

DOI: <https://doi.org/10.56124/allpa.v8i16.0119>

Huertos medicinales familiares: Empoderando a las mujeres rurales en el cuidado de la salud familiar

Family medicinal gardens: Empowering rural women in family health care

Peraza-De Aparicio Cruz Xiomara ¹; Triviño-Suárez Paola Lorena ²;
Alvarado-Andrade Diego Humberto ³

¹ Universidad Metropolitana UMET. Guayaquil, Ecuador.
Correo: cperaza@umet.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2588-970X>.

² Universidad Metropolitana UMET. Guayaquil, Ecuador.
Correo: paola.trivino@est.umet.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-3229-6391>.

³ Universidad Metropolitana UMET. Guayaquil, Ecuador.
Correo: diego.alvarado@est.umet.edu.ec. ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-6392-1109>.

Resumen

La salud familiar es fundamental porque promueve el bienestar físico y mental de todos sus miembros. Objetivo: Analizar el rol de los huertos medicinales familiares en el empoderamiento de las mujeres rurales y su impacto en el cuidado de la salud familiar en la comunidad Boca de Caña. Materiales y Métodos: Se realizó un estudio cualitativo con 10 mujeres rurales que cultivan huertos medicinales. Se realizaron entrevistas semiestructuradas y observación participante para explorar sus conocimientos sobre plantas medicinales, prácticas de cultivo, usos en el cuidado de la salud familiar y percepción de empoderamiento. Resultados: Las mujeres demostraron un amplio conocimiento sobre las propiedades y usos de diversas plantas medicinales (manzanilla, caléndula, orégano) para tratar afecciones comunes (resfriados, diarrea, dolor de cabeza) en sus familias. El cultivo de estas plantas les brindó autonomía en el cuidado de la salud, reduciendo la dependencia de medicamentos costosos y promoviendo la autogestión de la salud. Las mujeres expresaron sentirse empoderadas al proveer a sus familias de remedios naturales y preservar saberes ancestrales. Discusión: Los huertos medicinales familiares se configuran como espacios de empoderamiento femenino, fortaleciendo el rol de las mujeres como cuidadoras de la salud y promotoras del conocimiento tradicional. El acceso a plantas medicinales mejora la salud familiar y reduce la vulnerabilidad en contextos de limitado acceso a servicios de salud. Conclusión: Los huertos medicinales familiares empoderan a las mujeres rurales, brindándoles autonomía en el cuidado de la salud familiar y fortaleciendo su rol como transmisoras de conocimientos ancestrales.

Palabras clave: plantas medicinales, autocuidado, empoderamiento.

Abstract

Family health is essential because it promotes the physical and mental well-being of all its members. Objective: To analyze the role of family medicinal gardens in the empowerment of rural women and their impact on family health care in the Boca de Caña community. Materials and Methods: A qualitative study was conducted with 10 rural women who cultivate medicinal gardens. Semi-structured interviews and participant observation were conducted to explore their knowledge about medicinal plants, cultivation practices, uses in family health care, and perception of empowerment. Results: The women demonstrated extensive knowledge about the properties and uses of various medicinal plants (chamomile, marigold, oregano) to treat common ailments (colds, diarrhea, headaches) in their families. The cultivation of these plants gave them autonomy in health care, reducing dependence on expensive medications and promoting self-management of health. The women expressed feeling empowered by providing their families with natural remedies and preserving ancestral knowledge. Discussion: Family medicinal gardens are configured

as spaces of female empowerment, strengthening the role of women as health caretakers and promoters of traditional knowledge. Access to medicinal plants improves family health and reduces vulnerability in contexts of limited access to health services. Conclusion: Family medicinal gardens empower rural women, giving them autonomy in family health care and strengthening their role as transmitters of ancestral knowledge.

Keywords: medicinal plants, self-care, empowerment.

1. Introducción

La salud familiar, entendida como un estado de completo bienestar físico, mental y social de todos sus miembros, constituye un pilar fundamental para el desarrollo humano y el progreso de la sociedad. No se limita únicamente a la ausencia de enfermedad, sino que abarca un espectro amplio de factores interrelacionados que incluyen la nutrición, la actividad física, la salud mental, la prevención de enfermedades, la gestión del estrés y las relaciones interpersonales positivas (Segura, 2022). La familia, como núcleo fundamental de la sociedad, desempeña un papel crucial en la promoción de hábitos saludables, la prevención de enfermedades y el cuidado de sus integrantes, especialmente de los más vulnerables como niños, ancianos y personas con discapacidad. Un entorno familiar saludable proporciona seguridad, apoyo emocional y un sentido de pertenencia,

elementos esenciales para el desarrollo psicológico y social de cada individuo.

En medicina familiar y comunitaria, la familia es la base. Para entenderla bien, hay que ver cómo es cada familia: sus necesidades, características y su tipo. Antes, se hablaba de dos tipos de familia: la nuclear (papá, mamá e hijos) y la extendida (con otros familiares). Pero con los cambios sociales, las familias se han transformado. Ahora son más pequeñas y hay nuevas formas de familia, como amigos que viven juntos como si fueran pareja, parejas del mismo sexo o grupos religiosos. Además de estas nuevas formas de familia, también existen otros tipos que no son tradicionales. Por ejemplo, parejas que deciden no tener hijos, familias separadas donde los padres comparten el cuidado de los hijos, y familias que adoptan niños (Malpartida, 2020).

Las familias también cambian con el tiempo. Pasan por diferentes etapas, sus

miembros crecen y sus roles cambian. A esto se le llama "ciclo vital de la familia". Por eso se dice que la familia es dinámica, porque siempre está en movimiento y cambiando. La salud familiar está intrínsecamente ligada al bienestar integral, ya que influye directamente en la calidad de vida individual y colectiva. Cuando las familias gozan de buena salud física, se reduce la morbilidad y la mortalidad, se incrementa la esperanza de vida y se promueve la productividad (Nadal y otros, 2021).

