

Foto: Dr. Hans-Martin Hint

definición clara de la medicina tradicional. Hay sin embargo, una variedad enorme de métodos para tratar las enfermedades. Estos métodos están basados en experiencias personales o en conocimiento compartido por muchas generaciones. Aunque hubiera cierta evidencia buena basada en la investigación científica de la efectividad de las medicinas tradicionales, la gente usa métodos tradicionales principalmente debido a su propia experiencia basada en sus propias observaciones. Esto es, de hecho, el único rasgo común de todos los diferentes métodos de tratamiento de las enfermedades que llamamos *medicina tradicional*.

Para facilitar nuestra comprensión, puede ser útil dividir la medicina tradicional en tres grupos distintos:

■ **Medicina popular** Desde la niñez, la gente usa plantas medicinales para tratar la mala salud y las enfermedades, a menudo con gran efectividad. En la RD del Congo oriental, las madres de la tribu de Bashi, por ejemplo, dan a beber dos o tres gotas de hojas estrujadas de *Tetrademia riparia* a sus bebés en los casos de calambres abdominales. Para tratar la fiebre, la gente busca hojas del árbol *Vernonia amygdalina* (normalmente conocido como 'hojas amargas') y para

## Medicina tradicional y moderna: la necesidad de cooperación

por Markus Müller y Innocent Balagizi

Abrimos un seminario sobre medicina tradicional en Asmara, Eritrea, con la pregunta, '¿Tiene alguno de ustedes experiencia con la medicina tradicional?' Hubo un silencio completo, incluso hostil, en el cuarto. Finalmente algunos participantes dijeron, 'Nosotros somos cristianos. No tenemos nada que ver con eso.'

Luego presentamos una planta *Datura stramonium* que simplemente habíamos recogido justo delante del centro de capacitación y explicamos cómo la usamos en los hospitales en el Congo. De repente los participantes se animaron de nuevo. Todos conocían esta planta. Supimos que se usaba en las familias de los participantes para muchas dolencias, desde el dolor de muelas a los abscesos y los calambres abdominales. ¡Por fin, hablamos casi durante una hora solamente sobre los usos de esta planta!

Esta fuerte reacción a la medicina tradicional frecuentemente se encuentra en muchas partes del mundo. En Uganda, un paciente me dijo, 'Todos nosotros la usamos pero no nos gusta hablar sobre eso, por lo menos no delante de un doctor misionero.'

### ¿Qué es la medicina tradicional?

Parte del problema es que éste es un asunto complicado. No hay sólo una

### EN ESTE NUMERO

- Jardines medicinales
- Cartas
- Estudio de caso de la RD del Congo
- Producción de medicinas
- Medicinas naturales: el trabajo de Anamed
- Paludismo: una nueva solución
- Estudio de la Biblia: el don de las medicinas tradicionales
- Recursos
- Estudio de caso: prácticas tradicionales de parto
- Cómo encontrar líderes de la comunidad

## Paso a Paso

ISSN 0969-3858

*Paso a Paso* es un folleto trimestral que une a los trabajadores sanitarios con los trabajadores del desarrollo en todo el mundo. Tearfund, editores de *Paso a Paso*, esperan que las nuevas ideas creadas sean de ayuda y estimulen el trabajo comunitario. Es una forma de alentar a los cristianos de todo el mundo a trabajar juntos con la finalidad de crear una comunidad estable y unida.

*Paso a Paso* es gratis para la gente que trabaja en campañas de promoción de la salud y del desarrollo. Lo tenemos disponible en inglés, francés, español y portugués. Aceptamos con gratitud cualquier donación.

Invitamos a nuestros lectores a contribuir, dándonos sus puntos de vista y enviándonos cartas, artículos y fotos.

**Directora:** Isabel Carter  
PO Box 200, Bridgnorth, WV16 4WQ, Inglaterra

Tel: +44 1746 768750

Fax: +44 1746 764594

E-mail: [footsteps@tearfund.org](mailto:footsteps@tearfund.org)

**Encargada de idiomas:** Sheila Melot

**Comité editorial:** Ann Ashworth, Simon Batchelor, Mike Carter, Paul Dean, Richard Franceys, Martin Jennings, Ted Lankester, Simon Larkin, Sandra Michie, Nigel Poole, Alan Robinson, Rose Robinson, José Smith, Ian Wallace

**Ilustraciones:** Rod Mill

**Diseño:** Wingfinger Graphics

**Traductores:** S Boyd, L Bustamante, Dr J Cruz, S Dale-Pimentil, T Dew, N Edwards, R Head, J Hermon, M Leake, E Lewis, M Machado, O Martin, J Martinez da Cruz, N Mauriange, J Perry

**Lista de correos:** Escribanos con una breve descripción de su trabajo, especificando el idioma que desea a: Footsteps Mailing List, 47 Windsor Road, Bristol, BS6 5BW, Inglaterra.

**Cambio de dirección:** Por favor, indique el número de referencia de la etiqueta que lleva su dirección al darnos a conocer un cambio de dirección.

**Los artículos e ilustraciones** de *Paso a Paso* pueden ser adaptados para uso en material de capacitación, para estimular la salud y el desarrollo rural, con tal de que el material se distribuya gratis y se le dé crédito a *Paso a Paso*, Tearfund. Se debe pedir autorización antes de reproducir el contenido de *Paso a Paso*.

**Las opiniones y puntos de vista** expresados en las cartas y artículos no necesariamente reflejan los puntos de vista de la directora o de Tearfund. La información provista en *Paso a Paso* se verifica con todo el rigor posible, pero no podemos aceptar responsabilidad por cualquier problema que pueda ocurrir.

**Tearfund** es una agencia cristiana evangélica de asistencia y de desarrollo que trabaja en asociación con organizaciones locales para traer ayuda y esperanza a comunidades alrededor del mundo que tengan necesidades. Tearfund, 100 Church Road, Teddington, Middlesex, TW11 8QE, Inglaterra. Tel: +44 20 8977 9144

**Publicado por Tearfund**, compañía limitada.  
Reg. en Inglaterra No 994339. Reg. de caridad No 265464.

## Ejemplos de medicinas herbarias

Estas son algunas de las medicinas usadas en el Hospital de Nebobongo, la RD del Congo:

Problema de salud	Nombre latino de la planta	Parte de la planta y preparación
infección de lombriz nemátodo	<i>Carica papaya</i>	semillas (crudas o secas)
heridas infectadas	<i>Carica papaya</i>	la fruta verde
disentería amebiana, asma	<i>Euphorbia hirta</i>	la planta entera para té
bronquitis	<i>Eucalipto globulus</i>	hojas para tintura
estreñimiento	<i>Cassia occidentalis</i>	hojas para té
dolor reumático	<i>Capsicum frutescens</i>	fruta pulverizada para ungüento
quemaduras	<i>Aloe ferox</i>	la gelatina de las hojas
desórdenes del sueño	<i>Passiflora edulis</i>	hojas secas para té
paludismo	<i>Artemisia annua</i>	hojas secas para té
náusea	<i>Zingiber officinale</i>	rizoma fresco

tratar las lombrices intestinales, se usan las hojas de la pequeña hierba *Celosia trigyna*.

Hay dos cosas en común en estos tratamientos:

- Son proporcionados y usados por los pacientes o los miembros de su familia.
- Son gratuitos.

Se intercambian observaciones sobre el uso de estas plantas libremente entre las familias y no hay ningún secreto sobre su uso.

Algunas plantas medicinales también se usan como alimento, otras sólo se usan medicinalmente.

■ **Las medicinas de los curanderos tradicionales** Para los problemas de salud especiales que son difíciles de tratar, los pacientes buscan ayuda de la gente que practica la medicina moderna o tradicional.

Los curanderos tradicionales son a menudo especialistas. Pueden encontrarse parteros tradicionales en casi todos los pueblos. Otros curanderos tradicionales son los componedores de huesos o especialistas en enfermedades mentales o crónicas. A menudo el trabajo de los curanderos no se limita a los problemas de salud físicos. Problemas sociales y religiosos como los conflictos entre la gente o conflictos entre el hombre y los demonios o dioses se ven a menudo como la causa de enfermedades y por lo tanto el tratamiento implica procedimientos religiosos o sociales.

Contrariamente a la medicina popular, los procedimientos de tratamiento de los curanderos son confidenciales y no pueden discutirse abiertamente. Sólo pueden transferirse de generación en generación dentro de la familia del curandero y los curanderos deben recibir pago por su trabajo. El precio del tratamiento depende a menudo de la condición social del paciente. El pago se hace a menudo con mercancías como pollos o cabras.

En círculos cristianos, los curanderos tradicionales generalmente son sospechosos o incluso temidos, porque pueden trabajar con poderes espirituales que están en conflicto con las creencias cristianas – pero hay también curanderos como los parteros y hierbateros tradicionales que están bien integrados en comunidades de la iglesia.



Plantando *Artemisia annua* var *anamed* en Adol, Sudán del Sur: un enfoque comunitario.

Foto: Dr. Markus Müller

■ **Sistemas conceptuales de medicina tradicional** Hay también sistemas holísticos de medicina tradicional que no sólo están basados en conocimiento basado en la observación, sino también en teorías bien documentadas sobre las causas de la mala salud. *Ayurveda* en la India, los *unani* en los países árabes o la medicina tradicional china son ejemplos importantes de tales sistemas.

## Plantas medicinales en la atención de salud primaria

En muchos países tropicales, la gente tienen poco acceso a la medicina moderna. En las regiones remotas del noreste de la RD del Congo donde nosotros trabajamos, no hay virtualmente ninguna infraestructura para el transporte de medicinas importadas, aun cuando la mayoría de los pacientes pudiera comprarlas.

