



**ARTÍCULO ORIGINAL**

# **LAS “PEGAS” O “EMPACHOS” EN COSTA RICA Y CENTROAMÉRICA. UNA VISIÓN HISTÓRICA Y SOCIO-ANTROPOLÓGICA DE UNA ENFERMEDAD POPULAR**

**Campos Navarro, Roberto y Vargas Escamilla, Bianca**

Facultad de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México, México.

**Resumen:**

**Introducción.** El empacho (o “pegas” en Costa Rica) es una enfermedad de construcción popular que refiere a trastornos del aparato digestivo debidos al estancamiento o detención parcial del tránsito gastrointestinal.

**Métodos y Materiales.** Se hace una revisión histórica y antropológica de esta patología a partir de 121 textos recolectados en las bibliotecas nacionales, universitarias y privadas ubicadas en la región.

**Resultados.** Existen documentos sobre el empacho en Centroamérica desde el siglo XVI hasta la actualidad. La concepción del empacho, su epidemiología y profilaxis, la etiología, los signos y síntomas, así como los tratamientos, son similares desde Guatemala hasta Panamá.

**Discusión y conclusiones.** El empacho es ampliamente reconocido por los sectores populares e indígenas de la región centroamericana. Su frecuencia –por lo menos en términos de referencia documental- se da más en Guatemala, Nicaragua y Costa Rica. En todos los países de la región existe un conflicto entre la medicina popular y la biomedicina, siendo subestimado por los médicos académicos que lo interpretan como un trastorno digestivo equiparable a la dispepsia, al colon irritable, una obstrucción o una infección gastrointestinal. El empacho sigue siendo un problema de salud persistente y cotidiano.

**Palabras clave:** dolor medicina tradicional, enfermedad popular, “empacho”, “pegas”

Recibido: 28 septiembre 2012. Aceptado: 5 diciembre 2012. Publicado: 10 enero 2013.



# “PEGAS” OR “EMPACHOS” IN COSTA RICA AND CENTRAL AMERICA. HISTORICAL AND SOCIO-ANTHROPOLOGICAL PERSPECTIVE OF A FOLK DISEASE

## Abstract:

**Introduction.** “Empacho” (or “pegas” in Costa Rica) is a popular constructed disease which refers to digestive system’s disorders due to stagnation or partial arrest of gastrointestinal transit.

**Methods and Materials.** A historical and anthropological review about this pathological entity was made from 121 texts collected in public and private libraries around the region.

**Results.** Many files about “empacho” exist in Central America since the sixteenth century to our days. The concept, the epidemiology and prophylaxis, etiology, signs and symptoms, even treatments are similar from Guatemala to Panama.

**Discussion and conclusions.** “Empacho” is widely recognized by the popular and native people in Central America. At least within bibliographical references, it is more frequent in Guatemala, Nicaragua, and Costa Rica. Every country along the region has shown an important conflict between folk medicine and biomedicine, it has been underestimated by academic physicians that approach it as any other digestive disorder such as dyspepsia, irritable bowel syndrome, intestinal obstruction, or gastrointestinal infection. “Empacho” is still, a long-lived and day-to-day health problem.

**Key words:** traditional medicine, folk disease, “empacho”, “pegas”

## INTRODUCCIÓN

El **empacho** o **ahíto** es un trastorno del aparato digestivo provocado por la ingesta excesiva de alimentos, o bien, el consumo de elementos que se caracterizan por su escasa o nula digestibilidad que se detienen y estacionan en el tubo gastrointestinal. El trastorno puede variar desde un simple malestar de indigestión hasta cuadros clínicos aparatosos.

El Diccionario de la Lengua Española (DLE) especifica que es una “indigestión de la comida” y que el alimento “no se digiere o se digiere con dificultad” [1]. Semejante desorden conduce a que el material ingerido se estanque, se adhiera o se pegue a las paredes gastrointestinales (la famosa «pega» de Costa Rica), e incluso se acumule y se asiente. De allí que el DLE

establezca en la palabra **asiento** de estómago como un empacho, al existir un “estancamiento de alguna sustancia indigesta o sin digerir en el estómago o en los intestinos”, y el Pequeño Larousse Ilustrado como estado de **saburra** a la “acumulación de materia que se suponía formarse en el estómago tras una mala digestión” [2,3].

Los diccionarios médicos especializados, a veces lo incluyen y definen pero en otros ni siquiera aparece el término. En América Latina su empleo es generalizado dentro de la medicina popular, desde el extremo austral patagónico de Chile y Argentina hasta Centroamérica y México, incluyendo los nativos y migrantes de origen hispano en Estados Unidos y Canadá, por lo que podemos considerar que es una enfermedad dependiente de la cultura (o síndrome de

filiación cultural) que se encuentra en todo el continente americano, con un origen peninsular ibérico, es decir, europeo, con aportes propios de las culturas originarias americanas.

Desde hace una década se ha recopilado información sobre esta enfermedad y ello ha significado la publicación de materiales de México, República Dominicana, Perú, Cuba, Bolivia y Argentina [4].

En esta ocasión, el propósito de esta comunicación es describir y analizar las informaciones que sobre el empacho se generaron en Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua, Costa Rica y Panamá, desde la época colonial hasta la actualidad.

## MATERIAL Y MÉTODO

En el periodo 2000 - 2009 se recopilaron materiales en las principales bibliotecas de América Central: la Nacional de Guatemala, de la Facultad de Ciencias Médicas y del Centro de Estudios Folklóricos de la Universidad San Carlos, del Centro de Investigaciones Regionales de Mesoamérica en Antigua; la Nacional de El Salvador, de la Escuela de Medicina, de Química y Farmacia de la Universidad Nacional de El Salvador, la Universidad Tecnológica de El Salvador; Biblioteca Central y Médica Nacional de la Universidad Nacional de Honduras, la del Instituto Hondureño de Antropología e Historia; la Nacional "Rubén Darío" de Managua, Nicaragua, la biblioteca de la Fundación Centro Nacional de la Medicina Popular-Tradicional en Estelí, de la Fundación Nicaragüense de Promotores de Salud Comunitaria CECALLI (también en Estelí), Bibliotecas Central y de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Nicaragua en León; la Biblioteca Nacional de Costa Rica, la Biblioteca Carlos Monge Alfaro de la Universidad de Costa Rica y finalmente, la Nacional de Panamá y la biblioteca principal de la Universidad Nacional de Panamá.

También contamos con la documentación, artículos e información proporcionada por las antropólogas guatemaltecas Elba Villatoro y María Teresa Mosquera; la biblioteca del Centro de

Documentación del Laboratorio Farmaya, presidida por Armando Cáceres y Lidia Girón; la familia Paredes que mantiene la farmacia más antigua y acreditada de Antigua, Guatemala; así como la gentileza de la señora Tránsito Melara, vendedora de plantas medicinales en el Mercado Central de San Salvador. Todos los materiales recopilados fueron reunidos y clasificados de acuerdo a criterios de concepción y definición del empacho, la causalidad que la origina, la caracterización epidemiológica (frecuencia y distribución con que se presenta), los signos y síntomas necesarios para construir un diagnóstico clínico, los tratamientos habituales y las diversas formas para prevenir la enfermedad.

## RESULTADOS

Se encontraron 121 textos sobre el tema, una crónica es del siglo XVI, dos autores del siglo XVII, uno del siglo XIX, 84 del siglo XX y 33 del presente siglo. Por países, en primer lugar, Guatemala (35), en segundo, Nicaragua (31), luego Costa Rica (29), Honduras (13), El Salvador (9) y Panamá (4) (Véanse cuadros 1 a 6). Hay autores que son antropólogos, biólogos, filólogos, médicos académicos y curadores naturistas, periodistas, investigadores indigenistas, sacerdotes y misioneros, sabios indígenas, madres de familia y otros.

### Conceptos sobre empacho

En toda la región se considera como un trastorno, problema, afección, malestar o perturbación a nivel gastrointestinal. Es entendido como una alteración en la digestión de los alimentos, y por ello, su equivalencia en términos de ahíto e indigestión. Ahitarse es adquirir un empacho, y se usaba más en siglos anteriores como lo demuestran los vocabularios de la época virreinal, y una derivación contemporánea sería su uso como «ajito» que aún se menciona en la República Dominicana y en Nicaragua [5,6,7]. En algunas comunidades indígenas cakchiqueles de Guatemala se le conoce como *empach*, y en regiones ladinas o mestizas de Panamá se le dice *empache* [8,9]. Cabe mencionar que en Guatemala se conoce también a las personas flacas o enflaquecidas como

«empachadas», es decir, que presentan un peso corporal disminuido [10].

