

Fanzine de Remedios Caseros

González Ares, María José

2019-11-22

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/4454>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>

REMEDIOS



CASAHUATE

Este fanzine se realizó de forma colectiva en la edición de Diciembre 2018 de Cochera en servicio.

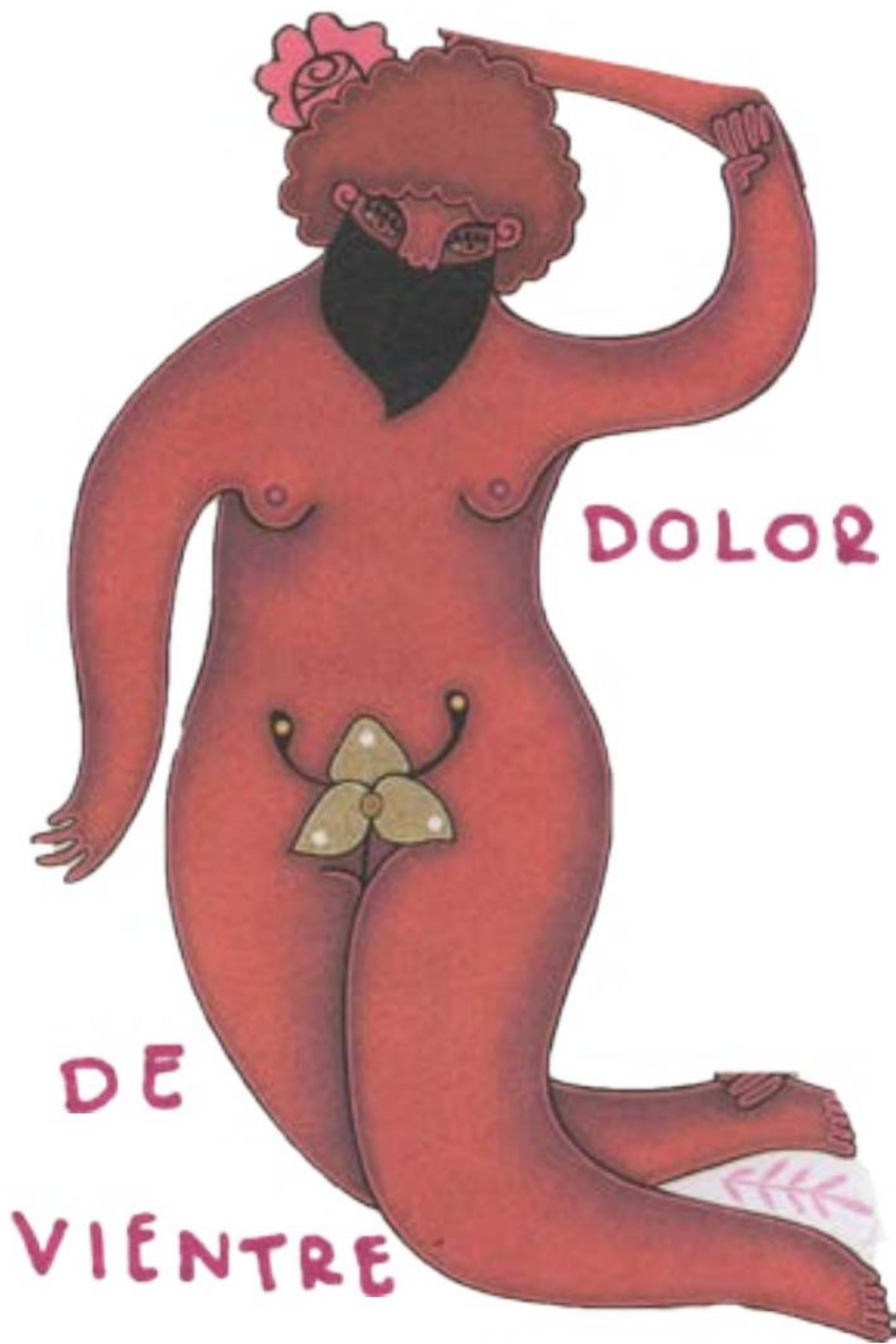
Nos reunimos para que juntos hiciéramos un fanzine de saberes y formas de poder curarnos con plantas y recetas caceras, dando un espacio a los saberes que por tantos años y circunstancias nos han curado.

