

**TÍTULO: MEDICINA TRADICIONAL ANDINA, LAS PLANTAS MEDICINALES
APLICADAS A PACIENTES CON COVID – 19. RIOBAMBA/2021**

**TRADITIONAL ANDEAN MEDICINE, MEDICINAL PLANTS APPLIED
TO PATIENTS WITH COVID - 19. RIOBAMBA/2021**

**AUTORES: DANIEL OSWALDO LAZO TIGRE. ESTUDIANTE DE NATUROPATÍA
LIC. IVÁN DELGADO M. MSc**

RESUMEN:

En este ensayo académico se realizó una amplia revisión bibliográfica donde se justifica el uso de la Medicina Tradicional Andina, sus Plantas Medicinales, un producto natural para el tratamiento de pacientes con COVID-19; la utilización de este producto es una ventaja ante otros productos animales o sintéticos que pueden representar un peligro para la salud humana.

Palabras claves: Ensayo académico, Medicina Tradicional Andina, Plantas Medicinales, Producto Natural, COVID-19.

ABSTRACT:

In this academic essay, an extensive bibliographic review was carried out where the use of Traditional Andean Medicine, its Medicinal Plants, a natural product for the treatment of patients with COVID-19, is justified; The use of this product is an advantage over other animal or synthetic products that may represent a danger to human health.

Keywords: Academic essay, Traditional Andean Medicine, Medicinal Plants, Natural Product, COVID-19.

INTRODUCCIÓN:

Antecedentes

A lo largo de los años, diferentes culturas andinas han desarrollado una serie de conocimientos y prácticas para proteger y restaurar la salud de sus miembros, muchos de estos conocimientos y prácticas provienen de la época anterior al Imperio Inca; desde entonces, la medicina tradicional andina ha sido considerada como un tema extremadamente diverso en un contexto

multicultural, que puede definirse como la suma de conocimientos, técnicas y procedimientos basados en diferentes teorías, creencias y experiencias locales de diferentes culturas, utilizada para la salud, prevención, diagnóstico, mejora o tratamiento de las enfermedades físicas y mentales que pueda sufrir el ser humano; ayudando a mantener la salud en el equilibrio frío y cálido del mundo y en la mente animista.

El uso de la medicina tradicional andina en el ser humano juega un papel de don sagrado, y su intervención se basa en restablecer el equilibrio a través de rituales y plantas medicinales. Se trata de la aplicación de un conjunto de conocimientos y rituales de propiedad colectiva de pueblos y comunidades indígenas y afrodescendientes; estos conocimientos, canciones y rituales han sido adquiridos mediante la posesión y uso de la biodiversidad por generaciones para hacer frente a enfermedades humanas, o espirituales; este conjunto de conocimientos propios trata de explicar la etiología, patología, procedimientos de prevención, diagnóstico, pronóstico, curación y rehabilitación de enfermedades. (1) (2)

La naturaleza nos proporciona una amplia variedad de plantas medicinales, las cuales tienen poderes curativos y pueden ser utilizadas en pacientes, ya sea por inmersión, aplicada directamente en una determinada parte del cuerpo con una enfermedad, o en infusión para lograr la recuperación total o mejorar la salud.

El covid - 19 es un virus de ácido ribonucleico con una envoltura esférica, se caracteriza por presentar picos en su superficie, pertenece a la familia de los coronavirus y se identifica por atacar principalmente al sistema respiratorio de los pacientes. Este virus puede causar desde el resfriado común a una enfermedad respiratoria compleja o grave. (3)

Bajo esta circunstancia, estudiaremos la aplicación de la medicina tradicional andina a pacientes con Covid-19 de la ciudad de Guayaquil mediante el uso de plantas medicinales que contienen sustancias útiles, las cuales son llamadas por la medicina alópata principios activos que por su eficacia pueden usarse para prevenir o tratar el Covid-19.