**Cuadro 1:**

**TEXTOS CON REFERENCIA AL EMPACHO PRODUCIDOS EN GUATEMALA (POR AÑO DE EDICIÓN, AUTOR Y TÍTULO)**

AÑO	AUTOR	TÍTULO
siglo XVI	Anónimo	Relaciones geográficas del siglo XVI
circa 1600	Villacañas, Benito de	Arte y vocabulario de la lengua cakchiquel
[1647-1656]	Coto, Tomás de	Vocabulario de la lengua cakchiquel guatemalteca
1895	Vega, Benjamín J.	<i>Diarrea de los niños durante la lactancia...</i>
1956	Adams, Richard	Encuesta sobre la cultura de los ladinos en Guatemala
1957	Adams, Richard	Cultural surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras.
1961	Wisdom, Charles	Los chortís de Guatemala
1969	Instituto Indigenista Nacional	Prácticas médicas tradicionales de los indígenas de Guatemala
1969	Armas, Daniel	Diccionario de la expresión popular guatemalteca
1971	Instituto Indigenista Nacional	Aspectos de medicina popular en el área rural de Guatemala
1978	Instituto Indigenista Nacional	Aspectos de medicina popular en el área rural de Guatemala
1980	Aguilar, Abigail; Girón, Lidia <i>et al</i>	Informe sobre el primer taller sobre botánica medicinal guatemalteca
1980	OtzoyCutzal, Flora	Vocabulario cakchiquel-español para el médico y el estudiante de medicina
1982	Rubio, Francisco	Diccionario de voces usadas en Guatemala
1982	Villatoro, Elba Marina	Vida y obra de los curanderos de El Petén, Guatemala
1985	Kozel, Carlos	Guía de medicina natural. salud y curación
1987	Villatoro, Elba Marina	Prácticas y creencias médicas en una comunidad indígena de Guatemala
1989	Villatoro, Elba y	Vida y obra de los curanderos de Todos

	Joaquín Acevedo	Santos Cuchumatán, Huehuetenango.
1990	Gasbarra, M.; Villatoro, E. <i>et al</i>	Plantas de uso medicinal en Centro América
1991	Weller, Susan <i>et al</i>	An Epidemiological Description of a Folk Illness: a Study of <i>Empacho</i> in Guatemala
1996	Cáceres, Armando	Plantas de Uso Medicinal en Guatemala
1997	Richard, Renaud	Diccionario de hispanoamericanismos
1997	Orellana Ayala, Rebeca	Salud familiar y plantas medicinales en la Sierra de las Minas
1999	Nicolas, Jean-Pierre	Plantes médicinales des mayas k'iché du Guatemala
circa 2000	Roca Colindres, Juan José	Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho"
2001	Morales Pellicer, Sergio	Diccionario de Guatemaltequismos
2004	Camposeco, José Balvino	Remedios
2004	López García, Julián	Promotores rurales de salud en el oriente de Guatemala
2005	Kufer, Johanna <i>et al</i>	Historical and modern medicinal plant uses. The example of the Ch'orti' Maya and Ladinos in Eastern Guatemala
2005	Car, Glendy, Eder, Karin y Manuela García Pú	La herencia de las abuelas y los abuelos en la medicina indígena maya
2006	Villatoro, Elba Marina	Saberes de los pueblos guatemaltecos garífuna, maya, mestizo, xinka
2006	Mosquera Saravía, María Teresa	Lógicas y racionalidades: entre comadronas y terapeutas tradicionales
2006	Consejo de Guías espirituales Rex We	Diagnóstico de la medicina maya Poqomch'í en San Cristóbal Verapaz
2007	Campos Navarro, Roberto	Notas de campo en Botica Roca de la familia Paredes
2008	Mosquera Saravía, María Teresa	El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos

Fuente: Información histórica, Guatemala



**Cuadro 2:**

**TEXTOS CON REFERENCIA AL EMPACHO PRODUCIDOS EN EL SALVADOR (POR AÑO DE EDICIÓN, AUTOR Y TÍTULO)**

AÑO	AUTOR	TÍTULO
1957	Adams, Richard	Cultural surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras.
1964	Canelo, Menandro Alcibíades	Los servicios médicos rurales de salud pública y la medicina popular
1981	Guido Ramírez, María Luisa	Estudio etnobotánico y farmacognóstico de quince plantas medicinales de la zona central de El Salvador (Panchimalco)
1991	Herrera Rucaj, Tito Livio	Medicina autóctona, farmacopea ladina y los servicios de salud en la comunidad de los Izalcos
1994	González-Ayala, Julio César	Botánica medicinal popular. Etnobotánica medicinal de El Salvador
1994	Salguero, René Mauricio <i>et al</i>	Estudio etnobotánico de plantas medicinales en el municipio de Santo Tomás
1998	Vásquez, Verónica	"¿Manos que curan? Sobadas: medicina popular vs. Ciencia"
2000	Rivas, Ramón	Ilobasco. Una aproximación histórica y antropológica
2004	Melara, Tránsito	Receta para el empacho

Fuente: Información histórica, El Salvador

**Cuadro 3:**

**TEXTOS CON REFERENCIA AL EMPACHO PRODUCIDOS EN HONDURAS (POR AÑO DE EDICIÓN, AUTOR Y TÍTULO)**

AÑO	AUTOR	TÍTULO
1957	Adams, Richard	Cultural surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras.
1978	Chinchilla Ticas, Doris	Estudio fitoquímico de algunas plantas de uso popular que crecen en Honduras
1980	Maldonado, Carlos	Estudio sobre la medicina popular en el Valle de Comayagua
1983	Kendall, Carl <i>et al</i>	Anthropology, Communications, and Health: The Mass-Media and Health Practices Program in Honduras
1984	Nazar Herrera, Nicolás	Estudio sobre la medicina folklórica en el municipio de San Nicolás, Santa

		Bárbara
1990	House, Paul <i>et al</i>	Manual Popular de 50 plantas medicinales de Honduras
1995	House, Paul <i>et al</i>	Plantas medicinales comunes de Honduras
1997	Gallo Giraldo, Carlos	Manual de medicina natural
1999	Schets, Veronique	Manual autoformativo. Medicina popular y plantas medicinales
2000	Honduras <a href="#">ThisWeekNational</a>	In Honduras, many people constantly complain of heaving empacho (indigestion) for certain...
2001	Bentley, Jeffery W.	Diccionario campesino hondureño
2004	Ramos, Karen D.	Creencias y rituales curativos sobre enfermedades
2004	Ramos, Karen D.	Remedios

Fuente: Información histórica, Honduras

**Cuadro 4:**

**TEXTOS CON REFERENCIA AL EMPACHO PRODUCIDOS EN NICARAGUA (POR AÑO DE EDICIÓN, AUTOR Y TÍTULO)**

AÑO	AUTOR	TÍTULO
1957	Adams, Richard	Cultural surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras.
1957	Sandoval Valdivia, Elba	Costumbres y folklore del pueblo miskito
1967	Miranda Garay, Ernesto	Folklore Médico Nicaragüense
circa 1986	Trinidad, Eduardo, Brüssel, Juanita y Fidelity Bustamente	Síntomas, síndromes y enfermedades y su tratamiento con plantas medicinales
circa 1986	Ministerio de Salud	Encuesta Etnobotánica Plantas medicinales por entidades nosológicas populares
1986	Isnaya	Manual para el promotor de medicina preventiva y salud comunitaria
1987	Ministerio de Salud	Plantas medicinales más frecuentemente utilizadas en la región V (Primer informe)
1987	Ministerio de Salud	Plantas medicinales más frecuentemente utilizadas en la región I (segundo informe)



1988	Ministerio de Salud	Encuesta etnobotánica primaria. Regiones I, II, V y VI. Plantas medicinales según usos populares
1988	Mencheno, Manuel	La concepción popular de la enfermedad diarreica en la región "Las Segovias", Nicaragua
1991	Brüssel, Juanita; Cáceres, Carolina y Alejandro Floripe	Manual para el promotor de medicina preventiva y salud comunitaria
1991	Trinidad Barboza, Eduardo Julio; Roque, Javier; Sotomayor, Uriel y Juanita MaurissaBrüssel	Creencias y prácticas populares tradicionales sobre las enfermedades diarreicas, respiratorias y desnutrición, en la región I "Las Segovias", Nicaragua
1993	Dávila Bolaños, Alejandro	La medicina indígena pre-colombina de Nicaragua
1993	Ramírez Fajardo, César A.	Lengua madre. (El habla de nuestras madres) con glosario
1994	Rabella, Joaquim y Chantal Pallais	Vocabulario popular nicaragüense
1995	Gupta, Mahabir P.	270 plantas medicinales iberoamericanas
1995	Gorter AC; Sánchez G; Pauw J; Pérez RM; Sandiford P; Smith GD	Diarrea infantil en la Nicaragua rural: creencias y prácticas de salud tradicionales
1997	CECALLI	Investigación etnobotánica de plantas medicinales y aromáticas aplicadas a la realidad sanitaria de "Las Segovias"
1998	Cox, Avelino	Cosmovisión de los pueblos de TuLuWalpa. Según relatos de los sabios ancianos miskitos
1998	Brüssel, Juanita y Alejandro Floripe	Manual de plantas medicinales para el promotor de medicina preventiva y salud comunitaria
1998	Kepa	301 recetas de medicina natural de Siuna, RAAN
1998	Floripe Fajardo, Alejandro y Vilma Altamirano	Plantas que curan. Investigación etnobotánica en la microrregión Río Blanco - Bocana de Paiwas
2000	Floripe Fajardo, Alejandro y Vilma Altamirano	Plantas que curan. Aplicación de plantas medicinales a personas con diferentes patologías en la zona de San Lucas, Las Sabanas y San José de Cusmapa
2001	Academia Nicaragüense de la Lengua	Diccionario de uso del español nicaragüense

