



Zeyla Torrez



Aracelly Machuca

Uso de la medicina tradicional para la prevención de las enfermedades respiratorias en estudiantes de la Carrera de Ciencias de la Educación

KIPUS CIENTÍFICOS
Entrelazando Ciencia



Uso de la medicina tradicional para la prevención de las enfermedades respiratorias en estudiantes de la Carrera de Ciencias de la Educación

Zeyla Torrez Mujica¹

Aracelly Machuca Alvarez²

Resumen

La medicina tradicional es un conjunto de prácticas, conocimientos y saberes que se transmiten de generación en generación; los que sirven para curar y tratar enfermedades y mejorar la salud. El uso de la medicina tradicional es muy común en muchas culturas; especialmente, en comunidades rurales debido a que el acceso a la medicina moderna llega a ser limitado e inaccesible para muchas familias; la medicina tradicional es accesible para gran parte de la población, muchas de las plantas medicinales están profundamente arraigadas a la cultura de cada familia.

En el ámbito educativo existe un interés creciente en la medicina tradicional como una alternativa complementaria para el cuidado de la salud. Este interés se refleja en el uso de las plantas medicinales para la prevención y el manejo de las enfermedades respiratorias que es un grupo de patologías que afecta de manera significativa a esta población. La relevancia de este tema radica en la necesidad de comprender cómo los conocimientos ancestrales y las prácticas tradicionales pueden integrarse en la vida cotidiana para mejorar su bienestar y calidad de vida.

¹ Estudiante de la Carrera Ciencias de la Educación de cuarto semestre de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Mayor de San Simón.

<https://orcid.org/0009-0002-8585-2706>

Correo Electrónico: zheylatorrez9@gmail.com

² Estudiante de la Carrera Ciencias de la Educación de cuarto semestre de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Mayor de San Simón.

<https://orcid.org/0009-0007-9711-7238>

Correo Electrónico: arita97machuca.alvarez@gmail.com

Palabras claves: medicina tradicional, prevención, enfermedades respiratorias, conocimientos ancestrales

1. Introducción

El presente artículo se elaboró en respuesta a la convocatoria de la Revista Académica de Sociedades Científicas Estudiantiles (SCEs) de Humanidades, denominado “Kipus Cientificus número 4”, bajo la temática “Medio ambiente y cambio climático”. Revista que es coordinada entre el Instituto de Investigaciones “Juan Araos Uzqueda” y las SCEs, pertenecientes a la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (FHCE) de la Universidad Mayor de San Simón (UMSS).

El propósito de esta investigación es conocer el uso de los insumos de la medicina tradicional por los estudiantes de Ciencias de la Educación para la prevención de enfermedades respiratorias y la medida en que estos recursos son empleados. Con el fin de aportar datos relevantes que puedan servir de base para futuras investigaciones y políticas educativas que promuevan la salud integral de los estudiantes.

La Carrera Ciencias de la Educación reúne a estudiantes de diferentes lugares del departamento de Cochabamba, además de las diferentes regiones del país, siendo estos de espacios urbanos y rurales, mismos que cuentan con diferentes conocimientos sobre el uso de la medicina tradicional para tratar diferentes enfermedades.

La investigación consta de 3 acápites, en el primer apartado se detalla el enfoque metodológico adoptado para llevar a cabo la investigación. Se describen los métodos, técnicas y herramientas utilizadas para recopilar y analizar los datos. Asimismo, en este acápite se describe el marco conceptual, que se construye a partir de una revisión exhaustiva de la literatura existente sobre el tema de estudio, presentando las principales teorías, conceptos y modelos que fundamentan la investigación. En el segundo acápite se presentan los resultados obtenidos a partir del análisis de los datos, organizados de manera clara y coherente. Cada hallazgo es discutido a la luz del marco teórico previamente establecido, analizando su relevancia y posibles implicaciones. Finalmente, el tercer acápite muestra la conclusión, los principales hallazgos de la investigación, destacando su relevancia y aportes al campo de estudio. Este apartado

cierra el trabajo, subrayando la importancia de los resultados obtenidos y su contribución al conocimiento científico.

