

¿Tik ixmatok?

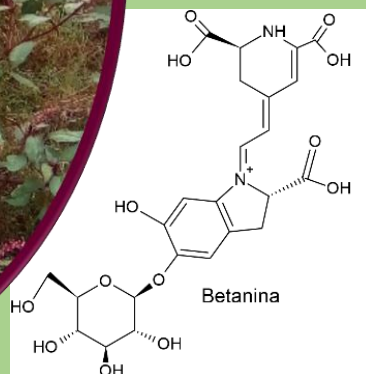
Por: Nemesio Villa Ruano (Traducido por Juan Parra Trinidad)

Tech ajkopa tepeyoj ne kuetaxkoapan Puebla, mo ixmati kemej “Yamolin” (*Phytolacca thyrsoflora*).



Ni selik xiujyo mokui kemej kaltakual, wan nochi ni koujyo mokui kemej takual den kaltapialmej.

In Yamolin se kixmati ka ni xokoyo ka chikawak tapaltik wan ni ayo semi tapa wan tech in tasal amo kisa.



In taixtemojkej ki ixnextijkej tech in xiwit 2019, ke in yamolin ni teyo mo ixmati kemej betanina. Nijin tapal, no se kajsí tech in betabel, kampa achto kajsóke.

📷 Imágenes: Yesenia Pacheco Hernández

In betanina kipia miak chijchiwalmej, se ixmati kemej antioxidante. Sekin taixtemojkej kajsikej ke tagan se kin tayiltia in kimichimej paktókej o kipiak tsopelikyot, ika amo kin pankisa tech nin esio, wan ijkon amo awilpankisa in kokoxkejtsopeyot. No ijkon ki ixnextijke ke in tapal de in yamolin kin paleuyia in pactok kimichimej de nin chawayo.

Kijtowa ke in betanina maj amo miak mokui wan ijkon tapalewis maj mo chipawa to nakayo de kokoxkayotsopelik wan miak chawayo.



Tan tikneki kachi ti kismatis, kalaki tech nijin tepos mekat:

<https://www.ajol.info/index.php/tjpr/article/view/201611>



¿Ton ika tech palewis maj se kixmatis ton ika chijchiutok in xiuj takualyot? In taixmatilis de in nijin xiwit, ta yolewa maj oksekin ki extemokan oksekin takual xiujyot ton kualí se kikua.

¡Timits tataujyia kixmati wan kiekpiakan in xiujpajmen!

