

Serie Ñe'e ñembohasa | Pasar la voz
Episodio 3, versión final (04May2023)
Buscando salud | Tesãi Reka

:::APERTURA:::

TRACK 01 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:01:20]

Alicia Fernández: *«Y como dijo mi compañera, lo mismo, todas luchamos para mantener, para que no se destruyan nuestros árboles, principalmente frutales. Especialmente para mí, todos nos esforzamos para que no se acabe para mantener porque dependemos de ellos, en muchos sentidos».*

[00:01:42]

:::PRESENTACIÓN:::

FX AMBIENTE CAMPO [Tala de árboles, motosierras]

NARRADORA 01

Estamos siendo testigos de la depredación de la naturaleza.

La deforestación de árboles, principalmente de los frutales, es una preocupación real para muchas familias de la comunidad Táva Guaraní.

TRACK 02 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:02:19]

Alicia Balbuena: *«Nuestro medio ambiente está siendo destruido sabemos por qué. Por el avance del monocultivo y también por la dura sequía y las fuertes lluvias la sequía afectó a gran parte del sector campesino. Por ejemplo se quemó todo, se quemaron las chacras, se quemaron las plantas nativas que teníamos en las chacras los que sosteníamos así, se quemó totalmente entonces ¿qué es importante en ese caso? Reforestar nuestra comunidad, reforestación. Buscar plantas nativas, si tenemos, plantemos*

porque eso en Táva y en todas partes es un problema la quemazón en las comunidades .Y ahí se quema todo, se quema todo». [00:03:12]

NARRADORA 02

Nuestro ambiente está siendo destruido.

El monocultivo nos está secando la tierra.

Y el cambio climático con sus sequías... Nos quema las plantas.

TRACK 03 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:03:14]

Alicia Balbuena: «Y claro, claro, eso trae la sequía. Y lo que más se sostiene es lo que está alrededor de la casa. Esas plantas. Muchos campos tienen lapacho, cedro, frutales sobre todo. Mucha fruta hay en Táva Guaraní y es lo que más se protege en la comunidad». [00:03:33]

NARRADORA 03

En un acto de resistencia... La comunidad Táva Guaraní protege las semillas, las frutas... Plantan árboles de pomelos, mandarinas, naranjas...

TRACK 04 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:01:48]

Alicia Fernández: «En ese caso, cuestión de frutas y prácticamente de todo un poco. Plantamos también plantines de árboles, para que no falten y principalmente cuestiones de frutas naranja, pomelo, mandarina, de todo un poco». [00:02:15]

FADE IN <<MUSIC 1>>

NARRADORA 04

Soy Araceli Ramírez y estás escuchando Ñe'e ñembohasa, Pasar la voz.

Una serie sonora que reflexiona sobre la justicia social, el cambio climático y el uso consciente de las tecnologías.

Un podcast realizado por TEDIC en colaboración con el comité de mujeres de Kuña Aty.

Hoy: Buscando salud. Tesãi Reka.

FADE OUT <<MUSIC 1>>

FX [TRANSICIÓN]

:::ACTO 1:::

FX AMBIENTE COCINA

TRACK 05 [Fragmento - [Grupo 1](#) - 00:00:43]

Juanita: «Y la verdura, tomate, locote, ajo, zapallo, después de hervir verdad, después de hervir verdad, después de que se ablande el poroto...».
[00:00:52]

TRACK 06 [Fragmento - [Grupo 1](#) - 00:01:13]

Juanita: «Mayormente suele ser de mi producción, de mi huerta, así, de la de mi huerta chiquitita o si no tengo lo necesario o si me falta alguno de esos suelo comprar del almacén de consumo de por acá cerca». [00:01:29]

FADE IN <<MUSIC 2>>

NARRADORA 05

Juanita se abastece de su huerta.

Cocina con lo que le provee la tierra.

Para ella no se precisa más.

Con sus zapallos, tomates, porotos logra alimentar de manera saludable a su familia... Una tradición que heredó de su abuela.

Pero como muchas de las mujeres que integra el comité Kuña Aty cosechar sus productos le es más difícil cada día...

