

Utilización de remedios naturales en el cuidado de los hijos

L. González Santalucía^a, E. Crespo Mirasol^b,
MV. Zafra Sánchez^c, G. Puig Lara^d

^aDiplomada en Enfermería. Máster en Salud Pública
y Comunitaria por la Universidad de Barcelona. CAP Ramón Turró.

^bComadrona. Máster en Salud Pública y Comunitaria por la Universidad de Barcelona.

^cDiplomada en Enfermería. Máster en Salud Pública
y Comunitaria por la Universidad de Barcelona. ABS Vall d'Hebrón

^dDiplomada en Enfermería. Máster en Salud Pública
y Comunitaria por la Universidad de Barcelona.
Barcelona.

Rev Pediatr Aten Primaria 2004; 6: 379-387

Lara González Santalucía, larisags@terra.es

Resumen

Pese a los grandes avances de la medicina, persiste un recorrido alternativo hacia otras respuestas preventivas y terapéuticas.

Objetivos: *identificar la utilización de remedios naturales por parte de las madres en la resolución de problemas de salud de sus hijos, identificar en cuáles de las dolencias seleccionadas estos recursos son aplicados e identificar el origen de estos saberes y prácticas y conocer el grado de confianza que tienen en ellos.*

Métodos: *estudio observacional descriptivo en dos Centros de Salud. Los sujetos de estudio fueron 75 madres de niños de 1 a 5 años. El instrumento utilizado fue un cuestionario con preguntas cerradas y abiertas.*

Resultados: *las dolencias en las que un mayor número de madres utiliza al menos un recurso son el resfriado, la diarrea y el estreñimiento. Los remedios más utilizados son: ingesta de agua de arroz y zanahoria, lavados nasales e ingesta de zumo de naranja natural. La mayoría de madres tiene un grado de confianza medio-alto en estos remedios. También destaca la familia como origen de estos conocimientos.*

Conclusiones: *el estudio muestra cómo la madre de familia no se limita a reproducir la prescripción médica, sino que articula la eficacia médica con las terapéuticas tradicionales. Es necesario que conozcamos los recursos que se utilizan a nivel familiar para así guiar nuestra acción educadora en la promoción de prácticas saludables.*

Palabras clave: *Medicina tradicional, Remedios caseros, Educación sanitaria.*

Abstract

Despite the big advances in medicine there's still an alternative way to have preventive and therapeutics answers. The objectives of the study were: identify how mothers use natural resources to resolve their children's health problems, identify in what diseases they use these alternative ways, identify the origin of these knowledge and practices, and finally, know the confidence in them.

The methodology used was an observational and descriptive study in two Primary Health Care Centres. The subjects of studying were seventy-five mothers with children between one and five years assigned in these Primary Health Care Centres. The instrument used was a questionnaire with closed and opened questions.

The diseases where mothers use at least one resource are: cold, diarrhoea and constipation. The cures more used were: rice and carrot's water, nasal washing and ingesting of natural orange juice. The majority of mothers had a middle-high confidence. The family is the origin of this knowledge.

The study shows how mothers not only use the medical prescription, they also combine it with traditional therapeutics. It's necessary to know the resources used in the families to guide our educational actions in the promotion of healthful practices.

Key words: *Traditional medicine, Home remedies, Health education.*

Introducción

La enfermera comunitaria debe conocer el entorno físico, social y cultural, la población, los problemas y sus recursos, promoviendo hábitos saludables y estimulando la autocompetencia y la participación para conseguir niveles más altos de bienestar^{1,2}.

El núcleo de los cuidados está constituido por la medicina popular, la cual contiene elementos primitivos pero también posee elementos derivados de la medicina científica³. El autocuidado de la salud es un hecho estructural y universal. Según algunas investigaciones, más de tres cuartas partes de los síntomas percibidos son resueltos en el propio domicilio⁴; en todo caso, el autocuidado está presente en la vida cotidiana a nivel

doméstico, destacando el papel protagonista de las mujeres en estas funciones.

