



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 460-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898476*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>

Año: XIII Número: 1 Artículo no.:70 Período: 1 de septiembre al 31 de diciembre del 2025

TÍTULO: Vivencias de la medicina tradicional en las personas mayores de una población del Estado de México.

AUTORES:

1. Dra. Jannet Delfina Salgado Guadarrama.
2. Dra. Enid Asvany Guzmàn Caballero.
3. Est. María Luisa López Vega.

RESUMEN: Los adultos mayores, forman una parte importante de la sociedad, se ha considerado a la persona mayor como portadora de invaluable conocimientos y experiencia sobre la vida cotidiana en aspectos culturales, tradicionales, espirituales, en materia de salud, etc., es debido a que el conocimiento se ha transmitido de generación en generación, El objetivo fue Describir cuales son las vivencias de la medicina tradicional en el adulto mayor. participaron 10 personas mayores de una localidad del Estado de México. Dentro de las vivencias podemos observar las plantas utilizadas son el árnica, ajenojo, hierbabuena y hojas de buganvilia, hoja de dólar, romero, sábila y hierba del sapo. Las enfermedades más frecuentes tratadas son: aliviar el dolor de estómago y la gripa.

PALABRAS CLAVES: medicina tradicional, personas mayores, acontecimientos que cambian la vida.

TITLE: Experiences of traditional medicine among older adults in a population in the State of Mexico.

AUTHORS:

1. PhD. Jannet Delfina Salgado Guadarrama.
2. PhD. Enid Asvany Guzmàn Caballero.
3. Stud. María Luisa López Vega.

ABSTRACT: Older adults form an important part of society. Older adults have been considered bearers of invaluable knowledge and experience about daily life in cultural, traditional, spiritual, and health-related aspects, etc. This is because this knowledge has been passed down from generation to generation. The objective was to describe the experiences of traditional medicine in older adults. Ten older adults from a town in the State of Mexico participated. Among the experiences, we can observe the plants used are arnica, wormwood, peppermint and bougainvillea leaves, dollar leaf, rosemary, aloe vera, and toad herb. The most frequent illnesses treated are relieving stomach pain and the flu.

KEY WORDS: traditional medicine, older people, life-changing events.

INTRODUCCIÓN.

La medicina tradicional es definida por la OMS (2023), es la suma de los conocimientos, habilidades y prácticas basadas en las teorías, creencias y experiencias indígenas de diferentes culturas, explicables o no, que se utilizan en el mantenimiento de la salud y la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas y mentales.

Los adultos mayores son los que mayormente hacen uso de la medicina tradicional para tratar diversas enfermedades, además de que diversos estudios arrojan que los adultos mayores son los que tienen más conocimiento sobre los métodos de medicina tradicional.

El envejecimiento es un proceso natural de la vida humana, según la OPS (2002), El envejecimiento es un proceso que vive el ser humano desde su nacimiento y se caracteriza por cambios físicos, mentales, individuales y colectivos.

Es importante entender, que se debe considerar al envejecimiento como una etapa más de la vida en el que a pesar de los cambios antes mencionados se puede llevar una vida llena de productividad y con nuevos aprendizajes.

Alvarado et. al. (2014) estiman que para el año 2050, el número de personas de más de 60 años aumentarán hasta los 2000 millones, en el que el incremento se podrá apreciar de mayor manera en los países en desarrollo.

En la actualidad, los adultos mayores forman una parte importante de la sociedad, ya que desde la antigüedad se ha considerado a la persona mayor como la portadora de invaluable conocimientos y experiencia sobre la vida cotidiana en aspectos culturales, tradicionales, espirituales, en materia de salud, etc. La experiencia de los adultos mayores en estos aspectos es debido a que el conocimiento se ha transmitido de generación en generación, preservando así estos saberes por generaciones.

La medicina tradicional mexicana representa un gran pilar en la multiculturalidad del país donde las poblaciones indígenas destacan en el conocimiento de la medicina alternativa, el conjunto de estos saberes es importante transmitirse de manera empírica a través de generaciones; sin embargo, hoy en día las nuevas generaciones han demostrado poco interés en aprender sobre estas prácticas para la autoatención en salud, y debido a esto, la persona mayor aún representa la episteme del conocimiento de la medicina tradicional en nuestros días.

De acuerdo con Carrillo (2008), las prácticas y conocimientos que se generan dentro de una comunidad indígena son analizados desde parámetros científicos dejando a un lado el punto de vista cultural y de cosmovisión que esos conocimientos generan dentro de la comunidad indígena donde se aprende.

Diversos estudios han demostrado que una gran cantidad de personas mayores prefieren tratar sus enfermedades con medicina tradicional, haciendo uso de la herbolaria o bien de prácticas no medicables como la acupuntura, en vez de acudir al uso de la medicina occidental o medicina científica, o bien deciden acompañar el tratamiento de la medicina científica con medicina tradicional.

En el artículo escrito por Parrales (2022), se analizó cómo es que los adultos mayores utilizan la medicina tradicional como tratamiento complementario a la medicina científica, y cómo esto ayuda a mejorar el bienestar físico, psíquico y emocional de la persona mayor logrando su sensación de bienestar.

DESARROLLO.

Materiales y métodos.