Recuerda que tu "medicina" puede estar creciendo afuera de tu casa, en tu calle, en las banquetas.

Invitamos a que retomemos formas de prevenir enfermedades y de curarnos con la naturaleza, y a compartir.

Compartir es resistir. Saber de donde viene tu comida es prevenir.

★ A través de la comida es por donde más nos están enfermando. ★



para inflamación sábila
conseguir una penca del
largo de la sábila. Cortar
en 3 pedazos a ser un
pedazo en canal tibio.
La penca se abre y se
pone en el vientre
para desinflamar, se
ocupa con trapitas
viejas pero limpias
porque manchan.





dolor de vientro
ocupar la arzilla o el Barr
acer un Caloplasma sobre
una tela o sea se ace una
tortillita ponersele por la
noche y si el dolor ~~dolor~~
sigue repetir las veces que
se quiera espera bajar la
inflamación



bagazo de zanahoria
conseguir el bagazo con
las jugueras en los mercados
pero encargárselo para que
lo separen
se extiende en un trapito
poner solo por las noches
es para desinflamar

Esta medicina no es muy delicada
usted se puede bañar sin
ningún problema.
Se puede repetir si su problema
sigue.

DOLORES MENSTRUUALES



tomar mucha agua

fajarse el vientre y evitar el frío

té de canela o de manzanilla o de oregano

antes del ciclo evitar alimentos líquidos negros como chocolate y café

tener un orgasmo (podemos hacerlo solas 😊)

dormir bien y alejarse de situaciones estresantes y gente tóxica

poner una bolsa de agua caliente sobre el vientre

apapacharse y aceptar esa fase

reducir el consumo de sal

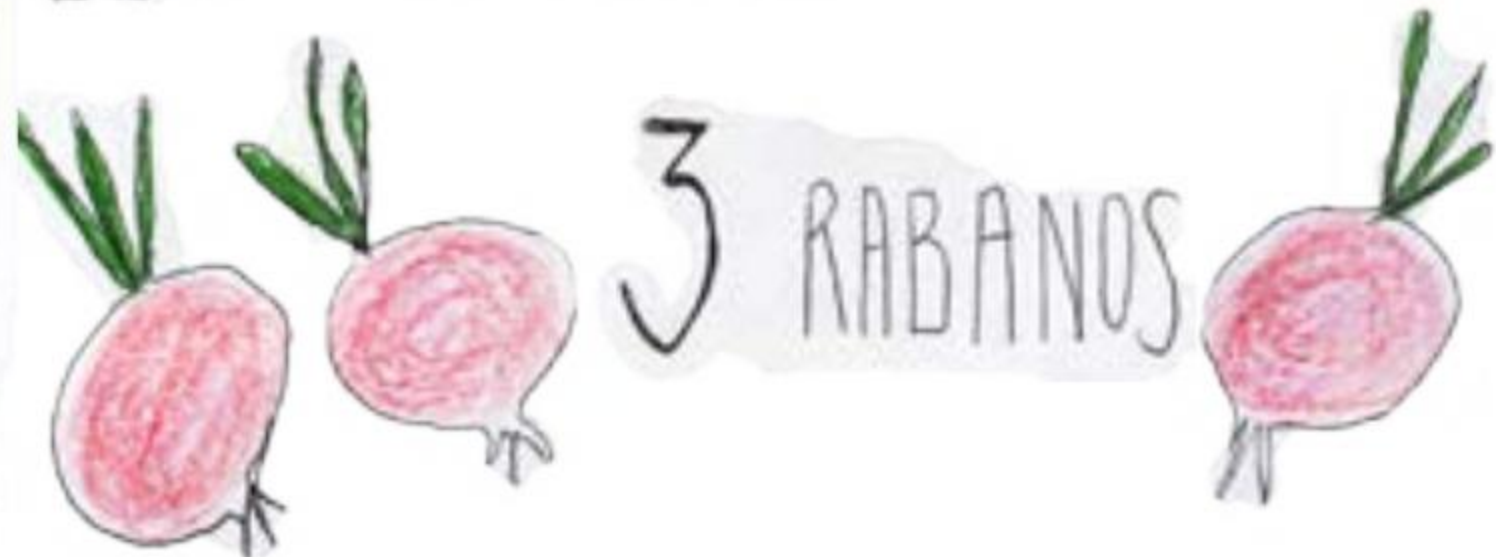
hacer ejercicio ligero (como caminar)

evitar fumar marijuana

Para la tos seca



INGREDIENTES:



