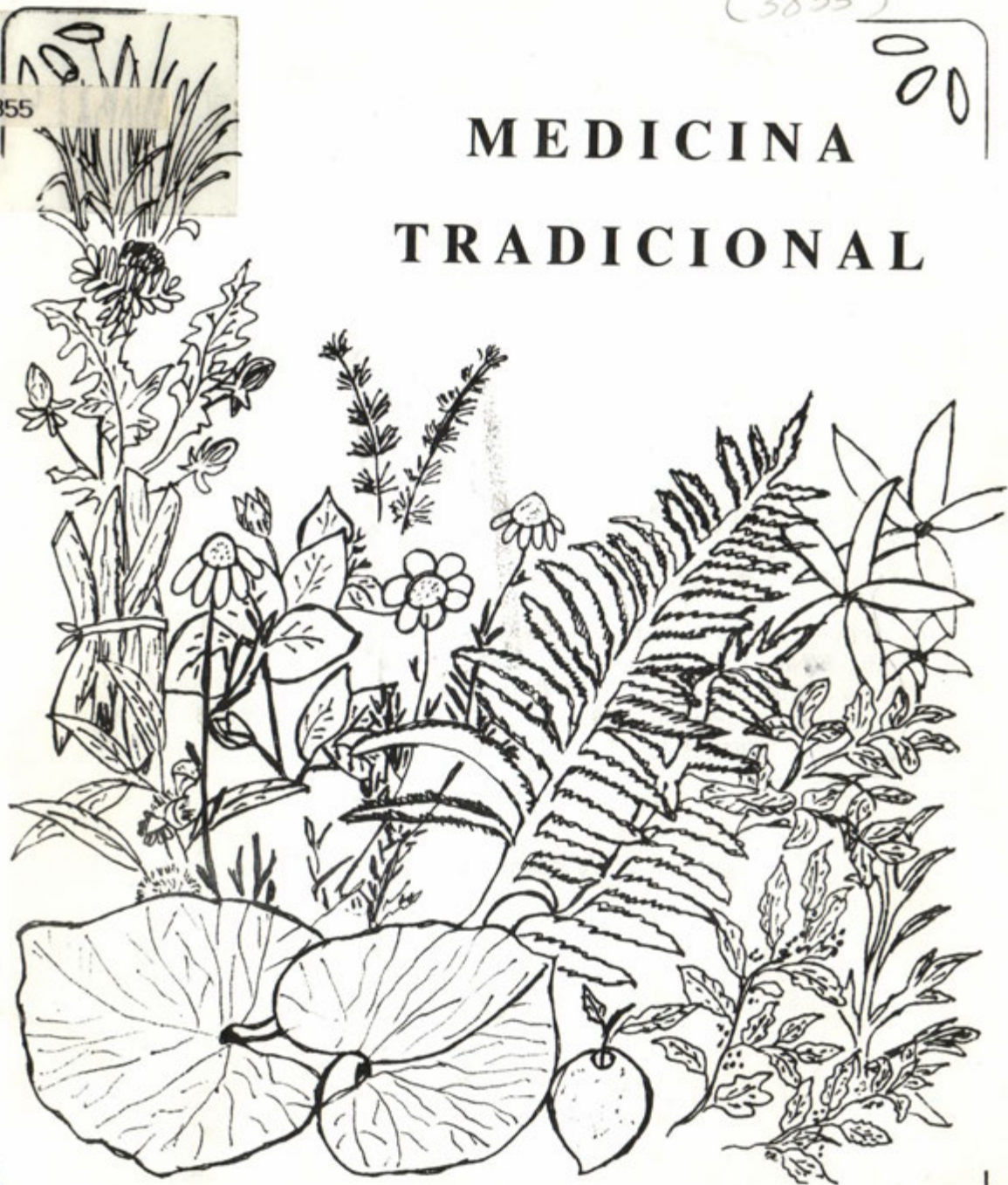


(3855)

3855

MEDICINA TRADICIONAL



USOS DE HIERBAS MEDICINALES EN
LA ZONA SUR DE XALAPA, VER.

En estos cuatro municipios se ha podido comprobar que la MEDICINA TRADICIONAL es integral, ya que, a las propiedades curativas de las PLANTAS MEDICINALES, van asociadas otras sustancias: alcohol, la miel, agua, aceites, nijayote, resinas, grasas, etc. Además de los remedios preparados a base de: Caldeaduras, sobadas (tallar), purgas, lavados, dietas especiales; el rehabilitar físicamente: Huesos, tendones y músculos; así como el uso de oraciones antes y durante las curaciones.

Vemos que falta mucho por rescatar y difundir en cuanto a la MEDICINA TRADICIONAL, con el fin de seguir contribuyendo en la solución de algunos problemas de salud, ya que corresponde a los médicos, químicos, biólogos, etc., el profundizar en el estudio de las PLANTAS MEDICINALES; así como en el contenido de algunas sustancias.

XEYT - AVERCOP, A. C.

TEOCELO, VER., DIC. 30/94.

Clasif. _____

Adq. _____

Fecha _____

Proced. _____



TZAPOTLATENAN
DIOSA DE LA MEDICINA GENERAL

ÍNDICE



BIBLIOTECA
CENTRO DE INFORMACION
Y DOCUMENTACION . . . 7

Dirección General de Culturas Populares

INTRODUCCIÓN	7
ENFERMEDADES DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS	9
ENFERMEDADES DEL APARATO DIGESTIVO	17
ENFERMEDADES PROPIAS DE LA MUJER	31
OTRAS ENFERMEDADES INTERNAS	42
PASMOS, DESCOMPOSTURAS Y POSTEMAS	49
ENFERMEDADES DE LA PIEL Y OJOS	55
ENFERMEDADES ESPECÍFICAS DE CREENCIAS	59
ANIMALES VENENOSOS	62

INTRODUCCIÓN

La medicina tradicional es una forma de curar los padecimientos y enfermedades reconocidas dentro de las costumbres, creencias y entorno natural, según la concepción de cada cultura.

Así, municipios de la Zona Sur de Xalapa, Ver., como son: Cosautlán, Ixhuacán, Teocelo y Xico; tienen su medicina propia, como parte de una herencia, ya que se ha venido transmitiendo de generación en generación, conocimientos de diferentes especialidades médicas, como son: curanderos, hierberos, parteras y hueseros; por mencionar algunas.

Entre las numerosas enfermedades que tratan los médicos tradicionales, están: La bilis, estiradura, retortijones, resfrío (del cuerpo y estómago), recaídas, diarrea, venteadas, estérico, postemas, la paletilla, control presión arterial, parásitos, asma, tos, bronquios, tlajacabis, piquete de animales venenosos, espanto, aljorra, coyolillo, enlechado (bebés), alferecía, cuajo, conjuntivitis, flujo y hemorragia vaginal, y el tratamiento que las parteras proporcionan a las mujeres recién aliviadas (después del parto). tratamientos impregnados de una sencillez, misticismo y humanismo en la relación médico-paciente.

Este trabajo es una síntesis de lo que ha sido el rescate, valoración y difusión de los usos y costumbres de la medicina tradicional, a través del programa radiofónico "Tzapotlatenan", transmitido en la XEYT, Radio Cultural Campesina, que transmite en el 14:90 del cuadrante con 1000 Watts de potencia, en Teocelo, Ver. en el transcurso de 1994.

Nuestro deseo es que esta síntesis vuelva al lugar de origen y se siga desarrollando, todo para beneficio de un pueblo cada vez más carente de servicios médicos.



¡SALUD!



XEYT-AVERCOP/DIC./94.

ALGUNAS SUGERENCIAS

Para la preparación de té o infusiones, cocimientos, jarabes, tinturas y otros; hay algo muy importante que debemos considerar, y es el uso de los TRASTES.



Para la preparación de estos medicamentos, los trastes deben estar limpios y que sean exclusivamente para este fin (no usarlo para cocinar).

Que sean de preferencia de barro, y para mover, use palitas y cucharas de madera.

En caso de que use algún traste de peltre, cuide que no esté despostillado, porque a veces despiden sustancias tóxicas, y con el calor, pueden alterar los componentes.



Cuando prepare un té o infusión u otro cocimiento, procure mantener tapado el recipiente, para que no se volaticen, junto con el vapor, las sustancias curativas de las plantas, mientras está en reposo.

ENFERMEDADES DE LAS VIAS RESPIRATORIAS

PARA LA GRIPE

En comunidades y pueblos existen algunas personas que cuando ven a sus niños con síntomas de gripe; también adultos que les dura varios días los síntomas gripales, inmediatamente tratan de curarse. Y para esto, necesitan:

- 1/4 de aguardiente.
- 1 rama de espinocilla.
- 1 rama de hierba del ángel.

FORMA DE CURARSE:

- En un traste limpio se pone a hervir 1/4 de litro de agua dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que haya hervido le agregamos las ramitas ya mencionadas, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Por otro lado, en una cazuelita limpia u otro traste, echamos el aguardiente, y lo ponemos a fuego manso a que se caliente.
- Ya que está calientito el aguardiente, lo retiramos del fuego y lo llevamos hacia la recámara donde está el niño enfermo; ahí se le frota todo su cuerpecito con el aguardiente caliente: la nuca, la frente, las axilas, el pecho, las ingles; se arropa muy bien.
- Ya que le frotaron todo el cuerpo, se le da a tomar el té (de espinocilla y hierba del ángel), calientito. Y se acuesta. El té le va a servir para que no le repita la gripe.

Cuidar mucho que al otro día no se moje.

Dar 1 curada diaria durante 2 ó 3 días consecutivos.

Receta proporcionada por la Señora:
Fabiola Tepetla Pérez, ama de casa
de Xico, Ver.

PARA EL RESFRIADO

Padecimiento común en las comunidades rurales.

SÍNTOMAS: dolor de cabeza y cuerpo, tos y catarro.

PARA CURAR ESTE RESFRÍO ES NECESARIO LO SIGUIENTE:

1/2 litro de aguardiente.

2 limones.

FORMA DE CURAR:

- Cuando una persona presenta estos síntomas, ya que se va a acostar (por la noche), es un traste, con mucho cuidado, ponen a calentar el aguardiente.
- Ya recostado en la cama, le frotan todo el cuerpo con el aguardiente caliente; le aprietan el cuerpo para que le truene los huesos.
- Una vez que le frotaron y apretaron el cuerpo, lo arropan muy bien y le dan a tomar "aguita hervida", preparada de la manera siguiente:
 - En un traste limpio ponen a hervir 1/4 de litro de agua, dejándolo hervir por 10 minutos.
 - Una vez que hirvió se tapa y se retira del fuego.
 - Calientita, la sirven en una taza, la endulzan y le agregan el jugo de los 2 limones. Y así calientita, se la dan a tomar al paciente cuando lo terminan de curar.
- Dar 1 curada por la noche durante 2 ó 3 días. Y una vez que se le quite el resfriado, darle un baño con hierbas de cocimiento, por lo que se necesita:
 - Unas ramas de Gordolobo.
 - Unas ramas de Hierva del Angel.
 - Unas ramas de Espinocilla.
 - Unas ramas de Cuaxaxaca.