2001	Floripe Fajardo, Alejandro y Vilma Altamirano Molina	Plantas que curan n. 4
2002	Brüssel, Juanita; Bustamante, Fidelia; Trinidad, Eduardo de; Gámez, Bayardo; Grosembracher, Ruth; Medrano, Yadira; Obregón, Marlene; Loison, Juan y Willi Klein	La Salud en sus manos. Manual sobre el uso de Plantas Medicinales
2003	García G., Reina	Manual sobre el uso de Plantas Medicinales
2004	Miranda, Ernesto	Folklore medicinal
2005	Robineau, Germosén	Farmacopea vegetal caribeña
2006	Floripe Fajardo, Alejandro	Flora medicinal nicaragüense
2007	CECALLI	Flora de Nicaragua [para curar el empacho]. Herbario de plantas medicinales

Fuente: Información histórica, Nicaragua

**Cuadro 5:**  
**TEXTOS CON REFERENCIA AL EMPACHO PRODUCIDOS EN COSTA RICA**  
**(POR AÑO DE EDICIÓN, AUTOR Y TÍTULO)**

AÑO	AUTOR	TÍTULO
1908	Pittier, Henry	Ensayo sobre plantas usuales de Costa Rica
1919	Gagini, Carlos	Diccionario de costarriqueñismos
1955	Sarkis Seed, Alía y Victor Campos	Medicamentos populares de la meseta central y de la zona atlántica, comprende además medicina y costumbres de los indígenas y de los habitantes de color
1970	Navarro Mairena, Carlos	Principales plantas medicinales de Costa Rica
1970	Orso, Ethelyn	Hot and Cold in the Folk Medicine of the Island of Chira, Costa Rica
1975	Núñez Meléndez, Esteban	Plantas medicinales de Costa Rica y su folklore
1982	Ferlini Salazar, Pilar; Ling Nieto, Ma. Cecilia y Ligia Wong Reyes	Prácticas populares en salud, en dos comunidades costarricenses: Pedernal y San Martín



1988	Simpson SH	Some preliminary considerations on the sobada: a traditional treatment for gastrointestinal illness in Costa Rica.
1989	Robles Arias, Arturo	La "pegas"
1989	Navarro Molina, Patricia	Las "pegas", sólo una creencia
1990	Vargas Chinchilla, Seidy	Plantas medicinales. La naturaleza como guardiana de su salud
1990	Varela Vindas, Martín	Las pegas
1991	Barrientos, Guido	Uso y abuso de las plantas medicinales. Recetas y consejos al alcance de su mano
1991	YglesiasVieta, Álvaro	Glosario popular de términos médicos
1993	Zapparoli, Mayra	La sobadora: una practicante de la medicina popular
1994	Gutiérrez, Yolanda	Las "pegas"
1994	Anónimo	La "pega" es muy tica
1995	Rodríguez Castro, Elías y Fernando Rojas Carrera	Curación con plantas
1995	Pacheco, Julio César	Plantas medicinales de Costa Rica
1995	Pérez Ramírez, Osvaldo	El prodigio curativo de las plantas. 200 recetas de remedios caseros para enfermedades comunes
1996	Cucurny, Denise	101 remedios caseros de Costa Rica
1996	Agüero Chaves, Arturo	Diccionario de Costarriqueñismo. El español de Costa Rica
1997	Herrera, Martha	La "pega. Una popular dolencia que la tradición aún cura.
2001	Quesada Pacheco, Miguel A.	Nuevo diccionario de Costarriqueñismos
2004	Achío Fuentes, Andrés	Panorama de la medicina popular
2004	Barrientos, Guido	El uso y abuso de las plantas medicinales en la medicina tradicional costarricense
2004	Zapparoli, Mayra	Mujeres y prácticas curativas
2008	Soto, Daniel	The way we say it
2008	Anónimo	Datos del inventario de patrimonio cultural del Cantón de Belén

Fuente: Información histórica, Costa Rica

**Cuadro 6:**  
TEXTOS CON REFERENCIA AL EMPACHO PRODUCIDOS EN PANAMÁ  
(POR AÑO DE EDICIÓN, AUTOR Y TÍTULO)

AÑO	AUTOR	TÍTULO
1957	Adams, Richard	Cultural surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras.
1987	Conte Guardia, Ana Matilde	Medicamentos mágicos y botánicos en la medicina popular del Distrito de Antón
1995	Pérez de Zárate, Dora	Acerca de la medicina folklórica panameña
2004	Pérez de Zárate, Dora	Uso terapéutico de plantas, animales y minerales

Fuente: Información histórica, República de Panamá

Otros definirán el empacho en función de las manifestaciones clínicas y se referirán a un problema de constipación, de estreñimiento o diarrea, o bien mencionarán que el estómago se encuentra «lleno» o «sucio» [11,12]. Términos populares emparentados con el empacho serán el empanturramiento, enllenamiento, envaramiento, entripamiento, empanzamiento y empanzamiento [13].

Desde el punto de vista de los médicos académicos (que por lo general, repelen el uso del término popular), el empacho suele ser considerado como una patología equivalente a dispepsia, gastritis, gastroenteritis aguda, dilatación gástrica, obstrucción intestinal, colon irritable o alguna parasitosis intestinal [14]. El doctor guatemalteco J.J. Roca (que defiende su empleo popular), define el empacho como «una disfunción digestiva caracterizada por falta de digestibilidad, que inicialmente provoca una disminución del peristaltismo, permitiendo con ello, una acumulación de toxinas y gases derivados de alteraciones en la flora intestinal» [15].

En forma similar, una comadrona de Palín, Guatemala, dice: «El empacho es cuando [las personas] comen algo y no se logra desechar del cuerpo, entonces se queda como...pegadito, que uno le dice...» [16].

En otras palabras, hay un trastorno del tránsito digestivo, donde elementos o restos alimentarios



quedan adheridos o pegados a las paredes intestinales, y esta es la conocida «pega» del léxico popular costarricense, donde se considera que la pega es «algo que cae mal cuando se come», existe un «problema o infección intestinal» pues hay un «alimento pesado que el estómago no digiere» [17].

Finalmente, decir que la palabra ahíto tiene su traducción al cakchiquel colonial como *polel*, y ahitarse como *qui polol*, o *ti nohnupam*, a *pam* [18].

### Causalidad

En forma general, los documentos describen las causas del empacho señalando algunas diferencias entre los niños durante la etapa de lactancia, y los adultos. Con una sola excepción, todas las causas remiten a procesos naturales, sin intervención de elementos mágico-religiosos.

a) Niños en periodo de lactancia.- En primer lugar se relatan los problemas que tienen las madres durante el amamantamiento y que repercuten en el infante, que van desde conflictos emocionales, enojos, alimentación defectuosa (por ingesta de alimentos muy fríos, calientes o pesados, quesos envejecidos, etc.), con horarios irregulares (por labores extra-domésticas) [19]. En segundo lugar, por alteraciones propias de la leche: que estuvo “estancada”, “asoleada”, “agitada”, o que es de origen industrial y no se hierve [20]. En tercer lugar, el empacho que se presenta con la primera dentición de los lactantes [21]. Y con menor frecuencia, el uso de bebidas no lácteas (como infusiones, atoles, maicena, agua azucarada, vino, entre otras) y el empleo de leches de diversos animales o de mujeres diferentes a la madre procreadora [22]. Además –por curiosidad– la ingestión accidental de objetos como son monedas, botones, canicas y otros [23]. (Véase cuadro 7)

**Cuadro 7:**  
CAUSALIDAD DEL EMPACHO EN CENTROAMÉRICA  
(niños lactantes)  
Siglo XVI-2009

Causa adjudicada	Frecuencia	Porcentaje
Amamantamiento por madre con problemas	5	33.3
Leche alterada (“estancada”, “asoleada”, “agitada”, etc.)	4	26.6
Erupción de primera dentición	2	13.3
Uso de bebidas no lácteas (infusiones, atoles, maicena, etc.)	1	6.6
Uso de leche animal	1	6.6
Uso de leche humana de mujer diferente a la madre	1	6.6
Ingesta accidental de objetos (botones, canicas, monedas)	1	6.6
<b>TOTAL</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

Tomado de: 7,12,15,19-23,26,42,33

b) Adultos.- Aquí resaltan en los primeros sitios los excesos alimentarios y la ingesta de alimentos descompuestos (“malos”, “en mal estado”, “agrios”, “cuajados”, con “mal sabor”, “no aseados” y “que hacen daño”) [24]. Luego, las irregularidades de horario en la ingesta de los alimentos, y que –como se mencionará más adelante en la patogenia– será la causa inmediata de que los residuos se adhieran a las paredes intestinales; las alteraciones propias del proceso digestivo donde los alimentos “caen mal” al organismo; la ingesta de alimentos sin la suficiente preparación (mal cocinados o todavía crudos); las comidas consideradas como “fuertes” o “pesadas” (y se mencionan los plátanos y el repollo); el consumo de elementos difíciles o imposibles de digerir (como la tierra, los chicles, las semillas, los cabellos, etc.); comer alimentos considerados como secos o muy secos, sin acompañarlos de líquidos; la ingesta de comida considerada como fría o extremadamente helada; excesos en las bebidas (por ejemplo, el empacho de agua), y el abuso en el consumo de frutas, mariscos, camarones





de río, o comer demasiado de un sólo alimento [25,26,27,28,29,30,31,32,33]. Con menor frecuencia se mencionaron los alimentos contaminados, las viandas muy grasosas, las comidas abundantes junto con bebidas alcohólicas, comer “con demasiada hambre”, o de manera rápida con el “estómago vacío” [34]. (Véase cuadro 8).