Ecuador es un país transcultural y multicultural con creencias ancestrales transmitidas de generación en generación, por lo que tiene características únicas y diferentes en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades; y su amplia gama de plantas medicinales se utilizan para la salud y rehabilitación de pacientes. (4)

Cabe mencionar que los compuestos de las plantas medicinales a menudo no se distribuyen uniformemente por toda la planta, sino que se concentran en determinadas partes u órganos,

como flores, hojas, raíces o semillas. La comunidad sabe que las plantas medicinales son seres vivos y tienen poderosos efectos curativos. (1)

DESARROLLO:

Medicina Tradicional Andina

En el siglo XXI, las ventajas de la medicina occidental y los modelos biomédicos continúan superando a otros subsistemas de salud, como la medicina ancestral y la medicina alternativa.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la medicina tradicional como “la suma de conocimientos, habilidades y prácticas basadas en teorías, creencias y experiencias indígenas de diferentes culturas, independientemente de que se pueda explicar o no, que se utilizan para prevenir y mantener la salud). (4)

Se consideran sinónimos en nuestro medio: medicina andina, medicina ancestral o medicina indígena.

Los responsables de aplicar los conocimientos andinos en la práctica diaria de la medicina son hombres y mujeres sabios, también conocidos como Yachak, quienes tienen un profundo conocimiento de los usos curativos de las plantas y los rituales de limpieza y curación; Yachak es el santo más prestigioso; un tipo de persona que resuelve fracturas o dislocaciones articulares, fugas venosas, cortes, exfoliaciones y fijación de extremidades lesionadas; parteras, que atienden a las mujeres durante el embarazo, el parto y el puerperio. (5)

La medicina andina ha sido devaluada por la hegemonía científica, ha sido desacreditada y olvidada por las élites urbanas. Sigue aplicándose a la población de las zonas rurales de nuestra región, quienes prefieren utilizar los recursos que brindan la naturaleza o las tradiciones orales transmitidas de generación en generación; su diagnóstico, tratamiento y procedimientos curativos.

El cuerpo y el espíritu están integrados; en el Ecuador, las raíces de esta práctica se remontan hace 10.000 años y se distribuían convenientemente en piedras de diferentes tamaños, formas y colores en donde tallaba sobre ellas, los documentos de interés los dejaban en gruesos troncos de madera lavados y tallados, así como sellos tallados en arcilla y cilindros de madera.

El conocimiento sobre el uso de plantas con propiedades medicinales en los rituales de curación no es ajeno, en el actual territorio ecuatoriano existe evidencia de que varios pueblos de los Andes, la costa y la Amazonía tienen esta práctica; a través de investigaciones antropológicas

se ha determinado que la cultura prehispánica utilizó plantas medicinales, algunas de las cuales inclusive tienen propiedades alucinógenas.

COVID – 19

El coronavirus es una amplia familia de virus, algunos de los cuales tienen la capacidad de transmitirse de animales a humanos. Producen cuadros clínicos desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV) y el coronavirus que provoca el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV).

El nuevo coronavirus se llama SARS-CoV-2, y esta enfermedad se llama Enfermedad por coronavirus 2019 (COVID19).

Es un nuevo tipo de coronavirus que afecta a los humanos. Se descubrió por primera vez en Wuhan, provincia de Hubei, China, en diciembre de 2019. En cuanto a la enfermedad que produce, aún quedan muchos problemas desconocidos: COVID-19. (6)

El Covid – 19 ha generado un gran impacto a nivel mundial, este virus causa principalmente una enfermedad de carácter respiratorio en los seres humanos presentándose como una amenaza ante la sociedad. Gracias a la existencia de plantas medicinales podemos ayudar a prevenir y en la mayoría de los casos curar a las personas que se han contagiado con este virus, según su frecuencia de uso o consumo. Podemos decir que un alto porcentaje de la población recurrió al uso de las plantas medicinales como opciones para la prevención y tratamiento del virus.

