

El yerbicida como solución y nuestra medicina envenenada

Por: María Bennedetti



Esta víspera de Reyes, los niños no encontraban pasto fresco para sus cajitas. Alrededor de Puerto Rico, las carreteras lucen a muerte. Pasto envenenado, tierra cada vez menos fértil, aguas menos puras, envenenadas poco a poco. Todo en el nombre de la conveniencia, la economía. El yerbicida como solución.

Luego de largas décadas de ser ignorada, despreciada, ridiculizada, la medicina popular de Puerto Rico y de todos los pueblos originarios del mundo comienza a inspirar respeto. Laboratorios alrededor del planeta hoy estudian la etnobotánica médica por los grandes beneficios que las plantas silvestres (matojos y yerbajos) siempre nos han ofrecido. Para comenzar, reconocemos que su uso:

no cuesta dinero,
tampoco contamina el medio ambiente,
nos educa sobre nuestros ecosistemas,

abarca la nutrición y otros factores preventivos,
fortalece las comunidades,
une las generaciones,
es un sistema holístico e

integra remedios ya comprobados a través de milenios de uso (estudios longitudinales empíricos supervisados y aprobados por generaciones de madres y abuelas). En el caso de Puerto Rico, nuestro sistema de medicina tradicional, botánica, popular, verde, reúne conocimientos milenarios de tres continentes.

Irónicamente, justo en el momento del despertar mundial en cuanto al valor de la medicina botánica tropical, los puertorriqueños hemos optado por envenenar las plantas silvestres medicinales que siempre nos han servido de antisépticos, fungicidas, analgésicos, afrodisíacos, diuréticos, laxantes, tónicos cardíacos, estimulantes, digestivos, tranquilizantes, aliados contra el cáncer, la diabetes y la artritis, para no mencionar su papel como alimentos súper nutritivos, entre muchas otras funciones.

Recuerdo cómo eran mis primeros domingos de residente en Cayey. Salía de mi casa temprano para recolectar parchas y verdolaga, puñados enteros de fresas silvestres y varias de las guayabas que siempre caían de los árboles que bordeaban la carretera. ¡Sabor, salud, bienestar y una póliza gratuita de seguridad alimentaria!

Hoy, miro nuestros caminos y carreteras quemadas, y francamente, a pesar de los aires navideños y una u otra parranda, estoy de luto. La tristeza me arropa y me desvela un sentido de urgencia. Durante los últimos 17 años, el uso de yerbicida (mayormente a base de glifosato) ha ocasionado una merma en la vitalidad de MUCHAS de las plantas silvestres que nos han servido de medicina durante largas generaciones. Incluso, en algunos lugares ya han desaparecido. (Un ejemplo dramático, es el de Aibonito, Cayey, Orocovis y Barranquitas, en donde abundaba tanto la mostaza silvestre, hoy reconocida por su poder para combatir el cáncer.)

La mostaza silvestre de nuestras montañas (*Brassica spp*) -en inglés, *mustard greens*- es reconocida por su aportación a la supervivencia y buena salud de los afroamericanos del sureste de los EE.UU. Este “matojo” de hojas grandes y picantes, es rica en antioxidantes como la quercetina y la pro-vitamina A. La quercetina apoya la salud cardiovascular, fortaleciendo los capilares y bajando los niveles de colesterol malo (*ldl*). También es un poderoso anti-inflamatorio en casos de reacciones alérgicas. La pro-vitamina A apoya el sistema inmunológico. **La mostaza también cuenta con una riqueza de otros compuestos (glucosinolatos) muy activos contra el cáncer.** Éstos y otros antioxidantes que contiene nos combaten los efectos del estrés. La mostaza también concentra en sus hojas proteína, fibra, calcio, cobre, magnesio, manganeso, vitamina E, y una amplia gama de vitaminas B, incluyendo B6, B2, ácido fólico (B9) y ácido pantoténico (B5).

