



# Oficios y actividades para el recuerdo

## Entre la ciencia y el saber popular: Los remedios caseros (I)



*La rebotica era con frecuencia lugar de reunión y tertulia.*

**R**ecorremos la historia de la Farmacia y la Medicina. Desde los antiguos rituales mágicos a la actual etapa donde la genética está abriendo un periodo lleno de posibilidades. Un arte de curar que hasta hace muy poco no llegó a las masas por lo que de forma paralela se desarrolla una medicina popular basada en recursos naturales que pasa de generación en generación.

**FOTOS:  
J. B. S.**

“**T**odo lo que se ingiere, con intención o sin ella puede ser alimento o veneno, y los medicamentos ocupan una posición intermedia entre ambos”. Al-Biruni (973-1051)

Con toda probabilidad existen pocos pueblos en el mundo que hayan demostrado tanto interés por la Medicina como el nuestro. Desde la más remota antigüedad tenemos constancia del arte de curar en la Península Ibérica. La tarea de ayudar al enfermo a sanar y al sano a no enfermarse, ha sido de hecho durante siglos una de las características y aspiraciones más relevantes de nuestra sociedad.

La convergencia en nuestro territorio de distintas culturas: íbera, celta, fenicia, griega, romana, visigoda, musulmana, judía..., permitió un intercambio de métodos y el dominio de un considerable “vademécum” de remedios terapéuticos, de variada aplicación y con un gran porcentaje de éxito. Poco a poco fueron abandonándose los antiguos rituales y prácticas mágicas de tipo tribal<sup>2</sup>, pasándose a formas más científicas basadas, esencialmente, en la utilización de medios curativos como: las plantas –fitoterapia– algunos de cuyos principios activos empiezan a conocerse de forma paulatina y el agua –hidrote-

rapia–, y también la importancia de la higiene como medida preventiva, que aunque todavía muy elemental va siendo cada vez más considerada. No obstante, si bien de forma moderada, la terapéutica queda establecida sobre el principio alopatóico<sup>3</sup> de contraria *contrariis curantur*, considerándose la *physis*<sup>4</sup> como base de la curación y el médico como mediador, siempre al servicio de la vida y, en su ejercicio, favoreciendo a las fuerzas naturales<sup>5</sup>.

Con Roma, que recibe la influencia de los pueblos del Mediterráneo oriental, pero sobre todo por ser prolongación de la medicina griega, quedan establecidos estos criterios que alcanzan su culminación en la figura de Galeno, clínico y experimentador notable, que transmite el conocimiento hipocrático reafirmando en su pensamiento y continuando en el claro convencimiento del poder terapéutico.

A partir del siglo VI y hasta finales del X la medicina europea occidental queda reservada, particularmente, al ámbito de sacerdotes y monjes<sup>7</sup>. Desde el punto de vista farmacológico poco se avanzó, aunque hubo quizás una mejora en el conocimiento fitoterapéutico. Sin embargo, en la Península Ibérica, la Medicina y la incipiente Farmacia de al-Andalus conocen un auge más intenso, sobre todo desde el siglo X, pues amalgaman y desarrollan un compendio del saber médico clásico griego, transmitido a través de Bizancio e incorporado a su vez por árabes y sirios, y del grecorromano, recogido esencialmente por san Isidro<sup>8</sup> y sus discípulos. Ahora bien, la botánica de al-Andalus era, por cantidad y calidad, muy superior a la existente en el ámbito occidental europeo. El contacto con Oriente y el activo tráfico comercial de sustancias – *adwiyya*<sup>10</sup>, propició una considerable mejora en los procesos de identificación, descripción y clasificación de numerosas plantas.

Este conocimiento de los recursos fitológicos legado por los andalusíes se vio incrementado de forma notable como una consecuencia más de los descubrimientos geográficos rea-

lizados, y los posteriores viajes efectuados<sup>11</sup> durante los siglos XVI y XVII, por la incorporación de sustancias vegetales desconocidas en Europa<sup>12</sup>. Pero además y unido a lo anterior, la materia médica y su aplicación terapéutica recibe en la Península Ibérica la influencia de una serie de principios y hechos acaecidos durante estos siglos. Nos referimos particularmente al humanismo médico, a la aparición y desarrollo de la imprenta y al esplendor que alcanza la conocida como moderna botánica<sup>13</sup>.

