

TRATAMIENTO DEL AGUA

Remedios sabe que las mujeres son quienes se encargan normalmente de recoger el agua en las comunidades. Ella sabe cómo tratar este agua para ser tomada y explica a las otras mujeres cómo asegurar que este agua no va a transmitir enfermedades:



MÉTODO SODIS: usar las botellas plásticas BIEN TAPADAS para envasar agua y ponerlas al sol durante seis-ocho horas. Si se dispone de pintura negra pinte parte de la botella. El color negro atrae los rayos del sol y acelerará el proceso.

La botella no debe estar en posición vertical sino inclinada.

Además, Remedios aprovecha la ocasión para explicar a las otras mujeres cómo construir un botiquín de emergencia que podrá sacar de apuros en muchas ocasiones.



- Los barriles o turriles tienen que estar bien tapados.

- Hervir el agua.

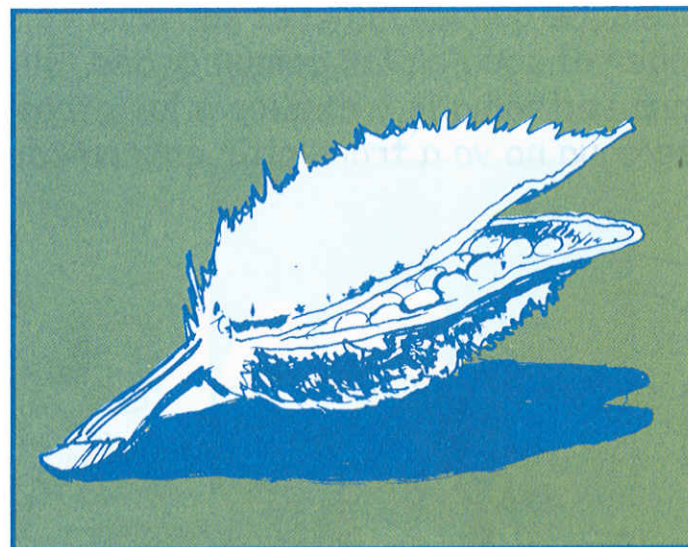
- Desinfectarla poniendo una gota de cloro o lavandina en un litro de agua.



PLANTAS MEDICINALES



Antes de morir, la abuela de Remedios, la chamana Lola, enseñó a su nieta, en honor a su nombre, una serie de remedios tradicionales. Lola era muy sabia y enseñó también a Remedios a diferenciar este conocimiento tradicional de otras supersticiones o habladurías. La medicina tradicional es un valioso conocimiento que está siendo rescatado o revalorizado sólo en los últimos tiempos



URUCÚ

Enfermedad: VÓMITOS CON DIARREA.

Hervir en un litro de agua durante cinco minutos y tomar media taza tres veces al día. Para los niños sirve sólo la mitad de la dosis. En el momento que esté recibiendo este tratamiento, no consuma grasas ni condimentos, o preferiblemente ayune durante un día.

GUAYABO (Hojas y Corteza)

Enfermedad: DIARREA

Colocar una cucharada de hojas o corteza de guayabo en una taza y agregar agua hirviendo, o hacer hervir la cucharada de corteza u hojas en agua por el lapso de tres minutos. Beber tres veces al día