

FERIAS DE EDUCACIÓN, CIENCIAS, ARTE Y  
TECNOLOGIA 2021  
EL BAÑADO – COLALAO DEL VALLE –TAFI DEL VALLE

**PROYECTO: “COVID -19 VS REMEDIOS NATURALES”**

**EXPOSITORES:**

| <b>Apellido y Nombre</b>       | <b>D.N.I</b> | <b>Fecha de Nacimiento</b> | <b>CURSO</b> |
|--------------------------------|--------------|----------------------------|--------------|
| Carpanchay, Milagros del Valle | 47.606.105   | 25/02/2007                 | 3° AÑO       |
| Guanca Palacios, Sofia Yamila  | 47.390.899   | 24/02/2007                 | 3° AÑO       |
| Mamaní, Maribel Juana          | 47.606.107   | 27/03/2007                 | 3° AÑO       |
| Rios, Mayra Maria Emilse       | 46.529.249   | 14/07/2006                 | 3° AÑO       |

**EJECUTORES:** Alumnos del 3° año del Ciclo Básico  
Secundario

**NIVEL:** D- Secundario

**AREA:** Educación Tecnológica (ET)

**DOCENTE ASESOR:**

| <b>NOMBRE</b>          | <b>DNI</b> | <b>FECHA NAC</b> | <b>ASIGNATURA</b>   | <b>ESPECIALIDAD</b> |
|------------------------|------------|------------------|---------------------|---------------------|
| CORREA MARIA<br>JIMENA | 29.653.728 | 07/12/1982       | TECNOLOGIA<br>C.B.S | PROF.TECNOLOGIA     |

**INSTITUCION:** Escuela N° 217 Ángel Maria Soria

**DOMICILIO:** Ruta Nacional N° 40 – El Bañado- Tucumán

**CUE:** 9000436

**AÑO:**

2021

# INFORME CIENTÍFICO



## "COVID 19 VS REMEDIOS NATURALES"

### INDICE

|                                           |        |
|-------------------------------------------|--------|
| <b>RESÚMEN</b> .....                      | 4 pág  |
| <b>INTRODUCCION</b>                       |        |
| Situación Problemática.....               | 5 pág  |
| Fundamentación.....                       | 5 pág  |
| Objetivos.....                            | 5pág   |
| Metas.....                                | 5pág   |
| <b>MARCO TEÓRICO</b> .....                | 6pág   |
| <b>DESARROLLO</b>                         |        |
| Identificación del problema.....          | 16pág  |
| Localización física.....                  | 16 pág |
| Métodos y técnicas.....                   | 16 pág |
| Soluciones Posibles.....                  | 17 pág |
| Soluciones seleccionadas.....             | 18 pag |
| Diseño (selección de la alternativa)..... | 18 pág |
| Planificación y ejecución Recetas.....    | 19 pág |
| Cronograma.....                           | 19 pág |
| Recursos Humanos.....                     | 9 pág  |
| Recursos Materiales.....                  | 9 pág  |
| Recursos Financieros.....                 | 9 pág  |
| <b>CONCLUSIONES</b> .....                 | 10 pág |
| <b>PROYECCIONES</b> .....                 | 11 pág |
| <b>BIBLIOGRAFIA</b> .....                 | 12 pág |
| <b>AGRADECIMIENTOS</b> .....              | 13 pág |
| <b>ANEXO</b> .....                        | 14 pág |

## RESÚMEN

Nuestro proyecto surge a partir de una clase de tecnología sobre Proyecto Tecnológico, donde teníamos que realizar un proyecto tecnológico, grupal, seleccionando uno de estos temas: viajes de egresados, comederos para las mascotas que quedan solas, utilización de los recursos naturales (cardón, arcilla, madera, mica) locales, para la realización de artesanías, uso de medicina natural para tratar enfermedades. Dicho trabajo debíamos presentar mediante una exposición en la escuela.

Seleccionamos el último tema, y lo relacionamos con un tema actual, la llegada del COVID-19 a los Valles.

Decidimos investigar sobre los remedios naturales que se utilizan en la zona, y cuales estaban destinadas para tratar enfermedades respiratorias y por ende las que derivan por el contagio del COVID-19, tos, fiebre, catarro, dificultad para respirar, etc.

Nos organizamos repartiéndonos las tareas, y en las horas de clase de tecnología hacíamos una síntesis de lo que íbamos trabajando, ya que vivimos en pueblos distintos, entre 8km de diferencia.

La realización de las encuestas la hicimos por separado, y para la entrevista a la Dra Fátima Mascaro, del CAPS de Colalao del Valle, fuimos todas.

Comenzamos la investigación consultando en nuestras casas, abuelos, vecinos y las personas que contrajeron COVID-19 en la zona.

A partir de la investigación, realizamos la recolección de las hierbas, buscamos el arrope, miel, limón, jengibre, para realizar muestras para entregar bandejas así dar a conocer los productos y beneficios y utilidades.

Vimos la necesidad de plasmar lo investigado en un folleto, como una forma de llegar a todas las familias, con el fin de rescatar recetas ancestrales, concientizar el uso de los productos naturales para combatir los síntomas de COVID-19.

Mientras ejecutábamos nuestro proyecto surgió la idea de hacer sahumeros de eucalipto y laurel, ya que son muy utilizadas en la zona para hacer vahos, purificar el ambiente. Comenzamos a buscar recetas y ya encargamos los insumos de San Miguel de Tucumán, (nitrato de potasio, salitre, varillas para sahumero).

Nuestro proyecto tuvo un impacto positivo entre nuestros compañeros, ya que algunos desconocían el uso de ciertos productos, y en las Comunidades del Bañado, El Pichao y Colalao del Valle

Seguimos trabajando muy entusiasmadas para realizar nuestros sahumeros.

## INTRODUCCIÓN

## **SITUACION PROBLEMÁTICA**

El problema surge a partir desde que llegaron muchos casos de COVID 19 en los Valle Calchaquíes infecto a familiares, amigos, vecinos, quienes presentaban sintomatología, y al estar alejados de los centros de Salud y Farmacia, no podían calmar dichos síntomas.

## **FUNDAMENTACIÓN**

Creemos que es necesario que las personas del Valle Calchaquí rescaten y conozcan los remedios naturales que tenemos en la zona, sus beneficios y como utilizarlos para combatir los síntomas del COVID 19 y reducir el uso de tanta medicación.

## **OBJETIVOS**

- 🌿 Rescatar el uso de remedios naturales, utilizadas de generación en generación
- 🌿 Repartir bandejitas a las personas aisladas con los productos naturales de la zona
- 🌿 Confeccionar folletos con la información y consejos sobre cómo disminuir los síntomas del virus

## **METAS:**

- 🌿 Rescatar los conocimientos, sobre la medicina natural, de nuestros abuelos y gente mayor.
- 🌿 Que las personas sepan utilizar los remedios naturales que tenemos en la zona.
- 🌿 Concientizar sobre el uso de los remedios naturales, y la importancia de seguir elaborando aquellos de producción artesanal, como la miel, el arrope de chañar.
- 🌿 Elaborar sahumeros de eucalipto y laurel, como otra alternativa de utilizar estas hierbas curativas

## **MARCO TEÓRICO**

Covid 19 en la zona:

En la jurisdicción de Colalao del Valle llegaron los contagios aproximadamente en el mes de junio , afectando a muchas familias y lamentablemente fallecieron familiares, amigos y conocidos y algunos jóvenes.