Dado este trasfondo, nos preguntamos si la producción local de medicinas de las plantas medicinales pudiera ser útil. Empezamos usando algunas plantas muy conocidas para tratar problemas médicos comunes para los que había disponible bibliografía sobre dosificación, efectividad y efectos secundarios. Después plantamos un jardín de plantas medicinales y, con el permiso de las autoridades regionales de salud, produjimos y usamos algunas medicinas herbarias cuando las medicinas importadas no estaban disponibles (ver ejemplos en la tabla de la página 2). La mayoría de estas medicinas fueron apreciadas por los pacientes y, como resultado, se establecieron varios jardines medicinales, con tremenda participación de la comunidad.

En los últimos años, la RD del Congo ha sufrido tiempos muy duros. Algunos centros de salud han sido completamente vandalizados. En tales casos la producción local de medicinas herbarias continuó aún y ha permitido a estos centros ofrecer sus servicios una vez más.

## Un foro de medicina tradicional y moderna

También hemos animado un foro para los curanderos tradicionales, médicos y enfermeras, administradores de servicio de salud y autoridades políticas. Aquí discutimos problemas de salud y las contribuciones a la atención de salud hechas por la medicina tradicional y moderna. Algunos puntos han sido muy delicados. Los médicos estaban escépticos sobre la efectividad y los posibles efectos secundarios de la medicina tradicional y

cuestionaron la ética que está por debajo de esta forma de tratamiento.

Los curanderos tradicionales habían aprendido, por experiencia, a ser cautos, y no querían que se investiguen sus procedimientos de tratamiento sin que se garantizara la protección de su conocimiento. Para sorpresa del personal médico, ellos se quejaron también de las bajas normas éticas de la medicina moderna.

En particular, nuestro trabajo con *Artemisia annua* (de la que se derivó un nuevo grupo de medicinas antipalúdicas muy eficaces – ver la página 12) ha ayudado a animar la plena participación de todos los participantes en este foro. Trabajando juntos, aprendimos mucho los unos de los otros. Estamos convencidos de que, mejorando la colaboración entre la medicina tradicional y la moderna, haremos una contribución significativamente mejor a la atención de salud que podría hacer cada una por sí sola.



Foto: Geoff Crawford, Tearfund

*En muchos países, la gente tiene poco acceso a la medicina moderna.*

*Markus Müller es un doctor en medicina y trabajó durante muchos años en la RD del Congo. Ahora está basado en el German Institute of Medical Mission (Instituto Alemán de Misión Médica), PO Box 1307, D-72003 Tübingen, Alemania.*

*Inocent Balagizi es un biólogo que trabaja en Bukavu, la RD del Congo, con especial énfasis en las plantas medicinales tradicionales. Su dirección es BP 388, Cyangugu, Ruanda.*

## EDITORIAL

La medicina tradicional es un asunto que toca a todos, ya que todos estamos interesados en nuestra propia salud. Todos habremos experimentado algún tipo de medicina tradicional probablemente desde la niñez en adelante. Los remedios herbarios forman parte de nuestras culturas, pero tal conocimiento se está perdiendo rápidamente. La medicina moderna tiene la mayoría de las respuestas a los problemas de salud, pero no siempre está disponible o al alcance del bolsillo. Además, muchos países experimentan dificultades considerables para obtener suministros médicos.

En la Biblia en Apocalipsis 22:1-2, leímos que Dios ha dado las hojas del árbol de la vida para la curación de las naciones. Hasta ahora sólo el 1% de las especies de planta de los bosques del mundo se ha analizado para establecer sus componentes químicos. Es probable que muchas más tengan propiedades curativas. La biodiversidad de nuestro mundo, que consideramos en *Paso a Paso 47*, tiene muchos más secretos por descubrir, a menos que seamos descuidados de nuestra herencia.

Se estima que el 80% de la población del mundo todavía depende de medicinas tradicionales para su seguridad de salud. Muchos medicamentos modernos se hacen de fuentes naturales, a menudo imposibles de fabricar sintéticamente.

El animar el uso de medicinas tradicionales no es simple y necesitamos consideración y discusión cuidadosas para asegurar que sólo los aspectos beneficiosos se usen con seguridad. Siempre hay que consultar primero a los especialistas médicos calificados. Esperamos que hayamos proporcionado bastante información para animar sabiduría y cautela. El valor de las medicinas tradicionales fue animado por la Organización Mundial de la Salud en 1987 cuando se declaró que 'los Estados miembros deben: incluir a los curanderos tradicionales en la atención de salud basada en la comunidad, apoyar la investigación sobre las plantas curativas usadas tradicionalmente y desarrollar un intercambio con otros países en el campo de la medicina tradicional.'

Nuestros contribuyentes han tenido todos muchos años de experiencia en esta área y tienen mucho que enseñarnos.

*Isabel Carter*

Datos de *Conserving Indigenous Knowledge* (Cómo conservar el conocimiento autóctono) – un estudio comisionado por el Programa de Desarrollo de las Naciones Unidas



## Jardines medicinales

El cultivo de las plantas medicinales asegura que se preserven para nuestro propio uso y para las generaciones futuras. Muchas **frutas** proporcionan medicinas así como alimento. Estas incluyen el plátano, la piña, la morera, la fruta de la pasión (maracuyá) y la papaya. Las **plantas alimenticias** que también proporcionan medicina incluyen la cebolla, el ajo, la chufa, la berza, el chile, el café, el zapallo, el girasol, el camote (batata), el arroz, el maíz, el gengibre, la pimienta negra y el sésamo (*Sesamum indicum*).

Otras plantas se cultivan sólo por sus cualidades medicinales y son esenciales en un jardín medicinal. La variedad de plantas variará según el país pero puede incluir la maravilla africana (*Tagetes erecta*), tephrosia (*Tephrosia vogelii*), la vinca (*Vinca rosea*), el estramonio (*Datura stramonium*), el achiote (*Bixa orellana*), tithonia (*Tithonia diversifolia*) y el hibisco africano o sabdarifera (*Hibiscus sabdariffa*). Asegurarse que una colección demasiado entusiástica no signifique que estas plantas se mueran sin cultivar.

### Setos de contorno

Antes de plantar plantas medicinales, plantar setos vivos a lo largo de las líneas de contorno para prevenir la erosión de la tierra, fertilizar el terreno y proporcionar sombra. Las líneas deben estar entre 2-4 metros de distancia en terreno inclinado y 5 metros de distancia en la tierra a nivel. Las especies útiles incluyen:

- pasto limon o lemon grass (*Cymbopogon citratus*), una planta medicinal
- leucaena (*Leucaena leucocephala*), una leguminosa que mejora la fertilidad de la tierra
- *Cassia spectabilis* que crece prontamente de esquejes de un metro de largo

- guandul (*Cajanus cajan*)
- moringa (*Moringa oleifera*) que produce hojas comestibles y frijoles que son ricos en proteínas, vitaminas y minerales.

Todos los años a comienzos de la estación lluviosa, podar los setos a una altura de aproximadamente un metro, y enterrar las hojas en la tierra.

### Arboles

Plantar árboles frutales alrededor de los bordes o al costado del jardín. Dependiendo del suelo, clima y altitud, incluir mangos, tamarindo, naranjos, papayos, guayaba y árboles del aguacate. Todas estas frutas son ricas en vitaminas A y C.

Plantar árboles de neem si el clima lo permite. Estos tienen muchas propiedades medicinales, insecticidas y otras. Crecen bien, incluso en climas secos.

### Métodos de plantación

Si es posible, hacer dos jardines – un **jardín de muestra** y un **jardín de producción**. Para el jardín de producción, es útil establecer un vivero para propagar semillas y esquejes pequeños. Es mejor sembrar en líneas alternadas o mezclar las varias plantas medicinales, de la misma manera que en estado silvestre. De esta forma las plantas se dan sombra entre ellas y es posible recolectar una cosecha también en la estación seca.

Aprender de la experiencia si las plantas crecen mejor a todo sol o en la sombra, y si necesitan mucho o poco riego. Observar cuidadosamente dónde parecen florecer en forma silvestre.

Reservar una pequeña área como jardín de muestra.



Los naranjos son buenas fuentes de vitaminas A y C.

Foto: Isabel Carter, Tearfund

### Jardín de muestra

Reservar una pequeña área como jardín de muestra que se puede usar para propósitos de instrucción con personal médico, curanderos tradicionales, escolares y maestros. Plantar muestras de cada planta conocida por su uso en medicina tradicional. Poner este jardín cerca del camino – por ejemplo cerca de la entrada a una clínica u hospital – para que todos los que pasen puedan verlo.

### Etiquetado de las plantas

En el jardín de muestra, dar a cada planta una etiqueta en la que se escribe tanto el nombre local como el nombre científico y sus usos. Se pueden cortar planchas de hierro y cubos de plástico viejos para hacer útiles etiquetas permanentes. Escribir con un marcador permanente. El nombre científico es importante, ya que los visitantes de otros países – o quizá incluso los del pueblo cercano – pueden conocer las plantas por nombres locales bastante diferentes.



Información proporcionada por el Dr Keith Lindsey y el Dr Hans-Martin Hirt de Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Alemania.



Foto: Dr. Markus Müller



## Colectores de lluvia

La información en *Paso a Paso* ha ayudado a la gente a construir tanques de ferrocemento para el agua de lluvia. Sin embargo, muchas personas necesitan saber cómo evitar que los mosquitos se reproduzcan en estos tanques. Aquí hay algunos pasos prácticos que he desarrollado para hacer una cubierta en forma de bóveda:

- Medir el diámetro de la cima del tanque y agregar 3–4cm.
- Cortar un pedazo de cuerda de exactamente la mitad de esta longitud.
- Marcar un punto central en tierra rasa y girar la cuerda alrededor de este punto para dibujar un círculo en la tierra.
- Excavar un poco de tierra y apisonar firmemente para formar una depresión suave.
- Cubrir la tierra con papel o sacos.
- Poner 6mm (1/4 de pulgada) de alambre de metal a través del círculo en ambas direcciones a aproximadamente 6–10cm de distancia y atarlo.