2. Procedimiento metodológico y marco conceptual

En este punto se describe la metodología que se utilizó para la elaboración de esta investigación. Se plantean los objetivos y muestra un marco conceptual que contiene definiciones que sustenta la investigación sobre la medicina tradicional para la prevención de las enfermedades respiratorias en estudiantes de la Carrera de Ciencias de la Educación de la UMSS.

Objetivo general

Sistematizar el uso de la medicina tradicional para la prevención de las enfermedades respiratorias en estudiantes de la Carrera de Ciencias de la Educación de la UMSS.

Objetivos específicos

- Identificar los insumos de la medicina tradicional que utilizan los estudiantes.
- Describir el uso de la medicina tradicional.
- Explorar la percepción de los estudiantes sobre la eficacia de la medicina tradicional en el manejo preventivo de enfermedades respiratorias.

El procedimiento metodológico “constituye la secuencia de actividades planificadas y organizadas sistemáticamente, permitiendo la construcción del conocimiento de los estudiantes y son un apoyo para indicar caminos de comprensión de los objetos de estudio” (Mendoza, 2015, p. 23). El presente trabajo está compuesto por diferentes procedimientos para sistematizar el uso de la medicina tradicional para la prevención de las enfermedades respiratorias en estudiantes de la Carrera de Ciencias de la Educación.

La investigación se realizó desde un enfoque mixto, es decir, cualitativa y cuantitativa debido a que se proporciona una información más completa, permite validar resultados y nos brinda una combinación de enfoques ya que uno mide frecuencias (cuantitativa) y el otro aborda las

percepciones individuales de los estudiantes (cualitativa). Los instrumentos implementados en la investigación son el cuestionario y la entrevista. Respecto del cuestionario, Muñoz (2003) distingue: “su característica singular radica en que, para registrar la información solicitada a los mismos sujetos, ésta tiene lugar de una forma menos profunda e impersonal que el ‘cara a cara’ de la entrevista permitiendo consultar de manera rápida y económica” (p. 19). Así también, se aplicará la entrevista, según Bravo (2013) “tiene como propósito obtener información en relación con un tema determinado; se busca que la información recabada sea lo más precisa posible; se pretende conseguir los significados que los informantes atribuyen a los temas en cuestión” (p. 163).

El cuestionario trabaja con población más amplia de manera impersonal y la entrevista rescata información más precisa de manera personal. La complementación de ambos instrumentos permite un mejor análisis e interpretación de los datos recolectados.

La población considerada para la investigación, son estudiantes de tres diferentes ciclos de formación ³de la Carrera Ciencias de la Educación de la gestión 1/2024: a) primer semestre del ciclo de básico, siendo el semestre con mayor población con 45 estudiantes, b) quinto semestre del ciclo interdisciplinario, contando con 30 estudiantes y c) noveno semestre del ciclo de profesionalización contemplado con 15 estudiantes. Al total de esta población, que llega a ser 90 estudiantes, se aplicó las encuestas para la perspectiva cuantitativa; por otro lado, las entrevistas se realizaron a un grupo de tres estudiantes de cada semestre dentro la propuesta cualitativa.

Medicina tradicional en Bolivia

El Estado Plurinacional de Bolivia tiene una geografía diversa en cultura, tradiciones y saberes. La medicina ancestral es indispensable sobre su uso en la cotidianidad del ciudadano boliviano desde tiempos

³ Los ciclos de formación es la estructura curricular de Ciencias de la Educación que organiza sus 64 Unidades Pedagógicas de Formación (UPF) en tres ciclos, cada ciclo amalgama tres semestres que permiten a los estudiantes llevar adelante un proceso progresivo y gradual de aprendizajes.

del Abya Yala⁴. Actualmente las políticas de Estado, recuperan y revitalizan el uso de estos insumos naturales de la Pachamama. ⁵En el art. 42 de la sección II, de los Derechos a la Salud y la Seguridad Social de la Constitución Política del Estado (2009) se señala: “el Estado es responsable de promover y garantizar el uso práctico de la medicina tradicional, desde el respeto del pensamiento de valores; protegiendo el conocimiento de sus principios activos; y la ley debe garantizar la calidad de su servicio”. Además, el Decreto Supremo N°2436, responde la ley 459 de la Medicina Tradicional Ancestral Boliviana y su reglamento, en uno de sus objetivos menciona: “Promover y fortalecer el ejercicio y la práctica de la medicina tradicional ancestral boliviana” (Ministerio de Salud, 2013, p. 6). Este marco legal reconoce y promueve activamente el uso de la medicina tradicional ancestral, proporcionando un reglamento específico para regular su uso y consumo. Bolivia, a través de su marco legal y constitucional, no sólo reconoce la importancia de la medicina tradicional ancestral en la vida de sus ciudadanos, sino que también se compromete a proteger, promover y garantizar su práctica desde un enfoque de respeto a sus valores y conocimientos ancestrales.