FORMA DE PREPARARLO:

- En una lata grande, se echa agua, la suficiente para un baño, y se pone al fuego dejándola hervir por un espacio de 5 minutos.

- Una vez que ya hirvió, se le agregan las ramas de las hierbas antes mencionadas y se deja que siga hirviendo otros 5 minutos más. Después se retira del fuego y se deja entibiar.
- Ya que está tibia se lleva al baño y ahí, con este conocimiento, se **baña** el convaleciente.
- Después del baño debe cuidar que no le dé el aire frío, por haber usado hierbas calientes.
- Este **baño** es para que no le repita el resfrío.

Receta proporcionada por Doña:
Sofía Ponce, madre de familia,
Xico, Ver.

PARA LOS BRONQUIOS

Cuando el niño tiene "hoguío", "les ronca el pecho, mucha tos con flema".

PARA ESTO NECESITA:

5 flores de manzanilla.
Enjundia (grasa) de gallina derretida.

FORMA DE PREPARACIÓN:

- Se pone a hervir el agua en un traste limpio, una vez que ya haya hervido muy bien el agua, se le agregan las flores de manzanilla. Tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Se sirve una taza (calientito), se endulza y se le agregan 3 gotitas de enjundia.
- Se toma 3 veces al día hasta que desaparezca estos síntomas.



Receta proporcionada por Doña:
Juanita Anteo, curandera de
Xico, Ver.

PARA LA TOS

PARA HACER ESTE JARABE SE NECESITA:

- 25 gramos de eucalipto.
- 25 gramos de malva.
- 25 gramos de závila.
- 25 gramos de gordolobo o panalitos.
- 1 kilo de azúcar.
- 1 litro de agua.
- 1/4 alcohol de 96 grados.



FORMA DE PREPARARSE:

- En una traste limpio, poner 1 litro de agua y lo mezcla muy bien con el kilo de azúcar; y lo pone al fuego a que hierva y se convierta en miel.
- Por otro lado, en otro traste limpio se pone a hervir 1/2 litro de agua. Ya que esté hirviendo, le agregamos: el eucalipto, la malva, la závila y el gordolobo o panalitos, lo que tenga a la mano. Tapamos el traste y lo dejamos hervir por lo menos otros 10 ó 15 minutos.
- Ya que hirvió este tiempo necesario, vaciamos este cocimiento en el traste donde se está hirviendo la miel de azúcar. Revoliéndolo muy bien hasta que quede bien mezclado.
- Una vez que hizo la mezcla, mantener el recipiente en el fuego hasta que se consuma la mitad. Moviéndolo constantemente para que no se pegue en el fondo del traste o se desparrame.
- Ya que esté en su punto, se retira del fuego y se deja enfriar.
- Una vez que está frío, agréguele el alcohol según su gusto, este le va a servir para que dure más tiempo sin descomponerse.
- En caso de que no tenga el alcohol de 96 grados, este jarabe le puede dura hasta 1 mes, cuidando de no cucharearlo mucho.
- Este jarabe es recomendable solo cuando da gripe y empieza la tos leve. Sirve para expulsar las flemas por lo que al principio provoca mas tos.
- Tomas 3 cucharadas diarias: por la mañana, a medio día y por la noche antes de acostarse. Durante 6 días.

Receta proporcionada por:
Gloria Casas Ortiz, Promotora de Salud
Popular, Ixhuacán, Ver.

JARABE PARA LA TOS

Para una tos seca, que no se pueden expulsar las flemas.

PARA ESTO NECESITAMOS:

- 25 gramos de ocote (del carnudo).
- 25 gramos de eucalipto.
- 25 gramos de malva.
- 25 gramos de závila.
- 1 litro de agua.
- 1 kilo de azúcar.
- 1/4 de alcohol de 96 grados.



FORMA DE PREPARARLO:

- Se pone en un traste limpio, el litro de agua y el kilo de azúcar, se revuelve muy bien y se pone al fuego a que hierva y se convierte en miel.
- Por otro lado, en otro traste limpio, ponemos a hervir 1/2 litro de agua, dejándola hervir por 5 minutos. Una vez que ya está hirviendo se agrega el eucalipto, la malva y la závila, previamente lavadas y picadas. Tapamos el traste y lo dejamos hervir otros 10 minutos.
- En otro traste limpio ponemos a hervir 1/2 litro de agua, por espacio de 10 minutos. Lavamos el ocoto, lo picamos en pedacitos pequeños y una vez que haya hervido el agua, le agregamos el ocote, tapamos el traste y lo dejamos hervir durante 30 minutos para que le salga toda la brea.
- Ya que tengamos todo hervido con el tiempo necesario, vamos a colar el cocimiento y se lo agregamos al traste donde se está haciendo la miel de azúcar. Se revuelve muy bien hasta que quede perfectamente mezclado y se mantiene en el fuego hasta que se consuma la mitad, moviéndolo constantemente para que no se pegue.
- Ya que está listo, se tapa, se retira del fuego y se deja enfriar. Y una vez frío, le agregamos 100 mililitros de alcohol de 96 grados.
- Tomas este jarabe 4 cucharadas diarias, durante 6 ó 7 días.
- Es recomendable para cuando se tiene esa tos seca que tose y tose, y no puede expulsar flemas.

Receta porporcionada por:
Gloria Casas Ortiz, Promotora de Salud
Popular, Ixhuacán, Ver.

PARA LA TOS

(SIMPLE Y CON FLEMA)

PARA ESTO, REQUERIMOS:

1/4 de leche.
3 dientes de ajo.

FORMA DE PREPARACIÓN:

- En un traste limpio ponemos a hervir el 1/4 de leche.
- Una vez que ya está hirviendo, se le agregan los 3 dientes de ajo. Tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Se toma calientito, antes de acostarse durante 3 noches consecutivas.

Receta proporcionada por Doña:
Juanita Anteo, curandera de Xico, Ver.



PARA EL ASMA

SÍNTOMAS: Tos, acompañada de falta de aire, aveces hay fiebre.

El asma puede aparecer por alergias: al polvo, a la humedad, a los gases, al humo, polen, o por algunos alimentos; debido a que los bronquios de estas personas son muy sensibles a estas sustancias extrañas. Ocurre en ciertas épocas del año, de acuerdo a la sustancia que la esté provocando.

PARA CURARLA SE NECESITA LO SIGUIENTE:

- Unas hojas de homequelite (del morado).
- 1 rama de romero.
- 1 raja de canela.
- 1 litro de nijayote.
- Aceite de romero.
- 1 pedazo de tela.



FORMA DE CURARSE:

- Se prepara un té de la siguiente forma:
En un traste limpio poner a hervir 1 litro de agua, dejándola al fuego por espacio de 10 minutos. Una vez que ya hirvió el agua el tiempo requerido, le agregamos: el hemequelite, el romero, la canela; tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Por otro lado, escurrimos el nixtamal, y en un traste limpio ponemos a calentar el nijayote. Ya que está caliente, lo lleva hacia la recámara donde se encuentra el paciente.
- Ya en la recámara, le descubre la espalda al paciente y moja el pedazo de tela en el nijayote y se la coloca lo más calientito que aguante, en cuanto se empiece a enfriar la tela, la vuelve a mojar. Repitiendo esto las veces que considere necesario. Haciendo lo mismo en el pecho.
- Una vez que ya quemó bien la espalda y el pecho con el nijayote, le unta en ambas partes aceite de romero dándole un leve masaje.
- En seguida lo cubre muy bien; sirve una taza de té, calientito, lo endulza con miel de abeja, se lo da a tomar y se arropa muy bien al paciente y se acuesta.
- Dar las curadas necesarias hasta que desaparezcan los síntomas. Y del té, tomar 1 taza 4 veces al día; hasta que se vaya recuperando.

Receta proporcionada por Doña:
Asunción Coavixi, Colorado, curandera,
Xico, Ver.

CONTRA LA RECÍADA

SÍNTOMAS: Cuando una persona se enferma de gripe, o le dio fiebre, o se alivia de familia (dar a luz), se tiene que cuidar, no hacer cosas pesadas, no mojarse. De lo contrario puede recaer.

PARA EVITAR ESTO, NECESIAMOS:

Una rama de hierba del ángel, puede ser la del monte o la que se tiene en casa.

COMO USARLA:

- En 1 litro de agua, ponemos a hervir la rama de hierba del ángel.
- Una vez que haya hervido muy bien, tapamos el traste donde hervimos el agua y lo retiramos del fuego.
- Una vez que haya enfriado un poco, apartamos una taza de este cocimiento, y con el resto, antes de acostarse, lavarse los pies, los brazos y la cara.
- Tomar la taza del cocimiento que apartó, endulzarlo de preferencia con miel y tomarlo calentito.
- Arroparse muy bien y acostarse.
- Darse un baño diario por 3 días consecutivos.
- Como precaución procure no lavarse las manos con agua fría, al otro día.



Receta proporcionada por:
Petra Pelayo Pale, campesina,
Col. J. Pablo II, Cosautlán, Ver.

ENFERMEDADES DEL APARATO DIGESTIVO

RETORCIJONES

Los Retorcijones (Retortijones) son los dolores breves y agudos en los intestinos aveces acompañados de diarrea.

PARA CURARLOS SE NECESITA:

1 Litro de agua.
1 Rama de Epazote Zorrillo.
Aguardiente.

MODO DE PREPARARSE:

- En un recipiente, poner a hervir 1 litro de agua, dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió lo suficiente, le agregamos la rama de Epazote Zorrillo, tapamos el recipiente, lo dejamos otros 3 minutos al fuego y luego lo retiramos.
- Se sirve una taza de este cocimiento, lo endulzamos y le agregamos un chorrito de aguardiente.
- Se toma calentito 3 veces al día, durante 4 días.



Receta proporcionada por:
Petra Pelayo Pale, campesina,
Col Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.

ESTÓMAGO RESFRIADO

SÍNTOMAS: Retorcijones, diarrea y dolor en el estómago sobre todo cuando comen cosas frías: mole, chilatole de elote, pollo.

NECESITAMOS:

3 ramas de estafiate.
10 gotas de aguardiente.
1 litro de agua.
azúcar al gusto.

FORMA DE PREPARARLO:

- Ponemos a hervir, en un recipiente limpio, 1 litro de agua, dejándola hervir por 10 minutos.
- Lavamos muy bien las ramas de estafiate y una vez que haya hervido muy bien el agua, le agregamos el estafiate, tapamos el recipiente, lo dejamos hervir otros 2 ó 3 minutos y lo retiramos del fuego.
- Lo servimos en una taza, lo endulzamos y le agregamos las 10 gotas de aguardiente.
- Se toma calentito antes de cada comida, durante 3 días.

