

**PLANTAS DE LA  
MEDICINA BRIBRI**

*Alí García Segura*

Coedición aprobada por la  
Comisión Editorial de la Universidad de Costa Rica  
y la Agencia Española de Cooperación Internacional.

Primera edición: 1994

Levantado de texto: Carla Victoria Jara

Artes finales, portada e impresión: EDITORAMA, SA.

Dirección Editorial y Difusión de la Investigación: Mario Murillo

Fotografías: William Masmela

Asesor científico: Carlos Ramos

Directora de edición: Clara Ballesteros

### **Auspiciado por la UNESCO**

© Editorial de la Universidad de Costa Rica  
Ciudad Universitaria Rodrigo Fació  
Apdo. 75-2060, San José, Costa Rica, 1994

581.634

G216p

García Segura, Alí.

Plantas de la medicina bri-bri / Alí García Segura.

-- 1. ed. -- San José, C.R. : Cooperación Española :  
Editorial de la Universidad de Costa Rica, 1994.

p. : retrs. col. ; 21 cm.

ISBN 9977-67-265-2

1 .BOTANICA MEDICA. 2. MEDICINA INDIGENA.

I. Título.

CCC/BUCR-395

Prohibida la reproducción total o parcial  
Todos los derechos reservados  
Hecho el depósito de ley

## **RECONOCIMIENTOS**

Este trabajo ha recibido un apoyo fundamental para ver la luz: la UNESCO, Nelly Román, Secretaria Permanente de la Comisión Costarricense de Cooperación con la UNESCO y Juan Chong, Director de la Oficina Subregional de la UNESCO para Centroamérica, fueron los generosos auspiciadores.

El narrador de historias, Francisco García, awá de la Comunidad de Coroma ha sido la fuente básica de la información que recoge este libro. De igual modo, Silverio Morales, oköm de la Comunidad de Coroma, fue el informante del uso de las palabras que nos acercó a las expresiones bribris. Contamos también con el esmerado trabajo sobre el texto original de Carla Victoria Jara, Profesora de Lingüística de la Universidad de Costa Rica.

Por último, agradecemos el asesoramiento científico de Marlon Valerio y Luis Poveda, Director y Curador, respectivamente, del Herbario Nacional de Costa Rica.

Nuestro agradecimiento también a William Masmela que, desinteresadamente, aportó su arte de fotógrafo.

El equipo editorial.

## INDICE

Reconocimientos .....	V
Índice .....	VII
Prólogo .....	IX
Presentación.....	XI
Introducción.....	XIII

### **1. Medicinas para las enfermedades de la parte superior del cuerpo**

- Pulí māt .....	2
- Uléchakuõ .....	4
- Mõkò.....	6
- Lökilikò.....	8
- Kõkili .....	10
- Kuõkili .....	11
- Lĩklilikò .....	12

### **2. Medicinas para las enfermedades de la parte central del cuerpo**

- Bala' .....	14
- Kinina .....	16
- Kótokicha.....	18
- Pàskua.....	20
- Iös māt .....	22
- Alámòkõl .....	24
- Botòk .....	26
- Kolòkò .....	28
- Tús-kicha .....	30
- Nãmùyibala.....	32
- Sibòkapàruwõ .....	34
- Tchékili.....	36
- Kòyökatchõ .....	38

- Dùnāwò.....	40
- Tòò.....	42
- Lùkkili .....	44
- Suëkuõñã.....	46
- Wàkili.....	48
- Vaca ták.....	50
- Sulërkili.....	52
- Sàs.....	54
- Sèdili.....	56
- Bokònkì.....	58
- Dòyökicha.....	59
- Mèkili.....	60
- Chölikili.....	61
- Kópöli.....	62
- Sóta .....	63
- Tórökicha.....	64
- Tõñõ .....	65
- Suòkili .....	66
- Dahökiliwö .....	67
- Shutö .....	68
- Kölõ, kàlmõlĩ .....	69
- Amù wiñāk .....	70
- Wi'wò .....	71
- Nãìdipàkicha.....	72

### **3. Medicinas para las enfermedades de la parte inferior del cuerpo**

- Mõlõ' .....	74
- Shirëkili .....	76
- Dòli .....	78
- Sapo kóyök .....	80

Lista de plantas .....	82
Glosario de especies en denominación bribri .....	87
Glosario de especies en taxonomía botánica.....	88

## PROLOGO

El pueblo bribri, habitante de la Cordillera de Talamanca en Costa Rica, ha conservado sus conocimientos médicos, transmitiéndolos desde hace siglos de generación en generación.

Este territorio indígena, cubierto de densa vegetación, nos recuerda, una vez más, que la población aborígen ha logrado vivir en armonía con la naturaleza. La biodiversidad de Talamanca, agradecida por el trato de sus habitantes y generosa, ha permitido a esta región configurarse como el altar de la medicina tradicional. Los médicos nativos, *awápa*, conocidos como médicos indígenas, han guardado celosamente el conocimiento acerca del poder curativo de cada planta, su aplicación, dosificación y su significado simbólico.

El olvido de las culturas indígenas -cuando no su expresa negación- ha silenciado la importante función de una medicina diferente. Los sabios depositarios de estos conocimientos, los han transmitido oralmente a sus descendientes. Los jóvenes indígenas de hoy, sin embargo, miran insistentemente hacia las ciudades, siguiendo modelos implantados desde afuera, buscando opciones diferentes y de legítima mejora de sus condiciones de vida. Los *awápa* se van llevándose para siempre los secretos que solo ellos conocen.

Paradójicamente, la agresión de los medicamentos industriales ha hecho volver la cabeza hacia el estudio exhaustivo de terapias alternativas. La medicina milenaria de los pueblos indígenas, basada en el profundo conocimiento de las propiedades curativas de las plantas, ha demostrado, empíricamente, su espacio en la lucha contra las enfermedades que siempre han perseguido a la humanidad.

Sirva esta obra bilingüe, en bribri y en español, como un pequeño reconocimiento de la cultura bribri, de difusión de sus conocimientos científicos, de su filosofía y de expresión de su lengua y su escritura.

Desde Costa Rica, nos unimos, con este fruto en las manos, a la celebración del Año Internacional de los Pueblos Indígenas.

*Carlos Ramos*  
*Ingeniero Agrónomo*  
*Agencia Española de Cooperación*  
*Internacional*

*Clara Ballesteros*  
*Directora del*  
*Centro Cultural Español*



## **PRESENTACION**

Soy indígena, portador de una cultura milenaria, pero que día tras día va muriendo sin dejar huella ni testamento, porque la cultura que llegó no hace mucho, le cambió drásticamente su forma de vivir y pensar.

Por eso me propuse escribir todos estos conocimientos y filosofía de mi pueblo, como una forma de dar a conocer la valiosa sabiduría que nuestros mayores han guardado bajo el silencio.

Como bribri, me doy cuenta de que tenemos mucho que decir y mucho que aportar para salvar lo poco que nos queda de la naturaleza. Pero nuestra sabiduría siempre se guardaba en la memoria del hombre y por ello nunca fue escrita; por eso la cultura invasora, que sólo valora lo escrito, despreció ese valor nuestro de la tradición oral.

La tradición escrita que predicaban los "civilizados" fue impuesta a los indígenas de este país y así, se ha hecho creer que el simple hecho de hablar no garantiza sabiduría ni supervivencia. Por eso cada minuto que pasa significa una mayor pérdida de nuestras tradiciones.

Los que pudimos aprender a escribir empleamos la escritura para preservar los conocimientos y enseñar a la sociedad que nuestra cultura tiene una filosofía impresionante, que serviría de mucho para entender mejor la naturaleza, la cual se está destruyendo en manos de los "civilizados"; también aportar una educación más amplia para los jóvenes de hoy y del mañana.



Ante las amenazas que día tras día reciben los poblados indígenas por parte de las culturas foráneas y la política del Estado, considero indispensable exponer nuestras razones:

¿Por qué queremos proteger los bosques, los ríos y la naturaleza en general, y no deseamos que exploten la sangre de la tierra, de la cual vivimos todos los seres?

Porque para nosotros, los indígenas, el bosque forma parte de nuestra autosubsistencia diaria; de ahí sacamos carne, plantas comestibles, maderas para construir las casas y medicamentos para cuando hay una enfermedad o epidemia.

Los ancianos nuestros saben que estamos sentenciados a muerte, por eso ellos nos piden que los escuchemos y nos cuentan toda su sabiduría para que los jóvenes que aprendan a escribir puedan preservar todos esos conocimientos milenarios en una memoria escrita que nunca podrá olvidarse.

Dicen nuestros mayores que hemos llegado a la punta del tiempo, como un reloj de arena que ya se detuvo: nuestra existencia cultural ha llegado a su fin. Para que nuestro tíoabuelo, el sol, regresara a despertarnos, se necesitaría darle vuelta al reloj de arena, para que empiece de nuevo su curso. Esto es imposible; solo podemos guardar lo poco que nos queda, por eso escribo este libro.

*El Autor.*

## INTRODUCCION

### ¿Qué es la enfermedad?

Para los bribris, a cada enfermedad le corresponde un personaje mitológico, para quien el ser humano es como una bebida, un pájaro, una planta o animal comestible, dependiendo de la enfermedad que tenga la persona.

Por ejemplo: si una persona tiene dolor de estómago, se dice que el personaje de esta enfermedad, que se llama **Iàbulu**, está tomando chocolate. Si se trata de reumatismo, se dice que el señor **Alim** está comiendo ardilla, etc.

La cultura bribri siempre ha interpretado el problema de las enfermedades de esa forma, atendiendo a las historias, en las que además, se dice que la cura no consiste en calmar el dolor, sino que hay que eliminar la enfermedad, curar la parte espiritual que está dañada y así, garantizar al enfermo una mejor salud para el futuro.

Para los bribris, un mal tiene dos partes: la corporal y la espiritual. Según nuestra filosofía, se deben curar ambas para que el paciente tenga una verdadera recuperación. No tiene sentido curar solamente la parte corporal, pues la enfermedad nos ataca cuando los espíritus del mundo de más allá nos buscan para alimentarse, como veremos en el siguiente apartado.

### Enfermedad y mitología

Para entender mejor la raíz y el efecto de una enfermedad, los bribris acuden a sus mitologías o historias, porque ahí se explican claramente los orígenes y propósitos de cada una de ellas. Se describe qué tan fuerte es su efecto, cómo se puede evitar ser víctima, y cuáles son los medicamentos que las curan.