Foto: Dickson Tenywa

- También, si hay malla de gallinero o cualquier malla disponible, ponerla encima.
- Cubrir con una mezcla de cemento y de arena firme (una parte de cemento por tres de arena) para que la tapa sea de 2–3cm de espesor.
- Cubrir con harpillera húmeda y dejar endurecer durante varios días.

Si se requiere una apertura pequeña en la tapa, primero poner una cubeta o una lata entre los alambres antes de aplicar la mezcla. Hacer una tapa usando malla de mosquitero o una cubeta que se ajuste en forma firme.

También se puede usar este método para hacer una tapa plana – simplemente hacer la tapa en terreno plano. Sin embargo, una tapa en forma de bóveda es más sólida.

*Dickson Tenywa  
The Rain Harvesters Technicians  
PO Box 15131, Kibuye  
Uganda*

## Bizcochos nutritivos

Soy enfermera y también opero un grupo para niños pequeños. Les enseñamos cómo trabajar y sobre la palabra de Dios. Al final de la reunión, para ganar su confianza, les damos dulces que nosotros hacemos, o bizcochos que compramos. Estos bizcochos son caros. Ya tenemos algunos ingredientes como soja, harina, azúcar. ¿Tienen los lectores recetas para hacer bizcochos para que nosotros podamos reducir nuestros gastos?

*Muanda Mimi Antoine  
BP 277, Boma, Bas Congo  
República Democrática del Congo*

## Enfermedad del ganado

Soy trabajador de salud y uso mi tiempo libre para ayudar a campesinos y a los grandes Bororo (ganaderos) que viven aquí en Kouhouat en el oeste del Camerún.

Recientemente un ganadero se me acercó con este problema. Hay una enfermedad que está atacando a las vacas. Primero la vaca empieza a masticarse seriamente el hocico, el segundo día empieza a producir mucha saliva y deja de comer durante varios días. Después de una semana las patas desarrollan un problema y la vaca será incapaz de moverse durante las próximas tres semanas. Descansa a la sombra. Si es una hembra con un ternero, la cantidad de leche disminuirá y luego la

*(Izquierda) Una de las tapas abovedadas de los Colectores de Lluvia.*

*(Derecha) Algunos de los miembros de APICAM en Camerún, con sus abejas.*

leche se teñirá de sangre. El ternero se morirá si es menor de dos meses de edad. Si la vaca está preñada, dará a luz un ternero muerto.

Los ganaderos la llaman *mborro*. Se extiende a través del pasto infectado. Sospecho que ésta debe ser una infección bacteriana o viral. ¿Ocurre esto en otros países? ¿Sabe alguien el nombre científico de esta enfermedad y dónde y cómo podemos conseguir una vacuna o medicamento para tratar esto? No hay ningún tratamiento en la actualidad y si una vaca contrae esta infección, todas las otras vacas en el rebaño se contagiarán.

*Ngah Edward  
CITEX Farmers  
c/o BBH Box 9, Nso, NWP  
Camerún*

## EL DR D E GOODMAN (MISIONES VETERINARIAS CRISTIANAS) CONTESTA:

*La condición de salud que usted describe coincide con la descripción de la fiebre aftosa. Debe ser confirmada lo más pronto posible mediante pruebas apropiadas a través de las autoridades veterinarias gubernamentales. Hay una vacuna disponible que puede ayudar a limitar su difusión. La enfermedad es muy contagiosa y no deben moverse los animales a otras regiones. Considere si los animales traídos de fuera del área podrían ser la fuente original de contagio.*

*Las Misiones Veterinarias Cristianas proporcionan un servicio de consulta para dar información sobre infecciones desconocidas en los animales. Ellos pueden enviar un formulario para que rellenen los agricultores para permitirle a CVM contestar a sus preguntas. Su dirección es:*

*CVM, PO Box 166, Turbeville, SC 29162, EE.UU.  
E-mail: comvetdrdeg@ftc-i.net*

## Apicultura en Camerún

Tuvimos el agrado de descubrir *Pas à Pas*. Somos miembros de los Apicultores de Camerún (APICAM). Somos una organización muy activa formada hace 14 años y estamos dispuestos a compartir nuestro conocimiento en apicultura con los lectores de *Paso a Paso*.

*Ruben Ngwe  
BP 14814, Yaoundé  
Camerún*



# Trabajo con medicinas tradicionales

por René Gayana Simbard

ESTUDIO  
DE CASO

El Instituto Pan-Africano de Salud de la Comunidad (IPASC) en la RD del Congo tiene varias secciones incluyendo capacitación, investigación, atención de salud, atención y consulta materno infantil.



Foto: Anamed

El uso de plantas locales con propiedades medicinales pueden reducir los costos de atención de salud.

La mayoría de las comunidades donde trabajamos son pobres y a la gente le falta a menudo el dinero para la atención de salud. En años recientes hemos notado un aumento en el número de gente que se muere de enfermedades comunes que son fáciles de tratar con medicinas. Investigamos por consiguiente cómo pudiéramos hacer uso de las plantas locales con propiedades medicinales para reducir los costos de atención de salud.

### Enfasis práctico

Para enfrentar este desafío, IPASC preparó un proyecto de investigación sobre la medicina tradicional. IPASC siempre ha incluido lecciones en medicina tradicional en su enseñanza pero hasta hace poco no dio énfasis a los aspectos prácticos. Ha tardado casi dos años para que este sueño se haga realidad. IPASC apunta a



identificar las plantas locales con propiedades medicinales, preparar medicamentos de ellas, examinar a los pacientes y, después de la consulta, proporcionarles tratamiento. Como resultado, hemos usado medicinas tradicionales para tratar el paludismo, la tifoidea, la disentería amebiana, las lombrices intestinales, las toses, la gastritis, las infecciones del oído, el reuma, la impotencia y muchas otras condiciones. Todos los tratamientos se prueban y comprueban primero. (Por supuesto, para los síntomas más serios, intentamos en lo posible encontrar la causa subyacente.)

Hemos trabajado estrechamente con Anamed en Kivu del Sur, con CRMS (Centro de la Investigación Multidisciplinario para el Desarrollo) en Bunia y el Centro de Terapia de Plantas en Bunia, así como con muchos curanderos tradicionales.

### Algunos de los problemas

Hemos encontrado varias dificultades:

- Algunos pacientes terminan su tratamiento en cuanto se sienten un poco mejor y ya no los vemos en el centro. Esto hace difícil saber cuán eficaz es el tratamiento.
- Cuando los pacientes se sienten mejor, se niegan a menudo a ser examinados o a que su condición sea supervisada por nuestro laboratorio.
- Los pacientes son muy renuentes a pagar por los tratamientos herbarios aun cuando nosotros sólo pedimos una suma muy pequeña.

René Gayana Simbard es el representante para la medicina tradicional en Nyankunde, IPASC, PO Box 21285, Nairobi, Kenya.  
E-mail: [ipasc@maf.org](mailto:ipasc@maf.org)

## Flash noticioso Tratamiento alternativo para la TBC

Ahora hay disponible un tratamiento alternativo para la gente que padece de tuberculosis. Esto implica tomar muchas menos píldoras que el tratamiento actual de 16 píldoras al día. La Organización Mundial de la Salud (OMS) dice que el nuevo tratamiento reduce el número de píldoras a sólo 3 ó 4 al día tomadas durante los 2 primeros meses, con sólo 2 al día durante los 4-6 meses siguientes. El tratamiento también es más eficaz en prevenir la difusión de formas de TBC resistentes a los medicamentos.

El nuevo tratamiento (conocido como CDF o *combinaciones de dosis fijas*) usa píldoras de combinación que contienen hasta cuatro medicamentos diferentes. Está basado en el actual tratamiento recomendado DOTS introducido por la OMS a mediados de los años noventa. CDF también reduce el costo del tratamiento.

Hay aproximadamente ocho millones de nuevos casos de TBC al año y por lo menos dos millones de personas se mueren debido a la TBC cada año en el mundo. El ochenta por ciento de pacientes de TBC se encuentra en Asia y Africa.

En la actualidad, los pacientes de TBC necesitan tomar hasta 16 píldoras al día durante por lo menos 2 meses, y luego hasta 9 píldoras al día durante los 4-6 meses siguientes para recuperarse totalmente. Muchos pacientes no completan su tratamiento una vez que se sienten mejor, con el resultado de que no se curan y se difunde más la resistencia a los medicamentos.

El Dr Spinaci de la OMS comenta, 'Este trabajo innovador con combinaciones de dosis fijas también podría desarrollarse para usarlo en el tratamiento de otras enfermedades contagiosas como el paludismo y el VIH/SIDA.'

# Producción de medicinas

La preparación de una medicina proveniente de una planta que contenga un elemento químico beneficioso varía según el elemento y la planta. A veces el elemento se extrae de las hojas usando agua hirviendo. A veces se extraen y se muelen las raíces. El proceso más básico y común para la producción de medicinas es el uso de líquido y calor.

Aquí hay una lista de algunos de los variados **procesos** que se pueden usar. Las páginas 8 y 9 contienen ejemplos de cómo se usan estos procesos para producir medicinas de sólo **siete plantas comunes**. Hay, por supuesto, centenares de plantas beneficiosas que pueden usarse. Nosotros simplemente hemos seleccionado unas pocas que son conocidas extensamente y que se han probado, se han experimentado y se han investigado científicamente.