**Cuadro 8:**  
CAUSALIDAD DEL EMPACHO EN CENTROAMÉRICA  
(adultos)  
Siglo XVI-2009

Causa adjudicada	Frecuencia	Porcentaje
Ingesta excesiva de alimentos y bebidas	10	16.6
Ingesta de alimentos en mal estado y de mala calidad	10	16.6
Irregularidad horaria en la ingesta de alimentos	9	15
Alteración propia de la digestión o que “caen mal”	5	8.3
Ingesta de alimentos insuficientemente preparados	5	8.3
Ingesta de alimentos pesados	5	8.3
Ingesta de elementos no alimentarios (tierra, chicles, etc.)	4	6.6
Ingesta de alimentos secos o muy secos	3	5
<b>Ingesta de alimentos fríos o muy fríos</b>	3	5
<b>Exceso de bebidas</b>	3	5
<b>Abuso de alimentos (frutas, mariscos, un mismo elemento)</b>	3	5
<b>TOTAL</b>	<b>60</b>	<b>100%</b>

Tomado de: 7,12-15,17,19,20-22,24,25-29,40,42-44, 30, 33,35,38,50,51,53,57,58,66.

Cabe destacar -por ser la única mención de causalidad sobrenatural-, la adjudicada por los

indígenas misquitos de Nicaragua, a la presencia de “espíritus malignos” [35].

### Patogenia

Si entendemos la patogenia como el conjunto de procesos que conducen de una determinada causalidad a la presencia de manifestaciones de enfermedad, es decir, a los signos y síntomas propios de una determinada patología, en el caso del empacho, los documentos orientan hacia las razones (o causas) que explican la adhesión de partículas en las paredes gastrointestinales y originan perturbaciones clínicas.

Así una mujer salvadoreña afirma que «*la causa verdadera del empacho, radica en el hecho de que el alimento inapropiado (mal bocado) se ha adherido a la pared intestinal (bocado pegado en el intestino). En el caso de niños lactantes, la leche se solidifica dentro del estómago, produciendo el empacho [pues] (se les cuaja la leche)*» [36].

En Guatemala se insiste en que los residuos de comida, las alteraciones en el horario de las comidas, el consumo de leche industrializada sin hervir, la ingesta de comidas secas que no se acompañan de líquidos, facilitarían la alteración digestiva, y así la comida en exceso o cocida en forma insuficiente se pegará a la pared intestinal [37]. También se pegarán las sustancias no digeribles, los alimentos grasosos, o que estén en mal estado, pues con facilidad producirán “suciedades” o “basuritas” proclives a la adherencia [38].

Todo lo anterior explica por qué en Costa Rica se hable de la «*pega*» como un dato fundamental e incluso sinónimo, del mismo término de empacho.

### Aproximación epidemiológica

Se puede presentar en cualquier individuo, hombre o mujer, rural o urbano, pero es más frecuente en la edad infantil por la ingesta accidental de objetos que pueden originar empacho [39]. En algunas comunidades salvadoreñas se piensa que es principalmente una enfermedad de niños [40]. En



Guatemala es de elevada prevalencia -según una encuesta aplicada por un equipo de antropólogos- y en Nicaragua, al relacionarse con la diarrea, tiene una alta morbilidad en menores de 6 años, en especial lactantes de ambos sexos, y una mortalidad que se calcula entre 3 y 5 por cada 1000 habitantes [41,42]. En Costa Rica es más frecuente en la Semana Santa (“por comer mucho pan dulce”) y en Navidad (“tanto tamal con grasa de chancho”) [43].

### Cuadro clínico

El testimonio de un paciente hondureño sintetiza algunos de los principales signos y síntomas que se presentan con un empacho: «El dolor de cabeza es tan fuerte que no quisiera ni abrir los ojos, no hablar ni que le hablen alto pues todo eso hace que le surumbe la cabeza. Luego le salen unas pelotitas dolorosas en los brazos y a los lados del tragadero, puede haber vómito con empanzamiento y llenura y no dan ganas de comer nada; se presenta una diarrea fuerte, calentura y desgano en todo el cuerpo» [44].

Los diez signos y síntomas más frecuentes aparecen en el cuadro 9.

**Cuadro 9:**  
CUADRO CLÍNICO DEL EMPACHO EN CENTROAMÉRICA  
(SIGLO XVI-2009)

Signos y síntomas	Frecuencia	Porcentaje
Dolor abdominal	26	15.5
Diarrea	25	14.5
Fiebre	20	11.5
Distensión abdominal	20	11.5
Vómitos	17	10.1
Náuseas	14	8.3
Pérdida del apetito	13	7.7
Dolor de cabeza	12	7.1
Crecimientos ganglionares	12	7.1

(adenomegalias)		
Malestar general	8	4.7
Total	167	100%

Tomado de: 7,11,12,17,19-21,23,24,26,28,33,38,39,41,44-46,62,66.

En primer sitio se presenta dolor abdominal (sea gástrico, cólico tipo retortijón, etc.), evacuaciones diarreicas (fétidas o hediondas, de diversa coloración: amarillentas, blanquecinas, verdosas; en ocasiones con restos alimentarios sin digerir y acompañadas de mucosidad), fiebre o calentura, distensión abdominal (“embultamiento”, abdomen “aventado”, con “barriga inflamada” y estómago “lleno”), vómitos y náuseas ( con mareos, “bascas”, sensación de asco), pérdida del apetito o inapetencia, dolor de cabeza, crecimientos ganglionares o adenomagalias, sobre todo, en miembros superiores e inferiores (“bolitas”, “pelotitas”, “chibolitas”, “chibolero”. En Guatemala son conocidos como “hijillos de los empaches” y que siempre salen «cuando están empachados, sólo cuando están empachados») y finalmente, una sensación de malestar general [45].

Otros datos clínicos serían: la flatulencia y el timpanismo (“soplazón de estómago”), constipación, hundimiento ocular (“ojeras”), rechazo al alimento que causó el empacho, eructos, pirosis (“fogaje”), problemas para dormir, lengua saburral, aliento fétido, piel seca, pérdida de peso, aspecto demacrado y palidez, llanto e irritabilidad, etc. [46].

Para algunos el diagnóstico clínico se obtiene cuando «se quita el hambre, se hincha el estómago y suena», y para otros sólo con el timpanismo que se escucha al percutir el abdomen más la palpación de los ganglios crecidos [47,48].

### Tratamiento

Todos los países centroamericanos hacen uso de remedios purgantes, también todos –excepto Panamá– reportan el uso de sobadas y masajes, y en todos se emplean remedios herbolarios. Es poco usada la



“quebradura del empacho” (sólo mencionada en Guatemala como “tronada” o “pellejeada”). El uso de la cinta de medir que se emplea en Cuba y Argentina no es utilizada en ningún país de Centroamérica y el empleo de remedios religiosos es poco frecuente. En los siguientes párrafos ponemos algunos ejemplos de los principales remedios utilizados en Centroamérica, haciéndose énfasis que el principal proceso terapéutico es una combinación de sobada con purga, con ocasional empleo de enemas y otros remedios.

### Masajes

Se suelen emplear múltiples grasas, aceites, mantecas, pomadas e incluso, orina y brillantina para el pelo. En el cuadro 10 se puede observar que el unto más usado corresponde a la manteca de cerdo, aunque cualquier aceite, incluso el de cocina, puede ser bueno para la sobada.

**Cuadro 10:**  
DIEZ PRODUCTOS DIVERSOS PARA EL TRATAMIENTO DEL EMPACHO Y LA INDIGESTIÓN EN CENTROAMÉRICA

	PRODUCTO MEDICINAL	FORMA DE USO
1.	Orina propia o de un muchacho	Ingesta y unción
2.	Manteca de cerdo	Ingesta y unción
3.	Manteca de vaca	unción
4.	Excremento de perro	ingesta
5.	Sangre de toro	ingesta
6.	Lejfas de maderas	ingesta
7.	Sebo derretido de vela	unción
8.	Grasa de gallina	unción
9.	Leche humana	ingesta
10.	Aceite de oliva	ingesta y unción

Tomado de: 12,15,21,26,30,33,34,44,52,55.

Tres ejemplos, uno de Guatemala, otro de Honduras y uno más de Costa Rica, nos ilustran sobre el procedimiento manual:

Una comadrona de Palín, lo hace así:  
*“ ... Entonces donde usted echa la crema y empieza a sobar, empieza a tronarle, hace así como que tuviera un poco de agua, agua así en una bolsita, y lo mueve... ¡así le truena! Y empieza..., y cabal se siente cuando despega el empacho, porque cuando usted apacha y soba se hace truuuu... y se siente que corre” [49].*

En el Valle de Comayagua, en Honduras, dicen que *“...Se frota la nuca a cada lado de arriba hacia abajo; en los puños en donde están las pelotas, desde el brazo hacia la mano; la columna vertebral, se soba desde arriba hacia abajo y las costillas hacia afuera; las piernas se soban de abajo hacia arriba y la barriga también se soba desde arriba hacia abajo y afuera, a cada lado del ombligo”. “A veces se hacen necesarios dos o más sobitos”. “Los lactantes menores no se soban sólo se les aplica un emplasto de yema de huevo y anís”[50].*

Vale la pena insistir, que el masaje en miembros superiores e inferiores, se relaciona con la aparición de las tumoraciones en cadenas ganglionares (“chibolitas”) y el objetivo de sobarlas es lograr su desaparición.