Para nosotros, mitología, historia y cuento son una misma cosa; no hay diferencia. En este marco, nuestra historia relata el origen de todas las cosas que existen en este planeta, ya sea el nacimiento de

**Sibò** (Dios), la creación del mar, el origen de animales y cosas, y luego de los primeros seres humanos, y las relaciones entre todos ellos. La creación y la poscreación están ligadas respectivamente al tiempo de la oscuridad y al tiempo de la iluminación, con lo que se establece una división temporal fundamental.

Para un bribri, todas estas cosas fueron, son y serán verdaderas. Lo que sucedió en el tiempo de la oscuridad definió la vida que llevarían los seres humanos en el tiempo de la luz.

Todos los seres, que tenían su propia forma de vida en el tiempo de la oscuridad, sufrieron muchas transformaciones cuando **Sibò** iba a iluminar el mundo y poner en él seres nuevos. Algunos se eliminaron, otros fueron enviados a un mundo diferente o convertidos en cosas más pequeñas o más grandes.

En fin, todos estos cambios crearon descontentos entre los seres de aquel tiempo. Por eso, cuando **Sibò** crea al ser humano, aquellos personajes míticos le piden, a manera de recompensa por haber sufrido tanto, la vida de los nuevos seres. Entonces el señor **Sibò** se ofrece, pero a manera de alimento; por eso se dice que las enfermedades nos comen o nos beben.

Según nuestras historias este es el origen de las enfermedades. Entonces, un curandero debe conocer todas estas cosas con minucioso detalle para poder curar a un paciente; por eso el curandero no puede ser cualquiera, puesto que para aprender oralmente todos estos aspectos se necesitan muchos años. El curandero debe saber que la cura no es solo corporal, sino que se le debe demostrar al personaje mitológico de la enfermedad, la superioridad del médico en cuanto al conocimiento del origen del mal; con esto, los médicos indígenas se hacen respetar ante los seres de las enfermedades, y esto es lo que significa "curar bien".

### **El tabú y el cuidado del enfermo**

Hay un mal que puede enfermar a cualquier ser humano: el tabú (**bukulú**). Se produce por el contacto de alguna cosa con el hombre, luego de lo cual adquiere un espíritu que puede provocar cualquier enfermedad. El tabú es un objeto que ha sido dejado por un ser humano y que no fue movido ni tocado durante cinco días. Después de veinte días de haber sido dejado, el objeto pierde ese poder. Quiere decir que la fuerza que puede producir enfermedades dura en el objeto desde cinco días después de haber tenido contacto con una persona, hasta que se cumplan veinte días de ese contacto.

Para evitar el tabú, los bribris tratan de llevar un control de las cosas que se tocan y que se hacen diariamente, especialmente cuando hay un enfermo en la casa. Las cosas con las que se va a trabajar no deben ser dejadas por más de cinco días. Para este efecto, los bribris, por lo general, un día antes del trabajo, mandan a una persona a tocar o mover todas las herramientas que se van a utilizar en el campo.

Este acto constituye una forma de espantar a los espíritus del mal, que son los que producen tabú. Así, las personas que van a trabajar al campo, no tendrán temor de enfermar.

La persona que se encarga de espantar a los espíritus debe hacerlo por las tardes, y cuando regresa debe acostarse solo en un rincón de la casa. Nadie lo puede tocar hasta el día siguiente. De modo que esa noche, la persona no come ni tiene contacto con nadie.

Los bribris creen que, cuando una persona está enferma, se debe poner especial cuidado en evitar que el espíritu del enfermo sea visto por el espíritu del tabú.

## El *awá*, curandero o médico indígena

Estudiar para ser *awá* no es cosa que se haga por gusto, ni de la noche a la mañana. En esto es muy importante el clan al que pertenezca el estudiante, su capacidad intelectual y su



rapidez para aprender de memoria todas las historias relacionadas con la creación de las especies.

Una de las cosas que debe conocer es la división del cuerpo humano en tres partes: la parte superior, que comprende el pecho, cuello y cabeza, la parte céntrica, la cual comprende el tronco, y la parte inferior, que va del tronco a los pies. En las historias se explica la clasificación de las enfermedades según aparezcan en cada una de las partes.

También tiene que aprender las reglas de la vida en relación con todas las cosas que nos rodean. Se deben conocer las relaciones entre el alma y el mundo de los seres de la enfermedad, así como las partes vulnerables de esos seres y las dietas adecuadas a cada enfermedad.

Todas estas cosas y más son aprendidas por un aspirante al cargo de *awá*. Por eso se dice que no todos los clanes son buenos para estudiar *awá*, pues hay clanes que, por el origen que les designó el señor **Sibò**, no presentan buenos candidatos para médico.

Un aspirante a *awá* tiene que pasar la mayor parte de su vida aprendiendo las enseñanzas de sus mayores, para así poder convertirse en un verdadero médico botánico. No todos lo logran, pues se trata de un largo y sacrificado camino. El estudiante tiene que graduarse hasta cuatro veces; entre cada graduación pueden transcurrir uno o más años, dependiendo de qué tan buen alumno sea. Además, en cada graduación debe hacer un fuerte y riguroso

*Plantas de la Medicina Bribri* \_\_\_\_\_

ayuno, que comienza una semana antes y termina cuatro días después del día de la ceremonia.

## LAS PLANTAS MEDICINALES

### Los personajes de las plantas

Ya he señalado el concepto de los bribris sobre el origen de las enfermedades. Ahora se debe explicar que el uso de las plantas como medicamentos también tiene su explicación en las historias.

Sean medicinales, maderables, o simplemente arbustos, todas las plantas tienen su ser mitológico. El hecho de que la planta sea grande o pequeña, no le quita los poderes que tiene para hacer el bien o el mal, pues en su origen, en el tiempo de la oscuridad, todas por igual eran seres con forma humana.

¿Cómo sabe un *awá* cuál planta sirve para cuál enfermedad? Según las historias, en aquel tiempo, los seres de las plantas conocieron a los seres de las enfermedades. Entonces **Sibò** los puso a pelear entre sí: la planta que lograba vencer a una enfermedad quedaba designada como medicina para combatirla, y esto fue dejado por **Sibò** a los seres humanos.

Cuando un *awá* receta una planta, siempre le dice al enfermo si tiene que guardar dieta u observar cierto comportamiento, porque puede ser que esa planta tenga un personaje muy colérico. Se cree que cuando el médico está usando una planta, su personaje funge como **awá** del enfermo, de manera que la curación es trabajo de ambos. Entonces se deben guardar ciertas normas para que el **awá** mítico se sienta bien atendido, ya que él es el encargado de curar la parte espiritual.



Por todas estas razones, los bribris defienden que el uso excesivo de medicamentos es malo para la salud y para el bosque. Pues si se cortan muchas plantas, se estarían eliminando los representantes de aquellos seres que se fueron a otro mundo pero que, mediante las plantas, nos siguen protegiendo.

Si eliminamos a los representantes, nos quedaremos sin protectores, quienes se vengarían de nosotros por haber eliminado seres que tienen nuestro mismo derecho a alimentarse con la sangre de la tierra. A raíz de esa venganza, nos quedaríamos sin agua ni alimentos, y la tierra volvería a ser inhabitable, como en el tiempo cuando **Sibò** nació.



## **El cuidado de las plantas que se siembran**

Dicen nuestros mayores:

“Todas las plantas que sembramos deben cuidarse, pues si usted siembra una cosa y no la cuida, nunca va a nacer. Ya sea bejuco, árbol o banano, todo se debe cuidar.”

“También usted sabe que hay plantas con las que se debe hacer un sistema de dieta, que es una forma de cuidar. Así es como cuidábamos una siembra de maíz. Si usted quiere que su parcela de maíz esté bien y no la molesten muchos animales y que tenga buenas semillas, entonces debe hacer dieta. Así lo hacían nuestros mayores. Solíamos hacer dieta, pero bien hecha.”

“¿Cómo es esa dieta?”

“La persona que va a sembrar, lo primero que debe hacer es un trillo alrededor del lugar que se va a usar para la siembra. Este trabajo se debe hacer en una sola tarde, ya que quien lo hace tiene que dormir solo y no tener contacto con nadie durante ese día.”

“Esta persona, que por lo general es un adolescente, debe agarrar un puñado de semillas de maíz y echarlas en un guacal con agua, junto con las hojas de una planta especial. Este poquito de maíz lo siembra muy de mañana, siempre y cuando el lugar se haya alistado para sembrar.”

“El muchachito debe sembrar las semillas por toda la orilla del terreno. Cuando termina, todas las cosas que haya usado para hacer el borde, como el machete y la varilla, deben guardarse hasta que el maíz se seque.”

“Durante el tiempo que dure el maíz para secarse, el muchacho no debe tocar animales como cangrejo, pez y camarón, ni hojas como la bijagua y el platanillo. Tampoco debe tocar canasta. No puede jugar en el agua ni tirar cosas al aire. Debe bañarse ceremonialmente, es decir, echarse agua con un guacal, sentado en una piedra.”

“En todo esto consiste la dieta del cuidado del maíz; si no se cumple, no habrá buena producción: las matas de maíz se vuelven puras hojas y no tienen buenas mazorcas, y los granos se vuelven pequeñitos”.

“Nosotros decimos que cada cosa que uno siembra tiene que cuidarse, mantenerse y limpiarse. No se puede dejar una siembra olvidada.”

### **Cuidados de algunas plantas medicinales**

La planta que se llama **suékuõñã** (*Aristolochia odoratissima*), no debe ser sembrada por una mujer, porque entonces pierde el poder médico que tiene. Solo el hombre debe sembrarla, cuidarla y prepararla como medicamento. Si esta planta se corta mucho para hacer medicina, se muere; por eso hay que cuidarla desde que se siembra la estaquita.

Esta es una planta tipo enredadera; debe sembrarse junto al tronco de un árbol, para que tenga mucha sombra, y su alrededor debe mantenerse muy limpio.

El bejuco de *Aristolochia odoratissima* se usa como medicina contra la mordedura de serpiente. El tallo puede rasparse o machacarse; luego se echa en un guacal con agua y se deja reposar una media hora. Cuando se está usando como medicina, nadie puede ver al enfermo, solo la persona encargada de cuidarlo.

