

Estudio sobre la medicina tradicional en La Vall d'Uixó

Una aproximación desde la etnomedicina

Equipo. Benigasló-1

ÍNDICE POR SECCIONES

Páginas por sección

SECCIÓN I. EL Informe de investigación (4-8)

I. Objetivo de la investigación

II. Hipótesis

III. Metodología

IV. Conclusiones básicas

V. Comentario Final

VII. Bibliografía

SECCIÓN II. El trabajo de investigación. Desarrollo (9-27)

Introducción. La medicina tradicional en su historia

Parte Primera. El trabajo de campo

I. Aspectos teóricos

II. Aspectos Prácticos

II.1 Población encuestada

II.2. Cuestionario y Resultados

II.2.a El cuestionario: observaciones iniciales

II.2.b El cuestionario: resultados

1. Aplicación de los remedios caseros
2. Recurrencia sobre visitas médicas y aplicación de remedios caseros
3. Relación entre conocimiento de remedios caseros y su empleo efectivo
4. Tradición y transmisión familiar
5. Tipos de preparaciones caseras
6. Creencia en el “mal de ojo”
7. Remedios caseros conocidos: sustancias y posología

Parte Segunda. Discusión y conclusiones finales

0. Gráfico-resumen del trabajo de campo según uso/edad

1. Relación de enfermedades particulares con la cantidad de remedios relacionados
2. Tipo de enfermedades más dadas al uso de remedios caseros
3. Remedios más usados (tipo de plantas en fórmulas de aplicación)
4. Principales “remedios caseros *mágicos*” usados

Conclusiones

Coda

Bibliografía

SECCIÓN III. ANEXO

(28-41)

Resultados de la encuesta: *Remedios caseros o en torno a la medicina tradicional*

Elaboración propia

SECCIÓN I. EL Informe de investigación

Título: *Estudio sobre la medicina tradicional en La Vall d'Uixó. Una aproximación desde la etnomedicina*

I. Objetivo de la investigación

El principal objetivo de esta investigación puede desdoblarse en dos, pues son como las dos versiones de un mismo hecho, a saber:

1. Detectar la *práctica real de los remedios caseros* para distintos tipos de enfermedades (y no tanto analizar si efectivamente las plantas naturales ofrecen verdaderos remedios médicos, aunque también en ello nos detenemos).
2. Descubrir su *arraigo en la tradición cultural de nuestro pueblo* y el modo en que ésta incide sobre la asistencia o no a los centros de salud de la población.

Articulado desde otra perspectiva, el objetivo de esta investigación podemos enunciar así: no se trata de analizar la *nueva moda* que consiste en una vuelta a las plantas a través de la farmacia y los médicos naturistas, sino **el arraigo –en tanto que tradición cultural- de un modo de afrontar la enfermedad y de curar que no pasa por el “médico” sino por la “sabiduría popular” o “remedio casero”** (integrado en la familia, en el vecindario).

II. Hipótesis

La pregunta que nos hacemos en este trabajo de investigación versa sobre el *estado actual del uso de los remedios naturales* culturalmente arraigados en la forma de entender la asistencia sanitaria. Suponemos que, dada la efectividad de la medicina oficial, la cantidad de centros de asistencia públicos y privados que existen en nuestra población, y el gasto farmacéutico efectivo que hemos podido constatar, el uso y práctica de remedios naturales caseros es muy escaso.

III. Metodología

Metodológicamente hablando, para que el estudio tenga un cierto valor estadístico, hemos limitado nuestro trabajo de campo a La Vall d'Uixó (población en que vivimos y cursamos 1º de ESO).

Para recabar datos, hemos realizado una encuesta general a la población (1000 personas) y una entrevista segmentada (100 personas). En ellas hemos preguntamos tanto por el conocimiento de remedios naturales como por su efectiva práctica, diferenciando por edad, sexo, estudios, asistencias a centros de salud o mutuas (de forma alternativa, de forma principal o secundaria, etc.).

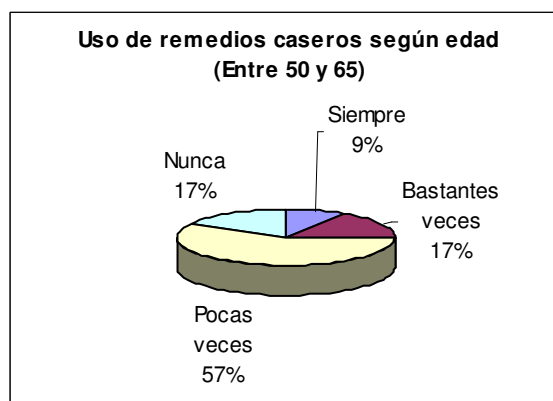
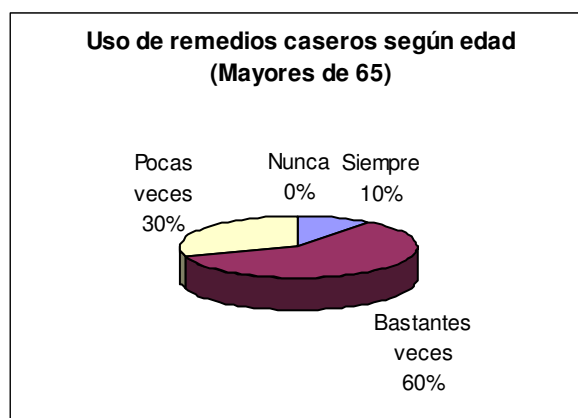
Aunque en el desarrollo del escrito de investigación hemos analizado con detalle los datos obtenidos de nuestro “trabajo de campo”, indicamos aquí algunas de las referencias básicas usadas.

Población encuestada

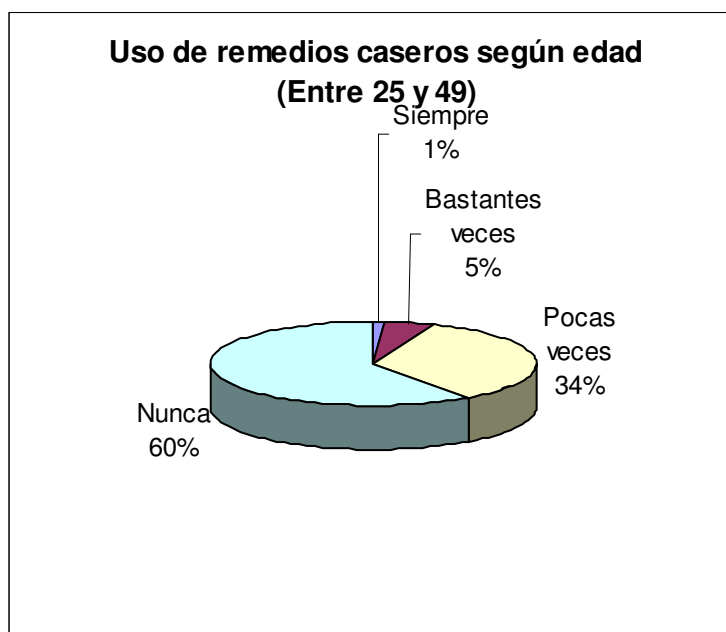
Ítems considerados: edad, sexo y nivel de estudios

Nº de encuestados: 100 (repartidos equitativamente, tanto por sexo como por edad, en tres grupos de población: Población A o mayores de 65 años; población B o entre 50 y 65 años; población C o entre 25 y 49 años).

Gráfico-resumen del trabajo de campo según uso/edad



Obsérvese la porción que indica “bastantes veces” en los gráficos 1 y 2.. Contrástese con el gráfico 3, que corresponde a la población más joven de la estudiada. ¿Cuánto gasto farmacéutico y cuántas visitas médicas evitan (con buenos resultados terapéuticos) los remedios caseros? ¿No será la vuelta a ellos una buena solución para el colapso (económico y de ratio) de la sanidad? ¿Hay algún interés para que esto no sea así...?