No obstante, los criterios tradicionales galénicos permanecieron vigentes durante todo el siglo XVI. A lo largo del siglo XVII, el concepto de Farmacia va adquiriendo el sentido actual. Se desarrolla una ciencia biológica más compleja, quedando establecidas las bases de la fisiología experimental, al mismo tiempo que la anatomía mantiene las directrices trazadas por Vesalio<sup>14</sup> y se inician los análisis microscópicos.

Se comienzan a emplear nuevas vías de administración de medicamentos, como la intravenosa, a realizarse ensayos toxicológicos, iniciados por J.J. Wepfer (1620-1695), y también y de forma más cotidiana se utilizan remedios minerales<sup>15</sup>. En el transcurso del siglo XVIII al XIX, podemos considerar que se alcanza la madurez médica<sup>16</sup>. El principal y más extendido medio para ayudar al enfermo era el conocimiento galénico, tanto del

padecimiento como de su tratamiento.

A partir de la segunda mitad del siglo XIX y hasta bien entrado el XX se desarrolla la farmacología científica, la elaboración de nuevos fármacos y la terapéutica experimental. Digna de señalar es la medicación salicilica. El ácido acetilsalicílico empleado terapéuticamente a finales de siglo - Dreser, 1899 y comercializado como *aspirina* en 1902-, tuvo una gran repercusión por su eficacia en los tratamientos.

A lo largo del siglo XX el medicamento alcanza un grado de efectividad y unas aplicaciones insospechadas. Sería imposible enumerar todos y cada uno de estos descubrimientos. Si acaso citamos como destacados avances: la irrupción de las vacunas, el uso extendido de fármacos por vía parenteral, la aparición de la insulina y sobre todo el extraordinario desarrollo de los antibióticos que significó un avance de la Farmacia ininterrumpido. Otra cuestión no menos importante es el acceso a los medicamentos y a la sanidad pública de las masas populares, pues sin lugar a duda ha sido desde el punto de vista social uno de los logros más importantes de este siglo.

Los retos a corto y medio plazo están a la vuelta de la esquina. Los fármacos preventivos son cada vez más numerosos. Se están produciendo síntesis de nuevas sustancias. El mar está aportando un gran número de ellas y sobre todo y especialmente en la actualidad,

la genética tiene mucho que decir<sup>17</sup>. Es un campo donde los estudios están todavía en fase embrionaria pues las posibilidades que se vislumbran son infinitas.

Pero paralelamente, y lo que aquí en realidad nos interesa, no dejó de existir en ningún momento una medicina popular, una terapia al uso, que condensaba el conocimiento adquirido generación tras generación a lo largo de los años. El acceso a la medicina oficial quedaba reducido hasta bien entrado el pasado siglo a un sector de población con ciertos recursos económicos, siendo por lo tanto una medicina todavía minoritaria.

Así, como alternativa y como consecuencia en gran parte de un conocimiento "oficial" que se filtra y recae en las clases populares, las que naturalmente poseen un poder adquisitivo más limitado, crece una terapia paralela basada más en los recursos naturales, con alguna base científica, pero exenta, generalmente, de todo tipo de sistema y método.

Este conocimiento es considerado uno de los rasgos más significativos y uno de los que pueden llegar a definir culturalmente a un pueblo. Vinculado muchas veces a creencias populares que a menudo caían en la superstición, era transmitido de padres a hijos enriqueciéndose con el paso de los años. Es este conocimiento, este saber popular el que queremos resaltar en este trabajo.

<sup>1</sup> Aquí utilizado en el sentido de recopilación de conocimientos poseídos.

<sup>2</sup> Como resultado de la combinación de creencias mágicas y religiosas pero difícilmente con alguna justificación lógica.

<sup>3</sup> Alopática: Sistema curativo que busca prevenir, tratar y curar mediante la utilización de fármacos que provocan efectos contrarios a los que presenta la enfermedad a tratar.

<sup>4</sup> *Physis* o fuerza natural.

<sup>5</sup> La concepción lógica de una patología histórico-geográfica que interrelaciona entre otros factores: clima, oscilaciones atmosféricas, recursos naturales, constitución física, dieta zonal, y características étnicas es contemplada por primera vez por Hipócrates.

<sup>6</sup> Su principal exponente fue Plotino.

<sup>7</sup> En un modelo de sociedad teocéntrica como la de este periodo, todo gira alrededor de Dios, de sus designios divinos: enfermedad, dolor, curación y muerte.

<sup>8</sup> Este autor califica a la Medicina como Filosofía "segunda" influyendo así decisivamente en la consideración medieval del arte de curar.

