CocaNasa
nasa ê'sx

CATÁLOGO

INDUSTRIA INDÍGENA COLOMBIANA

una hoja para la paz,
una hoja menos para la guerra

CocaNasa

2 25 AÑOS DE HISTORIA
4 PROPIEDADES Y BENEFICIOS
10 ¿QUIÉN SIEMBRA NUESTRA HOJA?
12 AROMÁTICAS
18 BEBIDAS
24 COCA MEDICINAL
30 ALIMENTOS

25 AÑOS DE HISTORIA

Hace más de **20 años,** desde el **Resguado Indígena de Calderas,** emprendimos el camino por la defensa y la reivindicación de la Coca como planta sagrada, ccon la propuesta de crear una empresa de productos derivados de la hoja de Coca que aportara al fortalecimiento de **economías propias, autogestionadas y sustentables.**

Coca Nasa es un proyecto de paz y surgió como iniciativa de Fabiola Piñacué Achicué, mujer indígena del Pueblo Nasa, quien en su viaje a la ciudad de Bogotá se encuentra con un imaginario negativo construido alrededor de la hoja de coca, por esto su motivación inicial ***fue:***

- Desvirtuar las mentiras contadas al mundo que llevaron a la satanización de nuestra sagrada hoja de coca al mostrarla como una droga.
- Recuperar el uso tradicional.
- Dar a conocer a la sociedad en general los usos de la Hoja de Coca, demostrando los beneficios alimenticios y medicinales de la planta a través de productos para el consumo diario.

PROPIEDADES Y BENEFICIOS

La COCA, (Erythroxilum coca) es un arbusto de origen amazónico, cuyo hábitat son los valles calientes y húmedos entre 1.000 y 2.000 metros de altura. Ha sido considerada tradicionalmente por nuestros pueblos indígenas, como **una planta sagrada de gran valor alimenticio y curativo.**[1] El uso de la hoja de coca para **"mambear" o masticar data de milenios** y es una de las prácticas **más antiguas de los pueblos andinos,** hace parte de nuestra cosmovisión y ancestralidad.

[1] Hernandez, T. (1994). Coca, cocaína y narcotráfico: Unidad didáctica. Google Books.

COCA Y COCAINA:

Comúnmente, se tiende a identificar la hoja de coca en forma natural con la cocaína, es decir, el compuesto químico extraído de la planta mediante un largo proceso que termina por seleccionar un solo alcaloide de la hoja, convirtiéndolo en estupefaciente. **La cocaína es un componente altamente tóxico** para el organismo que genera alteraciones del sistema nervioso, cardiovascular y respiratorio, además de que estimula el Sistema Nerviosos Central produciendo dependencia y trastornos mentales y físicos, por esta razón **no se puede confundir la hoja de coca con la cocaína.**[2]

Uno de los mayores temores frente al consumo de este producto **es si genera o no dependencia.** El riesgo de desarrollar adicción con el uso de la hoja de coca bien sea en infusiones, harina o masticado las hojas secas, **es ínfimo por no decir nulo.** Según estudios recientes, el té de coca, precisamente sirve para tratar a los adictos que padecen el síndrome de abstinencia que puede ser manejado con estas tisanas al proporcionar **más tranquilidad y asimilación de nutrientes,** dicen médicos especialistas en el tema.[2]

[2] MAMA COCA: LA COCA NO ES COCAINA. (s. f.). Mama coca.

Universidad de Harvard habla sobre la Coca

Gracias a una investigación realizada por la **universidad de Harvard, en I.975,** titulada *"The nutritional value of coca leaves"*, se probo que la masticación diaria de **100 gramos** de hojas de Coca, **satisface la ración alimentaria recomendada tanto para el hombre como para la mujer,** mientras que **60 grs.** por día **colman las necesidades de calcio.**[3] Así mismo, se han iniciado nuevas fases de comprobación de la utilidad científica en biomedicina y farmacia.