6 CUCHARADAS de MIEL



Picar los rábanos finamente y

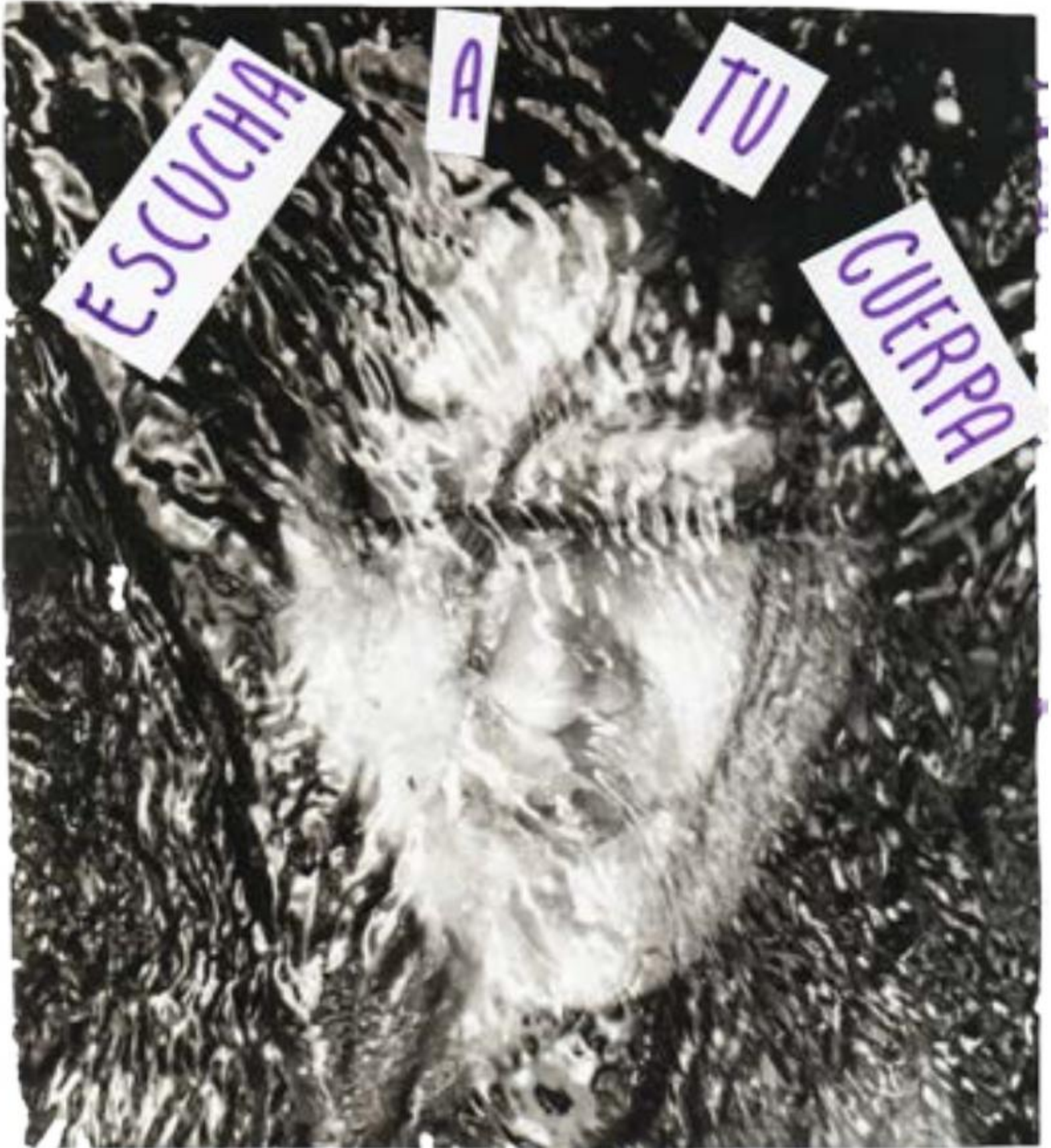
Colocarlos en un recipiente de vidrio. Después
agregar la miel, revolver y dejar reposar una hora. Se toma
juguito que se forma, una cucharita cada hora. Y apapacharse.