Receta proporcionada por:
Petra Pelayo Pale, campesina,
Col. Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.

PARA LA DIARREA

SE NECESITA:

- 2 ramitas de hierba buena.
- 1 ramita de zarzamora.
- 1 ramito de trébol (del que nace en los potreros).

FORMA DE PREPARAR:

- Se pone a hervir 1/2 litro de agua dejándolo hervir por un espacio de 10 minutos.
- Se lavan muy bien las hierbas.
- Ya que haya hervido muy bien el agua, le agregamos las hierbas ya mencionadas, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Tomas 1/2 taza cada 2 horas, hasta que desaparezca el malestar.
- Este té se recomienda sólo para diarreas leves, cuando hace daño algún alimento, o por exceso de comida. Por lo que es necesario buscar la causa que está provocando la diarrea (aveces puede ser por parásitos o por alguna infección, por lo que se debe recurrir a otro tratamiento).



Receta proporcionada por:
Gloria Casas Ortiz, Promotora de
Salud Popular, Ixhuacán, Ver.

PARA LA INFLAMACION DEL ESTOMAGO

SINTOMAS: Dolor y ardor de estómago. Se sienten muy llenos por lo que no consienten los alimentos.

PARA ESTO NECESITAMOS:

1 litro de agua.
1 penca de závila (30-35 cm.)
azúcar al gusto.

COMO PREPARARLO:

- En un traste, ponemos a hervir el litro de agua, dejándolo por un espacio de 10 minutos.
- Tomamos la penca de závila, la lavamos muy bien, le cortamos la punta y un pedazo del tronco, quedando únicamente el centro.
- La pelamos, quitándole la cáscara y las espinas quedando únicamente el cristal de závila.
- Ya que haya hervido el agua lo suficiente, le agregamos el cristal de la závila, tapamos el recipiente, lo dejamos hervir otro ratito.
- Una vez que haya hervido, lo retiramos el fuego y servimos una taza, la endulzamos o si se prefiere se puede tomar sin azúcar.
- Tomar una taza antes de cada alimento, durante varios días hasta que desaparezca el malestar del estómago.

Receta proporcionada por: Petra Pelayo Pale, campesina, Col. Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.

CONTRA LAS LOMBRICES

SINTOMAS: El niño tiene duro el estómago y le duele, no le da hambre y está desgana-
do.

SE NECESITA:

1 mata de epazote (con todo y raíz).

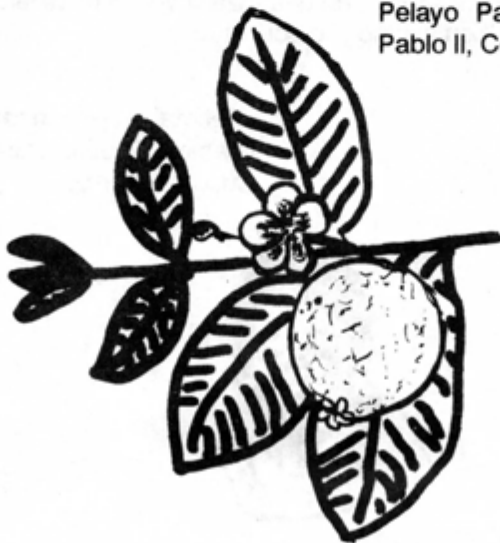
1 rama de (retoño) guayabo.

Azúcar al gusto.

PREPARACION:

- Poner a hervir 1 litro de agua en un traste limpio, dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Se lava muy bien la mata de epazote sobre todo la raíz, así como el guayabo.
- Ya que haya hervido el agua, se le agregan el epazote, el guayabo y el azúcar.
- Se mueve muy bien hasta que se mezcle muy bien y se deja hervir durante otros 5 minutos. Tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Tomar una taza de este cocimiento, en ayunas, durante 4 días consecutivos.

Receta proporcionada por Petra Pelayo Pale, campesina, Col. Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.



EL EMPACHO

Padecimiento que les da a los niños que comen mucho, o porque cenan y luego se van a acostar.

SINTOMAS: Náuseas, falta de apetito y eructan con un olor acedo.

PARA CURARLOS, NECESITAN:

1 ramita de manzanilla.

1/2 taza de agua de cal asentada.

FORMA DE CURARLOS:

- En un traste limpio se pone a hervir 1/4 de litro de agua, dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que esté hirviendo, le agregamos la ramita de manzanilla y el agua de cal asentada, tapamos el traste y lo dejamos hervir otros 3 minutos.
- Por otro lado, acuestan al niño bocabajo, le descubren la espalda, le dan un leve masaje con las manos, después, con puño cerrado, le dan unos golpecitos sobre la columna hasta la cintura; en seguida con los dedos (las yemas), le jalan la piel sobre la columna, hasta que les truene (a ésto le llaman "tronar el empacho"). Esto lo repiten 2 ó 3 veces hasta que ya no les truene.
- Una vez que le "tronaron el empacho", en una taza sirven el te calentito, lo endulzan y se lo dan a tomar. Arropan bien al niño y lo acuestan.

Receta proporcionada por la señora Fabiola Tepetla Pérez, ama de casa, Xico, Veracruz.



EL EMPACHO

SINTOMAS: Falta de apetito, náuseas y erupción con un olor acedo.

PARA CURARLOS, NECESITAN:

- 1 rama de manzanilla.
- 1 rama de coscotomate.
- unos granitos de arroz.
- unos granitos de frijol cocido.
- 1 pedacito de tortilla.
- 1 pedacito de pan de sal.

FORMA DE CURARLOS:

Antes que nada, preparan el té:

- En un traste limpio ponen a hervir 1/4 de litro de agua, dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que está hirviendo el agua, se le agrega la manzanilla y el coscotomate, tapan el traste y dejan que siga hirviendo.
- En seguida tomar, los granitos de arroz, el frijo, la tortilla y el pan; los ponemos en una cazuela o comal y los ponemos al fuego hasta que se quemem.
- Una vez quemados, se muelen muy bien hasta hacelo polvo; a este polvo, le agregamos un poquito de té ya preparado y se mezcla muy bien hasta que se forme una bolita.
- Ya que está hecha la bolita, la echamos al rescoldo (al centro de las brasas hechas por el fuego), ahí la dejamos hasta que se ponga de color rojo.
- Una vez que está roja roja la bolita, la sacamos e inmediatamente la echamos al traste donde tenemos el té. Volvemos tapar el traste.
- Por otro lado, se acuesta al paciente, le descubren la espalda y le "truenan el empacho".
- Por último le dan a tomar el té y se acuesta.

Receta proporcionada por Doña Sofía
Ponce Flores, madre de familia, Xico,
Ver.

PARA EL ENLECHADO

El enlechado es un padecimiento que es común en las comunidades indígenas y campesinas. Y se debe, sobre todo cuando se le da la bebida caliente y el bebé está recién nacido, por lo que no tiene aún, el jugo gástrico como un niño normal que ya puede digerir una alimentación completa. Apenas se está desarrollando.

Muchas veces la madre, si le da biberón, no tiene cuidado de darle la bebida tibia, a la temperatura del cuerpo maternal, sino que se la pasa de calor. Y otras veces es cuando la madre, va al río, va al campo por leña, etc., regresa a casa: acalorada, sudada; el niño llora, tiene hambre, la mamá lo toma en brazos y así le da el pecho, entonces le pasa todo el calor, porque su leche está caliente y el niño absorbe el calor.

SINTOMAS: Al niño, se le corta la leche en el estomaguito, se le vuelven unas cuajadas que vuelve, vomita o evacúa como cortado, verdoso y con mal olor. Toda leche que se le dé, la vuelve cortada. Y si no lo curan pueden darle cólicos y traer otras consecuencias.

PARA CUARLO NECESITAMOS:

- 1 cucharada de aceite rosado o de comer.
- 1 pizca de carbonato.
- 1 ramita de Hierbabuena.
- 1 ramita de Hinojo.
- 1 ramita de Hierba Mora.
- 1 tomatito de cáscara.



FORMA DE PREPARARLO:

- En un trapito limpio colocamos las ramitas de las plantas arriba mencionadas, así como el tomatito de cáscara, de tal manera que lo podemos exprimir, previamente lavados.
- En una cuchara ponemos el aceite y la colocamos de forma que ahí escurra el jugito de las plantas que exprimamos.
- Ya que tenemos todo en la cuchara, lo mezclamos muy bien y se lo damos a tomar al niño.

Receta proporcionada por doña
Antonia Ramírez, Col. El Haya, Xico,
Ver., es partera.

PARA NIÑOS ENLECHADOS

SINTOMAS: Cuando el bebé vomita la leche cortada y con un olor desagradable.

Se recomienda la siguiente receta para cuando es provocada por el calor de la madre.

PARA ESTO NECESITA:

1 cascarón de huevo limpio y fresco.

1 ramita de Hieba Buena.

Leche materna.

FORMA DE PREPARARLO:

- Tomamos la mitad del cascarón del huevo, procurando que esté lo más fresco posible.
- Una vez que ya tenemos listo el cascarón, la mamá del bebé enfermo, se exprime el pecho procurando que su leche caiga en el cascarón hasta que esté semilleno.
- Colocamos el cascarón a fuego manso y dejamos que así hierva la leche.
- Ya que está hirviendo la leche, le agregamos la ramita de Hieba Buena, la dejamos hervir otro ratito y la retiramos del fuego.
- Ya tibiecita le damos una cucharadita al niño, hasta que se componga.
- Se recomienda tener mucho cuidado de que no se tire la leche en la lumbre porque se le puede ir la leche a la mamá y es muy difícil que le vuelva.

Receta proporcionada por doña
Basilia Vargas, partera, Col. Los
Cedros, Teocelo, Ver.



**BIBLIOTECA
CENTRO DE INFORMACION
Y DOCUMENTACION**

Dirección General de Culturas Populares

PARA NIÑOS ENLECHADOS

SINTOMAS: Cuando los bebés vuelven la leche espesa y cortada.

Cuando es provocada por haber tomado leche caliente en biberón. Para curarlo, necesita:

1 ramita de Manzanilla.
aceite de Almendras.
1/4 de agua.

FORMA DE PREPARACION:

- En un traste limpio ponemos a hervir el agua, dejándolo hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que está hirviendo le agregamos la Manzanilla, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Calientito, lo echamos en una taza y le agregamos 1/2 cucharada de aceite, lo revolvemos muy bien hasta que quede bien mezclado.
- Con una cucharita se le da a tomar al niño, 1 vez al día, durante varios días consecutivos, hasta que desaparezca el problema.

Receta proporcionada por Doña
Basilía Vargas, partera, Col. Los
Cedros, Teocelo, Ver.