El virus realiza una radiación simple y sostenible a través del aire, principalmente a través de pequeñas gotas o partículas producidas por la persona infectada después de respirar, toser, estornudar o hablar. Los síntomas comunes incluyen principalmente fiebre, tos, fatiga, dificultad para respirar y pérdida de la sensibilidad, como el olfato y el gusto. El período de incubación varía de uno a catorce días. Una de las principales medidas recomendadas para prevenir infecciones es mantener una distancia social de al menos 2 metros, lavarse las manos con frecuencia, quedarse en casa cuando aparezcan los síntomas, cubrirse la boca con una mascarilla y no tocarse la cara. (10)

Plantas medicinales

Podemos encontrar en el mundo vegetal el secreto para embellecer, calmar y curar el cuerpo humano.

La recolección se realiza cuando los principios activos de la planta estén maduros, pues hay que tener en cuenta que las hierbas secas irán perdiendo gradualmente sus propiedades. Las flores deben recolectarse frescas y secarse con papel limpio; las hojas deben recolectarse antes y durante la floración y colocarse en papel o rejillas; las hojas marchitas y los escombros deben eliminarse de toda la planta; las semillas y frutos generalmente no requieren ningún tratamiento; la corteza y las raíces deben tomarse de ejemplares jóvenes.

Plantas analgésicas

Son aquellas que alivian o eliminan el dolor, aunque generalmente se refiere a un grupo de fármacos que tienen esta función, la situación real es que es normal que el término se utilice para cualquier sustancia o fármaco que tenga este efecto terapéutico. Desde la perspectiva de la sustitución natural, la fitoterapia nos proporciona todo un conjunto de plantas y hierbas medicinales, que nos ha sido proporcionada por la naturaleza desde que nuestros antepasados las usaban como remedios naturales y caseros.

Estas plantas medicinales se pueden utilizar externamente (mediante aceite o pomada) o internamente (mediante infusión o decocción).

Entre las principales plantas y hierbas analgésicas están:

- Amapolas
- Cúrcuma
- Jengibre
- Harpagofito
- Hipérico
- Lúpulo
- Pasiflora
- Valeriana

Plantas antisépticas

Los conservantes, del griego anti (previene) y séptico (putrefactor), son sustancias antibacterianas que se aplican a los tejidos vivos o la piel para reducir la posibilidad de infección, sepsis o putrefacción.

Eucalipto (*Eucaliptus globulos*): Conocido en todo el mundo gracias a sus virtudes antisépticas. Trata las infecciones pulmonares, los resfriados, las gripes y los dolores de garganta.

Estragón (*Tagetes lucida*): Antiséptico contra la diarrea y la disentería. Una importante planta medicinal de América central. Uso ancestral por los Mayas y Huichols.

Manzanita (*Arctostaphylos uva-ursi*): Conocida por sus propiedades antisépticas. Antiséptico urinario.

Salvia (*Salvia officinalis*): Antiséptico. Antiasmático. Favorece la expulsión de los gases. Regula el sudor y el ciclo menstrual. Salvia viene del latín “salvare” que significa curarse. Comprendemos mejor así el interés de sus numerosas virtudes.

Tomillo (*Thymus vulgaris*): El tomillo es una planta medicinal que se aplica para tratar infecciones del sistema respiratorio. Expectorante y antiséptico, limpia los pulmones cuando se sufre de tos o infecciones, y posee propiedades antioxidantes y combate el envejecimiento.

Plantas antipiréticas

Son plantas que ayudan a reducir la fiebre, también se denominan antifebriles o antitérmicas. Cabe mencionar que la fiebre es un fenómeno que conduce a un aumento de la temperatura corporal, frecuencia respiratoria y frecuencia del pulso.