Remedio para la DIARREA:

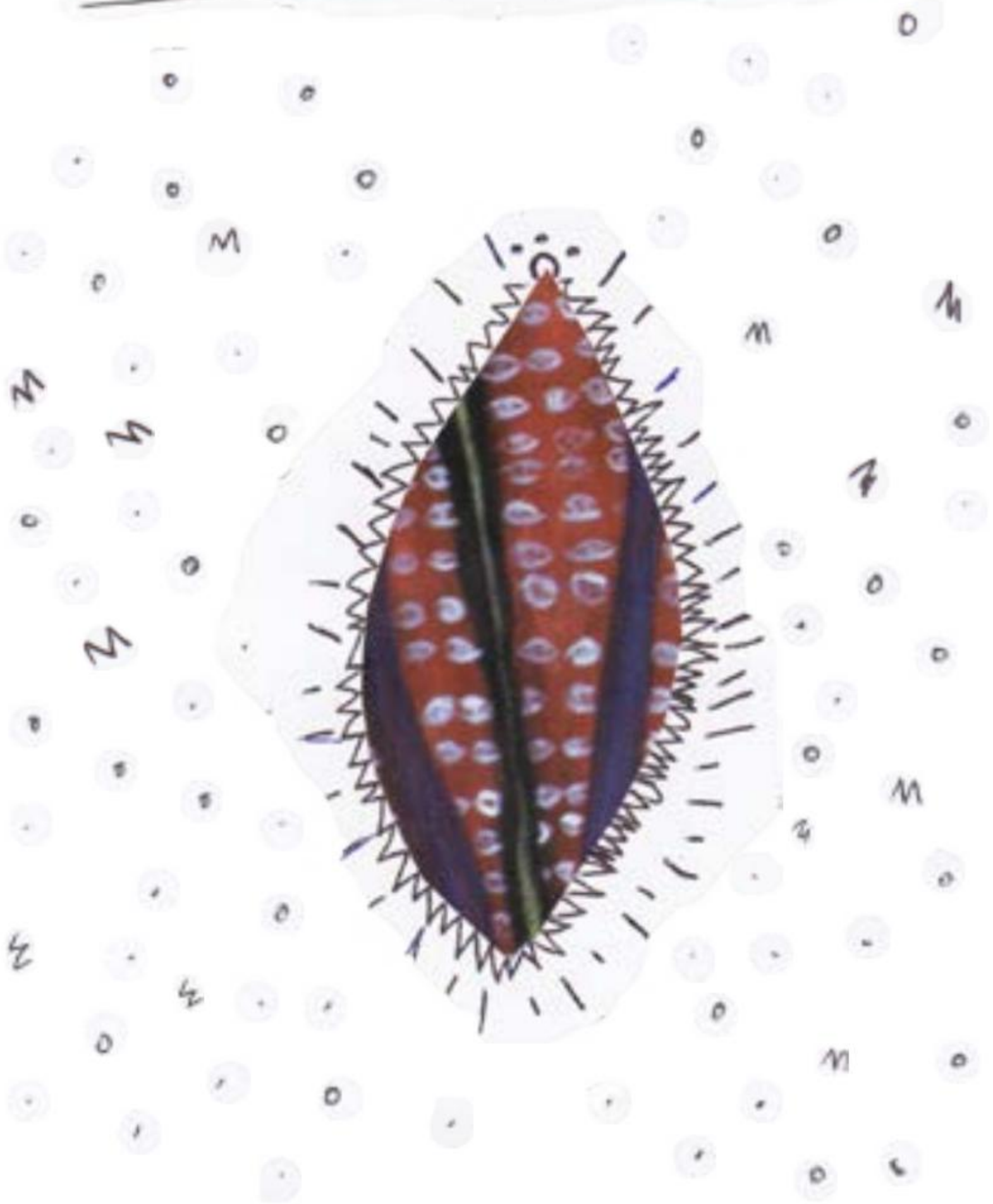
Cura la diarrea
Ingredientes: yerba buena, ho-
jas trernas de guayaba y de
granada.

