



Facultad de Estudios Superiores
IZTACALA

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO.**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

**“Experiencias de las
personas que utilizan la
raíz de oro en el
tratamiento de la artritis
reumatoide”.**

Que para obtener el título de
Licenciatura en Enfermería.

P R E S E N T A

Alumna: Espinosa Maya Gabriela.

Directora: Mtra. Valadez Díaz Dinora

Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla, Estado De
México, 2022.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

Introducción.....	5
Capítulo 1. Marco teórico.....	6
1.1. Antecedentes.....	6
1.1.1. Artículo 1: “Etnobotánica de Heliopsis longipes (Asteraceae: Heliantheae)”.....	6
1.1.2. Artículo 2: “Ampliación de la descripción y aspectos taxonómicos de Heliopsis longipes (Asteraceae: Heliantheae)”.....	6
1.1.3. Artículo 3: “El género Heliopsis (Heliantheae; asteraceae) en México y las alcanidas presentes en sus raíces”.....	7
1.1.4. Artículo 4: “Heliopsis longipes: anti-arthritic activity evaluated in a Freund’s adjuvant-induced model in rodents”. / “Heliopsis longipes: actividad antiartrítica evaluada en un modelo de Freund inducido por adyuvante en roedores”.....	7
1.1.5. Artículo 5: “Antinociceptive, genotoxic and histopathological study of Heliopsis longipes S.F Blake in mice” / “Estudio antinociceptivo, genotóxico e histopatológico de Heliopsis longipes SF. Blake en ratones”.....	8
1.1.6. Artículo 6: “Inhibición del dolor con un sistema afinina-eugenol en modelo animal”.....	8
1.1.7. Artículo 7: “El chilcuague. (Heliopsis longipes)”.....	9
1.1.8. Artículo 8: “Analgesic activity of Heliopsis longipes and its effect on the nervous system” / “Actividad analgésica de Heliopsis longipes y su efecto sobre el sistema nervioso”.....	9
1.1.9. Artículo 9: “Anti-inflammatory effects of ethanolic extract and alkamides-derived from Heliopsis longipes roots” / “Efectos antiinflamatorios del extracto etanólico y las alcanidas derivadas de las raíces de Heliopsis longipes”.....	10
1.1.10. Tesis 10: “Obtención de un extracto cuantificado a partir de las raíces de Heliopsis longipes con efecto analgésico”.....	10
1.2. Desarrollo del tema.....	12
1.2.1 Artritis.....	12
1.2.1.1. Artritis reumatoide.....	12
1.2.1.2. Epidemiología.....	12
1.2.1.3. Sintomatología.....	13
1.2.1.4. Causas/Etiología.....	13
1.2.1.5. Factores de riesgo.....	13
1.2.1.6. Proceso del desarrollo de la AR.....	13
1.2.1.7. Diagnóstico.....	14
1.2.1.8. Tratamiento.....	17

1.2.1.9. Complicaciones.....	20
1.2.1.10. Costos.....	21
1.2.2. Raíz de oro (Heliopsis longipes).	23
1.2.2.1. Taxonomía.....	23
1.2.2.2. Características.	24
1.2.2.3. Distribución geográfica.	26
1.2.2.4. Propiedades.....	26
1.2.2.5. Composición química.....	28
1.3. Marco teórico referencial.	30
1.3.1 John Dewey y la experiencia.	30
Capítulo II. Planteamiento del problema.	31
2.1. Problemática identificada.....	31
2.2. Pregunta de investigación.....	32
2.3. Objetivos.....	32
2.3.1. General:.....	32
2.4. Justificación.....	32
2.5. Supuesto de investigación.	32
Capítulo III. Metodología.....	33
3.1. Tipo de investigación.....	33
3.2. Universo, población y muestra.	33
3.2.1. Universo.....	33
3.2.2. Población.....	33
3.2.3. Método para determinar el número de informantes.....	33
3.3. Técnica de recolección de datos.	33
3.4 Método para el análisis de datos.	33
Capítulo IV. Ética de la investigación.	35
4.1. Aspectos éticos de la investigación.	35
Capítulo V. Resultados/Hallazgos.	36
5.1. Esquema de categorías y subcategorías.....	36
5.2. Descripción de las categorías y subcategorías.....	36
Categoría 1. La vida con la enfermedad.....	36
Subcategoría 1.1. Sentimientos y emociones.....	38

Categoría 2. Tratando la enfermedad.....	40
Subcategoría 2.1. Conociendo la raíz.	41
Subcategoría 2.2. Un cambio radical.....	42
Subcategoría 2.3. Se aprovechan de nuestro dolor.	45
Categoría 3. Medicamentos VS. Raíz de oro.....	45
Capítulo VI. Discusión.....	47
Capítulo VII. Conclusiones.....	49
Referencias.....	50
Anexos.....	54
Anexo 1. Guía de entrevista.	54
Anexo 2. Consentimiento informado.....	55
Anexo 3. Transcripción de entrevistas.	56
Anexo 4. Reducción de entrevistas.....	75

Introducción.

Una de las dolencias más frecuentes en la población adulta es la artritis, la cual es definida por la Real Academia Española¹ como “inflamación de las articulaciones”; mientras que, MedlinePlus² la define como “una inflamación o degeneración de una o más articulaciones”.

De acuerdo con datos de la OMS⁶, la artritis tiene un alta prevalencia al afectar entre el 1 y el 1.5% de la población global, por otro lado de acuerdo a cálculos realizados por el INEGI⁶, en México más de 1 millón de personas padecen artritis reumatoide; de las cuales el 75% se encuentra en edad productiva (entre los 25 y 55 años); sin embargo, se menciona que la artritis se presenta con mayor frecuencia en el sexo femenino, ya que de la población total con esta dolencia solo el 25% corresponde a la población masculina. Cabe resaltar que de acuerdo con datos de la OMS⁷, las mujeres son más longevas al representar el 54% de la población de 60 años o más, el 60% en el caso de 75 años o más y el 70% en mayores de 90 años; por lo que tiene sentido que las mujeres presenten una mayor prevalencia de artritis.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS)⁶ comenta que en Latinoamérica existen alrededor de 34 millones de afectados con discapacidad permanente y 140 millones con discapacidad temporal a causa de dicha enfermedad.

Debido a la alta prevalencia e incidencia se decidió centrarse en esta enfermedad; sin embargo, dado la situación económica y de salud que pasamos actualmente se prefirió centrarnos en la medicina tradicional/alternativa ya que es comúnmente utilizada por la población mexicana al ser de fácil y rápido acceso. Al indagar sobre esto, se encontró la Raíz de oro también conocida como Heliopsis Longipes, Chilcuague, Rhodiola Rosea por mencionar algunos. La Raíz de oro es muy conocida por sus propiedades analgésicas principalmente a nivel bucal y fungicidas, también se ha encontrado mejoría en los casos de artritis, aunque en menor proporción; por lo que el objetivo de dicha investigación es reunir y analizar las experiencias de las personas que han utilizado la Raíz de Oro en el tratamiento de la artritis reumatoide.

Capítulo 1. Marco teórico.

1.1. Antecedentes.

1.1.1. Artículo 1: “Etnobotánica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)”

Cilia Lopez y colaboradores en su investigación “Etnobotánica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)” realizada en el año 2005, en el Instituto de Investigación de Zonas Desérticas Universidad Autónoma de San Luis Potosí con el objetivo de registrar el uso tradicional del chilcuague y estimar la demanda actual de la raíz; aplicó una metodología cualitativa con la que se realizó una serie de entrevistas a recolectores, comerciantes y consumidores en los mercados tradicionales de San Luis Potosí, Guanajuato y Querétaro. Los resultados obtenidos fueron que el chilcuague se utiliza como desparasitante, calmante en dolores de muelas y musculares, además de existir una estrecha relación entre la edad de los informantes y el conocimiento que tenían sobre la raíz incluyendo su demanda.

El artículo es de relevancia para la investigación ya que muestra diferentes nombres por los que se le conoce a la raíz de oro, los puntos de recolección, que su uso va más allá de un condimento al ser recomendado principalmente como analgésico y que realmente se utiliza en casos de artritis y a pesar de no ser el más frecuente si existen antecedentes de ello.