La presente investigación se realizó durante el mes de Julio del 2024 en una localidad del Estado de México, que tiene como línea de investigación “Investigación Educativa en Enfermería y Gerontología. Salud ocupacional”. Es un estudio de enfoque cualitativo, con diseño fenomenológico transversal, al abordar el significado del uso de la medicina tradicional en el adulto mayor. Sampieri menciona que este tipo de la investigación se enfoca en comprender los fenómenos mediante la percepción y experiencia de las personas, y se decidió usar un enfoque cualitativo. Sampieri explica que una investigación bajo el enfoque cualitativo, también denominado investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica, se centra en la comprensión de los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Con un diseño de tipo fenomenológico hermenéutico, debido a que se “concentra en la interpretación de la experiencia humana y los “textos” de la vida” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

El presente estudio tiene como objetivo Describir cuáles son las vivencias de la medicina tradicional en el adulto mayor.

Los participantes consistieron en 10 adultos mayores con edades entre 60 y 82 años, residentes de una localidad en el Estado de México con 10 sujetos clave; se utilizó como muestreo la de saturación de datos, dado que este método de selección está guiado por las características y el contexto de la investigación y hasta que los datos ya no produzcan o aporten conocimientos novedosos o adicionales.

Las características para seleccionar a los adultos mayores fueron: que tuvieran costumbres, tradiciones y valores de una localidad del Estado de México, así como conocimientos sobre el uso de la medicina tradicional empleada para tratar enfermedades, que padezcan o hayan padecido alguna enfermedad, y además, que utilicen la medicina tradicional como un tratamiento complementario al tratamiento

farmacológico de la medicina científica. Los criterios de exclusión incluyeron: adultos mayores que no residían en una localidad del Estado de México. Los criterios para la eliminación fueron: adultos mayores que no utilizaran la medicina tradicional, adultos mayores que durante la recolección de datos se negaran a firmar el consentimiento informado y aquellos que no concluyeran la entrevista.

El instrumento empleado para la recolección de datos consistió en una guía de preguntas semiestructuradas a profundidad, bajo elaboración propia; guía que se conformó por 13 preguntas abiertas, formuladas y desprendidas de los objetivos, las cuales emergieron de las dimensiones: tipos de medicina tradicional, usos, costumbres, función y utilización aplicada para una enfermedad.

La validez del instrumento es el grado que mide con exactitud una variable que se pretende medir (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018); por lo que para la validez de este instrumento, estos fueron sometidos a pruebas de verificación por parte de expertos en el área.

Procedimiento de recolección de datos.

La revisión de la literatura se llevó a cabo, mediante una búsqueda sistemática en bases de datos científicas, utilizando palabras clave según los descriptores en ciencias de la salud (BVS-DeCS, 2023) relacionadas con el tema. Se utilizó Google Académico, Repositorio Institucional de la UAEM, PubMed, SciElo, Redalyc.

La búsqueda se limitó a estudios publicados en los últimos 5 años y hasta 10 años, en el idioma español y mínimamente en el idioma inglés. También se revisaron libros y artículos de revistas científicas relevantes para obtener una comprensión más profunda del tema. Finalmente, el marco teórico se utilizó para guiar la recolección y el análisis de los datos, así como, para interpretar los resultados de la investigación.

Para la recolección de datos, se utilizó una guía de preguntas semi-estructuradas, que constó de 13 preguntas detonadoras y se llevó a cabo mediante la técnica de entrevista con una duración de entre 20 y

40 minutos. Estas entrevistas fueron grabadas con el consentimiento previo de los adultos mayores que participaron.

Posteriormente, los datos fueron transcritos textualmente en el programa Word para proceder a una revisión profunda donde se procedió a la codificación, la categorización, el análisis y la interpretación de los datos de acuerdo a la dimensiones determinadas, y así poder describir a detalle las vivencias del adulto mayor con el uso de la medicina tradicional; también se realizó la presentación de resultados a través de cuadros de los datos sociodemográficos de los participantes, que fueron un total 10, de ellos 5 hombres y 5 mujeres con edades que oscilan entre los 60 y 82 años de edad, permitiendo la formulación de conclusiones.

Aspecto bioético.

La investigación no tendrá riesgo. La investigación sin riesgo es aquella que emplea técnicas y métodos de investigación documental retrospectiva, y aquellas en las que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada en las variables fisiológicas, psicológicas y sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: cuestionarios, entrevistas, revisión de expedientes clínicos y otros, en los que no se le identifique ni se tratan aspectos sensitivos de su conducta.

Resultados.

En la localidad del Estado de México, en la que se entrevistó a las personas mayores sobre las vivencias que tiene con el uso de la medicina tradicional, se tuvo una muestra de 10 personas mayores, cuyo rango de edad se encontró entre los 60 a los 82 años. Se tuvo una participación de 5 hombres y 5 mujeres; es decir, se tuvo una participación del 50% por ambos sexos.

Las edades de los participantes oscilaron entre los 60 a los 82 años, y en la siguiente tabla se muestra la edad y la frecuencia de las participantes con esta edad.

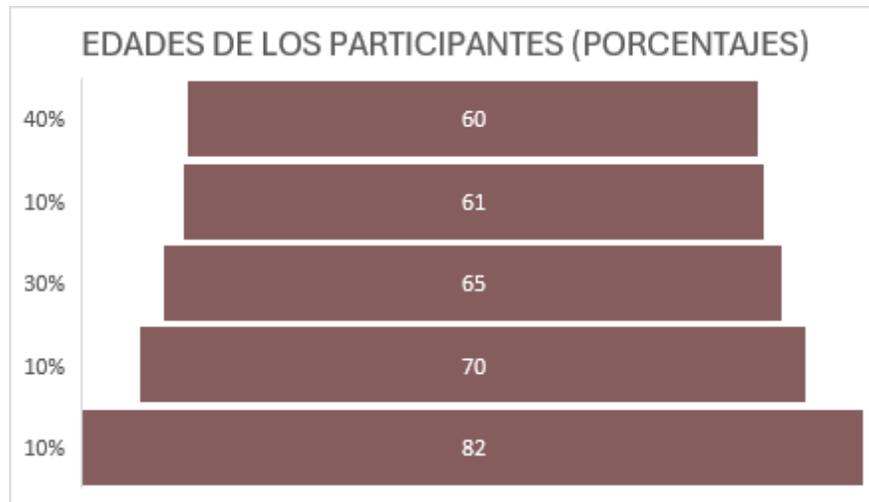
Tabla 1. Frecuencia de la edad de los participantes.