Beneficios de la hoja de Coca:

Gracias a los alcaloides presentes en la hoja de coca y las vitaminas y minerales que aporta su consumo al cuerpo humano, **ésta planta provee los siguientes beneficios si se incluye en la dieta diaria:**

[3] Aulik, D., Duke, J. A., & Plowman, T. (1975). Nutritional Value of Coca. Botanical Museum leaflets, Harvard University, 24(6), 113–119.

Alcaloides y otros componentes de la hoja de coca:

• **Cocaína:** Es el éster metálico de la benzoil egnonina, tiene propiedades anestésicas y analgésicas.

• **Egnonina:** Es un derivado carboxilado de la atropina, tiene propiedades de metabolizar grasas y glúcidos, carbohidratos y adelgazar la sangre.

• **Pectina:** Es absorbente y antidiarreico, junto a la vitamina E, regula la producción de la melanina para la piel.

• **Papaína:** Esta proteasa (que en mayor proporción contiene la papaya) es muy parecida en su estructura a la catepsina animal, es un fermento que acelera la digestión.

• **Higrina:** Excita las glándulas salivares cuando hay deficiencia de oxígeno en el ambiente.

• **Globulina:** Es un cardiotónico que regula la carencia de oxígeno en el ambiente, mejorando la circulación sanguínea, evita el "soroche" (mal de altura).

• **Pyridina:** Acelera la formación y funcionamiento del cerebro, aumenta la irrigación sanguínea a la hipófisis y las glándulas.

• **Quinolina:** Evita la formación de caries dental junto con el fósforo y el calcio.

• **Conina:** Anestésico.

• **Cocamina:** Analgésico.

• **Reserpina:** Regula la presión arterial en hipo e hipertensión y ayuda a la formación de células óseas.

• **Benzoina:** Propiedades terapéuticas para la gastritis y las úlceras.

• **Inulina:** Refresca y mejora el funcionamiento del hígado, la secreción de la bilis y su acumulación en la vesícula, es diurético, ayuda a eliminar las sustancias nocivas y tóxicas no fisiológicas . Es un polisacárido que produce aumento de las células de la sangre.

• **Atropina:** Interviene en el tratamiento del asma, la fiebre, la pulmonía, el reumatismo y los cólicos.[2]

[2] MAMA COCA: LA COCA NO ES COCAINA. (s. f.). Mama coca.

LA COCA, EL SUPER ALIMENTO

Hasta el día de hoy **no hay conocimiento de alguna fuente de calcio superior a la hoja de coca,** ni nadie ha cuestionado el contenido de calcio presente en la misma.

La harina de coca es un superalimento recomendado tanto para niños como adultos mayores, pues son ellos quienes pueden aprovechar al máximo el aporte de calcio y nutrientes que les permite un óptimo estado de salud.

	Leche de vaca	Leche materna	Ajonjolí	COCA
Calcio	*118 mg*	*42 mg*	*116 mg*	*2097 mg*
Fósforo	*97 mg*	*18 mg*	*536 mg*	*412.67mg*
Proporción	*1.27/1*	*2.35/1*	*2.08/1*	*5.08/1*
% Disponibilidad	*21,25%*	*100%*	*100%*	*100%*

Cada 100 gr de coca contienen:

Aluminio	*17.39 mg*
Bario	*6.18 mg*
Hierro	*136,64 mg*
Estroncio	*12.02 mg*
Boro	*6.75 mg*
Cobre	*1.22 mg*
Zinc	*2.21 mg*
Manganeso	*9.15 mg*
Cromo	*0.12 mg*

Nitrogeno total	*20.06 mg*
Alcaloides totales no volátiles	*0.70 mg*
Grasa	*3.68 mg*
Carbohidratos	*47.50 mg*
Beta caroteno	*9.40 mg*
Alfa caroteno	*2.76 mg*
Vitamina C	*6.47 mg*
Vitamina E	*40.17 mg*

Tiamina (Vitamina B1)	*0.73 mg*
Riboflavina (Vitamina B2)	*0.88 mg*
Niacina (factor p.p)	*8.37 mg*
Calcio	*997.62 mg*
Fosfato	*412.67 mg*
Potasio	*1.739.33 mg*
Magnesio	*299.30 mg*
Sodio	*39.41 mg*

¿DE DÓNDE ES LA HOJA DE COCA QUE UTILIZAMOS EN NUESTROS PRODUCTOS, QUIÉN LA SIEMBRA Y QUIÉN LA COSECHA?