1.1.2. Artículo 2: “Ampliación de la descripción y aspectos taxonómicos de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)”

Cilia López y colaboradores en su investigación “Ampliación de la descripción y aspectos taxonómicos de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)” realizada en el 2005, en el Instituto de Investigación en Zonas Desérticas Universidad Autónoma de San Luis Potosí con los objetivos de ampliar la descripción botánica de la especie, discutir las diferencias que existen de la *H. longipes* con sus congénes y documentar su fenología; realizaron exploraciones botánicas en las sierras Gorda y de Álvarez, SLP. para recolectar las diferentes especies de *H. longipes* que existen y posteriormente registrar la información morfológica. Finalmente concluyeron que la *H. longipes* se distingue entre sus congéneres por presentar hábito ascendente a decumbente, hojas ovadas a oblongas y pedúnculo largo; existe cercanía con la *H. procumbens* en cuanto a su morfología; pero se diferencia porque tiene mayor altura, longitud del pecíolo, tamaño de la hoja y pedúnculo, además, la distribución de la *H. longipes* es únicamente en las sierras de Álvarez y Gorda.

El artículo es de utilidad en cuanto a la descripción morfológica, biológica y botánica de la planta, en específico de la raíz ya que como se menciona en el artículo se realizó una descripción específica al ser el producto de interés por sus diferentes usos.

1.1.3. Artículo 3: “El género Heliopsis (Heliantheae; asteraceae) en México y las alcanidas presentes en sus raíces”

García Chávez Abraham y colaboradores en su investigación “El género Heliopsis (Heliantheae; asteraceae) en México y las alcanidas presentes en sus raíces” realizada en el Laboratorio de Fitobioquímica, Departamento de Biotecnología y Bioquímica, CINVESTAV-IPN, publicada en el año 2004: sintetiza y actualiza la información bibliográfica en cuanto a la taxonomía del género Heliopsis y presenta los resultados en cuanto al análisis cuantitativo y cualitativo de las alcanidas presentes en las raíces; encontraron un total de 9 alcanidas distintas y de las muestras analizadas la H. longipes es la especie con mayor cantidad de alcanidas entre las cuales se encuentra la afinina.

El artículo tiene relevancia para la investigación al ser una fuente en cuanto a la taxonomía del género Heliopsis y por lo que menciona en cuanto al contenido de la raíz ya que confirma que contiene afinina; principal causante de sus efectos analgésicos y antiinflamatorios.

1.1.4. Artículo 4: “Heliopsis longipes: anti-arthritic activity evaluated in a Freund’s adjuvant-induced model in rodents”. / “Heliopsis longipes: actividad antiartrítica evaluada en un modelo de Freund inducido por adyuvante en roedores”

Escobedo Martínez Carolina y colaboradores en su artículo “Heliopsis longipes: anti-arthritic activity evaluated in a Freund’s adjuvant-induced model in rodents” publicado en el año 2017, el cual tiene por objetivo descubrir fármacos antiinflamatorios de acción prolongada con el mínimo de efectos secundarios; utilizaron varios modelos animales para evaluar los compuestos potencialmente útiles contra la artritis reumatoide inducida por colágeno, el adyuvante de Freund o por TNF- α . Posteriormente se administró una concentración de H. longipes y fenilbutazona diaria durante 15 días y obtuvieron que la administración de H. longipes mostró un porcentaje de inhibición mayor que la fenilbutazona y las ratas mostraron una mejor movilidad articular: al final, concluyeron que la H. longipes tiene utilidad potencial como agente anti-artrítico y que la información

que se obtuvo es suficiente para crear una monografía y sugerir la producción de un fitofármaco.

Este artículo es de suma importancia para la investigación ya que se evalúa el efecto específico en casos de artritis que es el tema que se aborda en la presente investigación y es prueba de que la *H. longipes* si funciona en casos de artritis.

1.1.5. Artículo 5: “Antinociceptive, genotoxic and histopathological study of *Heliopsis longipes* S.F Blake in mice” / “Estudio antinociceptivo, genotóxico e histopatológico de *Heliopsis longipes* SF. Blake en ratones”

Cariño Cortés y colaboradores en su artículo “Antinociceptive, genotoxic and histopathological study of *Heliopsis longipes* SF. Blake in mice” publicado en el 2010, tiene por objetivo brindar un estudio sobre la relación entre las propiedades analgésicas, la citotoxicidad in vivo y el daño potencial al ADN; para ello tomaron huellas digitales cromatográficas para validar su contenido de afinina; la evaluación biológica se realizó en grupos de 6-8 ratones CD1; el efecto antinociceptivo se evaluó mediante las pruebas de contorsiones y placa caliente mientras que los efectos mutagénicos y citotóxicos con la prueba de micronúcleos en ratones CD1; para los estudios histopatológicos, se recolectaron y tiñeron muestras biológicas de cerebro, hígado, corazón, riñones, bazo y pulmón. Los resultados que obtuvieron de la administración del extracto etanólico de *Heliopsis longipes* en una dosis de 3-100 mg/kg fue un efecto antinociceptivo dependiente de la dosis; concluyeron que el extracto etanólico de la *H. longipes* ejerce efectos analgésicos sin efectos genotóxicos in vivo.

El artículo tiene relevancia para la investigación al presentar una evidencia científica de la funcionalidad de la *H. longipes* como analgésico y no presentar efectos genotóxicos ni citotóxicos.

1.1.6. Artículo 6: “Inhibición del dolor con un sistema afinina-eugenol en modelo animal”

Fernández Navarro Andrea y colaboradores en su artículo “Inhibición del dolor con un sistema afinina-eugenol en modelo animal” publicado en el 2019 en el XXV Verano de la Ciencia, tiene por objetivo crear una formulación farmacéutica a partir de extractos de *H. longipes* y *S. aromaticum* para la reducción del dolor e inhibir el crecimiento bacteriano en la cavidad bucal: se elaboró un gel con propiedades de liberación modificada del principio activo además de la capacidad mucoadhesiva para que se adhiriera a la zona afectada y se

retenga el mayor tiempo posible; para comprobar la estabilidad de formulación sometieron el gel a pruebas de estabilidad química, térmica y de congelación-descongelación las cuales acreditaron las características fisicoquímicas del gel. En la prueba de punción a los ratones se encontró una anulación del dolor. La conclusión a la que llegaron fue que el gel mantuvo sus características físico-químicas iniciales.

La relevancia del artículo en la investigación es formar parte de las evidencias en cuanto a la funcionalidad de la *Heliopsis longipes* como analgésico y, además, demostrar que se puede aplicar de distintas vías sin afectar su funcionalidad.

1.1.7. Artículo 7: “El chilcuague. (*Heliopsis longipes*)”

Elbert L. Little en su artículo “El chilcuague. (*Heliopsis longipes*)” realizado en 1945; menciona los datos encontrados en cuanto a la *Heliopsis longipes* como insecticida, las características físicas, lugares de vegetación en las que se encuentra, composición química, usos y propagación de la *Heliopsis longipes*.

El artículo presenta relevancia para la investigación al ser de las primeras fuentes de información publicadas sobre la planta *Heliopsis longipes*.

1.1.8. Artículo 8: “Analgésic activity of *Heliopsis longipes* and its effect on the nervous system” / “Actividad analgésica de *Heliopsis longipes* y su efecto sobre el sistema nervioso”

Cilia López y colaboradores en su investigación “Analgésic activity of *Heliopsis longipes* and its effect on the nervous system” publicada en el año 2010, tiene por objetivo evaluar la acción analgésica de la afinina y el extracto etanólico de raíz de *H. longipes*, así como sus efectos sobre el sistema nervioso utilizando un modelo animal: se utilizó la analgesia química y térmica para evaluar las propiedades analgésicas y la prueba de Irwin para evaluar los efectos estimulantes o deprimentes. Los resultados que obtuvieron fue una analgesia similar al ketorolaco y estimulante comparable a la cafeína en el sistema nervioso de los ratones; concluyeron que el extracto de *H. longipes* presenta efectos analgésicos y estimulantes sobre el sistema nervioso lo que explica su uso como condimento y anestésico en la medicina tradicional.

La relevancia del artículo en la investigación es formar parte de las evidencias en cuanto a la funcionalidad de la *Heliopsis longipes* como analgésico similar a la del ketorolaco.