Entre las plantas más conocidas tenemos:

- Sauce
- Limón
- Manca paquil
- Tilo
- Albahaca
- El Saúco

Empleo y preparación de las Plantas Medicinales

Las preparaciones más comunes que se pueden realizar son:

Infusión o té de hierbas: ponga la planta en una taza o recipiente de barro. Se hierve el agua en una olla que no sea de aluminio, después de hervir se vierte sobre las plantas y se tapa, deje reposar de 10 a 15 minutos y luego cernir, de esta forma, no se perderá el aceite esencial que libera la planta. A través de la infusión, se extraen una gran cantidad de sustancias activas, y su estructura química se mantiene casi inalterada, por lo que sus características se conservan al máximo. Se puede almacenar durante 12 horas. Si necesita recalentar, no lo hierva.

Cocción o decocción: Se usan las partes leñosas o duras de las plantas (hojas, raíces, corteza, tronco y semillas). Este método se utiliza para permitir que las plantas liberen sus ingredientes activos de una mejor manera. Ponga el agua en un recipiente que no sea de aluminio o de hierro y hiérvala, cuando hierva agregue las plantas, si son semillas u hojas pequeñas, hierva de 3 a 10 minutos. Colocar la tapa y dejar reposar otros 15 minutos antes de filtrar. Las raíces y la corteza más duras deben hervirse durante 10 a 15 minutos. Si se almacena en el refrigerador la preparación se puede utilizar durante varios días, pero no debe exceder una semana.

Maceración: Para extraer los principios activos de las plantas o sus partes a temperatura ambiente, se utiliza principalmente agua como disolvente (también se puede utilizar alcohol o aceite). Colocar las plantas picadas en agua en un recipiente que no deje pasar la luz, se realiza a temperatura ambiente durante un tiempo determinado (de 12 a 24 horas, dependiendo de la dureza de la parte de la planta), remover la mezcla y finalmente colar. White señaló en el libro Hierbas del Ecuador: “Los productos cocidos en agua fría retienen al máximo los componentes volátiles, y solo extraen la mínima cantidad de sales minerales y componentes amargos. Cuando el líquido que se usa como solvente es aceite o alcohol, cuando no es agua, la pasta se puede almacenar hasta por un mes.

Tintura: Es una solución a base de alcohol (que utiliza etanol al 95%), a través de la cual se pueden extraer ciertos principios activos de plantas (solubles en alcohol) en altas concentraciones. Se prepara sumergiendo plantas totalmente secas y trituradas en alcohol durante dos o tres días a temperatura ambiente, o hasta 15 días en el caso de algunas plantas. Generalmente se hace en una botella de color ámbar, y se puede usar alcohol puro o bajo en alcohol (etanol) diluyendo alcohol con agua, por ejemplo: al 70% es 70 partes de alcohol y 30 partes de agua (no use nunca metanol).

Vaporizaciones o Inhalaciones: Hervir 1 litro de agua y agregar un puñado de hojas de eucalipto. Dejar hervir 5 minutos y apagar el fuego. Con una toalla grande, cubrir la cabeza sobre la olla que contenga la decocción y hacer inhalaciones hasta destapar las vías respiratorias.

Cataplasmas: Se muele la semilla o la planta, vierta una pequeña cantidad de agua hirviendo en las distintas partes de las plantas para humedecerlas. Aplica la planta empapada en la zona afectada y cúbreala con un paño exprimido en agua hirviendo. Cambie la tela después de enfriar.

Emplastos: Se muele la semilla o la planta, vierta una pequeña cantidad de agua hirviendo en las distintas partes de las plantas para humedecerlas. Coloca las plantas empapadas y

calentadas entre dos trozos de tela y aplica sobre la zona que queremos tapar. Reemplaza las hojas cuando se hayan enfriado.

Baños de hierbas: pueden ser completos (en la bañera) o parciales (lavado parcial). Se realizan principalmente con decocciones o infusiones de plantas.