La planta llamada **vaca ták** (*Begonia multinervia*) se encuentra en la montaña y lo que se siembra son las matitas. Después de sembrada, se debe mantener limpia y con mucha sombra; si se siembra en campo abierto, no crece, y a veces se muere. Pero esta planta no se cuida como la *Aristolochia odoratissima*, ya que puede ser sembrada por hombre o mujer sin diferencia de nada.

De la planta llamada **Nāmũyibala** (de la familia *Cactaceae*. *Pereskia grandifolia*), lo que sembramos es la ramita. El cuidado de esta planta no es difícil como en el caso de las anteriores; pero cuando se va a usar como medicamento, se deben observar ciertas reglas. Por ejemplo, la persona que hace la preparación debe ser un menor de edad. Además, no se puede preparar la cáscara para la medicina en una olla que haya tenido maíz seco, ni donde se prepare el chocolate, pues así son los cuidados de esa planta.

Para los **awápa** bribris, la enfermedad puede ser la manifestación de que se violó alguna norma del comportamiento moral, o de que no se cumple a cabalidad con el respeto debido a la existencia de algo o alguien.

Se emplearán las abreviaturas:

**F:** Familia

**NC:** Nombre científico

**NV:** Nombre vernáculo,

para identificar las plantas citadas.

**1. MEDICINAS  
PARA LAS ENFERMEDADES DE LA  
PARTE SUPERIOR DEL CUERPO**

**Puli māt**

**F:** *Costaceae*

**NC:** *Costus sp.*

**NV:** *Caña agria*

*Descripción de la planta:* Planta de la familia de la Caña agria. Reciben este nombre vernacular varias especies de difícil separación.

Llega a medir hasta 2 m. de altura, tallos gruesos y suculentos.

*Usos:* Para dolor de cabeza y dolor de oído.

*Preparación:* En caso de dolor de cabeza, se cocinan las raíces y la persona debe bañarse la cabeza todas las tardes hasta que se cure. Para el oído, cuando el tallo está todavía tierno se corta y se tuesta; luego se exprime para sacarle el agua; ésta se pone de gota en gota en el oído que duele. Debe hacerse por lo menos dos veces al día.

*Mĩkã se' wòki délènē böë e' ã i wiñãk e' lèke; e' diò tèke sé wòki kĩ tsóli tsóli. Ie' dulù tskírke dò bèrie é téeke mèkèwã bó ã, mĩkã é kutùnēwã, é tã i ñàtèke chikĩ chikĩ diò bterrè. E' diò bà tèke se' kuõñã ã, kuõ dëlèr kepé.*



## Ūléchakuõ

**F:** *Meliaceae*

**NC:** *Guarea grandiflora* D.c.

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Es un arbusto que puede llegar a alcanzar unos 10 metros y ocho centímetros de diámetro; tiene unas frutas grandes que cuelgan en pares de la rama.

*Uso:* Contra la tos.

*Preparación:* La cascara debe cocinarse muy bien en agua, la cual luego se usa como medicina.

*Dosificación:* Mayores: medio vaso, niños: dos cucharadas; tres veces al día.

*E' rō kál. E' kuólit tcheke e' lèkèkã e' diò ba kuèke ka dëlèr kī, kà dëlèr kipe, i wa kēnēwēke bòtōkicha ññwe dò mīkã i dëlèr chòwã.*

*Ūléchakuõ.* De *ulé* 'mosca chiquizá' y *chãkuõ*, un pegamento.





## **Mokó**

**F:** *Zingiberaceae*

**NC:** *Hedychium coronarium* König.

**NV:** *Flor de San Juan*

*Descripción de la planta:* Es una planta que crece más de metro y medio y tiene una flor blanca, con un agradable olor.

*Uso:* Contra el dolor de cabeza.

*Preparación:* Se cocina la planta, con el agua se hace un baño de vapor y se moja la cabeza todas las mañanas durante ocho días.

*E' lékékã é bà eke, se' wòki dèlèrke e' kī, ènã i dì wa se' wòki ñwèke bulàmĩ bulàmĩ døkã domingo èka.*



## **Lökilikó**

**F:** *Piperaceae*

**NC:** *Piper sp.*

**NV:** *Candelillo*

*Descripción de laplanta:* Es una planta que crece como cinco metros de altura, de hojas muy anchas, con un olor muy fuerte. Existen en Costa Rica más de noventa especies de *Piper*.

*Uso:* Contra el dolor de cabeza.

*Preparación:* La hoja se calienta en el fuego y luego se le unta grasa. *Aplicación:* La persona debe amarrarse la hoja caliente untada de grasa en la cabeza y dejarla ahí unos quince minutos.

*Suwòki dèlèně bö ë, e' tã i kóyök sé pàlbewéẽ bóki; èwa kiò tièkã i kī, kuòkī tã i mũèwã se' wòki mĩkã, ë'e i mèkèatchënã dò kùkùně tã i yétsãně.*

**Lökilikó.** De **lö** 'zopilote', **kili** 'símbolo de algo' y **kò** 'pluma, hoja, pelo'.



## **Kökili**

**F:** *Menispermaceae*

**NC:** *Cissampelos pareira L.*

**NV:** *Venadero*

*Descripción de la planta:* Bejuco de prados escandente, que crece en lugares con abundante sol, de flores verdes.

*Uso:* Contra las cataratas en el ojo.

*Preparación:* Se recogen las puntas del bejuco cuando estén muy tiernas; se exprimen para que suelten un líquido que se recoge en un pequeño recipiente.

*Aplicación:* Se ponen dos gotas en el ojo afectado, tres veces al día.

*E' tsèke kuòkita, e' ñàtèke chikì chikì diòbelékã tsídalàla, e' téèke se' wòbala ã bulàmĩ, di' batà ã tsãlikö.*

**Kökili.** De **kö** 'ciempiés' y **kili** 'símbolo de algo'.

## **Kuõkili**

**F:** *Caryophyllaceae*

**NC:** *Drymaria cordata* (L.) Willd. ex Roemer R. Schultes.

**NV:** *Nervillo*

*Descripción de la planta:* Es una hierba rastrera o erecta, que puede alcanzar alrededor de 20 cm. de altura.

*Uso:* Contra el dolor de cabeza.

*Preparación:* Se cocina la cascara; con el agua la persona se hace un baño de vapor y se moja la cabeza por las mañanas muy temprano. Este baño debe hacerse por lo menos durante una semana.

*E' rō kàl. E' kuõlit lèkèkã, e' bà èke kèkara, kuõkĩtã i diò wa bulàmĩ se' wòki uñwèke, e' rō wòki dèlèr iã. E' wa kènèwèke dòkã domingo èk.*

## **Lĩkilikò**

**F:** *Solanaceae*

**NC:** *Cyphomandra hartwegii* (Miers) Dunal

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Arbusto que crece hasta cinco metros de altura; tiene flores amarillas.

*Liso:* Contra el mareo y los nervios.

*Preparación:* Las hojas pueden machacarse o cocinarse.

*Aplicación:* Uso externo. La persona debe lavarse la cara con el agua mañana y tarde hasta curarse.

*Erö se' wò tsërke shkì shkì èse kepé ie. Lèkèkã o wò siêke irik irik di' ã, e' wa se' wòskuöke.*

**Lĩkilikò.** De **lĩ** 'mareo, locura', **kili** 'símbolo de algunas cosas', y **kò** 'hoja'.

**2. MEDICINAS  
PARA LAS ENFERMEDADES DE LA  
PARTE CENTRAL DEL CUERPO**



**Bala'**

**F:** *Anacardiaceae*

**NC:** *Spondias mombim L.*

**NV:** *Jobo*

*Descripción de la planta:* Árbol gigantesco, de quince a dieciocho metros de altura.

*Uso:* Contra la tos.

*Preparación:* Se hierven las hojas más tiernas junto con hojas de limón y de zacate limón.

*Dosificación:* Mayores: un vaso; niños: dos cucharadas; tres veces al día. Debe tomarse caliente.

*E' rō kóko iã, i kòdulu lèkèkã àsh ãnã sòk kóyök tã. Se' kéchike yèmĩ tchõ' shòbòts mãñãtòkicha ñĩwe, alàralàr ã i mèkẽ cuchara bòt, èrè i yèke bámbàa.*



## **Kinina**

**F:** *Rubiaceas*

**NC:** *Chinchona pubescens Vahl.*

**NV:** *Quinina*

*Descripción de la planta:* Árbol de unos diez metros, con flores cremas.

*Uso:* Contra la calentura.

*Preparación:* Se corta el tallo; luego se raspa para sacarle un polvo que se pone en un vaso con agua y se deja reposar unas tres horas, hasta que el agua se ponga amarga.

*Dosificación:* Mayores: medio vaso; niños: dos cucharadas; tres veces al día. La persona debe tomar este medicamento con el estómago no muy lleno.

*Mìkã i dèkã bèrie, e' tã i kòlò tè e' kèwa wòdulëie, e' kè lèkukã, nìèke pólì, i kìèke irik irik, tchèsè tchõ' ã dò bèrbër tã e' miã bachà bachàa, e' yèke iõìò kékèpa tò bà dölòlò kī. E' kie dölòlò, e' kepé. Se' kéchike i yèmī tasa shóböt. Alàralar iã i mèmī se' cuchara bòt mãñãtökicha ñìwe.*



## **Kótokicha**

**F:** *Melastomataceae*

**NC:** *Topobea maurofernandeziana Cogn.*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Epífita, que crece sobre grandes árboles, flores rosadas con estambres amarillos, muy viscosos.

*Uso:* Contra la tos.

*Preparación:* El bejuco se corta en trocitos, luego se cocina hasta que suelte un sabor amargo.

*Dosificación:* Mayores: medio vaso, niños: una cucharada, dos veces al día. Se debe tomar constantemente hasta que la persona se cure.

*I kichà téeke e' lèkèkã e' yèke kòko kī. Kè rō tuàlia kóko, kéchikepa i kie e' tã ieë kòko. Yèke dò wékke se' buànèñe e' tã. Se' kéchikepa i yèmī vaso sháböt bötökicha ñiwe alàralàr ñiès, èrè alàralàr iã i mèke cuchara èt è.*

**Kótokicha.** De *kó* 'tos', *to* 'similitud' y *kichà* 'bejuco o cuerda'.



**Pàskua**

**F:** *Caesalpinaceae*

**NC:** *Cassia reticulata Willd.*

**NV:** *Saragundí*

*Descripción de la planta:* Árbol que crece de ocho a diez metros de altura; tiene flores de color amarillo.