1.1.9. Artículo 9: “Anti-inflammatory effects of ethanolic extract and alkaloids-derived from *Heliopsis longipes* roots” / “Efectos antiinflamatorios del extracto etanólico y las alcaloides derivadas de las raíces de *Heliopsis longipes*”

Hernández Ivones y colaboradores en su artículo “Anti-inflammatory effects of ethanolic extract and alkaloids-derived from *Heliopsis longipes* roots” publicado en el año 2009, tiene por objetivo abordar el efecto antiinflamatorio del extracto y su componente bioactivo afinina e isobutil-decanamida derivada; se evaluó su efecto antiinflamatorio mediante la prueba de edema de oreja de ratón mediante el ácido araquidónico y miristrato acetato de forbol: obtuvieron que la *H. longipes* presenta un efecto antiinflamatorio; al final, concluyeron que estos resultados contribuirán para explicar los efectos etnobotánicos antiinflamatorios de la *Heliopsis longipes* y otras especies que también contienen afinina.

El artículo tiene relevancia en la investigación al formar parte de las evidencias en cuanto a la funcionalidad de la *Heliopsis longipes* como analgésico tomando como referencia la indometacina.

1.1.10. Tesis 10: “Obtención de un extracto cuantificado a partir de las raíces de *Heliopsis longipes* con efecto analgésico”

Bortolini Zavala Raquel en su investigación “Obtención de un extracto cuantificado a partir de las raíces de *Heliopsis longipes* con efecto analgésico” realizada en el año 2018 en la Universidad Autónoma de Querétaro, Facultad de Química del programa de maestría en ciencias químico biológicas para obtener el grado de maestro en ciencias químico biológicas; tiene por objetivo obtener un extracto cuantificado a partir de las raíces *H. longipes*, para ello determinaron el porcentaje de materia extraña, humedad y cenizas en las raíces de *H. longipes* para posteriormente obtener el extracto etanólico en el cual se identificó a la afinina como compuesto de la raíz; desarrollaron y validaron una metodología analítica para cuantificar la afinina en extracto etanólico; evaluaron el efecto analgésico del extracto etanólico a nivel orofacial en roedores tomando al ketorolaco y tramadol como controles positivos a una dosis de 30 mg/kg; para determinar la toxicidad realizaron el ensayo de A. salina y de Lorke; los resultados que obtuvieron fueron el desarrollo y validación del método analítico que permitió cuantificar la afinina como compuesto marcador del extracto, confirmaron que el extracto presenta un efecto analgésico a una dosis de 10 mg/kg que al compararlo con el ketorolaco tiene un efecto

mayor, mientras que con el Tramadol fue menor. En cuanto a la toxicidad lo consideraron como medianamente tóxico.

La relevancia de esta investigación es fundamental ya que al analizar el extracto que obtuvieron a base de la *H. longipes* determinaron el contenido principal que es la afinina, validaron que presenta efectos analgésicos a una dosis de 10 mg/kg y el punto más importante a retomar que es la toxicidad que presenta dicha planta; la cual consideran como medianamente tóxica.

1.2. Desarrollo del tema.

1.2.1 Artritis.

La Real Academia Española¹ define la artritis como la “inflamación de las articulaciones”, mientras que, MedlinePlus² menciona que es “una inflamación o degeneración de una o más articulaciones”.

1.2.1.1. Artritis reumatoide.

El Colegio Mexicano de Reumatología³ define a la artritis reumatoide como “una enfermedad inflamatoria, crónica y autoinmune” presente generalmente en articulaciones; aunque se puede presentar en otros órganos como la piel, ojos y pulmones.

La artritis es considerada una enfermedad crónica ya que su sintomatología tiene una duración mayor a 6 semanas.³

1.2.1.2. Epidemiología.

A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS)⁷ menciona que la artritis tiene alta prevalencia al afectar entre el 1 y 1.5% de la población global. En relación con lo anterior, la Organización Panamericana de la Salud (OPS)⁶ comenta que en Latinoamérica existen alrededor de 34 millones de afectados con discapacidad permanente y 140 millones con discapacidad temporal a causa de dicha enfermedad.

Según datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)⁶, se calcula que en México más de 1 millón de personas padecen artritis reumatoide; el 75% se encuentra en edad productiva, es decir, entre los 25 y 55 años. Algo muy importante que menciona es que 3 de cada 4 casos son del sexo femenino, ya que de la población total con esta dolencia sólo el 25% corresponde al sexo masculino; esto tiene una estrecha relación con los datos que da la OMS⁷ en cuanto a que las mujeres son más longevas al representar el 54% de la población de 60 años o más; el 60%, en 75 años o más y 70% en mayores de 90 años; por lo que tiene sentido que las mujeres presenten una mayor prevalencia de artritis.

1.2.1.3. Sintomatología.

La sintomatología varía de persona a persona sin embargo, los síntomas más comunes son inflamación articular, rigidez matutina con duración mayor a 30 minutos, dolor nocturno: presentes mayormente en articulaciones de menor tamaño como las de las manos, muñecas, pies y tobillos; esto no quiere decir que no se presente en las de mayor tamaño, sino que es más frecuente en las pequeñas. Otros síntomas son la fatiga, disminución en la fuerza de prensión, sensación de articulación caliente y en algunos casos fiebre.^{3,4}

1.2.1.4. Causas/Etiología.

Existen muchos mitos en cuanto al origen de la artritis: el cambio extremo de temperatura, tronarse los dedos, el consumo de lácteos, carne roja, etc.; sin embargo, no han sido confirmados por lo que la causa aún es desconocida. Lo que sí se sabe, es que existen factores predisponentes como el consumo de tabaco, infecciones a nivel bucal y el genético; este último no quiere decir que sea hereditario, sino que hay ciertas variaciones genéticas que predisponen la enfermedad.³

1.2.1.5. Factores de riesgo.

Factores permanentes: ^{3,4,5}

- Alteración genética.
- Sexo femenino.
- Edad (adultos mayores).

Factores derivados de los cuidados de salud: ^{3,4,5}

- Sobrepeso.
- Tabaquismo.
- Alcoholismo.

1.2.1.6. Proceso del desarrollo de la AR.

Actualmente se conocen distintas fases de desarrollo de la enfermedad: ⁵

- Fase A: existen factores genéticos.
- Fase B: exposición a factores de riesgo ambientales.
- Fase C: se detecta autoinmunidad sistémica.
- Fase D: presenta sintomatología, pero aún no se detecta artritis.

- Fase E: se detecta artritis, pero no se puede establecer el diagnóstico “fase de artritis indiferenciada”
- Fase F: Se establece el diagnóstico de artritis reumatoide.

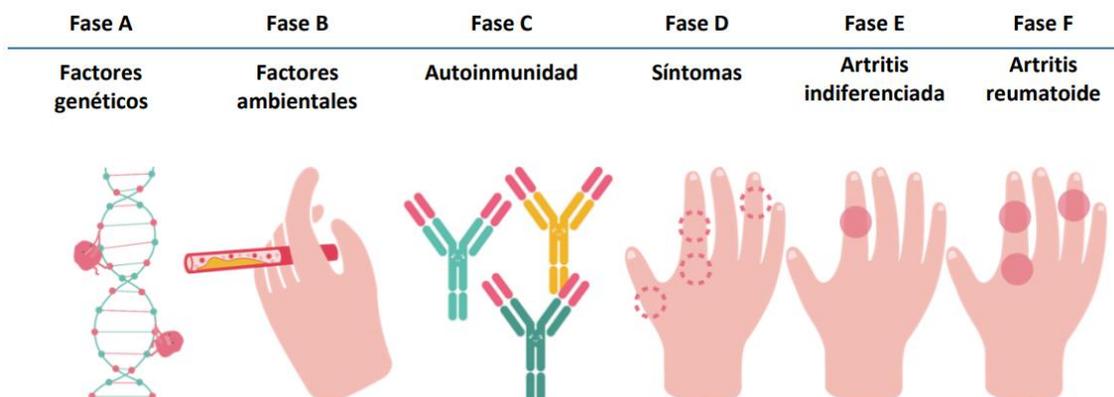


Imagen sobre las fases del proceso de desarrollo de la AR tomada de Guipcar'17, Sociedad Española de Reumatología: <https://www.ser.es/wp-content/uploads/2018/09/Gu%C3%ADa-de-Pr%C3%A1ctica-Cl%C3%ADnica-para-el-Manejo-de-Pacientes-con-Artritis-Reumatoide.pdf>