En Costa Rica se describe así la sobada: *Comienza primero por untar la zona con algún ungüento: “Manteca de chanco, manteca corriente, aceite de cocina, aceite cosmético, Cofal® (crema de salicilato de metilo), Zepol® (ungüento de salicilato de metilo), los clientes me lo traen”. Esto sirve para evitar la fricción fuerte. Empieza a sobar, puede tardar de diez minutos a media hora hasta que la pelota haya desaparecido. Todo masaje se hace “metiendo los pulgares con fuerza hacia afuera”. Pues se supone que el problema de salud se está sacando del cuerpo por medio de esos movimientos. Así se frota el punto de referencia en dirección hacia las manos, lo que supone que se está deshaciendo la pega y que se está obligando a que abandone el estómago y continúe su camino a través del sistema digestivo. Otra técnica es tocar detrás de las orejas y hacia abajo, en la espalda, y hacia los hombros y pecho. Si se tocan las pelotas se empieza a masajear.*



Luego se sigue en los brazos hasta las coyunturas de las manos (entre el dedo pulgar y el índice) Se masajea hasta las corvas. A veces con una sola vez es suficiente, pero si el empacho es muy viejo se deben dar o tres sobadas [51].

### Purgas

El listado de sustancias purgantes es grande e incluye elementos animales, humanos, farmacológicos y herbolarios. En el mismo cuadro 10 se puede observar que solos o acompañados, los más frecuentemente usados son el aceite de comer, el bicarbonato, la sal, el aceite de oliva, el aceite de ricino, los orines (de preferencia de niños), la manteca de cerdo, la tortilla quemada y la llamada magnesia de terrón. De las plantas medicinales, hay una lista enorme (más o menos medio centenar de especies) pero destacan en primer lugar la manzanilla (*Matricaria recutita*), en segundo el apazote (*Chenopodium ambrosioides* L.), en tercero la hierba buena (*Mentha piperita* L.), luego mostaza (*Brassicainigra*), después limón (*Citrus aurantifoliaswingle*), malva (*Malva parviflora* L.), hoja blanca (*Buddleia americana* L.), canela (*Cinnamomum zeylanizum*), contrahierba (*Dorstenia contrajerba* L.) y el naranjo agrio (*Citrus aurantifolia*) (Véase cuadro 11).

8.	Canela	<i>Cinnamomum zeylanizum</i>	7
9.	Contrahierba	<i>DorsteniacontrajerbaL</i>	6
10.	Naranjo agrio	<i>Citrus aurantifolia</i>	6

Tomado de: 11,19,21,24,34,43,52,61, 68-78.

Algunos ejemplos de purgas sencillas o simples serían: *aceite de comer o manteca de cerdo; excremento blanco de perro; orina + sal; anona (chirimoya) + sal + bicarbonato + limón; aceite de castor + mostaza + sal; aceite de oliva + mostaza + Magnesia Salud Thomae®; aceite de oliva + hierba buena + leche materna + sal + azúcar.*

Ejemplos de purgas complejas serían estas que provienen de la zona indígena cakchiquel de Patzún:

*Se cuecen en tres vasos de agua maíz, cebada, un pedazo de pan francés, un pedazo de hueso de costilla de res, una raja de canela, unos granos de mostaza, tres cogollos de hierbabuena y un poco de azúcar. Se le agrega un papelito de bebida colorada, uno de magnesia en terrón, medio papel de magnesia calcinada, un poco de ruibarbo, se revuelve bien y se guarda en una botella. Se bebe un vaso diario y si el mal persiste al cuarto día se vuelve a preparar la poción.*

*Cuando es empacho viejo se cuece en vaso y medio de agua una ramita de hierbabuena colocha, hierbabuena de menta y se le agrega lo que toma la punta de un cuchillo de magnesia calcinada, magnesia de terrón, bebida colorada, ruibarbo, albayalde, ipecacuana, bicarbonato, una rajita de canela. Se bebe medio vaso tres veces al día; además se le unta en la cabeza al enfermo, una vez por semana, vaselina blanca con vaselina fenicada, para que bote las espinas que le salen, a los ochos días se lava la cabeza con jabón negro y agua tibia [52].*

Es frecuente la mención de remedios que se carbonizan (incluido aquello provocó el empacho), y así en el Mercado Central de El Salvador, una vendedora recomienda la siguiente purga: *“Se tuesta [tagüite y mostaza] en una cacerola. Se le echa un pedazo de tortilla, pan francés. Luego se licua, se toma la horchata*

**Cuadro 11:**

DIEZ PRODUCTOS HERBOLARIOS MÁS FRECUENTEMENTE UTILIZADOS PARA EL TRATAMIENTO DEL EMPACHO Y LA INDIGESTIÓN EN CENTROAMÉRICA

	NOMBRE COMÚN	NOMBRE CIENTÍFICO	MENCIONES
1.	Manzanilla	<i>Matricaria recutita</i>	18
2.	Apazote, epazote	<i>Chenopodium ambrosioidesL</i>	11
3.	Hierba buena	<i>Mentha piperita L</i>	10
4.	Mostaza	<i>Brassicainigra</i>	10
5.	Limón	<i>Citrus aurantifoliaswingle</i>	10
6.	Malva	<i>Malva parvifloraL</i>	8
7.	Hoja blanca	<i>Buddleia americana L</i>	8



en ayunas durante tres días.” El tagüite es un terrón mineral propio del oriente salvadoreño que se vende como remedio digestivo.

### Maniobras especiales

De las 121 referencias sobre el empacho sólo en dos casos que proceden de Guatemala encontramos el tratamiento conocido como quebrada o tronada de empacho:

*..dar masajes con aceite de cocina en las muñecas de las manos, cuello, parte posterior de las rodillas, las pantorrillas y el abdomen; después se les quiebra. Esto, según doña Chusita, lo hace de la siguiente forma: acostar al niño boca abajo y al nivel de la cintura hasta donde termina la columna vertebral (la colita) se agarra el pellejo, se jala hasta que truene. Esto consiste en tomar con los dedos índice y pulgar de ambas manos partes de la piel de la región indicada y producir un estiramiento. En seguida se les da a tomar una cucharada de aceite de oliva con unos granos de sal. Este tratamiento debe aplicarse varios días, pero es frecuente que al segundo día el niño ya esté bien. Esto se comprueba al repetir la técnica de estiramiento de la piel, y ésta ya no truena [53].*

En otro caso, una curandera de Palín, le denomina como “pellejeada”:

*La pellejeada es de aquí mire, para abajo, aquí se les pone, se les unta así pomada y se le pone un trapito arriba, entonces desde aquí desde el pelo de la nuca, se les va levantando así mire. ¿Y truena el pellejito? -Sí, truena, cuando va desprendiendo, uno lo va jalando, va tronando. Veces truena cuatro veces, veces truena tres, así algunos que solo dos. ¿Y para que era que hacía eso? -Para que les caiga el empacho porque lo tienen pegado. ¿Primero sobaba el cuerpo, y después lo pellejeaba? -Sí, primero se sube de aquí mire. ¿Primero el cuello? -Sí, de aquí sobado, de allí esto de aquí. Y de allí de aquí mire. De aquí, de allí esto de aquí, y luego una refrescadita en el estómago y de allí los camotillos. ¿Y de allí ya venía la pellejeada.? -Sí, de allí la pellejeada. Ya solo eso y al otro día purgante [54].*

### Remedios religiosos

En forma inespecífica aparece en los remedios ofrecidos, no obstante encontramos un caso donde hay un ritual guatemalteco especial para curar el empacho: *Se toman tres sapos de las patas y con las panzas se hace una cruz sobre la parte afectada, se sueltan en cruces de caminos. Si los animales revientan se cura la persona, de lo contrario, hay que repetir la operación [55].*

### Eficacia terapéutica

Si la causa es un elemento pegado, el tratamiento buscaría despegarlo, y en forma objetiva se debe observar aquello que provocó el empacho. En Rabinal, Guatemala se dice que: *entonces le sale unas cosas así ya entre el popo, unas así chibolitas que sale, bastante le sale [56].* En El Salvador se menciona que: *El paciente queda curado, cuando ha expulsado el “bocado pegado en el intestino” [57],* y en Costa Rica se señala que: *El estómago queda requetelimpio y la persona curada [58].*

### Prevención

Sólo 5 autores de los 121 recolectados tienen una información referente a la profilaxis del empacho. En general, la prevención se establece evitando las causas que producen el empacho. Se recomienda con más frecuencia no comer en exceso y comer en forma regular y a tiempo. Además, preparar bien los alimentos, que sea balanceada, evitar alimentos “malos”, no combinar alimentos fríos con alimentos calientes, tomar agua con los alimentos. Y con los niños lactantes no dar leche “asoleada” ni “agitada” y que la madre amamante cuando está tranquila y sin agitaciones [59]. Entre los sabios misquitos nicaragüenses recomiendan una taza de café con soda y el cocimiento de jengibre para fortalecer la digestión [60]. (Ver cuadro 12).