Edades de los participantes.	
Edad	Frecuencia
60	4
61	1
65	3
70	1
82	1

Fuente: Elaborada a partir de las entrevistas aplicadas a las personas mayores en una localidad del Estado de México.

Para apreciar mejor la frecuencia de edades, se realizó la siguiente gráfica:

Gráfica No 1.



Fuente: Tabla no. 1.

De acuerdo con los datos obtenidos como datos sociodemográficos, la edad más frecuente de los adultos mayores entrevistados fue de 60 años (40%), seguido por aquellas personas con 65 años (30%); por último, las personas mayores con 61, 70 y 82 años representaron el 10% respectivamente.

Durante las entrevistas, los resultados vertidos fueron que:

- ✓ Las principales plantas medicinales por las personas adultas mayores durante la entrevista fueron: árnica, ajeno, hierbabuena y hojas de buganvilia, hoja de dólar, romero, sábila y hierba del sapo.
- ✓ Las principales enfermedades para las que los adultos mayores usan la medicina alternativa son para tratar o aliviar el dolor de estómago y la gripe; sin embargo, algunas plantas pueden aliviar otros padecimientos.
- ✓ Los adultos mayores acuden a la medicina tradicional principalmente por la parte económica, además de que consideran importante que nuevas generaciones aprendan sobre medicina tradicional, ya que consideran que usando la medicina alternativa se salvaguardan las costumbres, tradiciones y valores de la localidad.

Una vez analizado los datos generales de los participantes, se procede a describir las vivencias de los adultos mayores con respecto al uso de la medicina tradicional:

E.I.

El señor Adrián tiene 65 años y no padece de ninguna enfermedad actualmente; sin embargo, refiere que hace 5 años tuvo cálculos renales en el riñón derecho, comenta que estuvo hospitalizado en un hospital de la zona norte del Estado de México; sin embargo, pidió la alta voluntaria debido a que no sentía que hubiera mejoría con el tratamiento que el personal de salud le brindó. Durante su estancia, él asegura: “el señor que estaba al lado mío hospitalizado me dijo que mejor me saliera del hospital y que mi problema tenía remedio con hierbas, así que le pedí el remedio y me dijo que con la raíz de la hierba del sapo (planta medicinal con espinas que se da en las milpas y en los cuerpos de agua) y con el palo azul (también conocido como palo dulce, es una planta medicinal con múltiples propiedades en las que destaca la prevención de cálculos renales, control de los niveles de glucosa en sangre y propiedades antiirreumáticas solo por mencionar algunas) me eliminaría las piedras de los riñones, y uno desesperado por curarse hace lo que sea y se toma lo que sea”.

También comentó, que con el Té que hizo con ambas hierbas, nunca volvió a padecer de cálculos renales. “Una vez que me lo tomé, noté un cambio en mi orina, me ardía mucho para orinar y me dolía, pero me seguí tomando el Té hasta que volví a ir al médico y me dijo que mis piedras habían desaparecido; desde esa vez, le tuve más fe a los remedios naturales que ir al médico”.

Cuando se le pregunto al E.1 qué otros motivos tenían para usar la medicina tradicional contestó que “es mucho más efectiva, tiene menos químicos que los medicamentos que me receta un doctor y es más económica que un medicamento”. Durante la entrevista se le preguntó qué otras enfermedades ha tratado con medicina alternativa: “pues el dolor de cabeza, la fiebre de mis nietos, y de mi señora cuando se pone mal de sus huesos, el dolor de estómago, y uno que otro dolor que aparezca, aunque solo usamos la medicina tradicional cuando nos sentimos mal, porque si no sabes la dosis o cuánto ponerle de cada hierba, también le puedes hacer mal a tu cuerpo; por ejemplo, a mis nueras cuando estuvieron embarazados, ni por equivocación, le dábamos algo con ruda, porque abortaban al niño”; cuando se le pidió su experiencia con la medicina tradicional, él asegura que “es bastante efectiva, siempre y cuando sepas usarla y tengas fe en las hierbas”.

El *E.1* refiere que aprendió lo que sabe de medicina tradicional por su papá, vecinos y videos que encuentra en YouTube, la herbolaria es la técnica que usa principalmente como método de medicina alternativa, y cuando se le cuestionó sobre si lo que sabe de medicina alternativa lo ha enseñado contestó: “no preguntan, lo primero que hacen es correr con el médico, y aunque uno le diga que planta usar o que tomar no le hacen caso”, así mismo, las plantas que el más usa y que enfermedades alivia son las siguientes:

- Palo azul= dolor de riñones, cálculos renales.
- Hierba del sapo= elimina los cálculos renales.
- Malva= favorece la digestión.
- Árnica= curación de heridas y desinflamación de golpes.

- Hojas de durazno= curación de heridas.
- Rosa de castilla= tratamiento de la varicela.
- Hoja de higo= ayuda a controlar la diabetes mellitus.
- Hoja de dólar, menta y eucalipto= alivia la tos y la gripa.
- Papa cruda= alivia los síntomas de gastritis.