En las primeras 3 fases no hay una sintomatología, es hasta la 4 fase en la que ya inician los síntomas a excepción de la inflamación. En la 5 fase se detecta inflamación articular y en la 6 fase ya se puede establecer el diagnóstico de artritis reumatoide.⁵

1.2.1.7. Diagnóstico.

El diagnóstico de la artritis reumatoide en etapa temprana resulta difícil ya que la sintomatología es similar a los de muchas enfermedades y no hay un análisis o hallazgo físico para confirmar el diagnóstico.⁸

Durante la valoración es importante realizar la historia clínica para detectar algunos puntos clave de la artritis reumatoide como antecedentes familiares y personales de enfermedad reumática, comórbidos y tratamientos previos; para sospechar de que se trata de artritis reumatoide los signos y síntomas deben ser de al menos 6 semanas y menos de 12 meses de evolución con 3 o más articulaciones inflamadas, rigidez articular matutina de 30 minutos o más, dolor a la compresión y con afección simétrica. Al llevar a cabo la exploración física se busca el signo de Morton; el cual consiste en aplicar una presión suave en los bordes de la mano o del pie provocando una compresión de una articulación con la otra; lo cual provocará dolor por la inflamación articular; además, se debe valorar el enrojecimiento y temperatura; evaluar los reflejos y la fuerza muscular. En

cuanto a exámenes de laboratorio se debe solicitar una biometría hemática completa, transaminasas, perfil de lípidos y examen general de orina. ^{4, 8}

En etapas avanzadas de la artritis reumatoide ya es posible confirmar el diagnóstico mediante un análisis de sangre ya que suele presentarse alta velocidad de sedimentación globular (tasa de sedimentación) o niveles de proteína C reactiva; lo que indica la presencia de un proceso inflamatorio. Otros análisis de sangre que se pueden realizar es la búsqueda de anticuerpos reumatoideos y antipéptidos cíclicos citrulinados. ⁸

En el caso de las pruebas de imagen la resonancia magnética y ecografía pueden ayudar a determinar la gravedad de la enfermedad. ⁸

ALGORITMO 1. ABORDAJE DIAGNÓSTICO DEL PACIENTE CON SOSPECHA DE ARTRITIS REUMATOIDE

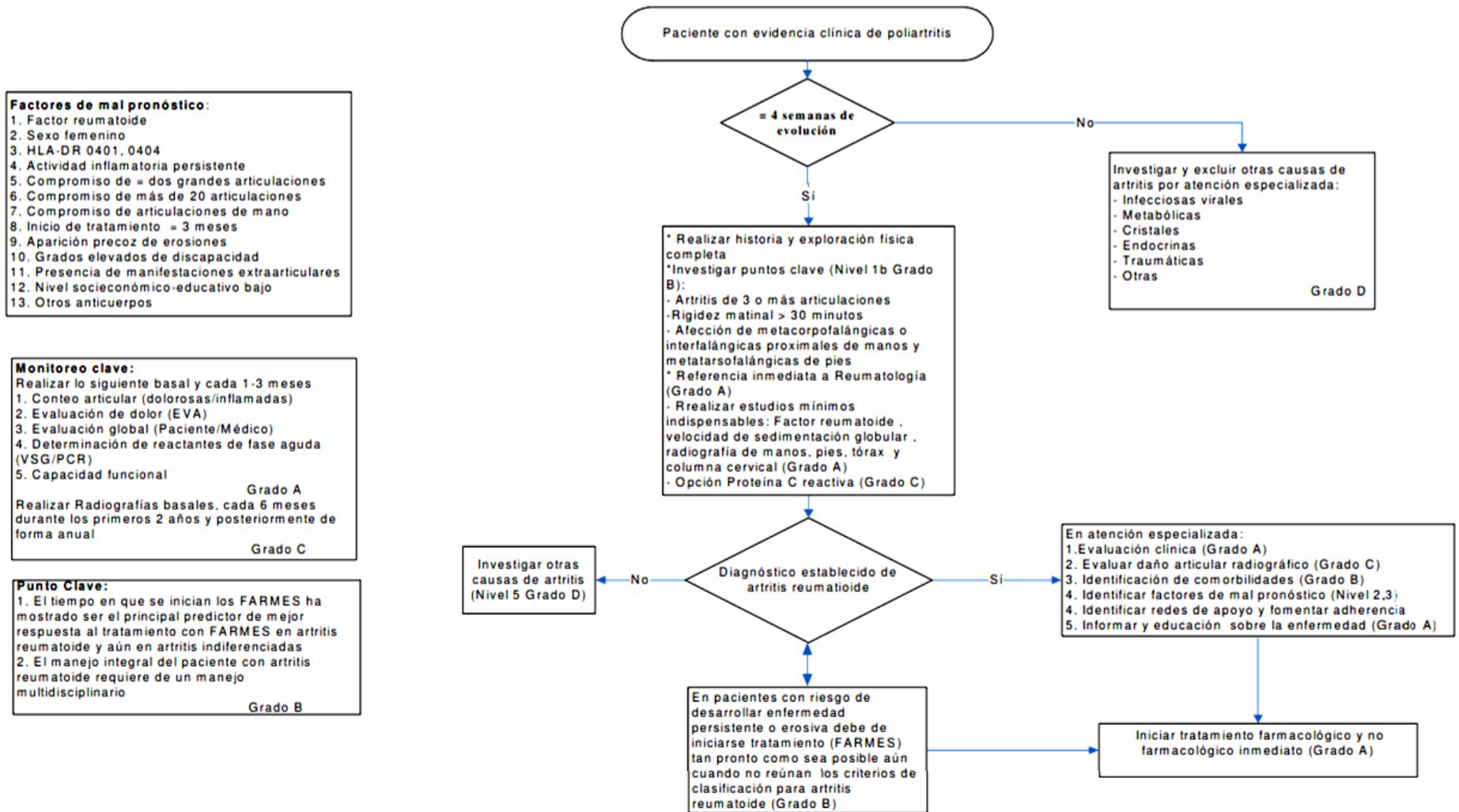


Imagen del abordaje diagnóstico del paciente con sospecha de artritis reumatoide tomado de la GPC: Diagnóstico y tratamiento de Artritis Reumatoide en el adulto: <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/195GER.pdf>

1.2.1.8. Tratamiento.

Farmacológico.

El tratamiento farmacológico va a variar según la gravedad, los síntomas y el tiempo de la enfermedad. De acuerdo con el Colegio Mexicano de Reumatología, el tratamiento debe ser de 1-3 fármacos modificadores de la enfermedad (FARMEs); el inicial es el metotrexato y en caso de que no existir respuesta, se debe cambiar por un fármaco biológico o un inhibidor de JAK en monoterapia o junto con el metotrexato.^{3,9}

Para el tratamiento de los síntomas se utilizan los Antiinflamatorios no esteroides (AINE) y glucocorticoides orales; estos últimos solo en situaciones de mucha discapacidad.³