Plantas medicinales utilizadas para pacientes con COVID-19

La manzanilla

Es una hierba aromática que se ha utilizado con fines medicinales durante siglos. Su nombre botánico es *Matricaria Recutita*. Es una hierba anual, de hasta 40 cm de altura, con tallos cilíndricos, erguidos, ramificados y de fuerte aroma. Sus hojas aparecen alternativamente y son de color verde oscuro. Es común en climas templados. Es originaria de Europa y se introdujo a los Estados Unidos donde se comercializa y cultiva ampliamente. La parte medicinal utilizada son las flores. (8)

Ginkgo Biloba: Es una planta medicinal de Asia, sus hojas se han utilizado durante más de 2.000 años para tratar diversas enfermedades, principalmente relacionadas con el cerebro y el flujo sanguíneo. (9)

Eucalipto: Es el tipo de árbol recto, perenne y de rápido crecimiento. Hay más de 700 especies de la familia de las *mirtáceas*. Utilizado como medicina natural, es beneficioso para el sistema respiratorio; además es utilizado para la reforestación que es tan necesaria para la industria papelera. (10)

Llantén: Es una planta de la familia Plantagináceas, muy utilizada para preparar remedios caseros para el tratamiento de la influenza, el resfriado común y la inflamación de garganta, útero e intestinos.

Su nombre científico es *Plantago major*, y las partes utilizadas son sus hojas y semillas, las cuales se pueden comprar en tiendas de productos naturales, algunas farmacias y algunos mercados municipales. Sus principales compuestos activos son iridoides, y flavonoides.

Cúrcuma: Del mismo género que el jengibre, sus raíces tienen un característico color naranja oscuro o amarillo. Esta raíz se transforma en polvo, que es lo que solemos llamar condimento o colorante alimentario. (11)

Jengibre: También llamado Kion, es una planta perteneciente a la familia Zingiberaceae, que crece en todas las regiones tropicales del mundo. Puede alcanzar una altura de 90 cm y una

hoja de 20 cm. Además, consta de un tallo subterráneo, muy apreciado por su aroma y sabor especiado.

El jengibre de mejor calidad se produce en India, Australia y Jamaica; sin embargo, los más comunes son de China y Perú. Se puede utilizar como especia y planta medicinal. (12).

Canela: Es una especie muy utilizada en las recetas familiares y, lo más importante, es un ingrediente adicional en los pasteles. Sin embargo, además de ser popular por su sabor, también aporta diferentes beneficios a nuestra salud e incluso puede ayudar a tratar cierto tipo de enfermedades.

Esta especia proviene de las ramitas de canela o *Cinnamomum verum* o *Cinnamomum zeylanicum*, típicas del sur de India y Sri Lanka. A estas ramas se les retira la segunda corteza, se incluye el tinte de la misma y el aceite de la hoja. La de mayor calidad es la que procede de la capa más interna. (13)

Tilo: Es un árbol majestuoso que proporciona una sombra fresca y generosa, se ha plantado en parques, jardines y calles desde la antigüedad. Las flores de tilo se han utilizado como infusiones desde la antigüedad, como la medicina más confiable y asequible para combatir diversas situaciones de estrés. (14)

Hierbaluisa: Es una de las plantas eficaces que se han utilizado desde la antigüedad. Desde el siglo XVIII, se ha descrito como rejuvenecedor de personas débiles y con un sistema nervioso alterado. Sus hojas tienen propiedades antiespasmódicas, pueden combatir mareos y migrañas, tónico gástrico y repelente, pero quizás sea el remedio natural más recomendado para prevenir el insomnio. Es especialmente adecuado para algunas enfermedades del sistema digestivo, como indigestión, flatulencia e incluso puede combatir el mal aliento, insomnio y controlar el estrés. (15)