*Uso:* Contra la sarna o rasquiña.

*Preparación:* Se cocinan las hojas y luego se deja enfriar el agua.

*Aplicación:* La persona debe bañarse con el agua todas las tardes durante una semana.

*E' kóyök kelèkewa, e' lèkèkã se' pàlok, mĩkã se' mĩka tãìë kíñã o dàli bunnéka e' tã. Se' kówöta e' wa kuök kèkarè tsàlĩ tsàlĩ dòkã díwö pàköl kè.*





**Iös mât**

**F:** *Amaranthaceae*

**NC:** *Alternanthera* sp.

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Planta pequeña de no más de un metro de altura, con hojas rojizas.

*Uso:* Contra la sarna.

*Preparación:* Se cocinan las hojas y luego el agua se deja enfriar.

*Aplicación:* La persona debe bañarse con el agua todas las tardes hasta que se cure.

*E' rö kíñã iã. Mĩkã alàralàr pà bunnèkã, e' tã be' ie' lèkã bua' tòki tã tsãlĩ se' mĩk d`ali tso' e' kówõtã kuòk i wa, e' dò mĩkã ie' buànènẽ e' tã.*



## **Alámòköl**

**F:** *Araceae*

**NC:** *Dracontium pittieri* Engl.

**NV:** *Hombrón*

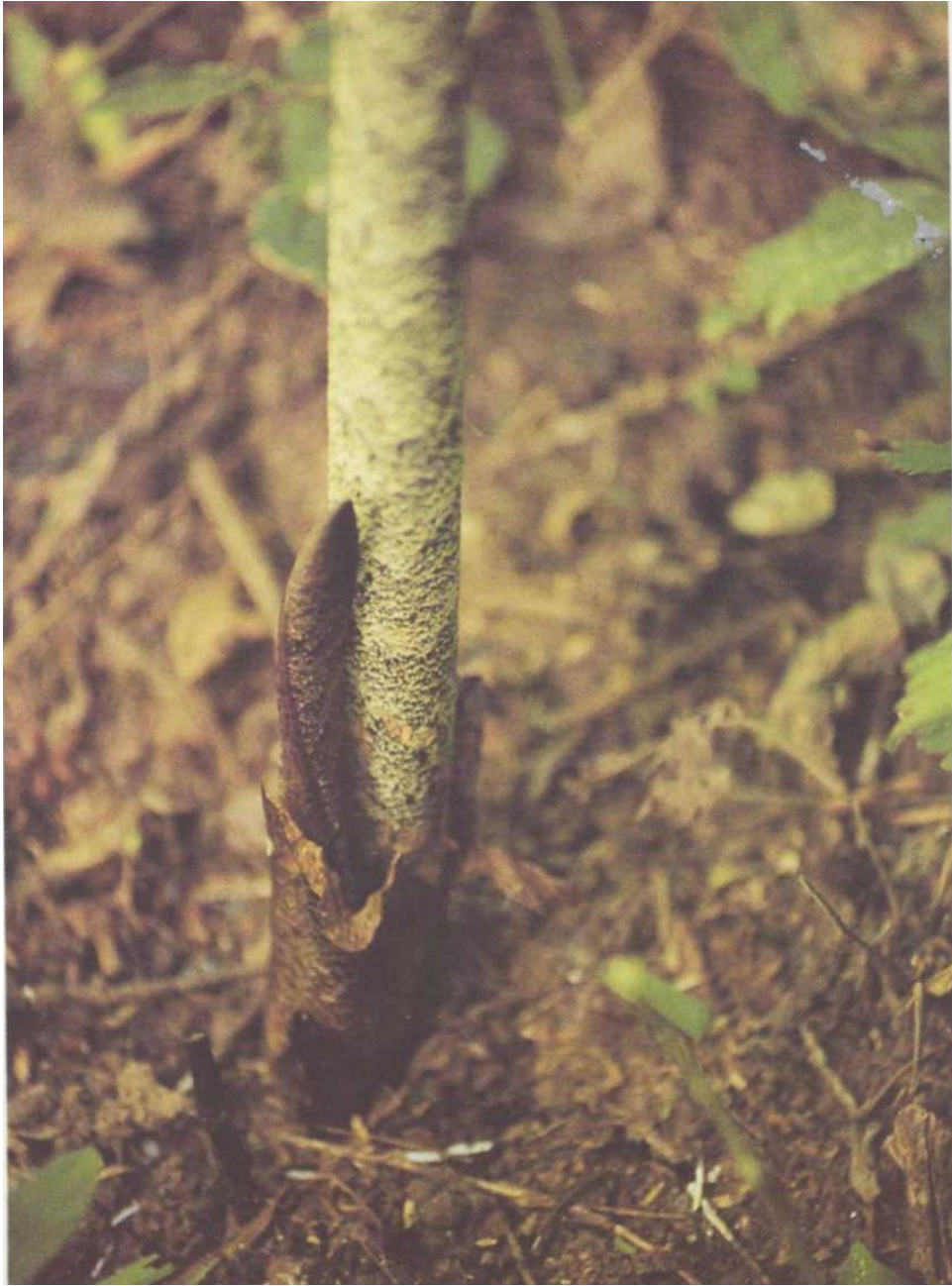
*Descripción de la planta:* Planta que crece unos dos metros de altura; su tallo es muy suave y tiene colores semejantes a los de la víbora.

*Uso:* Para reventar un divieso.

*Preparación:* Se busca una planta grande; se saca la raíz más gruesa y se pela. Cuando la raíz ya está resbaladiza, se pone sobre el divieso. La humedad de la raíz mantiene mojada la piel sobre el divieso; así se va absorbiendo hasta que la pelota revienta.

*E' rō skuèk tsikówã, ie' wì tànẽ bēriebulu, e' tã i kōlò ò tã. E' wiñõk ã i yèkètsã diãẽ; e' wíwö pàikekèke irik irik. E' batséwã be' tō wè skuèk tchër e' ã, e' tō skuèk kùyee, dò kùkùnẽ tã i tsikìnãẽ.*

*Alámòköl.* De *alá* 'trueno' y *mòköl* 'rifle, arma'.



## **Botòk**

**F:** *Lecythidaceae*

**NC:** *Grios cauliflora L.*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Árbol muy grande, de unos quince metros de altura.

*Uso:* Contra la calentura y contra una enfermedad que se llama en bribri **ták** (fiebre de aguas negras).

*Preparación:* Se cocina la cascara.

*Dosificación:* Mayores: medio vaso tres veces al día; niños: una cucharada dos veces al día.

*E' rö bàrlölò ãnã ták kepé. Ie' kuólit dià tchèke e' lèkèkã, e' mèche se' kirirke e' ã kùku kùku. Alàralàr ã i mèche cuchara èt, diwö bòtkë.*



## **Kolòkò**

**F:** *Piperaceae*

**NC:** *Piper auritum* Kunth C.DC.

**NV:** *Anisillo Imperial*

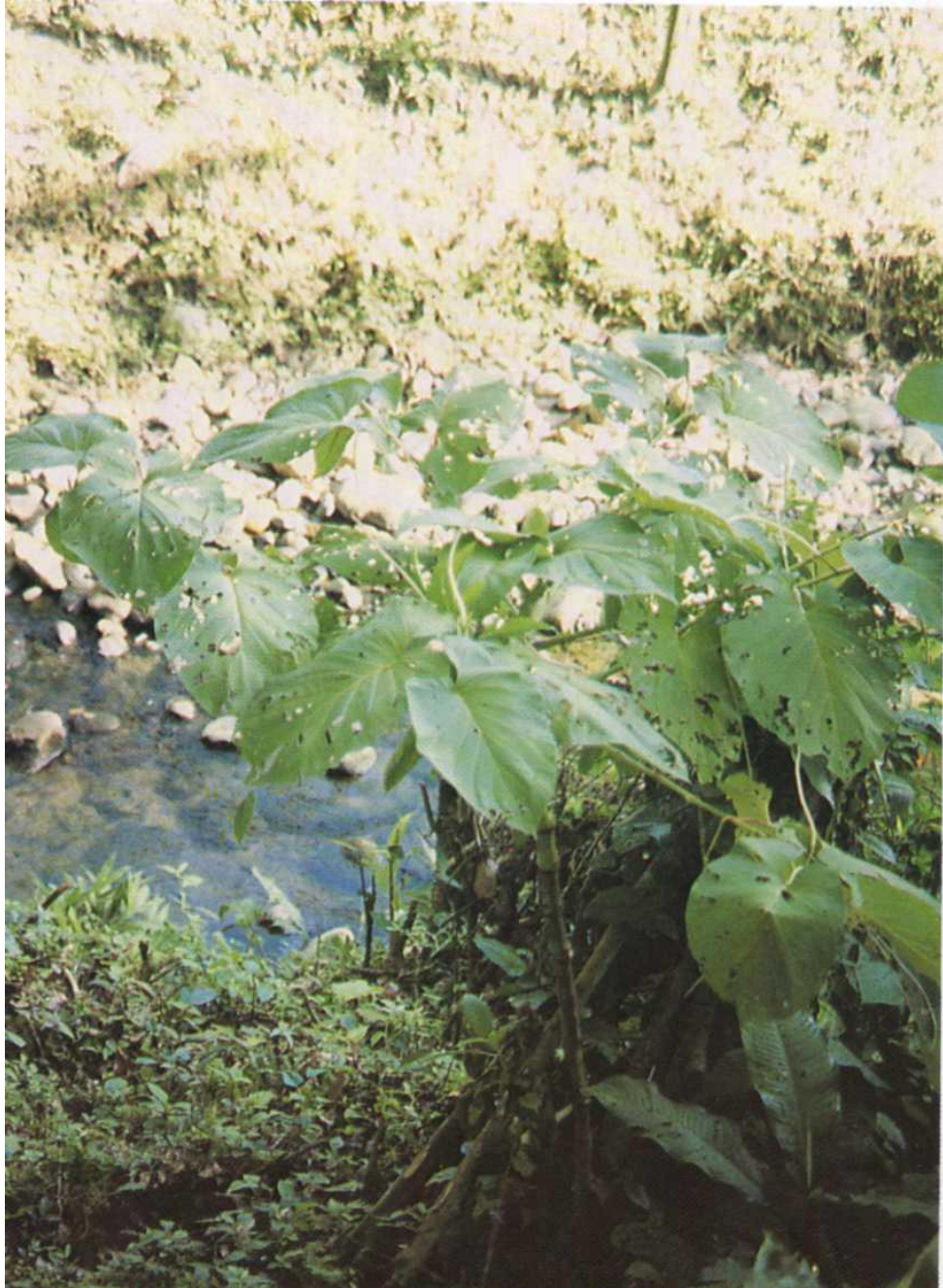
*Descripción de la planta:* Arbusto de unos dos metros de altura, con un fuerte olor a anís.