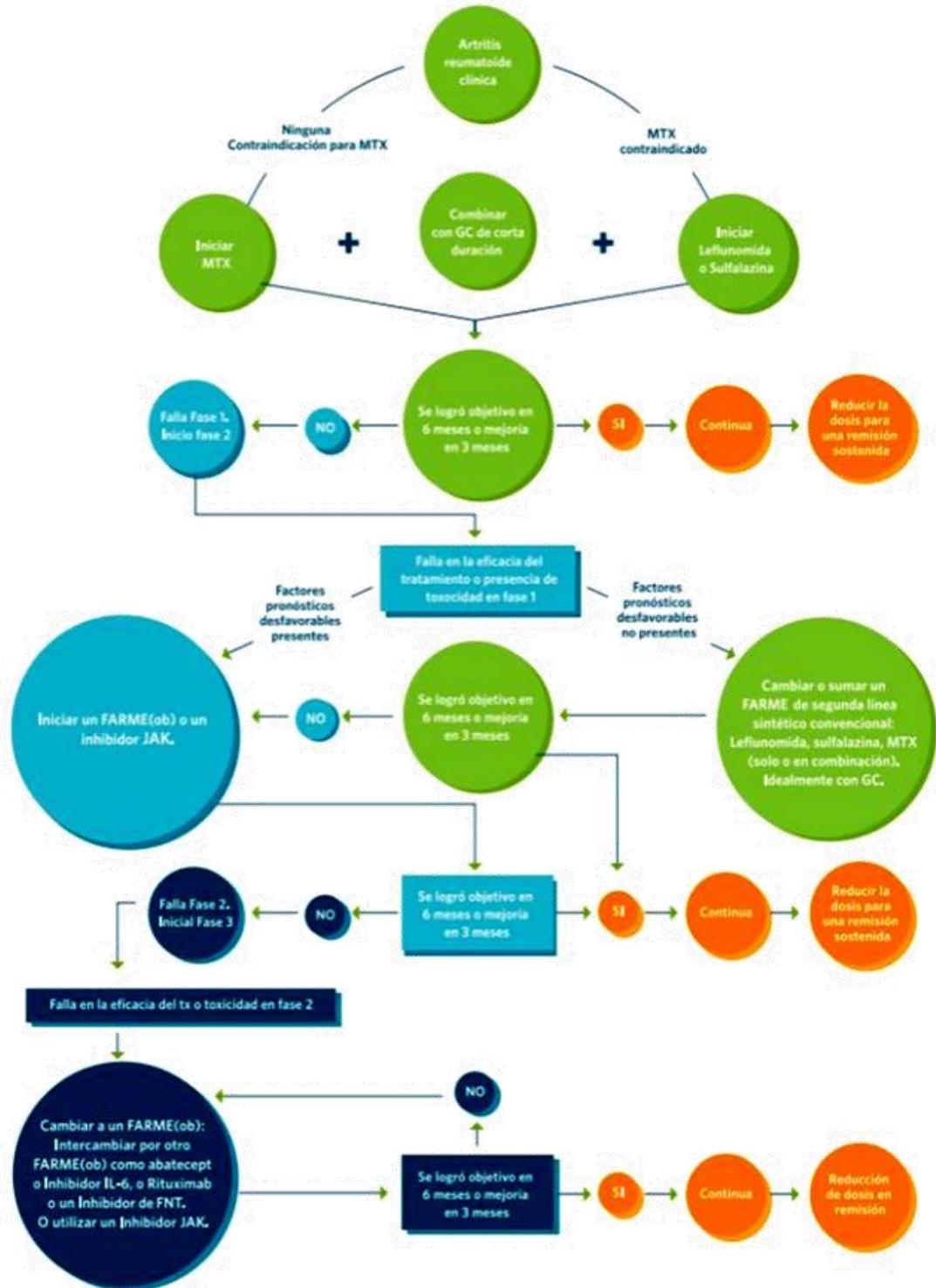
AINE	Glucocorticoides	FARME	Biológicos	Inhibidores de JAK
Diclofenaco	Prednisona	Metotrexato	Anti-TNF	Tofacitinib
Celecoxib	Metilprednisolona	Sulfasalazina	Anti-IL 6	Baricitinib
Meloxicam	Betametasona	Leflunomida	Anti-CD-20	
Naproxeno	Deflazacort	Hidroxicloroquina	Inhibición cel T	

Imagen sobre algunos de los medicamentos por grupo farmacológico recetados en la artritis reumatoide tomada de la página oficial del Colegio Mexicano de Reumatología:
<https://www.reumatologia.org.mx/pacientes.php>

Fase 1

Fase 2

Fase 3



FARME: Fármacos modificadores de la Enfermedad. FARME(ob): Fármacos Modificadores de la Enfermedad de origen biológico. FARME (bs): Fármacos Modificadores de la Enfermedad Biosimilares. FARME(cs): Fármacos Modificadores de la Enfermedad convencionales sintéticos. MTX: Metotrexate. IL: Interleucina. TX: Tratamiento. GC: Glucocorticoides. FNT: Factor de Necrosis Tumoral.

Imagen sobre el tratamiento farmacológico para la artritis reumatoide tomada del reporte sobre artritis reumatoide en México: https://issuu.com/centralcyc/docs/reporte_artritis_2019-5-20#:~:text=Epidemiolog%C3%ADa%20Seg%C3%BAn%20datos%20del%20Instituto,que%20la%20presentan%20son%20mujeres.

ALGORITMO 2. TRATAMIENTO DEL PACIENTE ADULTO CON ARTRITIS REUMATOIDE

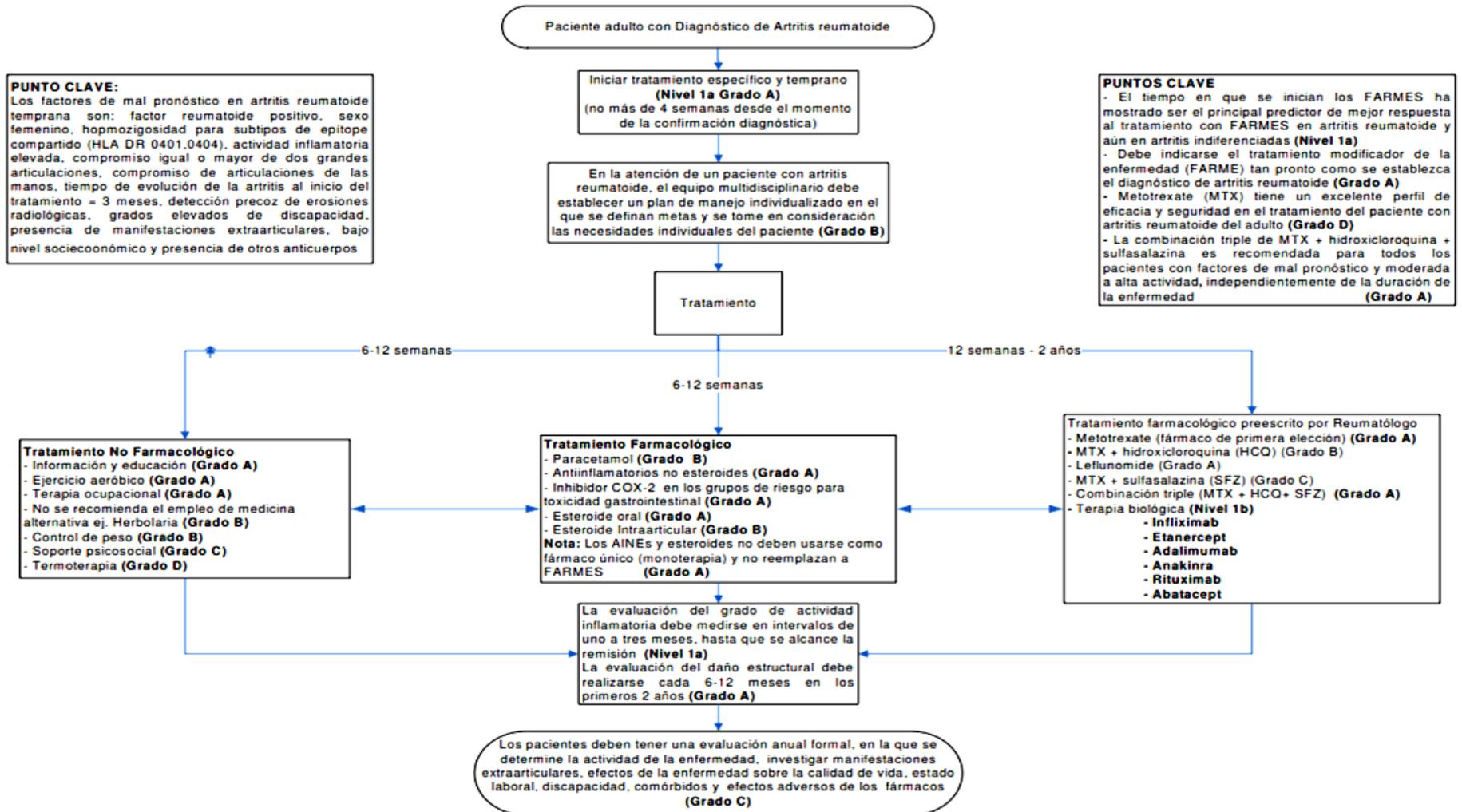


Imagen sobre el tratamiento farmacológico para el adulto con artritis reumatoide tomada de la GPC: Diagnóstico y tratamiento de Artritis Reumatoide en el adulto: <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/195GER.pdf>

No farmacológico.^{2, 3, 8}

- Evitar el consumo de alcohol y tabaco.
- Dormir adecuadamente de 8 a 10 horas.
- Evitar el estrés.
- Realizar ejercicio de bajo impacto (caminar, bicicleta o nadar).
- Evitar permanecer en la misma posición durante mucho tiempo.
- Evitar posiciones o movimientos que ejerzan tensión adicional sobre las articulaciones.
- Utilizar calzado con refuerzo posterior y que no roce los dedos.
- No hay una dieta específica a seguir, sin embargo se sabe que la dieta mediterránea (rica en legumbres, ensalada, aceite de oliva y pescado) es beneficiosa.
- Bajar de peso (sólo si se tiene sobrepeso u obesidad).