**Cuadro 12:**  
**PROFILAXIS DEL EMPACHO EN CENTROAMÉRICA**  
**(SIGLO XVI-2009)**

Recomendaciones	Frecuencia	Porcentaje
No comer en exceso	3	25.0
Comer con regularidad ("a tiempo", "a la hora")	3	25.0
Preparar bien los alimentos	1	8.3
Preparar alimentación balanceada	1	8.3
Evitar mezclar alimentos fríos y calientes	1	8.3
No brindar leche "asoleada" ni "agitada"	1	8.3
Evitar amamantamiento con madre agitada	1	8.3
Dar café con soda / cocimiento de jengibre	1	8.3
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>100%</b>

Tomado de: 21,44,59,60,61

Sólo una informante adulta mencionó la importancia de tomar purgas preventivas: «Yo cada 6 meses o cada 4 meses, yo me purgo, como no tengo dientes, tengo que hacer mi comida bien cocida porque sólo es de tragar, porque ya no puedo masticar, abajo tengo dientes pero arriba ya no tengo dientes» [61].

### Conflictos interculturales

En toda la región se mantiene un distanciamiento entre médicos académicos, curanderos y madres de familia sobre el saber y la práctica del empacho. Una encuesta en Honduras señala que más del 90% de los médicos son contrarios a los tratamientos populares del empacho, incluso las notas periodísticas en El Salvador y Costa Rica, son ambiguas porque aparecen entrevistas a médicos que rechazan de manera categórica las terapias populares, pero también dan cuenta de entrevistas a curanderos y usuarios que manifiestan confianza en los remedios más conocidos

(sobada + purgante + dieta)[62,63]. Es una polémica donde ambas partes ofrecen ejemplos y testimonios.

Un sólo médico académico en Guatemala (J.J. Roca, 2000) defiende la validez del tratamiento popular y ofrece razones científicas por las cuales el tratamiento suele ser eficaz mediante las sobadas, las maniobras de tronada del estómago y el empleo de purgantes. Desde la antropología, M. T. Mosquera (2008) presenta un trabajo donde demuestra que el saber y la práctica popular rural y urbana del empacho constituyen un proceso sociocultural que obedece a una lógica y una racionalidad propias.

### DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Sin duda, el empacho es una enfermedad muy presente en los conjuntos sociales de la región centroamericana. Con excepción de Panamá, en el resto de los países se maneja con una gran cotidianidad, y ello se refleja en el número de textos recopilados, donde Guatemala ocupa un primer lugar, seguido de Nicaragua y Costa Rica. Es digno de mencionarse el intenso programa gubernamental de apoyo a la medicina popular que desarrolló desde 1985 el gobierno sandinista de Nicaragua, que se reflejó en investigaciones y documentos varios, ahora depositados en la Fundación Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional ubicada en la ciudad de Estelí.

El concepto de empacho que se maneja en la región es similar al resto de América Latina aunque pueda tener sinonimias particularizadas (indigestión, ahíto, ajito, empache, etc.), siendo peculiar que en Costa Rica se le denomine como "**pega**" para reafirmar que se trata de algo que se ha adherido a la pared intestinal, y que corresponde por completo a la descripción de diccionarios antiguos y contemporáneos. Además, es digno de comentarse que es el único país iberoamericano que emplea tal denominación.

Con excepciones, el empacho es considerado como un problema de causa natural provocado por la excesiva ingestión de alimentos, las irregularidades en los horarios de las comidas, el consumo de elementos



no digeribles, y es causante de alteraciones en el tránsito gastrointestinal (incluida que se pegue la vianda o la sustancia indigerible) con disminución del movimiento peristáltico normal e incluso su temporal inmovilización. Remarcamos este concepto porque los médicos académicos mexicanos y argentinos (en especial del siglo XIX) se referían al empacho precisamente como un trastorno de la movilidad gastrointestinal con la “permanencia, por más o menos tiempo, de alimentos indigeridos en cualquier porción del tubo intestinal” o “el detenimiento de las materias alimenticias y perturbaciones consecutivas que dan lugar a la falta de la absorción” [64,65].

Estas perturbaciones dan origen a un cuadro clínico característico, que en el caso centroamericano se centra en seis signos (donde destacan la diarrea, la fiebre, la distensión abdominal y los vómitos) y cuatro síntomas (principalmente referidos a dolores de abdomen y cabeza, náuseas y malestar general). Es relevante el dato de la diarrea, pues en muchos de estos países, los cuadros diarreicos son frecuente causa de mortalidad, y debe tenerse en cuenta este dato para una efectiva comunicación intercultural, donde el paciente y sus familiares deben conocer los riesgos que conlleva la deshidratación, pero también los profesionales deben tomar en cuenta esta connotación sociocultural de los conjuntos sociales, en especial de los estratos populares e indígenas, e intentar estrategias adaptativas interculturales para lograr la plena recuperación del enfermo, considerando sus prácticas y saberes tradicionales.

Además, si consideramos que la diarrea está acompañada de fiebre, se puede estar pensando en un cuadro infeccioso gastrointestinal (que -de paso- explicaría la presencia de adenomegalias), por tanto no es descabellado pensar que el médico puede aceptar la sobada, la purga y añadir un tratamiento antibiótico, sin causar demasiada resistencia en el paciente y sus familiares.

No obstante, la frecuencia de asociación empacho/diarrea, no debe ocultar el hecho de que también se maneja el binomio empacho/estreñimiento. Y en México se relaciona al primero con el empacho “húmedo” y el segundo con el empacho “seco”. En todo

caso, el diagnóstico clínico se construye con los signos y síntomas con el definido antecedente de irregularidades alimentarias.

Como ya lo anotamos con anterioridad, coincidimos con las nociones de lógica y racionalidad expresadas por M.T. Mosquera para el tratamiento del empacho en Guatemala, pues si la causa (cualquiera que ésta sea) provoca una adherencia en las paredes internas del tubo digestivo y esto puede conducir al estancamiento y virtual detención del tránsito gastrointestinal, lo congruente es el tratar de despegar y expulsar la partícula adherente. Así la sobada y la purga tienen una lógica razonable.

Por desgracia, este proceso terapéutico ha sido abandonado por los médicos académicos desde mediados del siglo XX, y ahora ninguna escuela o facultad de medicina latinoamericana sugiere o recomienda a sus estudiantes que los masajes sean curativos, y menos que las purgas deban utilizarse. De hecho, una de las publicaciones avaladas por el Ministerio de Salud de Nicaragua recomienda en forma explícita que no se purguen las personas que sufren de un empacho [66]. Es muy probable que tales recomendaciones no sean consideradas por sectores populares y estos continuarán con sus prácticas de ayunar, sobar y purgar, que en el pasado y en el presente les han sido de utilidad.

Sobre los masajes, cabe mencionar, que en algunos casos se dirige a la región abdominal afectada, pero en otros casos se realiza en las cadenas ganglionares de miembros superiores e inferiores, y su eficacia es positiva de acuerdo a los testimonios recogidos en toda la región. Y esto valdría la pena que fuera más investigado por la medicina académica, en lugar de negarla y denostarla.

Con respecto a la “tronada” del empacho, es poco conocida en la región, excepto en Guatemala, donde también se le conoce como “pellejeada”. Su uso y eficacia ha sido corroborada a través de los testimonios médicos y populares en México, Cuba, Chile y Argentina [67].

En relación a las purgas, se tiene un listado enorme de elementos utilizados, en algunos casos son fórmulas sencillas (dominadas por las mantecas y aceites) pero en otros son de una gran complejidad. Por fortuna, no existe un uso generalizado del carbonato de plomo o albayalde (sólo una mención) pues sus efectos tóxicos son bien conocidos, y su uso actual debe ser eliminado.

De las plantas medicinales existe una larga lista, pero las más empleadas corresponden a especies con reconocido efecto digestivo. La mayoría tienen origen europeo como la manzanilla (*Matricaria recutita*), la yerbabuena (*Mentha piperita* L), la mostaza (*Brassic anigra*) etc., pero otras son de origen mesoamericanos, por ejemplo, el apazote o epazote (*Chenopodium ambrosioides* L) y la hoja blanca o tepozán (*Buddleia americana* L).

De acuerdo la información recolectada en Centroamérica y que concuerda con la obtenida en el resto de Iberoamérica, la confirmación del diagnóstico clínico es el resultado del tratamiento instituido, la expulsión de la adherencia causal, la visualización de la misma, y la desaparición gradual o repentina de los signos y síntomas del empacho. En este mismo orden de ideas, la profilaxis está en relación a evitar los factores causales, en especial con los infantes.

El conflicto y la polémica intercultural entre los doctores que rechazan los síndromes de dependientes de la cultura (incluido el empacho) y los poseedores del saber y las prácticas populares (curanderos, madres de familia y otros) continuarán hasta lograrse mutuas transacciones, puntos de acuerdo y de flexibilidad.

Se puede concluir, afirmando la existencia del empacho en toda la región, el reconocimiento común de sus características etiológicas, epidemiológicas, clínicas, terapéuticas y preventivas, el distanciamiento de conocimientos y prácticas académicas con respecto a las populares, y la plena vigencia de la sobada y la purgada como fundamento del tratamiento en Centroamérica.