*Uso:* Contra la sarna.

*Preparación:* Se saca la raíz y se muele en piedra; luego se envuelve en una hoja y se deja para otro día.

*Aplicación:* La persona debe bañarse y luego frotarse con el paquete de raíz molida. Debe hacerse por lo menos durante ocho días.

*E' rö kuöie ñã kũék. E' tã mĩkã i wĩñãk dè bèrie e' tã i bièkèlur wèeke ákki, bikéwã bua' ë mètër. Mĩkã be' pàa bònèkã irirì, e' tã be' ë' pàskuèe bua' e' kĩ be' i tièkã ès i mèãt. E' kènèwèmi be' díwö pàköl.*





## **Túskicha**

**F:** *Arecaceae*

**NC:** *Cryosophila guagara P. Allen*

**NV:** *Escoba*

*Descripción de la planta:* Palma con espinas.

*Uso:* Contra dolores en el corazón.

*Preparación:* La raíz tierna debe machacarse, luego se deja reposar en agua unas cuatro horas.

*Dosificación:* La persona debe tomar media taza tres veces al día.

*Túskicha ér mǐkã lölöla, e' tã i ñǎtèke chĩki chiki. Ñièkèwã di' ã dò èlke kè e' tã i yèke se' sulèwö ã i yi dëlërke e' kĩ ie' i yèmĩ mǎñǎtökicha ñĩwe.*



## **Nāmùyibala**

**F:** *Cactaceae*

**NC:** *Pereskia grandifolia* Har.

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Árbol que crece unos diez metros de altura; tiene muchas espinas, y flores amarillas.

*Uso:* Contra dolor en el corazón.

*Preparación:* Se machaca un pedazo de corteza, se cocina en agua y, una vez cocinado, se cuela y se utiliza el líquido.

*Dosificación:* Se toma medio vaso tres veces al día hasta curarse.

*E' rō sulé dëlér e' ã. Mìkã se' shù ã i dëlèñē wés sulé ès, e' rō se' suléwö shò kë wà se' suwõ'tsók, e' rō íyi dilí. E' se' iã ie' kuwólit e' lèke e' yèke i kã, se' i yèmĩ tchõ' èt bulèmĩ tchó' èt sólĩ.*



## **Sibòkapàruwö**

**F:** *Caesalpíniaceae*

**NC:** *Bauhinia guianensis Aub L.*

**NV:** *Escalera de mono*

*Descripción de la planta:* Bejuco que crece en los árboles, especie matapalo.

*Uso:* Contra el dolor de cintura.

*Preparación:* El bejuco se pica en trocitos y luego se cocina; el agua se usa como medicamento.

*Dosificación:* Un vaso cuatro veces al día.

*E' rö se' kòwö dèlèrke e' iã ãñã nã̀duwè iã, kó's iyi dèlèrke se' shù ã e' iã. Iyi kichà sé téeke, wótèlor dulèè lèkã; e' diò yèke kùku, kùku. Tchõ' èt tchètökicha ñ̀wèk.*

**Sibòkapàruwö.** De **Sibò** 'Dios' y **kapàrawö** 'cinturón'.



## **Tchékili**

**F:** *Asteraceae*

**NC:** *Neurolaena lobata* L.

**NV:** *Gavilana*

*Descripción de la planta:* Plantas que crecen en rastrojos\* y a la orilla de los ríos; no más de dos metros y medio de altura; las flores son de color amarillo.

*Uso:* Contra el dolor de estómago.

*Preparación:* Se exprimen las hojas en un recipiente con agua; luego se cuele y se toma el agua.

*Dosificación:* La persona mayor puede tomar un vaso; un niño, dos cucharadas. Solo se debe tomar cuando el dolor es muy fuerte.

*Sé diò belèke e' yèke, be' shũ dèlèně bóë e' kī, èrè i yèke mīkã iyi dèlèně e' tã.  
Se' kéchikepa i yèmĩ vaso shóböt, alàralàr cuchara bòt.*

**Tchékili.** De *tchë* 'mezquindad' también 'bilis', y *kili* 'símbolo de alguna cosa'.

\* Rastrojo: lugar que ha sido chapeado.





## **Kóyökatchö**

**F:** *Papilionaceae*

**NC:** *Machaerium sp.*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Árbol que crece de diez a doce metros; tiene muchas espinas en el tallo y las ramas.

*Uso:* Para dolores de la menstruación y de la cintura.

*Preparación:* Cuando es un árbol grande, se saca cascara del tronco; cuando es pequeño, se cortan los tallos en trocitos. En ambos casos, se cocina y se deja en el agua hasta que el líquido esté bien tinto.

*Dosificación:* Mayores: un vaso; niños: dos cucharadas; tres veces al día.

*Dieta:* Mientras la persona esté tomando este medicamento, no puede comer chile, pejibaye, carne de cerdo, ni comer con mucha sal ni mucha grasa.

*E' rö bua'ëmë làkölpá iã, sî' dawè kepé. Wëpa iã kówö dalèr kepé. Mîkã bërie i di, e' tã i kuwò tchèkèlor. Mîkã tsîr i di e' tã i tèeke wòdèlèrìe kuòkîtã i lèkèkã, e' diò yèke. Mîkã se' i yémîtchë e' tã kè se' wã dapa' katànë, dikóli ñãnë, dayè katànë tãî, enã kiò aññes kóchi kës katànë ñîë. I yèke tchõ' èt, alàralàr cuchara èt mãñãtökicha ñîwe.*



## **Dùnãwö**

**F:** *Cucurbitaceas*

**NC:** *Fevillea cordifolia L.*

**NV:** *Cabalonga*

*Descripción de la planta:* Bejuco trepador especie de enredadera. Las hojas tienen forma de corazón. Las frutas son alargadas y redondas, formadas por semillas grandes y aplanadas unas sobre otras.

*Uso:* Contra el dolor de estómago.

*Preparación:* Se pela la semilla y se raspa la parte más tierna; lo raspado se pone en un vaso con agua y se deja reposar unas ocho horas.

*Dosificación:* Por la mañana, antes de desayunar, se debe tomar medio vaso. Luego de esperar unos quince minutos, hay que tratar de vomitar; después de que el estómago se ha limpiado, la persona debe esperar tres horas para probar el primer bocado del día.

*E' sièke irik irik di' ã, e' yèke ò' dalèr kī, kówõtã yè bulàmikö, e' tã be' kè kówõtã chakök bèt. Tchõ' shòbòts se' kéchike i yèmī, e' ie' chõtuwòwèmī tãìè; e' tã kè i kī yèkùìã.*



## **Tòõ**

**F:** *Heliconiaceae*

**NC:** *Heliconia tortuosa* Griseb.

**NV:** *Platanillo*

*Descripción de la planta:* Planta parecida al platanillo; tiene semillas negras y duras, flores amarillas y rojas.

*Uso:* Para evitar un aborto.

*Preparación:* Se saca la raíz y se machaca junto con corteza de cacao y de jícara. Esto se pone en agua y se deja reposar unas cuatro horas.

*Dosificación:* La mujer debe tomar medio vaso tres veces al día durante cuatro días.

*E' rō làkōlpa tērèñàrkèmĩ e' iã, i wiñãk ñàtèke chikì chikĩ mè ãnã tsuru' kuö tã.  
E' yèke tchã' shōbōts mãñãtōkicha ñĩwe dō òiwō tchéł.*



## **Lùkkili**

**F:** *Bombacaceae*

**NC:** *Triumphetta lappula* L.

**NV:** *Mozote*.

*Descripción de la planta:* Es una planta de tres metros de altura.

*Uso:* Para agilizar un parto y para la diarrea.

*Preparación:* La raíz debe ser machacada; luego se deja reposar unos treinta minutos en agua. La mujer debe tomar medio vaso, luego esperar unos diez minutos para tomar otro medio vaso. Si es para diarrea, la misma cantidad tres veces al día. Niños: dos cucharadas.

*I wiñãk mẽke làkölpa kè kùr e' iã. Mĩkã i mĩã kùnũk èrè kè i kùr, e' iã i wiñãk yèkètsã ñãtèke chikì chikì, e' mẽke kùku kùku, ãññes alàralàr ténãñẽ e' iã, i mẽke tsìr tsìr, dò mĩkã ie' buànẽñẽ.*





## **Suěkuõñã**

**F:** *Aristolochiaceae*

**NC:** *Aristolochia odoratissima* L.

**NV:** *Oreja de conejo*

*Descripción de la planta:* Es un bejuco que crece en los árboles.

*Uso:* Contra la mordida de culebra.

*Preparación:* Se utiliza el tallo, que se machaca y se deja reposar en una taza con agua durante media hora. Las hojas se cocinan en agua; ésta luego se usa para bañar la parte afectada.

*Mìkã tchébě se' ketéwã, e' tã i kichà ppèke chikì, e' diò yèke ãnã i bàwèke e' wa tchébě kãñõk pàlèke.*

**Suěkuõñã.** De *suě* 'conejo' y *kuõña* 'oreja'.



**Wàkili**

**F:** *Phytolacaceae*

**NC:** *Petiveria alliacea L.*

**NV:** *Ajillo, zorrillo*

*Descripción de la planta:* Planta de medio metro de altura, con fuerte olor.

*Uso:* Contra la gripe.

*Preparación:* La hoja se cocina y se toma el agua.

*Dosificación:* Mayores: medio vaso, niños: una cucharada, cada tres horas.

*E' lèke líule, e' ró tuàlia kepé. E' yèke ñi kùku kùku. Alàralàr ã i mèke cuchara èt.*

**Wàkili.** De *wà* 'zorro hediondo' y *kili* 'símbolo de algunas cosas.'



## **Vaca ták**

**F:** *Begoniaceae*

**NC:** *Begonia multinervia Liebm*

**NV:** *Begonia*

*Descripción de la planta:* Es una planta epífita de poca altura que solo crece en las montañas; sus hojas son de color rojo.