PARA NIÑOS ENLECHADOS

PARA CUALQUIER TIPO DE ENLECHADO.

PARA ESTO NECESITAMOS:

- 1 ramita de Oregano.
- 1 ramita de Hierba Buena.

FORMA DE PREPARAR:

- En un traste limpio ponemos a hervir 1/4 de litro de agua dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que haya hervido lo suficiente, le agregamos las ramitas de Hierba Buena y Orégano, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Ya tibiecito, lo echamos en una taza y con una cucharita se lo damos a tomar al niño, 3 veces al día, durante varios días consecutivos hasta que desaparezcan los malestares.

Receta proporcionada por Doña
Basilía Vargas, partera, Col. Los
Cedros, Teocelo, Ver.

PARA EL CUAJO

Padecimiento que da a niños pequeños y en rara ocasión a personas ya grandes.

SINTOMAS: Vómitos, diarrea y cuando ya está muy avanzado les sube la temperatura provocando infección.

FORMA DE CURARLOS:

Se busca dónde tiene el mal (en el estomaguito, debajo de la costillita, o el empeine. Ahí se les talla; en caso de que ya tengan temperatura alta, les ponen plantillas de papel con manteca para que se les regule. Y por último se les da un té, para el cual se requiere:

- 1 rama de Manzanilla.
- 1 rama de Cedrón.
- 2 hojitas de Olivo.

FORMA DE PREPARARLO:

- En un traste limpio ponemos a hervir 1/4 de litro de agua dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que haya hervido, le agregamos las hierbas arriba mencionadas, se tapa el traste y se retira del fuego.
- Calientito se sirve en una taza, si se quiere se puede endulzar, y se le da a tomar, después de que lo hayan tallado.
- Darse una curada diaria por 3 días consecutivos.

Receta proporcionada por Doña
Gloria Méndez, curandera, Xico, Ver.

EL CUAJO

Padecimiento en niños pequeños debido a que se caen, o a que sus hermanos juegan con ellos y los empujan de cabeza por lo que se les voltea el cuajo.

SINTOMAS: Diarrea y vómito.

PARA CURARLO NECESITAN:

1 rama de Manzanilla.
unas hojas de Laurel.
unas hojas de Olivo.
Carbonato.
Manteca.

FORMA DE CURARLOS:

- En un traste limpio ponen a hervir 1/4 de litro de agua, dejándola hervir de 5 a 10 minutos.
- Ya que está hirviendo, le agregan una ramita de Manzanilla, tapan el traste y lo retiran del fuego.
- Por otro lado, toman al niño, le descubren la espalda, se untan las manos de manteca y así le dan un masajito en la espalda; después lo boltean boca-arriba y le descubre el estomaguito. Se vuelven a engrasar las manos y con la yema de los dedos le empiezan a dar masaje tratando de ubicar dónde está el mal, y ahí, le siguen tallando.
- Ya que los tallaron, los cubren muy bien; en una taza sirven el té de Manzanilla, lo endulzan, le agregan un poquito de carbonato, lo revuelven muy bien y se lo dan a tomar al niño. Y por último lo acuestan.

Al otro día, temprano, le preparan otro té de la siguiente manera:

- En un traste limpio ponen a hervir 1/4 de agua dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que está hirviendo, le agregan: la Manzanilla, el Laurel y el Olivo, tapan el traste y lo retiran del fuego.
- En una taza sirven el té calentito, lo endulza y le agregan un poquito de carbonato, lo revuelven muy bien, y se lo dan a tomar en ayunas, por 3 mañanas, igual número de curadas.

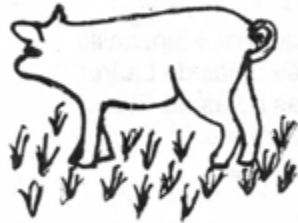
PARA EL CUAJO

Padecimiento que les da a los niños a veces: porque se caen, o los golpean sus hermanos o juegan pesado.

SINTOMAS: Mucha diarrea y vómito (por más que les dan suspensión, no se les quita).

PARA CURARLOS, NECESITAN:

1 ramita de Manzanilla.
Aceite San Sebastián.
Carbonato.
Manteca.
Unas hojas de Homequelite.



FORMA DE CURARLOS:

- En un traste limpio se pone a hervir 1/4 de litro de agua. Dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que está hirviendo le agregamos la Manzanilla, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Por otro lado, toman al niño y lo acuestan bocarriba, le descubren el estomaguito, se ponen manteca en los dedos y con las yemas le empiezan a tallar el estomaguito hasta que ubican donde está el mal (les tiene que chillar adentro del estómago como un charco de agua) y ahí le siguen dando masaje hasta que desaparece el ruido.
- A continuación, toman las hojas de Homequelite, las machacan un poco, le agregan un poquito de aguardiente y le ponen este confortativo en el estómago. Lo arropan muy bien y lo acuestan.
- En seguida, sirven el té de Manzanilla en una taza, lo endulzan y le agregan 1 cucharada de aceite "San Sebastián", y un poquito de carbonato; lo revuelven muy bien. Y calentito se lo dan a tomar, después de que le tallaron el estómago.
- Dar 1 curada a diario por 3 días consecutivos.

Receta proporcionada por Doña Sofía Ponce Flores, madre de familia, Xico, Ver.

ENFERMEDADES PROPIAS DE LA MUJER

PARA EL FLUJO AMARILLO Y ESPESO

PARA QUE ESTO DESAPAREZCA, SE REQUIERE:

- 1 mata de Antén.
- Hojas de Malva.
- 1 rama de Romero o Hieba Buena.

FORMA DE PREPARARSE Y APLICACION:

- En un traste limpio ponemos a hervir 3 litros de agua y la dejamos hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que haya hervido el tiempo requerido, lavamos muy bien las hierbas; tomamos la mata de Antén, le cortamos la raíz, y de lo que nos queda, tomamos la mitad y la ponemos a hervir junto con las hojas de Malva y la rama de Romero o Hierba Buena (lo que haya conseguido). Y lo dejamos hirviendo durante otros 5 minutos.
- Ya que haya hervido muy bien, la retiramos del fuego y la dejamos entibiar.

APLICACION:

- Con esta agua, ya que está tibia, darse lavados vaginales, por lo menos una vez a la semana, antes de acostarse, procurando no mojarse al otro día.
- Darse estos lavados, hasta que desaparezca el flujo.
- Se sugiere hacerse estos lavados una vez que ya terminó de lavar la ropa de la semana.

Receta proporcionada por Doña
Basilia Vargas, partera, Col. Los
Cedros, Teocelo, Ver.

FLUJO VAGINAL

Para el flujo verdoso, con sangre y mal olor (es el más peligroso).

Este flujo se debe a que el fondo de la matriz está muy sucio y al bajar, toca paredes de la matriz y de la vagina.

PARA QUE ESTO DESAPAREZCA, SE REQUIERE:

- 1 rama de Ruda.
- 1 rama de Albahacar.
- unas ramas de Romero.
- unas ramas de Manzanilla.
- unas ramas de Santa María.

COMO PREPARARLO:

- En una olla o bote con tapadera, ponemos a hervir 2 litros de agua, dejándola por un espacio de 10 minutos.
- Una vez que esté hirviendo el agua, echarle las hierbas arriba mencionadas; tapamos muy bien el traste y lo dejamos hervir otro ratito (se sugiere hacer este cocimiento momentos antes de acostarse).
- Una vez que esté preparada para irse a dormir, lleve la olla o bote con el cocimiento bien tapado y caliente hacia su recámara. Ahí, se hinca, o se pone en cuclillas, procurando tener una posición de tal manera que pueda recibir lo mejor posible el vapor.
- Una vez que ya adoptó una posición cómoda, se acerca el recipiente con el cocimiento hacia sus piernas, lo cubre con su falda o ropa que use para dormir; en seguida, destapa el traste, y empieza a recibir el vapor. Procure recibir el vapor lo más calentito que aguante.
- Una vez que comprenda que haya recibido el vapor necesario, se cubre muy bien, y se acuesta.
- Se recomienda no mojarse al otro día, mucho menos bañarse.
- Darse estos vapores por lo menos 2 veces a la semana, hasta que el flujo sea normal.
- Los vapores, sólo le van a servir para despegar todas las impurezas que se han acumulado en el fondo de la matriz. Sin embargo, necesita otro cocimiento para que esas impurezas, ya despegadas, las pueda desechar. Y para este cocimiento se necesita:

- 1 mata de Flor de Muerto con todo y raíz.
- 1 mata de Santa María con todo y raíz.
- 1 litro de agua.
- 3/4 de taza de agua de cal asentada. (taza de 1/4 de litro).

FORMA DE PREPARACION:

- En un traste limpio ponemos a hervir 1 litro de agua.
- Por otra parte, tomamos nuestro calero, le echamos agua limpia, la revolvemos muy bien y la dejamos a que se le asiente la cal. Una vez que ya se asentó, tomamos las 3/4 partes de 1 taza de esa agua.
- Una vez que haya hervido muy bien el litro de agua, le agregamos el agua de cal, la flor de muerto y la Santa María, previamente lavadas, tapamos el traste y lo dejamos hirviendo otros 5 minutos, y lo retiramos del fuego.
- Se sirve calentito y se endulza con miel de abeja, o si se prefiere, sin dulce.
- Tomar 1 taza 3 veces al día durante una semana una vez que ya se haya dado por lo menos 3 vapores.

Receta proporcionada por Doña
Basilia Vargas, partera, Col. Los
Cedros, Teocelo, Ver.

PARA HEMORRAGIAS VAGINALES

SE NECESITA:

- 1 ramita de Arrocillo (planta de monte).
- 1 rajita de canela.

FORMA DE PREPARACION:

- Se pone a hervir 1/4 de litro de agua, en un recipiente limpio.
- Ya que está hirviendo, se le agrega la Canela y el Arrocillo. Tapar el recipiente y retirarlo del fuego.
- Tomar una taza 3 veces al día, hasta que desaparezca la hemorragia.

Receta proporcionada por Doña
Teodora Flores Valera, ama de casa,
Teocelo, Ver.

LA RECAÍDA

Cuando una mujer recién llegada de familia (que dió a luz) no se cuida, oye pleitos en la calle, o en su casa, y no se tiene precución. Entonces esta mujer puede recaer, porque se espantó, tuvo miedo, hizo muinas, le dió tristeza, sintió feo y no le dieron nada para evitar una reacción de estos estados de ánimo.

Así mismo, debe cuidarse durante 40 días de: no levantar cosas pesadas, no barrer, ni planchar, ni escobetear, y coser; porque también puede recaer.

SINTOMAS: Dolor de cabeza y pies, escalofrío y aunque haga mucho calor, élla siente mucho frío.