La distancia que nos separan de los grandes centros asistenciales, 220km aproximadamente, incide de manera negativa a la hora de detectar, medicar y realizar el seguimiento de las personas con COVID-19.

Disminuir la sintomatología, con la ayuda de los remedios naturales, mas la medicación requerida para tales casos, permitirá mantener controlada la enfermedad, sin tener mayores efectos., situación que si se dio en la zona, casos donde por ,la distancia de los centros de salud, o seguimiento terminaron en casos fatales.

### **PROPIEDADES DE LOS PRODUCTOS NATURALES:**

#### **JARILLA:**

La jarilla es una planta con interesantes cualidades medicinales. Esta yerba puede ser usada en forma interna o externa para tratar diferentes afecciones en el cuerpo.

Tipos de Jarilla:

Existen 5 variedades, tres se emplean en medicina con propiedades similares:

\*Jarilla Crespa (Larrea nítida)

\*Jarilla Macho (Larrea cuneifolia)

\*Jarilla Hembra (Larrea divaricata)

Otros nombres que recibe: Jarilla de las sierras, Jarilla del monte, Jarilla oficional y Galicosa. Nombre más común: Jarilla

Es un arbusto que crece en la Argentina. La hojas tienen propiedades astringentes, por lo que se las usa contra las diarreas e inflamaciones del intestino y para uso externo, contra las hemorroides.

Se usa el cocimiento para quitar el mal olor que produce el sudor de los pies.

Esta planta contiene notable cantidad de Yodo y Potasio.

Propiedades medicinales de la jarilla ayuda a tratar diarreas e inflamaciones del intestino favorece la eliminación de toxinas del cuerpo ayuda a tratar las hemorroides es eficaz para tratar inflamaciones en la boca alivia síntomas de gota, artritis, reumatismo y artrosis ayuda a controlar el mal olor corporal ayuda a combatir los hongos en los pies ayuda a eliminar líquidos del cuerpo acelera la cicatrización de heridas regula la menstruación en las mujeres ayuda a cortar hemorragias nasales ayuda a tratar la tos ayuda en el tratamiento de la ciática Para aprovechar los beneficios de la jarilla se puede elaborar una infusión, jarabe o también comprar aceite o tintura. En todas sus presentaciones la jarilla es efectiva ya que lo que importa es seguir el tratamiento por unos días para lograr buenos resultados.

Planta serrana, afamada tiempo atrás por atribuirse propiedades curativas contra la sífilis. Contiene abundantes sales de potasio y yodo. Es un gran depurativo de la sangre, libera al organismo de toxinas, por lo cual es empleada contra el reumatismo, gota, ciática, y contra todo tipo de enfermedades de la piel, las que requieren una depuración completa para poder curarse. Preparación y Uso

Para uso interno (reumatismo, ciática, dermatitis), o para obtener una depuración o desintoxicación del organismo recargado de sustancias extrañas, se empleará la raíz de la jarilla, que se cortará en trocitos y se secará al aire seco, en ambientes sin humedad. A fin de que se conserve para poder usarla, una vez desecada se la guardará en un frasco de boca ancha cubiertos los trozos con un buen vino blanco. También es posible conservarla en un tarro lleno de arena, la que antes debe calentarse se descompone. Dicho tarro se conservará bien cerrado y en ambiente tibio. En el momento de usarla, se retirará la cantidad necesaria, se lavará bien a fin de eliminar restos de vino, y se hará un cocimiento con dos puñados grandes (20 gramos de raíces para un litro de agua) de trocitos de raíces durante diez minutos. Se deja decantar tapado se cuela y se bebe hasta cuatro tazas por día.

Para uso externo, contra hemorroides inflamadas, la jarilla es muy buen desinflamante. Para ello se hará baños de asientos fríos, con un litro del cocimiento, el mismo se usará para baños de pies, cuando éstos tienen olor debido a alimentación ácida o fermentativa.. Se emplean 30 gramos en un litro de agua, preparado en cocimiento. Se hacen pediluvios, para combatir el sudor de

los pies, baños de asiento, irrigaciones para el tratamiento de las hemorroides y flujo blanco¿ sabías que?.....

La jarilla es una planta con cualidades medicinales importantes pero no debe utilizarse con fines medicinales por más de 10 días para evitar efectos adversos. Aunque la jarilla no contiene sustancias tóxicas no se aconseja ser usada esta planta por mujeres embarazadas, en periodo de lactancia o en niños.

### **ARROPE DE CHAÑAR:**

El Chañar es un árbol resistente a la sequía del cual se obtiene un fruto empleado para preparar el arrope de chañar. El uso de este brebaje al ser dulce es muy similar a la miel, donde sus ingredientes son chañar, agua y azúcar. Y se obtiene el arrope al hervir los frutos, dándole un punto de cocción y luego se sirve frío. El proceso en total es de alrededor de 15 horas, y con 6 a 7 kilos del fruto se logra hacer una botella de 1/4. Se emplea para tratar el asma, tos, gripe y resfriados. Solo se necesita el cocimiento de 20 g de corteza por litro de agua. Se añade jugo de limón y miel. Se debe tomar tres tazas diarias.

### **EUCALIPTO:**

Su nombre científico es eucalyptus, pero suele llamarse eucalipto. En el mundo entero goza de enorme popularidad tanto por sus usos cosméticos como por sus propiedades medicinales.

Concretamente, en el campo de la medicina, se reconocen sus poderes como descongestionante nasal y respiratorio. Mientras que, en algunas naciones se usa para fabricar productos químicos, como potente repelente de insectos y en Australia se le asocia con el principal alimento de los tiernos koalas.

¿Para qué sirve el eucalipto? Propiedades y beneficios Por siglos se ha dado al eucalipto una diversidad de usos, debido a que, esta planta posee características que la convierten en una aliada de la salud física, la estética y la higiene personal.

En este mismo orden de ideas, se le han atribuido muchas funciones provechosas para el bienestar humano, como estas que se señalan a

continuación. Tiene virtudes respiratorias. Posee la enorme capacidad de actuar como un balsámico y un expectorante para atender afecciones de las vías respiratorias.

Posee dones para la higiene personal. Su poder antiséptico y su agradable aroma lo convierten en un asiduo ingrediente de productos cosméticos y para la salud de la piel.

Para tener un cabello más hermoso. Se afirma que el aceite de eucalipto posee la capacidad de eliminarla resequedad en el pelo, y debido a sus características anti fúngicas, que repele la proliferación de hongos, hace que el cabello luzca más sano.

Reduce los niveles de azúcar en la sangre. Por ser hipoglucemiante, disminuye los niveles de glicemia en el torrente sanguíneo.