Cultura y tradición sobre la medicina tradicional

La medicina tradicional o ancestral, se basa en el conocimiento terapéutico, mismo que es transmitido de generación a generación. Para comprender la cultura y la tradición se debe enfatizar que: “la cultura es el conjunto de valores, creencias, costumbres, arte, tecnología y formas de vida de un grupo de personas o sociedad” y “La tradición, por otro lado, es una práctica o costumbre que se ha transmitido de generación en generación y que se mantiene en una sociedad o grupo de personas” (Avala, 2013, p. 10). La medicina tradicional es una costumbre ancestral de conocimientos y creencias empíricas porque el conocimiento se pasa de padres a hijos, con la intención de perdurar esta práctica. Un claro ejemplo son los kallawayas⁶ “que tienen la habilidad de preparar rituales

⁴ Abya Yala, que significa Tierra Madura, Tierra Viva o Tierra en Florecimiento. (PROLAM:2021)

⁵ “Pacha” significa universo, mundo, tiempo, lugar, mientras que “Mama” es madre, siendo la adoración a la Madre Tierra, en agradecimiento por las cosechas y el buen tiempo, por los animales y la abundancia del suelo. (Instituto Nacional de Asuntos Indígenas: 2020)

espirituales para el mantenimiento de la salud de manera preventiva y el tratamiento de enfermedades físicas y mentales” (Tubiana, 2024, p. 2). Como los kallawayas, también se visibilizan otros agentes curanderos, yerbateros, yatiris, entre otros, siendo profesionales, especialistas o técnicos en el área de la medicina natural, para tratar enfermedades y prevenirlas.

La medicina tradicional comprende conocimientos, habilidades y prácticas desarrolladas a lo largo de generaciones en el Estado Boliviano, y usado por diversas culturas, así como en todas partes del mundo. La Organización Mundial de la Salud (2023) define la medicina tradicional como “la suma de conocimientos, habilidades y prácticas basadas en teorías, creencias y experiencias indígenas de diferentes culturas, explicables o no, que se utilizan en el mantenimiento de la salud, la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas y mentales”. Estas prácticas están profundamente enraizadas en las teorías, creencias y experiencias específicas de cada comunidad, y se caracterizan por la interconexión que abarca el bienestar físico, mental y espiritual, así también la medicina tradicional puede incluir el uso de plantas medicinales, terapias manuales, ejercicios, rituales y enfoques espirituales.

Cultura y tradición sobre la medicina tradicional

La medicina tradicional o ancestral, se basa en el conocimiento terapéutico, mismo que es transmitido de generación a generación. Para comprender la cultura y la tradición se debe enfatizar que: “la cultura es el conjunto de valores, creencias, costumbres, arte, tecnología y formas de vida de un grupo de personas o sociedad” y “La tradición, por otro lado, es una práctica o costumbre que se ha transmitido de generación en generación y que se mantiene en una sociedad o grupo de personas” (Avala, 2013, p. 10). La medicina tradicional es una costumbre ancestral de conocimientos y creencias empíricas porque el conocimiento se pasa de padres a hijos, con la intención de perdurar esta práctica.

Un claro ejemplo son los kallawayas⁶ “que tienen la habilidad de preparar rituales espirituales para el mantenimiento de la salud

⁶ El kallawayas en la cosmovisión andina conoce todo un acervo coherente de mitos, ritos,

de manera preventiva y el tratamiento de enfermedades físicas y mentales” (Tubiana, 2024, p. 2). Como los kallawayas, también se visibilizan otros agentes curanderos, yerbateros, yatiris, entre otros, siendo profesionales, especialistas o técnicos en el área de la medicina natural, para tratar enfermedades y prevenirlas.