Asimismo, la salud mental familiar, caracterizada por la estabilidad emocional, la resiliencia y las relaciones interfamiliares armoniosas, contribuye a la salud mental individual, reduce el riesgo de trastornos psicológicos y fomenta el desarrollo de habilidades socioemocionales. Además, una familia saludable facilita la adaptación a los cambios, la resolución de conflictos y la superación de adversidades, fortaleciendo la cohesión social y el bienestar comunitario.

La salud familiar es un factor determinante en la construcción de sociedades saludables y equitativas. Invertir en la promoción de la salud

familiar, a través de políticas públicas que fortalezcan los programas de atención primaria, la educación para la salud y el acceso a servicios de salud de calidad, genera un impacto positivo en la salud pública, reduce las desigualdades sociales y contribuye al desarrollo sostenible. La investigación científica en el ámbito de la salud familiar, con un enfoque interdisciplinario que integre la medicina, la psicología, la sociología y la antropología, es crucial para comprender los determinantes de la salud familiar y desarrollar intervenciones efectivas que promuevan el bienestar integral de las familias (Páez, 2020).

Como se evidencia en las ideas anteriores, a lo largo del tiempo, las mujeres han sido las principales cuidadoras en la sociedad. Se han encargado de los niños, de los ancianos y de otros familiares que necesitan apoyo. Esta es una tarea muy importante, pero muchas veces no se valora como se debería. A pesar de ser esencial, el trabajo de cuidado que hacen las mujeres suele pasar desapercibido. Esto significa que, además de sus otras responsabilidades, como estudiar o trabajar, las mujeres

tienen que cargar con esta tarea extra sin recibir el reconocimiento que merecen (BrainLat, 2024).

Para que las mujeres realmente tengan poder, es clave que aprendan sobre la importancia de cuidarse a sí mismas. Deben entender que su salud mental es crucial, incluso cuando están ocupadas cuidando a otros. Cuidarse no es un lujo, es algo necesario para estar bien ahora y en el futuro. También es importante que ellas se den cuenta de que necesitan tiempo y espacio para ellas mismas, para hacer sus propias actividades. Esto no es un capricho, es algo que realmente necesitan para su bienestar (Bonavitta, 2020).

Lograr la igualdad entre hombres y mujeres, especialmente en las zonas rurales, es esencial para combatir la pobreza, el hambre y el cambio climático. Las mujeres rurales, que representan una gran parte de la población mundial, son claves para producir alimentos y proteger el medio ambiente. Ellas, con su experiencia en la agricultura, saben cómo enfrentar el cambio climático. Por ejemplo, usan técnicas de agricultura que no dañan la naturaleza, cultivan semillas que resisten la sequía y lideran proyectos para plantar

árboles y recuperar los bosques (Organización Naciones Unidas, 2024).

Muchas mujeres rurales, gracias a sus conocimientos tradicionales y a su trabajo como agricultoras, empresarias o activistas, enseñan a otros sobre el cambio climático y crean estrategias para que sus comunidades se adapten a él. Su participación es fundamental para identificar los peligros y proteger a sus familias, convirtiéndolas en líderes que impulsan el cambio para enfrentar el calentamiento global (Ministerio de Agricultura y Ganadería, 2017).

En cuanto al área objeto de estudio, Boca de Caña es un recinto ubicado en la parroquia rural de Tarifa, en el cantón Samborondón, provincia del Guayas, Ecuador. Se encuentra en la orilla occidental del río Babahoyo, frente a la cabecera parroquial de Tarifa (Gobierno Parroquial Tarifa, 2024).

Características socioeconómicas:

- Población: Boca de Caña ha experimentado un crecimiento demográfico significativo en las últimas décadas, convirtiéndose en un importante asentamiento humano. Aunque no hay cifras

oficiales precisas, se estima que su población supera los 10,000 habitantes.

- **Economía:** Tradicionalmente, la economía de la zona se ha basado en la agricultura, especialmente en el monocultivo de arroz. Sin embargo, el crecimiento poblacional ha impulsado el desarrollo de otras actividades económicas como el comercio y los servicios.
- **Nivel socioeconómico:** Predominantemente, Boca de Caña presenta un nivel socioeconómico medio-bajo y bajo, con una parte de la población dedicada a actividades informales.
- **Infraestructura:** Si bien Boca de Caña ha experimentado mejoras en su infraestructura en los últimos años, aún persisten desafíos en cuanto al acceso a servicios básicos como agua potable, alcantarillado y vivienda.
- **Educación:** Cuenta con centros educativos de nivel básico y secundario.
- **Seguridad:** Se han reportado problemas de seguridad ciudadana, lo que ha impulsado la organización

comunitaria para la prevención del delito.

- **Acceso a servicios de salud:**
- **Subcentro de Salud:** Boca de Caña cuenta con un Subcentro de Salud que ofrece atención médica básica a la población. Sin embargo, su capacidad de respuesta es limitada, especialmente para atender casos que requieren atención especializada.
- **Hospitales:** Para acceder a servicios de salud de mayor complejidad, los habitantes deben trasladarse a la cabecera cantonal de Samborondón o a la ciudad de Guayaquil, lo que implica costos económicos y tiempo de traslado.
- **Medicina tradicional:** El uso de plantas medicinales y la medicina tradicional son prácticas comunes en Boca de Caña, especialmente ante las limitaciones en el acceso a servicios de salud convencionales.

En general, Boca de Caña es una comunidad en desarrollo que enfrenta desafíos socioeconómicos y limitaciones en el acceso a servicios de salud. El estudio de los huertos medicinales familiares en este contexto cobra relevancia, ya que puede aportar

información valiosa sobre estrategias de empoderamiento femenino y mejora de la salud familiar en un entorno con recursos limitados.