ESTAS PERSONAS SE CURAN CON:

- a) Baño: Agua hervida con Hierba del Angel (ver receta anterior).
- b) Escobeteado: Una vez que se baó la señora, con una escobeta nueva, le dan un masaje en todo el cuerpo: de la cabeza a los pies, en los brazos, manos y dedos.
El escobeteado se da por el lado de las puntas de la raíz con que esté hecha la escobeta.
- c) Té: De Hierba del Angel, endulzado de preferencia con miel.

Después de ésto, la señora se debe acostar y reposar el baño, sobre todo sudar y al otro día evitar lo menos posible, el contacto con el agua fría.

Receta de Petra Pelayo Pale,
campesina, Col. Juan Pablo II,
Cosautlán, Ver.

TRATAMIENTO DE MUJERES RECIENALIVIADAS

Ante la disyuntiva que se presenta entre las mujeres que aún aceptan la tradición de recibir el Baño del Cocimiento de Hierbas Medicinales, los Vapores y el Té. Y las mujeres que ya no aceptan esta tradición. En la Colonia El Haya, municipio de Xico, Doña Antonia Ramírez, da un tratamiento según el caso.

1) Para las mujeres que ya no aceptan esta tradición.

Por lo regular son jóvenes que viven en las cabeceras municipales y que prefieren irse a "aliviar", en la casa de la partera porque se sienten con más confianza.

A estas señoras que piden bañarse inmediatamente después del parto, les recomienda esperar, ya que, como hicieron mucho esfuerzo y sudaron, se pueden ventear.

PARA BAÑARLAS:

- Pone a calentar en un bote grande, agua suficiente para el baño. Ya que está caliente, le agrega un puño de sal y 1/2 botellita de alcohol; esto es para que lleve calor el agua. Y la deja que se siga calentando un poco más, la retira del fuego y la lleva al baño.
- Enseguida, va por la paciente, y con un lienzo la faja muy bien. Ya fajadita, la ayuda a trasladarse al baño. Y mientras se baña, la partera la acompaña.
- Ya que termina de bañarse, se viste, y la ayuda a regresar a la cama para que se acueste y repose el baño.

En caso de que le dé dolor porque se haya venteado, le da un té. Y para esto requiere:

1 ramita de Mirto.
1 rama de Hierba Dulce.
1 ramita de Cihuapan.
1 ramita de Romero.
Miel de abeja.
Aguardiente.

FORMA DE PREPARARLO:

- En un traste limpio ponemos a hervir 1/2 litro de agua, dejándolo hervir por un espacio de 10 minutos.

- Ya que está hirviendo el agua, le agregamos las hierbas, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Calientito, servimos una taza, endulzamos el té con la miel y le echamos un chorrito de aguardiente.
- Se toma calientito, para que empiece a arrojar los coágulos. Y le quita el dolor.

También le recomienda que en su casa se dé el baño con las hierbas indicadas que ella conozca y que se ponga una inyección de alcanfor. Y continuar tomando el té para la venteada (arriba mencionado).

2) Para las mujeres que aún aceptan esta tradición.

8 días después del parto, en la casa de la paciente se prepara el agua de cocimiento para su baño. Y para esto, necesitan:

Agua (suficiente para que se bañe la paciente).

Unas ramas de Espinocilla.

Unas ramas de Hierba del Angel.

Unas ramas de Cuaxaxaca (estas 3 le sirven para que no recaiga).

1 rama de Laurel.

1 rama de Romero.

Unas ramas de Hierba Buena.

1 rollito de Flor de Muerto.

FORMA DE PREPARARLA: (este cocimiento lo hacen los familiares de la paciente).

- En una lata o traste grande se pone a hervir el agua.
- Ya que está hirviendo, le agregan las hierbas arriba enlistadas, y la dejan que siga hirviendo otro rato.
- Ya que hirvió lo suficiente, la retiran del fuego y la dejan entibiar.
- Ya que está tibia el agua de cocimiento, se lleva hacia el lugar donde se va a bañar la paciente, procurando lo mejor acondicionado para que no haya corrientes de aire, ya que el cocimiento es de hierbas calientes.
- Ahí, se baña la paciente. Posteriormente, se viste, se cubre muy bien y la conducen a su recámara.
- En la recámara la cierran (la aprietan de la cabeza a los pies), porque la mujer cuando da a luz se le abren todos los huesos.
- Ya que la cerraron se acuesta a reposar el baño y cuidarse a que no le dé el aire. Y le dan el té para la venteada.

Después que la partera cierra a la paciente, ve que se cumplan sus indicaciones, empieza a preparar el cocimiento que va a usar para darle los vapores. Para esto, necesita:

1 lata (de esas de manteca) que tenga tapadera.

1 cebolla morada.

5 dientes de ajo.

1 rollito de Hierba Buena.

1/2 botellita de alcohol (de las de 1/4).

FORMA DE PREPARARLO:

- Se hecha el agua 1/4 parte de la lata, se pone al fuego y se deja hervir.
- Ya que esta hirviendo se le agregan los ingredientes arriba enlistados, se tapa la lata y se deja que siga hirviendo otro rato.
- Por otro lado, en la recámara, se prepara a la paciente: con una sábana y una cobija, la cubren del cuello a los pies quedando en una forma holgada.
- Ya que está preparada la paciente para recibir el vapor, la partera lleva la lata con el agua hirviendo, se la coloca debajo de la cobija y sábana que cubre a la paciente (con mucho cuidado para no quemarla) y destapa la lata para que le empiece a subir el vapor (la paciente está de pie).
- Una vez que ya recibió el vapor necesario, le retiran la lata, cubre muy bien a la paciente y se acuesta para que sude y ya no debe levantarse hasta el otro día.
- Este vapor les sirve para que no queden con el vientre abultado, con dolores de barriga, con paño en la cara debido a la frialdad, y les ayuda bastante para todo su organismo.
- Al otro día temprano, después de que dió el vapor, la partera visita a la paciente para cerciorarse si no tuvo alguna complicación.

Receta de Antonia Ramirez, partera,
Col. El Haya, Xico, Ver.

BAÑO DE AGUA DE COCIMIENTO PARA MUJERES RECIENALIVIADAS

Este sirve para que la mujer no quede (después que dió a luz) con dolor en el vientre, resfrío en el estómago (retortijones cuando comen alimentos fríos), con el vientre inflado y abultado y con paño en la cara.

Para evitar esto le dan un baño y vapores, utilizando lo siguiente:

- 1 rama de Espinocilla.
- 1 de Gordolobo.
- 1 rama de Hierba del Angel.
- 1 rama de Cuaxaxaca.
- Unas ramas de Manzanilla.
- Unas ramas de Hierba Buena.

FORMA DE PREPARARLO:

- En una lata grande se pone a hervir agua, la suficiente para un baño.
- Ya que está hirviendo, le agregan: la Espinocilla, el Gordolobo, la Hierba del Angel y la Cuaxaxaca; y la dejan hervir otros 10 minutos más.
- Ya que hirvió lo suficiente, se retira del fuego y se deja entibiar.
- Una vez que está tibia, llevan la lata o traste con el cocimiento hasta el baño y ahí se baña la paciente (que en este caso es ayudada por la suegra), termina de bañarse con el cocimiento, se viste y en seguida la suegra le dá un leve masaje, le aprieta el cuerpo de la cabeza a los pies y la cubre muy bien para que salga del baño y dirigirse a su recámara cuidando que no le dé el aire.

Después de que ayuda a la nuera a bañarse, empieza a preparar el cocimiento para darle el vapor, de la siguiente manera:

- En un traste limpio, con tapadera, echa 2 litros de agua y lo pone al fuego.
- Ya que está hirviendo, le agrega las ramas de Manzanilla y la Hierba Buena, lo tapa y lo deja que siga hirviendo otro rato más.
- Por otro lado, acondiciona en la recámara lo que va a utilizar para aplicar el vapor: cubre a la paciente con una sábana, de los hombros hacia abajo procurando quede en forma holgada; le acerca una vacinica.
- Ya que está todo acondicionado, lleva el agua de cocimiento hasta la recámara, destapa el recipiente y vacía el cocimiento a la vacinica y se la coloca debajo de la

sábana. De esta manera, la paciente, estando de pie, recibe el vapor para que se le caliente la cadera y su vientre.

- Una vez que recibe el vapor necesario, le retira la vacinica, la arropa muy bien y se acuesta. Se levanta hasta el otro día.

Este tratamiento lo aplican algunas suegras, cuando la nuera dió a luz en un hospital.

Cuando no se bañan con este cocimiento si comen cosas frías les hace daño. Y algunas de las cosas frías son: el caldo de carne de res, el pescado, la col, el herizo, la papa, la calabaza, entre otras.

Receta proporcionada por Doña Sofía
Ponce Flores, madre de familia, Xico,
Ver.

TRATAMIENTO QUE RECIBEN LAS MUJERES QUE DAN A LUZ, EN COSAUTLAN

A) BAÑOS:

Estos baños se dan 8 días después del parto. Y para esto necesitan:

1 lata grande (como de 20 litros aproximadamente).
Rosas.

COMO SE PREPARA:

- Llenamos el bote de agua y lo ponemos al fuego.
- Una vez que ya está hirviendo el agua, se le agregan las rosas, dejándola hervir otro ratito.
- Por último se retira del fuego y se deja entibiar.
- Ya que está tibia, se lleva para el lugar donde se va a bañar. Ahí con el agua de rosas se baña la señora, de la cabeza a los pies.

B) VAPORES.

Estos vapores se le dan a la señora después del baño; para esto necesita:

1 bote.
1 rama de gordolobo.
1 rama de gochitie.
1 rama de cordoncillo.
1 hojas de hierba santa.
1 rama de laurel.
1 rama de duraznillo.
2 ramas de hierba del ángel 1 de la del monte y otra de la casera).
1 rama de mirto.
1 rama de cihuapan.
1 rama de salve real.

PREPARACION:

- Ponemos en el bote 4 ó 5 litros de agua y lo ponemos a hervir.
- Ya que está hirviendo el agua, se le agregan las hierbas arriba mencionadas y se deja que siga hirviendo otro rato.
- Mientras hierve el agua para los vapores, simultáneamente, se prepara otro cocimiento.

PARA ESTO NECESITAMOS:

1 jarro (de preferencia nuevo).
1 ramita de cada una de las hierbas que le echamos a el agua para el vapor.
1 panela.
Aceite.
Aguardiente.
Miel de abeja.
Alcandor.
Azufre.

FORMA DE PREPARAR:

- En el jarro, echamos 1/2 litro de agua y la dejamos hervir durante 10 minutos.
- Una vez que esté hirviendo el agua, le agregamos las ramitas de las plantas arriba mencionadas. Tapamos el jarro y lo retiramos del fuego.
- Aparte en otro traste tomamos la panela y la rebajamos, procurando que esté bien rebanadita; la echamos al jarro y la ponemos al fuego para que se queme y se deshaga.