TRACK 07 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:15:53]

Alicia Balbuena: *«Lo que dice la compañera es cierto el avance del monocultivo, el uso excesivo de agrotóxicos, los bichitos resisten todo y la planta está enferma y vos le combatís con la naturaleza, con veneno casero, fertilizantes».* [00:16:15]

NARRADORA 06

Alicia Balbuena es una persona cálida y atenta.

Está siempre disponible para cuidar a quienes la rodean.

Ella lo sentencia así... “Al problema del monocultivo, las sequías se le suman los agrotóxicos... Esos venenos que enferman a la gente...”

¿Y quién se beneficia de esta situación?

TRACK 08 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:16:15]

Alicia Balbuena: *«Y lo otro, por qué hoy día no consumen los remedios yuyos y van a las farmacias porque las grandes empresas capitalistas, de fármacos, los medios de prensa están en sus manos. Entonces todo el día por ejemplo, debés tomar ibuprofeno. Debes tomar, debes ir a comprar, es accesible en cualquier copetín o kiosko encontrás si te duele el estómago, si te duele la cabeza. Entonces de esa forma la sociedad de consumo te destruye. Te meten en la cabeza que solo eso te va a curar sin embargo vos tenés el remedio, que podes cocinar y tomar. Y es el mismo ibuprofeno que te afecta menos totalmente natural porque el químico es químico y contiene otras cosas que nos afectan. Entonces por eso, como ya dijimos, debemos*

procurar recuperar porque nuestros ancestros poco iban al doctor y se curaban con hierbas medicinales». [00:17:33]

NARRADORA 07

Con publicidades millonarias la industria farmacéutica instala la necesidad de tomar medicamentos... Ibuprofeno, paracetamol... Químicos de fácil acceso. Productos de venta libre que benefician a unas pocas empresas.

Un negocio redondo que está destruyendo la medicina natural...

TRACK 09 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:17:33]

Alicia Balbuena: *«Supongamos algo leve, pudiendo tomar en tu casa y recuperarte. No “yo voy a comprar eso” y voy y compro, es menos sacrificio para la gente, va y compra ahí necesita dinero para comprar. Sin embargo si tenés una huerta con tus plantas medicinales no necesitás ir a comprar del almacén un calmante pero como dijimos la propaganda trabaja todo el día por nuestra cabeza entonces convence a la gente de que debe tomar ibuprofeno, paracetamol y ya se cura y esta lucha, sobre todo las mujeres, las mamás tenemos que tratar de recuperar, de proteger la biodiversidad, las plantas, la naturaleza dentro de la casa, ¿verdad?». [00:18:48]*

NARRADORA 08

Hace algunos años los remedios naturales eran la única alternativa para recuperarse de las enfermedades.

Así lo cuenta Alicia: *“Nuestros ancestros poco iban al doctor. Se curaban con hierbas medicinales.”*

Esas que las compañeras de Kuña Aty intentan recuperar, protegiendo la biodiversidad de las plantas medicinales.

TRACK 10 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:04:37]

Alicia Balbuena: *«Con un poquito de esfuerzo, con un poquito de esfuerzo y se ve el resultado, tanto en la chacra como en la huerta es posible producir orgánicamente y sabemos que la producción orgánica es alimentación saludable sin veneno, orgánico y nos alimenta más sanamente y también los frutales, naranja, mandarina, pomelo, durazno y eso sostenemos y cultivamos. Cultivamos porque desde siempre nosotros del sector campesino mantiene alrededor de sus casas los frutales para la alimentación y eso nunca debemos perder el sector campesino nunca debe perder eso».* [00:05:37]

NARRADORA 09

Con un poco de esfuerzo se ve el resultado.

La producción orgánica es una alimentación saludable sin veneno.

Y ese es el principal motivo que lleva a las compañeras a seguir defendiendo sus huertas.

Además de sanar... Claro está.

:::ACTO 2:::

FX AGUA HIRVIENDO

TRACK 11 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:07:40]

Alicia Fernández: *«Si, por ejemplo para dolores menstruales ¿esas cuestiones más o menos? Yo utilizo mucho la famosa manzanilla, hay también salvia, remedio caliente, nosotros le llamamos remedio caliente a eso se hierva y se toma se puede tomar en mate y también así como agua».* [00:08:05]

NARRADORA 10

Ella es Alicia Fernández... Una gran mujer, la mamá guasú y quien nos abrió las puertas de su casa para que Lía y yo podamos conocer a las compañeras del comité de Kuña Aty.