Para una porción, hervir las
yerbas anotadas anterior-
mente, enfriar un poco y
tomar. Si continua la diarrea
tomar otras dos porciones





RECETA CACERAS



INFECCIÓN VAGINAL . . .

Para Infeccion vaginal

En litro de
agua, Hervir:



- (1) Rama de hierba del pollo
- (1) Rama de Romero
- (1) Rama de Arnica
- (1) Rama de albacas
- (1) Pedacito de Cancequina



Hervirlo, Colarlo y hacer
Lavados (V) (Tibios)

(1) Lavado cada (6) días
(por (3) meses)

Cola de caballo

para limpiar las vias urinarias

para desinflamar los riñones

tomar como agua de tiempo

para la sverroea

es sebilla

romero

orruca

hueso de aguacate

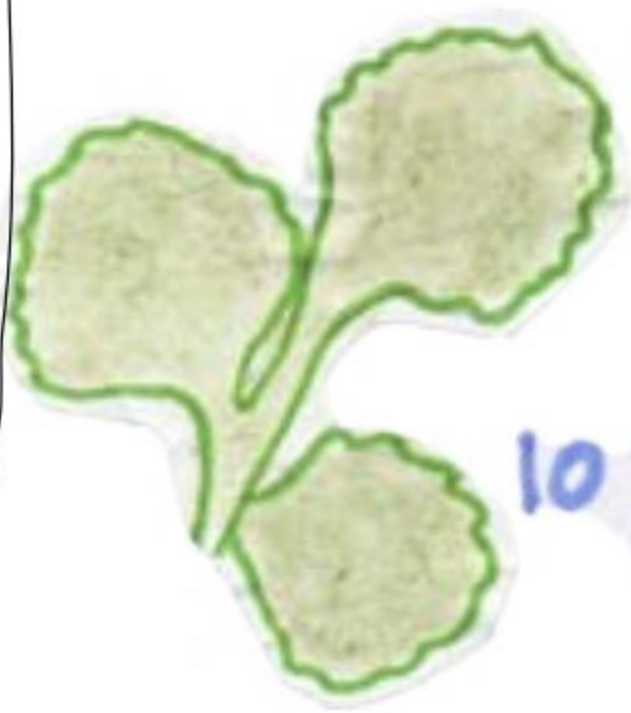
se yerbe un día

antes se en quajala

10 cubezos



Congestión nasal



10 hojas
vaporizada + 1L agua



por
10 min



REMEDIO PARA

LA GRIPA

$\frac{1}{4}$ TAZA de MIEL

$\frac{1}{4}$ TAZA de JENÓIBRE
RAJADO

1 TAZA de AGUA

2 LIMONES

PON TODO en LA LICUADORA
Y LICUA. ¡TOMALO DE

GOLPE!



té para el

RESFRIADO



HAZ UN TÉ CON

* OREGANO

* TOMILLO

* SALVIA

* MEJORANA

* CEBOLLA MORADA

* AJO





Remedio para
la tos
Té de tomillo tajo + miel + limón
1/4 agua • 1 puño tomillo • 2 ajos
* Hervir agua y apagar, agregar ingre-
dientes.
Añade 1/2 limón y miel.

Jarabe para La



TOS
INFALIBILE

de la Tía Olga



1 Taza de agua
caliente

1 cucharada de
vinagre de manzana

1 cucharada de miel



Tomar a pequeños
tragos, mientras está

CALIENTE

para la tos seca o con flemas



Receta por Gabriela

Y... OTRA PARA LA TOS...





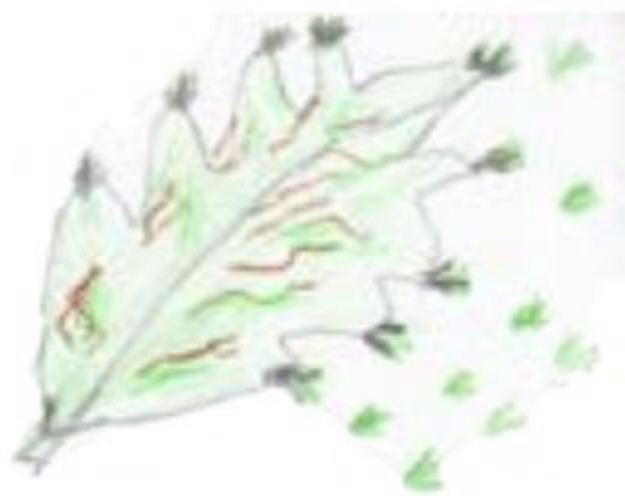
Se tome el jugo de esta mezcla cuando tengas la sensación de tos.