## Extractos de agua fría

Esto se usa para ingredientes que son destruidos por el calor. Las hojas deben cortarse en trozos pequeños. Las raíces deben machacarse. Los ingredientes se remojan por la noche en agua fría. Usar dentro de un día.

## Té (o infusión)

Verter un litro de agua hirviendo sobre un manojo de hierbas. Dejar reposar y después de 15-20 minutos se filtra a través de una tela limpia. Usar dentro de un día.



## Infusión cocida

Hervir un manojo de hierbas en un litro de agua durante 20 minutos. Filtrar a través de una tela limpia. Usar dentro de un día.

## Jarabe

Si las hierbas saben demasiado amargas, puede hacerse un jarabe. Después de preparar un té o infusión cocida, filtrar el líquido y agregar una taza de azúcar a una taza del líquido. Calentar suavemente si fuese necesario para disolver el azúcar. Usar dentro de tres días.

## Tintura

Las tinturas contienen alcohol que ayuda a conservar los extractos herbarios. Usar alcohol medicinal de buena calidad. Normalmente se mezclan 100g de mezcla herbaria con un litro de una dilución de alcohol y agua (45-70% alcohol). La mezcla no se calienta sino que se vierte en una botella y se permite que repose en un lugar caluroso por una semana antes de filtrarse. Mientras más alto el volumen de alcohol, por más tiempo puede guardarse la tintura. Con 20% alcohol, podría conservarse durante dos años; con 40% o más de contenido de alcohol se podrá guardar durante cinco años.

## Ungüento

Los ungüentos usan aceite vegetal puro y cera. El aceite de palma de buena calidad hecho de granos de palma oleaginosa recogidos frescos y procesados es muy conveniente. También se puede usar aceite de oliva, aceite de chufa o aceite del árbol mantequero.

Secar las hojas y machacarlas hasta hacer un polvo fino. Mezclar una taza de este polvo con nueve tazas de aceite. Calentar la mezcla a baño maría, en dos ollas. La olla exterior más grande se llena hasta un

## ¡Atención!

Hay riesgos y efectos secundarios al usar plantas medicinales. Cada hierba, así como cada sustancia química, puede tener una gama de efectos; el efecto principal puede ser positivo para un paciente, negativo para otro e incluso peligroso para un tercero. Por ejemplo, una planta que es buena para la baja presión sanguínea, puede matar a una persona con alta presión sanguínea. Además, la cantidad de ingrediente activo en una planta puede variar según la variedad, la estación o la edad de la planta. Por esta razón no podemos asumir responsabilidad por cualquier resultado de usar estas recetas herbarias. Todo lo que podemos hacer es animar a que se tenga cuidado y atención.

Guardar notas y archivos cuidadosos de todas las hierbas, cantidades, tratamientos y efectos. Esto implica aprender constantemente de la propia experiencia, y estar en estrecho contacto con otros practicantes, para aprender también de su conocimiento y experiencias.

Cuando se tengan dudas, pedir ayuda.

cuarto con agua y se pone en la estufa. Se ponen el aceite y la materia de la planta en la olla interna más pequeña con una tapa. Asegurarse cuidadosamente de que el agua de la olla exterior no entre en la olla interna. Permitir que el agua hierva y cocer a fuego lento durante 60 minutos.

No intentar hacer esto sin usar un baño maría, ya que el recalentamiento arruina el aceite. Filtrar el aceite a través de una tela de algodón mientras todavía está caliente. Agregar una taza de cera caliente y limpia (usar cera de abejas, cera comercial o velas) mientras el aceite todavía está caliente y revolver durante un minuto.



Adaptado del libro *Medicina natural*, reseñado en la página 14.

# Remedios naturales

He aquí sólo unos pocos ejemplos de las recetas detalladas disponibles en el libro de Anamed sobre la *Medicina natural* (ver la página 14).

Algunas de las plantas descritas aquí también son **tóxicas** (venenosas), y pueden causar reacciones serias si se cambia la receta, o si se usan las plantas impropriamente. Varios de los síntomas y enfermedades mencionados como tos y diabetes pueden revelar condiciones subyacentes serias. Siempre que sea posible, la gente deben consultar primero a un trabajador de salud o un doctor.

Nosotros recomendamos el uso de balanzas para pesar que sean muy exactas. Si no se cuenta con ellas, secar las hojas y luego quitar todos los tallos restregándolos sobre malla de alambre. 5g de hojas secas son aproximadamente equivalentes a la cantidad que entrará, firmemente apretadas, en un bote plástico de película de 35mm. Por favor supervisar la efectividad de su tratamiento usando microscopios y otro equipo disponible en centros de salud.

## Jengibre

**OTRO NOMBRE** *Zingiber officinale*

**PARA TRATAR** Mareos y náusea

**PREPARACION** El polvo de jengibre se produce lavando y secando, machacando y cribando el rizoma (raíz subterránea).

**DOSIS** Tomar 1 cucharadita rasa de polvo 30 minutos antes de viajar. Para evitar la náusea y los vómitos, tomar 1/2 cucharadita de polvo 3 veces al día.

**PARA TRATAR** La disentería bacilar

**DOSIS** Tomar 45g de jengibre fresco en porciones durante el día.

**PARA TRATAR** Toses, bronquitis y reuma

**PREPARACION** Hacer una tintura con 25g de jengibre frescamente cortado y 100ml de alcohol al 70%. Dejar por una semana y filtrar.

**DOSIS** Tomar 10–20 gotas de la tintura 3–4 veces al día. También usar como antiséptico para las heridas pequeñas.

**PARA TRATAR** Reuma

**PREPARACION** Hacer aceite de jengibre calentando 10g de jengibre cortado en 50g de aceite vegetal durante 1 hora a baño maría. Colar y dejar refrescar.

**DOSIS** Aplicar a las zonas adoloridas.



## Guayaba

**OTRO NOMBRE** *Psidium guajava*

**PARA TRATAR** Diarrea y disentería amebiana

**PREPARACION** Usar un manojo de hojas para hacer una infusión cocida con 1 litro de agua. Filtrar, agregar 4 cucharas de miel o 2 cucharadas rebosantes de azúcar y 1 cucharadita rasa de sal.

**DOSIS** Beber dentro de 1 día.

**PARA TRATAR** Diabetes y tos

**PREPARACION** Como anteriormente pero omitir la miel y sal.

**DOSIS** Beber dentro de 1 día.



## Papaya

**OTROS NOMBRES** Pawpaw, *Carica papaya*

**PARA TRATAR** Lombrices intestinales

**PREPARACION** Para obtener látex, lavar una fruta verde grande todavía en la planta, hacer varios cortes verticales de 1mm de profundidad en la piel y coleccionar las gotas de savia blanca en una cuchara o taza limpia. El cuchillo y cuchara usados deben ser de acero inoxidable, ya que los rastros de óxido destruyen el elemento químico activo, papaína. Tener cuidado de no permitir que el látex entre en los ojos.

**DOSIS** Para los adultos, tomar 4 cucharaditas de látex fresco por la mañana en ayunas. Repetir 1 semana después. Para los bebés de 6 meses a 1 año dar 1/2 cucharadita, para 1–3 años dar 1 cucharadita, 4–6 años 2 cucharaditas y 7–13 años 3 cucharaditas.

**PARA TRATAR** Heridas sucias – para limpiarlas

**DOSIS** Agregar unas gotas de látex a agua hervida enfriada.

**PARA TRATAR** Indigestión

**DOSIS** Agregar 1 ó 2 gotas de látex al alimento o masticar 3 semillas de papaya.

**PARA TRATAR** La disentería amebiana

**DOSIS** Masticar una cucharadita de semillas frescas de papaya 3 veces al día por 7 días para los casos leves. Para los casos serios, dar 1 cucharada de semillas molidas 3 veces al día durante 7 días.

**PARA TRATAR** Furúnculos expuestos, heridas infectadas y quemaduras

**DOSIS** Lavar y cortar una papaya verde. Con un cuchillo de acero inoxidable limpio, cortar una rodaja del grosor del dedo meñique de un niño. Poner encima de la herida y fijar con una venda. Dejar durante 4 horas; aunque si causa dolor, quitarla antes. Repetir 4 veces al día hasta que toda la pus infectada haya desaparecido. Entre estos tratamientos, cubrir la herida con una mezcla de miel y azúcar.



## Neem

**OTRO NOMBRE** *Azadirachta indica*

**PARA TRATAR** Paludismo

**PREPARACION** Hacer 1 litro de té con 5g de hojas secas o 40 hojas pequeñas frescas separadas (no manojos enteros).

**DOSIS** Beber 1 litro de té durante el día.

**PARA TRATAR** Enfermedad del sueño

**DOSIS** Además de las recetas médicas recomendadas, beber 1 litro de té al día.

**PARA TRATAR** Piojos de la cabeza

**PREPARACION** Hacer una tintura con 10g de hojas de neem secas y 100ml de alcohol y dejar durante 7 días.

**DOSIS** Usar la tintura como una loción capilar 3 veces al día durante 5 días. O machacar algunas semillas de neem para hacer una pasta. Lavar el pelo cada tarde y luego fregar aproximadamente 1 cucharadita de la pasta en el pelo y dejar hasta la próxima tarde. Repetir tanto como sea necesario.

**PARA TRATAR** Problemas de la piel como acné, infecciones fúngicas, psoriasis, sarna y eccema

**PREPARACION** Hacer un ungüento con 10g de aceite de neem y 100g de ungüento (receta en la pág 7) o hacer una tintura con 20g de hojas secas y 100g de alcohol al 70% y dejar remojar durante una semana.