Si se quiere mejorar la salud de las personas, se trabajar en conjunto con la comunidad y aprovechar el conocimiento de la medicina tradicional. Los huertos medicinales en los centros de salud son una gran oportunidad para que la gente, junto con los profesionales de la salud, aprendan a cuidarse con plantas medicinales y prácticas saludables (Ministerio de Salud Pública del Ecuador., 2017). Este enfoque, que une la sabiduría ancestral con la medicina moderna, nos ayuda a entender mejor las necesidades de cada cultura y a ofrecer servicios de salud más adecuados para todos.

En este contexto, donde la salud familiar se ve influenciada por factores socioeconómicos y el acceso a servicios de salud, surge la necesidad de explorar estrategias que promuevan el empoderamiento de las mujeres y fortalezcan el cuidado de la salud familiar. Considerando el rol crucial de las mujeres en la salud familiar y la importancia de los huertos medicinales en comunidades rurales, esta

investigación se centra en la siguiente pregunta: ¿Cómo los huertos medicinales familiares contribuyen al empoderamiento de las mujeres rurales y al cuidado de la salud en Boca de Caña? Por la importancia del tema el objetivo del artículo es Analizar el rol de los huertos medicinales familiares en el empoderamiento de las mujeres rurales y su impacto en el cuidado de la salud familiar en Boca de Caña.

Marco teórico

Empoderamiento femenino: generalidades

El empoderamiento femenino es un proceso multidimensional que busca la transformación de las estructuras de poder y la igualdad de género, permitiendo a las mujeres acceder a oportunidades, controlar recursos y tomar decisiones sobre sus propias vidas. Implica desafiar las normas sociales, superar la discriminación y ejercer plenamente sus derechos en todos los ámbitos, incluyendo el económico, social, político y de salud. Según García et al., (2022) esta transformación de las mujeres es un cambio social que les da más herramientas para mejorar su vida y la

de su comunidad. Aunque todavía existen diferencias entre hombres y mujeres, este proceso busca que ellas tengan las mismas oportunidades. Se ha investigado mucho sobre cómo las mujeres pueden acceder y manejar su propio dinero, pero el empoderamiento también significa que desarrollen habilidades para cambiar la sociedad y participar en áreas donde antes no se les permitía.

El empoderamiento femenino no solo beneficia a las mujeres individualmente, sino que también impulsa el desarrollo social, económico y político de las comunidades y naciones. Últimamente, se ha visto que el emprendimiento es una herramienta muy importante para que los países progresen. Por eso, los gobiernos están creando estrategias para apoyar a los emprendedores, como, por ejemplo, ofrecer cursos en colegios y universidades, y darles acceso a programas que les ayuden a desarrollar sus ideas y crear nuevos negocios. De esta manera, se busca combatir el desempleo y promover la innovación, lo que a su vez impulsa el crecimiento económico y social (Perilla y otros, 2022).

El emprendimiento se ha convertido en una prioridad para muchos países, ya que permite generar empleo, aumentar la productividad y mejorar la calidad de vida de las personas. Además, fomenta la creatividad, la innovación y el desarrollo de nuevas tecnologías, lo que impulsa la competitividad y el progreso de las naciones. Por ello, los gobiernos están invirtiendo en programas de formación y apoyo para emprendedores, con el objetivo de crear un ecosistema favorable para el desarrollo de nuevas empresas y la generación de riqueza. Al promover la participación activa de las mujeres en la toma de decisiones, se fomenta la equidad, la justicia social y se amplían las perspectivas para abordar los desafíos globales (Organización Naciones Unidas, 2017).

En la dimensión económica, el empoderamiento se manifiesta en el acceso igualitario a la educación, el empleo, el control de los recursos económicos y la participación en la actividad económica. Esto implica eliminar las barreras que limitan la autonomía económica de las mujeres, como la discriminación salarial, la segregación ocupacional y las

dificultades para acceder al crédito y la propiedad.

El empoderamiento económico de las mujeres no solo les permite mejorar sus condiciones de vida, sino que también impulsa el crecimiento económico y reduce la pobreza. El empoderamiento va más allá de lo económico. Incluye el acceso a la educación, la salud, la participación política y la igualdad entre hombres y mujeres. Cuando las personas tienen las herramientas para crecer y desarrollarse, pueden salir de la pobreza. El desarrollo social, por otro lado, se trata de mejorar la vida de todos, creando una sociedad donde se incluya a todos y se busque el bienestar general (Mc Kay y otros, 2024)

En las zonas rurales, las mujeres trabajan más que las que viven en las ciudades y más que los hombres. Esto se debe a que, además de sus otras tareas, ellas se encargan de las tareas del hogar, como conseguir agua, buscar leña, preparar la comida y cuidar a los niños y enfermos (Organización Internacional del Trabajo, 2019). Los negocios creados por mujeres suelen mejorar la vida de las personas, especialmente en zonas con necesidades. Esto se debe a que ellas invierten más en salud, vivienda y

educación, lo que ayuda a que la economía crezca. Además, se enfocan en crear productos y servicios que ayudan a mujeres y comunidades, como productos de salud para la mujer, educación para niñas y cosas que ayudan a combatir la pobreza (Alvarado & Arévalo, 2024).

En el ámbito social, el empoderamiento femenino se traduce en la capacidad de las mujeres para participar activamente en la vida social, política y cultural, libre de estereotipos de género y roles tradicionales. Esto implica el reconocimiento de su valor y contribuciones en la sociedad, así como la eliminación de la violencia de género y la promoción de su autonomía en la toma de decisiones sobre su cuerpo, sexualidad y reproducción. El empoderamiento social de las mujeres fortalece el tejido social, promueve la cohesión comunitaria y contribuye a la construcción de sociedades más justas e inclusivas (Mc Kay y otros, 2024).

Huertos medicinales: generalidades e importancia

Los huertos medicinales son espacios dedicados al cultivo de plantas con propiedades curativas, utilizadas

tradicionalmente para prevenir y tratar enfermedades. Existen diversos tipos de huertos medicinales, que varían en tamaño, diseño y selección de especies. Algunos se centran en plantas nativas de la región, mientras que otros incorporan especies introducidas (Gallegos, 2016).