IV. CONCLUSIONES (sólo mencionamos las más significativas):

1. Aunque muchos de los remedios coinciden con los que hemos encontrado en los *Tratados* de medicina natural y **remedios caseros** consultados, otros son **autóctonos**, bien por estar elaborados con vegetación de nuestra comarca, bien por el modo de elaboración (infusión, empastre, unguento, crema, etc.), bien por el tipo de enfermedad a que se aplica o bien por la posología.
2. Los que más usan este tipo de remedio y los que más lo conocen coinciden en edad (y también en sexo y en estudios). **El perfil** del que más usa y perpetua los remedios caseros se corresponde con: mujer mayor de 65 años y sin estudios. El perfil del que menos usa los remedios caseros se corresponde con: hombre menor de 49 años, con estudios universitarios.
3. Los que más **gasto farmacéutico** provocan (en relación a la edad/cantidad de enfermedades habituales, sin contar crónicos) tiene el siguiente perfil: hombre de más de 49 años y menos de 65, que no suele usar remedios caseros. Le sigue inmediatamente mujer de entre 25 y 49 años que no usa remedios caseros y tiene

estudios universitarios. Son datos contrastados en la entrevista particular que hicimos a tres de las seis farmacias de nuestra población (cuyos nombres permanecen en el anonimato por voluntad propia de los farmacéuticos-as).

4. Así como **para algunas enfermedades existen gran cantidad y variedad de remedios, para algunas no existe en esta zona**. Hemos de constatar que todas las enfermedades que constan en la entrevista tiene remedios caseros, según al bibliografía consultada (cfr.). Pero en el caso de nuestra población, para los tipos especificados simplemente no existen (o bien ninguno de los 100 entrevistados los sabían, pero esta hipótesis más bien la descartamos, porque en algunos casos los entrevistados son grandes conocedores de remedios, los practican habitualmente y, lo que es más, los han heredado de padres y abuelos... Quizás el problema sea que no hay en esta comarca hierbas curativas en relación a ese tipo específico de enfermedades).
5. **El uso y, sobre todo, el conocimiento de remedios caseros se está perdiendo**: no sólo nos lo muestra –como ya hemos visto- el perfil del usuario habitual de los mismos (personas mayores), sino el hecho de que existe una ruptura entre generaciones: la transmisión en cadena familiar de los remedios (elaboración, posología y usos) se ha roto, pues pasamos del 60% de transmisión de padres a hijos entre los mayores de 65 años a una del 15 entre el grupo de población más joven (entre 25 y 49; no digamos ya entre los menores de 25 años).
6. También se pierde la tradición de acudir a **curanderos**, lo cual consideramos que es una buena noticia, pero con su aspecto negativo, pues éste es quizás el que más y mejor conserva todo lo referente a remedios caseros. De hecho, en nuestra población ha descendido el número de “curanderos”: de 16 conocidos en 1950, hemos pasado a 8 conocidos en 1975 y a 4 conocidos en la actualidad (año 2008).
7. Hemos podido observar que, a pesar de la semejanza entre los remedios caseros en La Vall d’Uixó y el resto de poblaciones en general (a través de los manuales de herboristería), existen algunos remedios que son autóctonos, bien porque se trata del uso de una hierba propia de la zona (especialmente referido al abundante y diverso uso del “rabo de gato”), bien por el modo de preparación y/o aplicación (uso comparativamente abundante de ungüentos y de empastes).
8. El uso de “**remedios mágicos**” también tiene su importancia. En general, creemos que podemos hacer equivaler los remedios mágicos a efectos placebo,

pero requeriríamos un estudio más amplio y pormenorizado para despejar otra hipótesis: la posesión de sustancias cuyos efectos se desconocen y que poseen los amuletos naturales del tipo: castaña (que se lleva en el bolsillo para el dolor de cabeza), “cardo verde” (para la curación de la diarrea; también se lleva en el bolsillo); o bien la relación con la posición de la luna o la estación de recogida de ciertas plantas. Otros remedios mágicos parecen tener una incidencia psicológica: colgar un lagarto del rabo para el dolor de muelas; también el hecho de llevar algo en el bolsillo (castaña) puede paliar el dolor de cabeza por efecto psicológico o sofrológico, etc.

(...)

V.Comentario Final

Abogamos, en esta investigación, por una etnomedicina que recupere los remedios caseros, la tradición de su uso (que no abuso), la conservación de las plantas medicinales no en cantidad industrial para el negocio salvaje y el retorno a la manera de entender la enfermedad y sus remedios como algo natural y del entorno y no necesariamente como una agresión al cuerpo. Por eso queremos terminar esta presentación con una cita de Voltaire que, sin ser cierta, tiene su ironía certera: *el arte que practican los médicos consiste en divertir al paciente hasta que la naturaleza lo cure*. Lo decimos porque en la actualidad parece que esta tesis se ha invertido: la medicina moderna hace creer a las personas que la naturaleza las golpea constantemente con nuevas enfermedades que sólo pueden ser curadas por los médicos¹.

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- AA.VV. *Fitoterapia. Vademécum de prescripción de plantas medicinales*. (Colegio Oficial de farmacéuticos de Bizcaia) Masson, Bizcaia, 1998
- Akerman, F. *Tratamientos naturales de urgencia*. Libsa, Madrid, 1997
- Blech, J., *Los inventores de enfermedades*, Círculo de lectores, Barcelona, 2005
- Carril, A., *Etnomedicina. Acercamiento a la terapéutica popular*. Diputación de Valladolid, Valladolid, 1991
- Gómez Caamaño, J., *Páginas de historia de la farmacia*. Sociedad Nestlé AEPA, 1990
- Kuschik, I., *Medicina popular en España*. Siglo XXI, Madrid, 1995
- Vela, A., *Plantas medicinales domésticas*. Edita: Consejo de enfermería de la Comunidad Valenciana, Alicante, 2005
- Rua, F.J. et al., *La medicina popular en León*. Leonesas, León, 1990
- Volák, J. y Stodola, J., *El gran libro de las plantas medicinales*. Susaeta, 1990

¹Blech, J., *Los inventores de enfermedades*, Círculo de lectores, Barcelona, 2005, p. 7

SECCIÓN II. El trabajo de investigación. Desarrollo

Estudio sobre la medicina tradicional en La Vall d'Uixó

Una aproximación desde la etnomedicina

Equipo. Benigasló-1

Índice

Introducción. *La medicina tradicional en su historia*

Parte Primera. El trabajo de campo

I. Aspectos teóricos

II. Aspectos Prácticos

II.1 Población encuestada

II.2. Cuestionario y Resultados

II.2.a El cuestionario: observaciones iniciales

II.2.b El cuestionario: resultados

1. Aplicación de los remedios caseros

2. Recurrencia sobre visitas médicas y aplicación de remedios caseros

3. Relación entre conocimiento de remedios caseros y su empleo efectivo

4. Tradición y transmisión familiar

5. Tipos de preparaciones caseras

6. Creencia en el “mal de ojo”

7. Remedios caseros conocidos: sustancias y posología

Parte Segunda. Discusión y conclusiones finales

0. Gráfico-resumen del trabajo de campo según uso/edad

1. Relación de enfermedades particulares con la cantidad de remedios relacionados

2. Tipo de enfermedades más dadas al uso de remedios caseros

3. Remedios más usados (tipo de plantas en fórmulas de aplicación)

4. Principales “remedios caseros *mágicos*” usados

Conclusiones

Coda

Bibliografía

Anexo I

Resultados de la *encuesta* realizada sobre remedios caseros o en torno a la medicina tradicional.

Introducción

La medicina tradicional en su historia

Durante mucho tiempo, los remedios naturales y, sobre todo, las plantas medicinales han sido el principal e incluso el único remedio de que disponían tanto la gente en general como el médico en particular.

A principios del siglo pasado, el desarrollo de la química y el descubrimiento de complejos procesos de síntesis orgánica desembocaron en la puesta en marcha de una nueva producción de medicamentos. Las consecuencias de la industria farmacéutica ha sido –en lo que afecta a este trabajo de investigación- doble:

1. De un lado, la medicina moderna ha podido combatir con eficacia muchas enfermedades hasta entonces incurables.
2. De otro lado, las plantas medicinales y los remedios que se extraían de ellas, empezaron a ser olvidados o, peor todavía, a caer en descrédito (al menos aparentemente). Con esta pérdida se produjo otra peor: la de las tradiciones en torno a los remedios curativos caseros y la sabiduría que los informaba.

Cierto es que la industria farmacéutica ha vuelto su mirada sobre la medicina natural, pero nos tememos que más bien ha sido para incrementar su negocio y no tanto porque crea que ésta presente ventajas reales y suficientes sobre la medicina oficial.

Pero lo que nos preocupa en esta investigación no es tanto analizar si efectivamente las plantas naturales ofrecen verdaderos remedios médicos, cuanto **descubrir la práctica real de los mismos, su arraigo en la tradición cultural de nuestro pueblo y el modo en que ésta incide sobre la asistencia o no a los centros de salud de la población.**

Por eso mismo, el objetivo de esta investigación (por contraste) podemos enunciar así: no se trata de analizar la *nueva moda* que consiste en una vuelta a las plantas a través de la farmacia y los médicos naturistas, sino **el arraigo –en tanto que tradición cultural- de un modo de afrontar la enfermedad y de curar que no pasa por el “médico” sino por la “sabiduría popular” o “remedio casero”** (integrado en la familia, en el vecindario).