Ya, para ofrecer mis conferencias sobre plantas medicinales, a veces tengo que viajar para conseguir manchas SANAS de las que siempre se daban silvestres y hermosas en todas partes: **la salvia** (*Pluchea symphytifolia*) para dolor e inflamación; **el blero** (*Amaranthus spp.*) como suplemento nutritivo alto en aminoácidos; **el llantén** (*Plantago major*) medicinal conocida por su acción contra el cáncer, úlceras del estómago y diversas afecciones de la piel; **la plenataria** (*Peperomia pellucida*) medicina para los riñones y la vejiga y entre nuestros mejores diuréticos; **el recaó**

(*Eryngium foetidum*), tónico digestivo anti-viral que alivia dolores de menstruación y regula la presión sanguínea; **el anamú, “la yerba que el cabro no masca”** (*Petiveria alliacea*), *fungicida por excelencia, estimulante metabólico, anticancerígeno y hipoglucémico (baja el azúcar en la sangre)*; **la malva** (*Malachra capitata*) combate el estreñimiento, la inflamación y las fiebres; y **la escobilla o escoba blanca** (*Sida spp.*) recién reconocida por su acción bactericida (hasta arrasa con el impétigo), y sus efectos como antidepresivo, estimulante mental y depurador de la sangre; entre TANTOS otras plantas. **Y nosotros, aquí, en esta isla bendecida con tanta medicina silvestre, nos empeñamos en envenenarla con yerbicida.**

El glifosato, en solución con otros compuestos químicos “no activos,” hace que este yerbicida sea agudamente tóxico para todas nuestras plantas medicinales y alimenticias (a menos que éstas sean genéticamente modificadas para ser “Roundup Ready”). Y cuando se envenenan los pastos, sus raíces dejan de agarrar el suelo, aportando así a más y **más deslizamientos de tierra**. Estos deslizamientos representan un problema de grandes dimensiones e inversiones para los municipios. El glifosato también envenena los peces, las aves, los insectos beneficiosos, bacterias importantes en el suelo y otros organismos que hacen que nuestras tierras sean fértiles y sanas. Todo esto representa la negación de nuestras posibilidades de generar una sustentabilidad radicada en las comunidades.

Supuestamente, este veneno complejo sólo interfiere con el metabolismo de las plantas. Pero la ciencia independiente (no auspiciada por la industria) nos recuerda que **vivimos gracias a un sinfín de bacterias beneficiosas que representan nuestra habilidad para asimilar nuestros alimentos y combatir enfermedades**. Cuando estas buenas bacterias se ven afectadas por el glifosato, producen amoníaco y otros compuestos malsanos en nuestra sangre. Y estos compuestos, producidos como reacción al envenenamiento de bacterias beneficiosas en el ser humano, están asociados al autismo, el Alzheimer, defectos de natalidad, y varios tipos de cáncer. No es casualidad que estos males sigan ocurriendo con más frecuencia ya que el uso de yerbicida se ha vuelto común en la agricultura convencional.

La situación es especialmente preocupante porque este veneno se va filtrando a los abastos de agua subterránea, y nuestros sistemas de purificación de agua, diseñados para eliminar bacterias, NO filtran este tipo de contaminante. Así que si regamos yerbicida, beberemos yerbicida. Y si bebemos yerbicida, creamos las condiciones propicias para las enfermedades más malignas y temidas. El glifosato aparece en la sangre de gran parte de la humanidad; inclusive en bebés recién nacidos.

Creo que el machete y el trimer son mejores alternativas aunque “cuesten” más. Sí, porque **a pesar de tantos estudios que exponen lo peligroso que es el glifosato, seguimos justificando su uso por razones económicas. Díganme ¿cuál es la economía si destruimos nuestra salud y la del medio ambiente, la base de nuestro potencial para seguir como pueblo?** En este caso y en todos, nos urge contabilizar el costo oneroso de toda tanta destrucción ecológica.

Los manufactureros de los plaguicidas agrícolas gastan millones en promociones, pero también han tenido que gastar en pleitos legales ya que la ciencia comprueba cada día más la correspondencia directa entre la exposición al glifosato y el cáncer y otras enfermedades.

Lamentablemente, estas mismas corporaciones llevan largos años “educando” a los que asesoran a los municipios y a nuestros líderes a nivel nacional. Ahora nos toca a nosotros educarnos y educar a los que manejan la seguridad de nuestras carreteras. Llamemos a nuestros alcaldes; hablemos con los vecinos. Enviemos cartas. Expliquemos por qué envenenar NO es una solución. Si goglean **glifosato peligro para la salud, demandas glifosato** y temas afines, descubrirán páginas largas y videos completos sobre los efectos del yerbicida más comúnmente utilizado en nuestros municipios. NO podemos seguir complaciendo a las corporaciones que se enriquecen a costo de nuestra vitalidad. Se nos va la vida de nuestro territorio físico y se nos va la salud física del pueblo, poco a poco.