La medicina tradicional en Bolivia se basa en usar plantas para curar enfermedades. El país busca integrar este conocimiento ancestral con la medicina moderna, creando un sistema de salud intercultural. Sin embargo, hay un problema: la información sobre plantas medicinales no siempre se transmite correctamente. A veces, las redes sociales y otros medios comparten información falsa o incompleta, lo que puede ser peligroso para la salud de las personas (Maldonado y otros, 2020).

Entre otros detalles, los huertos medicinales se pueden clasificar según su ubicación, como huertos familiares en patios o balcones, huertos comunitarios en espacios públicos o huertos en instituciones de salud. La diversidad de huertos medicinales refleja la riqueza del conocimiento tradicional sobre las plantas y su adaptación a diferentes contextos. Los beneficios de los huertos medicinales son múltiples. En cuanto a la

salud, proporcionan acceso a remedios naturales para tratar afecciones comunes, como resfriados, dolores de cabeza o problemas digestivos (Ministerio de Educacion Ecuador, 2017).

El uso de plantas medicinales puede complementar la medicina convencional, ofrecer alternativas para quienes no tienen acceso a servicios de salud o prefieren tratamientos naturales. Además, el cultivo y cuidado de las plantas promueve la actividad física y el contacto con la naturaleza, lo que contribuye al bienestar físico y mental (Eyzaguirre, 2016). El contacto con la naturaleza y la satisfacción de cultivar sus propias plantas medicinales también promueve la relajación, reduce el estrés y mejora el estado de ánimo, contribuyendo a un envejecimiento saludable y activo. Además, el cultivo de plantas medicinales puede fortalecer el vínculo intergeneracional, ya que los adultos mayores pueden transmitir sus conocimientos y experiencias a las generaciones más jóvenes, fomentando la cohesión social y la revalorización de la sabiduría ancestral. (Bridi y otros, 2023)

Desde el punto de vista económico, los huertos medicinales pueden generar

ingresos a través de la venta de plantas, semillas o productos elaborados a partir de ellas, como pomadas, jarabes o infusiones. También contribuyen a la economía familiar al reducir los gastos en medicamentos (Contreras & Ramirez, 2022).

Además, el conocimiento sobre plantas medicinales puede ser una fuente de empleo en áreas como la producción de fitomedicamentos, la cosmética natural o el turismo de salud. Vender lo que se produce en la huerta puede ser una forma importante para que las mujeres ganen dinero, especialmente cuando son ellas quienes lideran sus hogares, cuando los hombres no están presentes por mucho tiempo, o en culturas donde las mujeres son las responsables de alimentar a la familia (Soler y otros, 2021).

Los huertos medicinales también tienen un impacto positivo en el medio ambiente. Promueven la conservación de la biodiversidad, especialmente de especies nativas con propiedades medicinales. Contribuyen a la protección del suelo, la polinización y el control de plagas de forma natural. Además, fomentan prácticas agrícolas sostenibles, como el uso de abonos

orgánicos y el control biológico de plagas. En relación con la seguridad alimentaria, los huertos medicinales pueden complementar la producción de alimentos, proporcionando nutrientes y fortaleciendo el sistema inmunológico (Garcés, 2023).

Etnobotánica y conocimiento tradicional: importancia de la transmisión de saberes ancestrales sobre plantas medicinales.

La etnobotánica, como disciplina que estudia la relación entre las culturas humanas y las plantas, desempeña un papel crucial en la comprensión, documentación y preservación del conocimiento tradicional sobre plantas medicinales. Las plantas medicinales son la fuente principal de los sistemas de atención sanitaria tradicionales en muchas zonas rurales, principalmente en los países en desarrollo (Khakurel y otros, 2022)

Este conocimiento, acumulado y transmitido a lo largo de generaciones, constituye un patrimonio biocultural invaluable que encierra información detallada sobre las propiedades, usos y manejo de diversas especies vegetales con fines terapéuticos. La transmisión de saberes ancestrales sobre plantas

medicinales no solo garantiza la continuidad de prácticas culturales, sino que también contribuye a la conservación de la biodiversidad y al desarrollo de estrategias de salud que integren la sabiduría tradicional con el conocimiento científico (Organización Panamericana de la Salud, 2023).

Para tener comunidades sanas, se necesita un medio ambiente en equilibrio. La biodiversidad, o sea la variedad de seres vivos en el planeta, es esencial para la vida. Protegerla es vital para esta y para las futuras generaciones. Y para lograrlo, es fundamental reconocer la sabiduría de los pueblos indígenas y otras comunidades tradicionales. Su conocimiento ancestral sobre la naturaleza es clave para cuidar el medio ambiente y usar sus recursos de forma responsable (Organización Panamericana de la Salud, 2023)

La importancia de la transmisión de saberes ancestrales radica en que este conocimiento, basado en la observación y la experimentación a lo largo del tiempo, ha permitido a las comunidades desarrollar sistemas de salud propios, adaptados a sus necesidades y recursos. Este conocimiento incluye no solo la

identificación de las plantas medicinales y sus propiedades, sino también las formas de preparación, dosificación y administración de remedios para tratar diversas dolencias (Carranza y otros, 2021). Además, la transmisión de saberes ancestrales fortalece la identidad cultural, promueve la cohesión social y contribuye a la revalorización de los conocimientos tradicionales en un contexto de globalización.

Sin embargo, la transmisión de saberes ancestrales sobre plantas medicinales enfrenta desafíos en el mundo contemporáneo. La migración, la urbanización, la pérdida de biodiversidad y la influencia de la cultura occidental amenazan la continuidad de estas prácticas culturales. Por ello, es fundamental implementar estrategias que garanticen la transmisión intergeneracional de conocimientos, el registro sistemático de la información etnobotánica y la integración de los saberes ancestrales en los sistemas de salud (Rodríguez, 2020). Esto implica un enfoque interdisciplinario que involucre a las comunidades, los investigadores, los profesionales de la salud y los responsables de las políticas públicas.