Cada producto de Coca Nasa es elaborado a partir de la transformación de la Hoja de Coca, sembrada por familias de Resguardos Indígenas de Tierradentro, Cauca en el **Tul o Huerto Nasa** -espacio alrededor de la casa en el que están plantadas diversidad de plantas medicinales y alimenticias-.

Los productos obtenidos de allí **son utilizados principalmente para el consumo del hogar** a través de formas de producción ancestral que **respetan el equilibrio entre el entorno y el hombre,** de esta manera Coca Nasa trabaja en pequeñas áreas de terreno donde tienen sus plantaciones de Coca, y que a diferencia de los cultivos de Coca usados para el narcotráfico **no se extienden en hectáreas de tierra que causan graves afectaciones a los ecosistemas.**

AROMÁTICAS

Las aromáticas de Coca Nasa están elaboradas con hojas orgánicas, seleccionadas de manera artesanal y empacadas en tisanas para ser bebidas como infusiones, frías o calientes. Son excelentes para facilitar la digestión, regular desórdenes de azúcar, colesterol y triglicéridos en la sangre, ayudan a aliviar el mal de altura, "soroche", entre otros beneficios.

AROMÁTICA COCAVITAL

La hoja de coca tiene numerosas **propiedades nutricionales y medicinales** que pueden ser potenciadas al ser combinadas con otras plantas, raíces, flores o frutas de gran poder.

Mezclamos Hoja de Coca, Moringa y Jengibre para ofrecerte una bebida antioxidante, que **fortalece el sistema inmune y ayuda a prevenir dolencias y enfermedades.**

PRESENTACIÓN: Caja - 25 tisanas

AROMÁTICA COCA CHAI

¡Coca chai! Nos inspiramos en el tradicional té chai consumido milenariamente en India para obtener una deliciosa bebida ideal para **energizar el cuerpo, activarlo y tener la mente alerta.** Mezclamos hoja de coca y especias como **cardamomo, canela, clavo de olor, Jengibre y anís.**

PRESENTACIÓN: Caja - 25 tisanas

AROMÁTICA DE COCA Y MENTA

La mezcla de Coca y Menta es una agradable bebida aromática que puede ser servida como infusión, fría o caliente. Gracias a la combinación de estas dos plantas se logra **una bebida energizante, vigorizante y revitalizante,** que al mismo tiempo **ayuda a combatir desórdenes de azúcar en la sangre, combate el estrés, y contribuye a aliviar enfermedades respiratorias.**

PRESENTACIÓN: Caja - 25 tisanas

AROMÁTICA DE COCA Y MANZANILLA

PRESENTACIÓN: Caja - 25 tisanas

La manzanilla es una planta reconocida por sus propiedades relajantes y digestivas, por esa razón **al mezclarla con hoja de coca se potencian dichas propiedades,** contribuyendo a relajar las fibras musculares. En las mañanas esta infusión **brinda una digestión ligera y eficaz,** bebida en las noches mejora los síntomas de ansiedad y estrés, oxigena el cerebro y especialmente **brinda descanso, calma y ayuda a combatir el insomnio y estados de alteración del ánimo.**

La aromática de Coca y Manzanilla está hecha con hojas seleccionadas de manera rigurosa, sometidas a un proceso artesanal de trituración y empacada en tisanas para ser bebida como infusión, fría o caliente.