1 CEBOLLA MORADA GRANDE

1/2 TAZA DE AZUCAR

Se corta la cebolla en rodajas y se pone una capa de cebolla al fondo de un traste. Luego, se pone una capa de azucar. Después una capa de cebolla una de azucar hasta terminar la cebolla. Se pone en sereno la noche...





Kalanchoe

(Kalanchoe laciniata)

Para Cáncer 3 a 5 grms, tomar en fresco

o en ensalada, al día. En Oaxaca, le

llamamos Vibora

consultor Joseph Peimes en internet,

y Teresa Fourcade, temas: nutrición

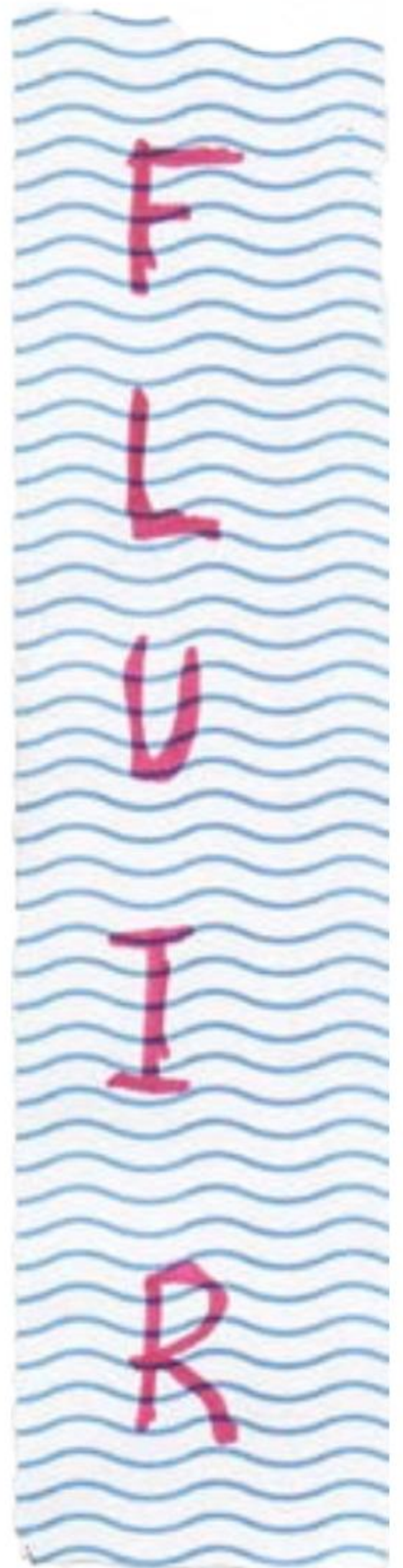
salud y farmacéuticas.



Al caer los hijuelos puedes sembrarlos



REIR



LIBERAR



ESTRINIDO



LICUADO



+
1 CDA
LINAZA
+
5
CIRUELA PASA
+
5
TAMARINDO
+
1 REBANADA
PAPAYA

SE LICUA CON AGUA
SE SIRVE EN UN VASO GRANDE
TOMAR TODO

REPETIR SI ES NECESARIO



CONECTAR



A LA

VIDA

Raiz

Turmeric

Color amarillo comestible
Propiedades anti-fúngicas,
anti-bacterianas y desinflamantes.
Se absorbe mejor cuando
mezclado con pimienta negra.

ú
t
c
u
m
a

Piel

Al. de Coco (Vehicle)

+

Tea tree (gatus)

+

Curcuma o turmeric
(pizca)



Mezclar

en frascito

Tos

Curcuma + miel + limón

Cucharedos
a lo largo
del día



Para aliviar quemaduras
leves de la piel como
raspados, piquetes.