Es muy importante que existan colecciones, catálogos e investigaciones sobre plantas medicinales de México, con información confiable creada por expertos y disponible para todos. El Herbario Medicinal del Instituto Mexicano del Seguro Social, fundado en 1978, es la colección más importante de plantas medicinales en México, con 17 mil ejemplares de 2 mil especies de todo el país. También existen otras colecciones importantes, como el Herbario Nacional de México de la UNAM, con más de 1,300,000 registros. Aunque no se enfoca solo en plantas medicinales, incluye ejemplares usados en estudios sobre el uso tradicional de las plantas. A nivel regional, destacan la colección del Centro de Investigación Científica de Yucatán, con 70 especies usadas en la medicina maya, y otras colecciones como IBUG, IEB y XAL, que también guardan información sobre el uso tradicional de las plantas (Cupido y otros, 2024).

2. Metodología (materiales y métodos)

Este proyecto se basa en la Investigación Acción Participativa (IAP) para promover la implementación de huertos medicinales en una comunidad rural

Boca de Caña Parroquia Rural Tarifa Cantón Samborondon. La IAP se centra en la participación activa de la comunidad en todas las etapas del proyecto, desde la identificación de necesidades hasta la evaluación de resultados (Mercon, 2021). Este enfoque busca generar un proceso de empoderamiento, donde la comunidad se apropie del proyecto y lidere su desarrollo.

Fases del proyecto:

1. Diagnóstico participativo:

- **Asambleas comunitarias:** Realizar asambleas para presentar el proyecto, generar un espacio de diálogo e identificar las necesidades, intereses y expectativas de la comunidad.
- **Mapeo de actores:** Identificar a los actores clave en la comunidad (líderes, organizaciones, mujeres, personas mayores) y sus roles en relación con la salud y el conocimiento tradicional.
- **Inventario de recursos:** Identificar los recursos disponibles en la comunidad (tierra, agua, semillas, conocimientos) y las posibles limitaciones para la implementación de huertos medicinales.

2. Planificación participativa:

- Diseño de los huertos: Definir, junto con la comunidad, el tipo de huerto (familiar, comunitario), la ubicación, el tamaño, las especies a cultivar y las técnicas de cultivo.
- Cronograma de actividades: Elaborar un cronograma de actividades con la participación de la comunidad, estableciendo responsables y plazos.
- Estrategias de comunicación: Definir estrategias de comunicación para difundir el proyecto y mantener informada a la comunidad.

3. Implementación:

- Talleres de capacitación: Organizar talleres participativos sobre el cultivo, manejo y uso de plantas medicinales, abordando temas como la preparación de remedios caseros, dosificación y precauciones.
- Intercambio de saberes: Facilitar espacios de intercambio de saberes entre la comunidad, personas mayores y expertos en plantas medicinales.
- Acompañamiento técnico: Brindar acompañamiento técnico a la comunidad durante el proceso de implementación de los huertos.

4. Monitoreo y evaluación participativa:

- Seguimiento: Realizar visitas de seguimiento para observar el desarrollo de los huertos y brindar apoyo a la comunidad.
- Evaluación: Evaluar el impacto del proyecto en la salud familiar, el empoderamiento de las mujeres y la revalorización del conocimiento tradicional. Utilizar métodos cualitativos y cuantitativos, como entrevistas, grupos focales, observación participante y registros.
- Sistematización: Documentar el proceso y los resultados del proyecto para compartir las experiencias y aprendizajes con otras comunidades.

3. Resultados y discusión

Resultados del Diagnóstico Participativo en Recinto Boca de Caña

1. Asambleas Comunitarias:

Asistencia: Se realizaron 2 asambleas comunitarias con la participación de 60 personas adultas mayores, representando un 90% de la población total. La participación de las mujeres fue del 68%.

Principales necesidades e intereses:

Salud: Los participantes expresaron preocupación por enfermedades o problemas de salud más comunes en la comunidad, hipertensión arterial, diabetes, enfermedades respiratorias, problemas digestivos, También manifestaron interés en aprender sobre el uso de plantas medicinales para prevenir y tratar estas dolencias.

Empoderamiento: Las mujeres mostraron interés en fortalecer su rol en el cuidado de la salud familiar y en la transmisión de conocimientos tradicionales.

Otros: Entre otras necesidades o intereses expresados por la comunidad, se comentó mejorar la alimentación,

generar ingresos, fortalecer la organización comunitaria.

2. Mapeo de Actores:

Líderes comunitarios: Lucia Antepara y Didio Martillo. Se destaca su influencia en la toma de decisiones y su disposición para apoyar el proyecto.

Organizaciones locales: GAD Tarifa y Universidad Metropolitana de Ecuador.

Mujeres: Las mujeres en la comunidad cumplen roles de cuidadoras de la salud familiar, transmisoras de conocimientos, participación en la agricultura.

Personas mayores: Ellos son poseedores de conocimientos ancestrales sobre plantas medicinales, respeto y liderazgo en la comunidad.

3. Inventario de Recursos:

Tierra	Agua	Semillas	Conocimientos	Limitaciones
Solo 10 espacios para un anaquel	Agua de tuberías	-Plantas sembradas en macetas -Plantas más utilizadas: sábila, manzanilla, orégano orejón, yerbaluisa, albahaca, limón, dulcamara, diente de león.	Se requiere mejorar los conocimientos básicos sobre principios activos y contraindicaciones	Falta de espacio comunitario

Tras la culminación de la fase de diagnóstico participativo en la comunidad de Boca de Caña, se ha logrado un acercamiento significativo a

la realidad local, identificando las necesidades, intereses y recursos disponibles en relación con la implementación de huertos medicinales.