*Uso:* Para calentura y dolor de corazón.

*Preparación:* Se cocinan las hojas. Si es para calentura, la persona debe mojarse la cabeza con el agua todas las tardes.

*Dosificación:* Para el corazón, se debe tomar dos cucharadas cuatro veces al día. Los niños, una cucharada.

*Se' bánēwã lòò èse ã. I kóyök lèkèkã e' diò wa se' kuòwèke. Enã se' shũ ã iyi dèlèně e' ã ie' se' rō buà, i diò yèke erë bichà bichà i di. Alàralàr iã i mèke cucharita kĩ kùku.*

**Vaca ták.** Se compone de la palabra *vaca* del español y *ták* 'bazo'.



## **Sulérkili**

**F:** *Orchidaceae*

**NC:** *Oncidium cebolleta* (Jacq.) SW

**NV** *No se encuentra.*

*Descripción de la planta:* Planta epífita, flores amarillas.

*Uso:* Para dolor de corazón.

*Preparación:* La planta debe ser picada en trocitos; luego se machaca y se pone a hervir; una vez que ha hervido se deja enfriar. La persona puede tomar este medicamento sin dieta.

*Dosificación:* Mayores, medio vaso, niños, una cucharada, tres veces al día.

*Se' ñàtèke chikǎ chikǎ e' yèke mǐkǎ se' shǔ ã; s bitsĩ' shǒ íyi dèlèně e' tǎ e' kǐ. I yèke tsírë, alàralàr iǎ i mèke cuchara èt.*

*Aññes iǎ tús kichà ièkèkǎ ãnǎ dikókicha. Mǐcelè tǎ iǎ nǎmùyìbala kuólit ièkèkǎ ès i ièkèkǎ ulitǎně.*

**Sulérkili.** De **sulé** 'lanza' y **kili** 'símbolo de alguna cosa'.





**Sàs**

**F:** *Smilacaceae*

**NC:** *Smilax sp. (2)*

**NV:** *Zarzaparrilla*

*Descripción de la planta:* Bejuco con muchas espinas que crece como enredadera; tiene raíces abundantes y delgadas.

*Uso:* Contra el reumatismo y la diabetes.

*Preparación:* Se cortan las raíces y luego se hierven por lo menos una hora, hasta que el agua quede bien oscura. Se cuele y se conserva el agua.

*Dosificación:* Tomar un vaso mínimo tres veces al día.

*Alim iã. E' winãk bièke irik irik, e' kànẽka tchõ' tchõ' e' tékètsã; kuòkĩ tã i lèkèkã, e' yèke. Mãñãtòkicha ñĩwe, wès café yè ès.*



## **Sèdili**

**F:** *Loranthaceae*

**NC:** *Phthirusa pyrifolia (Kunth) Eichler*

**NV:** *Matapalo*

*Descripción de la planta:* Planta epífita.

*Uso:* Contra las inflamaciones.

*Preparación:* Se cocinan las hojas. Con el agua tibia se baña la parte inflamada hasta que sane.

*E' rò se' iënëkã èse pàlök. I yèkètsã téèwa; lèkèkã e' diòba wa se' iënëka e' pàlèke.*

**Sèdili.** De **sè** 'pájaro pequeño, familia del pecho amarillo', y **dili** 'trabajo, carga, pertenencia a una persona'.



## **Bokònki**

**F:** Simaroubaceae

**NC:** Quassia amara L.

**NV:** *Hombre grande*

*Descripción de la planta:* Árbol que crece aproximadamente quince metros de altura.

*Uso:* Contra la calentura y la fiebre de aguas negras (en bribri, **ták**).

*Preparación:* Se saca la cascara del tronco y se machaca bien. Luego se deja reposar en agua durante dos horas hasta que se ponga amarga.

*Dosificación:* Mayores: un vaso, niños: dos cucharadas; cada cuatro horas. La persona debe tomar el medicamento hasta que se cure.

E' rö bádölölò iã ãñã ták iã. Mìkã dawè e' tso' se' wã, e' tã kàl i' kuólit tsèke e' ãñã tèke chikì chikì, ñèkèwã di' ã, e' diò yèke. Se' kékèkepa i yèmí tchõ' èt, alàralàr iã i mèke cuchara bòt, i yèke díwö tchël kē.

## **Dòyökicha**

**F:** *Dioscoreaceae*

**NC:** *Dioscorea sp (l)*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Bejucos gruesos que crecen en los árboles y tienen flores blancas.

*Uso:* Contra el asma.

*Preparación:* Se raspa el bejuco para sacarle aserrín; luego éste se pone en un vaso con agua y se deja reposar una hora.

*Dosificación:* Mayores: medio vaso, niños: una cucharada; tres veces al día. Debe tomarse el medicamento por lo menos quince días.

*E' rō se' suō' èrkéwa e' iã, se' suō' tsér lbē, se' suō' tsér ösh ösh e' iã bua'ë. I kichà pàikelèke, e' diò belèke e' yèke. Be' i diò belékã mèãtchër dō ekuölökë ë, e' tã i yàrmĩ. Se' kéchike tchō' shãböt, alàralàr ã i mèke cuchara èt. I yèke mãñãtökicha ññwe, dō domingo böt ulát.*

## **Mèkili**

**F:** *Solanaceae*

**NC:** *Solanum sp.*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Planta que crece medio metro de altura; tiene flores blancas.

*Uso:* Contra la diarrea.

*Preparación:* Se arranca la planta y se le quita la raíz; ésta se machaca, luego se pone en un recipiente con agua y se deja reposar unos treinta minutos.

*Dosificación:* Mayores: un vaso; niños: dos cucharadas; tres veces al día.

*I wìwò yèkètsã e' ñǎ tèke chikè chikĩ. E' rö alàralàr iã ñǎlĩ kepé, i diò balèke e' mèke se' shù ténǎnē e' iã. I mèke kéchikèpa iã tchõ' èt, alàralàr iã cuchara bòt mãñǎtòkicha. Ñìwe dö mĩka se' buànènē e' tã.*

**Mèkilikicha.** De *mè* 'jícara', *kilì* 'símbolo de alguna cosa' y *kichà* 'cuerda'.

## **Chólikili**

**F:** *Begoniaceae*

**NC:** *Begonia involucrata Liebm*

**NV:** *Begonia*

*Descripción de la planta:* Planta que crece en las orillas del lodo, de hojas y tallo suaves.

*Uso:* Contra el vómito.

*Preparación:* Las hojas se mojan y se envuelven en una hoja de bijagua; esto se pone al lado del fuego para que se cocine con el calor. Luego se quita la bijagua. A las hojas de la planta se les saca el líquido exprimiéndolas sobre una tacita con agua.

*Dosificación:* Mayores: un vaso; niños: medio vaso tres veces al día.

*Diò kóyök bikèkèwã sík wa bua', kíkã di' tékã tchèkèwã bö' ã. Soyòwètsã bö' tö e' tã be' i diò tuwée di' tã, e' mèke se' chòtuwèmĩ ñĩ wò wö e' iã. Se' kéchikèpa i yèmĩ tchõ' èt, alàralàr i yèmĩ shòböt. Mãñãtökicha ñĩwe.*

**Chólikili.** De **chóli** 'vómito' y **kili** 'símbolo de alguna cosa'.



## **Kópöli**

**F:** *Laureaceae*

**NC:** *Ocotea spp.*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Árbol que crece entre trece y catorce metros de altura.

*Uso:* Para purificar a una mujer después de que ha tenido un bebé.

*Preparación:* Se deja secar un poco de corteza, luego se tuesta hasta que esté oscura y después se muele hasta convertirla en polvo; éste se hierve y con el agua se baña a la madre y al hijo, mojándoles tanto el cuerpo entero como la boca.

*E' rö alàmĩ tsòwã, e' wéèke kuòkĩtã i lèkèkã e' wa alàla ãnã i mĩ kuòwèèke ãnã i kò sukuèke òwö bòt bulàmĩ ãnã tsòlĩ.*

**Kópöli.** Significa también 'medicina'.

## Sóta

**F:** *Smilaxceae*

**NC:** *Smilax spp.*

**NV:** *Zarzaparrilla*

*Descripción de la planta:* Es un bejuco con espinas pequeñas.

*Uso:* Contra la diarrea y la disentería.

*Preparación:* Se utiliza la raíz. Esta se cocina hasta que suelte un líquido amargo.

*Dosificación:* Los mayores deben tomar una cucharada cada dos horas. Los niños, media cucharadita cada tres horas.

*E' rō tsirík. Tuàlia tsiríki. I wiñāk bièkètsā; e' rō se' shù sùnānē e' iā, o se' tènānē pé ë e' iā. I bièkètsā wötée lékã e' diò dāmīwa btèrrè btèrrè; e' diò mèke tsir tsir, kùku kùku cuchara èt se' kéchikepa. Cuchara shòbòts alàralàr.*

## **Tórokicha**

**F:** *Piperaceae*

**NC:** *Piper spp. (2)*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Bejuco que tiene un olor muy fresco y solo crece en los árboles con mucha sombra.

*Uso:* Contra la debilidad.

*Preparación:* Se corta el bejuco y se machaca; luego se deja reposar en agua durante unas dos horas.

*Dosificación:* Un vaso cada tres horas durante una semana.

*E' rō se' ã suwò kòlōwōk mīka se' tékè duwè tō dērèrè, e' tã ie' ññèkewã di' ã e' yèke se' kuwó e' rō se' suwò bàwō, i yèke kùku kùku dō domingo èk.*

## **Tõñõ**

**F:** *Commelinaceae*

**NC:** *Tradescantia zanonía (L.) Sw.*

**NV:** *Azulillo*

*Descripción de la planta:* Hierba de unos cuarenta cm de altura, flores azules, tallos frágiles.

*Uso:* Contra dolores de la menstruación.

*Preparación:* Se machaca la semilla y se deja reposar en agua unas dos horas.

*Dosificación:* Tres cucharadas cada tres horas hasta que se alivie la persona.