Uso externo, tópico

Lo que más rápido
alivia la piel son
los corticoides

par
1) Doler
de panza
un tucito de poleo

come
tortilla
pedacitos
quemada de



Para las anginas
Remedio infalible



Vaso
de agua
con

Se pone el miltomate
en el comal y cocer
lo más caliente que
aguantate le pone
bicarbonato y sobas
las anginas
y las
coyunturas
de los brazos
luego te duermes
zzz Santo
Remedio !!

una
pizca de
bicarbonato



Para La Tos



en:

1 cucharada de miel, exprimir
1 limón, y poner una
pizca de pimienta negra.

as
e
omate
axaca

Expresese
Empreses

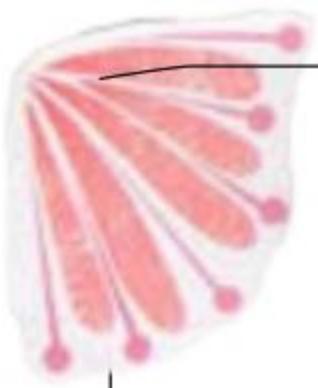
dos
e

cante
baile y



Toma
Coca Cola
caliente





REMEDIOS PARA EL DOLOR



MUSCULAR Y ARTICULAR

Floripondia
u hoja santa

PARA DESINFLAMAR



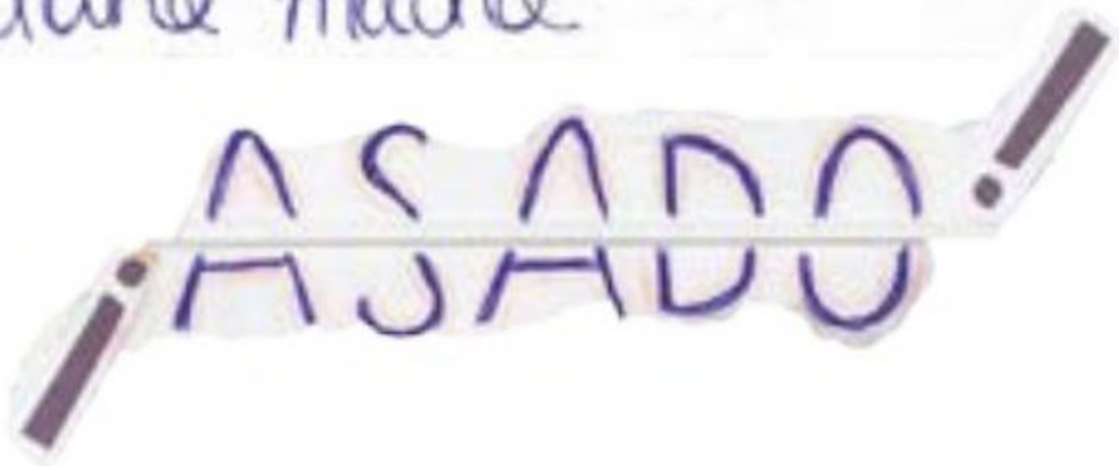
¡OJO!
El Flori es
sólo de uso
externo. ES
tóxico ingerido.

Calienta (asa) el plátano con todo 1
y cáscara, hasta que quede
infkaidito.