**DOSIS** Aplicar el ungüento o mezclar 1 cucharadita de la tintura con 1 cucharadita de aceite vegetal y frotar en las regiones afectadas.

**PARA TRATAR** Quemaduras infectadas

**PREPARACION** Hacer una infusión cocida con un manojo de hojas frescas en 1 litro de agua. Filtrar mientras está todavía muy caliente para evitar la contaminación y enfriar.

**DOSIS** Usar para lavar la quemadura infectada. Mantener al paciente bajo un mosquitero para evitar una nueva infección.



## Maracuyá

**OTROS NOMBRES** *Passiflora edulis*, Fruta de la pasión

**PARA TRATAR** Insomnio, ansiedad y espasmos (calambres)

**PREPARACION** Hacer una tintura de 10g de hojas nuevas secas en 100ml de alcohol.

**DOSIS** Usar 30 gotas 1-3 veces al día.

**PARA TRATAR** Asma y como un sedativo (también para las condiciones anteriores)

**PREPARACION** Hacer una infusión cocida hirviendo 1 manojo grande de hojas nuevas en 1 litro de agua.

**DOSIS** Beber 1 litro de la infusión cocida durante el día.

**PARA TRATAR** Insomnio

**PREPARACION** Hacer una infusión cocida hirviendo simplemente 1 manojo de hojas nuevas en 1 taza de agua durante 10 minutos.

**DOSIS** Beber todas las tardes.



## Ajenjo

**OTROS NOMBRES** Absintio, *Artemisia annua*

**PARA TRATAR** Paludismo

**PREPARACION** Verter 1 litro de agua hirviendo sobre 5g de hojas secas o 25g de hojas frescas.

**DOSIS** Dividir el té en 4 cantidades iguales y beber a intervalos de 6 horas. Puede necesitarse un poco de azúcar o miel para endulzar el té. Hacerlo cada día durante 7 días. Nunca darlo a las mujeres embarazadas y sólo usar con niños pequeños bajo vigilancia médica.

**PARA TRATAR** Tos, resfríos y problemas de los sinus

**PREPARACION** Inhalar el vapor del té de la artemisia caliente por 10 minutos, 3 veces al día.



## Aloe

**OTROS NOMBRES** *Aloe vera*, *Aloe ferox*, *Aloe arborens*

**PARA TRATAR** Quemaduras

**PREPARACION** Cortar y lavar una hoja. Esterilizar un cuchillo en agua hirviendo y cortar los extremos y costados de la hoja, luego cortar por el medio para dejar una superficie grande del centro de la hoja.

**DOSIS** Frotar el lado jugoso sobre la quemadura. Repetir 4 veces al día.

**PARA TRATAR** Heridas y úlceras

**DOSIS** De nuevo, frotar el lado jugoso encima de la úlcera 4 veces al día, pero también usar el tratamiento de la papaya descrito anteriormente.



Fotos: Anamed

### Por favor, tomar nota

Se piensa que las recetas de Anamed animan las buenas relaciones entre los pacientes y el personal de salud médico. Pueden ayudar a aumentar la gama de tratamientos disponibles en hospitales, centros de salud o en casa. Pero, por favor, tener cuidado.

Obtener **siempre** ayuda médica calificada para las condiciones graves de salud. Los tratamientos herbarios tampoco pueden reemplazar **jamás** los beneficios de la vacunación.

Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Alemania.  
Fax: 0049 7195 65367 E-mail: anamed@t-online.de

# Anamed

‘La medicina natural’

por el Dr Hans-Martin Hirt y el Dr Keith Lindsey



Cuando los europeos llegaron por primera vez al África, Asia y las Américas y presenciaron prácticas como los sacrificios rituales y el culto de los antepasados, rápidamente los etiquetaron como primitivos. A cambio, introdujeron a la gente a las costumbres, cultura y religión europeas. Sin embargo, nosotros reconocemos ahora que hay mucho que aprender de estas culturas tradicionales. Al rechazar algunas prácticas peligrosas, se ignoraron muchas otras prácticas beneficiosas.

### Una situación desesperada

Hoy en día, las empresas químicas y farmacéuticas occidentales están apresurándose para patentar la producción de medicinas de las plantas tropicales como los árboles neem y manteca de shea, la pervinca y muchas otras plantas. Las propiedades curativas de muchas de estas plantas están ahora probadas por recientes investigaciones científicas, pero se han usado en recetas tradicionales durante muchos siglos.

La situación en muchos países tropicales es ahora bastante desesperada. El precio creciente de los medicamentos, las leyes de patentes modernas y el descenso del valor de las monedas locales a veces significa que los centros médicos no pueden permitirse ni siquiera el lujo de los medicamentos más básicos. Al mismo

tiempo, el conocimiento y habilidades locales sobre los remedios herbarios se están perdiendo rápidamente. Muchas comunidades se están quedando absolutamente sin especialización de salud.

La colaboración entre todos los implicados en proporcionar atención de salud – tanto los curanderos tradicionales como el personal médico – es por consiguiente sumamente importante para el bienestar de la gente de las localidades.

### Cómo juntarse

Anamed es una pequeña iniciativa cristiana en Alemania. Tiene considerable experiencia en proporcionar seminarios en ‘medicina natural’. Estos seminarios normalmente duran una semana con aproximadamente 30 personas, algunos de los cuales están especializados en la

práctica médica moderna como médicos, enfermeras y trabajadores de atención de salud primaria y algunos de los cuales son curanderos tradicionales.

**Anamed describe la medicina natural como la combinación de las ventajas de la medicina del Sur con las de la medicina del Norte.**

La buena medicina herbaria tradicional es accesible, usa plantas localmente disponibles, es relativamente barata (y a veces puede pagarse en pollos en lugar de dinero) y es muy personal. La medicina moderna, por otro lado, da énfasis a la importancia de la limpieza e higiene, y a las medidas y dosificaciones exactas. ¡Por lo tanto, cada una de las partes tiene mucho que aprender de la otra!

Actualmente, hay todavía a menudo una profunda sospecha y desconfianza entre los curanderos tradicionales y los trabajadores de hospital. Nosotros entendemos a ambas partes. Del punto de vista de médicos y misioneros, los curanderos instilan temor, le lanzan maldiciones a la gente, hacen cosas ridículas como ‘sacar dentadura’ o causan terribles mutilaciones, por eso a menudo matan gente. Desde el punto de vista del curandero, por otro lado, los médicos explotan a sus pacientes, no tienen ninguna comprensión de las creencias y comportamiento culturales y no revelan sus conocimientos sobre cómo prevenir enfermedades. Muchos curanderos creen que los médicos no intentan traer buena salud a la región, sino buscan ganar mucho dinero tratando a un número alto de ‘sus’ pacientes anteriores.

### Respeto mutuo

¡Durante los seminarios, un importante primer paso es organizar que los curanderos y médicos coman las mismas comidas juntos, y duerman en las mismas

### Un cambio de idea

Un obispo metodista en la RD del Congo prohibía a los hospitales en su diócesis el uso de plantas medicinales. Muchas enfermeras querían usar estas plantas, ya que estaban familiarizadas con su uso, pero el obispo temía la brujería, y estaba determinado a usar sólo medicina moderna de occidente en su diócesis. Cuando lo conocimos personalmente, le presentamos el afiche de Anamed con 60 plantas medicinales que crecen en su país y el libro *Medicina natural* que describe cómo preparar y usar medicinas de estas plantas. El preguntó inmediatamente si podía tratar sus propias enfermedades usando las recetas del libro. Le señalamos que esto era contrario a sus creencias. ¡El dijo que materiales tan bien producidos a todo color no eran ciertamente tradicionales, sino modernos y científicos, y por consiguiente totalmente aceptables!

ESTUDIO DE CASO

casas! El segundo paso es permitir el desarrollo del respeto mutuo permitiéndoles reconocer que cada uno tiene éxitos y fracasos en sus tratamientos. El tercer paso es empezar luego a compartir entre ellos algo de su conocimiento.

En el último día de nuestros seminarios, discutimos cómo organizar una colaboración para el futuro. Los trabajadores médicos eligen a una persona como representante, y los curanderos hacen lo mismo. Estos dos representantes se reúnen todos los meses o más a menudo cuando se suscitan problemas. Ellos actúan como el cauce formal de comunicación entre los grupos. Aquí hay ejemplos de situaciones que pueden producirse fácilmente:

■ *¡En la ronda de la mañana, el doctor descubre a un paciente de cáncer al que un curandero que se coló en el hospital le ha hecho profundos cortes que han sangrado y se han infectado durante la noche! Como resultado, el doctor llama al representante médico para que hable con el representante de los curanderos. De esta manera, se evita cualquier repetición de este problema.*

■ *Un paciente diabético es incapaz de comprar insulina y busca ayuda en el hospital. Trabajando a través de sus representantes, se encuentra a un curandero conocido por su éxito en tratar la diabetes. ¡El hospital ofrece sus recursos de laboratorio para que este curandero examine, en forma gratuita, el éxito o fracaso de su tratamiento herbario!*

Muchas iglesias acusan a los curanderos de practicar la brujería. En nuestros seminarios dejamos siempre bastante tiempo para discutir este problema tan importante. Es, sin embargo, ciertamente el caso que si un curandero tiene acceso abierto a todas las plantas que necesita, la tentación de usar la brujería será mucho menor. El establecimiento de un jardín medicinal para proporcionar un suministro constante de hierbas es vital.