El contexto cultural tiene un peso relativo superior al que pueda tener en la atención sanitaria en otras edades de la vida^{5,6}. La madre de familia es el punto donde se anudan operativamente los recursos para la salud y la enfermedad. Su función de cuidadora reúne la prescripción médica, la aplicación particular de esa prescripción y los recursos caseros tradicionales provenientes de diversos ámbitos de la vida pública^{7,8}.

Piñero⁷ afirma que para planificar una organización sanitaria eficaz y respetuosa hay que conocer las actitudes y la escala de valores, el vocabulario y los patrones de comportamiento de la cultura

popular en relación con la salud y la enfermedad. Desde 1976 la OMS tiene en cuenta los sistemas médicos extra-académicos en sus programas, resaltando las funciones asistenciales y preventivas que muchos desempeñan en culturas concretas. El recurso tradicional resulta evidentemente mucho más barato que cualquier otro recurso asistencial. Autores como Menéndez⁸ defienden las representaciones y prácticas populares referidas al proceso salud/enfermedad/atención como el eje a partir del cual giraría la organización de los sistemas locales de salud. Todos estos aspectos justifican el interés por la cuestión que pretendemos abordar.

Tras una extensa búsqueda bibliográfica, podemos afirmar que la cuestión ha sido poco tratada desde el ámbito de las ciencias de la salud.

Material y métodos

Se trata de un estudio observacional descriptivo transversal realizado entre enero de 2002 y mayo de 2003. El estudio se ha realizado sobre una muestra de 75 madres, cuyos hijos, entre 1 y 5 años, acuden al pediatra: (ABS) Área Básica de Salud San Miquel de Granollers y (CAP) Centro de Atención Primaria Mutua de Rubí. Los criterios de exclusión fueron: madres que sufran de-

fectos sensoriales graves y madres inmigrantes extracomunitarias, dadas las diferencias culturales y las dificultades idiomáticas. Para la selección de la muestra se utilizó un muestreo no probabilístico consecutivo.

Se diseñó un cuestionario que incluía la totalidad de las variables. Con el objetivo de facilitar su cumplimentación se administró de forma indirecta, empleando un encuestador. Con la finalidad de detectar posibles errores de comprensión, redacción y presentación, se realizó una prueba piloto previa a la aplicación final.

Se realizó el análisis descriptivo de las variables en estudio mediante la obtención de medias y desviaciones estándar para variables cuantitativas (edad de la madre, número de hijos y edad del hijo menor) y proporciones para variables cualitativas (dolencias, remedios, grado de confianza y origen de los conocimientos). El programa estadístico utilizado fue el SPSS 9.01.

Resultados

La población estudiada fue finalmente de 75 madres. La edad media de las encuestadas fue de 33,3 años, con una desviación estándar (DE) de 5,04. La media del número de hijos fue de 1,6 (DE 0,71). En cuanto a la edad del hijo me-

nor, la edad media fue de 2,1 años (DE 1,34). Respecto al nivel de instrucción, un 30,7% de las madres encuestadas tenía estudios primarios, un 34,7% estudios secundarios y un 32% estudios universitarios. Del total de madres se encontró que un 61,3% trabajaba fuera del hogar y un 38,7% no trabajaba.

Todas las encuestadas usan remedios populares en alguno de los casos. La media de remedios usados es de 11,7 remedios por cada madre, con un rango entre 5 y 19 remedios.

Las dolencias en las que un mayor número de madres utiliza algún recurso son: el resfriado (97,3%), la diarrea (96%) y el estreñimiento (94,6%). En el caso de las quemaduras (21,3%) y en el de la tos (17,3%) hay un mayor número de madres que no utiliza ningún recurso natural (Tabla I).