### **PROPIEDADES DEL EUCALITO**

- \*Tiene propiedades antiinflamatorias
- \*Posee atributos antisépticos
- \*Es un poderoso antimicrobiano
- \*Sirve como expectorante y antitusivo
- \*También es hipoglucemiante
- \*Cuenta con principios antipiréticos y antitérmicos
- \*Es repelente de insectos
- \*Tiene cualidades cicatrizantes

### **Beneficios del eucalyptus para la salud**

En vista de todas las peculiaridades que distinguen al eucalipto, profesionales de la salud y personas por todo el globo terráqueo expresan su confianza en sus virtudes medicinales. Y es que esta plantase puede utilizar para tratar las siguientes enfermedades:

Idóneo para tratar resfriados y catarrros. Sus rasgos antiinflamatorios y expectorantes lo hacen apto para tratar los síntomas de las gripes, catarrros, resfriados, sinusitis y bronquitis. Calma la fiebre. Se usa como acompañante de los tratamientos gripales por sus propiedades febrífugas.

Para tratar heridas y afecciones de la piel. Es usado para atender las quemaduras, ampollas, picaduras de insectos, pequeñas heridas, granos y furúnculos, gracias a su poder cicatrizante y antibacteriano.

Útil para curar infecciones. Resulta eficaz para tratar infecciones de oído y de las vías urinarias, porque es antiinflamatorio y antiséptico.

Para aliviar la diabetes. Por su contenido de deucosterol, quercitina y ácido usólico, que aunados disminuyen ostensiblemente los niveles de azúcar en la sangre, se presenta como una excelente opción para mejorar la calidad de vida de los pacientes diabéticos.

#### Precauciones para consumir el eucalipto

Existen algunas medidas preventivas y observaciones que hay que tener muy presente al usar el eucalipto. Por ejemplo, las personas que tomen medicamentos para bajar la glicemia deberían evitar la interacción con el eucalipto

Además, no es recomendable utilizarlo durante el embarazo y la lactancia sin antes obtener autorización médica, por cuanto podría causar problemas en las enzimas hepáticas del feto.

Finalmente, el eucalipto puede provocar reacciones alérgicas en la piel, en caso de aplicarse de forma directa y consuetudinaria en esta. Todo esto subraya la necesidad de procurar la guía experta de médicos y farmaceutas mediante receta médica en pacientes vulnerables antes de iniciar cualquier tratamiento, aun cuando sea natural

#### **JENGIBRE:**

El jengibre es probablemente uno de los superalimentos más populares de nuestro planeta, y eso podemos atribuírselo tanto a su sabor particular como a sus numerosos beneficios para la salud. Es muy versátil y fácil de usar tanto en bebidas como en preparaciones, y ofrece beneficios desde vencer el mareo hasta una mejor función cerebral. el jengibre posee propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y contiene compuestos terapéuticos como el gingerol, el shogaol, el paradol y la zingerona que son los responsables de gran cantidad de sus beneficios.

## Beneficios Y Propiedades Del Jengibre

- \*Ayuda a tratar \*Protege contra úlceras estomacales
- \*Puede inhibir el crecimiento del cáncer
- \*Alivia dolores articulares y musculares
- \*Mejora la función cerebral
- \*Alivia la inflamación
- \*Combate las infecciones por hongos
- \*Alivia dolores menstruales
- \*Regula los niveles de azúcar en sangre
- \*Reduce los niveles de colesterol
- \*Bloquea las infecciones bacterianas
- \*Promueve la buena salud del sistema digestivo

El jengibre puede venir en distintos formatos:

- \*Jengibre en polvo
- \*Jengibre en cápsulas
- \*Jengibre en raíz (fresco)
- \*Té de jengibre
- \*Limonada con Jengibre
- \*Jugo de limón y jengibre con semillas de chía

## LIMON:

Un vaso o una taza de agua tibia con limón y en ayunas no sólo ayuda a quitar la sed con mayor rapidez

que cualquier otra bebida, sino que además contiene numerosas vitaminas y minerales sumamente beneficiosos para tu organismo.

Es una fruta con gran acidez y un sabor intenso, esto hace que muchas personas se muestren reacias la hora de consumirlo a diario. Lo cierto es que es un alimento con muchas propiedades y beneficios para la salud.

## PROPIEDADES DEL LIMON:

- \*Rico en Vitaminas y minerales
- \*Favorece la digestión
- \*Alimento rico en antioxidantes

- \*Ayuda a prevenir la anemia
- \*Protege el hígado
- \*Reduce el colesterol
- \*Metaboliza la grasa más rápido

Como toda fruta, es bueno para reforzar el sistema inmunológico al aumentar las defensas del organismo.

Mitiga las úlceras bucales y los problemas en las encías.

Tomar el jugo de un limón recién exprimido reducido en agua tibia cada mañana, ayuda a barrer las toxinas que hayan quedado en las paredes del tracto digestivo y evita la constipación.

El limón contiene potasio, un elemento muy beneficioso para el sistema nervioso y el cerebro.

Además de tener fibra y vitaminas C tiene limonoides ácido cítrico, magnesio y zinc, lo que contribuye a la hidratación y protege de posibles infecciones.

Gracias a la gran cantidad de antioxidantes y fitonutrientes que contiene, favorece el cuidado de la piel al evitar el daño celular por oxidación.

Ayuda a controlar la saciedad por acción de la fibra pectina (de ahí, el mito de su "poder para adelgazar"). Aparte de la vitamina y los minerales ya nombrados, también posee calcio, fósforo e hierro, muy beneficioso para el metabolismo. Tomar el jugo exprimido de 1 limón cada mañana (siempre diluido en agua templada y sin azúcar agregada), representa solo seis calorías y aporta cerca de la sexta parte de vitamina C diaria que el cuerpo necesita. Consumir el jugo de limón diariamente, ayuda a prevenir los cálculos renales (esto también funciona consumiendo cualquier otra fruta en el desayuno).

## **MIEL:**

La miel de abeja cuenta con vitaminas, aminoácidos, antioxidantes, minerales y enzimas que pueden influir en el alivio de los síntomas de la gripe, en el cuidado de la piel, fortalece el sistema inmunológico y mejora la calidad del sueño. Consumir un poco de miel ayuda a mantener la piel sana, evitar el estreñimiento y mejorar el sueño, entre otros, gracias a los nutrientes como el calcio, cobre, hierro, magnesio, manganeso, zinc, fósforo y

potasio, además de aminoácidos, ácidos orgánicos, vitaminas B, C, D y E, y antioxidantes que posee

La miel posee un gran poder antibiótico y emoliente, por lo que ha sido utilizada desde siempre en el tratamiento de heridas, quemaduras, úlceras, etc., debido a su contenido en una sustancia de efecto antimicrobiano denominada inhibida

Una de los principales beneficios de la miel es que fortalece nuestro sistema inmunológico, protege nuestras defensas. Ayuda a evacuar el intestino Tomar un vaso de agua tibia con miel de abeja en ayunas nos ayuda a mejorar nuestro sistema digestivo. Reduce el colesterol y la presión sanguínea.