Oreganón: Es una hierba perenne robusta con hojas carnosas y muy fragantes, y su aroma es muy similar al del orégano común. Es ampliamente conocido y utilizado en el sureste de México. Como planta medicinal, goza de una gran reputación porque se utiliza en tos crónica, bronquitis, asma y otras enfermedades respiratorias, artritis reumatoide, epilepsia, convulsiones, hipo, dolor de estómago, dolor de oído, cólicos, fiebre, flatulencia, cálculos renales y cálculos biliares, combaten diversas infecciones causadas por hongos y bacterias, diarreas, parásitos intestinales, etc.; protegen el hígado y los riñones, tiene efectos antiinflamatorios y sedantes (ayudan a calmar los nervios y favorecen el sueño). Es ampliamente utilizado en la medicina tradicional en muchos países tropicales y actualmente es objeto de varios estudios científicos debido a su prometedor valor medicinal. (16)

Café: Es una de las bebidas más consumidas en el mundo, por lo que muchos científicos e investigadores decidieron estudiar los efectos de sus propiedades en el cuerpo humano. La mayoría de los estudios coinciden en que beber de 3 a 4 tazas de café al día es bueno para la salud porque puede proporcionar nutrición y proteger al cuerpo de ciertas enfermedades. (17)

Tomillo: Es una planta aromática que se utiliza como condimento en el norte de África y el Mediterráneo, pero además de su función en la cocción, esta hierba también tiene propiedades medicinales para tratar cólicos, dolores de estómago o flatulencias; de hecho, se ha utilizado para diferentes propósitos a lo largo de los siglos, desde ser utilizado para embalsamar por los egipcios a formar parte de los baños griegos. (18)

Protocolo en pacientes con Covid 19

Definiciones de gravedad de la OMS

- **Enfermedad crítica:** Se define atendiendo a los criterios de síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA), síndrome séptico, choque séptico u otros procesos patológicos que normalmente harían necesario realizar intervenciones de apoyo vital, tales como la ventilación mecánica (invasiva o no invasiva) o el tratamiento con vasopresores.
- **Enfermedad grave:** Se define por la presencia de cualquiera de los siguientes signos: o saturación de oxígeno < 90% con aire ambiente; o frecuencia respiratoria > 30 respiraciones por minuto en adultos y niños > 5 años de edad; ≥ 60 respiraciones por minuto en niños < 2 meses de edad; ≥ 50 en niños de 2 a 11 meses de edad; y ≥ 40 en niños de 1 a 5 años de edad; o signos de disnea grave (uso de músculos accesorios, incapacidad para terminar las frases al hablar y, en los niños, tiraje intercostal muy pronunciado, quejido espiratorio, cianosis central o presencia de cualquier otro signo general de alarma).
- **Enfermedad no grave:** Se define como la ausencia de todo signo de COVID-19 grave o crítica.

Ruta asistencial para la COVID-19

1. La ruta asistencial debe utilizarse para atender a los pacientes una vez que se les hayan aplicado pruebas de cribado para la COVID-19 sobre la base de una definición normalizada de caso, después de haber valorado los síntomas con los que cursan y tras determinar que se ajustan a la definición de caso presunto.

- En determinadas circunstancias puede utilizarse el término «personas o pacientes en estudio» para referirse a los casos presuntos.
 - Los casos probables son los casos presuntos para los que no se dispone de pruebas de detección del SARS-CoV-2 o en los que los resultados de estas no son concluyentes.
 - Los casos confirmados son aquellos en los que la infección por el SARS-CoV-2 se ha confirmado mediante pruebas de laboratorio.
2. Todos los casos presuntos, probables o confirmados de infección por el SARS-CoV-2 deben colocarse en aislamiento inmediatamente con el fin de contener la transmisión del virus.
 3. En el marco de la ruta asistencial para la COVID-19 debe tenerse en cuenta la posibilidad de que los pacientes presenten simultáneamente infecciones (por ejemplo, gripe, paludismo o tuberculosis) o enfermedades crónicas. Debe asegurarse que se prescriba tratamiento para las demás enfermedades con arreglo a los protocolos nacionales o locales.
 4. Deben realizarse pruebas a todos los casos presuntos con el fin de determinar si es necesario considerarlos casos confirmados. Hasta que no se obtengan determinaciones negativas en las pruebas analíticas, debe prestarse asistencia a todos los casos presuntos de conformidad con el algoritmo asistencial para la COVID19. Si no se dispone de pruebas, debe considerarse que los pacientes son casos probables (con base en la sospecha clínica) y se les debe proporcionar asistencia de conformidad con la ruta asistencial para la COVID-19.