En general, los remedios más utilizados por las madres en el cuidado de sus hijos son: ingesta de agua de arroz y za-

nahoria (92%), lavados nasales con suero fisiológico (82,7%) e ingesta de zumo de naranja natural (76%). En cambio, los menos utilizados son: cebolla (41,3%) y aplicación de aceites y otros ungüentos (12%) (Tabla II).

Los remedios naturales más comúnmente usados en cada dolencia quedan reflejados en la Tabla II y la Figura 1.

- Para la fiebre: el baño tibio (69,3%).
- Para los cólicos: la dieta blanda (68%).
- Para la tos: humidificación ambiental (60%).
- Para la diarrea: ingesta de agua de arroz más zanahoria (92%).
- Para el estreñimiento: zumo de naranja natural (76%).
- Para el resfriado: lavados nasales con suero fisiológico (82,7%).
- Para las quemaduras leves: aplicación cutánea de agua fría (70,7%).

La dolencia en la que mayor número de madres utilizaba más de un reme-

Tabla I. *Uso de al menos un remedio natural según dolencias (%)*

Fiebre	92%
Cólicos	93,3%
Tos	82,7%
Diarrea	96%
Estreñimiento	94,6%
Resfriado	97,3%
Quemaduras	78,6%

Tabla II. Uso de remedios naturales según dolencias (%)	
Fiebre	
Baño tibio	69,3%
Paños húmedos	54,7%
Hidratación oral	48%
Cólicos	
Dieta blanda	68%
Masajes abdominales	65,3%
Infusiones digestivas	32%
Tos	
Humidificación ambiental	60%
Cebolla	41,3%
Vahos	4,3%
Diarrea	
Hidratación	68%
Ingesta de agua de arroz y zanahoria	92%
Manzana rallada	66,7%
Estreñimiento	
Dieta rica en fibra	74,7%
Zumo de naranja natural	34,7%
Hidratación	76%
Resfriado	
Lavados nasales con suero fisiológico	82,7%
Vahos	48%
Miel y limón	20%
Quemaduras	
Aplicación cutánea de agua fría	70,7%
Aplicación cutánea de pasta de dientes	29,3%
Aceites y otros ungüentos	12%

dio, es decir, combinaciones de 2 ó 3 remedios, es la diarrea (87,8%), seguida del estreñimiento (70,2%). En cambio, las dolencias en las que una mayor

proporción de madres utilizaba un remedio natural único son el resfriado (55,4%) y las quemaduras (50%) (Tabla III).

Figura 1. Consumo de remedios naturales según dolencia.

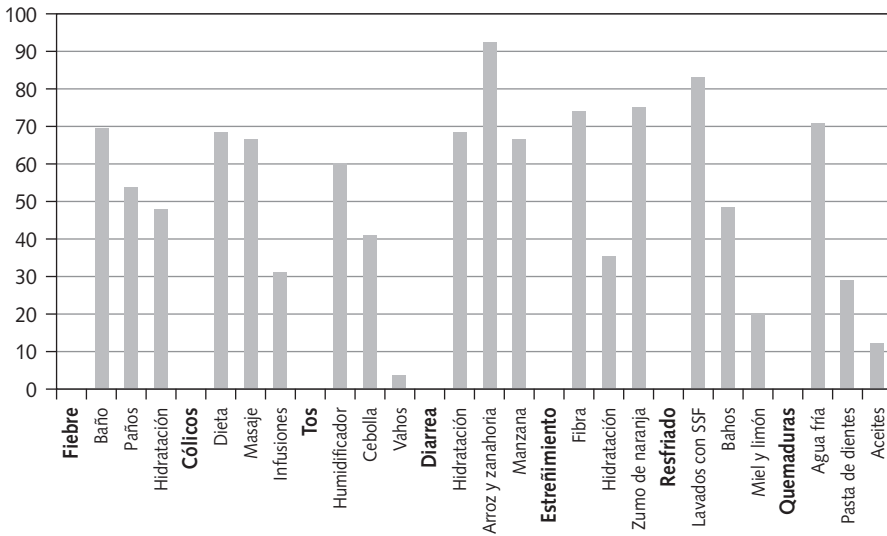


Tabla III. Uso de remedios naturales combinados según dolencia

	No usan nada	Usan sólo un remedio	Usan más de un remedio
Fiebre	8,1%	31,0%	60,8%
Cólicos	6,7%	40,5%	52,7%
Tos	17%	35%	47%
Diarrea	4,0%	8,1%	87,8%
Estreñimiento	5,4%	24,3%	70,2%
Resfriado	2,7%	55,4%	41,8%
Quemaduras	21,6%	50%	28,3%