La medicina tradicional comprende conocimientos, habilidades y prácticas desarrolladas a lo largo de generaciones en el Estado Boliviano, y usado por diversas culturas, así como en todas partes del mundo. La Organización Mundial de la Salud (2023) define la medicina tradicional como “la suma de conocimientos, habilidades y prácticas basadas en teorías, creencias y experiencias indígenas de diferentes culturas, explicables o no, que se utilizan en el mantenimiento de la salud, la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas y mentales”. Estas prácticas están profundamente enraizadas en las teorías, creencias y experiencias específicas de cada comunidad, y se caracterizan por la interconexión que abarca el bienestar físico, mental y espiritual, así también la medicina tradicional puede incluir el uso de plantas medicinales, terapias manuales, ejercicios, rituales y enfoques espirituales.

Es importante señalar que la medicina tradicional no se puede validar completamente mediante métodos científicos convencionales, de hecho, Santillán (2020) indica “muchas plantas y hierbas tienen una fuerte actividad antiviral, razones que han permitido ser utilizadas tradicionalmente como medicinales”. De acuerdo al autor, las plantas y hierbas contienen compuestos naturales que han demostrado tener una acción efectiva contra virus; gracias a esta propiedad antiviral, estas plantas han sido utilizadas históricamente en diferentes culturas como parte de la medicina tradicional para tratar y prevenir enfermedades respiratorias, además que contribuyen a mejorar la salud de quienes lo utilizan. Sin embargo, la efectividad de estos tratamientos no puede ser completamente demostrada ni explicada por los métodos científicos contemporáneos.

Clasificación de plantas medicinales

Las plantas medicinales han sido utilizadas a lo largo de la historia, en los pueblos andinos por diversas culturas para prevenir, aliviar o curar enfermedades. Según Generación verde (2014), las plantas medicinales son “aquellos vegetales que elaboran sustancias que ejercen una acción farmacológica beneficiosa o perjudicial para el organismo vivo”. Ciertamente las plantas medicinales pueden influir en el funcionamiento de los organismos vivos de manera positiva y significativa.

Entre la diversidad de plantas medicinales, las más conocidas y utilizadas para prevenir o tratar las enfermedades respiratorias, según Gallegos et al (2021) están: “Eucalipto (*Eucalyptus, globulus*) Tomillo, (*Thymus vulgaris*), Menta (*Mentha piperita*), Jengibre (*Zingiber officinale*), Saúco (*Sambucus nigra*), Equinácea (*Echinacea purpurea*), Ajo (*Allium sativum*), Malva (*Malva sylvestris*), Llantén (*Plantago major*), Regaliz (*Glycyrrhiza glabra*)” (p. 65). Estas hierbas medicinales son utilizadas para tratar afecciones y como medio de prevención. El estudio y uso continuo proporcionan prácticas importantes, como los conocimientos tradicionales pueden complementar y enriquecer el consumo de la medicina natural, sin dañar la biodiversidad.

¿Qué es la prevención?

La prevención es una palabra que debe acompañar toda la vida del ser humano para anticipar lo necesario para prevenir un fin o minimizar algún riesgo, problemas como situaciones circunstanciales antes de que ocurran o empeoren y tener resultados negativos, así también “Se refiere a la preparación con la que se busca evitar, de manera anticipada, un riesgo, un evento desfavorable o un acontecimiento dañoso” (Enciclopedia, 2024). La prevención implica tomar medidas inmediatas y proactivas ante una situación de emergencia para no perjudicar la cotidianidad del ser humano, con el fin de evitar algún malestar fisiológico y mental.

A la vez, es necesario enfatizar la prevención de enfermedades, la salud y el bienestar es importante para el ser humano. La OMS⁷

⁷ La OMS es la Organización Mundial de la Salud, misma que es responsable de desempeñar una función de liderazgo en los asuntos sanitarios mundiales.

(1998) menciona que son: “Medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecida” (p. 19). El fin de la prevención de enfermedades es minimizar los riesgos que se contraen, mediante diferentes técnicas y ritos de sanación de manera empírica.