Una de sus recetas más comunes es para apaciguar los dolores menstruales...

Primero separa la manzanilla.

Se hierve agua y se prepara la infusión.

Se puede tomar como el mate... Así con bombilla y todo.

Otra opción es servirlo como si fuese un té.

Sea cual sea el formato... La manzanilla ayuda a amortiguar el dolor menstrual.

Existen varias recetas...

TRACK 12 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:08:53]

Alicia Balbuena: *«No todos saben que pueden tomar los niños tienen mucha tos si tiene mucha tos nosotros cocinamos amba'y, borraja, manzanilla, joasy'y, hervimos para nuestros hijos. [...] Entonces hervimos eso y les damos a nuestros hijos. Esto no se perdió».* [00:09:30]

NARRADORA 11

Por ejemplo, cuando un niño tiene mucha tos se ponen en un mismo recipiente amba'y, borraja, manzanilla y joasy'y. Todo eso se mezcla con agua hasta que hierve...

TRACK 13 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:11:28]

Alicia Balbuena: *«Por ejemplo el ñandypa, que es muy bueno para el colesterol “sangre con grasa” le dice la gente el ñandypa reduce el colesterol. Entonces eso siempre se toma en el mate, en el mate generalmente las mujeres toman la medicina y a las niñas les hacemos té».*

[00:11:49]

NARRADORA 12

El ñandypa también se usa para el colesterol.

Le dicen “sangre con grasa”.

Las mujeres lo toman con el mate y las niñas lo consumen como si fuera un té...

Cuando la fiebre es alta... La horchata es la solución.

TRACK 14 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:09:30]

Alicia Balbuena: *«Horchata también si tiene fiebre les damos a nuestra gente por ejemplo semillas de sandía, zapallo, melón y calabaza hervimos en agua caliente eso servimos y eso le damos a quien tiene fiebre y le envolvemos bien y a los 10 minutos empieza a sudar suda y le baja la fiebre. Esos son remedios que hasta ahora se usan».* [00:09:57]

NARRADORA 13

La hierba del pollo funciona para aliviar los problemas de estómago.

TRACK 15 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:11:55]

Alicia Balbuena: *«Generalmente lo que más cocino es la hierba del pollo, una planta que tiene espinas, y es excelente para problemas del estómago, para diarrea, excelente le ponés anís, manzanilla y le das al niño/a para que*

su estómago mejore y son cosas que no se tiene que perder, porque se pierde». [00:12:22]

NARRADORA 14

También usan semillas de sandías, zapallo, melón y calabaza.

Lo hierven en agua caliente.

Se prepara como una especie de té que se debe ingerir envuelto en una manta.

A los diez minutos el remedio hace efecto y la persona empieza a transpirar.

Eso... Genera que baje la temperatura.

Todas estas recetas se mantienen vivas en la comunidad Táva Guaraní.

TRACK 16 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:11:04]

Alicia Balbuena: *«Todavía tenemos muchas medicinas que pueden curarnos y en las que confiamos.*

Alicia Fernández: *Y que utilizamos todavía.*

Alicia Balbuena: *Y que todavía usamos». [00:11:16]*

NARRADORA 15

Las plantas medicinales son una fuente de conocimiento ancestral.

Una práctica aunque escasa... Aún vigente.

Quien planta la tierra... Confía en ella.

¿Pero qué pasa con las nuevas generaciones?

FX [TRANSICIÓN]

:::ACTO 3:::

TRACK 17 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:12:22]

Alicia Balbuena: *«Y lo más preocupante es, a nosotros nos preocupa muchas veces que la juventud, hoy en día ya no quiere tomar las medicinas y va dejando de tomar entonces cómo va a ser la nueva generación en el futuro va a utilizar todavía o no las hierbas medicinales entonces debemos inculcar a nuestras familias en nuestra comunidad, nuestra organizaciones de la importancia de sostener esas costumbres que es el uso de los remedios naturales de proteger el medio ambiente, de cuidar las plantas, de producir alimentación orgánica en nuestra chacra, en nuestra huerta y luego consumir». [00:13:09]*

NARRADORA 16

La preocupación en Táva Guaraní es que los más jóvenes no quieren tomar las hierbas medicinales... Y por ello la tradición está en peligro.