AROMÁTICA DE COCA

PRESENTACIÓN: Caja - 20 tisanas

La aromática de Coca es una poderosa bebida que permite obtener de manera natural **beneficios como:** el alivio de problemas digestivos o de indigestión, facilita procesos adelgazantes y la producción de energía, fortalecimiento del sistema inmunológico, entre otros. La infusión de hoja de coca **no es un excitante, por lo que puede tomarse en cualquier momento del día** sin el riesgo de sufrir alteraciones nerviosas o insomnio.

Limpia el colon y el hígado, controla triglicéridos y colesterol, regula el metabolismo y es diurética, combate desordenes de azúcar en la sangre, es antioxidante, calma los cólicos, combate el insomnio, la ansiedad y el estrés, oxigena el cerebro, revitaliza y da vigor y energía, controla las náuseas en las mujeres embarazadas, combate el mal de altura, previene enfermedades respiratorias, entre otras.

BEBIDAS

De los beneficios más conocidos de la Coca encontramos sus propiedades energizantes, por ello contamos con bebidas energéticas, y licores de sabor aromático, esencias amaderadas, herbales y acarameladas que convidan a la palabra.

WALLINDE

El Wallinde es un destilado tradicional del pueblo Nasa elaborado por los abuelos. Simboliza el ritual, el trabajo colectivo, el encuentro de culturas y la defensa de la identidad, un trago de esta **bebida de intenso sabor, que combina el macerado de las hojas de coca y el destilado de la dulce caña,** nos evoca la cosmovisión representada a través de la música, la danza y las tradiciones Nasa. Además, esta bebida **realza las propiedades digestivas, antigripales, antibacteriales y afrodisíacas de la coca** para curar diversas afecciones sin los efectos desagradables causados por los agentes químicos y artificiales añadidos a otros licores del mercado.

CONTENIDO: 375 ml
35%vol. alcohol

COCA RON

“Endulzar la palabra”, para narrar la historia, para expresar el conocimiento, compartir la sabiduría ancestral, destacar el honor y lealtad en comunidad, estos principios están simbolizados en este **suave licor de agradable sabor amaderado y acaramelado** que convoca a la palabra y a la reunión, que ilustra el trabajo colectivo desde la recolección de la hoja de coca en el Tul, hasta el proceso de maceración y destilado del cual **se aprovecha todas las propiedades de la Coca presentadas al mundo en forma de Ron.**

CONTENIDO: 375 ml
30% vol. alcohol

COCA SEK

Desde la cosmovisión Nasa ,**“Sek” (Sol) es el creador,** adorado y reverenciado por hacer nacer las cosechas, curar las enfermedades y dar vida; representa fuerza, virtud, trabajo, disciplina y resistencia. Esto es **Coca Sek**, es el resultado de la lucha y defensa por la autonomía del pueblo Nasa, el cuidado del territorio y el reconocimiento a las formas organizativas propias. Esta **bebida energizante, dulce y refrescante** es una buena fuente de alimento y calorías, otorgando vigorosidad y conexión equilibrada entre el cuerpo y la mente, **sin los agentes químicos nocivos presentes en otros energizantes como la taurina y cafeína.**

CONTENIDO: 330 ml

COCA POLA

Coca Nasa es un proyecto de paz y durante mas de 25 años ha luchado por desmitificar la Coca y devolverle su real significado como planta ritual, alimento y medicina. **Coca Pola** es símbolo de estos años de lucha, es una **cerveza artesanal hecha por manos Nasa,** símbolo de tradición, cultura y alegría para compartir.

CONTENIDO: 330 ml
5% vol. alcohol

COCA LIBRE

En el territorio habitado por **los nietos del trueno,** los mayores abonaron la tierra, cosecharon la Coca y cocinaron la caña, Coca Libre les rinde homenaje, **conjugando estos dos saberes en una bebida** que es reconocimiento a la sabiduría de nuestros abuelos.