Enfermedades respiratorias

Las enfermedades respiratorias son una alteración en el sistema respiratorio que incluye los pulmones y las vías respiratorias que pueden interferir con la respiración normal. Como indica Rojas (2023) “Las enfermedades respiratorias son afecciones que afectan el sistema respiratorio, comprometiendo la capacidad del cuerpo para obtener el oxígeno necesario y eliminar el dióxido de carbono” (p. 2). El concepto alude que las enfermedades respiratorias alteran el funcionamiento normal del sistema respiratorio, dificultando la absorción de oxígeno y la eliminación de dióxido de carbono.

Las enfermedades respiratorias pueden afectar seriamente a la capacidad del organismo humano para realizar funciones vitales debido a que el cuerpo depende de un suministro constante de oxígeno y la eficiente eliminación del dióxido de carbono para mantener un ambiente interno estable y saludable, la misma que requiere de un ambiente externo sano; es decir, el medio ambiente influye para que se den las enfermedades respiratorias.

Según Rojas (2023) “La salud se relaciona con el medio ambiente porque la calidad del aire que respiramos influye directamente en la salud de nuestros pulmones. La contaminación del aire, compuesta por partículas finas, gases nocivos y compuestos químicos, puede tener efectos adversos en el sistema respiratorio”. El autor hace mención a que la salud está íntimamente vinculada al entorno en el que se vive; el aire que se respira tiene un impacto directo en los pulmones; la contaminación del aire puede dañar el sistema respiratorio, situación que puede provocar diversas enfermedades y problemas en la salud respiratoria.

3. Resultados y discusión

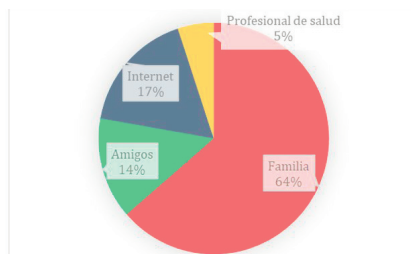
En este acápite se desglosan los puntos de descripción, análisis e interpretación de los datos hallados en base a encuestas y entrevistas.

Conocimiento sobre medicina tradicional y las plantas medicinales

Existen diversos factores que inciden en el proceso de adquisición de conocimiento sobre las plantas medicinales. El Estado Plurinacional de Bolivia está constituido por una población en su mayoría indígena que, tradicionalmente, posee saberes ancestrales respecto a la medicina tradicional. El uso de las tecnologías y redes sociales digitales permiten el acceso a la información y los estudiantes de la carrera de Ciencias de la Educación se encuentran inmersos en estos sistemas de información y comunicación. En la siguiente figura podemos observar el conocimiento que tienen los estudiantes sobre la medicina tradicional.

Figura 1

Conocimiento sobre la medicina tradicional



Nota. Elaboración propia con base a una encuesta realizada en julio de 2024.

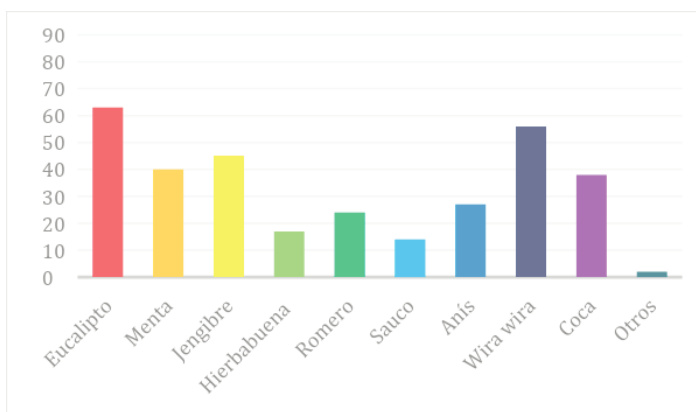
Del total de los encuestados en la presente investigación, el 64% adquieren conocimientos sobre la medicina tradicional en el contexto familiar, tal como señala M. Almonte (Comunicación personal, agosto 2024), “conozco la medicina tradicional, porque a mi mamá, su mamá le enseñó. Cómo son nacidas en el campo, allá no hay médicos, ni hospital, nada y antiguamente con lo único que se curaba era con las plantitas”. “No tengo mucha información sobre las plantas medicinales, pero lo que sé, lo sé por mi familia en específico por mi papá, en casos excepcionales, si consumí medicina tradicional.” (Keyla Orosco, Comunicación personal, agosto 2024).