La pregunta que nos hacemos en este trabajo de investigación versa, entonces, sobre el *estado actual del uso de los remedios naturales* culturalmente arraigados en la forma de entender la asistencia sanitaria (entendidos, así, como medicina popular).

Metodológicamente hablando, para que el estudio tenga un cierto valor estadístico, hemos limitado nuestro trabajo de campo a La Vall d'Uixó (población en que vivimos y cursamos 1º de ESO). Para recabar datos, hemos realizado una encuesta general a la población (1000 personas) y una entrevista segmentada (100 personas). En ellas, como veremos inmediatamente, preguntamos tanto por el conocimiento de remedios naturales como por su efectiva práctica, diferenciando por edad, sexo, estudios, asistencias a centros de salud o mutuas (de forma alternativa, de forma principal o secundaria, etc.).

PARTE PRIMERA. EL TRABAJO DE CAMPO

I. Aspectos teóricos

La Vall d'Uixó tiene un total de 31.970 habitantes y, por lo que a este estudio afecta, dos centros de salud y tres centros médicos privados (con diversas especializaciones). Es una ciudad moderna, con un alto índice de jóvenes estudiantes universitarios (40% de los jóvenes entre 18 y 29 años) y buenas perspectivas económicas. Está situada en La Plana Baixa, en la provincia de Castellón, una provincia próspera.

Ante esta situación de tipo económico-social y cultural, la pregunta que nos planteamos es: ¿qué peso tiene la medicina tradicional, si es que lo tiene, en nuestra ciudad? ¿Se conservan y practican las recetas tradicionales (fundamentalmente de herbolario) que usaban nuestros antepasados próximos (nuestros abuelos y bisabuelos)? ¿O la medicina oficial, la 'científica', ha colonizado todos los ámbitos de la salud y se han perdido los 'remedios tradicionales', quizás no tan efectivos a corto plazo pero, también quizás, menos agresivos a medio y largo plazo?

Estas cuestiones nos han llevado a plantear una serie de preguntas que han tenido unos resultados reveladores y, en algunos casos, sorprendentes. Tan sorprendentes como que existen médicos que usan remedios caseros si la enfermedad es leve; padres y madres con estudios universitarios que acuden a curanderos; personas desesperadas que, tras el fracaso de la medicina universitaria, han buscado (y en no pocas ocasiones encontrado) curación a través de remedios caseros, especialmente en base a hierbas y preparados con vegetales autóctonos y modos tradicionales de uso.

¿De qué remedios se trata? ¿En qué tipo de enfermedades tienen más incidencia y más efectividad? ¿De qué plantas autóctonas hablamos? En fin, ¿hasta qué punto se ha superado la medicina tradicional por parte de la científica?

Ciertamente, no podemos llevarnos a engaño: la medicina universitaria ocupa un lugar central y privilegiado en el ámbito sanitario. Y así creemos que debe ser... Pero, *¿por qué desprestigiar los remedios caseros, siempre que se muestren efectivos, si son menos agresivos que la bioquímica propia de la medicina oficial y, generalmente, más*

baratos? ¿Hay alguna razón más allá de la propia seguridad sobre sus efectos? ¿Se trata de un problema de prestigio, económico, de seguridad médica, de pérdida de sentido de la tradición? ¿Quizás todos a la vez, en distinta incidencia y proporción?

Sea como fuere, los resultados de nuestro trabajo de campo indican que la medicina tradicional sigue presente en no pocos hogares de nuestra población (y, seguramente, de la mayoría de los pueblos y ciudades pequeñas) y, aunque sin pretenderlo, sigue entrando en competencia con la omnipotente medicina científica. Sirva esta investigación como un alegato a favor de la compatibilidad de ambas formas de curar, siempre que la tradicional o de remedios caseros sea supervisada por personas entendidas y sin prejuicios o complejos en torno a ella. Porque los remedios caseros incontrolados pueden ser nocivos, pero controlados pueden ayudar a sanar de forma quizás más natural y, seguramente, de forma menos agresiva que la bioquímica típica de la farmacología universitaria.

II. Aspectos Prácticos

II.1 Población encuestada

1. Por edad

Población A (Mayores de 65 años): 33 (33%)

Población B (Entre 50 y 65 años): 34 (34%)

Población C (Entre 25 y 49 años): 33 (33%)

2. Por estudios:

Población A: sin estudios

Población B: 10% estudios universitarios (20% secundaria: Bachillerato elemental)

Población C: 20 estudios universitarios (45% secundaria: BUP, FP-2)

3. Por sexo

Población A: 16 hombres, 17 mujeres

Población B: 17 hombres, 17 mujeres

Población C: 17 hombres, 16 mujeres

II.2. Cuestionario y Resultados

II.2.a El cuestionario: observaciones iniciales

El cuestionario que hemos elaborado consta de dos grandes partes, y ha sido rellenado por cien personas de nuestra población, según la distribución arriba indicada.

Primera parte del cuestionario: 5 preguntas de carácter general.

1. *¿De cuántas enfermedades conoce, al menos, un remedio?*
2. *En caso de enfermedad no grave, ¿qué suele hacer: aplicar remedios caseros o ir al médico?*
3. *En caso de que lo recetado por el médico no mejore su enfermedad, ¿prueba enseguida con remedios caseros que conoce o que algún vecino-a, amigo-a le indica?*
4. *En caso de que lo recetado por el médico no mejore su enfermedad, ¿prueba enseguida con remedios caseros que conoce o que algún vecino-a, amigo-a le indica?*
5. *¿Cree Vd. en el mal de ojo” y en los remedios de los curanderos-as?*

Segunda parte del cuestionario: consulta sobre remedios caseros conocidos para 10 grupos de patologías (más de 100 enfermedades consultadas). Aunque no hemos incluidos todos los datos, al encuestado se le preguntaba por:

1. *Remedio empleado*
2. *Modo de preparación y posología*
3. *Relación del remedio con elemento mágico*
4. *De quién aprendió el remedio*

II.2.b El cuestionario: resultados

1. Conocimiento de remedios caseros (uno por enfermedad)

¿De cuántas enfermedades conoce, al menos, un remedio?

Edad/Conocimientos	Menos de 5 remedios	Entre 5 y 15 remedios	Más de 15 remedios
Mayores de 65 años	100%	80%	20%
Entre 50 y 65 años	70%	50%	3%
Entre 25 y 49 años	65%	10%	0%

2. Aplicación de remedios caseros (por edad)

En caso de enfermedad no grave, ¿qué suele hacer: aplicar remedios caseros o ir al médico?

Población/usos (por edad)	Siempre remedios caseros	Bastantes veces remedios caseros	Pocas veces remedios caseros	Nunca remedios caseros, aunque los conozca
Mayores de 65	10%	60%	30%	0%
Entre 50 y 65	8%	15%	52%	15%
Entre 25 y 49	1%	5%	34%	60%

3. Aplicación de remedios caseros (por sexo y en valores absolutos)

En caso de enfermedad no grave, ¿qué suele hacer: aplicar remedios caseros o ir al médico?

Población/usos por sexo: Hombres	Siempre remedios caseros	Bastantes veces remedios caseros	Pocas veces remedios caseros	Nunca remedios caseros, aunque los conozca
Mayores de 65	2	3	5	6
Entre 50 y 65	1	2	6	8
Entre 25 y 49	0	1	4	11

Población/usos por sexo: Mujeres	Siempre remedios caseros	Bastantes veces remedios caseros	Pocas veces remedios caseros	Nunca remedios caseros, aunque los conozca
Mayores de 65	4	5	6	1
Entre 50 y 65	2	4	8	3
Entre 25 y 49	0	1	10	5

4. Recurrencia sobre visitas médicas y aplicación de remedios caseros

En caso de que lo recetado por el médico no mejore su enfermedad, ¿prueba enseguida con remedios caseros que conoce o que algún vecino-a, amigo-a le indica?

Población/recurrencia	Vuelvo siempre	Pruebo remedios	Depende	Nunca vuelvo
Mayores de 65	15%	60%	25%	0%
Entre 50 y 65	55%	20%	25%	0%
Entre 25 y 49	74%	8%	18%	0%

5. Relación entre conocimiento de remedios caseros y su empleo efectivo

En este último medio año (del 1 julio al 31 de diciembre), ¿cuántas veces ha hecho uso de un remedio casero para curarse de una enfermedad?