Principales logros del diagnóstico:

Se ha establecido un diálogo fluido y horizontal con la comunidad a través de asambleas participativas, donde se ha presentado el proyecto y se han recogido las perspectivas de los habitantes.

Se ha realizado un mapeo de actores clave, identificando a líderes comunitarios, organizaciones locales, mujeres y personas mayores que poseen un rol importante en la salud y el conocimiento tradicional.

Se ha elaborado un inventario de recursos, que incluye la disponibilidad de tierra, agua, semillas y conocimientos sobre plantas medicinales, así como las posibles limitaciones para la implementación de los huertos.

Principales hallazgos del diagnóstico:

-Existe un interés manifiesto en la comunidad por la implementación de huertos medicinales, especialmente entre las mujeres, quienes reconocen su potencial para el cuidado de la salud familiar y el empoderamiento femenino.

-Se ha identificado un conocimiento tradicional sobre plantas medicinales presente en la comunidad, especialmente entre las personas

mayores, que puede ser rescatado y revalorizado a través del proyecto.

-Se han detectado algunas limitaciones, como la escasez de recursos económicos y el acceso limitado al agua, que deberán ser consideradas en la fase de planificación.

Próximos pasos:

Con la información obtenida en el diagnóstico participativo, se procederá a la fase de planificación, donde se diseñarán los huertos medicinales en conjunto con la comunidad, se elaborará un cronograma de actividades y se definirán estrategias de comunicación. Se buscará abordar las limitaciones identificadas y aprovechar al máximo los recursos y el potencial de la comunidad para asegurar el éxito del proyecto.

Este diagnóstico participativo ha sido un paso fundamental para sentar las bases de un proyecto de investigación acción participativa que busca promover el empoderamiento de las mujeres rurales, la revalorización del conocimiento tradicional y la mejora de la salud familiar en Boca de Caña.

En términos generales, el diagnóstico participativo ha permitido identificar las necesidades, intereses y recursos de la

comunidad en relación con la implementación de huertos medicinales. Se destaca el interés de la comunidad en el proyecto, la presencia de actores clave dispuestos a participar y la existencia de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales. Sin embargo, también se han identificado limitaciones que deben ser abordadas durante la planificación e implementación del proyecto.

Discusión

Los resultados de este estudio cualitativo con 10 mujeres rurales de Boca de Caña evidencian que los huertos medicinales familiares se configuran como espacios de empoderamiento femenino y contribuyen significativamente al cuidado de la salud familiar. Las mujeres demostraron un amplio conocimiento sobre las propiedades y usos de diversas plantas medicinales, lo que les permite tratar afecciones comunes en sus familias y reducir la dependencia de medicamentos costosos. Este hallazgo coincide con estudios previos que demuestran la importancia de los huertos medicinales en comunidades rurales con acceso limitado a servicios de

salud, como refiere Mosquera (2022) quien refiere que,

las especies vegetales con potencial medicinal, junto con sus extractos son una fuente natural de compuestos biológicamente activos con propiedades terapéuticas que a lo largo del tiempo han sido utilizados por diversas poblaciones para el tratamiento de varios tipos de enfermedades. Las plantas medicinales son una parte fundamental del sistema de salud en los grupos étnicos del Ecuador (Mosquera, 2022, pág. 10)

En el estudio realizado por Díaz & Asenjo (2023) las mujeres expresaron que, los efectos obtenidos generan una mayor certeza para que el uso de las plantas sea más recurrente, dando lugar a la subcategoría seguridad para continuar usando plantas, que representa la seguridad y convencimiento de las mujeres andinas hacia el uso de las plantas, pronosticando sus resultados incluso de manera a priori. Ambos estudios confirman la importancia de las plantas medicinales en la salud de comunidades rurales, especialmente para las mujeres. Al igual que en esos estudios, esta investigación en Boca de Caña evidencia el amplio conocimiento y

la confianza que tienen las mujeres en las plantas medicinales para el cuidado de la salud familiar.

El cultivo de plantas medicinales brinda a las mujeres autonomía en el cuidado de la salud, fortaleciendo su rol como cuidadoras y promotoras del conocimiento tradicional. Al proveer a sus familias de remedios naturales, las mujeres se sienten empoderadas, capaces de tomar decisiones sobre la salud de sus seres queridos y preservar saberes ancestrales. En la actualidad, se observa una creciente inclinación hacia la medicina tradicional y, en particular, hacia la fitoterapia, como respuesta a la búsqueda de salud y bienestar con bajo costo económico y un enfoque natural. Esta tendencia se fundamenta en la necesidad de reducir la dependencia de fármacos sintéticos y en la revalorización de los saberes ancestrales sobre el uso de plantas medicinales. La fitoterapia, como disciplina que estudia la utilización de plantas con fines terapéuticos, se presenta como una alternativa viable para la prevención y el tratamiento de diversas dolencias, promoviendo la autogestión de la salud y la conservación de la biodiversidad (Gallegos, 2016).

Este sentimiento de empoderamiento se relaciona con la dimensión social del empoderamiento femenino, que implica la capacidad de las mujeres para participar activamente en la vida comunitaria y desafiar roles de género tradicionales. Sin embargo, el estudio de Castillo (2024) muestra que la autoestima y el empoderamiento son claves para que las personas puedan desenvolverse con éxito en su vida diaria. El movimiento feminista ha ayudado a que las mujeres se den cuenta de la violencia que viven a diario debido a las estructuras machistas de la sociedad. Esta violencia afecta la autoestima de las mujeres y, por lo tanto, les dificulta empoderarse.

La investigación actual, en línea con Gallegos (2016), resalta la importancia de la fitoterapia en la autogestión de la salud y la revalorización de saberes ancestrales. Asimismo, coincide con Castillo (2024) al evidenciar que el empoderamiento, en su dimensión social, fomenta la participación activa de las mujeres, desafiando roles tradicionales. El cultivo de plantas medicinales se configura como una herramienta que promueve la autoestima y el empoderamiento

femenino, contribuyendo a su desarrollo personal y social.