Limpieza y desinfección de las superficies y espacios

- Mantener una hoja de control y seguimiento de la limpieza y desinfección de todos los ambientes y áreas del establecimiento, aplicando lo siguiente:
- Abastecimiento de insumos de limpieza y desinfección como jabón líquido, detergente, hipoclorito de sodio, toallas desechables, papel higiénico, alcohol gel al 70%, botes para basura entre otros.
- El personal de limpieza y los usuarios deben ser capacitados para la realización de los procedimientos de limpieza y desinfección de áreas según corresponda, además debe

utilizar el equipo de protección personal de acuerdo al grado de exposición. Es importante la supervisión, evaluación del cumplimiento de estas medidas.

- El procedimiento de limpieza y desinfección de las superficies de alto contacto se hará con una frecuencia de tres horas, asegurando que no quede humedad en las superficies.
- Los pisos y baños deben ser limpiados frecuentemente, al menos 3 veces al día.
- La limpieza general se hará siempre en húmedo, desde las zonas más limpias a las más sucias.
- Los productos de limpieza habitualmente utilizados deben tener la capacidad suficiente para inactivar el virus. No se requieren productos especiales.
- Se sugiere la mezcla para desinfección de 980 ml de agua, 20ml de cloro y 30 gr de detergente.
- Ventilación de espacios de forma permanente.
- En el caso de usuarios con sospecha de COVID-19, el personal de limpieza capacitada deberá ejecutar los protocolos de limpieza específicos en contagio en los lugares designados para el aislamiento, según los Lineamientos de prevención y control para casos SARS CoV2/COVID-19

CONCLUSIONES:

La naturopatía abarca una variedad de técnicas de medicina alternativa. El propósito es estimular la capacidad curativa innata del cuerpo y promover su mecanismo de equilibrio para lograr una buena salud. La medicina natural implica el diagnóstico, tratamiento y prevención de trastornos de la salud mediante el uso de remedios, métodos y materiales naturales contemplados en la medicina tradicional andina.

Siempre que exista un diagnóstico médico previo, se aplicará la medicina natural para complementar a la medicina alopática y de esta manera ayudar a curar muchas enfermedades, tratando a la enfermedad como un conjunto de desequilibrios en el campo energético del paciente, no solo para reducir los síntomas, sino también para lograr un equilibrio de emociones y órganos, para que el paciente se recupere. Para ello, se basa en la capacidad del cuerpo para regenerarse, encontrar la causa del problema y estimular las capacidades de autocuración y recuperación, cuidar la alimentación, eliminar toxinas y estimular el sistema inmunológico.

La medicina tradicional andina tiene un gran potencial para complementar las necesidades existentes y considerando las limitadas opciones disponibles para COVID-19, esta puede ser una buena opción adicional. Aunque a veces exhibe bajas expectativas, ha demostrado su efectividad de manera extraordinaria actualmente, lo que hace reflexionar sobre su innegable utilidad.