Usos en términos absolutos (hasta sanar) // número de veces enfermo	Para 1 sola enfermedad	Para 2 enfermedades	Para 3 enfermedades	Para más de 3 enfermedades
Mayores de 65	13	8	8	2
Entre 50 y 65	6	5	3	1
Entre 25 y 49	2	0	1	0

*Algunos entrevistados contestan que no han estado enfermos en ese periodo de seis meses (en su mayoría del grupo de población C).

6. ¿De quién aprendió el remedio?

Origen	Mayores de 65	Entre 50 y 65	Entre 25 y 49
FAMILIARES	60%	42%	33%
CONOCIDOS	25%	52%	65%
CURANDEROS	15%	6%	2%

8. Tipos de preparación casera

Tras las entrevistas, hemos elaborado un “vocabulario básico usado por los entrevistados”, que se corresponde bastante con el modo más técnico generalmente usado por los técnicos de laboratorio.

A. Respecto del nombre de las plantas: casi siempre en valenciano (de hecho, hemos tenido alguna dificultad para identificar alguna de las plantas mencionadas porque, en ocasiones, se daba el nombre autóctono o comarcal y se desconocía su correlato con el nombre científico e incluso castellano).

B. Respecto del preparado de los remedios:

1. **Aceites:** sumergir las hierbas frescas en aceite de oliva y dejar la mezcla al sol durante 2-3 semanas (algunos advierten que no sirve el sol fuerte del verano).

Filtrar y retirar la espuma de la superficie y luego conservar en recipientes de vidrio.

2. **Cataplasma:** aplicación tópica de una papilla preparada con harinas o pulpas y mezcladas con alguna sustancia o preparado medicamentoso (mejor aplicar con una bolsa muy fina, aunque depende del tipo de cataplasma y de preparado medicamentoso que contenga).
3. **Compresas:** hervir las hierbas y colar el líquido resultante en un recipiente donde se empapará la gasa (la mezcla debe estar caliente para facilitar la absorción de las sustancias).
4. **Infusión:** las hierbas secas se depositan en un recipiente. El agua se calienta aparte y, cuando hierve, se añaden las hierbas y se deja que la mezcla repose. El tiempo de reposo depende de las plantas (de 3 a 5 minutos). Esta técnica se aplica sobre todo a flores y a plantas delicadas.
5. **Maceración:** se realiza con agua fría, dejando que las hierbas reposen en ella durante, al menos, 12 horas. Luego se filtra.
6. **Tisana:** las hierbas se ponen en agua fría y se calienta la mezcla lentamente hasta que hierva, procurando que no sea superior a los 5 minutos.
7. **Ungüentos:** se hierven una o dos cucharadas de hierbas de unos 200 gr. De vaselina. A continuación se filtra la mezcla y se guarda en tarros herméticos.

9. Creencia en el “mal de ojo”

¿Cree Ud. en el “mal de ojo” y en los remedios de los curanderos-as?

Población/recurrencia	Sí creo	Dudo	No creo	No sabe/contesta
Mayores de 65	35%	25%	35%	5%
Entre 50 y 65	12%	30%	54%	6%
Entre 25 y 49	4%	16%	77%	3%

10. Remedios caseros conocidos: sustancias y posología

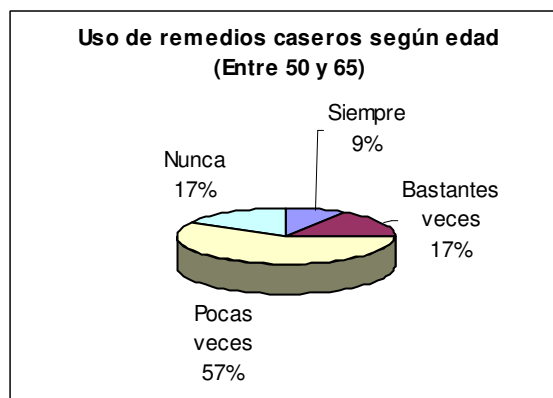
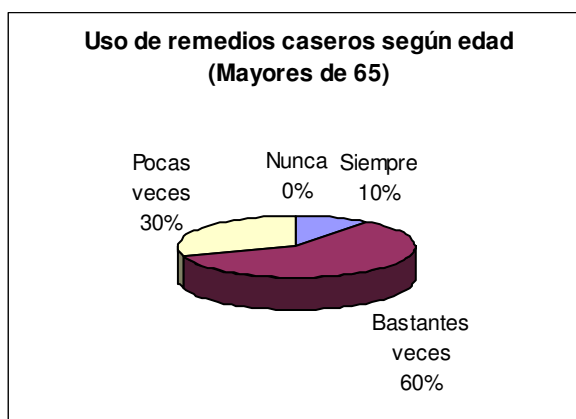
Veamos en este último y largo apartado del cuestionario qué tipos de remedios se conocen y para qué tipo de enfermedades. En la última parte del trabajo encontramos las conclusiones generales y discusión final.

* *En el Anexo I mostramos los resultados de esta encuesta*

PARTE SEGUNDA. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES FINALES

Si analizamos con cierto detalle el cuestionario realizado, podemos establecer una serie de vínculos o correlatos entre algunos aspectos de la cultura de los remedios caseros y la edad, el sexo, los estudios o, principalmente, los distintos modos de tratar las enfermedades. Lo presentamos de forma analítica y en cierta solución de continuidad con los datos estudiados en el apartado *II.2. Cuestionario y Resultados*.

0. Gráfico-resumen del trabajo de campo según uso/edad



Obsérvese la porción que indica “bastantes veces” en los gráficos 1 y 2. Contrástese con el gráfico 3, que corresponde a la población más joven de la estudiada. ¿Cuánto gasto farmacéutico y cuántas visitas médicas evitan (con buenos resultados terapéuticos) los remedios caseros? ¿No será la vuelta a ellos una buena solución para el colapso (económico y numérico) de la sanidad? ¿Hay algún interés para que esto no sea así...?



1. Tipo de enfermedades más dadas al uso de remedios caseros

Tipo de enfermedad	Enfermedades relacionadas	Remedios caseros	media
Sistema nervioso	45	14	3.2
Afecciones de la boca	14	3	4.7
Trastorno metabólico	18	5	3.6
Piel y órganos anejos	122	44	2.8
Cardiovasculares	15	9	1.7
Infecciones	4	3	1.3
Digestivas	45	22	2
Genitourinarias	25	13	1.9
Aparato locomotor	36	19	1.9
Aparato respiratorio	37	17	2.2

<i>Mal de ojo</i>	<i>De todo tipo</i>	8		
-------------------	---------------------	---	--	--

2. Relación de enfermedades particulares con la cantidad de remedios relacionados

Enfermedades sin remedio casero	=	10
Enfermedades con 1 sólo remedio casero	=	51
Enfermedades con 2 remedios caseros	=	56
Enfermedades entre 3 y 5 remedios caseros	=	30
Enfermedades con más de 5 remedios caseros	=	10

3. Remedios más usados (tipo de plantas en fórmulas de aplicación)

Por orden de uso:

1. Rabo de gato (*Sideritis Angustifolia Lagasca*)
2. Manzanilla (*Matricaria Chamomilla*).
3. Romero (*Rosmarinus Officinalis L.*)
4. Flor de azahar (*Citrus Aurantium L.*)
5. Aloe vera (*Aloe Vera L.*)
6. Tomillo (*Thymus Vulgaris L.*)
7. Pericón (*Hypericum Perforatum*). Muchas veces llamado “pericot”, palabra que no existe ni en el diccionario de Valenciano ni en el de Castellano. Tampoco los manuales de taxonomía vegetal han dado razón de este nombre.
8. Ajo (*Allium Sativus L.*)
9. Naranja (*Citrus Aurantium L.*)
10. Propolio (*Melissa Officialis L.*)

4. Principales “remedios caseros mágicos” usados

1. Llevar una castaña en el bolsito: dolor de cabeza, dolor en general.
2. Envolver una lagartija y ponerla en un gorro (llevarlo puesto): dolor de cabeza.
3. Una llave con agujero (de armario grande y antiguo) pasado por el orzuelo tres veces seguidas por día (durante tres días): orzuelo.
4. Pasar una llave oxidada por el orzuelo, habiéndola frotado primeramente hasta conseguir que esté caliente. Aplicarla entonces sobre el ojo de modo que éste mire a través del asa.
5. Orar con una llave vieja: orzuelo.
6. Colgar un lagarto del rabo: dolor de la salida de los primeros dientes.
7. Cortar las puntas del cabello cuando es luna llena: crecimiento del cabello.