Quirúrgico.⁸

- Reemplazo articular (si los otros métodos no han funcionado y se presenta daño grave en la articulación).

1.2.1.9. Complicaciones.

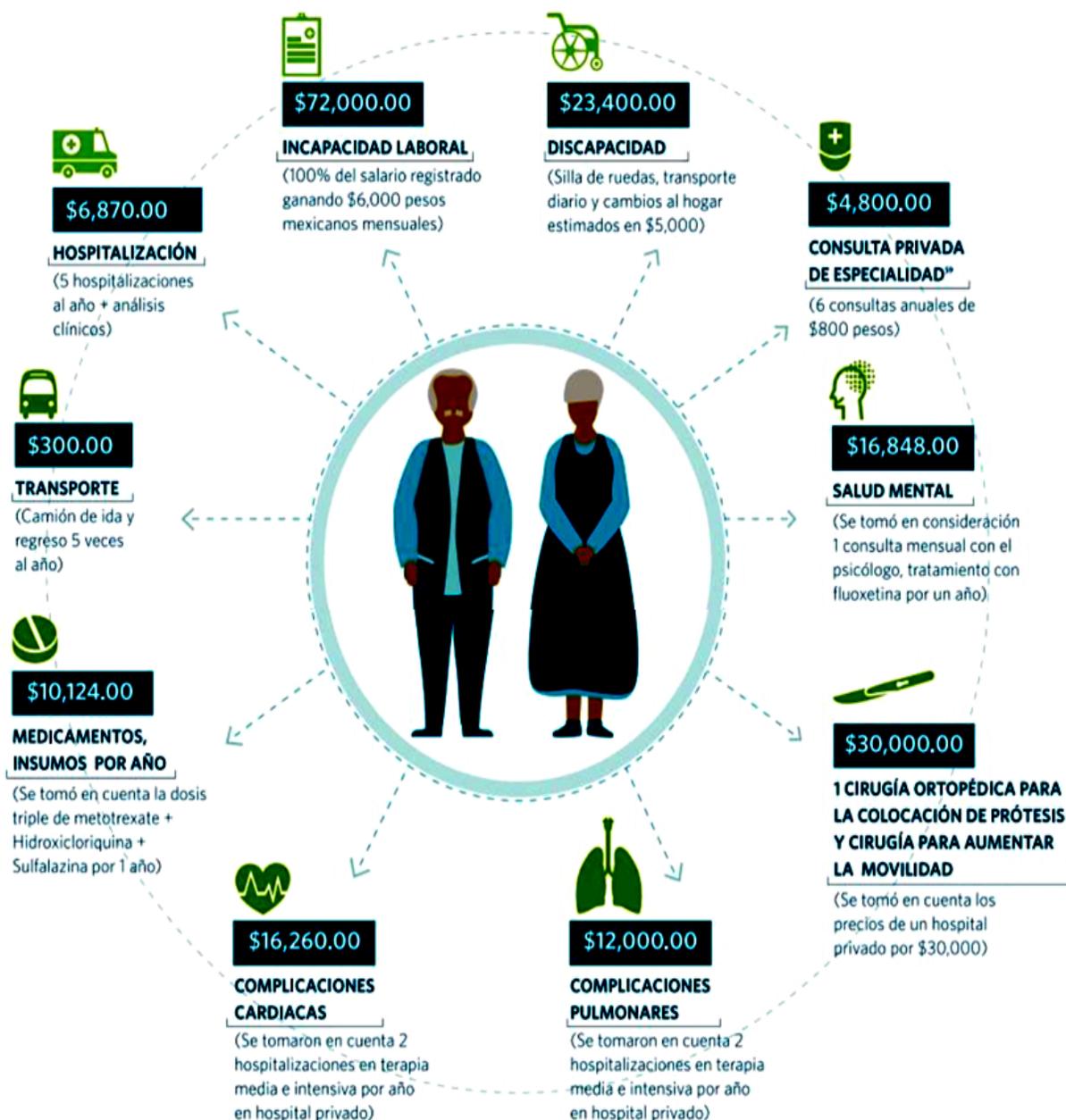
Con el paso de los años, al no tener un buen control de la enfermedad se pueden presentar dolor crónico, deformidades, abultamiento en los nudillos de las manos, aparición de “bolitas” mejor llamadas nódulos reumatoides; localizados debajo de la piel cerca de los codos, manos, pies e incluso en pulmones y corazón.^{2, 3, 8}

Entre las complicaciones que se llegan a presentar en personas con artritis reumatoide: a nivel de las muñecas, puede llegar a comprimir el nervio que irriga la mano aumentando el riesgo de presentar síndrome del túnel carpiano; a nivel cardiaco, el endurecimiento y obstrucción arterial, así como la inflamación del saco que rodea al corazón; mientras que, a nivel pulmonar, se ha presentado la inflamación y proceso de cicatrización pulmonar provocando dificultad respiratoria progresiva; así mismo, es importante mencionar el aumento del riesgo a desarrollar osteoporosis, ya que la sintomatología de la artritis reumatoide más el tratamiento farmacológico aumenta el riesgo de presentarla. El tratamiento farmacológico también puede llegar a dañar el sistema inmunológico y generar un aumento en las infecciones.⁸

El síndrome de Sjogren también es una complicación que se presenta por la artritis reumatoide; este disminuye la cantidad de humedad de los ojos y boca, también puede llegar a ocurrir una inflamación a nivel ocular manifestada por la coloración rojiza.^{2, 8}

Además de las posibles complicaciones antes mencionadas, puede aumentar el riesgo de linfoma; un grupo de cánceres de la sangre que se desarrollan en el sistema linfático.⁸

1.2.1.10. Costos.



ACOTACIÓN	
Comorbilidades	Gasto de bolsillo por paciente anual en pesos mexicanos
GASTO DE BOLSILLO	\$21,000 *
COSTO TOTAL ASOCIADO DE ATENCIÓN	\$171,602
TOTAL	\$192,602
<p>*Cifra calculada con base al 26.1% del costo de tratamiento (Biológicos tienen un costo de \$88,000 promedio anual). El calculo contempla también una actualización en la cifra de \$610.00 USD (2005 a 2019 - Inflación de 76.78% y tipo de cambio SAT de abril de \$18.9414).</p>	

Imagen sobre los gastos por paciente con artritis reumatoide tomada del reporte sobre artritis reumatoide en México: https://issuu.com/centralcyc/docs/reporte_artritis_2019-5-20#:~:text=Epidemiolog%C3%ADa%20Seg%C3%BAn%20datos%20del%20Instituto,que%20la%20presentan%20son%20mujeres.

De acuerdo al informe financiero del ISSSTE⁹ 2018, que habla sobre la carga económica de las enfermedades, consultas y egresos hospitalarios con mayor gasto; la artritis reumatoide representa un gasto de 4 mil 407 millones 419 mil 223 pesos por año.

1.2.2. Raíz de oro (*Heliopsis longipes*).

La raíz de oro es conocida por diversos nombres como chilcuague, chilcuán, pelitre, *heliopsis longipes*, *rhodiola rosea*, pelitre del país, falso pelitre, raíz de oro y raíz azteca. Se distribuye únicamente en las sierras de Álvarez y Gorda donde coinciden partes de los territorios de San Luis Potosí, Guanajuato y Querétaro. Entre sus funciones en la medicina tradicional destaca su uso como anestésico en el dolor de muelas, desparasitante, insecticida y en enfermedades de vías respiratorias.^{10, 11}

1.2.2.1. Taxonomía.

La taxonomía de la *Heliopsis longipes* es:^{12, 13, 14}

- **Reino:** Plantae
- **Subreino:** Tracheobionta.
- **División:** Magnoliophyta.
- **Clase:** Magnoliopsida.
- **Orden:** Asterales.
- **Familia:** Asteraceae.
- **Género:** *Heliopsis*.
- **Especie:** *Heliopsis longipes*.