Según Oddone y Chernobilsky (2013) “la transmisión de conocimientos se produce a través de capacitadores internos o externos” (p. 13). La transmisión de conocimientos es transcurrida de generación a generación, mediante la práctica empírica del uso de las plantas medicinales por sujetos, en este caso los padres, que ya tienen conocimiento de los fines terapéuticos. Frente al limitado acceso a la medicina científica (farmacéutica) para las personas que viven en áreas alejadas o rurales, la medicina tradicional es una respuesta inmediata para cubrir cualquier malestar individual.

El 17% señala que conoce la medicina tradicional mediante el uso de internet, en base a este dato se puede intuir que el conocimiento de la medicina tradicional es mediante las redes sociales y acceso a páginas y sitios web. Por lo tanto, se puede interpretar que los estudiantes viven en un contexto urbano, donde ya no se tiene un hábito del uso y consumo de plantas medicinales, por el acceso inmediato a la medicina farmacéutica. Por otro lado, el 14% conoce la medicina tradicional por amistades y el 5% restante señala que acudió a un especialista en el área de salud. En la siguiente figura podemos observar cuales son las plantas naturales más conocidas por los estudiantes para la prevención de enfermedades respiratorias.

Figura 2

Plantas naturales más conocida para las enfermedades respiratorias



Nota. Elaboración propia con base a una encuesta realizada en julio de 2024.

En la biodiversidad herbolaria de Bolivia, los estudiantes identifican cuatro plantas más frecuentes de uso para la prevención de enfermedades respiratorias; estas son el eucalipto, la wira wira, el jengibre y la menta. Como indica Ana Vargas (Comunicación personal, agosto 2024) “pues el eucalipto, la wira wira, manzanilla las que más conozco para tratar los resfríos”, “entre las plantas uso la wira wira y el jengibre y esas son las que se me vienen a la cabeza por ahora” (Laura Maita. Comunicación personal, agosto 2024).

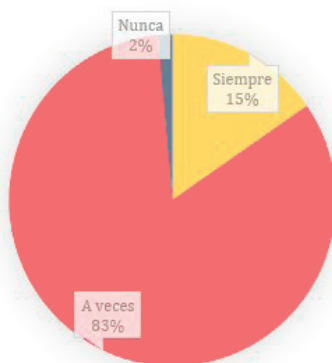
Con los datos obtenidos, se puede interpretar que la población usa y consume el eucalipto como una planta medicinal más concurrida para fines de prevención y tratamiento de enfermedades respiratorias. La wira wira y la menta son una planta reconocida para combatir la tos y el resfriado; y el jengibre permite aliviar la congestión nasal.

Aplicación y formas de uso de la medicina tradicional

En las siguientes figuras podemos observar con qué frecuencia y de qué manera usan la medicina tradicional los estudiantes para la prevención de enfermedades respiratorias.

Figura 3

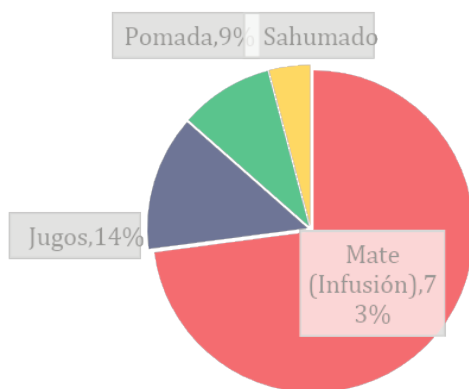
Frecuencia del uso de la medicina tradicional para la prevención de enfermedades respiratoria



Nota. Elaboración propia con base a una encuesta realizada en julio de 2024.

Del total de la población encuestada de la Carrera de Ciencias de la Educación, el 83% responde que “a veces” usa la medicina tradicional; principalmente, “en épocas más de frío la mayoría creo que nos resfriamos más, solo lo consumimos en temporada de invierno” (A. Vargas. Comunicación personal, agosto 2024). En tanto el 15% de los estudiantes reconoce el uso frecuente (“siempre”) de las plantas medicinales: “Recurrimos al herbolario, para mates y para friccionar como pomadas para aplicar al cuerpo. Estas plantas no solo sirven para el malestar respiratorio también tienen otros beneficios” (E. Verduguez. Comunicación personal, agosto 2024). Por otro lado, el 2% indica que “nunca” le dio valor al uso de estos conocimientos ancestrales para la preservación de la salud.