### **LAUREL:**

La Fundación Española de la Nutrición resalta estas cualidades del laurel: “es bueno para el sistema digestivo (estimula el apetito, las secreciones digestivas y los movimientos intestinales, facilita la digestión, mejora y previene la acidez estomacal y los espasmos intestinales), para el sistema respiratorio

El laurel tiene efectos bactericidas, antisépticos, expectorantes y antiinflamatorios. Los especialistas lo recomiendan para reducir síntomas de enfermedades respiratorias como gripe, faringitis y bronquitis. Se usa en dietas para bajar de peso, ya que es diurético y elimina toxinas del organismo. Concretamente, en el caso de esta planta, si se consume en exceso puede provocar vómitos y náuseas.

Por tanto, se desaconseja totalmente su ingesta en el caso de aquellas personas que padecen úlceras o gastritis

El laurel es un excelente alimento para bajar de peso, pues sus propiedades activan nuestro organismo, logrando eliminar toxinas, convirtiéndose en el ingrediente ideal para eliminar líquidos y desinflamar el abdomen.se determinó que las hojas de laurel parecen mejorar la función de la insulina y, por tanto, son beneficiosas para los pacientes con diabetes.

### **MENTISAN:**

Mentisan alivia en forma natural los síntomas de la gripe y el resfrío, descongestiona las vías respiratorias. Calma dolores reumáticos, neurálgicos,

musculares y el dolor de cabeza. Actúa en quemaduras, heridas leves e irritaciones de la piel. Eficaz en las picaduras de insectos. Si bien su nombre hace alusión directa a la menta (menta + sanar = mentisan), los ingredientes con los que se elabora son varios e incluye aceites esenciales de eucalipto, pino, mentol y salvia, esencia de trementina, vaselina y alcanfor. Mentisan posee una combinación armónica de aceites balsámicos esenciales, los que presentan una efectiva acción expectorante, fluidificante y antitusiva en la aplicación transdérmica del ungüento, con la ventaja adicional de ser sustancias atóxicas y de fácil absorción y aplicación por esta vía. La aplicación de Mentisan mediante fricción o masaje es de perfecta tolerancia, igualmente en ebullición y vaporizaciones.

### **ROMERO:**

El romero es carminativo, digestivo y antiespasmódico, y tiene propiedades coleréticas, colagogas y hepatoprotectoras. El efecto favorable que ejerce en la digestión se produce al actuar sobre varios niveles. En primer lugar, estimula la producción de los jugos gastrointestinales.

- \*Podría mejorar la digestión
- \*Excelente antibiótico natural
- \*Excelente diurético
- \*Combatir el cansancio mental
- \*Purificar el hígado
- \*Ayudar a controlar la diabetes
- \*Combatir la inflamación
- \*Podría mejorar la circulación
- \*Ayudar a combatir el cáncer podría ayudar a favorecer el crecimiento de cabello

La infusión de romero cuenta con excelentes propiedades tónicas y estimulantes, por lo que ayuda a mejorar problemas como las malas digestiones. Además al favorecer una correcta digestión, el romero también evita otros síntomas como las flatulencias, la acidez estomacal, la hinchazón y el reflujo

El romero puede tratar enfermedades como la hipertensión arterial, la diabetes, la caída del pelo, problemas respiratorios, problemas estomacales, dolor de cabeza, dolor premenstrual, depresión y previene enfermedades degenerativas al poseer propiedades antioxidantes

## **RECETA PARA FABRICAR SAHUMERIO**

- \*5 gramos de nitrato de potasio o salitre
- \*50 gramos de fécula de maíz
- \*200 gramos de harina de madera
- \*unas gotas de tu aceite esencial
- \***polvo de eucalipto y laurel**
- \*entre 20 y 30 varillas/palitos de bambú o madera para sahumerios .

## **MATERIALES:**

- \*Una olla
- \*Una cuchara, palo o herramienta para mezclar
- \*Vaso largo o recipiente tubular
- \*Un pedazo de tergopol o lugar donde clavar los palitos mientras se secan

## **PROCESO:**

- 1: Colocar el agua, el nitrato de potasio o salitre, fécula de maíz, harina de mader , polvo de eucalipto y laurel (opcional) en la olla a calentar , revolviendo constantemente hasta que la mezcla se espese. No tiene que llegar a hervir
- 2: Luego, esperamos a que enfrié un poco, agregamos el aceite esencial y revolvemos
- 3: Después, colocamos la preparación en un vaso largo o recipiente tubular y sumergimos las varillas en el 4 veces, dejando que sequen entre cada repetición. Mientras que seca, las puedes clavar en un pedazo de telgopor para no tenerla en la mano. Veras como se van haciendo los sahumerios cada vez más gruesos.
- 4: Finalmente, esperamos unas 12 horas a que sequen completamente

## DESARROLLO

Nuestro proyecto comienza a desarrollarse a partir de una tarea solicitada por la profesora, en la materia de tecnología. Que a partir de la selección de un tema, de los sugeridos por la profesora, debíamos armar un proyecto tecnológico, como cierre del trimestre. Nuestro tema seleccionado fue, la utilización de remedios naturales para calmar o tratar enfermedades, y la relacionamos con el tratamiento de los síntomas del COVID-19, con estos remedios naturales.

Realizamos una indagación de información en internet sobre las propiedades de las diferentes hierbas, té, jarabes, frutos, para tratar enfermedades respiratorias.

Mediante encuestas a nuestras familias, abuelos, vecinos, pudimos recabar información sobre el uso que se le da a los diferentes remedios naturales y si lo utilizaron o lo utilizarían en el periodo de aislamiento por COVID-19. Un porcentaje bajo desconocía el uso de estos remedios, y muchos no lo utilizaron mientras estaban medicados por el Doctor, ya que desconocían los beneficios y que no provocaba ninguna contraindicación.

Con la información y datos obtenidos comenzamos a recolectar las plantas, buscar, entre los productores de la zona, arrope, miel, buscar jengibre, limón, para armar nuestras bandejitas para ser entregadas a las familias que pasaron o transitan el COVID-19. Para socializar la información obtenida confeccionamos folletos informativos para ser distribuidos entre los compañeros y familiares.

Con todo lo armado, llegamos a la exposición en la escuela, de la cual nos seleccionaron nuestros compañeros para participar en la Feria de Ciencia.

Mientras desarrollábamos el proyecto nos surgió la idea de hacer sahumeros caseros de eucalipto y laurel, actividad en la que estamos trabajando, como así también en la socialización de nuestra investigación con la entrega de los folletos y las bandejitas.

## Localización Física

Nuestro proyecto se realiza en la escuela N° 217 Angel Maria Soria, en la localidad del Bañado, situada sobre la Ruta Nacional N° 40 al noroeste de la Capital de San Miguel de Tucumán.

Realizamos las encuestas en las localidades del Picha, Colalao del Valle y el Bañado

### **Métodos y técnicas**

Utilizamos el Método de la tecnología, “Proyecto Tecnológico”, donde nuestra necesidad es brindar información de los beneficios y usos de los remedios naturales para aliviar los síntomas del COVID-19, rescatando así, recetas ancestrales y valores como la solidaridad, respeto, por la situación compleja de los que casos positivos de COVID-19, y sus familias.