8. Tirar garbanzos a la “Bassa de l’Assumpció” (fuente de la Plaza de la Asunción de nuestra población, al lado de la Iglesia de la Assumpció): eliminar verrugas.
9. Novena de algunas personas con “gracia”: eliminar verrugas.
10. Contarlas todas; llevar en el bolsillo el fruto del ciprés, hacer un dibujo de la mano indicando el lugar donde están las verrugas... etc., etc.
11. Pasar la “cinta”: empachos.
12. Coger sal en la mano derecha y con ella hacer un círculo despacio en la dirección de las agujas del reloj y decir muchas veces: “todo el mal que tenga dentro que salga del círculo de sal”: mal de ojo o malestar grave general.
13. Untarse el dedo con aceite de oliva y hacer un círculo en la dirección de las agujas del reloj en la barriga, frente y pulmones y decir: “te sano de dentro hacia fuera”: mal de ojo o malestar grave general.
14. Colgarse del cuello una “Cruz de Caravaca”.

CONCLUSIONES

1. A pesar del desarrollo de la química y el descubrimiento de complejos procesos de síntesis orgánica que desembocaron en la puesta en marcha de una nueva producción de medicamentos, **la medicina popular y los herbolarios siguen estando vigentes, aunque de forma muy distinta según la edad (e incluso el sexo) de la población a la que nos refiramos.** Lo cierto es que, en última instancia, no se ha dejado de recurrir a las plantas medicinales e incluso hay quien se esfuerza por conservar viva una tradición terapéutica conocida desde la prehistoria. Así, pues, nunca se ha llegado a perder totalmente el interés por las plantas medicinales: sus efectos, sus formas y su modo de empleo.
2. Aunque muchos de los remedios coinciden con los que hemos encontrado en los *Tratados* de medicina natural y remedios caseros consultados, **otros son autóctonos, bien por estar elaborados con vegetación de nuestra comarca, bien por el modo de elaboración** (infusión, empastre, unguento, crema, etc.), **bien por el tipo de enfermedad a que se aplica o bien por la posología.**
3. Los que más usan este tipo de remedio y los que más lo conocen coinciden en edad (y, aunque en menor incidencia, también en sexo y en estudios).

4. El **perfil del que más usa y perpetua los remedios caseros** se corresponde con: mujer mayor de 65 años y sin estudios.
5. El **perfil del que menos usa** los remedios caseros se corresponde con: hombre menor de 49 años, con estudios universitarios.
6. El **perfil de los que más gasto farmacéutico** causan (en relación a la edad/cantidad de enfermedades habituales, sin contar crónicos) es el de hombre de más de 49 años y menos de 65, que no suele usar remedios caseros. Le sigue inmediatamente mujer de entre 25 y 49 años que no usa remedios caseros y tiene estudios universitarios. Son datos contrastados en la *entrevista particular que hicimos a tres de las seis farmacias* de nuestra población (cuyos nombres permanecen en el anonimato por voluntad propia de los farmacéuticos-as).
7. En las entrevistas realizadas hemos constatado que los que recurren a la medicina natural tienen más tendencia a creer en el **mal de ojo** pero tienden a separar ambas situaciones de forma clara. Su **perfil** es: mujer mayor de 65 años, sin estudios universitarios y usuario de remedios caseros.
8. Así como **para algunas enfermedades existen gran cantidad y variedad de remedios, para algunas no existe en esta zona**. Hemos de constatar que todas las enfermedades que aparecen en la entrevista tienen remedios caseros, según la bibliografía consultada (cfr.). Pero, en el caso de nuestra población, para los tipos especificados simplemente no existen (o bien ninguno de los 100 entrevistados los sabían, pero esta hipótesis más bien la descartamos, porque en algunos casos los entrevistados son grandes conocedores de remedios, los practican habitualmente y, lo que es más, los han heredado de padres y abuelos... Quizás el problema sea que no hay en esta comarca hierbas curativas en relación a ese tipo específico de enfermedades).
9. Pero también hemos podido observar que, a pesar de la semejanza entre los remedios caseros en La Vall d'Uixó y el resto de poblaciones en general (a través de los manuales de herboristería), **existen algunos remedios que son autóctonos**, bien porque se trata del uso de una hierba propia de la zona (especialmente referido al abundante y diverso uso del "rabo de gato"), bien por el modo de preparación y/o aplicación (uso comparativamente abundante de ungüentos y de empastres).

10. El uso y, sobre todo, **el conocimiento de remedios caseros –a pesar del interés de cierto grupo de población- se está perdiendo**: no sólo nos lo muestra –como ya hemos visto- el **perfil del usuario habitual** de los mismos (personas mayores), sino el hecho de que existe una ruptura entre generaciones: la transmisión en cadena familiar de los remedios (elaboración, posología y usos) se ha roto, pues pasamos del 60% de transmisión de padres a hijos entre los mayores de 65 años a una del 15 entre el grupo de población más joven (entre 25 y 49; no digamos ya entre los menores de 25 años).
11. También se pierde la **tradición de acudir a curanderos**, lo cual consideramos que es una buena noticia, pero con su aspecto negativo, pues éste es quizás el que más y mejor conserva todo lo referente a remedios caseros. De hecho, en nuestra población ha descendido el número de “curanderos”: de 16 conocidos en 1950, hemos pasado a 8 conocidos en 1975 y a 4 conocidos en la actualidad (año 2008).
12. El uso de “**remedios mágicos**” también tiene su importancia. En general, creemos que podemos hacer equivaler los remedios mágicos a efectos *placebo*, pero requeriríamos un estudio más amplio y pormenorizado para despejar otra hipótesis: la posesión de sustancias cuyos efectos se desconocen y que poseen los amuletos naturales del tipo: castaña (que se lleva en el bolsillo para el dolor de cabeza), “cardo verde” (para la curación de la diarrea; también se lleva en el bolsillo); o bien la relación con la posición de la luna o la estación de recogida de ciertas plantas. Otros remedios mágicos parecen tener una *incidencia psicológica*: colgar un lagarto del rabo para el dolor de muelas; también el hecho de llevar algo en el bolsillo (castaña) puede paliar el dolor de cabeza por efecto psicológico o sofrológico, etc.
13. Enlazando con lo anterior, y aunque el trabajo se centra básicamente en aspectos herbolarios de los remedios, lo cierto es que hay una cierta presencia de **animales en la curación** (aunque casi siempre con efecto mágico): el uso de la sangre de toro para las verrugas; el propio veneno del alacrán para curar su picadura, etc.
14. Hay **remedios que tienen ya difícil aplicación**: los ungüentos con leche de burra son un claro ejemplo. El hecho de que hayan caído en desuso los

remedios caseros, ha hecho que desaparezca también el cultivo de muchas plantas (autóctonas o no) e incluso se limite el uso de otras que todavía se conservan. También algunas funciones de los animales (o los animales mismos) han dejado de prestar sus ‘servicios sanitarios’.

Coda

Hemos analizado en este trabajo de investigación los remedios caseros tradicionales con la intención de averiguar si todavía tienen vigencia o si, por el contrario, han desaparecido o están en vías de ello. Aunque los dos alumnos que realizamos este trabajo estamos a favor de la medicina oficial, lo cierto es que con el transcurso de nuestra investigación *ha cambiado nuestra opinión sobre la medicina tradicional y sus remedios: hemos pasado de ignorarla y despreciarla a reconocer su interés e importancia y a considerar este trabajo como un alegato a favor de la medicina tradicional*, tanto por sus aportaciones reales a la curación, como por el arraigo cultural y, porqué no, por la posibilidad que ofrecería un restablecimiento razonable de la misma a nivel económico, pues se reduciría el gasto farmacéutico, se crearía empleo, se retornaría al cultivo de varias especies hoy casi desaparecidas, se descolapsarían los centros de salud (las citas en pediatría son de 4 ó 5 días de diferencia entre la petición y la consulta), etc.

Abogamos, por tanto, por una *etnomedicina* que recupere los remedios caseros, la tradición de su uso (que no abuso), la conservación de las plantas medicinales no en cantidad industrial para el negocio salvaje, y el retorno a la manera de entender la enfermedad y sus remedios como algo natural y del entorno y no necesariamente como una agresión al cuerpo. Por eso queremos terminar este escrito con una cita de Voltaire que, sin ser cierta, tiene su ironía certera: *el arte que practican los médicos consiste en divertir al paciente hasta que la naturaleza lo cure*. Lo decimos porque en la actualidad parece que esta tesis se ha invertido: la medicina moderna hace creer a las personas que la naturaleza las golpea constantemente con nuevas enfermedades que sólo pueden ser curadas por los médicos².