El **Coca Libre es el único cóctel** de hoja de coca que se encuentra en Colombia y el mundo. Está preparado a base de **Wallinde, unas notas de hierbabuena, limón y Coca Sek,** lo que hace de este un mojito tradicional de coca una delicia.

CONTENIDO: 330 ml
6% vol. alcohol

COCA MEDICINAL

Desde el Nasa Tul -huerta nasa- se nos entrega el conocimiento y la sabiduría de la hoja de Coca, a través de las manos de nuestros mayores, que en cada ungüento y aceite nos comparten la medicina y sus propiedades curativas. La hoja de coca es reconocida por su poder analgésico y anestésico, y en armonía con otras plantas medicinales se logran estos efectivos remedios de carácter tópico.

POMADA DE COCA

CONTENIDO: 60 gr.

Modo de Uso: Aplique, en las noches, sobre la zona afectada y masajee en forma circular suavemente. Una vez aplicada, no exponer la zona masajeada al agua o frío durante ocho horas.

La cosmovisión **Nasa** está basada en la relación de armonía y equilibrio entre todos los seres, hombre, naturaleza y espíritus, y en la búsqueda de bienestar en el plano material y espiritual. Desde esa visión los médicos tradicionales han heredado un conocimiento botánico sobre **plantas para tratar dolencias y enfermedades**, y ser una alternativa o complemento de la medicina ortodoxa. **La Pomada Coca Nasa** es resultado de los conocimientos heredados ancestralmente, y resulta de la combinación de **hojas de Coca, Suelda Consuelda, Romero, Marihuana y Caléndula.**

Como tópico de aplicación brinda alivio a dolores articulares y musculares, **artritis, artrosis, reumatismo, fibromialgia, venas várices, entre otros.**

POMADA DE COCA Y MARIHUANA

Se aplica externamente en la zona afectada, ideal para **dolores articulares, musculares, artritis, artrosis, reumatismo, fibromialgia.** Es mucho más eficaz como analgésico por tener **mayor contenido de marihuana.**

Modo de Uso: Aplique, en las noches, sobre la zona afectada y masajee en forma circular suavemente. Una vez aplicada, no exponer la zona masajeada al agua o frío durante ocho horas.

CONTENIDO: 60 gr.

ACEITE DE COCA

En el pueblo Nasa pervive la práctica de la medicina ancestral, basada en el conocimiento de las plantas y los espíritus de la naturaleza. Los **The Wala** (médico tradicional Nasa) realizan trabajos para sanar y armonizar a la comunidad, y uno de los aceites tradicionales que usan es este, compuesto por **hoja de Coca y Yerbas medicinales de páramo;** usado como tópico para **calmar estados de ánimo alterados pesadillas o temores de momento**, también para **disminuir el estrés,** aplicándolo en la zona del cuello y la nuca.

CONTENIDO: 60 ml.

COCA CURE

El Coca Cure es un gel frío elaborado a partir de las plantas de **Coca y marihuana,** es un excelente producto que combina los conocimientos ancestrales Nasa con las necesidades contemporáneas de aquellos quienes requieren un alivio efectivo **para dolores musculares, golpes y moretones,** pues su rápida absorción permite disminuir el dolor local gracias a su **acción analgésica y desinflamatoria.**

.

CONTENIDO: 60 ml. y 120ml.

Modo de Uso: Uso diurno y nocturno, Aplique sobre la zona afectada y masajee en forma circular suavemente.

BIOGOTAS

Las Biogotas de Coca Nasa **son un extracto etanólico de hoja de coca,** especial para calmar la **migraña, estrés, ansiedad, depresión, mal de altura "soroche".**

Modo de Uso: Vía de administración oral. Adultos y niños mayores de 12 años; colocar 15 gotas sublinguales por 5 minutos, luego ingerir, o diluirlas en medio vaso de agua.

CONTENIDO: 25 ml.

Desde tiempos inmemoriales la Coca ha sido fiel compañera de trabajos que exigen gran esfuerzo físico, además de ser un alimento que ha aportado numerosos beneficios tanto para el cuerpo como para el alma.

