

# LA MEDICINA POPULAR EN VALPALMAS

En 1981, cuando estudiaba 5º curso de Medicina, decidimos con unas compañeras hacer un trabajo para la asignatura de Historia de la Medicina, titulado "La Medicina Popular en Valpalmas".

Comenzamos haciendo un estudio demográfico y epidemiológico, referido a la morbilidad y mortalidad desde 1964 y después nos centramos en la medicina popular del pueblo de Valpalmas, transmitida de generación en generación.

El método de trabajo consistió en realizar encuestas a 36 personas (17 varones y 19 mujeres), que representaban el 12% de la población. Las encuestas fueron elaboradas en diferentes ámbitos: la escuela, el bar de María, el Banco Azul (que da nombre a esta revista) y algunas casas del pueblo. Recuerdo muy especialmente la entrevista a Primitiva, César Beamonte, Juana "la monja", Guillermina, Gregorio, Columbano, Eladio, D. Pascual, Dª Paquita, José Sánchez "el panadero", Mercedes Lafuente, Perico,...etc. Una mención muy especial a D. Fernando y a mi padre D. Pepe, ya que sin su ayuda e interés, no hubiera sido posible este trabajo.



*Antiguo Escudo de farmacia*

El objetivo del estudio fundamentalmente fue recopilar las distintas recetas o remedios caseros utilizados por los vecinos, que les habían transmitido sus antepasados, para aliviar o curar las enfermedades o dolencias más comunes.

A continuación expongo por orden alfabético, un breve resumen de los remedios caseros recopilados en estas encuestas. Hay que tener en cuenta que están transcritos tal y como nos lo contaron y transmitieron los propios encuestados.

**ACIDEZ DE ESTÓMAGO:** Hervir agua y añadir una cucharada o un puñado de malvas para realizar una lavativa. A continuación tomarse manzanilla. Porque, ya dice el refrán "Si con malvas no te curas, mal vas"

**ALOPECIA:** Quemar boj y frotarlo en la cabeza. También sirve una infusión de romero aplicada sobre el cuero cabelludo.

**ANEMIA:** Vino de ajeno para estimular el apetito.

**ASMA:** Infusión de agrimonia.

**CALAMBRES:** Poner los pies desnudos sobre el suelo frío.

**CALLOS:** Colocar un trozo de tomate en el callo y vendarlo. Según la creencia popular, al día siguiente el tomate se ha comido al callo.

Otro remedio es colocar hojas de puerro untadas con vinagre sobre el callo.

Cuentan también que existía una "hoja callera" que una vez caliente, se aplicaba sobre el callo.

**CATARRO:** Existen muchos remedios: Se pone agua con ceniza a hervir, se cuele, se añade mostaza, se meten los pies dentro y se rebozan en un paño de lana antes de irse a la cama.

Vino con miel y cuando comienza a hervir y salir espuma, se retira del fuego. Se bebe y a la cama.

Se coloca una boina encima de la cama y una botella de coñac. Cuando se ven dos boinas ya se ha curado el catarro. Es bueno para el enfriamiento y malo para la cabeza.

Otros remedios serían infusión de eucaliptos y regaliz, infusiones de borrajas, de malvas, vapores de sauco, etc.

**CEFALEA:** Colocar un paño húmedo en la cabeza para dilatar los poros y arrastrar las toxinas. También podían ser de vinagre.

Agua azucarada, de azahar y de limón.

"Cuentan que el boticario le dijo a un paciente con cefalea que matara un pichón, lo abriera por la mitad y se lo colocara en la cabeza. Se murió el pichón y el enfermo también."

**CÓLICO:** Gotas de láudano.

**CONGESTIÓN DE PECHO:** También existen múltiples remedios, sobre todo de cataplasmas muy utilizadas en la medicina popular.