## REFERENCIAS

1. Real Academia Española. Diccionario de la Lengua Española. Editorial Espasa Calpe, Madrid, 22ª edición, 2001, pp 883, 1267.
2. Real Academia Española. Diccionario de la Lengua Española. Editorial Espasa Calpe, Madrid, 22ª edición, 2001, pp 227.
3. De Toro y Gisbert M. Pequeño Larousse Ilustrado. Editorial Larousse, 5ª edición, México, 1969, pp 918.
4. Campos-Navarro, R. El empacho en la medicina mexicana. Antología siglos XVI-XX. Instituto Nacional Indigenista, México, 2000. ; Campos-Navarro, R. ¿Existe el empacho en Cuba? Textos históricos y etnográficos (1821-2004). MEDISAN. [http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol\\_83\\_04/san02304.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol_83_04/san02304.htm), 2004. Accesada: 18 septiembre 2008 ; Campos-Navarro, Roberto. Quebrando el ajito: el empacho en República Dominicana (1937-2005). Revista Dominicana de Antropología, 2005; 65-67:259-278. ; Campos-Navarro, R. Textos peruanos sobre el empacho (1612-2006). UNAM/ AMARES, Lima, Perú, 2006. ; Campos-Navarro, R. Medir con la cinta y tirar del cuerito. Textos médicos sobre el empacho en la Argentina. Editorial Continente / UNAM, Buenos Aires, 2009.
5. Coto, Tomás de. [Thesavrvsverborv] Vocabulario de la lengua cakchiquel v[el] guatemalteca, nuevamente hecho y recopilado con summo estudio, trabajo y erudición. Edición, introducción, notas, apéndices e índices por René Acuña. Universidad Nacional Autónoma de México, México, 1983 [1647-1656]. ; Villacañas, Benito de. Arte y vocabulario de la lengua cakchiquel. Manuscrito copiado en Nueva York, 1871 [circa 1600].
6. Campos-Navarro, Roberto. Quebrando el ajito: el empacho en República Dominicana (1937-2005). Revista Dominicana de Antropología, 2005; 65-67:259-278.
7. Miranda Garay, E. Folklore Médico Nicaragüense. Editorial Hospicio, León, Nicaragua, 1967, pp 141-144.
8. Otzoy Cutzal, F. Vocabulario cakchiquel-español para el médico y estudiante de medicina. Instituto Indigenista Nacional, Guatemala, 1980.
9. Conte Guardia, AM. Medicamentos mágicos y botánicos en la medicina popular del Distrito de Antón. En: La medicina popular en Panamá. Rivera,





Rafael (coord.), Instituto Nacional de Cultura/PNUD-UNESCO, Panamá, 1987, pp 110-111.

10. Armas, D. Diccionario de la expresión popular guatemalteca. Tipografía Nacional, Guatemala, 1971, p 89. ; Renaud, R. (coord.). Diccionario de hispanoamericanismos. Editorial Cátedra, Madrid, 1997, p 187.
11. Kendall, C., Foote, D., Martorell, R. Anthropology, Communications, and Health: The Mass-Media and Health Practices Program in Honduras. *Human Organization*, 1983; 42(2):353-360.
12. Adams, R. Cultural Surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras. Panamerican Sanitary Bureau, Scientific Publications No. 33, Washington, D.C., 1957. p 103.
13. Miranda Garay, E. Folklore Médico Nicaragüense. Editorial Hospicio, León, Nicaragua, 1967, pp 141-144. ; Rabella, Joaquim y Chantal Pallais. Vocabulario popular nicaragüense, Imprenta El Amanecer, Managua, 1994, p 92. ; Academia Nicaragüense de la Lengua. Diccionario de uso del español nicaragüense, Managua, 2001, p 78. ; Agüero Chávez, A. Diccionario de Costarriqueñismos. El español de Costa Rica. Asamblea Legislativa, San José, 1996, pp 125-126.
14. Herrera Rucaj, TL. Medicina autóctona, farmacopea ladina y los servicios de salud en la comunidad de los Izalcos. Tesis para optar al grado de doctor en medicina y cirugía. Universidad Salvadoreña "Alberto Mansferrer", San Salvador, El Salvador, 1991, pp 25, 40-41.; Nazar Herrera, N. Estudio sobre la medicina folklórica en el municipio de San Nicolás, Santa Bárbara, I Seminario de medicina tradicional. Memoria, Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Tegucigalpa, 1984, pp 49-59. ; Miranda Garay, E. Folklore Médico Nicaragüense. Editorial Hospicio, León, Nicaragua, 1967, pp 141-144.
15. Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000.
16. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5).
17. Navarro Molina, P. Las "pegas", sólo una creencia. La Nación, San José de Costa Rica, 23 de septiembre, 1989, p 1B. ; Yglesias Vieto, A. Glosario popular de términos médicos, Editorial Nacional de Salud y Seguridad Social, San José de Costa Rica, 1991, p 26. ; Zapparoli Zecca, M. La sobadora: una practicante de la medicina popular. Acta Académica, Universidad Autónoma de Centro América, 1993; 12:179-181. ; Anónimo. La "pega" es muy tica. Contrapunto, San José, 1994, p 12. ; Quesada Pacheco, MA. Nuevo diccionario de Costarriqueñismos, Editorial Tecnológica de Costa Rica, San José, 2001, p 281. ; Zapparoli Zecca, M. Mujeres y prácticas curativas, Tesis de posgrado (Magister Scientiae) en Antropología, Universidad de Costa Rica, San José, 2004, pp 93-96.
18. Villacañas, Benito de. Arte y vocabulario de la lengua cakchiquel. Manuscrito copiado en Nueva York, 1871 [circa 1600].
19. Brüssel, J., et al. La Salud en sus manos. Manual sobre el uso de Plantas Medicinales, Fundación Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 2002, pp 45-46. ; Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5).
20. Trinidad Barboza, E., et al. Creencias y prácticas populares tradicionales sobre las enfermedades diarreicas, respiratorias y desnutrición, en la región I "Las Segovias", Nicaragua, Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional, "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 1991. ; Maldonado, Carlos. Estudio sobre la medicina popular en el Valle de Comayagua, Medicina Tradicional, 1980; II(8):28-36. ; Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5).
21. Ramos, Karen D. Creencias y rituales curativos sobre enfermedades. En: Chang Vargas, Giselle, et al. Nuestra medicina tradicional, Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, Impresora Obando S.A., San José de Costa Rica, 2004. ; Brüssel, J., et al. La Salud en sus manos. Manual sobre el uso de Plantas Medicinales, Fundación Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 2002, pp 45-46.
22. Vega, Benjamín J. Diarrea de los niños durante la lactancia, reconociendo como causas principales las faltas que se cometen en la higiene de su alimentación, Tesis de la Facultad de Medicina y Farmacia del Centro, Tipografía "Sánchez y de Guise", Guatemala, 1895.
23. Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000.



24. Isnaya. Manual para el promotor de medicina preventiva y salud comunitaria, Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 1986, p 22. ; Floripe Fajardo, A. Flora medicinal nicaragüense. Fundación Nicaragüense de Promotores de Salud Comunitaria, CECALLI, Managua, 2006. ; Nazar Herrera, N. Estudio sobre la medicina folklórica en el municipio de San Nicolás, Santa Bárbara, I Seminario de medicina tradicional. Memoria, Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Tegucigalpa, 1984.
25. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5).
26. Maldonado, Carlos. Estudio sobre la medicina popular en el Valle de Comayagua, Medicina Tradicional, 1980; II(8):28-36.
27. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5). ; Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000.
28. Villatoro, EM. Vida y obra de los curanderos de El Petén, Guatemala. La Tradición Popular, Boletín 38, Centro de Estudios Folklóricos, Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala, 1982, pp 12-13.
29. Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000. ; Mosquera Saravia, María Teresa. 2008, El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5).
30. Adams, R. Encuesta sobre la cultura de los ladinos en Guatemala. Ministerio de Educación Pública, Guatemala, 1956.
31. Op cit.
32. Morales Pellecer, S. Diccionario de Guatemaltequismos. Editorial Artemis Edinter, Guatemala, 2001, p 36. ; Ramos, Karen D. Creencias y rituales curativos sobre enfermedades. En: Chang Vargas, Giselle, *et al.* Nuestra medicina tradicional, Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, Impresora Obando S.A., San José de Costa Rica, 2004. ; Miranda Garay, E. Folklore Médico Nicaragüense. Editorial Hospicio, León, Nicaragua, 1967.
33. Canelo, Menandro A. Los servicios médicos rurales de salud pública y la medicina popular. Estudio de cinco comunidades del Departamento de San Miguel, Tesis doctoral. Universidad de El Salvador, San Salvador, 1964.
34. Herrera, M. La "pega". Una popular dolencia que la tradición aún cura. Al Día, San José de Costa Rica, 5 de enero, 1997, p 15.
35. Sandoval Valdivia, E. Costumbres y folklore del pueblo miskito, Talleres Nacionales. Ministerio de Educación Pública, Managua, 1957, pp 46 y 49.
36. Canelo, Menandro A. Los servicios médicos rurales de salud pública y la medicina popular. Estudio de cinco comunidades del Departamento de San Miguel, Tesis doctoral. Universidad de El Salvador, San Salvador, 1964.
37. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5).
38. Zapparoli Zecca, M. La sobadora: una practicante de la medicina popular. Acta Académica, Universidad Autónoma de Centro América, 1993; 12:179-181.; Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. Revista de Estudios Interétnicos 2008; 21(5). ; Isnaya. Manual para el promotor de medicina preventiva y salud comunitaria, Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 1986, p 22. ; Ministerio de Salud, Equipo de Rescate de la Medicina Popular, (Región I "Las Segovias"). Sobre las plantas medicinales más frecuentemente usadas en la región 1 "Las Segovias" (Segundo informe), Managua, Nicaragua. 1987.; Mencheno, M. La concepción popular de la enfermedad diarreica en la región "Las Segovias", Nicaragua. En: Conceptos y tratamientos populares de algunas enfermedades en Latinoamérica. Kroeger y Ruiz-Cano, (comps.). Centro de Medicina Andina, Cusco, Perú, 1988.
39. Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000. ; Rivas, R. Ilobasco. Una aproximación histórica y antropológica. Universidad Tecnológica de El Salvador, San Salvador, 2000. ; Kendall, C., Foote, D., Martorell, R. Anthropology, Communications, and Health: The Mass-Media and Health Practices Program in Honduras. *Human Organization*, 1983; 42(2):353-360.; Adams, R. Cultural Surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras.