Para los que pueden escuchar una presentación en inglés, la ciencia más reciente y contundente se presenta aquí, y nada más con escuchar los primeros ocho minutos, aprenderán un montón de los investigadores científicos de más renombre en este campo: <http://www.nextworldtv.com/page/32438.html>

Pero oigan, también podemos ser educados por la naturaleza. Hoy, frente a mi casa, donde había tanta vida, alimento y medicina alegres, ahora sólo hay plantas envenenadas, aves muertas (¿las que anidaban entre los pastos?). ¿Y cuánta muerte hay que **no** vemos dentro del suelo, minando la biodiversidad que apoya toda la vida en el planeta!

Puerto Rico resistente, Puerto Rico progresando en salud y bienestar. Estas son visiones que todos compartimos. Por la salud de nuestra gente, de nuestras aguas. Por la cultura de una medicina verde ancestral. Por la vida. No más yerbicida.

La autora es investigadora y educadora etnobotánica con 35 años de estudio/experiencia, y 25 años de experiencia usando las plantas medicinales de Puerto Rico. Ha escrito entre otros los libros **¡Hasta los baños te curan! Plantas medicinales, remedios caseros y sanación espiritual en Puerto Rico, Sembrando y Sanando en Puerto Rico . Para clases, conferencias, meditaciones y recorridos etnobotánicos, ver: BotaniCultura.com o escríbele a: botanicultura@gmail.com.**

Nuestra **verdolaga** (*Portulaca oleracea*) es una de las plantas silvestres más reconocidas en el mundo entero por su alto contenido de ácido graso Omega 3. Los Omega-3, asociados mayormente con el consumo del pescado, ayudan a bajar el colesterol ldl (“malo”), ejercen un marcado efecto antidepresivo y nos protegen del cáncer. Gracias a su alto

contenido de las vitaminas antioxidantes A,C, y E, el consumo de la verdolaga también nos protege de los efectos del estrés. El fósforo que contiene nos fortalece los huesos, dientes, riñones y corazón mientras apoya los procesos mentales y la absorción de vitaminas. El magnesio regula la presión sanguínea, fortalece las encías y nos ayuda a asimilar el calcio. Desde la China hasta las Antillas, la verdolaga se utiliza como planta “fresca” útil para tratar las inflamaciones. Como fuente de fibra, la verdolaga picada y hervida en agua salada (con todo y caldo) es un sabroso remedio para el estreñimiento. El bacalao guisado con verdolaga es un plato tradicional que refleja conocimientos milenarios sobre la bondad de nuestra tierra.

Nuestra **margarita silvestre**, también conocida como **piquete, pequeque y alfilerillo** (*Bidens spp.*) es aquella planta súper común con flores parecidas a las de manzanilla. Conocido en Curazao como afrodisíaco, el caldo de nuestra margarita silvestre se toma también en México como bebida nutritiva y energizante de valor social. De hecho, esta planta es tan rica en nutrientes que a falta de leche materna, nuestras abuelas se inventaban unos “bibis” para que los infantes se la consumieran. (El bebé chupaba una tela saturada y puesta como mechita en un vasito del guarapillo o caldito de las flores). Ese líquido los alimentaba y les evitaba la diarrea. Las mamás también se bebían caldos de hojas y flores para restaurar su fuerza y producir más leche materna. Esta misma planta alimenticia tiene propiedades médicas sorprendentes. Combate *Herpes simplex I y 2*, controla el azúcar en la sangre, combate las infecciones urinarias y protege tanto el hígado como el sistema neurológico. *Para disfrutar del piquete, simplemente echa las hojas en agua hirviendo con sal marina por unos 20 minutos. Échale ajo machacado y un chin de aceite de oliva al caldo y disfruten de sus hojas fibrosas de sabor resinoso. Como suplemento, podrás agregar las hojas frescas o secas a sopas, guisos y batidas para aprovechar esta fuente excelente de calcio, potasio, magnesio y clorofila.*