<sup>9</sup> La Materia Médica o "Disocórides" profundiza en la Botánica, Zoología y Minerología.

<sup>10</sup> El término árabe para designar el medicamento es *dawa*, estableciendo dos clases: *adwiyya mufrada*, los simples, y *adwiyya murakkaba*, los compuestos. Según su procedencia consideraban tres ti-

pos: *adwiyya nabatiyya*, medicamentos de origen vegetal; *adwiyya hayawaniyya*, medicamentos de origen animal, y *adwiyya ma'daniyya*, medicamentos de origen mineral.

<sup>11</sup> Principalmente América y África se erigen en auténticas despensas de productos para la elaboración de remedios terapéuticos.

<sup>12</sup> Remedios como el palo santo, ipecacuana, quina, jengibre y ruibarbo aparecencen en Europa durante este periodo.

<sup>13</sup> Dos importantes innovaciones colaboran a que se produzca este auge: la conservación de plantas presionadas entre hojas de papel para luego ser expuestas, y las ilustraciones, pintadas o dibujadas de plantas copiadas directamente de modelos naturales. Es muy significativo en este proceso la aparición en 1583 de la obra de Andrea Celsus, *De Plantis libri XVI*.

<sup>14</sup> Vesalio residió en España entre 1559 y 1564.

<sup>15</sup> Aunque los remedios de origen natural están presentes en la terapia paracelsiana, los que verdaderamente definen sus actuaciones terapéuticas son los de origen animal, tanto por su contrastada eficacia, como por la importante innovación que supuso su incorporación a la medicina occidental.

<sup>16</sup> Durante el siglo XVIII la Medicina al igual que la sociedad experimenta un periodo de profunda transformación. Fruto de este cambio es la posterior evolución y diversificación de los conocimientos médicos.

<sup>17</sup> El nacimiento de la biotecnología y la ingeniería genética marcaron un antes y un después en la Medicina.



# Oficios y actividades para el recuerdo

## Entre la ciencia y el saber popular: Los remedios caseros (II)



Magia y superstición acompañaron con frecuencia el arte de curar.

**L**os remedios caseros para curar enfermedades eran muy comunes en los hogares de nuestros antepasados. Para saber un poco más sobre ellos, volvemos a analizar el proceso necesario para elaborarlos y las finalidades que tenían. Incluso muchos tenían una base científica aunque sus usuarios no lo supiesen. Los ingredientes más utilizados para crearlos eran plantas aromáticas como el tomillo, frutas y verduras.

**FOTOS:  
J. B. S.**

Una visión retrospectiva nos puede aclarar que, al contrario de lo que de una forma un tanto superficial se pudiera pensar, este saber popular fue desarrollándose paulatinamente a lo largo de los años y con él también los remedios caseros.

Las características bio-geográficas de nuestra zona unidas a los condicionantes históricos, económicos, sociales y también culturales, han permitido que esta terapia popular haya estado presente, de forma bastante significativa, hasta la década de los sesenta del

siglo anterior. Curar unas anginas o aliviar unas paperas con papel de estraza untado en aceite o impregnado de grasa animal y calentado con la llama de una vela, poniéndolo luego sobre la zona afectada, era cosa común en nuestros hogares hasta hace, desde el punto de vista histórico, relativamente poco tiempo.

Los remedios eran elaborados generalmente con los productos existentes en nuestra zona, aunque a veces se recurría a otros llegados de fuera. Podían ser recolectados o cultivados y empleados directamente tal como eran obtenidos de la naturaleza o extrayendo las sustancias y elaborando recetas. Existían muchísimos, con alguna que otra variante, para los mismos "males". La recolección de plantas para este fin era realizada habitualmente durante la primavera coincidiendo con la floración. Luego eran tratadas, reservando hojas, tallos, flores y raíces según sus propiedades terapéuticas y remedios a preparar<sup>1</sup>.

A menudo, la materia prima era recogida en determinados momentos, pues así lo requería la creencia para que el remedio fuese más efectivo como meses, días, horas y, lo más frecuente, en determinadas fases de la luna; igualmente también se tenía en cuenta la ho-

ra de su aplicación. Así, era habitual cortar o hacer una incisión en las plantas cuando la luna estaba en menguante para que no se "desangrase" o cortar el cabello en creciente para tratar problemas capilares, como era tener el pelo débil y quebradizo, las alopecias, las calvas, etc. Lo mismo ocurría con las uñas. Se consideraba -quizás como una reminiscencia romana más-, que existía una correspondencia entre la anatomía y los ciclos vitales de la naturaleza. Así, tomar baños matinales con la bajamar en los días próximos al solsticio de verano era recomendado para los problemas de infertilidad. Recoger o elaborar ciertos remedios en la noche de San Juan era frecuente y formaba parte de un ritual ancestral, como el de esparcir por todos los rincones de la casa agua de mar recogida esa noche.