### **Soluciones posibles**

#### **ALTERNATIVAS SUGERIDAS**

- 
- 1°. Solicitar ayuda al personal del CAPS del Bañado y Colalao del Valle para realizar un sondeo de la situación de cada familia que paso, o transita el COVID-19 y su tratamiento
  - 2°. Medicación receta por los médicos
  - 3°. Plan de vacunación
  - 4°. Realizar una bandeja con productos naturales para aliviar los síntomas respiratorios productos del COVID-19.
  - 5°. Hacer folletos informativos
  - 6°. Hacer sahumeros (alternativa que surgió durante el desarrollo del proyecto)

#### **ANÁLISIS DE LAS ALTERNATIVAS**

1°: No podrá ser viable, ya que se necesita autorizaciones y no hay ucho personal para que puedan realizar esa tarea en estos momentos.

2° y 3°. Ya están en ejecución por medio del Ministerio de Salud

4°, 5° y 6° Son las más viables para desarrollar

## Diseño (de las alternativas seleccionadas)

### ALTERNATIVAS SELECCIONADAS

#### BANDEJAS CON REMEDIOS NATURALES



#### FOLLETO INFORMATIVO

**PROBLEMA**

Con la llegada del COVID-19 a nuestro Valle, distante de los grandes centros de salud, muchas familias no tenían como aliviar los síntomas del coronavirus.

Creemos necesario rescatar nuestras costumbres, como es el uso de hierbas de la zona como eucalipto, jarilla, y productos caseros, como la miel el arropo, conjuntamente con el laurel, limón y jengibre para aliviar los síntomas del covid-19.

**OBJETIVOS**

- Investigar sobre el uso de remedios naturales, usados por generaciones en la zona, que permitan aliviar los síntomas del covid-19
- Recolectar, envasar y distribuir los productos a las familias que están pasando o pasaron el contagio
- Elaborar un folleto informativo

**CONCLUSIONES**

En esta primera etapa pudimos recabar información sobre el uso de los diferentes remedios naturales, utilizados desde hace muchos años en la zona, y que permiten aliviar los síntomas del covid-19, como la tos, fiebre, dolor de cabeza, dificultad para respirar, congestión nasal.

Rescatamos información valiosa, de nuestras familias, vecinos, abuelos y la volcamos en un folleto informativo.

Presentamos nuestro proyecto a nuestros compañeros en la escuela

Nos queda trabajar en la elaboración de sahumeros de eucalipto y laurel. Idea que nos surgió mientras realizábamos el proyecto.

Nuestro objetivo es rescatar los saberes ancestrales, poderlos aplicar en ocasiones como esta pandemia, sin descuidar el seguimiento de un Doctor.

**"COVID-19 VS MEDICINA NATURAL"**

**PROYECTO TECNOLÓGICO**



**FERIA DE CIENCIA 2021**

**CURSO:** 3º AÑO C.B.S

**PROF. ASESOR:** CORREA MARIA JIMENA

**ESCUELA N°217 ÁNGEL MARIA SORIA EL BAÑADO - COLALAO DEL VALLE TAFI DEL VALLE - TUCUMÁN**

**ALIVIAMOS LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19 CON REMEDIOS NATURALES**

Información brindada por las familias, abuelos, vecinos, de El Bañado, El Pichao, Colalao del Valle.

**VAHOS CON EUCALIPTO Y JARILLA**

Colocar en una olla, agua, eucalipto y jarilla o por separado, dejar hervir. Cuando empiece a salir el vapor, acerquese, alejados de la olla, y aspirar.

Repetir el procedimiento unos 5 minutos. Alivia la tos, descongestiona las vías respiratorias y facilita la respiración

**TÉ DE JARILLA**

Hacer hervir agua, retirar del fuego y colocar unas hojas de jarilla, dejar reposar unos 5 minutos y tomar. Alivia la tos, la congestión y facilita la respiración.

**MIEL**

Tomar una cucharada de miel, para aliviar el dolor de garganta y tos.

**TÉ DE LAUREL**

Hacer hervir agua, retirar del fuego y colocar unas hojas de laurel, dejar reposar unos 5 minutos y tomar. Alivia los síntomas gripales, tos, la congestión y facilita la respiración.

**PURIFICAR EL AMBIENTE CON EUCALIPTO Y LAUREL**

Colocar en una olla, agua, eucalipto y laurel (o por separado), dejar hervir. Mientras sale el vapor, llevar la olla, con mucho cuidado, por los ambientes a purificar. Al enfriarse volver a colocar al fuego y repetir el procedimiento. Se puede hacer 1 vez por día.

**TÉ DE JENGIBRE CON LIMÓN**

Hacer hervir agua con unas rodajas de jengibre, por 5 minutos, retirar del fuego y agregar unas gotas de limón, y miel a gusto.

**ARROPE DE CHAÑAR**

Tomar una cucharada de arropo de chañar, tibia, por la noche y a la mañana. Alivia la congestión, tos, ayuda a eliminar las flemas

**PAÑOS CON VINAGRE**

Para aliviar el dolor de cabeza o bajar la fiebre, colocar paños de agua con vinagre en la frente.

**LLANTÉN, QUIMPI**

Hacer gárgaras, con agua tibia 3 veces al día. Se puede agregar un poco de sal y unas gotas de jugo de limón.

#### SAHUMERIOS CASEROS DE EUCALIPTO Y LAUREL

Estamos en la ejecución de esta alternativa, ya que surgió durante el desarrollo del proyecto.

Estamos buscando el Nitrato de potasio, harina de madera y las varillas para sahumeros. Insumos que debemos encargarnos que nos compren en la ciudad

### Planificación y ejecución

Este proyecto se realizó y continuara siguiendo las siguientes actividades, siguiendo el cronograma que a continuación se detalla

| ACTIVIDADES                                                         | JUNIO | JULIO | AGOSTO | SEPTIEMBRE | OCTUBRE | NOV | DIC |
|---------------------------------------------------------------------|-------|-------|--------|------------|---------|-----|-----|
| Clases sobre PT                                                     | x     | x     | x      | X          |         |     |     |
| Búsqueda de información                                             |       | x     | X      |            |         |     |     |
| Confección de Encuesta                                              |       | X     |        |            |         |     |     |
| Confección del Proyecto                                             |       | x     | x      |            |         |     |     |
| Recolección y búsqueda de los insumos                               |       | x     | X      |            |         |     |     |
| Ejecución de las encuestas                                          |       | x     | x      | X          |         |     |     |
| Preparación de las bandejas                                         |       |       |        | X          |         |     |     |
| Exposición en la escuela                                            |       |       |        | X          |         |     |     |
| Entrega de las primeras bandejas a personas con el alta de COVID-29 |       |       |        | X          |         |     |     |
| Distribución de los folletos                                        |       |       |        |            | x       | x   | X   |
| Búsqueda de insumos para hacer los sahumeros                        |       |       |        | x          |         |     |     |
| Elaboración de los sahumeros                                        |       |       |        |            | x       |     |     |
| Distribución de los bandejas y folletos                             |       |       |        |            |         | x   | x   |

### División de tareas

Para llevar a cabo las distintas actividades trabajamos todas las integrantes del grupo (4cuatro).

