remedio para os furúnculos das pálpebras, “tirizos”:

*Tirizo che traigo
tirizo che vendo
aquí che quedan
nestas palliñas ardendo.*

E despois déixanselle as devanditas pallas a outra persoa, e ao mesmo tempo tamén se lle pasan os tirizos.

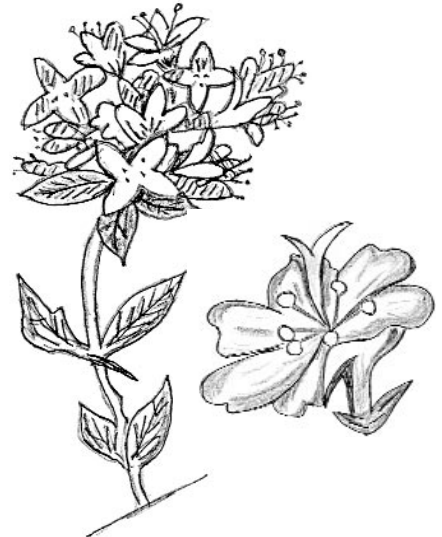
ANECDOTARIO

Como anécdota ou curiosidade podemos contar que moitas persoas como a Sra. Isolina son moi afeccionadas a contar contos. Uns teñen relación coa medicina popular pero a maioría teñen relación cos aconteceres diarios da aldea. Velaí van algúns exemplos:

- Este era un home de Costacadelo que ía mocear a Mundín. Chamábase Berto e cría cegamente

Tomillo:

En infusión calma a tos e suaviza a gorxa. En vaos, utilízase para evitar a congestión nasal. Tamén é considerado antiespasmódico, diurético, sudorífico, desinfectante e algo calmante.



nas bruxas. Por ese motivo sempre andaba a contar contos sobre elas. Moitas veces lles contaba os compañeiros que as bruxas o tiñan levado voando de Regueiriño ás Barreiras, percorrendo polo monte, unha distancia de máis de cinco quilómetros. Cada vez que ía as mozas, bebía no bar e non bebía pouco. Estaba até ben entrada a noite de esmorga e cando acordaba collía o camiño de volta para casa. Coa borracheira que levaba non sabía por onde ir e sempre amañecía nos lugares máis insospeitados. Despois contaba que foran as bruxas as que o levaran ao lugar onde amañecera. En Mundín ao viño chamábanlle “bruxas”.

- Noutrora, os das parroquias de Sta. Cruz e os da Loña tiñan que vir coller o coche a Luintra. Unha noite de luar, a Sra. Salud do lugar de Rubiacós, ergueuse moi cedo do

acostumado, pensando que xa era hora: “Voume, voume que vai ser día”. E veuse de cara a Luintra. O camiño , bastante tenebroso, discutiría cáseque todo el entre carballos e castaños. Nunha destas zonas boscosas a Sra. Salud colleu medo: “¡Ai Dios mío!, ¿como hei facer?, ¡co medo que eu teño e aínda non é día!”. Entón subíuse a un carballo, a beira do camiño.

Un pouco máis tarde, viña polo mesmo camiño a Sra. Celia de Espartedo, cun farol na man. Tamén tiña medo, e xusto ao pasar por onde se atopaba a Sra. Salud subida no carballo apagóuselle o farol : “¡Deus me acompañe!, ¿como hei facer para pasar esta carballeira?” Cal non sería a súa sorpresa cando sintiu berrar a Sr. Salud, ao tempo que baixaba do carballo: “Acompáñote eu. Non teñas pena”.