Muchos de estos remedios tenían una base científica aunque sus usuarios no lo supiesen. Unos se empleaban directamente, otros más laboriosos eran recetas o fórmulas más complicadas. En la mayoría de ellos, en una menor o mayor proporción, existían sustancias con propiedades farmacológicas definidas, contenidas fundamentalmente en las plantas y utilizadas para este fin desde la más remota antigüedad.

De este modo podemos citar la manzanilla -*Chamaemelum nobile* L.- y el poleo- *Mentha pulegium* L.-. Las dos poseen un gran número de propiedades farmacológicas pero destacan sobre todo por ser antiséptica la primera, anticatarral la segunda y digestivas ambas.

El tomillo-*Thimus vulgaris* L.-, el orégano-*Origanum vulgare* L.-, la ajedrea- *Satureja hortensis* L.-, la salvia- *Salvia officinalis* L.-, la alhucema- *Lavandula latifolia*-, el romero<sup>2</sup> -*Rosmarinus officinalis* L.-, poseen propiedades bactericidas y bacteriostáticas<sup>3</sup>, de tal manera que al tomillo, usado ya con fines terapéutico en época romana, se le ha conocido siempre como el "antibiótico de los pobres". También tiene propiedades expectorantes y digestivas al igual que la salvia, el orégano y el romero<sup>4</sup>. La alhucema -también de-

nominada espliego o lavanda-, posee propiedades antisépticas y cicatrizantes, siendo quizás la más popular entre las plantas silvestres recolectadas por los andalusíes. El romero es un antiséptico natural muy potente empleado como sahumero y también como tónico y relajante en decocción y añadido al agua del baño.

La borraja- *Borago officinalis* L.-, planta muy rica en minerales, muy eficaz contra la fiebre. Su acción antitérmica era ya conocida por los árabes. La hierbaluisa o hierba Luisa -*Aloisia triphylla* (L.'Herit)- introducida en la Península Ibérica en el siglo XVIII y desde entonces presente en todas las farmacopeas, era muy utilizada en decocción para facilitar la digestión y para contrarrestar los excesos con las comidas. Las hojas de hierbabuena, en concreto la *Mentha sativa* L., se daban a masticar por sus propiedades anti-helmínticas para las lombrices intestinales. Otra variedad de menta -*Mentha piperita* L.- tomada en tisana con anís, era una bebida muy popular en al-Andalus para facilitar la digestión. La matalahúga o matalahúva del árabe al-habbat al-haluwa, grano dulce, muy efectiva en infusión para los gases de los lactantes y para acallar su llanto entre toma y toma. La mejorana -*Origanum majorana* L.- para tratar el insomnio y las jaquecas. La cerraja -*Sonchus oleraceus* L.-, en decocción, para problemas de estómago, como depurativo y sobre todo para problemas urinarios. Hasta principios del siglo XIX era muy común preparar en las farmacias el agua de cerraja.

Otras plantas utilizadas eran el jaramago-*Erysimum officinale* L.-, la hierba "de los cantaores" la cual, por sus propiedades antiinflamatorias, era usada para laringitis y afecciones de las cuerdas vocales; la "rompepiedra", *Lepidium latifolium* L.-, todavía abundante en los cauces de nuestros ríos, para "romper" los cálculos de las vías urinarias y la malva -*Malva sylvestris*, muy corriente en nuestra zona -, de grandes propiedades terapéuticas, en



El tomillo, una planta aromática y medicinal característica de nuestra zona.