Figura 4
Formas de uso de la medicina tradicional



Nota. Elaboración propia con base a una encuesta realizada en julio de 2024.

La figura 4 ilustra cómo los estudiantes emplean la medicina tradicional para tratar el resfriado. La mayoría de la población estudiantil, con un 73%, opta por consumirla en forma de mates (infusión); mientras que un 9% la aplica en forma de pomada: “Para combatir las enfermedades respiratorias y, sobre todo, para la gripe lo consumí únicamente en mates y las pomadas también para friccionar

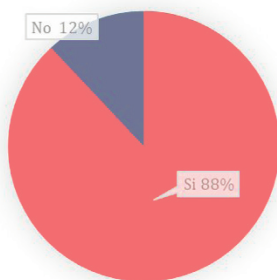
en el cuello” (K. Orosco, Comunicación personal, agosto 2024). Se puede interpretar que el uso más óptimo se da mediante los mates o infusiones para prevenir o tratar las enfermedades respiratorias.

El 4% recurre al sahumado para prevenir las enfermedades respiratorias: “El eucalipto lo utilizamos para sahumar la casa para evitar el resfrío. Otra alternativa que usamos es la naranja quemada, la hacemos quemar un poco y eso lo consumimos como jugo para prevenir algún tipo de mal respiratorio como resfrío y gripe” (E. Verduguez. Comunicación personal, agosto 2024). El sahumado del eucalipto es de uso frecuente en el hogar; al inhalar el vapor de esta planta permite despejar tus fosas nasales. El 14% de los estudiantes lo consumen mediante jugos, ya que la infusión de las plantas naturales permite consumirlo como refresco y jugos para hidratarse y tratar las enfermedades respiratorias. Percepción estudiantil sobre la eficacia de las plantas medicinales de enfermedades respiratorias.

En las siguientes figuras podemos observar cuál es la perspectiva que tienen los estudiantes sobre la eficacia y los beneficios de las plantas medicinales al momento de reducir las enfermedades respiratorias.

Figura 5

Eficacia de las plantas medicinales en reducir resfríos



Nota: Elaboración propia con base a encuesta julio 2024.

Se muestra el impacto del uso de plantas medicinales en la reducción de la frecuencia de resfriados y gripe entre los estudiantes de la Carrera de Ciencias de la Educación. La mayoría de la población, con

el 88%, afirma que el uso de estas plantas efectivamente disminuye la incidencia de estas afecciones: “Sí, es efectivo porque si no fuera así yo no tomaría; tomo porque sí me hace efecto disminuye los malestares que yo tengo” (L. Vargas. Comunicación personal, agosto 2024): “la plantita está al alcance de la mano para poder consumir. También tiene justamente un valor muy importante en tema de cultura, en tema de tradición, más que todo en mi familia” (E. Verduguez. Comunicación personal, agosto 2024). Existe eficacia en el consumo de medicina tradicional para la prevención y reducción de malestares respiratorios y por el valor cultural como también ancestral de estos remedios caseros.

Figura 6

Beneficios del uso de la medicina tradicional en la prevención de enfermedades respiratorias



Nota: Elaboración propia con base a encuesta julio 2024.

Se revelan los beneficios que los estudiantes han experimentado al consumir medicina tradicional para prevenir enfermedades respiratorias. El 35% de ellos destaca un mayor bienestar general como resultado: “las plantas medicinales ofrecen muchos beneficios, el uso debe ser muy cuidadoso ya que no sabemos de dónde sacamos. Es importante conocer los lugares de dónde estamos sacando estas plantas; yo vivo por el área rural donde es más fácil de obtener, ya que como vivimos en lugares muy lejanos tenemos el eucalipto de forma natural” (A. Vargas. Comunicación personal, agosto 2024). Mientras

que un 33% indica que el consumo de las plantas medicinales ocasiona la reducción de síntomas: “es muy beneficioso y óptimo el uso de la planta medicinal porque es un consumo que tenemos, digamos, natural” (L. Vargas, comunicación personal, agosto 2024).