## Los beneficios de los seminarios

Encontramos que el reunir a los curanderos tradicionales y médicos tiene los siguientes resultados positivos:

■ La población en general está mejor informada, ya que los comités de salud locales escogen a representantes para asistir a los seminarios que informan de vuelta a la gente. La gente está mejor protegida de las prácticas malas y peligrosas. Por ejemplo, una fuente de contagio de VIH/SIDA y hepatitis B en la RD del Congo es causada

## Ventajas de los dos sistemas

### Medicina occidental (moderna)

- Higiénica
- Científica e internacionalmente aceptada
- El practicante tiene mucha capacitación y entiende el cuerpo y la enfermedad
- Se da un examen médico completo, con pruebas de laboratorio
- Usa las dosificaciones exactas
- Las medicinas duran largo tiempo
- Las plantas son identificadas por sus nombres científicos
- El gobierno controla las normas de práctica médica
- Puede tratarse un gran número de pacientes, por ejemplo durante las epidemias

### Medicina tradicional, herbaria

- Usa plantas disponibles en la localidad
- No hay desechos peligrosos que requieran deshacerse de ellos en forma segura
- Ningún problema de cambio de divisas para medicamentos caros o retrasos en aduanas
- Normalmente barata para el paciente
- Crea empleo en el jardín medicinal y en la preparación de medicinas
- El dinero pagado por el tratamiento permanece en la economía local
- Anima la confianza en sí mismo
- El curandero habla el mismo idioma que la gente
- A veces es la única ayuda médica disponible

por unos 40.000 curanderos inexpertos que ponen inyecciones usando jeringas sin esterilizar. Los curanderos especializados y las parteras tradicionales pueden proporcionar tratamiento mejor sin contagiar el VIH/SIDA.

- El personal médico aprende el valor y efectos de las plantas medicinales y empieza a usarlas para el tratamiento.
- Los curanderos tradicionales aprenden a usar dosis exactas, a conservar mejor sus productos y la importancia de la higiene.
- Ya no se obliga a las parteras tradicionales a practicar ilegalmente pero, después de capacitarse, proporcionan mejor cuidado de maternidad y del bebé.

■ El ambiente se mejora en la medida en que las plantas autóctonas que se usan medicinalmente ganan en valor económico y por consiguiente se protegerán.

## Animando la buena práctica

Animamos a 'los curanderos tradicionales' a practicar la medicina natural. Esto significa que ellos están de acuerdo en NO:

- poner inyecciones
- hacer tatuajes
- practicar cortes (esperando así ahuyentar el dolor o el espíritu malo)



*La producción de aceites medicinales durante uno de los seminarios de Anamed sobre 'medicina natural'.*

- sacar los llamados 'dientes falsos' de los niños (Los nuevos dientes de los niños jóvenes que sufren de desnutrición brillan a través de la encía. Algunos creen que el diente 'viejo' debe quitarse.)
- practicar cualquier forma de cirugía
- usar cualquier forma de brujería
- llevar a cabo abortos
- usar excremento
- dar enemas.

En cambio, nosotros los animamos a:

- proporcionar cuidado preventivo en su comunidad
- educar a la gente en la atención de salud preventiva
- usar tés medicinales

- usar recetas seguras para producir medicinas como los ungüentos y aceites
- establecer un jardín de plantas medicinales y nutritivas
- especializarse en tratar una sola enfermedad.

Los trabajadores médicos pueden aumentar el alcance de su trabajo significativamente estableciendo un jardín medicinal y preparando y usando medicinas de las plantas.

Aquí en Anamed, estamos convencidos que la medicina natural combina las ventajas de ambos sistemas. En países que valoran el uso de las hierbas tradicionales, el Ministerio de Salud puede lograr mucho más, incluso con un presupuesto de salud limitado.

El Dr Hans-Martin Hirt tiene muchos años de experiencia en la RD del Congo rural. El y Keith Lindsey tienen un compromiso de potenciar y habilitar a la gente en sus comunidades locales a través del intercambio de conocimiento. Anamed invita a los lectores de Paso a Paso a hacer lo mismo.

Contacto: Anamed, Schafweide 77, 71364 Winnenden, Alemania.  
Fax: +49 7195 65367  
E-mail: [anamed@t-online.de](mailto:anamed@t-online.de)  
Página web: [www.anamed.org](http://www.anamed.org)

Por favor tomar nota de que Anamed no puede identificar o llevar a cabo análisis científico en plantas medicinales para los lectores de Paso a Paso. Tampoco puede proporcionar literatura gratuita o financiamiento.

## Paludismo: una nueva solución

El paludismo es un problema serio y creciente en todo el mundo, con aproximadamente 2,5 millones de personas que se mueren como resultado del paludismo al año. Los parásitos del paludismo desarrollan cada vez más resistencia a los medicamentos antipalúdicos más conocidos. Están desarrollándose nuevos medicamentos, pero éstos son a menudo sumamente caros y no fáciles de obtener. Sin embargo, la medicina tradicional parece estar proporcionando nuevas esperanzas.

La planta *Artemisia annua* (ajenjo) es el tratamiento antipalúdico conocido más antiguo, habiéndose usado en China durante más de 2.000 años. Contiene el medicamento artemisinín.

El artemisinín limpia los parásitos del paludismo de la sangre más rápidamente que cualquier otro medicamento y trabaja

bien contra los parásitos *Plasmodium falciparum* que son resistentes a otros medicamentos.

### Producción de artemisinín

El artemisinín está disponible como producto comercial, probablemente con un costo de US \$3-\$20 por tratamiento. Si la demanda aumenta, es probable que los precios bajen aun más.

Deben darse medicamentos de artemisinín por lo menos durante cinco, preferentemente siete días, si se usan solos. Los tratamientos más cortos son útiles si se combina con otros medicamentos antipalúdicos. Esta 'terapia combinada' es una buena manera de avanzar para prevenir la resistencia a los multimedicamentos en el futuro. No se han encontrado que los artemisiníns tengan ningún efecto secundario serio después de miles de tratamientos.

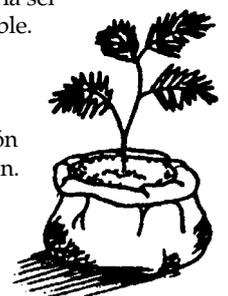
*Artemisia annua var anamed* que crece en Bukavu, la RD del Congo.

### Resistencia a los medicamentos

La OMS ha pedido que se use el artemisinín y otras medicamentos obtenidos de la *Artemisia annua* sólo para **tratar** el paludismo, no como una medicina **preventiva**. También recomiendan que se use junto con otros medicamentos antipalúdicos para prevenir la resistencia.

### El híbrido Anamed

Anamed también ha desarrollado una variedad particular de *Artemisia annua* que tiene una concentración consistentemente alta de artemisinín. Este híbrido crece hasta dos metros de altura con muchas hojas. Si se cultiva en cantidades en un jardín medicinal y se procesa cuidadosamente y con precisión, la *Artemisia annua var anamed* puede ayudar a un hospital a tener tratamiento del paludismo barato y eficaz. Las semillas de artemisia son muy pequeñas y sensibles y necesitan mucho cuidado. Anamed puede proporcionar semillas de esta variedad con instrucciones completas (ver la página 14). Aunque caro, esto podría ser una inversión inestimable. Una vez que estén bien establecidas, pueden tomarse esquejes de las plantas para distribución fácil por toda una región.



# Preguntas para la discusión

La medicina tradicional es un término que no sólo se refiere a las curaciones herbarias para las enfermedades. También tiene relación con todo tipo de enfoque curativo. En este número nos hemos enfocado en los enormes beneficios disponibles en el uso de remedios herbarios probados y comprobados. Sin embargo, el límite entre las curas herbarias y las influencias más espirituales no está claro. Los cristianos han evitado a menudo **todos** los aspectos de la medicina tradicional por miedo a influencias espirituales negativas.



En tanto que pocos cuestionarían los beneficios de los tratamientos herbarios, hay poderes espirituales ejercidos por algunos curanderos con los cuales los cristianos no deben implicarse. Además, cada cultura puede conocer prácticas diferentes. ¿Cómo podemos fomentar en cierto modo la discusión de estos problemas de manera que ayude a la gente a ser honesta? ¿Cómo pueden ser los cristianos sabios en su enfoque? He aquí algunas preguntas para la discusión que pueden ayudar a la gente a encontrar la manera correcta de avanzar en su cultura.

**1** En Africa, casi el 80% de la población vive en regiones rurales y depende de los servicios de curanderos tradicionales. Pero a menudo poco hacen los trabajadores de salud y médicos para trabajar con curanderos tradicionales. ¿Por qué es esto?

**2** Las pautas de la OMS animan la colaboración con herbolarios y parteras tradicionales. ¿Cómo se está enfocando esto en su centro de salud local?

**3** Se usan palabras como *hechicero, médico brujo, adivino, herbolario, sacerdote, shaman y profeta* para describir una gama de curanderos tradicionales. Discutir los términos usados en la región. ¿Qué términos describen las influencias espirituales que los cristianos deben evitar?

**4** Los curanderos tradicionales a menudo no consideran sólo los síntomas físicos de las enfermedades sino también la mente, alma y cuerpo del paciente. ¿Qué ventajas y desventajas hay en este enfoque?

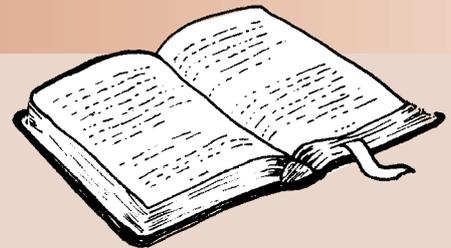
**5** Los que no son cristianos piensan a menudo que la enfermedad o el infortunio son causados por fuerzas visibles y ocultas, como antepasados, espíritus, ancianos o vecinos. ¿Cómo pueden desafiar los cristianos este enfoque de una manera útil?