Familia Asteraceae.

La familia Asteraceae (Asteraceae), también llamada compuesta (Compositae); agrupa a más de 23.000 especies, convirtiéndola en la familia de angiospermas con mayor riqueza y diversidad biológica; la familia se caracteriza por tener flores dispuestas en una inflorescencia compuesta denominada capítulo que está rodeada por una o más filas de brácteas.¹⁵

El nombre Asteraceae deriva del género tipo de la familia Aster, término que a su vez deriva del griego que significa estrella y se refiere a la forma de la inflorescencia; por otro lado, el nombre "compuestas" es más antiguo pero válido; se refiere al tipo peculiar de inflorescencia compuesta que caracteriza a la familia y se encuentra sólo en muy pocas familias de angiospermas.¹⁵

Género *Heliopsis*.

Los estudios taxonómicos realizados sobre la *Heliopsis* han sido muy pocos, los cuales se han basado en las características morfológicas: las especies de este género son plantas herbáceas perennes o anuales; hojas opuestas o a veces alternas, subenteras a dentadas; cabezuelas terminales o axilares; involucro hemisférico a anchamente campanulado, sus

brácteas de tamaño subigual, las exteriores a menudo herbáceas; receptáculo convexo a cónico, provisto de páleas persistentes; flores liguladas fértiles, sus corolas sésiles (carentes de tubo), persistentes, amarillas, rojas o moradas; flores del disco hermafroditas aunque a veces mayormente estériles, sus corolas tubulosas, amarillas, amarillo-cafés o moradas; anteras con las bases brevemente aflechadas; ramas del estilo de las flores hermafroditas lineares, aplanadas, provistas de apéndice corto; aquenios gruesos, 3 a 4 angulares, vilano ausente. ¹⁶

1.2.2.2. Características.

Existen diversas descripciones en cuanto a la *Heliopsis longipes*; sin embargo, se menciona sobre posibles confusiones en cuanto a la *Heliopsis longipes* ya que hay algunos puntos entre dichas descripciones que no coinciden. Debido a dicha confusión, Cilia López¹² realizó una descripción y menciona que la *Heliopsis longipes* es una planta herbácea perenne, sufruticulosa, de un alto de 19.6-50 cm, tiene de 11-33 raíces fibrosas; las cuales menciona son rizomatosas, carnosas, de una longitud de 22.3-38cm y un grosor de 0.9-4.1mm; menciona que tiene de 1-7 tallos, con un largo de 15-27cm y un diámetro de 1.3-1.9(-4) mm; estriados, herbáceos, de color rojizo-morados; en la base los describe como leñosos, ascendentes a decumbentes o subdecumbentes; los tallos más jóvenes sólo con la base hirsuta y la parte superior pubescente, mientras que los maduros tienen la base glabra, pero estos tienen una altura de 6.6-14cm, con tomento pubérulo-escabridulo, un largo de 0.1 mm, tiene de 3-8 nudos, entrenudos de una longitud de (2-) 2.1-4.7 (-5.5) cm; hojas opuestas, pecíolo estrigoso, que tiene una longitud de (1-)3.9-6.2 mm y un diámetro de 1.4-2mm, lámina foliar ovada a oblonga, a veces lanceoladas, de un largo de (1-)2.6-4(-5)cm x un ancho de (1-)1.6-2.9(-3.5)cm, ápice submucronado, de obtuso a agudo, con una base truncada a cuneada, presenta margen con el borde aserrado a ligeramente dentado o casi entero cerca del ápice, nervación triple, basal e imperfecta, láminas membranáceas verde-oscuras, piloso-estrigosas en el haz, más pálidas y menos densamente pubescentes en el envés; cabezuelas terminales y solitarias con una altura de 1-3, de 2.8-4.2cm y un diámetro de 0.8-1.4cm, los pedúnculos tienen un largo de (9-)9.9-25(-30)cm x un diámetro de 1.2-1.7mm; estriados, escasamente pubescentes en la parte inferior a densamente pubescentes en la superior; involucre anchamente turbinado a casi hemiesférico, con una altura de 1.3-1.9mm y un diámetro de 9.3-11mm, presenta de 6-10 brácteas subiguales, dispuestas en 2 series, cada bráctea lanceolada, ovada u obovada, con una longitud de (6-)8.4-10.4mm x un ancho de 2.9-4.2mm, obtusa a acuminada en el ápice, densamente pubescente en el exterior y glabra en el interior; receptáculo cónico, columnar en flores maduras, está cubierto de páleas, páleas linear-lanceoladas, acuminadas, con una longitud de 4.8-6 (-7)mm x un ancho de 0.8-1.2mm, amarillo-castañas, glabras; flores liguladas 5-

11, amarillas, hermafroditas, con láminas lineares a oblongo-elípticas, de largo miden (8-)15.2-20.5 mm, mientras que de ancho miden de 5.4-7.4mm, son escasamente pubescentes a pubérulas por fuera, con el ápice hendido tridentado; flores del disco de 40-176, hermafroditas, con corola tubulosa, castaño-amarillas, glabras, de (3-)4.7-5.6 mm de largo x 1-1.3 mm de ancho, corola 5-dentada, anteras negruzcas, con un largo de 1.5 mm, su base aflechada, en ocasiones obtusa, las ramas son aplanadas, romas y peniciliadas en el ápice; aquenios de las flores liguladas de un largo de 3.1-4.5 mm y un ancho de 1.4-2.5 mm, son cuadrangulares, estriados, de verdes a castaños, los aquenios de las flores del disco de 2.6-3.9 mm x 1.2-2.9 mm, triangulares o cuadrangulares, muricados, estriados, castaños a castaño-negruzcos, vilano ausente o raramente sólo 2-4 aristas pequeñas y membranosas.¹¹

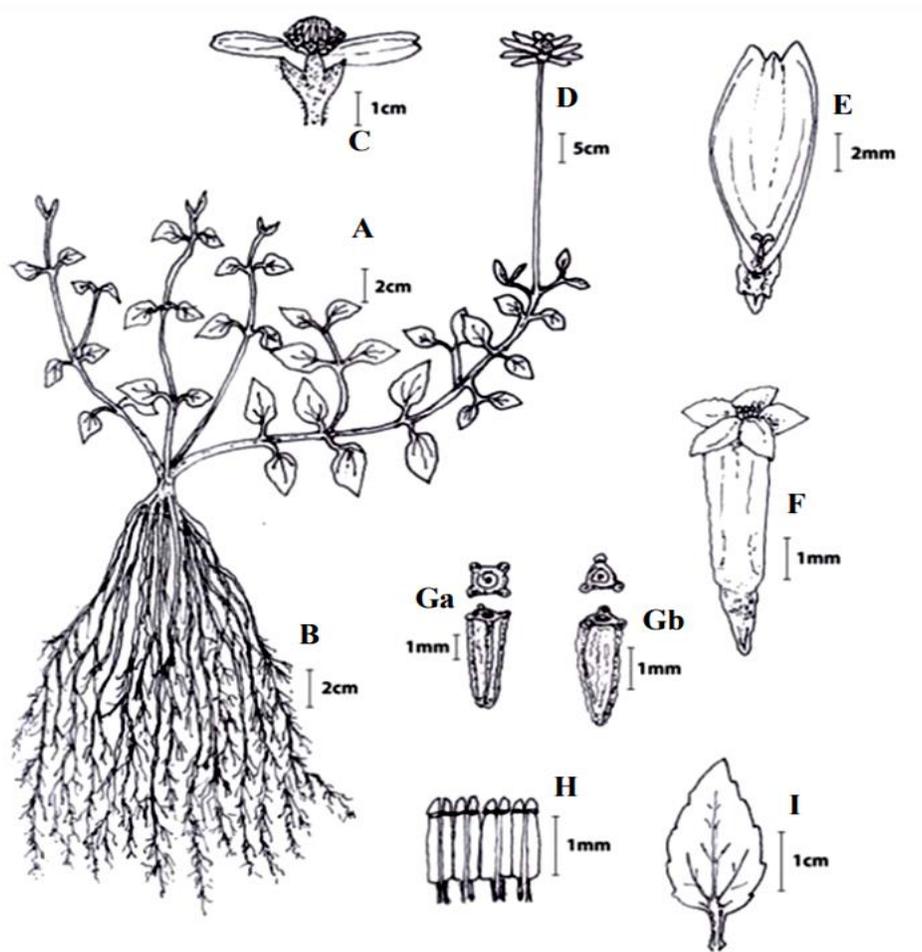


Fig. 1. *Heliopsis longipes* A. Hábito. B. Raíz. C. Cabezuela. D. Pedúnculo. E. Flor ligulada. F. Flor del disco. Ga. Aquenio de flor ligulada. Gb. Aquenio de flor del disco. H. Estambres. I. Hoja (Cilia 117 SLPM).