- Ya que está la panela bien deshecha, le agregamos un poco de aceite, un chorro de aguardiente, una pisca de azufre, un poquito de alcanfor y la miel de abeja. Lo revolvemos muy bien hasta que quede mezclado.
- Por último, ya que tenemos bien preparada esta mezcla, le agregamos el te que hicimos primero, lo revolvemos muy bien y lo dejamos hervir otro rato.
- Ya que haya hervido bien se retira del fuego.

C) APLICACIÓN DE VAPORES:

- Llevar el bote de agua hervida con plantas hasta el lugar donde va a dormir la paciente, colocarlo cerca de ella de tal manera que pueda recibir el vapor y a la vez, darle a tomar una taza del cocimiento que se acaba de preparar.
- Una vez que haya recibido el vapor necesario, y tomado el té; cobijar muy bien a la paciente y que se acueste para que sude.
- Darle el té y los vapores a la vez, es con el fin de que cuando la paciente ya está acostada, no se esté destapando para tomar el té.

Este tratamiento es muy delicado. Y por ser muy caliente, se tiene que dar en un lugar donde no haya corrientes de aire; así como la paciente, no debe destaparse luego, porque recibió varias cosas calientes y se puede ventear, y que no le dé luego pecho al niño, por que lo puede enlechar. Pero en caso de que le dé de mamar, antes que lo haga, se coma unos retoñitos de hierva buena, para evitar la enlechadura.

Receta proporcionada por Doña
Inés fuentes, partera.
Col. Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.

OTRAS ENFERMEDADES INTERNAS

PARA CONTROLAR LA PRESION ARTERIAL

SINTOMAS: Desganozo del cuerpo y dolor de cabeza.

PARA NORMALIZARLA SE NECESITA LO SIGUIENTE:

- 5 hojitas de laurel.
- 1 diente de ajo.
- 1 clavito de comer.
- 1 rama de perejil.
- 1/2 litro de agua.

FORMA DE PREPARARLO:

- En un traste limpio, ponemos a hervir 1/2 litro de agua, dejándolo por un espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió muy bien, le agregamos: El laurel, el ajo, el perejil, el clavito; tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Tomar una taza 3 veces al día (antes de cada alimento) durante 8 días.

Receta proporcionada por Doña
Asunción Coavixe Colorado,
curandera, Xico, Ver.

PARA LA BILIS

NECESITAMOS LO SIGUIENTE:

- 1/2 litro de aguardiente.
- 10 hojitas de hierba maistra.
- 5 hojas de café.
- 1 rama de mirto.
- 1 rama de espinocilla.
- 10 hojas de laurel.
- 1 rama de ramatinaja.

FORMA DE PREPARACION:

- Se lavan muy bien las hiervas arriba mencionadas. Se pican en trozos pequeños.
- Ya que se tienen listas las hierbas, las echamos en un frasco de preferencia de color ámbar y ahí le echamos el 1/2 litro de aguardiente.
- Tapamos muy bien el frasco y lo dejamos reposar, en un lugar oscuro, por un espacio de 20 a 30 días.
- Tomar una copita por las mañanas, en ayunas, hasta que desaparezcan los síntomas de la bilis.



Receta proporcionada por Doña,
Inés Fuentes, Cosautlán, Ver.

LA BILIS

SNTOMAS: Cuando duele la boca del estómago.

SE NECESITA:

- 3 hojas de hierba maistra.
- 3 hojas de zacate limón (dependiendo del tamaño).
- 2 ramitas de ruda.

PREPARACION:

- En un traste limpio, ponemos a hervir 1/2 litro de agua por un espacio de 10 minutos.
- Una vez que haya hervido, se le agrega la hierba maistra, el zacate limón y la ruda; tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Tomar una taza de esta infusión, por las mañanas en ayunas.
- Se recomienda buscar a una persona que le pueda recoger la bilis.

Receta proporcionada por Soledad Martínez, ama de casa, Teocelo, Ver.

LA BILIS

SNTOMAS: Boca amarga, caimiento de cuerpo, mal humor y falta de apetito.

NECESITAMOS COLECTAR:

- 5 hojitas de marrubio.
- 10 flores de mozote blanco (hierba de monte o acahuale).
- 10 flores de mozote amarillo (acaahuale).
- 1 limita corriente.
- 1 pedacito de cáscara de sidra.
- 1 rajita de canela.

FORMA DE PREPARARLO:

- En un traste limpio se pone a hervir 1 litro de agua por un espacio de 10 minutos.
- Ya que haya hervido, le agregamos los ingredientes antes mencionados, tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Tomar una taza en ayunas y otra antes de cada alimento hasta que desaparezcan los síntomas.

Receta proporcionada por la Señora Josefa Patlax, ama de casa, Teocelo, Ver.

PARA LA BILIS

SINTOMAS: La persona siente desmayo, solo quiere estar durmiendo, no tiene apetito.

PARA CURARSE NECESITA:

- 1 rajita de canela.
- 1 ramita de hierba maistra.
- 1 cáscara de tomate de cáscara.

FORMA DE PREPARACION:

- En un traste limpio, ponemos a hervir 1/4 de litro de agua.
- Una vez que esté hirviendo el agua, le agregamos la canela, la hierba maistra y la cáscara del tomate. Tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Por las mañanas y en ayunas, tomar una taza, hasta que desaparezca el malestar.

Receta proporcionada por Doña
Juanita Anteo,
Curandera, de Xico, Ver.

LA BILIS

SINTOMAS: Debilidad en las piernas y en el cerebro; algunas veces les da mareos y falta de apetito.

FORMA DE CURARLA:

Les talla el estómago para recogerles la bilis y les pone un emplasto de rosas blancas o saúco en el estómago para que recobren el apetito. Y por último les da un té, para este necesita:

- 1 rama de cedrón.
- 1 rama de ruda.
- 1 rama de Artemis.

FORMA DE PREPARARSE:

- En un traste limpio se pone a hervir 1/4 de litro de agua dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió el agua, le agregamos las ramitas de las hierbas enlistadas, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Tomar 1 taza por las mañanas en ayunas y otra después de que le tallaron el estómago.
- Se da una curada diaria por 3 días consecutivos.

Receta proporcionada por Doña
Gloria Méndez, curandera de Xico,
Ver.

LA ALFERESÍA

Cuando un niño, al nacer, trae alferecía, tiene un color moradito: Junto a la nariz, alrededor de los ojitos, en barriguita y llora mucho que no se clama con nada. Si no se le da la purguita a tiempo, lleva el riesgo que se le desarrolle la alferesía.

PARA PREPARAR LA PURGUITA NECESITAMOS:

1 ramita de albahaca.
1 pedacito de carne de zorrillo.
Cascaritas que cubre el ajo.
Jarabe de pionía con gotas de chicoria.

FORMA DE PREPARARLO:

- En un traste limpio, se pone a hervir una taza de agua por un espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió lo suficiente, le agregamos el albahaca, la cascarita de ajo y un pedacito de carne de zorrillo. Tapamos el traste y lo dejamos hervir otros 5 minutos.
- Después lo retiramos del fuego y lo dejamos entibiar.
- Calientito se sirve en una taza, se le agrega 10 gotitas de jarabe de pionía con gotas de chicoria. Se mezcla muy bien el cocimiento con el jarabe.
- Calientito se le da a tomar al niño con una cucharita.

- Dar este cocimiento 1 vez al día por 3 días consecutivos.

Receta proporcionada por Antonia
Ramírez, partera, Col. El Haya, Xico,
Ver.

LA ALFERESÍA

La alferesía, es una enfermedad que traen los niños desde el seno materno y por lo que hay que curarlos luego que nacen, porque les puede salir a los 20 días de haber nacido.

SNTOMAS: El niño se empieza a poner moradito. Las puntitas de las uñas también se empiezan a poner moradas, y cuando llora, se pone de un color cobrizo, morado; esto quiere decir que está propenso a la alferesía.

A veces no les da luego de nacidos, sino ya de grandes: El niño, si se cae, o se pega, y se priva; es que no lo curaron de alferecía. Luego dicen que está enfermo del corazón, pero no.

Hay dos tipos de alferecía: morada y amarilla, los síntomas son los mismos.

PARA CURARLA, NECESITAMOS:

Recolectar las frutitas que da la hierba mora (verdes y maduras).

Una cucharita.

1 trapito limpio.

FORMA DE PREPARACION:

- Una vez que obtuvimos las frutitas de la hierba mora, las lavamos muy bien y las colocamos en el trapito.
- Las envolvemos, de tal manera que las podamos exprimir.
- Tomamos la cucharita y la acomodamos de tal manera que ahí pueda escurrir el jugo de las frutitas que vamos a exprimir.

DOSIS: Darle al niño media cucharadita de jugo, a diario, durante 8 días.

Receta proporcionada por Doña,
Basilia Vargas, partera,
Col. Los cedros, Teocelo, Ver.

EL ESTÉRICO

SÍNTOMAS: Dolor agudo que corre de la boca del estómago hacia el vientre, dolor de piernas, frialdad, desconsuelo y tristeza.

PARA CURARLO NECESITAN LO SIGUIENTE:

3 hojitas de hierba maistra.

1 rajita de canela.

1/4 de aguardiente.

Aceite desinflamativo.

Oraciones a la Santísima Trinidad.

FORMA DE CURARSE:

- En una traste limpio, poner a calentar 4 litros de agua, ya que está caliente, retirarla del fuego y vaciarla en una palangana o bandeja y llevarla hacia el baño.
- Ya en el baño, la paciente se da un baño de asiento, usando el agua, lo más calientito que aguante (este se hace antes de acostarse). Una vez que ya se dio el baño, se seca muy bien y se traslada a la recámara.
- Ya en su recámara, se seca muy bien los pies y se los frota con aguardiente para que se le baje el calor.
- Por último se sirve una taza de té, si lo prefiere endulzado.

PARA EL TE:

- En un traste limpio, ponemos a hervir 1/4 de litro de agua. Ya que está hirviendo, le agregamos la hierba maistra y la canela; tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Darse este tratamiento 1 vez al día, por la noche, durante 3 días consecutivos y tomar el té hasta que desaparezca el dolor.
- Se recomienda que busque a alguien que sepa recoger el estérico, para que lo cure a través de masajes usando el aceite desinflamativo.

Receta proporcionada por Doña,
Asunción Coavixi Colorado,
curandera, Xico, Ver.

PASMOS, DESCOMPOSTURAS Y POSTEMAS

PASMOS: CUANDO UNA HERIDA SE INFECTA, SE INFLAMA, PRODUCE PUS Y A VECES FIEBRE

COMO CURAR HERIDAS CAUSADAS POR: PIQUETES DE ESPINAS, ASTILLAS, MOSCOS Y RASPONES QUE SE NOS HAN INFECTADO.