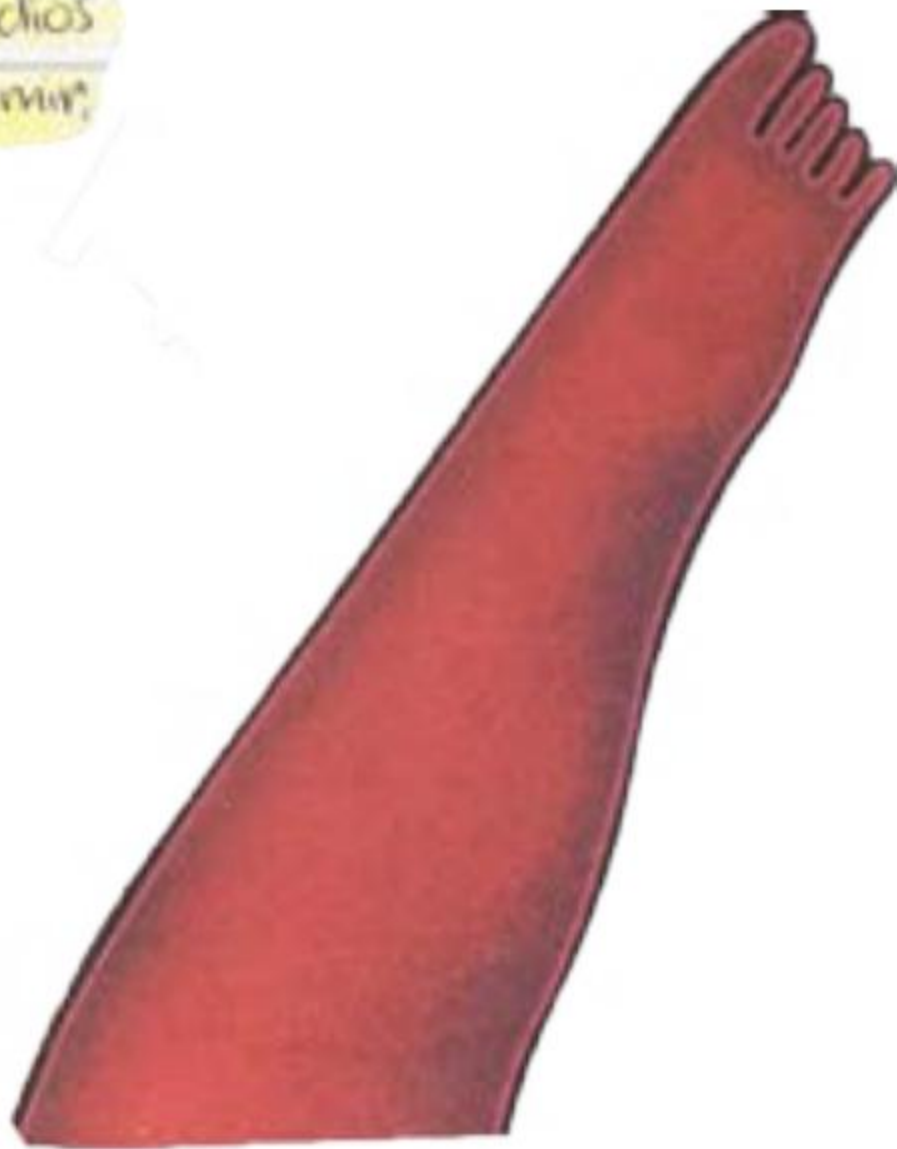
Poner la pulpa directo sobre la 2
piel, lo más calientito posible.

Cubrir (amarrar) con una tela. 3
PARA DOLOR ARTICULAR

Plátano macho



Ambos remedios
antes de dormir,
para evitar
enfriarnos.
¡NO TE MOJES!





PARE DE
SUFRIR
CON
MAZERADOS



¿Qué necesito?

¡No te mojes!
(espera al menos
4 horas)

Mejor
antes de
dormir.

1. Frascos de vidrio o plástico oscuros.
2. Alcohol naturalizado, vodka o mezcal
3. Agitar diario
4. 15 días de reposar el macerado



AJO

Machacan 2 cabezas de ajo y meten en $\frac{1}{2}$ litro de alcohol.

MARIHUANA

Llevar el frasco de hojas, semillas y barbas de Mari y después agregar alcohol.

1 ml del alcohol de Mari

+
2 ml de té de menta en un frasco de 10 ml y llenarlo con algún aceite conductor o pomada neutra.



Dedito de Dios

Quita la carnosidad
de los ojos

1 gota antes de
dormir en
el ojo afectado

En Cochera en Servicio nos reunimos
el primer domingo de cada mes
Compartimos cosechos caseros
Creemos en el intercambio.



Taller impartido por Irais y Gabriela

HECHO POR:



cochera
en servicio

NANÓ RODRÍGUEZ
Ana Ma. Alfaro
Ocelia
AERIN M. DUNFORD

Irais Fernández
AUREUA
Sandra Rogel



Yy. MAMA YUSE
Gabriela León 912.

Laura J. Herrera Acosta
Angelina Rojas Domínguez
Ines A. Barros M.

ESTE FANZINE SE HIZO EN

LA COCHERA EN SERVICIO

- DICIEMBRE 2018 -

.. OAXACA ..

COPIA Y COMPARTIR / COMPARTIR
ES RESISTIR

AMA LA QVK COMES V

¿DE DÓNDE VIENE LA QVK
COMES?