- Panamerican Sanitary Bureau, Scientific Publications No. 33, Washington, D.C., 1957.p 103.; Miranda Garay, E. Folklore Médico Nicaragüense. Editorial Hospicio, León, Nicaragua, 1967.
40. Adams, R. Cultural Surveys of Panama, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Honduras. Panamerican Sanitary Bureau, Scientific Publications No. 33, Washington, D.C., 1957. p 481.
  41. Weller, S., Trenton K. R., Klein, R. An Epidemiological Description of a Folk Illness: a Study of *Empacho* in Guatemala, *Medical Anthropology*, 1991; 13(1-2):19-31.
  42. Brüssel, J., et al. La Salud en sus manos. Manual sobre el uso de Plantas Medicinales, Fundación Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 2002, pp 45-46.
  43. Zapparoli Zecca, M. La sobadora: una practicante de la medicina popular. *Acta Académica*, Universidad Autónoma de Centro América, 1993; 12:179-18.
  44. Nazar Herrera, N. Estudio sobre la medicina folklórica en el municipio de San Nicolás, Santa Bárbara, I Seminario de medicina tradicional. Memoria, Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Tegucigalpa, 1984.
  45. Villatoro, EM. Vida y obra de los curanderos de El Petén, Guatemala. *La Tradición Popular*, Boletín 38, Centro de Estudios Folklóricos, Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala, 1982.
  46. Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000.
  47. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. *Revista de Estudios Interétnicos* 2008; 21(5).
  48. Roca Colindres, JJ. Enfoque científico del valor terapéutico de las técnicas utilizadas en Guatemala para diagnosticar y curar el "empacho. Mecanoescrito, Guatemala, 2000.
  49. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. *Revista de Estudios Interétnicos* 2008; 21(5).
  50. Maldonado, Carlos. Estudio sobre la medicina popular en el Valle de Comayagua, *Medicina Tradicional*, 1980; II(8):28-36.
  51. Zapparoli Zecca, M. La sobadora: una practicante de la medicina popular. *Acta Académica*, Universidad Autónoma de Centro América, 1993; 12:179-181.
  52. Instituto Indigenista Nacional. Aspectos de medicina popular en el área rural de Guatemala. En: *Guatemala Indígena* 1971 ; IV(2):51-86, Guatemala.
  53. Villatoro, EM. Vida y obra de los curanderos de El Petén, Guatemala. *La Tradición Popular*, Boletín 38, Centro de Estudios Folklóricos, Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala, 1982, p 13.
  54. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. *Revista de Estudios Interétnicos* 2008; 21(5).
  55. Camposeco, JB. Remedios. En: Chang Vargas, Giselle, et al. *Nuestra medicina tradicional*, Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, Impresora Obando S.A., San José de Costa Rica, 2004.
  56. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. *Revista de Estudios Interétnicos* 2008; 21(5).
  57. Canelo, Menandro A. Los servicios médicos rurales de salud pública y la medicina popular. Estudio de cinco comunidades del Departamento de San Miguel, Tesis doctoral. Universidad de El Salvador, San Salvador, 1964.
  58. Zapparoli Zecca, M. La sobadora: una practicante de la medicina popular. *Acta Académica*, Universidad Autónoma de Centro América, 1993; 12:179-181.
  59. Maldonado, Carlos. Estudio sobre la medicina popular en el Valle de Comayagua, *Medicina Tradicional*, 1980; II(8):28-36. ; Nazar Herrera, N. Estudio sobre la medicina folklórica en el municipio de San Nicolás, Santa Bárbara, I Seminario de medicina tradicional. Memoria, Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Tegucigalpa, 1984. ; Ramos, Karen D. Creencias y rituales curativos sobre enfermedades. En: Chang Vargas, Giselle, et al. *Nuestra medicina tradicional*, Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, Impresora Obando S.A., San José de Costa Rica, 2004. ; Trinidad Barboza, E., et al. Creencias y prácticas populares tradicionales sobre las enfermedades diarreicas, respiratorias y desnutrición, en la región I "Las Segovias", Nicaragua, Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional, "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 1991.



60. Cox, A. Cosmovisión de los pueblos de TuLu Walpa. Según relatos de los sabios ancianos miskitos, URACCAN, Managua, 1998.
61. Mosquera Saravia, María Teresa. El empacho: un padecimiento de los conjuntos sociales guatemaltecos. *Revista de Estudios Interétnicos* 2008; 21(5).
62. s/a HondurasThisWeekNational: In Honduras, many people constantly complain of heaving empacho (indigestion) for certain... [www.marrder.com/htv/sept/National.htm](http://www.marrder.com/htv/sept/National.htm). Accesada en 16 de septiembre de 2008.
63. Vázquez, V. "¿Manos que curan? Sobadas: medicina popular vs. Ciencia" *Revista Dominical*. Prensa Gráfica, 13 dic. 1998 p. 30b.
64. Peón y Contreras, J. El médico práctico doméstico y enciclopedia de la medicina. Presentación clínica de dos casos de empacho, una enfermedad peculiar de los trópicos, cuyo tratamiento es sencillo y seguro. En: Campos-Navarro (comp.), *El empacho en la medicina mexicana*. Antología siglos XVI-XX, Instituto Nacional Indigenista, México, 2000, p 102.
65. Susini, T. Contribución al estudio del empacho. En: Campos-Navarro (comp.), *Medir con la cinta y tirar del cuerito*. Textos médicos sobre el empacho en la Argentina, Editorial Continente /UNAM, Buenos Aires, 2009, p 68.
66. Brüssel, J., *et al.* La Salud en sus manos. Manual sobre el uso de Plantas Medicinales, Fundación Centro Nacional de la Medicina Popular Tradicional "Dr. Alejandro Dávila Bolaños", Estelí, 2002, p 45.
67. Korn, E. "De la tirada del cuerito" o "Del horror médico" En: Campos-Navarro (comp.), *Medir con la cinta y tirar del cuerito*. Textos médicos sobre el empacho en la Argentina, Editorial Continente /UNAM, Buenos Aires, 2009, p 170-175.
68. Aguilar, Abigaíl *et al.* "Informe del primer taller sobre botánica medicinal guatemalteca. Mecanoescrito. Centro de Estudios Mesoamericanos sobre Tecnología Apropiaada / Instituto Mexicano para el Estudio de las Plantas Medicinales, Guatemala, 1980.
69. Gasbarra, Mauro *et al.* Plantas de uso medicinal en Centroamérica. PNUD/Cooperación Italiana/Universidad de San Carlos/OPS-OMS Guatemala, Guatemala, c.1990.
70. Cáceres, Armando. Plantas de uso medicinal en Guatemala. Editorial Universitaria. Universidad de San Carlos, Guatemala, 1996.
71. López García, Julián. Promotores rurales de salud en el oriente de Guatemala. En *Salud e Interculturalidad. Perspectivas antropológicas*. Fernández-Juárez, Gerardo (coord.), Ed. Abya Yala, Quito, Ecuador, 2004.
72. Kufer, Johanna *et al.* Historical and modern medicinal plant uses. The example of the Ch'ortí Maya and Ladinos in Eastern Guatemala. *Journal of Pharmacy and Pharmacology* 57:1127-1152.
73. González-Ayala, Julio César. Botánica medicinal popular. Etnobotánica medicinal de El Salvador. Jardín Botánico La Laguna, El Salvador, 1994.
74. House, Paul *et al.* Manual Popular de 50 plantas medicinales de Honduras. CONS-H/CIIR/UNACH, Tegucigalpa, 1990.
75. Kepa. 301 recetas de medicina natural de Siuna, RAAN, Managua, 1998.
76. Floripe, Alejandro. Flora medicinal nicaragüense. Fundación Nicaragüense de Promotores de Salud Comunitaria, CECALLI, Managua, 2006.
77. Pacheco, Julio César. Plantas medicinales de Costa Rica. s/ed. San José, 1995.
78. Pérez de Zárate, Dora. "Uso terapéutico de plantas, animales y minerales", En: Chang Vargas, Giselle, *et al.* Nuestra medicina tradicional, Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, Impresora Obando S.A., San José de Costa Rica, 2004.

#### INFORMACION DE AUTORES:

Campos Navarro, Roberto

[rcampos@unam.mx](mailto:rcampos@unam.mx)

Brasil #33 Centro Histórico, C.P. 06020. México D.F.

Médico con especialidad en Medicina Familiar, Maestría y Doctorado en Antropología, Coordinador de Investigación del Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina y responsable del Posgrado de Antropología en Salud, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México.

Vargas Escamilla, Bianca

[biancavescamilla@gmail.com](mailto:biancavescamilla@gmail.com)

Médico Pasante de Servicio Social, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México.