PARA ESTO NECESITAMOS:

- 1 litro de agua.
- 2 ramas de malva.
- 1 pizca de sal.

FORMA DE PREPARARSE:

- Se pone a hervir el litro de agua durante 15 minutos.
- Una vez que ya haya hervido lo suficiente, le agregamos la malva y lo que se tome con los 3 dedos de sal. Tapamos el recipiente y lo retiramos del fuego.
- Una vez que está tibia el agua, tomamos un pedazo de tela que esté bien limpia; y con esto, vamos a lavar muy bien las heridas o granos infectados que tengamos.
- Ya que están limpias las heridas, cortamos una hojita de la malva que hervimos y la colocamos en la herida.
- Por último, poner una tela delgada y limpia sobre la herida ya curada, para protegerla del polvo.
- Según el grado de infección que se tenga, darse 1 ó 2 lavados al día, hasta que sane.

Receta proporcionada por Petra
Pelayo Pale, campesina,
Col. Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.

INFECCIONES DE LA PIEL

POR GRANOS CON PUS, PRODUCIDOS POR PIQUETES DE MOSCOS, RASPONES INFECTADOS, ALGUNAS HERIDAS.

LO QUE SE NECESITA ES:

Unas ramas de chinaguatillo (hierba que se da en el monte).

FORMA DE PREPARACION:

- En un traste limpio ponemos a hervir 2 litros de agua dejándola hervir durante 10 minutos.
- Una vez que esté hirviendo, le agregamos las ramas de chinguatillo, tapamos el recipiente y lo dejamos hervir otros 2 ó 3 minutos.
- Ya que hirvió muy bien, lo retiramos del fuego y lo dejamos entibiar.
- Ya tibia el agua, y con una gaza o pedazo de tela limpio, lavamos muy bien la parte de la piel que está infectada.
- Hacer esta curación 1 vez al día, hasta que desaparezca la infección.

Receta proporcionada por Doña Soledad Martínez,
ama de casa, Teocelo, Ver.

PALETILLA SUMIDA

La paletilla es un huesito que se encuentra en la parte superior al estómago y en medio de las dos costillas.

La paletilla sumida es un padecimiento en algunas personas de las comunidades campesinas, debido a que: cargan bultos pesados, se dan algún golpe en el estómago, se suben a apodar árboles; por algún golpe en el pecho y se sumen las costillas.

SNTOMAS: Dolor en el estómago, no pueden comer, vómitos, calentura, aveces diarrea.

3 hojitas de hierba maistra.

Aceite desinflamativo.

FORMA DE CURARSE:

- En un traste limpio se pone a hervir 1/4 de litro de agua, dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió el agua, le agregamos la hierba maistra, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.

NOTA: Para curar este padecimiento, se recomienda buscar a una persona que sepa levantar la paletilla debido a que se encuentra en partes muy delicadas del cuerpo humano, y para esto se requiere de la aplicación de ventosas.

- Se recomienda tomar el té, 1 taza 2 veces al día, para prevenir complicaciones con el hígado.

Receta proporcionada por Doña
Leonides Aguilar Morales,
curandera, Cosautlán, Ver.

PARA LA ESTIRADURA

Este padecimiento es debido a que cargan cosas pesadas y se les estiran los tendones.

SNTOMAS: Vómitos, dolor y náuseas.

FORMA DE CURARSE:

Al igual que el cuajo tratan de ubicar, con la yema de los dedos, en qué parte del estómago se encuentra la estiradura (se sienten bolitas) para darle masaje (le tallan), usando aceite de olivo para que las manos resbalen con más facilidad. Y por último les da un té de las siguientes hierbas:

1 ramita de Artemis.

Unos palitos de cuacia.

FORMA DE PREPARARLO:

- En un traste limpio ponemos a hervir 1/4 de litro de agua, dejándola hervir por un espacio de 10 minutos.

- Ya que haya hervido el agua, le agregamos la ramita de Artemis, y los palitos de cuacia, tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Se sirve una taza y si lo prefiere se puede endulzar, y se lo da a tomar al paciente.
- Darse una curada diaria por 3 días consecutivos.
-

Receta proporcionada por Doña
Gloria Méndez,
curandera de Xico, Ver.

ESTIRADURA

SINTOMAS: La persona no puede comer mucho, les hace daño la comida, náuseas, vómitos, aveces diarrea.

Esto es debido a que cargan y hacen muchas cosas pesadas, forzan mucho el cuerpo, el lavar mucha ropa.

PARA CURARSE NECESITAN:

- 1 rama de olivo.
- 1 rama de Artemis.
- 1 rama de guitarrilla.
- Aceite desinflamativo.

FORMA DE CURARSE:

- En un traste limpio, ponen a hervir 1/4 de litro de agua y lo dejan hervir por 10 minutos.
- Ya que hirvió, le agregan el olivo, el Artemis y la guitarrilla. Tapan el traste y lo dejan hervir otros 2 minutos y lo retiran del fuego.
- Por otro lado, el paciente se acuesta, le descubren el estómago, se ponen un poco de aceite desinflamativo en las manos y le empiezan a tallar (sobrar) del estómago al vientre hasta que ubica el lugar donde está estirado el tendón y ahí es donde le tallan hasta que empiece a desaparecer las bolitas.
- Ya que lo tallaron, le sirven en una taza el té, calentito, lo endulzan y se lo dan a tomar.

- Dar 1 curada diaria por 3 días consecutivos y el mismo té. Tomar 1 taza en ayunas, por 3 mañanas.

Receta proporcionada por Doña Sofía Ponce Flores, madre de familia, Xico, Ver.

CONTRA LA POSTEMA

SINTOMAS: Dolor frecuente de la cintura hacia arriba. Tos constante y llegan a vomitar sangre.

CAUSA: Consecuencia de un golpe por accidente o por que cuando son niños son golpeados en la espalda.

COMO SE CURA

NECESITAMOS:

1 litro de agua.
100 gramos de frijol negro.

FORMA DE PREPARAR:

- Ponemos a hervir el litro de agua.
- Mientras hierve, escogemos el frijol, lo lavamos muy bien, y ya que está hirviendo el agua, le agrgamos el frijol y lo dejamos que hierva.
- Una vez que haya dado los primeros hervores, lo retiramos del fuego y lo colamos.
- Dar ese caldo (sin sal) a la persona, inmediatamente después de que le haya ocurrido el accidente.

CONTINUACION DEL TRATAMIENTO

- Posteriormente conseguimos la hierba del golpe, con la que se le prepara un té.

- Dar una taza de este te, en ayunas, por las mañanas, durante varios días.

Receta proporcionada por:
Petra Pelayo Pale, campesina,
Col. Juan Pablo II, Cosautlán, Ver.

LA VENTEADA

Padecimiento en las comunidades campesinas debido a que: Al regresar de trabajo, viene sudada y se moja, a que cuando están trabajando en el campo, están calientes y se viene la lluvia, se mojan y no se cambian luego la ropa.

SNTOMAS: Dolor fuerte en la espalda, se les hacen unas bolitas en la espalda que a veces no los deja ni agacharse y es que están mal los tendones.

PARA CURARLA NECESITA:

1/2 litro de aguardiente.

Sal.

1 rama de epazote zorillo.

1 manta.

FORMA DE CURAR:

- En un traste limpio se pone a hervir 1/4 de litro de agua, dejándola hervir por espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió lo necesario el agua, le agregamos la ramita de epazote zorillo. Tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Por otro lado, en un traste limpio, vaciamos el aguardiente, le agregamos un poco de sal, lo revolvemos muy bien hasta que se mezcle; y lo ponemos al fuego. Ya que está calientito el aguardiente, se retira del fuego y se lleva hacia la recámara donde esté el paciente.
- Ya en la recámara, se descubre el cuerpo del paciente y se le frota el aguardiente calientito en todo el cuerpo hasta la planta de los pies.
- Después, con la manta, apretar muy bien el cuerpo del paciente, de la cabeza a los pies, y se arropa muy bien.

- Por último se sirve una taza de té, se endulza y se le da a tomar y se acuesta.
- Dar 1 curada a diario durante 3 días consecutivos. Continuar con el té, tomándolo 2 veces al día: Por la mañana, al levantarse y por la noche, antes de acostarse, hasta que ya se sienta bien. Esto le va a servir para que se le vaya retirando la venteada que tiene por dentro.

Receta proporcionada por Doña Leonides Aguilar Morales, Curandera, Cosautlán, Ver.

ENFERMEDADES DE LA PIEL Y LOS OJOS

EL TLAJACABIS

Es una infección en la piel que recibe el niño recién nacido al ser visitado por alguna persona (hombre o mujer) que no anden limpios. También porque la mamá haya hecho corajes o esté deprimida. Infección que puede aparecer momentos después del incidente o algunos días o hasta años después.

SNTOMAS: Cuando son pequeños, les sale salpullido de cintura hacia abajo. Y cuando ya son más grandes, de 4 años en adelante, les salen granos purulentos, que por más que se curan, no sanan.

PARA CURAR ESTA INFECCIN, NECESITAN:

- 2 ombligos (1 de niño y otro de niña).
- Unas ramas de ojo de totola.
- Retoños de guayabo de 3 clases.
- Retoños de durazno.
- Cáscaras del árbol de encino.
- cáscaras de jinicuil (o del árbol).
- Recortes de trapitos o hilos de todos los colores.
- 1 arete o anillo de oro.



PREPARACION:

- En un traste limpio echamos agua suficiente como para bañar a 1 niño, le agregamos las plantas, el arete y trapos ya mencionados, y lo ponemos al fuego, a que hierva (dejándola hervir por espacio de 30 minutos).
- Ya que hirvió el tiempo necesario, tapamos el traste y lo retiramos del fuego y la dejamos entibiar.
- Ya que está tibia, se baña al niño (de acuerdo al grado de infección que tenga le puede dar un baño diario hasta que desaparezca).
- Con este baño de cocimiento, se cura y previene de la tlajacabis.

Receta proporcionada por Antonia
Ramírez,
partera, Col. El Haya, Xico, Ver.

LA ALJORRA

Es un padecimiento que da a los bebés de 1 a 3 meses.

SINTOMAS: Los niños se muestran muy inquietos, lloran mucho y patalean porque da comezón en las asentaderas.

COMO CURARLO:

- Para curarlo se necesita un huevo de gallina.
- En un traste limpio, ponemos a hervir el huevo, una vez que esté cocido, lo retiramos del fuego y lo dejamos enfriar un poco.
- Calientito, lo pelamos y lo envolvemos en trapo limpio.
- Acostar al niño boca-abajo, se le descubre la asentadera y con el huevo envuelto con el trapo, se frotan bien las asentaderas e intestino (recto) del niño. Vista al niño y lo acuesta.
- Por último, haga un hoyo en el rescoldo de la lumbre y ahí queme el huevo (esto es para que queme los bichos que le molestaban al niño).
- Dar 1 curada diaria por 3 ó 4 días consecutivos.