Para las compañeras de Kuña Aty sostener las costumbres es clave.

Sin remedios naturales el medio ambiente está en jaque.

TRACK 18 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:08:08]

Alicia Balbuena: *«Lo importante es recuperar nuevamente lo de nuestros abuelos, abuelas, porque antes muy poco se usaba el remedio farmacéutico digamos y salvaban la vida de la gente con remedios yuyos. Y antes sabían usar las medicinas pero hoy en día perdimos eso verdad pero yo creo que a través de la tecnología la gente puede interesarse y recuperar porque hoy en día por ejemplo, en internet hay grupos que publican remedios yuyos por ejemplo y yo creo que el sector campesino eso no perdió. En las ciudades sí ya se perdió todo». [00:08:53]*

NARRADORA 17

Se trata de recuperar la cultura de los abuelos y abuelas.

Y la tecnología puede ser un excelente aliado para difundir este tipo de mensajes.

Es clave conocer otras formas de habitar el mundo sin necesidad de recurrir a la industria farmacéutica... A los monocultivos.

Si elegir es renunciar... Las compañeras de Kuña Aty eligen vivir libres de agrotóxicos.

TRACK 19 [Fragmento - [Grupo 2](#) - 00:02:19]

Alicia Balbuena: «Nuestro medio ambiente está siendo destruido sabemos por qué. Por el avance del monocultivo y también por la dura sequía y las fuertes lluvias la sequía afectó a gran parte del sector campesino. Por ejemplo se quemó todo, se quemaron las chacras, se quemaron las plantas nativas que teníamos en las chacras los que sosteníamos así, se quemó totalmente entonces ¿qué es importante en ese caso? Reforestar nuestra comunidad, reforestación. Buscar plantas nativas, si tenemos, plantemos porque eso en Táva y en todas partes es un problema la quemazón en las comunidades .Y ahí se quema todo, se quema todo». [00:03:12]

FADE IN <<MUSIC 3>>

∴CIERRE∴

NARRADORA 18

¿Y vos? ¿Qué vas hacer al respecto?

TRACK 20 [Fragmento - [Presentaciones compas](#) - 00:02:56]

Alicia Fernández: *«Muy buenas tardes a los oyentes de la Radio. Estamos nuevamente en el Programa de Radio Távagua FM. No olvido a mi Radio comunitaria. Aquí estoy acompañada de la Sra. Catalina hace mucho que ella está con nosotras en la Comunidad. Es una mujer activa, luchadora y hoy llegó a nuestra radio para hablarles y que le escuchen y también para saludarles nuestro programa se llama “Buscando salud”».* [00:03:37]

NARRADORA 19

Estamos buscando salud... ¿Te sumás?

:::CRÉDITOS:::

NARRADORA 20

Ñe’e ñembohasa, Pasar la voz es un podcast de TEDIC en colaboración con Kuña Aty, comité de mujeres de Táva Guaraní. Conocé más de su trabajo en www.kuñaaty.org.

Agradecemos especialmente la participación de cada una de las compañeras que prestó su voz, sus conocimientos e historias para la realización de este proyecto.

Este podcast es posible gracias al apoyo de la Asociación para el progreso de las comunicaciones, APC. El guion es de Florencia Flores Iborra. La mezcla y diseño de sonido está a cargo de Rodrigo Ruesta. La producción general es de TEDIC.

Para no perderte ningún episodio, no te olvides de suscribirte en tu aplicación preferida. También nos encontrás en Twitter, Facebook e Instagram como [@tedicpy](#).

TEDIC es una organización no gubernamental que defiende y promueve los derechos humanos en entornos digitales, con foco en desigualdades de género y sus intersecciones en Paraguay y América Latina.

Soy Araceli Ramírez.

¡Gracias por escuchar!

FADE OUT <<MUSIC 3>>