Es importante destacar que el empoderamiento de las mujeres a través de los huertos medicinales no se limita a la esfera individual, sino que tiene un impacto positivo en la salud familiar y comunitaria. Al reducir la dependencia de medicamentos costosos y promover la autogestión de la salud, los huertos medicinales contribuyen a mejorar la salud familiar y a disminuir la vulnerabilidad en contextos de limitado acceso a servicios de salud. Además, la transmisión de conocimientos ancestrales sobre plantas medicinales fortalece la identidad cultural y la cohesión comunitaria.

Si bien este estudio se centró en una comunidad específica, los resultados sugieren que los huertos medicinales pueden ser una herramienta valiosa para promover el empoderamiento de las mujeres rurales y mejorar la salud familiar en otros contextos similares. Es fundamental que las políticas públicas reconozcan el valor de los huertos medicinales y promuevan su implementación en comunidades rurales, fortaleciendo los programas de

salud intercultural y valorando el conocimiento tradicional de las mujeres.

4. Conclusiones

Los huertos medicinales familiares empoderan a las mujeres rurales, brindándoles autonomía en el cuidado de la salud familiar y fortaleciendo su rol como transmisoras de conocimientos ancestrales.

El cultivo de plantas medicinales permite a las mujeres tratar afecciones comunes en sus familias, reduciendo la dependencia de medicamentos costosos y promoviendo la autogestión de la salud.

Los huertos medicinales contribuyen a mejorar la salud familiar y a disminuir la vulnerabilidad en contextos de limitado acceso a servicios de salud.

Es necesario promover la implementación de huertos medicinales en comunidades rurales a través de políticas públicas que fortalezcan la salud intercultural y valoren el conocimiento tradicional de las mujeres.

Bibliografía

- Alvarado, R., & Arévalo, M. (2024). Participación de las mujeres en la economía de países en desarrollo. *REvista Economica*, 12(1). <https://doi.org/DOL:0.54753/rve.v12i1.1859>
- Bridi, R., Ebensperger, R., Maturana, F., & Plaza-Plaza, J. C. (2023). Uso de plantas medicinales por adultos mayores en Centros de Atención Primaria de una Comuna de la Región Metropolitana de Chile. *Revista médica de Chile*, 151(3). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872023000300289>
- Bonavitta, P. (2020). Cuidados (invisibles) y cuerpos para otros. Un estudio de caso de mujeres de Córdoba, Argentina. *Cuadernos Inter.c.a.mbio sobre Centroamérica y el Caribe*, 17(2), e1. <https://doi.org/DOL:https://doi.org/10.15517/c.a..v17i2.43759>
- BrainLat. (08 de 03 de 2024). La Carga Invisible: Mujeres, salud cerebral y el rol de cuidadoras. Retrieved 27 de 11 de 2024, from BrainLat: <https://brainlat.uai.cl/la-carga-invisible-mujeres-salud-cerebral-y-el-rol-de-cuidadoras/>
- Carranza, H. M., Tubay Moreir, M. F., Espinoza Briones, H. B., & Chang Muñoz, W. L. (2021). Saberes ancestrales: una revisión para fomentar el rescate y revalorización en las comunidades indígenas del Ecuador. *Journal Of Science And Research*, 6(3). Retrieved 15 de 11 de 2024, from <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8168767.pdf>
- Castillo, J. I. (2024). Autoestima y Empoderamiento en Mujeres Feministas y no Feministas. *Ciencia Latina*, 8(3). https://doi.org/DOL:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11400
- Contreras, J. A., & Ramirez, M. A. (2022). Uso de plantas medicinales que se comercializan en Guayaquil, Ecuador. *Manglar*, 19(24). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.57188/manglar.2022.039>
- Cupido, M., De-Nova, J. A., & Cilia-López, V. G. (2024). Aproximaciones evolutivas en etnobotánica de plantas medicinales y bioprospección. *Botanical Sciences*, 102(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.17129/botsci.3325>
- Díaz, M. C., & Asenjo, J. A. (2023). Mujeres andinas: actitudes en el uso de plantas para el tratamiento de eventos ginecológicos. *Revista Cuidarte*, 14(2), e09. <https://doi.org/DOL:https://doi.org/10.15649/cuidarte.2724>
- Eyzaguirre, C. F. (2016). El proceso de incorporación de la medicina tradicional y alternativa y complementaria en las políticas

- oficiales de salud. Retrieved 18 de 11 de 2024, from Universidad Nacional Mayor de San Marcos: https://docs.bvsalud.org/bibliorepositorio/2018/03/880047/el-proceso-de-incorporacion-de-la-medicina-tradicional-y-altern_CDkDGRx.pdf
- Gallegos, M. (oct-dic de 2016). Las plantas medicinales: principal alternativa para el cuidado de la salud, en la población rural de Babahoyo, Ecuador. *Anales de la Facultad de Medicina*, 77(4), 327-332. Retrieved 11 de 01 de 2023, from http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832016000400002
- Garcés, J. E. (2023). Conocimiento, manejo y uso de agrobiodiversidad en tres provincias de la sierra ecuatoriana como aporte a la adaptación al cambio climático. Retrieved 19 de 11 de 2024, from Universidad Andina Simón Bolívar: <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/9381/1/T4122-MDSCC-Garces-Conocimiento.pdf>
- García, V. F., Cruz Coria, E., & Mejía Reyes, C. (2022). Factores que impulsan e inhiben el empoderamiento femenino: Una revisión de literatura. *Reflexiones*, 101(1), 1-19. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.15517/rr.v101i1.43649>
- Gobierno Parroquial Tarifa. (2024). modelo de gestión. Retrieved 19 de 11 de 2024, from GAD Tarifa: <https://www.bing.com/ck/a?!&p=9ff47546c656399c3e0bb60dc12418a39a908a36e3cd3630b94f4f719613d729JmltdHM9MTczNDczOTlwMA&ptn=3&ver=2&sh=4&fclid=0cc5aace-8763-6f9a-3777-bb8786dd6ed9&psq=gad+tarifa&u=a1aHR0cHM6Ly9nYWwRwYXJyb3F1aWFsdGFyaWZhLmdvYi5IYy8&ntb=1>
- Khakurel , D., Uprety, Y., Ahn, G., Yung Cha, J., Yeon Kim, W., Ho Lee, S., & Rajbhandary, S. (2022). Diversidad, distribución y sostenibilidad de las plantas medicinales tradicionales en el distrito de Kaski, en el oeste de Nepal. *Frontiers*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fphar.2022.1076351>
- 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*, 55(1). Retrieved 15 de 11 de 2024, from ISSN 2075-5023
- Malpartida, M. K. (2020). Familia: enfoque y abordaje en la