decocción, por su poder antiinflamatorio y para hacer lavados vaginales. Más de un problema de infertilidad se intentaba solucionar con este procedimiento. Por el contrario, el perejil -*Petroselinum crispum* (Miller)-, era usado como abortivo y también, por sus propiedades diuréticas, para problemas de retención de líquido, por ejemplo en la gota, y, por sus propiedades vasodilatadores, para aliviar las molestias menstruales. Muy eficaz además para tratar los hematomas y "corregir" las ojeras. La unciana -*Dorycnium rectum* L.- para problemas digestivos y de la piel; la cola de caballo -en nuestra zona *Equisetum telmateia*-, rica en sales minerales y recomendada, tanto ingerida como por vía tópica, para todo proceso inflamatorio; el llantén -en algunas de sus variedades existentes en la comarca como el *Plantago maior* L.-; con propiedades antidiarreicas, antiinflamatorias, antihistamínicas y cicatrizantes; el acebutre, muy eficaz para las hemorroides, al igual que la cebolla almorrana -*Urginea maritima* L.-; el helecho macho para las tenias o solitarias; la biznaga, parecida al hinojo, para el asma; la hierba de San Juan, el hipérico, de connotaciones esotéricas, para la "tristeza" y "mal de amores"; el "pan de conejo" rico en alcaloides y taninos muy útil para la diarrea; la ruda para el sarampión y también para aliviar el dolor de tripas de los lactantes -para ello se freían las hojas y cuando estuviese el aceite templado se empapaba un paño y se ponía sobre la barriga-; la batatilla de gamón

para los empeines; el mastranto o "mentaburro", utilizado por igual para personas y animales, pero particularmente efectivas para las "matauras" de las bestias, tan necesarias en las labores cotidianas. También empleada para tratar los vivos<sup>5</sup>.

La decocción de ortiga blanca -*Lamium album* L.-, era eficaz como antiinflamatorio de acción local. Como expectorante, al estimular la mucosa, se recomendaba el hinojo -*Foeniculum vulgare* L.-, que también posee unas excelentes propiedades carminativas, es decir para tratar la aerofagia o gases. El brezo -*Calluna vulgaris* L.-, en decocción para el pelo y también iba bien en problemas urinarios. La margarita -*Bellis perennis* L.-, muy empleada y con un sinfín de propiedades terapéuticas.

Mención especial merecen las amapolas *Papaver rhoeas* y adormideras -*Papaver somniferum* L.-, pues se ha escrito muchísimo sobre ellas y a veces de forma confusa. La amapola, que contiene antocianina y algunos alcaloides, era utilizada con precaución como expectorante y para tratar la tos por sus efectos sedativos e inductores del sueño. De la adormidera sin embargo se desaconsejaba su uso, dada su peligrosidad al ser un potente opiáceo. No obstante hemos localizado algún conjuro o fórmula de amor en la que intervenía aunque en pequeñas dosis.

Algunos árboles y arbustos como el almendro, el "maoleto"<sup>6</sup>, el algarrobo, el acebuche, la jara, el laurel, el azofaifo, el tilo, el lentisco, el eucalipto -tomar sus vapores estaba muy difundido-, el pino, la coscoja, la murta, arroyán o mirto<sup>7</sup>, la adelfa como veneno, etc., eran también aprovechados. Asimismo, eran empleadas gran cantidad de plantas cultivadas, entre ellas el geranio<sup>8</sup> y la flor del "pescado", la rosa, el pensamiento y la violeta, la azucena, la hortensia<sup>9</sup>, etc.

Frutas y hortalizas eran también aprovechadas. Destacamos la cebolla, el tomate, el apio, la zanahoria, la patata, el higo, el pero, la naranja, el perué-

<sup>1</sup> Por ejemplo, la esencia de eucalipto tan empleada para catarros y resfriados es un remedio relativamente moderno pues el eucalipto, como variedad botánica, fue introducido gradualmente en la Península Ibérica durante el siglo XIX.

<sup>2</sup> El proceso era variado: bien se secaban y se conservaban en tarros, cajas y talegas o bien eran usadas directamente. Otras eran tratadas para su utilización, así podían ser extraídas las semillas, trituradas las hojas, raspadas las raíces, maceradas en alcohol, cocidas y filtradas, ...

<sup>3</sup> El empleo de la manzanilla para el lavado de los ojos ha sido muy

frecuente en nuestra zona, incluso recomendado por algunos médicos alopáticos o convencionales y médicos naturópatas, pero sus resultados dependiendo del tipo de afección ocular no siempre era beneficioso, pues a veces particularmente en algunos tipos de conjuntivitis, el efecto no era el esperado.

<sup>4</sup> Rico en aceites esenciales, produce efectos beneficiosos prácticamente en todo el organismo.