Por último, al pedirle su opinión sobre si consideraba importante enseñar las técnicas de medicina tradicional a las nuevas generaciones respondió “es importante, porque si no aprenden sobre medicina tradicional se pierde la cultura, las tradiciones y valores de la comunidad; también es buena porque es buena para el cuerpo”.

E.2.

El señor Alejandro tiene 60 años, y refiere que no tiene ninguna enfermedad ni ha tenido algún acontecimiento médico importante; usa pocas veces la medicina tradicional ya que prefiere primero ir al médico y rara vez se enferma; sin embargo, cuando usa la medicina tradicional menciona: “la uso porque es lo que tenemos a la mano; por ejemplo, una rama de ajeno cuando te duele el estómago en la noche, a esa hora no hay un tecito y te alivia el dolor”; en cuanto a su experiencia con el uso de la medicina tradicional: “es buena, siempre, y cuando la enfermedad sea leve, una enfermedad ya grave es mejor ir con un médico”; el E.2 menciona que aprendió a usar la medicina tradicional por sus abuelos y papás a manera de herencia.

En cuanto a las enfermedades, que más trata con medicina alternativa, es la gripa principalmente, y la técnica de medicina tradicional que más usa es la herbolaria; cuando se le preguntó sobre si ha enseñado a su familia o vecinos a usar la medicina tradicional contesta que solo a la familia, en cuanto a las plantas medicinales y enfermedades que alivia que él usa, él menciona:

- Hojas de limón= ayuda a aliviar la gripa.
- Ajeno= dolor de estomago.

Por último, en cuanto a su opinión sobre si es importante que las nuevas generaciones aprendan sobre técnicas de medicina tradicional contesta: “sí es importante, porque son los recursos que tenemos de primera mano y es más económico”.

E.3.

El señor Moisés tiene 60 años, no tiene enfermedades ni ha padecido alguna enfermedad o algún acontecimiento de salud grave; menciona que solo algunas veces usa la medicina tradicional y cuando la usa es porque tiene dolor o tiene gripa, que es la enfermedad para la que más usa la medicina alternativa, la frecuencia con que usa la medicina alternativa es solo cuando se enferma.

Cuando tiene gripa suele acompañar el medicamento que le da el médico con un té de limón con miel para “curarme más rápido”; su experiencia con la medicina tradicional ha sido buena, y aprendió a usar la medicina alternativa por sus abuelos y por sus papás; la técnica de medicina tradicional que más usa es la herbolaria, y cuando se le cuestionó sobre si ha enseñado a alguien más a usar la medicina tradicional contesta: “no he enseñado lo poquito que sé porque rara vez me preguntan algo de remedios”. Las plantas medicinales que más usa y para qué sirven son las siguientes:

- Hierbabuena= dolor de estomago.
- Ajenjo= dolor de estómago y diarrea.
- Hojas de limón= gripa.

Por último, en cuanto a su opinión sobre si es importante que las nuevas generaciones aprendan de medicina alternativa responde: “sí es importante porque son remedios naturales y es lo más natural que tenemos para curarnos”.

E.4.

La señora Dominga tiene 82 años, tiene hipertensión arterial sistólica, misma que fue diagnosticada hace 12 años, y menciona que no usa la medicina tradicional para tratar simultáneamente su hipertensión; actualmente, se trata con Losartán, un antihipertensivo perteneciente al grupo de los ARA II.

Durante la aplicación de la entrevista se apoyó de su hija para responder algunas preguntas, ya que habla casi en su mayoría con mazahua, además de que su hija a sus palabras “entiende mejor lo que digo”; dentro de sus motivos para usar la medicina tradicional menciona que es meramente para mejorar su salud cuya frecuencia de uso es ocasionalmente. Su experiencia con el uso de la medicina tradicional: “es buena, ya que desde muy chiquita la he usado para un dolor de estómago o para la gripa”; así mismo, ella asegura que aprendió sobre el uso de la medicina tradicional a través de su mamá. Las enfermedades que más trata con medicina tradicional son: “dolor de cabeza, dolor de estómago, infección de los ojos, el mal del susto, el mal del aire”. Menciona que ella sí le ha enseñado a su familia o vecinos a usar lo que sabe de medicina tradicional: “si otros ocupan el remedio, uno debe compartirlo y no guardárselo”. Dentro de las técnicas de medicina alternativa que más usa es la herbolaria, y las plantas medicinales que usa con más frecuencia, así como las enfermedades que alivian se encuentran:

- Ruda= dolor de cabeza, mal del aire.
- Hojas de cedrón= dolor de estómago.
- Hinojo= dolor de estómago.
- Romero= dolor de estómago.
- Ajenjo= diarrea.
- Hojas de buganvilia= tos.
- Peshto= dolor de estómago y de cabeza.

Por último, su opinión sobre el uso de la medicina alternativa es: “sí es importante, porque son las costumbres que tenemos como originarios de la comunidad donde vivimos, es más sano para el cuerpo y más económico de obtenerlo”.

E.5.

El señor Sergio tiene 60 años, actualmente sí tiene enfermedades, dichas enfermedades son ácido úrico y alcoholismo, y desde hace 20 años empezó su adicción con el alcohol, mientras que el ácido úrico le fue diagnosticado hace 5 años.

Como antecedente importante de salud menciona que hace 18 años fue operado de cataratas en el ojo izquierdo y hace 15 años igual fue operado de cataratas, pero en el ojo derecho; fuera de ambas cirugías no ha tenido otra intervención médica importante.

No usa la medicina tradicional para tratar su enfermedad: “uso solo diclofenaco cuando me aparece el ácido úrico por algo que como, pero no uso ninguna otra forma de tratamiento para mis achaques”. Dentro de sus motivos para usar la medicina alternativa: “funciona bien como alternativa de tratamiento cuando uno no tiene el recurso económico para tratarse o simplemente si uno no quiere tomar muchos medicamentos”.