Una gran proporción de la población recurre al uso de plantas medicinales como una opción viable, eficaz y segura para la prevención y tratamiento del coronavirus. Muchas familias ecuatorianas consideran efectivas las alternativas a base de hierbas, con diferentes tipos y formas de consumo y de frecuencia de administración. Sería de suma importancia realizar mayores investigaciones sobre la medicina tradicional andina para prevención y tratamiento del COVID-19, y generar programas educativos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Maldonado, C., Paniagua Zambrana, N., Bussmann, R., Zenteno Ruiz, F., & Fuentes, A. (2020). La importancia de las plantas medicinales, su taxonomía y la búsqueda de la cura a la enfermedad que causa el coronavirus (COVID-19). *Ecología en Bolivia*, 1-5.
2. Oliveira Miranda, M., Velázquez, D., & Bermúdez, A. (2005). La investigación etnobotánica sobre plantas medicinales. *Interciencia: Revista de ciencia y tecnología de América*, 30(8).
3. Díaz Castrillón, F., & Toro Montoya, A. I. (2020). SARS-CoV-2/COVID-19: el virus, la enfermedad y la pandemia. *Medicina y Laboratorio*, 24(3).
4. Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. Hong Kong Sar, China: Organización Mundial de la Salud.
5. Morales Juma, C. N., & Pineda Cáceres, Ñ. M. (2011). Métodos y técnicas aplicados por los Yachacs del sector de Ilumán en el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades que presentan los usuarios que asisten a sus consultas de noviembre del 2010 a julio del 2011. Ibarra: Universidad Técnica del norte.
6. Ministerio de Salud Pública. (2020). Recuperado el 2021, de Coronavirus COVID-19: <https://www.salud.gob.ec/coronavirus-covid-19/>
7. De los Ángeles, M., Minchala Urgiles, R., Ramírez Coronel, A., Aguayza Perugachi, M. A., Romero Sacoto, L. A., Pogyo Morocho, G. L., Romero Galabay, I. M. (2020). La Medicina Herbaria como prevención y tratamiento frente al COVID-19. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39 (8).
8. Fuentes, T. (2015). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de La manzanilla y sus beneficios en nuestra salud: <https://www.ecoherbes.com/es/manzanilla-beneficios/>

9. Cuidate Plus. (2015). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de Ginkgo biloba: <https://cuidateplus.marca.com/belleza-y-piel/diccionario/ginkgobiloba.html>
10. Pineda, J. (2019). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de Eucalipto, Usos, Propiedades y Beneficios: <https://encolombia.com/saludestetica/medicina-alternativa/caseros/eucalipto/>
11. Funes, A. (2020). Recuperado el 2 de Junio de 2021, de Para qué sirve la cúrcuma, propiedades y beneficios: https://www.elespanol.com/como/sirve-curcuma/propiedadesbeneficios/487701525_0.amp.html
12. Cuidate Plus. (2015). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de Jengibre: <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/jengibre.html>
13. Esbocar, S. (2016). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de Propiedades de la canela: <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2016/08/28/propiedades-canela-114144.html>
14. Cebrián, J. (2019). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de Tilo, el árbol que tranquiliza: <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/plantas-medicinales/propiedades-y-beneficios-del-tilo-para-la-salud>
15. El Universo. (2020). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de ¿Qué enfermedades cura la hierbaluisa?: <https://www.eluniverso.com/larevista/2020/07/05/nota/7894254/que-enfermedades-cura-hierba-luisa/>
16. Telma, J. (2013). Recuperado el 2 de Julio de 2021, de Oreganón (Plectranthus Amboinicus): <https://telmajr.wordpress.com/2013/05/21/oreganon-plectranthusamboinicus/>
17. Rentokil. (2019). Recuperado el Mayo de 2019, de 6 beneficios de salud del café: <https://www.rentokil-initial.cl/blog/6-beneficios-de-salud-del-cafe/#:~:text=A%20las%20vitaminas%20y%20minerales,de%20envejecimiento%20y%20previniendo%20enfermedades.>
18. Escalante, J. (2019). Recuperado el 31 de Mayo de 2019, de Tomillo: propiedades, beneficios y valor nutricional: <https://www.lavanguardia.com/comer/materiaprima/20181228/453781844474/tomillo-propiedades-beneficios-valor-nutricional.html>