<sup>5</sup> Bactericida, que destruye las bacterias, y bacteriostática, que impide su desarrollo.



tano, la algarroba...El tomate, abierto crudo y a veces también asado era utilizado como cataplasma sobre los "granos de sangre" para que "abriesen boca". Las cebollas, que poseen un gran número de aplicaciones tanto cocidas o asadas como crudas, eran frecuentes en las recetas. Para la calvicie se preparaban cataplasmas de cebollas asadas. Para la infertilidad femenina, el agua de cebollas hervidas tomada en ayunas. Las rodajas de patatas para las jaquecas, la zanahoria para la "vista", la algarroba para la diarrea,...

Las verrugas y sañaones eran tratadas realizándose frotaciones con ajo<sup>10</sup>. Éste, a veces, era dejado en remojo en agua bendita, sobre todo para tratar las primeras. Además, también para las verrugas y las callosidades de la piel se aplicaba también el jugo blanquecino del higo, conocido como "leche de higuera". Como remedio para la infestación de piojos se procedía a la maceración en alcohol de huesos de chirimoyas enteros o previamente machacados. Con éstos se daban friegas sobre el cuero cabelludo, luego se untaba el pelo con una solución de aceite y vinagre y se cardaba.

Productos muy cercanos y presentes antaño en los hogares también podían tener una finalidad terapéutica. El aceite de oliva, el vino, el vinagre, la miel, la cal, el carbón, el "gas" - queroseno-, la ceniza, la sal, la canela, los huevos... Las heridas eran lavadas con vinagre, el acetum romano, pues posee potentes cualidades antisépticas. El vinagre aguado iba bien para aliviar el picor y caliente para los dedos con problemas tales como uñeros, padrastros infectados, picaduras, etc. El vino era también muy utilizado. ¿Quién, por supuesto ya con alguna edad, no ha tomado en su niñez las famosas "yemas"? Era el reconstituyente por excelencia cuyo consumo suponía muchas veces todo un lujo para la maltrecha economía del hogar de la postguerra. Existían varias formas de preparación pero la más conocida por nuestra zona era la que se elaboraba con vino dulce y yema de huevo.

Un excelente antiséptico se preparaba con agua de lluvia a la que se le añadía ceniza. Ésta era también utilizada por su poder desinfectante para lavar las prendas de niños y enfermos, pero se corría el riesgo de "picarse" los dedos<sup>11</sup>. El agua de cal iba bien para las quemaduras. La orina, sobre todo la



La primavera era mejor época para la recolección de plantas.

primera de la mañana<sup>12</sup>, para lavar la cabeza con disipela<sup>13</sup>. También para curtir las manos de canteros, jornaleros, etc. y para aliviar las picaduras de avispas, tábanos y otros insectos, casi siempre mezclada con barro, aplicándola en forma de emplasto. Se daban friegas con gas o vino para los dolores musculares, además de las todavía usadas de alcohol de romero.

Para tratar las paperas se disponía un paño caliente cubriendo las parótidas y atado arriba<sup>14</sup> de la cabeza. Se fabricaban hisopos con gasa o gamuza fina a las que se les untaba miel y se aplicaban sobre las amígdalas para "castrarlas".

El carbón vegetal era usado como antídoto en caso de envenenamiento y también para la limpieza de los dientes. El café con sal, para los excesos etílicos.

El recurrir a los temidos purgantes era algo común. Existían de muchos tipos, como las lavativas, o enemas, compuestas generalmente por una solución de sal disuelta en agua caliente y/o con aceite de oliva. El aceite de ricino y el agua de "carabaña" también eran utilizados para este menester.

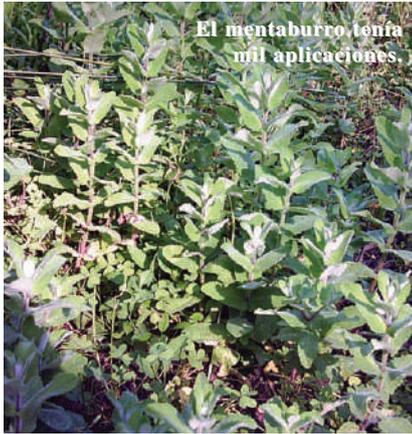
A las embarazadas, con las primeras contracciones, se le administraba una infusión de canela pues se pensaba que facilitaba el parto. Las flores de azahar se tomaban en infusión y también se dejaban macerar en agua, bebiéndola luego como sedante y espasmolítico. Para los dolores de muelas se impregnaba una hila o torunda de algodón en alcohol, aguardiente o cualquier otra bebida alcohólica y se introducía en el interior de la carie si la hubiese y si no se hacían "buchaditas" con la bebida.