² Cf. Blech, J., *Los inventores de enfermedades*, Círculo de lectores, Barcelona, 2005

BIBLIOGRAFÍA

- AA.VV. *Fitoterapia. Vademécum de prescripción de plantas medicinales*. (Colegio Oficial de farmacéuticos de Bizcaia) Masson, Bizcaia, 1998
- Akerman, F. *Tratamientos naturales de urgencia*. Libsa, Madrid, 1997
- Carril, A., *Etnomedicina. Acercamiento a la terapéutica popular*. Diputación de Valladolid, Valladolid, 1991
- Gómez Caamaño, J., *Páginas de historia de la farmacia*. Sociedad Nestlé AEPA, 1990
- Kuschik, I., *Medicina popular en España*. Siglo XXI, Madrid, 1995
- Vela, A., *Plantas medicinales domésticas*. Edita: Consejo de enfermería de la Comunidad Valenciana, Alicante, 2005
- Rua, F.J. et al., *La medicina popular en León*. Leonesas, León, 1990
- Volák, J. y Stodola, J., *El gran libro de las plantas medicinales*. Susaeta, 1990

SECCIÓN III. ANEXO

**RESULTADOS DE LA ENCUESTA “REMEDIOS CASEROS O EN TORNO A
LA MEDICINA TRADICIONAL”**

Elaboración propia

I. SISTEMA NERVIOSO Y ÓRGANOS DE LOS SENTIDOS.

1. Aclarar las ojeras.

-Limpiar con preparado a base de: 3 gotas de aceite de oliva, manzanilla y agua/ (2) Fregar los ojos con infusión de manzanilla/ (3) Poner en los ojos dos rodajas de pepinillos/ (4) Algodón con leche media hora encima de los ojos.

2. Alergias oculares.

-Infusión a base de manzanilla, pétalos de rosa y flores de saúco.

3. Conjuntivitis.

-Ingerir una porción de yogur de leche de cabra y aplicarse un emplasto de ese mismo tipo de yogur sobre la zona afectada (varios días)/ (2) Infusión a base de manzanilla y perejil/ (3) Bolsita de manzanilla en los ojos cuando esté tibia/ (4) Hervir agua. Aplicar a los ojos cuando esté tibia (con o sin sal)/ (5) Infusión de Manzanilla, agua y sal.

4. Dolor general.

-Llevar en el bolsillo una castaña.

5. Dolor de cabeza.

-Infusión a base de melisa con hojas de avena y una piel de naranja/ (2) Tres naranjas y dos limas hervidas 10'. Beberse el jugo/ (3) Comer mucha patata/ (4) Una cucharada de pipas peladas cada día/ (5) Llevar en el bolsillo una castaña/ (7) Envolver una lagartija y ponerla en un gorro (llevarlo puesto)/ (8) Café con limón/ (9) Aplicar un pañuelo mojado con alcohol.

6. Dolor de oído.

-Una gota de leche a cada oído/ (2) Morder un tapón de corcho/ (3) Cucurucho de periódico: meter la punta dentro y quemar desde arriba/ (4) Poner en un palillo con algodón aceite de oliva/ (5) Poner un poco de cebolla en el pabellón auricular/ (6) Aplicar una mezcla de aceite de oliva con orégano fresco, una vez calentado. Sólo unas gotas, cuando esté tibio.

7. Espina y motas en el ojo.

-Lavar el ojo con agua fresca/ (2) Aplicar agua con sal.

8. Infecciones oculares.

-Infusión de manzanilla natural (en frío)/ (2) Agua de jazmín.

9. Inflamación de los ojos.

-Manzanilla de monte (distintas formas de aplicación)/ (2) Aplicar infusión de rabo de gato.

10. Jaqueca.

-Mojarse los pies con agua caliente, 1 cucharada de mostaza y sal marina/ (2) Fregar las sienes con romero/ (3) Habitación oscura.

11. Orzuelo.

-Una llave con agujero (de armario grande y antiguo) pasado por el orzuelo tres veces seguidas por día (durante tres días)/ (2) Pasar una llave oxidada por el orzuelo, habiéndola frotado primeramente hasta conseguir que esté caliente. Aplicarla entonces sobre el ojo de modo que éste mire a través del asa/ (3) Orar con una llave.

12. Problemas oculares.

13. Sueño

-Poner debajo de la almohada un saquito de tela con: espliego, flor de lúpulo e hipérico/ (2) Infusión de melaza y lavanda (con o sin leche tibia)/ (3) Leche caliente con miel y una yema de huevo.

14. Tranquilizantes.

-Tila o manzanilla y valeriana natural, todo junto/ (2) Agua de azahar/ (3) Infusión de tila, melisa o pasiflora.

II. AFECCIONES DE LA BOCA.

1. Dolor de la salida de los primeros dientes.

-Morder una agalla de bacalao/ (2) Hielo/ (3) Pasar un algodón con 'anís del mono' por las encías/ (4) Bastón para morder/ (5) Colgar un lagarto del rabo/ (6) Infusión con hebras o estigmas de la flor del azafrán aplicadas sobre la zona afectada.

2. Flemón dentario.

-Enjuague con preparado a base de: 5 clavos, hebras de azafrán, agua y sal (en fresco)/ (2) Enjuague con infusión de tila, salvia y menta/ (3) Gárgaras con coñac o algodón con coñac aplicado sobre el lugar del dolor/ (4) Infusión de valeriana.

3. Prevención de la piorrea

-Enjuague con preparado a base de brezo y agua/ (2) 'Corregia'/ (3) Comer naranjas (abundantemente)/ (4) Enjuagues con agua oxigenada (unas gotas sobre un vaso con agua).

III. TRASTORNOS DEL METABOLISMO Y OTROS

1. Afecciones orgánicas en general.

-Infusión con hojas de laurel/ (2) Infusión de tomillo.

2. Recuperar el apetito.

-Caldo/ (2) Jalea real/ (3) Orejones cocidos con miel/ (4) Vino 'guinado'/ (5) Yema de huevo y vino blanco/ (6) Tomarse un vaso de agua con azúcar 3 veces cada cinco minutos

3. Colesterol.

-Tragar un ajo partido por la mitad por la mañana, en ayunas/ (2) Comer berenjena dos o tres veces a la semana/ (3) Comer alpiste de los pájaros cocido con una cebolla/ (4) Beber el caldo de una cebolla cocida/ (5) Lecitina de soja/ (6) Infusión de semilla de espliego.

4. Deshidratación.

-Agua con limón y azúcar.

5. Estimulante.

-Infusión de almíbar de romero, genciana y ron/ (2) Café/ (3) te/ (4) Chocolate.

IV. PIEL Y ORGANOS ANEJOS

1. Alergia

-Agua de carabaña y tres días de ayuno, vahos de eucaliptos.

2. Extracción de aguijones.

-Dar masajes con barro/ (2) Poner un pedazo de 'carne' de aloe vera y envolver la zona con una venda. Esperar ½ hora/ (3) Pegar un esparadrapo (con la cola) sobre el aguijón/ (4) Mezcla de lejía y barro.

3. Ahuyentar a los mosquitos

-Loción de eucalipto, laurel y alcohol de 96º/ (2) Limón o alfábega/ (3) Rociarse con vinagre/ (4) Albahaca/ (5) Lavanda.

4. Antiséptico.

-Alcohol/ (2) Aloe Vera/ (3) Orina y saliva/ (4) Infusión de rabo de gato, tomillo e hinojo.

5. Astillas clavadas profundamente.

-Con aceite dejar que se deslice la astilla y sacarla con unas pinzas/ (2) Meter del ‘dedo’ en un huevo, al cual se le hace un agujero/ (3) Aproximar la parte caliente de un mechero a la zona de la astilla/ (4) ‘Curatodo’/ (5) Pegar un esparadrapo (con la cola) sobre el agujón.

6. Caída del cabello.

-Con una masa de yogur, aceite, un poco de amoníaco y lavar con abundante agua/ (2) Algas, ½ litro de vino y miel (tomar a cucharadas/ (3) Toronjil, ortiga y vinagre de sidra (hacer melaza y untar con ella la cabeza).

7. Crecimiento del cabello.

-Crema natural hecha con aguacate y un poco de aceite de oliva. Aplicar con masaje/ (2) Cuando es luna llena cortar sólo las puntas/ (3) Agua de lluvia de mayo.