Todas buscamos, información en internet, familiares, vecinos, amigos.

Confeccionamos, de forma conjunta, el modelo de las encuestas y cada una hizo 7 encuesta, y 2 la profe, con un total de 30 treinta, que luego nos ayudó la profe a realizar la tabulación.

En casa de una de nosotras, llevamos lo recolectado y armamos las bandejitas y confeccionamos, el modelo del folleto manuscrito.

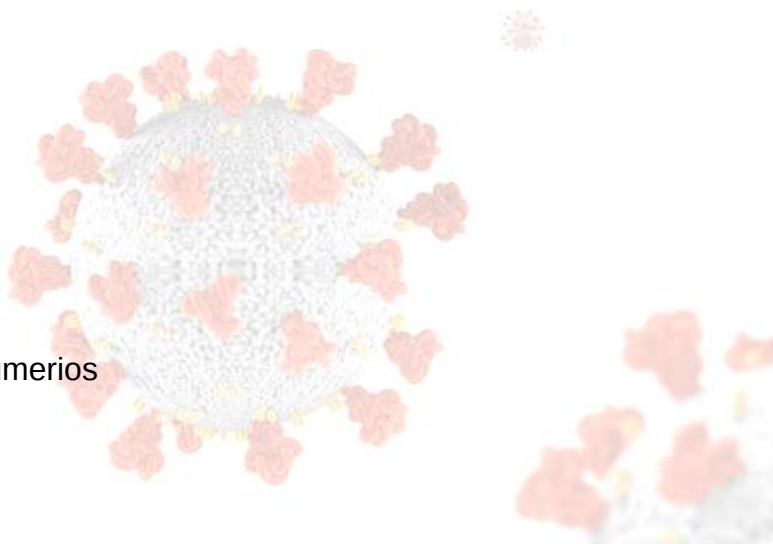
Para la exposición en la escuela cada uno detalló una etapa del proyecto y en conjunto realizamos la evaluación

### Recursos Humanos

- 👤 Alumnos del 3° año del Ciclo Básico Secundario
- 👤 Familia de los alumnos
- 👤 Docente orientador
- 👤 Vecinos de las localidades del Pichao, Colalao y El Bañado

### Recursos Materiales

- 👤 Computadora
- 👤 Libros
- 👤 Útiles escolares
- 👤 Tijeras
- 👤 Bolsitas
- 👤 Frascos
- 👤 Bandejas
- 👤 Varillas para sahumerios
- 👤 Nitrato de potasio
- 👤 Olla
- 👤 Hojas tamaño A4



### Recursos Financieros

Fueron y serán absorbidos por los ejecutores del proyecto y la colaboración de la docente orientadora

## CONCLUSIONES

De lo trabajado llegamos a la conclusión la importancia que tiene conocer los beneficios de usar las hierbas, frutos, jarabes elaborados a base de frutos de la zona como el chañar, la producción de la miel, para tratar enfermedades respiratoria, y hoy en día, para aliviar los síntomas que provoca el COVID-19, como un paliativo, conjuntamente con la medicación recetado por los médicos. También pudimos reflexionar sobre el valor de atender a los que están pasando esta enfermedad o aislados, el valor de la solidaridad y el respeto por la situación de cada familia, y por la pérdida de familiares, amigos, vecinos, por este virus, que nos tocó muy de cerca.

## PROYECCIONES

Seguir trabajando en la difusión de nuestros folletos y bandejas

Elaborar sahumeros caseros de eucalipto y laurel

Investigar sobre otros productos a base de estas plantas, como cremas, aceite

## BIBLIOGRAFIA

- 🌐 Educación Tecnológica. A quiles Gay
- 🌐 Aprender Ciencia aplicar la Tecnología. Editorial Classe
- 🌐 Paginas del INTA

## Agradecimientos

A nuestras familias, compañeros, profesora, y en especial a nuestra compañera, Rios Mayra, que perdió a su mamá por consecuencia del COVID-19 y sin embargo puso mucho esmero y responsabilidad en el proyecto



# ANEXO

## ENCUESTAS

1. ¿Utiliza remedios naturales para curar enfermedades?

**SI**

**NO**

2. ¿Para tratar enfermedades respiratorias, que remedios usa?

**JARILLA**

**EUCALIPTO**

**ARROPE**

**MIEL**

**GRASA DE LEÓN JENGIBRE**

**LIMÓN CÁSCARA**

**DE NARANJA**

**SAHUMAR**

**GRASA DE POLLO**

**LAUREL**

**CORPUS**

3. ¿Alivian sus síntomas?

**SI**

**NO**

4. ¿Tuvo COVID-19?

**SI**

**NO**

5. ¿Recurrió a los remedios naturales?

6.

**SI**

**NO** ¿Por qué no se le indicaron?  
¿Por qué no sabía?

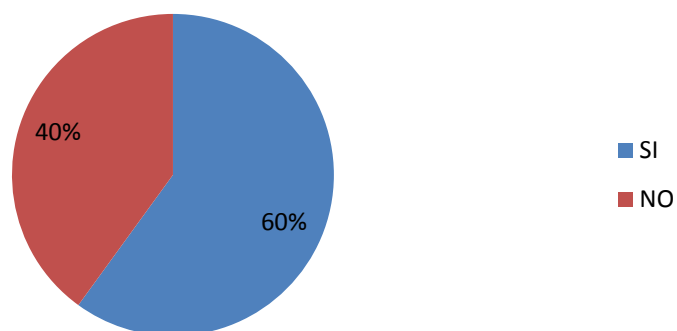
7. ¿Conociendo las propiedades del eucalipto y laurel, utilizaría SAHUMERIOS de dichas hierbas?

**SI**

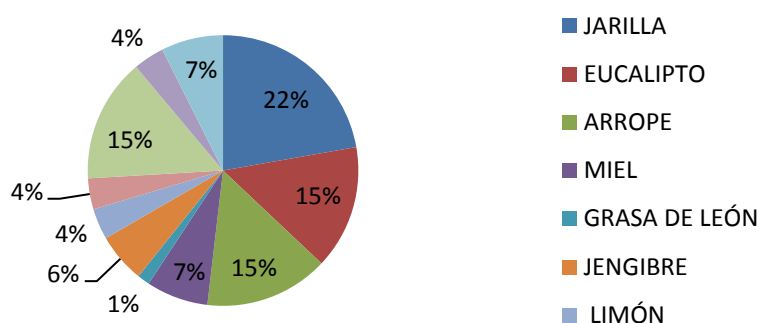
**NO**

## TABULACIÓN DE LAS ENCUESTAS

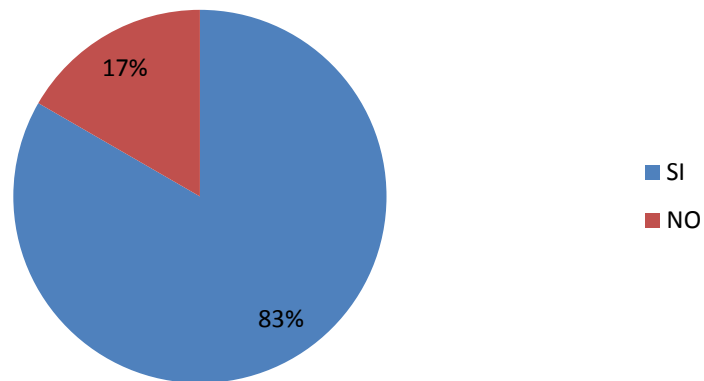
### 1. ¿Utiliza remedios naturales para curar enfermedades?