Cataplasma de mostaza y linaza calientes, cataplasma de papel de periódico untado con yodo, cataplasma de salvao frito, cataplasma de harina cocida y espesa con vinagre, cataplasma de salvao con mostaza, cataplasma de papel de estraza sobre el que se echan unas gotas de cera.

Otros remedios eran meter los pies en agua caliente con ceniza y mostaza, que hacía circular la sangre y despejar el pecho.

También sirven los sahumeros, que es la flor de sauco inhalada; así como las ventosas.



**DESCALCIFICACIÓN DE HUESOS:** Se pone un barreño debajo de las piernas y se echa cal. Los vapores mejoraban la pierna descalcificada.

**DIARREA:** Membrillo, corteza de encina, infusión de amapola con aceite de oliva o clara de huevo batida a punto de nieve con mucho azúcar.

**DIURÉTICO:** Los rabos de las cerezas y el regaliz.

**DOLOR DE COSTADO:** Hojas de col cocidas y calientes aplicadas sobre la zona. Cataplasmas de avena cocida y vinagre.

“Cuentan que una persona después de ir a muchos balnearios sin curarse, le desapareció el dolor en una noche de tormenta cuando entró un rayo por la chimenea, resplandeció toda la habitación, pasó por debajo de sus piernas, bajó

por la escalera y mató a los tocinos. Ese rayo debía tener un poder especial, pues desde aquel momento desapareció el dolor.”

**DOLOR DE ESTÓMAGO:** Tomar bicarbonato, manzanilla, agua con azúcar, anís, infusiones de romero, hojas de enebro hervidas, infusiones de menta, beber un vaso de agua de ruda hervida, ayuno durante dos o tres días.

**DOLOR DE GARGANTA:** Gárgaras de vinagre rebajadas en agua, infusiones de eucaliptus. Colocar alrededor del cuello una media rellena de salvao caliente, mojar una toalla de algodón con agua, colocarla alrededor del cuello, colocar encima otra seca e irse a dormir. Un pañuelo negro caliente alrededor del cuello.

**DOLOR DE MUELAS:** Colocar media aspirina detrás de la oreja, o bien colocarla en la muela que duele. Beber anís, cazalla o coñac y retenerlo en la boca. Vapores de sauco.

**DOLOR DE PIERNAS:** Cataplasma de salvao caliente.

**DOLOR DE PIES:** Baños de agua caliente con sal y baños de agua caliente frotando después toda la planta del pie con patata.

**DOLOR DE RIÑONES:** Colocar sobre la zona dolorida un calcetín de lana con salvao caliente, o malvas cocidas entre dos paños, o cataplasmas de malva y sauco, o alpargatas de cánamo calientes, o un ladrillo caliente.

**DOLOR DE RODILLAS:** Cataplasma de malvas.

**DOLOR DE TRIPA:** Manzanilla, colocar una plancha caliente sobre la tripa o bien freír salvao, rebozarlo en un trapo y ponerlo en la zona.

**ESCOCEDURAS:** Las escoceduras en regiones inguinales se curaban colocan un cardo verde en el sombrero del paciente. Cuando se secaba el cardo, se curaba la escocedura.

**ESTREÑIMIENTO:** Lechuga, flor de sauco,

Se corta una penca de berza en forma de supositorio; se unta de aceite y se coloca en el ano.

Se enciende una cerilla, se apaga y rápidamente se impregna con aceite y se introduce a los niños por el ano.

**EXTRAER PINCHOS:** Hiel de tocino con resina de pino.

Cebolla hervida machacada, se envuelve entre dos gasas y se coloca encima.

Resina de pino, cera virgen y aceite. Se cuece y se aplica. Al poco tiempo el pincho sale por sí solo.

**FLEMONES:** Infusión de flor de sauco. Colocar un higo abierto por la mitad. Cocer judías blancas y ponerlas en una cataplasma: al día siguiente ha desaparecido el flemón.

**FORÚNCULOS:** Cebolla hervida machacada, se envuelve entre dos gasas y se coloca en el grano. Hojas de balsamina. Manteca de cerdo.