8. Dar brillo al cabello.

-Combinado de aceite de oliva o miel, junto con aloe vera y unas gotas de whisky/ (2) Restregar la yema de huevo sobre el pelo recién lavado y aclarado/ (3) Clara de huevo/ (4) Agua con vinagre

9. Fortalecer el cabello.

-Huevo batido/ (2) Infusión de hojas de col/ (3) Después del lavado, aplicar una mascarilla formada por: ½ vaso de leche, una yema de huevo, unas gotas de aceite de oliva.

10. Callos.

-Frotar con una cebolla partida/ (2) Frotar con un combinado de ajo y aceite de oliva/ (3) Untar con puerro y vinagre de vino/ (4) Mucha crema todas las noches con calcetines/ (5) Lijarlos con piedra pómez/ (6) Baños de manzanilla.

11. Cicatrización de las heridas

-‘Curatodo’/ (2) Aloe Vera/ (3) Pericot/ (4) Agua con tomillo/ (5) Aceite de rosa de mosquita/ (6) Aceite de hipérico con alcohol/ (7) Gasas con hojas de retama.

12. Cortes de piel.

-Echar la cera de una vela/ (2) Aplicar sobre la herida aceite de hipérico con alcohol repetidas veces.

13. ‘‘Culebrina’’

-Pintar por encima con tinta (de escribir).

14. ‘‘Culebrina interior’’. (espalda, hígado...).

16. Eczema.

-Agua de Catí (Población cercana a La Vall d'Uixó, en la comarca de Els Ports)/ (2) Hierba de San Roberto. Infusión hecha de sus hojas y tallo/ (3) Mezcla de azufre con aceite. Aplicar a la zona.

17. Empeine (infecciones por hongos).

18. Erisipela. *Algunos entrevistados la nombran “disípela”.*

-Lavar la cara con algodón/ (2) Aceite con miel.

19. Espinas.

-Agua con limón/ (2) Hacer una mascarilla con: yema de huevo, aceite y miel/ (3) Infusión de hojas de hamamelis.

20. Espolones

-Masaje/ (2) Plantillas de hojalata/ (2) Rompepiedras con masajes/ (3) Masaje en los pies con una mezcla de rabo de gato, tomillo, hinojo y sal.

21. Fístulas (Nos precisan si la fístula, el grano o la úlcera son feos jamás curarán)

-Arroz hervido aplicado con una gasa.

22. Granos (Para algunos entrevistados, “grano” engloba a fístulas, ganglios, absesos, tumores o úlceras en la piel. Si presentan “boca”, se las llama “avieso”, también forúnculo si el grano es feo).

-Verter yogur sobre el grano/ (2) Leche de pepino/ (3) Aplicar en la zona afectada un trozo de pan bañado en agua caliente y bien escurrido/ (4) Aplicar combinado de aceite, azúcar y limón.

23. Granos en la cabeza.

-Aloe vera/ (2) Leche de pepino.

24. “Golondrino” (forúnculo)

-Poner malvas picadas con aceite/ (2) Verter yogur sobre el grano/ (3) Leche de pepino/ (4) Aplicar en la zona afectada un trozo de pan bañado en agua caliente y bien escurrido.

25. Hematomas

-Aloe Vera/ (2) Pericot/ (3) Retama machacada

26. Heridas

-Curatodo/ (2) Aplicar sobre la herida aceite de hipérico con alcohol repetidas veces/ (3) Retama machacada.

27. Desinfección de heridas

-Agua y jabón/ (2) Alcohol.

28. Infecciones en la piel.

29. Parásitos externos o gusanos de animales domésticos o en granja.

-Echar vinagre

30. *Pecas del cutis*

-Zumo de limón con aceite de oliva (empapar algodón y frotar con suavidad)

31. *Picaduras*

-Aloe Vera/ (2) Amoniaco/ (3) Poner vinagre

32. *Picadura de abeja*

-Amoniaco/ (2) Masajes con barro/ (3) Poner barro en la picadura

33. *Picadura de alacrán o escorpión*

-Chafar el alacrán y ponerlo en un trapo: dejarlo encima del picotazo/ (2) Cortar la herida y chupar/ (3) Freír un alacrán y aplicar el aceite sobre la picadura.

34. *Cicatrización de las picaduras de mosquito*

-Alcohol/ (2) Fregar la zona afectada con perejil fresco/ (3) Aceite de geranio

35. *Picores*

-Ponerse hielo (no rascarse)/ (2) Alcohol de pino

36. *Quemaduras*

-Tapar la zona afectada con yogur natural/ (2) Aceite/ (3) Poner patata rallada/ (3) Aloe Vera/ (4) Zumo de tomate sobre la zona afectada/ (5) Pasta de dientes/ (5) Pericot.

37. *Sabañones*

-Pasar de agua fría a agua caliente/ (2) Humedecer las manos con infusión de ortiga o bien de orina/ (3) Alcohol de romero.

38. *Sarna*

39. *Sarpullidos*

40. *Tiña*

-Aplicar jugo o zumo de hierbabuena sobre la zona infectada.

41. *Tumores*

42. *Úlceras*

43. *Verrugas*

-Tirar garbanzos ‘a la bassa de l’Assumpció’ (fuente de la plaza de la Asunción, muy conocida en nuestra población)/ (2) Poner caracol chafado/ (3) Contarlas todas/ (4) Untar con sangre de toro/ (5) Hacer un nudo en un cordel por cada verruga y dejarlo a la luz de la luna/ (6) Hacer un dibujo de la mano indicando el lugar de las verrugas con una X y echarlo a la basura/ (7) Piña o bien su corteza aplicada sobre las verrugas/ (8) Novenas de algunas personas con ‘gracia’/ (9) Llevar en el bolsillo del fruto del ciprés/ (10) Orina propia.

V. ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES Y DE LA SANGRE

1. Anemias

-Tomar mantequilla de aguacate y mermelada de calabaza (alternar)/ (2) Comer con regularidad: lentejas, espinacas, carne de caballo, hígado... / (3) Añadir perejil a las comidas/ (4) Beber la sangre del hígado del caballo/ (5) Infusión de ortiga, enebro y perejil.

2. Angina de pecho

-Tomar un jarabe de ajo: se mezclan trocitos de ajo con miel de romero y luego se cuele.

3. Circulación

-Romper de olas de mar en las piernas/ (2) Darse un baño de agua muy fría/ (3) Tomar licor de castaña.

4. Hemorragia externa. Aplicada externamente.

-Sal.

5. Hemorragia interna.

6. Infecciones de la sangre

-Infusión de manzanilla con hojas de menta.

7. Problemas cardiacos

8. Revitalizar la sangre

-Tomar: pan, azúcar y vino.

9. Tensión arterial alta

-Infusión de hojas de olivera/ (2) Infusión de rabo de gato (planta abundante en los montes de la población)/ (3) Timón.

VI. INFECCIONES

1. Bajar la fiebre

-Comprensa con agua y vinagre tanto en la cabeza como en las axilas y las piernas/ (2) Baño con agua tibia/ (3) Paño húmedo en la frente y en las axilas/ (4) Beber zumo de tomate mezclado con zumo de sandía.

2. Fiebre del paludismo

VII. ALTERACIONES DIGESTIVAS

1. Acidez de estómago

-Infusión de: 1 apio, 2 zanahorias, 2 hojas de col, arcilla blanca/ (2) Manzanilla/ (3) comer piña y caqui/ (4) Bicarbonato/ (5) Leche/ (6) Masticar avellanas.

2. Diarreas

-Agua de arroz/ (2) Horchata/ (3) Tomar manzana rallada/ (4) Zumo de zanahoria/ (5) Membrillo.

3. Diarreas crónicas (colitis ulcerosa)

-Sémola de arroz/ (2) Agua de arroz.

4. Dolor de barriga

-Manzanilla/ (2) Tomar manzanilla con anís/ (3) Aplicar manteca de cerdo sobre la barriga.

5. Dolor de estómago

-Poleo natural/ (2) Tomar manzanilla con anís.

6. Dolor de vientre

-Tomar manzanilla con anís.

7. Estreñimiento

-Comer calabacín hervido rápidamente (durante menos de cinco minutos)/ (2) Comer verdura cruda/ (3) Hacer una lavativa con agua/ (4) Tomar zumo de carlota y nabo/ (5) Raíz de chicoria.