Receta de Petra Pelayo Pale,
campesina, Col. Juan Pablo II,
Cosautlán, Ver.

EL COYOLILLO

(Padecimiento en bebés)

SNTOMAS: Salen granitos en el cuerpo que, cuando se les secan, se les va la piel. Y cuando los cambian, dejan como escamas en su ropa.

PARA CURAR ESTA ENFERMEDAD, SE REQUIERE:

Unas ramas de zapote blanco.
Unas ramas de ortiguilla o chichicaxtle.

PREPARACION:

- En un traste limpio echamos agua (la necesaria para bañar al niño), y la ponemos al fuego a que hierva.
- Ya que está hirviendo el agua, le agregamos las hierbas ya mencionadas, tapamos el traste y lo dejamos hervir otros 5 minutos, y la retiramos del fuego, dejándola entibiar.
- Calientita, con un trapo limpio, colamos el agua dándole 2 pasadas para evitar que lleva ajuates.
- Una vez coladita y tibia el cocimiento, se baña al niño.
- Bañar al niño 1 vez al día. Y repetirlo en otra ocasión en caso de ser necesario.

Receta proporcionada por Doña
Basilía Vargas, partera,
Col. Los Cedros, Teocelo, Ver.

INFECCION EN LOS OJOS

(Bebés)

Cuando el niño tiene muchas lagañas en los ojos; o que de repente se le ponen rojos, es porque padece de una infección que trae desde que hace y aveces no les sale luego.

PARA CURAR ESTA INFECCION, SE NECESITA:

- 1 lima corriente.
- 1 pedazo de gasa o trapito limpio.

PREPARACION:

- Tomamos la lima, se lava muy bien y se pela. Una vez peladita, se parte en gajos. En seguida, tomamos un gajito y también lo pelamos.
- Ya que tenemos el gajito peladito, lo colocamos en la gasa y lo envolvemos; tomamos al niño y lo acostamos boca-arriba, exprimimos, procurando que caigan 2 gotitas del jugo en su ojito. Repitiendo lo mismo en el otro ojo.
- Poner 2 gotitas en cada ojo 2 veces al día (por la mañana y por la tarde, durante 8 días consecutivos).

Receta proporcionada por Doña Basilia, Vargas, partera, Col. Los Cedros, Teocelo, Ver.

CONJUNTIVITIS

SINTOMAS: Ojos rojos con lagañas por las mañanas al levantarse.

PARA CURARLA, SE NECESITA:

- 1 mata de anten chica (5 cm.), con todo y raíz.
- 1/4 de leche fresca.
- 1 lava-ojos o algodón.

PREPARACION:

- En un traste limpio, echamos la leche y la ponemos a hervir dejándola por un espacio de 5 minutos. Ya que hirvió lo necesario, le agregamos la matita de anten (previamente lavada) y se deja hirviendo hasta que se consuma a la mitad. Se retira del fuego y se deja enfriar.
- Ya que está fría, con cuchara se le saca la mata de anten así como la nata que se le haya formado y se vacía en el lava-ojos.
- Con esto, lavarse primero un ojo y después el otro.

- Si no cuenta con lava-ojos, lo puede hacer chorreando este cocimiento con un algodón o trapo limpio, primero en un ojo y luego en el otro.
- Darse 3 lavados diarios: Al levantarse, a medio día y antes de acostarse, durante 7 días consecutivos.

Receta proporcionada por Gloria Casas Ortiz, Promotora de salud popular, Ixhuacán de los Reyes, Ver.

ENFERMEDADES ESPECIFICAS DE CREENCIAS

EL ESPANTO

De acuerdo con la enfermera fitoterapeuta, Irma Hernández Ortiz: El espanto es una enfermedad psicosomática. "Está considerada como una enfermedad de posesión. Los tonacas la consideran como una enfermedad que se contrae en el cruce de 2 caminos y se contrae porque se exalta el corazón debido a que se bota la impresión y que al provocar esa expulsión, hay una reflexión, pero es tan rápida que no da tiempo a que el espíritu reflexione, sino, que entra después. Y, cuando entra, la enfermedad entró primero y así la persona se queda con ese espanto: Lloro dormida, se asusta dormida, despierta llorando, anda nerviosa; y simplemente con un baño de plantas y un masaje, esta enfermedad se cura... se dice que está considerada entre las enfermedades psicosomáticas, porque hay personas que padecen de enfermedades, que no son enfermedades en realidad. Y que si le tienen fe a una piedra, de que esa piedra las va a curar, psicológicamente, esa piedra los está curando. Todo esto está dentro de un contexto de creencias, conocimientos, y religión, según la concepción de cada una de las culturas..."

Así, en Xico, se dice que "El espanto", les viene a las personas y en especial a los niños, debido a que: Cuando juegan entre hermanos, se asustan; cuando ven a personas drogadas o alcoholizadas peleando; o cuando pelean y discuten muy fuerte los papás; y como están pequeños (en el caso de los niños) no alcanzan a comprender, se asustan. También cuando son arrastrados por un río, entre otros.

SNTOMAS: Falta de apetito, les da mucho sueño durante el día, despiertan asustados, tienen la nuca hundida y se les siente los pulsos de las manos y brazos muy débiles.

PARA CURARLOS, NECESITAN:

Unas ramas de maltantzín.

Agua de espíritus y aguardiente.

2 tiras de tela de 30 cm. de largo por 5 cm. de ancho.

FORMA DE CURARLOS:

- En un traste limpio ponemos a hervir 1/4 de litro de agua. Ya que haya hervido 10 minutos, le echamos una ramita de maltantzín, tapamos muy bien el traste y lo retiramos del fuego.
- Por otro lado, se toman varias ramitas de maltantzín, las despedazan y las echas en otro traste agregándole un chorro de agua de espíritus.
- En seguida, la señora que cura, llama al niño que tiene espanto, lo sientan en una silla bajita, se acerca el traste donde tiene el maltantzín ya preparado, las tiras de tela y el aguardiente. Y, en una silla un poco más alta, se sienta cerca y de frente al niño enfermo.
- En seguida, la señora pone sus manos sobre los hombros del niño y le dice: "en el nombre sea de dios y de la santísima trinidad, te voy a curar, que sea él, el que intervenga por mí y te envíe la salud". Toma sus manos (del niño) le siente los pulso y si no están en su lugar, trata de ubicarlos. Una vez que los localiza, toma un poco de maltantzín con agua de espíritu y empieza a dar masajes, con las hierbas, del codo hacia la palma de la mano del niño; después, se inclina, repega su boca sobre sus dedos que sostienen el maltantzín, siguiendo los mismos movimientos para el masaje, solo que ahora aspirando con la boca (esto lo hace 3 veces). En seguida, vuelve a mojar el maltantzín con el agua de espíritus y repite lo mismo en el otro brazo.
- Ya que termina de los 2 brazos, pone el maltantzín que usó en el traste, se pone de pie, se echa un trago de aguardiente mismo que mantiene en la boca, toma las manos del niño, se las empalma y se las estira, tratando de levantarlo hacia arriba al mismo tiempo lo rocía con el aguardiente que tiene en la boca. Ya que deshechó el aguardiente de la boca, e empieza a gritar al espíritu del niño, diciéndole: "Levántate, no estés tirando". Así se le vuelven los pulsos a su lugar.
- Le aprieta el cuerpo, se sientan, la señora, toma un poco de maltantzín que usó para el masaje, bien mojado de agua de espíritus, se lo coloca en la muñeca de la mano, y se lo amarra con las tiras de tela. Hace lo mismo con el otro brazo.

- Por último, sirve el té, calentito, lo endulza y se lo da a tomar. Arropa muy bien al niño y se acuesta. Y se levanta hasta el otro día.
- Al otro día, revisar el maltantzín que le pusieron en las muñecas de la mano. Si está seco, es que le hizo bien la curada.
- Dar 1 curada diaria por 3 días consecutivos.

Receta proporcionada por Doña Sofía
Ponce Flores,
madre de familia, Xico, Ver.

PARA EL RESFRÍO

Padecimiento en algunas personas que en alguna ocasión vistieron (le pusieron la mortaja), a un difunto.

SINTOMAS: Dolor de cabeza y cuerpo y no tiene fuerza en los pies.

PARA CURARSE, NECESITAN LO SIGUIENTE:

- 5 hojitas de Laurel.
- 1 diente de Ajo.
- 1 rama de Maltantzin.
- 1 rajita de Canela.

PREPARACION:

- En un traste limpio echamos 1/2 litro de agua y se ponen a hervir por un espacio de 10 minutos.
- Ya que hirvió el tiempo requerido, le agregamos: el Laurel, el Ajo, el Maltantzin, y la Canela. Tapamos el traste y lo retiramos del fuego.
- Tomar 1 taza 3 veces al día: al levantarse, al medio día y antes de acostarse. Durante 10 días.

Receta proporcionada por Doña
Asuncio Coavixe Colorado,
curandera, Xico, Ver.

ANIMALES VENENOSOS

PICADURAS DE ANIMALES PUNZANTES (ARAÑAS, VIBORAS).

PARA ESTO SE REQUIERE:

1/2 litro de Aguardiente de Caña o Alcohol de 96°.

1/2 penca de Cruceta.

1 frasco oscuro (color ámbar) limpio (puede servir una botella de cerveza).

PREPARACION:

- Lavamos muy bien la Cruceta. La pelamos, y la picamos en pedazos pequeños y la echamos al frasco. Le agregamos el Alcohol. Tapamos muy bien el frasco o botella y en algún lugar oscuro la dejamos reposar por un espacio de 20 ó 30 días.
- Transcurrido el tiempo requerido, sacamos el frasco y con un trapo limpio, colamos el Alcohol, vaciándolo en otro frasco (oscuro). Lo tapamos muy bien, y lo ponemos en nuestro Botiquín.

En caso de piquete, tomar una copita y untarse un poco en el lugar afectado (si no tiene frasco oscuro, lo puede hacer en uno claro, y envolverlo con papel periódico para que no le afecte la claridad).

Receta de Agustín Rodríguez,
campesino, Col. Juan P. II. Cosautlán,
Veracruz.



Centro de
Información y
Documentación

Alberto Beitrán



004351

ASOCIACION VERACRUZANA DE COMUNIDADES POPULARES, A.C.
X.E.Y.T. RADIO TEOCELO
TEOCELO, VERACRUZ
BARRIO SAN PEDRO S/N. TEL. Y FAX: 91 282 10047

UNIDAD REGIONAL CENTRO DE VERACRUZ
DIRECCION GENERAL DE CULTURAS POPULARES
CONSEJO NACIONAL PARA LA CULTURA Y LAS ARTES