**GOTA:** Baños de pies con flor de sauco. Fresas. Cinco o seis naranjas en ayunas disuelven el ácido úrico lo mismo que las pastillas.

**GRANOS:** Cataplasma de miel y cebolla sobre el grano y pronto madura y desaparece. Tocino sobre el grano. Resina de pino, cera virgen y aceite. Se cuece y se aplica. Loción de flor de azahar, de anís y flor de azucena.

**HEMORRAGIA NASAL:** Agua fría en la nuca, Colocar una llave de hierro en la nuca. Baño de agua caliente en los pies. Levantar el brazo correspondiente a la fosa nasal sangrante.

**HIPERTENSIÓN:** Hervir hojas de olivera y beberse el caldo durante nueve días.

**HIPO:** Contar hasta 10 con agua dentro de la boca, sin respirar.

**INFLAMACIONES DE RODILLA:** Flor de sauco. Huevos batidos con incienso.

**INSOLACIÓN:** En una taza de leche, añadir unas gotas de vinagre. La leche se cortará y entonces friccionar en el cuero cabelludo.

**LOMBRICES:** Se muelen semillas de calabaza, se mezclan con agua y se beben.

**MAL DE OÍDO:** A los bebés se les ponía unas “goticas” de leche de la madre en el oído.

**MAREOS:** Agua de limón y poner una aspirina en el ombligo.

**ORZUELOS:** Frotar alrededor del ojo con una llave que previamente había estado a la intemperie una noche entera para coger el rocío.

Cataplasma de pan y leche bien caliente.

Colocar montones de piedras apiladas en un camino. Aquél que las derribe se contagiará y el que los tenía, le desaparecerán.

**PAPERAS:** Poner lana sucia sin lavar recién esquilada en la zona afectada.

Aplicar enjundia (manteca) de gallina.

Salvao caliente frito en sartén rebozado en un pañuelo y aplicado sobre el cuello.

Cataplasmas de sopa de leche y azafrán en un trapo alrededor del cuello.

**PICADURAS:** Poner barro encima de la picadura.

Para la picadura de abeja, quitar el aguijón y lavar con alcohol y vinagre. Después colocar un trozo de patata.

Para la picadura de serpiente, chupar el veneno, calentar un cuchillo al rojo vivo y quemar la zona con el mismo cuchillo.

**QUEMADURAS:** Aceite de oliva con clara de huevo. Nieve y aceite batidos aplicados sobre la quemadura. Colocar una patata.

**SABAÑONES:** Untarlos con ajos. Escaldarlos con agua muy caliente. Y hervir apio en agua y aplicarlo.

**UÑEROS:** Miel con cebolla para que el pus se disuelva.

Malvas cocidas. Como dice el refrán “Con un pozo y un malvar, medicinas pa’ un lugar”.

Escaldarlos con agua muy caliente.

Cagada fresca de paloma.

Meter el dedo primero en agua muy fría y luego en agua muy caliente.

**VERRUGAS:** Loción de flor de azahar, anís y azucena.

Untarlas con saliva, con sulfumán, con limaco de caracol.

Coger unos lechacinos, poner su leche sobre la verruga.

Tirar a una balsa tantos garbanzos como verrugas se tenga, con la condición que no hay que oírlos al caer en el agua.

Colocar debajo de una piedra tantas hojas de boj como verrugas se tengan. Conforme se van secando las hojas, se van marchando las verrugas.

En este estudio además de estos tratamientos también se habló sobre el estado de la medicina actual, el papel social del médico, del practicante, del curandero, la relación médico-enfermo, la relación de las enfermedades con los animales.

Todo ello podría ser contado en otra ocasión, pero he querido resaltar especialmente este capítulo de tratamientos por considerarlo más curioso y entretenido y por poder recordar de qué manera nuestros antepasados aliviaban sus males con la escasez de sus recursos.

**Dra. Ana Lasierra Beamonte**