El calor también se aprovechaba. Para "bajar la regla" o para las molestias menstruales se ponían paños calientes sobre el vientre. Otro remedio para esto era el aguardiente de hierbas

o de pepino<sup>15</sup>. Los huevos recién puestos, por lo tanto todavía calientes, se ponían sobre los ojos con algún tipo de afección, para las conjuntivitis bacterianas -con abundancia de las molestas legañas-, para el escozor, orzuelos..., o para una simple irritación ocular. Para los chichones, tan frecuentes en los niños, se hacía presión con una moneda de cobre de diez céntimos de peseta, "una perra gorda", sobre ellos. La imposición de vasos de cristal calentados a modo de ventosas succionando determinados puntos aliviaba las tensiones musculares y favorecía la circulación.

Con miel y limones se elaboraba un remedio para los catarros y afecciones de garganta y enfriamientos. Se ponía a cocer los limones a trozos, con cáscaras, en agua, luego una vez cocidos se le añadía bastante miel y se tomaba este jarabe colado y bastante caliente. Para las diarreas se machacaba plátano y se aliñaba con zumo de limón. Esta papilla debía tomarse con tenedor. El agua de arroz era, igualmente, muy recomendada para esto. La cáscara de plátano era empleada también para problemas de pies como callos, durezas y ojos de "pollo", realmente de gallo. Una pasa abierta y puesta sobre el flemón daba también buen resultado y lo hacía desaparecer en unos días. La grasa de la leche se aplicaba para corregir y quitar en lo posible las marcas dejadas por los granos. La telaraña, rica en aminoácidos: glicina y alanita, era colocada para "cortar" las hemorragias.

Por otro lado, se elaboraban recetas más o menos complejas y de dudosa base científica. En ellas se mezclaban ciencia, religión, magia y superstición. Un ejemplo claro de esto es el remedio usado para tratar las "culebrinas" -herpes zoster-. Primeramente se limpiaba con agua bendita la zona afectada, se quemaba enea y se mezclaba con pólvora, o en su defecto con sus principales ingredientes: azufre, carbón y salitre. También hemos recogido una variante en la que la pólvora negra se mezclaba con zumo de limón. Esta pasta se untaba con una muñequilla de trapo sobre la piel. Luego se recitaba una oración. Este proceso -del cuál existen variantes- se repetía durante un tiempo y a una determinada hora del día. En este remedio la línea divisoria entre lo milagroso y lo científico es confusa por lo que nos evoca a la magia. De este modo, las conexiones entre medicina y magia aparecen a menudo en



muchos de estos remedios.

Para los empachos, tan frecuentes en los niños, se majaba apio y aceite, y se espurreaba sobre el vientre. Lo mismo se podía hacer con aguardiente. También para este mal se daba con bastante frecuencia el agua de apio. Para los orzuelos se frotaba un anillo de oro y cuando hubiese tomado calor se aplicaba.

En un momento tan especial de la vida como era la lactancia se empleaban una serie de remedios para evitar posibles contratiempos. Así, la madre solía beber agua momentos antes de dar el pecho para favorecer la subida de leche. De igual modo se comía pescado azul con el mismo fin. La leche materna era usada también como remedio. Se sacaba y se depositaba en un dedal para las afecciones de oídos -la de amamantar a una niña era utilizada para las dolencias del género femenino y al contrario, para las del masculino-. Otro remedio para los "males" de oído consistía en echar unas gotitas de aceite de oliva templado. También se recurría a un cucurucho de papel. Se introducía la punta más fina en el oído y se encendía por el otro extremo, pretendiendo con esto que al entrar el humo de la combustión dentro del oído sacase o "secase" toda la posible humedad que hubiese en el interior.

Otros remedios que de igual modo no rebasaban la mera superstición o superchería eran: el empleo de una llave "macho"<sup>16</sup>, colgada hacía atrás sobre el cuello de la madre del lactante, para "retirar la leche"; el hacer pasar en ayunas una llave hueca por las comisuras de los labios para tratar las boqueras<sup>17</sup>; el hacer varias cruces con saliva cuando algunas de las extremidades se quedaban "dormidas"; el dejar abiertos los cajones de los muebles de la casa mientras se producía el parto, pues con ello se acortaba; el soplar por el cuello de una botella para expulsar los pares -la placenta-; etc. Existían algunos relacionados con el número siete y con marcadas connotaciones esotéricas, como por ejemplo el que recomendaba beber agua de siete pozos distintos para tratar la tos ferina; el que se introdujese en el mar la mujer que deseaba concebir y que siete olas diesen sobre su vientre, o el tragar siete buches de agua sin respirar para quitar el molesto hipo. Había recetas de remedios para enamorar, eran llamados vulgarmente "atauras" o "amarres", así se tenía noticias de la existencia de los "polvitos de vente conmigo", cuyo componentes eran "misteriosos y secretos", del uso de pócmias que contenían líquidos íntimos femeninos, etc., eran meras patrañas, otras veces los remedios para este fin eran palpables como la administración de la "enamoraiza" o hierba de los novios para "enloquecer de amor" a los enamorados.