El E.5 menciona que solo cuando tiene dolor usa la medicina tradicional; sin embargo, en cuanto a las enfermedades que más trata con medicina alternativa contesta que no trata ninguna enfermedad con medicina alternativa porque: “no soy enfermizo, creo que de toda mi familia soy el que menos me enfermo”. Su opinión con el uso de la medicina tradicional: “es regular, solo la uso cuando es necesario”.

Menciona que el sí ha tratado de enseñar a su familia, vecinos amigos sobre medicina tradicional recomendándoles las plantas medicinales que a él le han funcionado. A diferencia del resto de los entrevistados, él aprendió sobre medicina tradicional a través de anuncios, de los comerciantes y de la publicidad que se encuentra en los lugares donde trabaja. La técnica de medicina tradicional que más usa es la herbolaria, y dentro de las plantas medicinales que más usa se encuentran:

- Prodigiosa: se usa para el dolor de estómago.
- El ajo crudo en ayunas= ayuda a purificar la sangre, favorece la circulación y ayuda al tratamiento de la anemia.
- Gobernadora= se usa para eliminar los cálculos renales, además de aliviar el dolor de los riñones.

Por último, su opinión en cuanto a la importancia sobre el uso de la medicina tradicional considera: “sí es importante enseñar a los jóvenes a usar la medicina alternativa ya es una alternativa de tratamiento”.

E.6.

El señor Mauro tiene 70 años, hace 7 años fue diagnosticado con Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), y se trata de una patología pulmonar que reduce el flujo de aire en los pulmones y causa diversos problemas respiratorios.

No usa la medicina tradicional para tratar su enfermedad, y como no la usa para tratar su enfermedad, el E.6 menciona que solo usa la medicina alternativa cuando tiene dolor de estómago; sin embargo, el investigando descubrió que muchos de sus medicamentos tienen como base plantas medicinales. Su experiencia con la medicina alternativa: “es muy buena, recuerdo que de niño mi mamá o mi abuela me daba un tecito de las plantitas que tuviera cuando tenía dolor de estómago o me daba gripa”. El E.6 contesta: “si he tratado de enseñar a mis hijos y a mis nietas a usar las plantas medicinales que yo conozco y las he motivado a investigar otras plantas que sirvan para tratar más enfermedades”.

El sujeto 6 menciona que aprendió a usar la medicina tradicional a través de sus abuelos y de su mamá, y dentro de las diferentes técnicas de medicina alternativa contesta que solo ha hecho uso de la herbolaria, cuyas plantas medicinales que conoce y las enfermedades que alivia se encuentran:

- Ajenjo= dolor de estómago.
- Ruda= mal del aire, también funciona para la presión arterial alta.
- Wereke= dolor de estómago y funciona para el control de la diabetes mellitus tipo II.

Por último, en cuanto a su opinión sobre si considera importante que futuras generaciones aprendan sobre medicina tradicional contesta: “claro, porque es más económica usarla y es de fácil acceso”.

E.7.

La señora María tiene 61 años, hace 20 años fue diagnosticada con hipertensión arterial sistólica, cuyo tratamiento es el Losartan y la Furosemida, y menciona que se toma una pastilla al día de cada una para su presión, así mismo hace 10 años fue diagnosticada con EPOC, y para la EPOC menciona que usa el salbutamol como inhalador.

Menciona que algunas veces ha usado la medicina alternativa para tratar los síntomas de su enfermedad, y dentro de sus motivos para usar la medicina tradicional se encuentra: “la uso porque a veces no hay dinero o porque de donde vivo mi centro de salud queda muy lejos”. La frecuencia con la que usa la medicina tradicional es solo cuando la necesita, su experiencia con la medicina tradicional ha sido buena, aprendió a usar la medicina tradicional a través de sus papas y abuelos, y dentro de las enfermedades que más trata con medicina alternativa se encuentra la diarrea, el dolor de estómago, la gripa y el dolor de riñones; así mismo, admite que ha enseñado a su familia y a los que pueda o que le pregunte sobre medicina alternativa al pasarse las recetas de los té o el nombre de las plantas.

La herbolaria destaca como la principal técnica de medicina alternativa que usa para tratar su enfermedad.

Las plantas medicinales que más usa y las enfermedades que alivia se encuentran:

- Árnica= se usa para golpes y curar heridas.
- Pingüica= dolor de riñones.
- Barba de elote= dolor de riñones y ayuda a eliminar cálculos renales.
- Gordolobo= ayuda a aliviar la tos.
- Eucalipto= ayuda a aliviar la tos y el dolor de pulmones.
- Cebolla morada y buganvilia= ayuda a aliviar la tos.
- Epazote de perro= ayuda a aliviar la diarrea y el dolor estomacal.

Menciona también, que el Té que se hace con: la cebolla morada, el eucalipto y las hijas de buganvilia te quita la tos en menos de dos días, y si le agregas naranja, guayaba, limón y si tienes jengibre una rodaja, los efectos del Té serán más notorios, resalta que se debe tomar por las noches porque te hace sudar (provoca diaforesis) y el frío de la noche puede empeorar la tos.

Por último, en cuanto a su opinión sobre si es importante enseñar sobre medicina alternativa a las nuevas generaciones contesta: “sí es importante, porque los antepasados se curaban con plantas, y además es parte de la herencia cultural que le vamos a dejar a nuestros hijos y nietos”.

E.8.