Los resultados de las encuestas indican que un 4% de las madres tienen una baja confianza en los remedios naturales, un 61,3% tienen una confianza media, el 22,7% alta y un 12% muy alta. Por tanto, un 84% del total tienen una confianza media-alta.

Respecto al origen de los conocimientos de los recursos populares, en el 76% de los casos la familia estaba incluida como fuente de información, los medios de comunicación aparecen en un 22,9% y los servicios de Pediatría en un 47,3% del total. En cuanto a la exclusividad de la

fuente, los conocimientos proceden exclusivamente de la familia en un 35,1% de los casos, en contraposición a los medios de comunicación, que ocupan un 4,1% o los servicios de pediatría, un 13,5% (Tabla IV).

Discusión

Según los resultados hallados en nuestro estudio, todas las madres utilizan algún remedio natural para alguna dolencia. Podemos ver que la autoatención es una pauta constante en el cuidado de los hijos y ocupa un lugar importante en el sistema de atención a la salud. Estos resultados son comparables con los estudios realizados en México en los años 90, donde las medidas caseras fueron utilizadas en el 43% de los casos, lo que pone de manifiesto que la autoatención era la primera alternativa¹⁶. Es por tanto obvio que las madres no están "vacías" de conocimientos ni llenas de supersticiones y prejuicios, sino que gestionan sus problemas de salud y los de sus hijos a partir de una realidad rica y compleja

que nosotros debemos conocer y no podemos subestimar.

La autoatención en salud, si bien nace de la cultura popular, incorpora también saberes de la medicina tradicional e influencias de los medios de comunicación, tal y como plantean autores como Ackerknecht⁷. En este sentido, queda justificado el importante papel que podemos desempeñar los profesionales sanitarios en cuanto a la potenciación de un uso racional y complementario de determinados remedios naturales ya instaurados en el seno de las familias. Puesto que la mayor parte de las madres utiliza algún remedio natural y su grado de confianza es mayoritariamente medio-elevado, podríamos recomendar desde los servicios de salud su utilización racional y eficaz para devolver a las familias la responsabilidad sobre su propia salud. Esta aportación, si bien no es decisiva, cobra un papel importante en sociedades donde se produce una desfinanciación de la sanidad pública. Los remedios populares son de

Tabla IV. Origen de los conocimientos sobre recursos naturales (%)

	Familia	Medios comunicación	Servicio Pediatría
Exclusivamente	35,13%	4,05%	13,51%
En combinación con otra fuente	33,3%	12%	26,6%
En combinación con dos fuentes	6,66%	6,66%	6,66%

bajo coste para las familias y para el sistema sanitario, además de ser aceptados y utilizados. Una potenciación de su uso podría contribuir a la disminución del gasto farmacéutico relacionado con la automedicación y de la medicación indiscriminada e innecesaria.