Por otro lado, existían varios puntos en nuestra zona donde se acudía en busca de agua, bien para ingerirla, bien para tomar baños, era un agua que tenía unas especiales propiedades curativas y dietéticas. Así se encuentran referencias a las de Miraflores, La Alhaja, Fuente Maria España, Fuente de la Salud, Fuente del Chato, Fuente del

Águila, El Chorrillo del Arca, Pozo del Rey y Fuente de los Tajos entre otros lugares.

También se acudía a determinadas familias en busca de ayuda, pues éstas por una razón u otra habían conservado un mayor y mejor conocimiento de los remedios utilizados por las generaciones anteriores. A veces destacaban algunos de sus miembros en concreto, eran los más solicitados y los que más consultas recibían, existiendo incluso verdaderos "especialistas". Así, estaba quien trataba mejor los problemas de huesos y los dolores, otro las "culebriñas", otro las tiñas y empeines, etc.

Bien, lo relatado hasta aquí, como es de suponer, no es ni tan siquiera una mínima parte de todos aquellos recursos que se utilizaban, pero al menos lo expuesto puede servirnos como muestra. La idea de plasmar por escrito este conocimiento para que perdure no es nueva y en más de un lugar se viene haciendo desde algún tiempo. Creemos que esto puede ser otra forma de legado cultural, un aspecto más de la tradición popular. Por ello nos gustaría hacer una propuesta: la creación de una escuela-taller donde coincidiesen nuestros abuelos y los más jóvenes coordinados por monitores participando en labores comunes e intercambiando experiencia y conocimiento. Las generaciones venideras nos agradecerían sin lugar a dudas esta valiosa información.

Mi agradecimiento a Salvador González Álvarez, Salvi, maestro del C.E.I.P. Maestro Apolinar de nuestra ciudad por sus pacientes relecturas y atinadas e imprescindibles correcciones, y, entre otros informantes, a Pepe Espinosa Cano, Juan Antonio del Río, Ana Corina Martínez Rodríguez y a las entrañables hermanas Ana y Rosa Santos.

<sup>6</sup> Durante los años cincuenta y sesenta de la anterior centuria hicieron furor en nuestra zona unas hierbas comercializadas con el nombre de "Hierbas del pastor". Se trataba de una mezcla de distintas variedades con propiedades sobre todo digestivas..

<sup>7</sup> Enfermedad de la piel que padecen algunos animales.

<sup>8</sup> También conocido como majuelo, maholeto, y espino albar o blanco.

<sup>9</sup> Usada desde la más remota antigüedad y considerada durante mucho tiempo con propiedades fantásticas.

<sup>10</sup> Muy utilizado para contener las hemorragias.

<sup>11</sup> De esta sólo se aprovechaba las semillas por ser el resto tóxico.

<sup>12</sup> Tenemos conocimiento de que con frecuencia el ajo una vez untado era arrojado a un pozo o a un tejado.

<sup>13</sup> No hay unanimidad en cuanto a la necesidad de que los huesos fueran machacados o no.

<sup>14</sup> Pequeñas ulceraciones muy dolorosas.

<sup>15</sup> Pues es la que más concentración en urea posee. Con la aplicación de urea se conseguía una estabilización del pH de la piel.

<sup>16</sup> También conocida como erisipela.

<sup>17</sup> Este paño se solía impregnar con belladona.

<sup>18</sup> Se introducía en un tarro o botella el pepino aún pequeño cuando estaba en la planta y crecía en el interior de ella. Cuando había alcanzado ya su plenitud se maceraba en aguardiente y se daba como tónico digestivo y para las dolencias menstruales.

<sup>19</sup> Hemos detectado algunas variantes de este remedio.

<sup>20</sup> Antiguamente existían llaves huecas, hembras y macizas, machos.

<sup>21</sup> Excoriación que puede aparecer en la zona de la boca y que impide abrirla con facilidad.

<sup>22</sup> Sulfato de cobre.