8. Empachos

-Pasar la cinta (remedio religioso)/ (2) Tomar infusión a base de zumo de pomelo con 2-3 cucharadas de 'genecia' y canela/ (3) Infusión de María Luisa.

9. Fatigas

-Zumo de pomelo con jalea real

10. Gases

-Comer infusión de camomila, regaliz y anís con un poco de miel/ (2) Ir a gatas/ (3) Infusión de hinojo, comino, mejorana y anís verde.

11. Hemorroides

-Untar con aloe vera con queso fresco (o bien un trozo de patata)/ (2) Lavar con agua muy fría o cubitos

12. Hernias en el niño

13. Hernias del recién nacido

14. Limpieza de estómago

-Aceite de ricino

15. Expulsión de lombrices internas

-Beber vinagre (y no tomar pan)/ (2) Tomar aceite de oliva (crudo) con agua caliente.

16. Parásitos intestinales

-Tomar aceite de oliva (crudo) con agua caliente/ (2) Poner malvas picadas con aceite.

17. Purgante

-Telayo/ (2) Aceite de ricino.

18. Problemas de digestión

-Tomar medio vaso de agua acompañado de ‘gaseosa de papelillo’/ (2) Manzanilla o poleo.

19. Problemas digestivos.

-Regaliz de bastón.

20. Tenias.

-Pasar unos días sin comer y luego hacer gárgaras con leche caliente para que salga a la boca y poder sacarlo.

21. Úlcera de estomago.

22. Vómitos.

VIII. TRASTORNOS GENITOURINARIOS.

1. Cálculos o piedras de riñón

-Caldo de cebolla hervida/ (2) Infusiones de cola de caballo o rompepideras/ (3) Rabos de cereza/ (4) Comer judías blancas con frecuencia/ (5) Tomar leche de avellana/ (6) Infusiones de herbensurina.

2. Expulsión de cálculo o piedra.

-Infusiones de herbensurina.

3. Dolores de ‘‘entuerto’’. Son posteriores al parto del 2º o 3º hijo, al contraerse el útero.

4. Dolor de parto.

5. Dolor de regla.

-Infusión de salvia/ (2) Ponerse braguitas apretadas/ (3) Tomar manzanilla con vinagre

6. Dolor de riñón.

-Faja para darle calor/ (2) Poner salvado tostado en una bolsa y ponerlo encima del riñón/ (3) Ingerir en ayunas zumo de calabacín licuado.

7. Menstruación.

-Tomar manzanilla con vinagre (2) Masaje con aceite de aceite de melisa, salvia, ortiga y malva.

8. Menstruación dolorosa.

-Tomar manzanilla con vinagre/ (2) Ponerse braguitas apretadas/ (3) Infusiones de salvia.

9. Facilitar la menstruación.

-Tomar alimentos ricos en hierro

10. Expulsión de la placenta de los animales.

11. Problemas de albúmina

12. Retención urinaria

-Comer mucha cebolla/ (2) Comer mucho calabacín/ (3) Beber los pelos de las panochas hervidos.

13. Infecciones de vagina

-Agua caliente con bicarbonato/ (2) Poner una manzanilla.

IX. TRANSTORNOS DEL APARATO LOCOMOTOR

1. Artrosis

-Tomarse un licuado de papas en ayunas/ (2) Comer calabaza/ (3) Bebe caldo de judía/ (4) Ungüento de piel de aloe vera y miel/ (5) Infusión de romero y arcilla verde/ (6) Infusión de harpagofito.

2. Ciática

3. Contusiones

-Hielo/ (2) Pericot/ (3) Tomillo, romero e hinojo, dejándolo un día con aceite. Aplicar el aceite.

4. Dolores

-Pericot

5. Dolores de artrosis

-Pericot/ (2) Tomarse un licuado de papas en ayunas.

6. Dolores ‘asiáticos’

7. Dolores de gota

-Crema a base de raíces de ortiga/ (2) Batido de fresa con zumo de granada (se puede añadir apio y manzana)

8. Dolores de huesos y articulaciones

-Arcilla verde, guindilla y romero (se cuece y cuando se endurece se pone donde hay dolor)/ (2) Se ‘escaldan’ algunas hojas de lechuga y se aplican en la zona afectada.

9. Dolores musculares

-Pericot/ (2) Bálsamo tibetano/ (3) Agua con bicarbonato/ (3) Tomar agua con azúcar/ (4) Friega con aceite.

10. Dolores de reuma

11. Esguince

-Empastres de caracoles/ (2) Aplicar sobre él agua de la ebullición de cebolla (con un paño)/ (3) Untarse con aceite de tomillo/ (4) Machacar hojas de retama y aplicarlas sobre el esguince.

13. Inflammaciones

-Tomar tomillo cocido/ (2) Aplicar con un paño la infusión a base de: tomillo, romero, rabo de gato e hinojo.

14. Ligamentos

-Aplicar con un paño la infusión a base de: tomillo, romero, rabo de gato e hinojo.

15. Luxaciones

-Aplicar con un paño la infusión a base de: tomillo, romero, rabo de gato e hinojo.

16. Reuma

-Ungüento de raíz de ortiga con cola de caballo/ (2) Comer ajo crudo.

17. Roturas

-Clara de huevo con una venda en la zona afectada

18. Tendones inflamados y tirón muscular

-Bálsamo tibetano/ (2) Pericot/ (3) Hielo

19. Torceduras

-Aplicar con un paño la infusión a base de: tomillo, romero, rabo de gato e hinojo.

X. ENFERMEDADES DEL APARATO RESPIRATORIO

1. Amigdalitis

-Hacer gárgaras de limón/ (2) Agua, miel y limón/ (3) Propolio.

2. Asma

-Mojar las manos en una infusión de eucalipto, malva y romero/ (2) Inhalar eucalipto/
(3) Comer mucho rábano.

3. Catarros

-Vahos de eucaliptos/ (2) Tomar azúcar tostado con miel y limón/ (3) Tomar varias tazas de te al día/ (4) Leche hervida con canela, castañas, una cucharada de miel y una más pequeña de aceite de oliva/ (5) Hacer un collar con trozos de limones, colgarlos al cuello y dejarlos un rato.

4. Catarros bronquiales

-Hacer vahos de agua con limón

5. Hipo

-Tomar una cucharada de azúcar, estirar la lengua hacia fuera/ (2) Beber nueve veces seguidas a pequeños tragos/ (3) Beber cinco tragos de agua y dejar de respirar todo lo posible/ (4) Beber con el vaso al revés/ (5) Dar un susto al afectado/ (6) Tomar hielo picado o bien poner cubito en el cuello (junto a la nuez)/ (7) Respirar dentro de una bolsa de plástico.

6. Hipo en recién nacido

Zumo de nabo/ (2) Hacer una pelusa (con la pelusa de una manta) y dejar en la frente del bebé/ (3) Hacer una bola con el hilo del jersey.

7. Infecciones de garganta

-Agua con limón (gárgaras) y con un pañuelo rodeando el cuello lleno de jugo limón y de limón rallado/ (2) Hacer gárgaras con limón/ (3) Infusión de salvia.

8. Problemas de alergia

9. Problemas de bronquios

-Vahos de eucaliptos/ (2) Infusión de llantén mayor.

10. Problemas pulmonares

11. Problemas respiratorios

-Vahos de eucaliptos

12. Resfriados

-Vahos de eucaliptos/ (2) Comer kiwi/ (3) Tomar azúcar tostado con miel y limón.

13. Ronquera

-Una cucharada al día de la siguiente mezcla: miel de romero, cebolla, agua (todo cocido)/ (2) Tomar ½ vaso de zumo de limón con una buena cucharada de miel más un poco de licor, bien caliente (por la noche antes de acostarse).

14. Tos

-Beber un vaso de agua caliente con zumo de limón y una cucharada de miel/ (2)
Cebolla partida encima de la mesita de noche.

15. Tos difícil

-Cocer lechuga y añadir trocitos de raíz de regaliz. Se filtra la infusión y se bebe durante todo el día.

16. Tos con inflamación de garganta

17. Tos ferina

XI. MAL DE OJO

1. Para adultos

-Coger sal en la mano derecha y con ella hacer un círculo despacio en la dirección de las agujas del reloj y decir muchas veces: “todo el mal que tenga dentro que salga del círculo de sal”/ (2) Ponerse una cruz de Caravaca.

2. Para niños

-Untarse el dedo con aceite de oliva y hacer un círculo en la dirección de las agujas del reloj en la barriga, frente y pulmones y decir: “te sano de dentro hacia fuera”/ (2)
Colgarse del cuello una Cruz de Caravaca.