ALIMENTOS

HOJA DE COCA

PRESENTACIONES: 40 gr. y 60 gr.

La hoja de Coca Nasa es cultivada dentro de resguardos indígenas Nasa, **seleccionada de manera rigurosa** y recolectada de forma tradicional para alimentar nuestro cuerpo, mente y espíritu. Ha sido usada desde tiempos inmemoriales para mambear, también bebida como infusión o como ingrediente de cocina. **Es un súper alimento,** pues posee una alta concentración de los cinco nutrientes esenciales para una sana alimentación: **proteína, vitaminas, minerales, carbohidratos y lípidos.**

La planta de coca siempre ha tenido un papel importante **en las culturas andinas,** dándose a usos **rituales, alimenticios, energéticos** (para el trabajo diario), **digestivos, analgésicos, curativos y demás.**

MAMBE

Mambe es una harina, producto del triturar y cernir hojas de coca tostadas y mezclarlas con la ceniza de hojas de yarumo. El acto de **mambear** envuelve, generalmente, todas las formas de consumir hoja de coca.

Mambear, deriva de la palabra mambeadero que es utilizada en Colombia para referirse a un espacio ritual -por lo general en una maloca- donde se reúnen a **intercambiar la palabra y tomar decisiones,** mientras se hace uso del mambe.

HARINA DE COCA

CONTENIDO: 250GR

Esta harina **está hecha con hoja de coca seleccionada de manera rigurosa,** sometida a proceso artesanal de **micropulverización** para garantizar una textura fina que sea agradable al ser usada como bebida, ingrediente de repostería, especia **para condimentar alimentos, ablandar carnes y para mambeo tradicional.**

La harina de coca ha sido considerada como la solución prodigiosa al hambre y desnutrición por los pueblos indígenas de los Andes Suramericanos, **incluir este super alimento en la vida diaria** no solo aporta beneficios a quienes lo consumen, sino que constituye una estrategia para reconstruir el bienestar social con seguridad alimentaria. Sus formas de uso son numerosas y basta **solo un poco de investigación e imaginación para descubrirlas** pues, por ejemplo, **mezclar una cucharadita con cualquier jugo o incorporarlo en la elaboración de recetas** permite aprovechar su aporte significativo de **Calcio, Hierro, Vitamina B, entre otros;** ya que gracias a la deshidratación de esta planta se logra una alta concentración de sus componentes.

GALLETAS DE COCA

CONTENIDO: 6 UNIDADES

Las galletas Coca Nasa son una merienda exquisita, preparadas con maíz, trigo, y principalmente harina de coca, lo cual hace de ellas una fuente rica de **energía y de gran valor nutricional.** Poseen una capa de chocolate, que hace un delicioso equilibrio entre dulce y amargo.

Nuestro cuerpo se ve beneficiado por las **proteínas y los altos niveles de antioxidantes** que poseen las galletas de coca, pues su combinación de flavonoides, **tanino, lignina y cantidades importantes de vitaminas A, C, E y minerales** (magnesio, zinc, calcio entre otros) combaten los radicales libres, bacterias maléficas, y **protegen nuestras células contra el envejecimiento precoz, el estrés y agentes cancerígenos.**

CocaNasa
nasa ê'sx

INDUSTRIA
INDÍGENA
COLOMBIANA

Cada producto Coca Nasa narra la experiencia y las luchas por la liberación de la Hoja de Coca y por la recuperación de sus usos tradicionales a través de un proceso productivo autónomo que se consolida a su vez como proyecto de paz.

Con la compra de cada producto y el apoyo a nuestra iniciativa estás recibiendo los beneficios alimenticios y medicinales de esta maravillosa planta, y apoyas a la Industria Indígena Colombiana.

Una hoja para la paz, una hoja menos para la guerra.

Encuentra todos los productos de coca nasa en:

www.cocanasa.org

Coca Nasa cocanasa