*E' rō si' duwè ã. Mĩkã làkōlpa tō si' suwè. e' tã iyiwōke ñĩ è e' ã ie' se' kēñèwèke, i wò tã e' ñàtèke chikĩ chikĩ, kuòkĩtã i mēke ã di' ã dò e' kuölötke, èwa i mēke se' duòke e' ã làkōlpa è ã. Ie' i yèmē kukùnē dò mĩka ie' buànèñē.*

## **Suókili**

**F:** *Piperaceae*

**NC:** *Peperonia rotundifolia (L.) Kunth*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Hierba epífita muy delgada de hoja pequeña.

*Uso:* Para el asma.

*Preparación:* Se extrae el jugo de la maleza donde creció; se machaca y se pone en un guacalito con agua; se deja reposar durante una hora.

*Dosificación:* La persona adulta puede tomar medio vaso cada dos horas. A los niños se les da dos cucharadas cada dos horas.

*E' rō suòër ià. I skuèke irik irik wé i tso' e' ã kuòkitã i ñâtèke chikì chikì, e' diò yèke tsir tsir, dò mĩka se' buànèñe e' tã. alàralàr ã i mèke cuchara bòt.*

***Suòkili:*** Lo hay específicamente para hombres y para mujeres.

## **Dabòkiliwö**

**F:** *Lamiaceae*

**NC:** *Scutellaria costaricana* H.A. Wendl.

**NV:** *Pavoncillo rojo*

*Descripción de la planta:* Planta que crece no más de medio metro de altura.

*Uso:* Contra la diarrea.

*Preparación:* La raíz engrosada debe ser machacada; luego se deja en una taza con agua a reposar una hora.

*Dosificación:* Mayores: una taza, niños: dos cucharadas; cada tres horas.

*I' i wòla i' tè èkèwa e' ñàtèke chikì chikì mèkèse di' tã, kuòkì i mèke se' kirìrke e' ã.  
Se' kéchike i yèmĩ tasa èt, alàralàr ã i mèke cuchara bòt dìwö mãñãt ulát.*

**Dabòkiliwö.** De **dabò** 'adulteración', **kilì** 'símbolo de algo', y **wò** 'fruta, cosas redondas'.

## **Shutö**

**F:** *Piperaceae*

**NC:** *Piper spp. (3)*

**NV:** *No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Bejuco tipo enredadera que crece en los árboles grandes.

*Uso:* Contra el dolor en la columna.

*Preparación:* Se machaca el bejuco; luego se pone en agua y se deja reposar tres horas.

*Dosificación:* Tres cucharadas tres veces al día.

*Dieta:* Mientras se esté tomando este medicamento, no se debe comer pejibaye ni sal, ni tampoco beber chocolate.

*Tsa' kicha, e' pàikelèke irík irik.*

*E' diò balèke, e' yèke, kòwö dèlèr kî. I yèke mãñátökicha ñîwe; e' yèke se' tö e' tö kè se' ã dikö ñànē ēñā diyè kitànē ãñîes kè tsuru' yànē.*

**Kòlò, kàlmòlĩ**

**F:** *Burseraceae*

**NC:** *Bursera simaruba* (L.) Sarg.

**NV:** *Indio desnudo*

*Descripción de la planta:* Árbol de unos quince metros de altura.

*Uso:* Contra los diviesos.

*Preparación:* Se cocina muy bien un trozo de corteza.

*Aplicación:* Con el agua tibia se baña la parte afectada. Repetir hasta unos ocho días.

*E' rò skuèk kipè. E' kuòlit lèkèkã, e' diò bà wa wè skuèk dèkã se' ã e' pàlèke. E' wà kènèwèmĩ se' tō dò mĩkã i buànèñẽ. Mãñãtòkicha ñĩwe.*



**Amù wìñāk**

*F: Agavaceae*

*NC: Furcraea cabuya Trel.*

*NV: Cabuya*

*Descripción de la planta:* Planta que parece una mata de pina gigantesca, con espinas en las hojas.

*Uso:* Contra los diviesos.

*Preparación:* Se corta la mata, se le saca la parte más tierna y se cocina.

*Aplicación:* Con el agua en que se cocinó, se baña la parte afectada. El agua debe estar tibia. Repetir unos quince días.

*E' dulù bièkètsã, wè tòto e' lèkèkã e' diò bàwa wésukuèk tsikinèkã se' ã e' pàlèke kēkarà ě dōkã domingo èk.*

## **Wi'wò**

**F:** Smilaceae

**NC:** Smilax sp. (3)

**NV:** Zarzaparrilla

*Descripción de la planta:* Bejuco con muchas espinas, presenta las raíces engrosadas.

*Uso:* Contra la diabetes y para fortalecer la sangre.

*Preparación:* Las semillas se pican y se cocinan hasta que suelten un líquido rojizo.

*Dosificación:* Se toma como tomar café, mínimo tres veces al día.

*Pà dulàlà, kichà rò diká ë; e' wíwò bièkètsã tèkèně pàpa, e' lèkèkã, e' diò yèke. E' rò se' pè sùlùnë e' iã, ènã se' pé ènëwã èse i ók, i yèke wès café ie, mãñãtòkicha ñìwe.*

## **Nǎ̀dipàkicha**

**F:** Dioscoreaceae

**NC:** *Dioscoria* sp. (2)

**NV:** No se encuentra

*Descripción de la planta:* Bejuco que crece en los árboles.

*Uso:* Contra el dolor de cintura (ver *Introducción*).

*Preparación:* Se cocina el bejuco picado en trocitos.

*Dosificación:* Si el enfermo es mayor de diez años, debe tomar medio vaso; si es menor, se le da dos cucharadas, cuatro veces al día.

*E' rō se' i kiè nǎ̀duwe. Se' kōwō dēlèr e' iǎ ie' rō. I kichà wōtèkèlor lèkèkã. E' diò yèke kùku kùku. Alàralàr ã i mḕke cuchara bòt tchētèkicha ñ̀wèkō.*

**Nǎ̀dipàkicha.** De **nǎ̀** 'danta', **dipa** 'chile' y **kichà** 'algo alargado'.

**3. MEDICINAS  
PARA LAS ENFERMEDADES DE LA  
PARTE INFERIOR DEL CUERPO**

**Móló'**

*F: Commelinaceae*

*NC: Tipogranda purpurascens. (Shauner) Handlos.*

*NV: No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Planta que no crece más de medio metro.

*Uso:* Para bañar heridas y fracturas; también se usa para debilidad en los pies.

*Preparación:* La mata debe ser cocinada y la persona debe bañar o lavar la herida con el agua. Este proceso debe repetirse hasta que la persona sienta una recuperación total.

*Sé rò se' tée tebè tö o se' pòněwã e' pàlok; ěnã se' tsě̀r lěbě̀è, e' tã sé̀ lèkèkã e' diò wa se' pàlèke wàñě.*

**Móló'** también significa 'puño sagrado'



## **Shirëkili**

*F: Piperaceae*

*NC: Piper hispidum*

*NV: No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Planta de un metro de altura o más, con espigas de color verdoso.

*Uso:* Contra los granos y la sarna.

*Preparación:* Se cocinan las hojas; la persona debe bañarse todas las tardes con el agua, hasta que se cure.

*E' lèkèkã. E' rò se' mĩkã dáliña tso' èse pàskuok. I kóyök lèkèkã e' wa se' kuòke tsóli dò mĩkã se' buànēñē e' tã.*





**Dòli**

**F:** *Burseraceae*

**NC:** *Trattinnickia aspera* (Standley) Swart.

**NV:** *Caraña*

*Descripción de la planta:* Árbol que crece unos quince metros de altura, cuarenta cm DAP.

*Uso:* Contra el carate, tos, papalomoyo, várices y dolores del pecho.

*Preparación:* Se cocina la corteza hasta que suelte un líquido de color café.

*Dosificación:* Tres veces al día hasta cumplir un mes. Uso externo e interno.

*Se rò òyi ulitãñē iã, kóko iã bua' i di, se' shù ã òyi dëlèrke e' iã. Nãidawe iã bua' i di, ãñã se' wõñãrolonē kásí kī e' iã bua' i di. Emã i kuólit lèkèkã Kõpòli kós e' lèkèkã èmē? I diò wa ò tö se' wòbitsée e' pàlàke. Èñã i yèke shùkka. Mìkã be' i yèke, e' tã be' kówõtã bitsók, kiò kè katànõk darèrè, dayè kè katànõk tãtè, òyi ìshish kè katànõk. I yèke mãñãtòkicha ñiwe.*



## **Sapo kóyök**

*F: Asteraceae*

*NC: Adenostemma platyphyllum Cass*

*NV: No se encuentra*

*Descripción de la planta:* Planta pequeña que no crece más de medio metro y tiene flores blancas.

*Uso:* Contra la inflamación.

*Preparación:* Se cocinan las hojas.

*Aplicación:* Antes de que el agua se enfríe, bañar la parte inflamada. Debe repetirse por lo menos una semana.