La señora Norma tiene 60 años, no tiene ninguna enfermedad, y por lo tanto, solo usa la medicina alternativa cuando se enferma de una diarrea o de una gripa, y sus principales motivos para usar la medicina tradicional se encuentran: “ayuda a curar las heridas más rápido, a desinflamar los golpes, y es fácil de acceder a las plantas”; la frecuencia en la que usa la medicina alternativa es: “solo la uso cuando es necesario”, menciona que si usa la medicina tradicional como acompañamiento a la medicina científica, las principales enfermedades que trata con medicina tradicional son: “dolor de estómago, desinflamar golpes, curación de heridas, tos”.

Su experiencia con el uso de la medicina tradicional es regular: “solo la uso cuando es necesario o cuando no tengo otra opción más que usarla”. La E.8 asevera que ella aprendió a usar la medicina tradicional a través de la “gente mayor” como su papá, mamá y abuelos.

Las técnicas de medicina tradicional que más usa es la herbolaria y la masoterapia; las plantas medicinales que más usa y para qué sirven se encuentra:

- Sábila= desinflama los golpes y disminuye los hematomas.
- Árnica= desinflama los golpes y favorece a la curación de heridas.
- Ajenjo= dolor de estómago y control del vomito.

- Diente de león= alivia el dolor estomacal.
- Ruda= “mal de aire”, dolor de estómago.

La E.8 comenta que ha enseñado a su familia y vecinos a usar la medicina tradicional, “porque es algo que no se debe guardar uno, si alguien ocupa que le diga qué usar o qué tomar se lo digo”. Por último, al preguntarle sobre su opinión sobre que las nuevas generaciones adquieran conocimiento sobre la medicina alternativa contesta: “sí es importante, porque se fomenta la tradición de usar plantas para curar la salud”.

E.9.

La señora Alicia tiene 65 años, hace 4 meses fue diagnosticada con hipertensión arterial, misma que fue desencadenada por quemaduras de 2° y 3°, mismas que abarcaron la región de la tibia, peroné, parte de la planta y empeine del pie derecho, dichas quemaduras fueron provocadas con agua hirviendo.

Comenta que para la hipertensión arterial usa exclusivamente el medicamento farmacológico que le recetó el doctor (losartan y enalapril), y sus principales motivos para usar la medicina tradicional es su salud: “antes no era de usar la medicina tradicional, pero con mi quemadura fui investigando y aprendiendo de las plantas”. Usa la medicina alternativa esporádicamente, ya que solo cuando se enferma y no puede acudir al doctor recurre al uso de la medicina tradicional.

Por la quemadura que sufrió hace algunos meses, ha hecho uso de la medicina alópata y de la medicina alternativa, ya que se lavaba la herida con árnica y con tepezcohuite: “el árnica me ayudaba a calmarme el dolor de la herida y a bajarme la inflamación, mientras que el tepezcohuite me dijo que funcionaba como antiséptico para que no se me infectara la herida”.

La herbolaria y la masoterapia son las principales técnicas de medicina tradicional que usa, las principales plantas medicinales y las enfermedades que tratan son:

- Pericón= dolor de estómago.
- Hierbabuena= dolor de estómago, si se combina con leche funge como un antiparasitario.

- Ajenjo= dolor de estómago, diarrea, “mal de susto”.
- Canela= dolor de estómago, alivia la resaca.
- Hierba del sapo= diarrea, dolor de estómago, alivia el dolor de los riñones.
- Diente de león= alivia los cólicos menstruales.
- Tepezcohuite= curación de heridas, evita que se infecten las heridas.
- Árnica= desinflamar golpes, ayuda a curar heridas.
- Sábila= ayuda a desinflamar golpes, favorece a la curación de heridas.

Menciona que ha intentado que su familia aprenda sobre medicina alternativa, pero no aplica lo que les enseña; por último, su opinión sobre la importancia que futuras generaciones aprendan sobre medicina tradicional: “sí es de importancia que aprendan de medicina tradicional porque es lo que tenemos a la mano”.

E.10.

La señora María del Carmen tiene 65 años, tiene enfermedad vascular periférica desde hace 18 años, y comenta que algunas veces ha usado la medicina tradicional para tratar enfermedades. Sobre los motivos para usar la medicina tradicional destaca: “es la sabiduría de nuestros ancestros y también por la accesibilidad económica”. En cuanto a su frecuencia de uso es regularmente, “solo cuando es necesario la uso”. La medicina alternativa la ocupa como coadyuvante del tratamiento farmacológico de cualquier enfermedad.

La experiencia que tiene con la medicina alternativa ha sido buena: “hasta el momento no me han fallado las plantas cuando las uso”; las principales enfermedades que trata con mayor frecuencia con medicina alternativa se encuentran la diarrea, la gripa, y el dolor de estómago.

La E.10 aprendió sobre el uso de medicina alternativa a través de: “entrevisté a los que yo había escuchado que sabían de plantas, y también a veces leo libros de medicina alternativa”.

La herbolaria figura como la principal técnica de medicina tradicional que usa con más frecuencia, y cuando se le preguntó sobre si le ha enseñado a su familia o vecinos a usar la medicina tradicional comenta: “sí, trato de enseñarle a quien pueda, hay que apoyarnos unos a otros, nunca se sabe cuándo vamos a ocupar de la otra persona”.

Las principales plantas medicinales y las enfermedades o síntomas que alivian destacó las siguientes:

- Manzanilla= ayuda al alivio de la tos, alivia el dolor de estómago y para la resequedad de los ojos.
- Hierbabuena= se usa para el dolor de estómago.
- Romero= ayuda a la digestión.
- Clavo de olor= funciona como un antiséptico y como desparasitante.
- Cuachalalate= favorece a la curación de heridas.
- Cirian= alivia la tos.