**6** ¿Qué deben hacer los trabajadores de salud cristianos si los curanderos locales consideran la importancia espiritual de sus remedios herbarios más importante que sus propiedades medicinales?

## ESTUDIO DE LA BIBLIA

### Medicinas tradicionales: regalos de Dios

por Eva Ombaka



Desde el principio mismo, leemos en Génesis 1:29 cómo Dios puso plantas en nuestras vidas. El nos dio las plantas productoras de semillas y los árboles que dan fruta para nuestro uso como alimento. Y así en cada lugar; húmedo o seco, tierra o mar, crecen las plantas apropiadas (Isaías 41:19).

• *¿Qué significa esto en nuestras vidas diarias y para la vida en la tierra?*

Un cuerpo que se nutre bien también es normalmente un cuerpo saludable. Cuando comemos una dieta equilibrada (Exequiel 4:9) el alimento que comemos puede verse como atención de salud preventiva. Además, Dios nos da el uso de plantas y hierbas para el cuidado curativo, tanto físico (2 Reyes 20:7; Salmo 51:7) como emocional (Salmo 45:8; Génesis 43:11).

• *Reflexionar sobre cómo la gente ha usado plantas, semillas y hierbas. ¿Cuáles son las consecuencias de tal uso?*

El ministerio de Jesús incluyó tanto curación espiritual (Mateo 9:2) como la curación física. El usó poder divino (Lucas 5:17), fe (Lucas 7: 6-10; Lucas 18:42), tacto (Mateo 8:2-3) e incluso los productos preparados como el barro y la saliva usados para sanar en Juan 9:6-7.

Había también rituales asociados con limpiar y sanar tanto en el Antiguo como el Nuevo Testamento (Levítico 14:49-57; Juan 17:12-19; Marcos 8:22-25).

• *Considere los diferentes métodos curativos que están disponibles en la actualidad y los rituales asociados con ellos. ¿Con cuáles estaría de acuerdo usted, como cristiano, y por qué?*

**Leer Filipenses 1:9-10 y Santiago 1:5**

Cuando consideramos el uso de medicinas tradicionales, tomemos decisiones basadas en estudio y observación cuidadosos, pidiéndole sabiduría a Dios para ver claramente qué tratamientos son mejores, puros y sin culpa.

*La Dra Eva Ombaka es una farmacéutica y Coordinadora de la Ecumenical Pharmaceutical Network (Red Ecueménica Farmacéutica). Está basada en Nairobi, Kenya. Su e-mail es: ciss@net2000ke.com*

## Libros Boletines Materiales de capacitación

### Publicaciones de Anamed

#### Medicina natural

por Hirt y M'Pia (Segunda edición)

Esta es una excelente introducción y guía a la producción y uso de medicinas tradicionales. Da instrucciones completas y detalladas sobre cómo usar 65 plantas medicinales para tratar una amplia variedad de preocupaciones de salud. La información en las páginas 7-9 se adaptó de este libro. Altamente recomendado. Está disponible en inglés (nueva 2ª edición, US \$19, 42DM), alemán (US \$16, 35DM), francés (US \$16, 35DM), ucraniano (US \$13, 30DM) y español (edición preliminar, US \$30, 69DM) incluyendo franqueo.

#### Healing Plants in the Tropics

(Plantas curativas en los trópicos)

Este es un afiche excelente e informativo con fotografías en colores de 60 plantas medicinales y describe las enfermedades y afecciones para las que pueden ser útiles. El afiche cuesta US \$13 (30DM) y está disponible en inglés, francés y alemán o sin texto para usar en clase.

#### Programa de Paludismo de Anamed

El Paquete *Artemisia annua var anamed* incluye 1.200 semillas e información completa sobre la siembra, cultivo y cosecha de esta planta. También tiene detalles de gestión de redes entre los participantes en el Programa de Paludismo de Anamed. Cuesta US \$93 (210DM). Indicar país de destino, ya que cada paquete se prepara individualmente. Consultar la página web de Anamed para lista detallada de todas sus publicaciones: [www.anamed.org](http://www.anamed.org)

Para todos los materiales anteriores, por favor enviar pago adelantado con cheque o bonos bancarios a:

Anamed-versand, Schafweide 77,  
71364 Winnenden, Alemania,  
Fax: +49 7195 65367  
E-mail: [anamed@t-online.de](mailto:anamed@t-online.de)

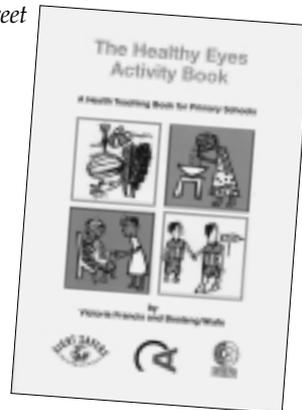
Para pagos de bancos fuera de Gran Bretaña o Alemania, favor de añadir US \$6 para cubrir gastos bancarios.

### The Healthy Eyes Activity Book (El libro de actividad de ojos saludables)

Este es un libro de texto de salud para niños de escuela primaria que provee muchos ejercicios y actividades para uso en clase. Las 50 páginas proveen muchas ideas para lecciones y materiales de recursos para fotocopiar y usar en clase. El libro entrega información sobre buena salud para los ojos, prevención de la ceguera (sobre todo a causa de accidentes) y para entender las causas de los problemas de los ojos.

El libro cuesta £3 incluyendo franqueo (cinco ejemplares por £11) y está disponible de:

International Centre for Eye Health  
Institute of Ophthalmology  
11-43 Bath Street  
Londres  
EC1V 9EL  
Inglaterra

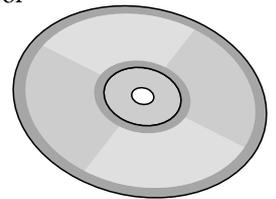


Fax: +44 20 720 3207  
E-mail: [eyesource@ucl.ac.uk](mailto:eyesource@ucl.ac.uk)

### Biblioteca de CD-ROM sobre desarrollo de la comunidad

Se ha publicado recientemente una nueva edición de esta muy útil biblioteca en CD-ROM. Esta es la Versión 3.0 y tiene los contenidos de más de 1.150 libros y periódicos que se relacionan con el desarrollo. La oficina de *Paso a Paso* tiene ejemplares disponible a £10 (US \$15) cada uno, incluyendo franqueo por correo aéreo. Hay disponibles algunos ejemplares gratuitos para los grupos sin acceso a divisas. Por favor escribir a:

PO Box 200  
Bridgnorth  
Shropshire  
WV16 4WQ  
Inglaterra



### Trees for Living (Arboles para vivir)

Este boletín se produce dos veces al año para animar la gestión de redes regionales en agrosilvicultura en África del sur. Incluye artículos sobre las varias especies de árboles útiles, descubrimientos de los agricultores y mejoramiento de la fertilidad de la tierra. Para más detalles escribir a la siguiente dirección:

Dr Andreas Böhringer  
The SADC-ICRAF Zambezi Basin  
Agroforestry Project, Makoka ARS  
PO Box 134 Zomba  
Malawi  
Fax: +265 534283 o 534298  
E-mail: [aboehringer@malawi.net](mailto:aboehringer@malawi.net)

## Malezas útiles

Por toda el África oriental, miles de agricultores están plantando malezas en sus campos de maíz. Aunque esto parezca raro, la técnica aumenta los rendimientos dando a las pestes de insectos algo más para comer en lugar de maíz. 'Es mejor que los pesticidas y mucho más barato,' dijo Ziadin Khan. 'Ha mejorado los rendimientos agrícolas aquí cerca de Mbita, Kenya en un 60-70%.'

En África oriental, el maíz enfrenta dos pestes mayores. La primera es un insecto llamado el barrenador de tallos. La mayoría de los años, las larvas se comen un tercio del maíz de la región. Pero Khan descubrió que el barrenador de tallos prefiere una maleza local llamada hierba elefante. Al sembrar hierba elefante en sus campos, los agricultores pueden atraer a los barrenadores fuera del maíz y hacia una trampa, ya que la hierba produce una substancia pegajosa que mata a la larva del barrenador de tallos. (Sin embargo, en regiones de lluvia alta, la hierba elefante puede hacerse invasivo.)

La segunda peste mayor es la striga, una planta parasitaria que arruina diez mil millones de dólares de cosechas de maíz todos los años y amenaza el sustento de 100 millones de africanos. Desmalezar la striga es una de las actividades que más tiempo consume para millones de agricultoras africanas. Khan ha encontrado que otra maleza llamada desmodium o amor seco parece soltar un elemento químico que a la striga no le gusta. Si los agricultores plantan desmodium entre las filas de maíz, la striga no crecerá. Las ideas de Khan se están extendiendo rápidamente. El Centro Internacional para la Fisiología y Ecología del Insecto en Nairobi, donde Khan trabaja, acaba de terminar ensayos sobre más de dos mil granjas.

Adaptado por Fred Pearce de un informe sobre agricultura sustentable por Jules Pretty en *New Scientist*, febrero de 2001.

# Prácticas tradicionales de parto

por Barbara Soung y Hang Sorya



Los curanderos tradicionales son conocidos como *Khru Khmer* en Camboya. Ellos aprenden sus habilidades de monjes viejos o parientes masculinos más viejos. Casi siempre son varones, aunque hay *Khru Khmer* femeninas de vez en cuando. Sus equivalentes femeninos son las parteras tradicionales que a menudo aprenden algunas de sus habilidades mirando el trabajo de los *Khru Khmer*.