*I kò lèkèkã e' wa se' iènèkã e' kuòwèke, mĩkã kòmĩ i sèrwã e' tã wé se' iëulekã é pàlèke. E' pàlèmĩ se' døkã domingo èka.*

**Sapo kóyök.** Se compone de la palabra española *sapo* y del bribri *kóyök* 'hoja'.



**LISTA DE PLANTAS**

<b>NOMBRE BRIBRI</b>	<b>NOMBRE CIENTÍFICO</b>	<b>NOMBRE COMÚN</b>
Puli māt	<i>Costaceae</i> <i>Costus spicatus</i>	Caña agria
Ūléchakuō'	<i>Meliaceae</i> <i>Guarea grandiflora D.c.</i>	
Kökili	<i>Menispermaneeceae</i> <i>Cissampelos Pareira L.</i>	Venadero
Kuōkili	<i>Caryophyllaceae</i> <i>Drymaria cordata (L) Willd.</i> <i>ex Roemer R. Schultes</i>	Nervillo
Mōkö	<i>Zingiberaceae</i> <i>Hedychium coronarium</i> <i>König.</i>	Flor de San Juan
Lökilikö	<i>Piperaceae</i> <i>Piper sp.</i>	Candelillo
Lîkilikö	<i>Solanaceae</i> <i>Cyphomandra hartwegii</i> <i>(Miers) Dunal</i>	
Bala'	<i>Anacardiaceae</i> <i>Spondias mombim L.</i>	Jobo
Kinina	<i>Rubiaceae</i> <i>Chinchona pubescens Vahl.</i>	Quinina

<b>NOMBRE BRIBRI</b>	<b>NOMBRE CIENTÍFICO</b>	<b>NOMBRE COMÚN</b>
Kótokicha	<i>Melastomataceae</i> <i>Topobea maurofernandeziana</i>	
Dòyökicha	<i>Dioscoreaceae</i> <i>Dioscorea sp.</i>	
Pàskua	<i>Caesalpiniaceae</i> <i>Cassia reticulata Willd.</i>	Saragundí
Iös māt	<i>Amaranthaceae</i> <i>Alteranathera</i>	
Alámòköl	<i>Araceae</i> <i>Dracontium pittieri Engl.</i>	Hombrón
Botòk	<i>Lecythidaceae</i> <i>Grias cauliflora L.</i>	
Bokònki	<i>Simaroubaceae</i> <i>Quassia amara L.</i>	Hombre grande
Kolòkò	<i>Piperaceae</i> <i>Piper auritum Kunth C.DC.</i>	Anisillo Imperial
Túskicha	<i>Aracaceae</i> <i>Cryosophila guagara P. Allen</i>	Escoba
Nãmüyibala	<i>Cactaceae</i> <i>Pereskia grandifolia Har.</i>	
Sibòkapàruwo	<i>Caesalpiniaceae</i> <i>Bahuhinia guianensis</i>	Escalera de mono

NOMBRE BRIBRI	NOMBRE CIENTÍFICO	NOMBRE COMÚN
Tchëkili	<i>Asteraceae</i> <i>Neurolaena lobata</i>	Gavilana
Chölikili	<i>Begoniaceae</i> <i>Begonia involucrata Liebm</i>	Begonia
Mëkili	<i>Solanaceae</i> <i>Solanum sp.</i>	
Köyökatchö	<i>Papilionaceae</i> <i>Machaerium sp.</i>	
Köpöli	<i>Laureaceae</i> <i>Ocotea spp.</i>	
Dùnãwö	<i>Cucurbitaceae</i> <i>Fevillea cordifolia L.</i>	Cabalongo
Tõõ	<i>Heliconiaceae</i> <i>Heliconia tortuosa Griseb</i>	Platanillo
Tõñõ	<i>Commelinaceae</i> <i>Tradescantia zanonía</i> <i>L. Sw.</i>	Azulillo
Lùkkili	<i>Bombacaceae</i> <i>Triumphetta lappula L.</i>	Mozote
Suëkuõñã	<i>Aristolochiaceae</i> <i>Aristolochia</i> <i>odoratissima L.</i>	Oreja de Conejo
Sóta	<i>Smilaxceae</i> <i>Smilax spp. (1)</i>	Zarzaparrilla

NOMBRE BRIBRI	NOMBRE CIENTÍFICO	NOMBRE COMÚN
Wàkili	<i>Phytolacaceae</i> <i>Petiveria alliacea</i> L.	Zorrillo o Ajillo
Vaca ták	<i>Begoniaceae</i> <i>Begonia multinervia</i> Liebm	Begonia
Sulèrkili	<i>Orchidaceae</i> <i>Oncidium cebolleta</i> (Jacq.) sw.	
Suòkili	<i>Piperaceae</i> <i>Peperonia rotundifolia</i> (L.) Kunth	
Dabökilwö	<i>Lamiaceae</i> <i>Scutellaria costaricana</i> H.A. Wendl.	Pavoncillo rojo
Shutö	<i>Piperaceae</i> <i>Piper</i> spp. (3)	
Kölö, kàlmōlī	<i>Burseraceae</i> <i>Bursera simaruba</i> (L.) Sarg.	Indio desnudo
Amù wiñāk	<i>Agavaceae</i> <i>Furcraea cabuya</i> Trel.	Cabuya
Törökicha	<i>Piperaceae</i> <i>Piper</i> sp. (2)	
Wi'wö	<i>Smilacaceae</i> <i>Smilix</i> sp. (2)	Zarzaparrilla
Nãidipàkicha	<i>Dioscoreaceae</i> <i>Dioscorea</i> sp. (2)	Ñame



---

<b>NOMBRE BRIBRI</b>	<b>NOMBRE CIENTÍFICO</b>	<b>NOMBRE COMÚN</b>
Sàs	<i>Smilacaceae</i> <i>Smilax sp. (3)</i>	Zarzaparrilla
Sèdili	<i>Loranthaceae</i> <i>Phthirusa pyrifolia</i> <i>(Kunth) Eichler</i>	Matapalo
Môlô'	<i>Commelinaceae</i> <i>Tipograndia purpurascens.</i> <i>(Shauner) Handlos.</i> <i>(Shawer) Handlos</i>	
Shirékili	<i>Piperaceae</i> <i>Piper hispidum</i>	
Dòli	<i>Burseraceae</i> <i>Tratinnickia aspera</i>	Caraña
Sapo kóyök	<i>Asteraceae</i> <i>Adenostemma</i> <i>platyphyllum Cass</i>	

**GLOSARIO DE ESPECIES  
EN DENOMINACION BRIBRI**

A	Kolòkò	Sèdili
Al'	Kotokicha	Shirèkili
Alàmòkòl	Kóyòkatchö	Shuto
	Kuõkili	Sibòkapàruwö
B		Sóte
Bala'	L	Stunùkilikicha
Blátö	Likilikö	Suèkuõñã
Bokonkl	Lökilikö	Sulèrkili
Botòk	Lùkkili	Suòkili
	Lumũk	
C		T
Chölikili	M	Tchèkili
	Mèkili	Tébèkicha
D	Mòkò	Tõñõ
Dabökiliwö	Mülüs	Tóó
Dipàkicha	Mülùták	Tòròkicha
Doli		Tséikicha
Doyökicha	N	Tüskicha
Dukurkili	Nãìdipàkicha	
Dùnãwö	Nãmùyibala	U
		Ulechakuo
E	O	
Èrkili	Ãli tèbè	V
		Vaca ták
I	P	
Iös mãt	Pàskua	W
	Pulì mãt	Wàkili
K		Wi'wö
Kinina	S	
Kòkili	Sapo köyök	
Kölö	Sás	

**GLOSARIO DE ESPECIES  
EN TAXONOMIA BOTANICA**

**A**

Adenostemma platyphyllum Cass  
Alternanthera  
Aristolochia odoratissima L.

**B**

Bauhinia guianensis  
Begonia multinervia Liebm.  
Begonia sp.  
Begonia involucrata Liebm  
Bursera simaruba (L.) Sarg.

**C**

Cassia reticulata Willd.  
Chinchona pubescens Vahl.  
Cissampelos pareira L.  
Costus sp.  
Cryosophila guagara P. Allen.  
Cyphomandra hartwegii (Miers) Dunal.

**D**

Disorea sp.  
Dioscorea sp (l).  
Dracontium pittieri Engl.  
Drymaria cordata

F

Fevillea cordifolia L.  
Furcraea cabuya Trel.

G

Grias cauliflora L.  
Guarea grandiflora.

H

Hedychium coronarium König.  
Heliconia sp.

M

Machaerium sp.

N

Neurolaena lobata (L.) Cass.

O

Ocotea spp.  
Oncidium cebolleta (Jacq.) SW.

P

Peperonia sp.  
Pereskia grandifolia Mar.  
Petiveria alliacea L.  
Phthirusa pyrifolia (Kunth) Eichler  
Piper hispidum  
Piper auritum Kunth  
Piper sp.  
Piper sp.

Q

Quassia amara L.

S

Scutellaria costarricana H.A. Wendl  
Smilax sp.  
Smilax sp. (2)  
Smilax sp.  
Solanum sp.  
Spondias mombim L.

T

Topobea maurofernandeziana Cogn.  
Tradescantia zanonía L. Sw.  
Trattinnickia aspera  
Tipogandra sp.  
Triumphetta lappula L.



*Este libro se terminó de imprimir  
en el mes de marzo de 1994 en  
los Talleres Gráficos de  
**EDITORAMA, S. A.**  
Tel.: 255-0202 - Apdo. 2171-1002  
San José, Costa Rica*

## **SOBRE EL AUTOR**

Conocí a Alí García hace 10 años, en Coroma, Talamanca, en donde tuve el honor de ser recibido y atendido casi como un miembro más de su familia. Para entonces Alí era un adolescente y tanto por su conocimiento de la cultura talamanqueña como por la relación personal que entablamos, iniciamos una amistad casi fraternal que dichosamente el tiempo ha mantenido.

Desde entonces he sido testigo de los esfuerzos desarrollados por este joven, para dar a conocer su cultura, con el único afán de que los costarricenses adquiramos la capacidad de valorar una cultura más que milenaria, que; tantas enseñanzas aún debe procurarnos para consolidar una cultura nacional que se inspire en los valores más autóctonos de nuestro territorio.

Las inquietudes de este joven talamanqueño lo han llevado a radicarse en la región metropolitana, trabajando primero como informante del Departamento de Lingüística de la Universidad de Costa Rica, y después en diversos cargos, siempre al azar de las posibilidades, alternando en funciones dignas de su condición de representante de la cultura Bribri de Talamanca y otras funciones que ha tenido que asumir para lograr su sobrevivencia en nuestro ámbito urbano, como obrero en diversas fábricas.

Procedente de una familia muy representativa de la cultura talamanqueña, de la cual provienen varios de los más importantes *awápa* -conocidos como "sukias" en nuestro medio-, Alí García es heredero del conocimiento tradicional de los Bribris y Cabécares, pero además, por su experiencia vivencial, un verdadero intérprete que traduce dicha sabiduría para darla a conocer a la sociedad costarricense.

Definitivamente, Alí García representa a una generación particular de jóvenes costarricenses que media entre el ámbito de los pueblos que más han conservado sus valores y su identidad y la sociedad nacional que a pasos acelerados ha ido perdiéndolos. Esta condición específica le brinda un lugar importante en nuestra cultura nacional, a la que representa no sólo por la proyección de la cultura talamanqueña, sino como un verdadero producto de cultura, pues Alí es además excelente escritor de poesía y prosa en bribri y en español. El tiempo se encargará, no tengo la menor duda, de darle un lugar muy destacado, dando a conocer, además de la presente obra que recoge parte del saber tradicional sobre plantas medicinales, otras facetas de su producción cultural.

Marcos Guevara Verger  
Antropólogo UCR  
*ONG Salvando la Tierra*