Por otro lado, un 17% reporta una menor frecuencia de enfermedades y, finalmente, un 15% de los estudiantes considera que el uso de medicina tradicional reduce la dependencia de medicamentos químicos que usa la medicina convencional u occidental.

4. Conclusiones

La investigación sobre el uso de la medicina tradicional en la UMSS, revela una tendencia significativa hacia la aplicación de conocimientos ancestrales. A pesar de vivir en una época donde el acceso a la información médica moderna está al alcance de un clic. Estos estudiantes demuestran una notable confianza en los remedios naturales. El estudio ha permitido identificar los insumos de la medicina tradicional más utilizados por los estudiantes, entre los cuales destacan plantas como el eucalipto, la manzanilla y el jengibre, empleadas principalmente para prevenir y tratar enfermedades respiratorias. Los estudiantes hacen uso de estos recursos, evidenciando que recurren a las plantas medicinales, tanto en su forma natural como en infusiones y otros preparados, demostrando un conocimiento práctico y una herencia cultural que influye en sus decisiones de salud.

La percepción de los estudiantes respecto a la eficacia de las plantas medicinales es mayoritariamente positiva. Un número significativo de ellos asocia el uso de estos insumos con una mejora en su bienestar general, una reducción de síntomas y una menor dependencia de medicamentos químicos. Estos hallazgos sugieren que, para los estudiantes, la medicina tradicional no solo es una alternativa viable, sino también una práctica integrada en su vida cotidiana y valorada por sus beneficios percibidos.

En este sentido, la preservación y valorización de la medicina tradicional no solo es crucial para la identidad cultural y el patrimonio natural de Bolivia, sino que también puede ofrecer soluciones sostenibles y accesibles en un contexto donde el acceso a la medicina moderna puede ser limitado. La investigación, por lo tanto, no sólo

documenta la continuidad de estas prácticas, sino que también plantea la posibilidad de un enfoque de salud más inclusivo y holístico, que reconozca el valor de la sabiduría ancestral en la promoción de la salud pública.

Referencias bibliográficas

- Avala, M. O. (2013). Conservación del patrimonio cultural inmaterial a través de las normas y costumbres propios del derecho indígena originario de la comunidad Calacoto.
- Constitución Política del Estado (CPE). (2009, febrero 7). Constitución Política del Estado (CPE). La Paz.
- Enciclopedia. (2024, julio 24). Enciclopedia Significados. From Enciclopedia Significados: <https://www.significados.com/prevencción>
- Fernández, P.C. (2019). *Plantas medicinales y salud pública: Perspectivas para un futuro sostenible*. Editorial Salud y Bienestar.
- Gallegos-Zurita Maritza, A. C.-P.-M.-C.-B. (2021). Plantas medicinales, su uso en afecciones respiratorias en comunidades rurales, provincia de Los Ríos. *Journal Of Science And Research*.
- Generación verde. (2014, febrero 15). Plantas medicinales.
- Laura Díaz-Bravo, U. T.-G.-H.-R. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. En: Metodología de investigación en educación médica.
- Mendoza, V. R. (2015). Procesos metodológicos y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes. *Proyecto*, 24.
- Ministerio de Salud. (2013, diciembre 19). Ley de medicina tradicional ancestral boliviana. Muñoz, T. G. (2003). El cuestionario como instrumento de investigación/evaluación. En: T. G. Muñoz, etapas del proceso investigador: instrumentación.
- Oddone, M. J., & Chernobilsky, L. B. (2013). Generación y transferencia de conocimiento.

Organización Mundial de la Salud. (1998). Informe sobre la salud en el mundo, 1998. La vida en el siglo XXI: una perspectiva para todos. Organización Mundial de la Salud. (2023, agosto 9). Medicina tradicional.

Rojas, D. R. (2023, octubre 16). Diagnóstico Rojas. <https://www.diagnosticsrojas.com.ar/blog/salud/enfermedades-respiratorias-a-causa-de-la-contaminacion-del-aire/>

Tubiana, J. (2024, julio 27). La cosmovisión andina de los kallawayas