En Camboya, cuando alguien está enfermo, llaman al *Khru Khmer* para tratar el cuerpo y el espíritu. Para la mayoría de los camboyanos, todas las enfermedades se conectan con el espíritu – ya sea un problema mental o un hueso roto. Una de las ‘marcas de fábrica’ de los *Khru Khmer* es que ‘soplan’ a las personas. Se cree que los posee un espíritu y que, cuando soplan hacia una persona, se manifiesta el poder del espíritu.

Muchas enfermedades en sociedades animistas son causadas por el miedo, por lo que la gente busca sanación espiritual primero en su propia cultura. Los cristianos necesitan determinar qué prácticas son útiles y cuáles son perjudiciales. Es importante construir sobre lo que las personas ya creen (aun cuando esto sea médicamente inútil), ya que sólo entonces puede el personal de salud empezar a influenciar y a mejorar la situación. Esto es verdad, no sólo en Camboya, sino también en otros países.

Para CORD (Christian Outreach Relief and Development), el estudio semanal de la Biblia con el personal provee un foro para la discusión sobre dichos temas. Durante la capacitación de parteras tradicionales, hubo también discusiones que abrieron las mentes de la gente a la idea de que hay alternativas. A medida que el personal cristiano de CORD desarrolla relaciones con personas locales, pueden empezar a hablar sobre la liberación del miedo a través del Señor Jesucristo.

## Remedios de té

Durante el embarazo y parto los *Khru Khmer* están ocupados en proteger a la madre y al niño. Atan cordones de

### Preguntas para la discusión

- Muchas de las prácticas de los *Khru Khmer* son inútiles o perjudiciales. ¿Es mejor para el personal de salud buscar las prácticas buenas y construir sobre ellas, o decirle a la gente que eviten usarlas completamente?
- ¿Cómo pueden liberarse la gente educadas de su creencia en el poder de los *Khru Khmer*?
- ¿Qué problemas puede encontrar el personal de salud de CORD?
- ¿Qué tabús de salud y creencias similares se practican en la cultura dónde se está trabajando?

algodón con largos anillos de metal aplanados alrededor de la cintura de la mujer embarazada. El cordón puede ampliarse a medida que progresa el embarazo. Los *Khru Khmer* hacen un té herbario para que beban las mujeres embarazadas lo que ayuda a facilitar el nacimiento – supuestamente haciendo el canal del nacimiento resbaladizo. Muchos problemas del embarazo tienen ‘tés’ de remedio y algunos curanderos les muestran a los parientes cómo prepararlos por sí mismos.

Después del parto muchas personas creen que el bebé pertenece al mundo de los espíritus durante los primeros tres días y sólo en el cuarto día, si vive, el bebé será parte del mundo humano. Los tres primeros días son por consiguiente un tiempo crucial por proteger al niño. La partera tradicional preparará incienso y frutas como una ofrenda a los espíritus en el cuarto día.

## Tabús

Después del parto, las mujeres *Khmer*, quedan muy temerosas por su salud, ya que tradicionalmente hay muchos tabús conectados con ciertos alimentos, trabajar demasiado, tener contacto sexual demasiado pronto después del nacimiento, llevar cosas pesadas o exponerse a la lluvia y el viento. Se cree que si la mujer rompe algunos de estos tabús, no hay ninguna cura. Ella sufrirá para el resto de su vida o incluso se morirá. Esto a menudo significa que si una madre tiene un problema después del parto, la familia buscará la causa entre los tabús, en lugar de llevar a la mujer para que obtenga atención médica.

## La necesidad de educación

Los *Khru Khmer* creen que tienen la respuesta para todas las enfermedades y continúan tratando a alguien hasta que se muera. Necesitan saber qué enfermedades pueden curar y qué necesitan atención médica. Necesitan educar a la gente en esto, también. Algunas personas educadas todavía creen en el poder de los *Khru Khmer* pero no en su medicina tradicional. Otros comprarán las medicinas tradicionales en las tiendas sin visitar al *Khru Khmer*.

*Barbara Soung y Hang Sorya trabajan en la Provincia de Veng, Camboya, para CORD – una organización de beneficencia cristiana internacional basada en el Reino Unido.*

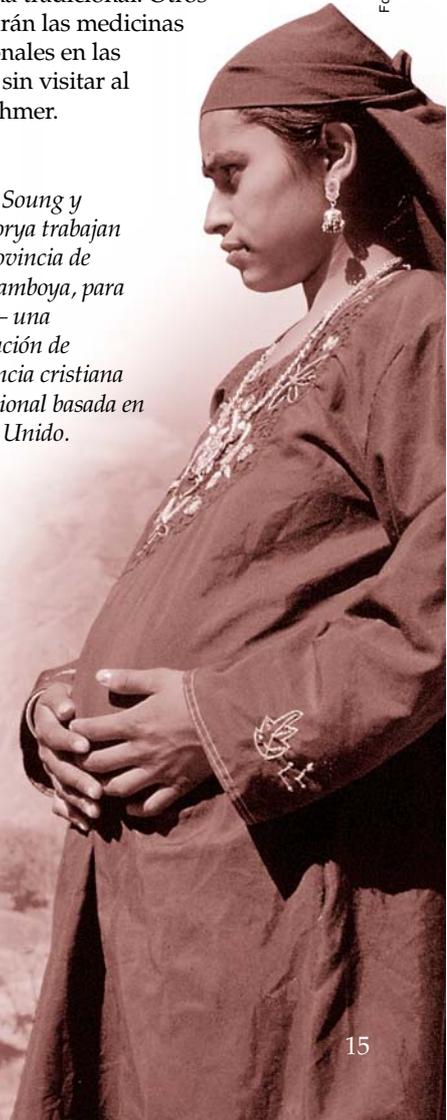


Foto: Geoff Crawford, Tearfund

## Cómo encontrar a los verdaderos líderes

por Robert Linthicum

Para animar eficazmente el cambio dentro de una comunidad, se necesita aprender de la comunidad misma sobre su situación. También se necesita aprender quiénes son los verdaderos líderes. A menudo los líderes elegidos no son los que hacen que sucedan cosas en una comunidad.

Yo creo que hay cuatro personas importantes en toda comunidad alrededor del mundo. Les he dado a estas personas los nombres: *centinelas*, *cuidadores*, *busca noticias* y *componedores*. Estas son las personas que realmente hacen funcionar a las comunidades.

¿Cómo aprendemos sobre cada comunidad? Cuando se habla con la gente, se les pregunta cuánto tiempo han vivido en el lugar, qué cambios han visto en ese tiempo, qué esperanzas tienen y qué problemas y preocupaciones hay. Luego se les hacen preguntas para descubrir a los verdaderos líderes. Cuando se siguen escuchando los mismos nombres de parte de diferentes personas, entonces se sabe que probablemente se los ha encontrado.

### Los centinelas

El centinela de una comunidad es la persona que decide si alguien puede pasar o no por el 'portal' de la comunidad y si se le acepta. Para encontrar a los centinelas, hay que preguntar quién se ha mudado recientemente al lugar. ¿Cómo se sienten la gente en cuanto a ellos? ¿Les gustan o se piensa que son raros? ¿Por qué sienten así? Su respuesta puede ser: 'Porque fulano de tal me dijo esto' y entonces hemos encontrado al centinela. Estas son personas influyentes que eficazmente controlan cómo otros se sienten sobre las nuevas personas y las nuevas ideas.

### Los cuidadores

Estas son la gente a la que otros recurren cuando tienen problemas. Al pasar por un barrio bajo en Chennai, me fijé que todos los niños de un lugar parecían estar jugando fuera de una casa. La persona que

vive allí probablemente era el cuidador de ese lugar – la 'Mamá' o el 'pastor' – siempre listos para escuchar, confortar o aconsejar. Cada comunidad tiene uno y pueden ser hombres o mujeres. Para encontrar al cuidador, hay que preguntar: '¿Si usted tuviera una emergencia a las 2 de la madrugada y a nadie de su familia alrededor, a quién acudiría usted por ayuda?'

### Los busca noticias

Estas son las personas que siempre saben todo lo que pasa. Cuando alguien está enfermo o se está muriendo o ha perdido su trabajo, ellos siempre parecen ser uno de los primeros en oírlo. Para encontrar al busca noticias, se puede preguntar: '¿Si una persona fuera conocida por causar problemas o disputas innecesarios, a quién hablaría la gente para asegurarse de que el mensaje le llegue?'

### Los componedores

¡Un componedor tiene conexiones con amigos personales de personas importantes en el gobierno u organizaciones internacionales y así puede conseguir que se hagan las cosas! Para encontrar al componedor, preguntar a quién recurriría la gente para ayuda a conseguir que se hagan las cosas. ¿A quién

le pedirían ayuda cuando, por ejemplo, el grifo de agua o suministro de energía o teléfono del lugar no funciona?

### ¡Encontrarlos!

¿Por qué es tan importante identificar a estos cuatro tipos de gente?

- Primeramente, porque éstas son las personas con las habilidades necesarias para organizar a la comunidad para que anime el cambio – ya sea esto para el trabajo de defensoría o cualquier otro trabajo de desarrollo.



- En segundo lugar, porque la gente en la comunidad querrán ver primero si la gente más importante está participando o está boicoteando el esfuerzo. Luego decidirán si unirse a ellos.

Identificar a estos personajes importantes y establecer relaciones con ellos. Recordar, sin embargo, que puede ser que sus intereses no siempre sean los mismos que los de uno o de la comunidad. Tratar de trabajar con ellos e influirlos. Con la comprensión y apoyo de estos líderes el cambio será mucho más probable.

Condensado de un artículo en la revista Together, Número 27, World Vision.

Publicado por: Tearfund, 100 Church Rd, Teddington, TW11 8QE, Inglaterra

Directora: Dra Isabel Carter, PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire, WV16 4WQ, Inglaterra

TEARFUND