En cuanto a su opinión sobre si consideraba importante enseñar las técnicas de medicina tradicional a las nuevas generaciones responde: “es muy importante, porque son tesoros valiosos de la cultura, tradiciones de nuestro pueblo, además que refleja la humanidad de las personas y la bondad de la naturaleza para con nosotros”.

Análisis.

Una vez que se conocen las vivencias de las personas adultas mayores con respecto al uso de la medicina tradicional, se obtienen los siguientes datos:

Tabla 2. Principales plantas medicinales usadas por el adulto mayor.

Principales plantas medicinales usadas	
Plantas	Frecuencia
Hojas de Limón	1
Palo azul	1
Malva	1
Árnica	6
Hojas de durazno	1
Rosa de castilla	1

Hoja de higo	1
Hoja de dólar	2
Papa cruda	1
Hierbabuena	3
Ajenjo	6
Ruda	3
Hoja de cedrón	1
Hinojo	1
Romero	2
Hojas de buganvilia	3
Peshto	1
Prodigiosa	1
Ajo crudo	1
Gobernadora	1
Pingüica	1
Barba de elote	1
Gordolobo	1
Eucalipto	1
Cebolla morada	1
Epazote de perro	1
Sábila	2
Diente de león	1
Canela	1
Pericón	1
Hierba del sapo	2
Tepezcohuite	1
Manzanilla	1
Clavos de olor	1
Cuachalalate	1
Cirian	1

Fuente: elaborada a partir de las entrevistas aplicadas a las personas mayores de una localidad del Estado de México.

Las plantas medicinales que destacan entre las respuestas de los entrevistados son:

Árnica y ajenjo: con una frecuencia de 6 personas que la mencionaron como respuesta en un total de 10 personas entrevistadas.

Hierbabuena, hojas de buganvilia: con una frecuencia de 3 personas que las mencionaron como respuesta de un total de 10 personas entrevistadas.

Hoja de dólar, romero, sábila y hierba del sapo: con una frecuencia de 2 personas que las mencionaron como respuesta de un total de 10 personas entrevistadas.

Las principales enfermedades que con más frecuencia las personas mayores entrevistadas tratan con medicina tradicional son:

Tabla 3. Principales enfermedades más tratadas con medicina tradicional.

Enfermedades más tratadas con medicina tradicional	
Enfermedad	Frecuencia
Diarrea	4
Tos	1
Heridas/golpes	2
Gripa	5
Fiebre	1
Dolor de cabeza	4
Dolor de estomago	7
Infección de ojos	1

Fuente: elaborada a partir de las entrevistas aplicadas a las personas mayores de una localidad del Estado de México.

En base a los datos obtenidos, se puede apreciar que 7 de los 10 entrevistados tratan con más frecuencia el dolor de estómago con medicina alternativa.

CONCLUSIONES.

Las personas adultas mayores que fueron entrevistadas, al describir sus vivencias podemos concluir, que poseen grandes conocimientos sobre medicina alternativa; la mayoría de estos conocimientos fueron aprendidos como forma de herencia por abuelos, padres o vecinos, y la utilizan por diversas razones como es el costo, la efectividad, entre otras.

Con relación a las patologías con mayor incidencia en las personas mayores de la localidad son: hipertensión con 3 de 10 entrevistados con este padecimiento, y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica con 2 de 10 adultos mayores entrevistados.

Las plantas más utilizadas son: árnica, ajeno, hierbabuena, hojas de buganvilia, hoja de dólar, romero, sábila y hierba del sapo, que son usadas para tratar dolores de estómago y gripe.

El dolor estomacal destaca como principal enfermedad/síntoma que las personas mayores tratan con medicina tradicional.

El principal motivo por el que los adultos mayores usan la medicina alternativa es por lo económico que resulta acceder a ella.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Alvarado. G. A.M. & Salazar. M. A.M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. Gerokomos vol. 25 no. 2. <https://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2014000200002>
2. Carrillo Trueba, César (2008). Pluriverso. Un ensayo sobre el conocimiento indígena contemporáneo. Quito: Abya-Yala.
3. Biblioteca Virtual de Salud España - BVS-DeCS- OPS / OMS / BIREME (2023). Descriptores en Ciencias de la Salud. <https://decses.bvsalud.org/E/homepagee.htm>
4. Organización Mundial de la Salud (2023). Medicina tradicional. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/traditional-medicine>
5. Organización Panamericana de la Salud (2002). La salud y el envejecimiento. Resolución (2002). <https://iris.paho.org/handle/10665.2/3715>
6. Parrales. S. C. (2022). La medicina tradicional en el envejecimiento: autoatención de enfermedades crónico- degenerativas. Universidad Autónoma del Estado de México. Facultad de Antropología. <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/138427/La%20medicina%20tradicional%20en%20el%20envejecimiento%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