Parece que la mayor parte de los remedios naturales utilizados por las madres tienen relación con la alimentación y la hidratación. Aunque en general opinamos que las madres utilizan de manera racional y acertada la mayoría de los remedios naturales, hay casos en los que desde los servicios de Pediatría se debería actuar. En el caso de la fiebre nos parece remarcable el escaso uso de la hidratación oral. Ocurre lo mismo con los cólicos y los masajes abdominales. Quizás se debería incidir desde los programas de educación sanitaria en estas prácticas. Por otro lado, en el caso de la tos, los resultados nos sugieren un bajo uso de remedios para solventarla, a diferencia del resfriado. Se podría incidir en el uso de vahos, cebolla o miel y limón como recursos válidos para el tratamiento de la tos. Cabe señalar además que siendo la diarrea y el estreñimiento dos de las dolencias en las que más se usan remedios naturales, sin embargo la diarrea supera al estreñimiento, bien por considerarla como

problema más agudo e importante, y el estreñimiento un problema crónico más banal, o bien por un mayor uso de laxantes farmacológicos en el caso del estreñimiento. Esto nos da motivos para insistir desde nuestros lugares de trabajo en la ingesta adecuada de fibra para vencer y prevenir el estreñimiento en edades infantiles. Las quemaduras, en cambio, son una de las dolencias en que menos remedios naturales se emplean y algunos de los que se utilizan, aunque minoritariamente, son inadecuados e incluso nocivos, como la pasta de dientes o los ungüentos. En este punto también deberíamos incidir en un cuidado escrupuloso de las quemaduras, recomendando atención sanitaria en muchos casos para evitar sobreinfecciones y complicaciones en lesiones cutáneas leves.

Queda patente el importante papel que podemos desempeñar las enfermeras en nuestro rol de educadoras para promover prácticas saludables en el seno de las familias, en el seno de la comunidad a la que atendemos. Y para empezar a educar, debemos conocer qué saben, qué hacen, cómo y por qué, y esto es lo que hemos pretendido con este estudio. En este sentido, creemos que serían necesarios más estudios al respecto para llegar a mejores conclusiones.

Conclusiones

- La población estudiada, con una edad media de 33,3 años y una media de hijos de 1,6, es heterogénea en cuanto al nivel de instrucción y mayoritariamente trabaja fuera del hogar.
- Todas las encuestadas usan remedios populares en alguna de las dolencias, con una media de 11,7 remedios por madre.
- Las dolencias en las que un mayor número de madres utiliza algún recurso son: el resfriado, la diarrea y el estreñimiento, y en las que menos son quemaduras y tos. Los remedios más utilizados son: ingesta de agua de arroz y zanahoria, lavados nasales con suero fisiológico e ingesta de zumo de naranja natural.
- El nivel de confianza en los remedios naturales es mayoritariamente medio-alto.
- Respecto al origen de los conocimientos en cuanto a recursos populares, la familia, vecinos y/o amigos aparecen como principal fuente de información, seguidos de los servicios de Pediatría y de los medios de comunicación.

Bibliografía

1. Úbeda I. La enfermera comunitaria. En: Caja C, editor. *Enfermería Comunitaria III*. 2.^a edición. Barcelona: Masson, 2003.
2. Fernández C, Novel Martí G. *El Proceso de Atención de Enfermería; Estudio de Casos*. Barcelona: Masson, 1999.
3. Ackerknecht EH. *Medicina y antropología social*. Madrid: Akal, 1985.
4. Comelles JM. *Enfermedad, cultura y sociedad. Un ensayo sobre las relaciones entre la antropología social y la medicina*. Madrid: Eudema, 1993.
5. Zola IK. *Cultura and symptoms: an analysis of patients presenting complaints*. *Am Sociological Rev* 1966; 31: 615-630.
6. Alluè X. De qué hablamos los pediatras cuando hablamos de factores culturales. En Perdiguero E, editor. *Medicina y cultura. Estudios entre la antropología y la medicina*. Barcelona: Ediciones Bellaterra, 2000.
7. Piñero JM. La folkmedicina es útil para la planificación sanitaria. *Diario Médico*, 19/01/2000. Entorno. Disponible en <http://www.diariomedico.com/entorno/ent190100conseis.html>
8. Menéndez EL. El saber popular como proceso de transformación. Tipos de articulación entre la biomedicina y la medicina popular. En: González Alcantud JA, editor. *Crear y curar: la medicina popular*. Granada: Biblioteca de Etnología, 1996.