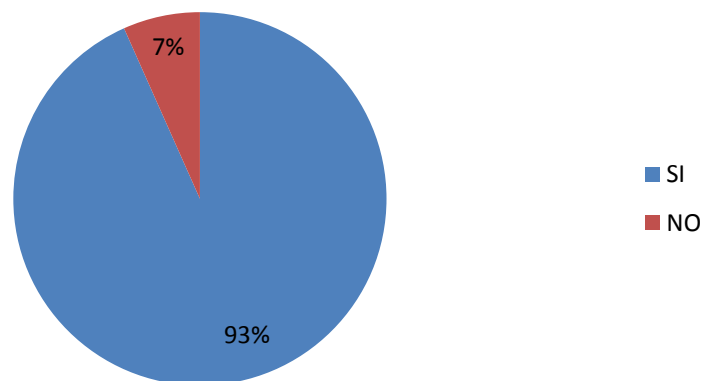
### 2. ¿Para tratar enfermedades respiratorias, que remedios naturales usa?



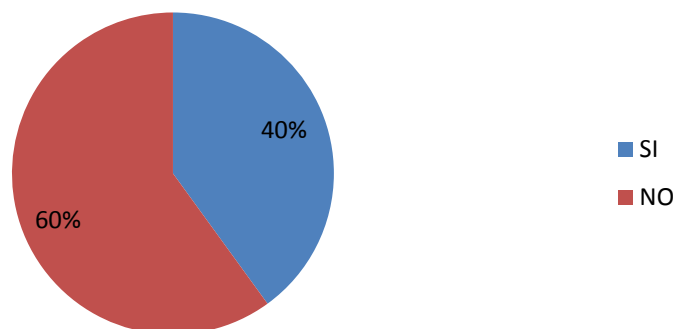
### 3. ¿Alivian sus síntomas?



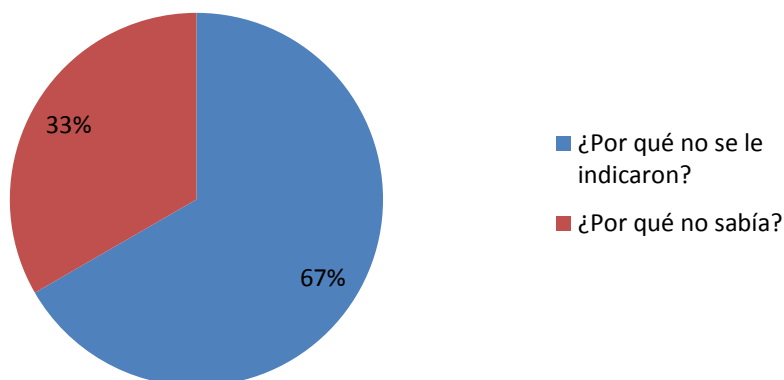
### 4. ¿Tuvo COVID-19?



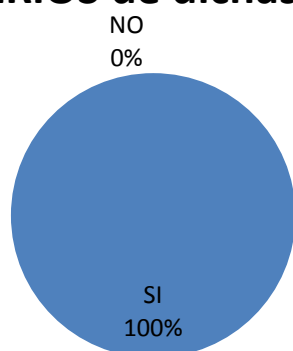
### 5. ¿Recurrió a los remedios naturales?



## No usaron remedios naturales



## 6. ¿Conociendo las propiedades del eucalipto y laurel, utilizaría SAHUMERIOS de dichas hierbas?



### PROBLEMA

Con la llegada del COVID-19 a nuestro Valle, distante de los grandes centros de salud, muchas familias no tenían como aliviar los síntomas del coronavirus.

Creemos necesario rescatar nuestras costumbres, como es el uso de hierbas de la zona como eucalipto, jarilla, y productos caseros, como la miel el arrope, conjuntamente con el laurel, limón y jengibre para aliviar los síntomas

- Fabricar sahumerios de eucalipto y laurel.

### CONCLUSIONES

En esta primera etapa pudimos recabar información sobre el uso de los diferentes remedios naturales, utilizados desde hace muchos años en la zona, y que permiten aliviar los síntomas del covid-19, como la tos, fiebre, dolor de cabeza, dificultad para respirar, congestión nasal.

Rescatamos información valiosa de

## “COVID-19 VS MEDICINA NATURAL”

### PROYECTO TECNOLÓGICO



### **ALIVIAMOS LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19 CON REMEDIOS NATURALES**

Información brindada por las familias, abuelos, vecinos, de El Bañado, El Pichao, Colalao del Valle.

#### VAHOS CON EUCALIPTO Y JARILLA

Colocar en una olla, agua, eucalipto y jarilla o por separado, dejar hervir. Cuando empiece a salir el vapor, acercarse, alejados de la olla, y aspirar.

Repetir el procedimiento unos 5 minutos. Alivia la tos, descongestiona las vías respiratorias y facilita la respiración

#### TÉ DE JARILLA

Hacer hervir agua, retirar del fuego y colocar unas hojas de jarilla, dejar reposar unos 5 minutos y tomar. Alivia la tos, la congestión y facilita la respiración.

#### MIEL

Tomar una cucharada de miel, para aliviar el dolor de garganta y tos.

#### TÉ DE LAUREL

Hacer hervir agua, retirar del fuego y colocar unas hojas de laurel, dejar reposar unos 5 minutos y tomar. Alivia los síntomas gripales, tos, la congestión y facilita la respiración.

#### PURIFICAR EL AMBIENTE CON EUCALIPTO Y LAUREL

Colocar en una olla, agua, eucalipto y laurel (o por separado), dejar hervir. Mientras sale el vapor, llevar la olla, con mucho cuidado, por los ambientes a purificar. Al enfriarse volver a colocar al fuego y repetir el procedimiento. Se puede hacer 1 vez por día.

#### TÉ DE JENGIBRE CON LIMÓN

Hacer hervir agua con unas rodajas de jengibre, por 5 minutos, retirar del fuego y agregar unas gotas de limón, y miel a gusto.