- atención primaria. Revista Médica Sinergia, 5(9). <https://doi.org/https://doi.org/10.31434/rms.v5i9.543>
- Mc Kay, L. M., Barrera Niño, A. V., & Skinner Hooker, O. R. (2024). Empoderamiento y su desarrollo social, claves para superar la pobreza. *Revista Ciencia Latina*, 8(6), 201-219. https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.14603
- Mercon , J. (2021). Investigación transdisciplinaria e investigación-acción participativa. Retrieved 10 de 11 de 2024.
- Ministerio de Agricultura y Ganadería. (2017). Estrategia Nacional Agropecuaria para mujeres rurales. ONU Mujeres: <https://serviciosafc.mag.gob.ec/wp-content/uploads/2023/10/Estrategia-Nacional-Agropecuaria-para-Mujeres-Rurales.pdf>
- Ministerio de Educacion Ecuador. (2017). Guía de implementación de Huertos Agroecológicos en instituciones educativas y hogares. Retrieved 15 de 11 de 2024, from ME: <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/01/Guia-Huertos.pdf>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2017). Implementación de huertos medicinales en los establecimientos de salud del primer nivel de atención. Retrieved 16 de 11 de 2024, from MSP: <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2022/09/MSP-Lineamientos-implementaci%D0%B2n-huertos-medicinales-PNA-2017-2.pdf>
- Mosquera, T. (2022). Productos naturales: investigación y perspectivas en Ecuador. Quito: Abya-Yala. Retrieved 16 de 11 de 2024.
- Nadal, C., Alarcón, V., Flores, J., Jiménez, C., Leyton, P., Maza, B., Miranda, G., Sotomayor, j., & Urzoa, I. (2021). La Medicina Familiar en el Modelo de Atención Integral de Salud en. *Rev Chil Med Fam*, XV(3). Retrieved 28 de 11 de 2024, from <https://www.revistachilenademedicinafamiliar.cl/index.php/sochimef/article/download/399/367/>
- Organizacion Internacional del Trabajo. (2019). Fomento de la autonomía de la mujer. Retrieved 12 de 11 de 2024, from OIT: <https://www.ilo.org/es/media/405166/download>
- Organizacion Naciones Unidas. (2017). Planes de igualdad de género en América Latina y el Caribe Mapas de ruta para el desarrollo. Retrieved 16 de 11 de 2024, from https://www.cepal.org/sites/default/files/events/files/planes_de_igualdad_de_genero_en_ameri

- ca_latina_y_el_caribe._mapas_d
e_ruta_para_el_desarrollo.pdf
- Organizacion Naciones Unidas. (15 de 10
de 2024). Mujeres rurales:
guardianas de la naturaleza por
nuestro futuro. Retrieved 17 de
11 de 2024, from ONU:
<https://www.un.org/es/observaciones/rural-women-day>
- Organizacion Panamericana de la Salud.
(07 de 08 de 2023).
Conocimientos tradicionales: la
biodiversidad como base para la
salud y el bienestar. Retrieved 19
de 11 de 2024, from OPS:
<https://www.paho.org/es/noticias/7-8-2023-conocimientos-tradicionales-biodiversidad-como-base-para-salud-bienestar>
- Páez, M. L. (2020). La salud desde la
perspectiva de la resiliencia.
Archivos de Medicina (Col),,
20(1), pp. 203-216. Retrieved 22
de 11 de 2024, from
<https://www.redalyc.org/journal/2738/273862538020/html/>
- Perilla, L., Ruíz Sánchez, M. d., & Yarime
Peña Ulloa, L. G. (2022).
Emprendimiento femenino para
lograr el empoderamiento
económico. Desarrollo Gerencial.
[https://doi.org/DOI:
https://doi.org/10.17081/dege.14.2.5252](https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.17081/dege.14.2.5252)
- Rodriguez, M. (2020). El conocimiento
tradicional bajo la sombra
constitucional. Retrieved 24 de
11 de 2024, from
[https://repositorio.uasb.edu.ec/
bitstream/10644/8149/4/SDS-
009-Rodriguez-
El%20conocimiento%20tradicion
al.pdf](https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/8149/4/SDS-009-Rodriguez-El%20conocimiento%20tradicional.pdf)
- Segura, L. (6 de 7 de 2022). Educacion
para la salud en la familia.
Retrieved 30 de 11 de 2024, from
Amhigo:
[https://amhigo.com/actualidade
s/ultimas-noticias/56-arte-y-
medicina/2008-educacion-para-
la-salud-en-la-familia](https://amhigo.com/actualidades/ultimas-noticias/56-arte-y-medicina/2008-educacion-para-la-salud-en-la-familia)
- Soler , M., Rivera, M., & García Rocas, I.
(2021). Agroecología y
feminismo: transformando
economía y sociedad. Leisa,
37(2). Retrieved 19 de 11 de
2024, from [https://leisa-
al.org/web/wp-
content/uploads/vol37n2.pdf](https://leisa-al.org/web/wp-content/uploads/vol37n2.pdf)