7. Hernández-Sampieri, Roberto & Mendoza, C. (2018). Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Aparicio. M. (2007). La antropología aplicada, la medicina tradicional y los sistemas de cuidado natural de la salud. Una ayuda intercultural para los padecimientos crónicos. *Gazeta de antropología*.
2. Araujo. P. G.T. (2009). Cuidado de la Salud del Adulto Mayor. Instituto Nacional de Salud Pública. https://insp.mx/images/stories/INSP/Docs/cts/cts_nov.pdf
3. Atriano. B. R.A. & Benito. C.B. (2021). Medicina tradicional mexicana, cultura y tradición, un paso hacia la etnofarmacología. *Revista Intercyt. Interculturalidad, Ciencia y Tecnología*. <https://www.eumed.net/uploads/articulos/e14ca9cdb322859227bffd8c86060da.pdf>
4. Berenzon- Gorn. S.; Ito- Sugiyama. E. & Vargas. G. A. (2006). Enfermedades y padeceres por los que se recurre a terapeutas tradicionales de la Ciudad de México. *Salud pública de México*, Vol. 48. No. 1. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342006000100008
5. Jiménez Cabrera, Pascual Alexander; Hernández Juárez, Martín; Espinosa Sánchez, Gildardo; Mendoza Castelán, Guillermo, & Bell Torrijos Almazán, Marcia. (2015). Los saberes en medicina tradicional y su contribución al desarrollo rural: estudio de caso Región Totonaca, Veracruz. *Revista mexicana de ciencias agrícolas*, 6(8), 1791-1805. Recuperado en 18 de julio de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342015000801791&lng=es&tlng=es
6. Chávez Victorino, Omar, & Carpio Ramírez, Claudio Antonio. (2018). El reconocimiento del sistema indígena de salud. Implicaciones de la cobertura de salud gubernamental en México. *Revista Latinoamericana de Bioética*, 18(2), 195-209. <https://doi.org/10.18359/rlbi.3422>
7. Escalona Cruz, Luis Jesús, Tase Aguilar, Aliuska, Estrada Martínez, Aliuska, & Almaguer Mojena, Maida Luisa. (2015). Uso tradicional de plantas medicinales por el adulto mayor en la comunidad

serrana de Corralillo Arriba. Guisa, Granma. Revista Cubana de Plantas Medicinales, 20(4)
 Recuperado en 18 de julio de 2025, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-47962015000400007&lng=es&tlng=es.

8. García de Alba. G. J.E. Et al. (2012). Conocimiento y uso de las plantas medicinales en la zona metropolitana de Guadalajara. *Desacatos*. No. 39. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2012000200003
9. García de Alba García, Javier E., Ramírez Hernández, Blanca C., Robles Arellano, Gilberto, Zañudo Hernández, Julia, Salcedo Rocha, Ana L., & García de Alba Verduzco, Javier E. (2012). Conocimiento y uso de las plantas medicinales en la zona metropolitana de Guadalajara. *Desacatos*, (39), 29-44. Recuperado en 18 de julio de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2012000200003&lng=es&tlng=es.
10. Vidor Guerra, Elizabeth; Padilla Rodríguez, Elaine; Guerrero Betancourt, Mayren (2016). La medicina natural y tradicional y su relación con las ciencias básicas. *Investigación En Educación Médica* Vol 5 no. 18. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.01.025>
11. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (2023). Diagnostico de las personas adultas mayores en México II. <https://www.bienestar.gob.mx/pb/images/INAPAM/transparencia/PlanesProInf/DiagnosticoINEGI CONAPOSS2023-280224.pdf>
12. Reglamento Ley General de Salud (26 de enero de 1980). Diario Oficial de la Federación. <https://salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compi/rlgsmis.html>
13. Reyes-Mandujano, Ivonne Fanny, Yactayo-Flores, Aldo Manuel, Ramos Castro, Edgar, Hurtado La Rosa, Raquel, & Yongabi Anchang, Kenneth. (2019). Herramientas evaluadoras de calidad de la investigación de las medicinas no convencionales. *Revista Cubana de Medicina*, 58(4). Epub 08 de

julio de 2020. Recuperado en 18 de julio de 2025, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75232019000400006&lng=es&tlng=es.

14. Menéndez, E. L. (2022). Orígenes y desarrollo de la medicina tradicional: una cuestión ideológica. *Salud Colectiva*, 18, e4225. <https://doi.org/10.18294/sc.2022.4225>.
15. Nigenda, Gustavo, Mora-Flores, Gerardo, Aldama-López, Salvador, & Orozco-Núñez, Emanuel. (2001). La práctica de la medicina tradicional en América Latina y el Caribe: el dilema entre regulación y tolerancia. *Salud Pública de México*, 43(1), 41-51. Recuperado en 18 de julio de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342001000100006&lng=es&tlng=es
16. Organización Mundial de la Salud (2003). Medicina tradicional. Informe de la secretaria. 56 Asamblea Mundial de la Salud. https://apps.who.int/gb/archive/pdf_files/WHA56/sa5618.pdf
17. Organización Mundial del Comercio (2024). Chapter II: El contexto normativo para la actuación en materia de innovación y acceso. https://www.wto.org/spanish/tratop_s/trips_s/trilatweb_s/ch2d_trilat_web_13_s.htm
18. Secretaría de Salud. (2023). Día Mundial De La Medicina Tradicional. Gobierno de Puebla. <https://ss.puebla.gob.mx/images/areas/informate/Medicina%20Tradicional%202023.pdf>
19. Secretaría de Salud. (2024). Medicina Tradicional Indígena. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/medicina-tradicional>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. Jannet Delfina Salgado Guadarrama. Doctora en Alta Dirección y docente de tiempo completo de la Universidad Autónoma del Estado de México, México. Correo electrónico: salgado_guadarramajannet@hotmail.com

2. Enid Asvany Guzmàn Caballero. Doctora en Administracion y Alta Direccion y docente de tiempo completo de la Universidad Autónoma del Estado de México, México. Correo electrónico. eaguzmanc@uaemex.mx

3. María Luisa López Vega. Estudiante del 6^a semestre de la licenciatura en enfermería de la Universidad Mexiquense del Bicentenario. Becaria del programa Delfin verano de la investigación científica 2024. México. Correo electrónico: luisalopezvega180403@gmail.com

RECIBIDO: 10 de julio del 2025.

APROBADO: 19 de agosto del 2025.