#### ARROPE DE CHAÑAR

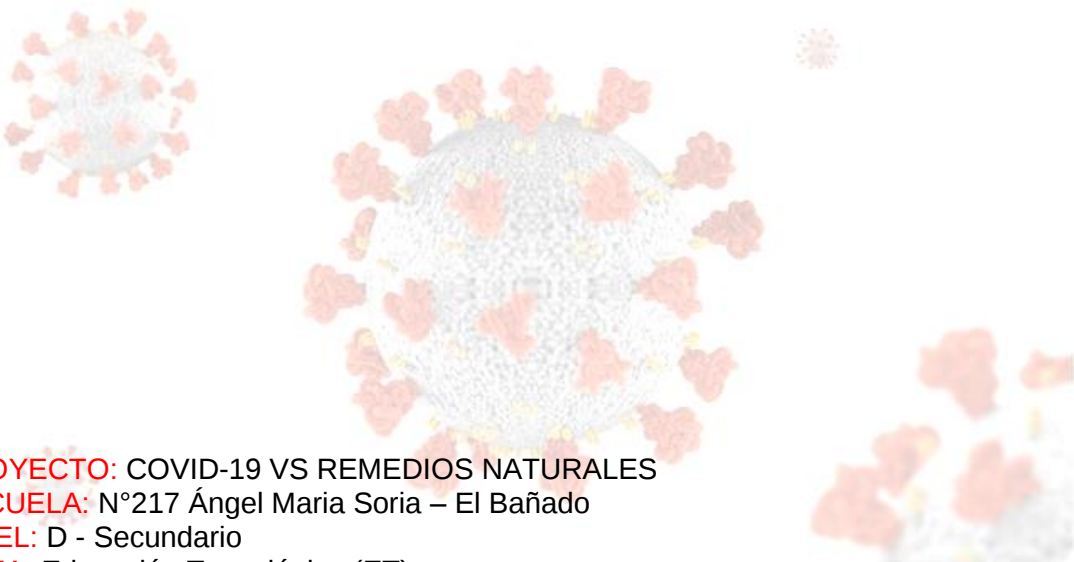
Tomar una cucharada de arrope de chañar, tibio, por la noche y a la mañana. Alivia la congestión, tos, ayuda a eliminar las flemas

#### PAÑOS CON VINAGRE

Para aliviar el dolor de cabeza o bajar la fiebre, colocar paños de agua con vinagre en la frente.

#### LLANTÉN, QUIMPI

Hacer gárgaras, con agua tibia 3 veces al día. Se puede agregar un poco de sal y unas gotas de jugo de limón.



**PROYECTO:** COVID-19 VS REMEDIOS NATURALES  
**ESCUELA:** N°217 Ángel María Soria – El Bañado  
**NIVEL:** D - Secundario  
**ÁREA:** Educación Tecnológica (ET)  
**EJECUTORES:** Alumnas del 3° Ciclo Básico Secundario  
**DOCENTE ASESORA:** Correa María Jimena

### ❖ PLANIFICACION DEL PROYECTO

El presente proyecto nace en una clase de Tecnología, sobre Proyecto Tecnológico.

Luego de varias clases desarrollando el tema, analizando las etapas de un Proyecto Tecnológico, viendo otros proyectos escolares de años anteriores, les pedí como trabajo práctico final, que elaboren un proyecto tecnológico, siguiendo las etapas estudiadas y exponerlo para la nota del Trimestre

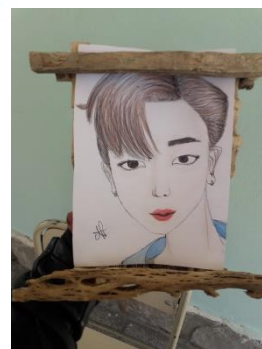
Mediante una lluvia de ideas surgieron los siguientes temas:

- 🐾 Comederos para el gato o perros cuando quedan solos
- 🎓 Viaje de Egresado
- 👩‍🎨 Manualidades con materiales de la zona, para vender
- 🌿 Remedios naturales para combatir los síntomas de COVID-19

Por grupo decidieron la temática a trabajar, entre ellos, el que ahora presentamos.

El día de la exposición, también se presentaron los alumnos de 2° año presentando el tema “procesos productivos”, por lo que les pedí a los dos cursos, que seleccionen el proyecto que más les gustó o les pareció interesante, para ser presentado en la muestra. Y quedo este proyecto.

La mayoría de las familias tuvieron COVID-19 inclusive algunos de los alumnos, por lo que también fue interesante la charla que se dio mientras exponían las chicas, ya que algunos contaban que eso también hicieron en sus casas, o que sus madres/ abuelas decían que era bueno. Otros no tenían en claro cómo se usaba o para que servían. Fue muy enriquecedora la exposición y la información brindada.



Proyecto: Porta retrato con madera de cardón, piedras. Los dibujos son de los chicos



Proyecto:  
Comedero de mascota  
Palito salado





## PROYECTO SELECCIONADO

### ❖ PLAN DE ACCION Y EJECUCION

Luego de la exposición en la escuela, se pusieron a ejecutar el proyecto.

Trabajaron en el proyecto las alumnas, padres, abuelos, vecinos.

Como mi carga horaria es de 2HS semanales aprovechábamos esos días para el desarrollo de las actividades, ya que, por protocolo Durante la semana los alumnos trabajaban en forma individual, en la realización de las encuestas, búsqueda de información, diseño de la futura etiqueta de los productos.

Debido a las distancias en las que se encuentran los alumnos (de 3 a 8km) y yo a 35km de la escuela, no podíamos trabajar fuera de horario ya que el problema era el medio de transporte, por lo que yo les iba confeccionando el informe con lo que se trabajaba en clase.

El proyecto sigue en ejecución, con la proyección de realizar sahumerios de eucalipto y laurel, idea que surgió durante el desarrollo del proyecto. A medida

que avanzamos me permite desarrollar nuevos contenidos conceptuales expresados en mi planificación y así afianzar la aplicación de PT.

### ❖ **EVALUACION Y DESARROLLO DEL PROYECTO**

En síntesis general el desarrollo de este proyecto fue muy positivo, nos permitió analizar un tema actual y su impacto, como fue la llegada del COVID-19 a los Valles, ejercitar las creatividades de los alumnos, que tomen una participación activa del quehacer tecnológico y sientan que desde su lugar, sin importar la edad, condición social, ubicación geográfica, puedan poner en marcha sus ideas y realizar un aporte significativo a la comunidad, como así también generar sus propios ingresos económico rescatando costumbres ancestrales, generando así que tomen conciencia sobre el valor de mantener viva la cultura, ya que en la zona muchas familias perciben sus ingresos con la venta de artesanías (dulces, masas, tejidos, piezas de cerámica) prácticas que fueron transmitidas de generación en generación

El trabajo conjunto en clase mejoró las relaciones sociales y les permitió darse cuenta que el trabajar unidos es importante para poder lograr los objetivos propuestos.

Se afianzaron valores como el respeto al medio ambiente, solidaridad, perseverancia, unión, amistad, respeto a la cultura, etc.

Los contenidos abordados se evalúan de forma constante, los incluyo en las evaluaciones trimestrales y por medios de trabajos prácticos

Me sentí muy cómoda trabajando con los alumnos y aún queda muchas cosas que mejorar e ir aprendiendo hasta cumplir todas nuestras metas.