Imagen sobre las características de la *Heliopsis longipes* tomada del artículo “Ampliación de la descripción y aspectos taxonómicos de *Heliopsis Longipes* (Asteraceae: Heliantheae)”:

<http://www.scielo.org.mx/pdf/polib/n36/n36a1.pdf>

1.2.2.3. Distribución geográfica.

Little¹⁰ menciona que la *Heliopsis longipes* se localiza en San Luis Potosí, Guanajuato y Querétaro; sin embargo, Cilia López¹⁸ durante su investigación “Distribución geográfica y ecológica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)” descubre que se localiza en los municipios de San Luis Potosí, Rioverde, San Ciro, de San Luis de la Paz, Xichú, Jalpan y Guanajuato, pero no en Querétaro, ya que durante su investigación no encontró evidencia física ni alguien que pudiera confirmar la presencia de la *Heliopsis longipes* en dicha área.

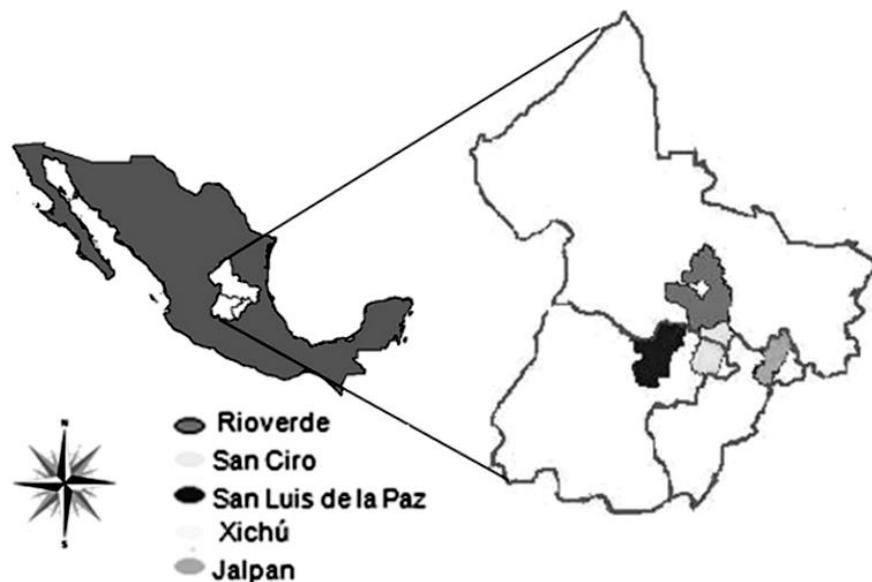


Figura 1. Distribución geográfica conocida de *Heliopsis longipes*.

Imagen sobre la distribución geográfica de la *Heliopsis longipes* tomada del artículo “Etnobotánica de *Heliopsis Longipes* (Asteraceae: Heliantheae)”: <https://www.redalyc.org/pdf/577/57711109007.pdf>

1.2.2.4. Propiedades.

En cuanto a sus funciones, de acuerdo a la investigación “Etnobotánica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae Heliantheae)” realizada por Cilia López:¹⁸ llevó a cabo una serie de entrevistas a recolectores y vendedores de la *Heliopsis longipes* en San Luis Potosí, Guanajuato y Querétaro; determinó que entre sus principales funciones se encuentran la disminución de dolor de muelas al colocarla y retener un trocito de raíz sobre el diente afectado, calmante de dolores musculares empleándola macerada en alcohol, como desparasitante al masticar un trozo de raíz en ayunas o consumiéndose cotidianamente en los alimentos; por otro lado, entre las menos comunes se encuentran reuma, artritis, desinflamante, infecciones bucales, diarrea, empacho y herpes bucal.

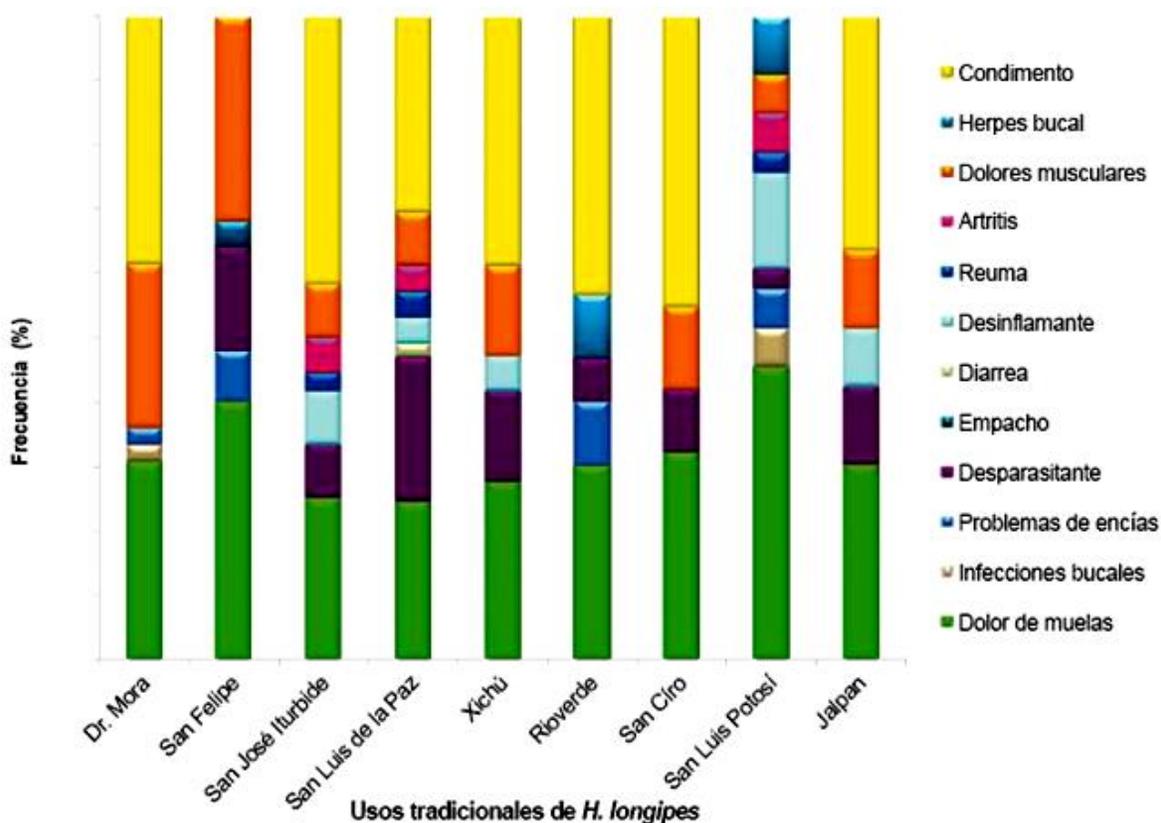


Figura 2. Formas de uso tradicional declaradas por compradores de raíz de *Heliopsis longipes* en los mercados de Guanajuato, San Luis Potosí y Querétaro donde se comercializa.

Imagen sobre las propiedades de la *Heliopsis longipes* tomada del artículo “Etnobotánica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)”: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0366-21282008000200007&lng=es&nrm=iso&tlng=es

En relación con su uso desparasitante, en la investigación “Actividad antifúngica de seis plantas sobre *Aspergillus flavus* Link” realizada por Cardenas Ortega:¹⁹ muestra que efectivamente la *Heliopsis longipes* presenta actividad antifúngica, lo que explica su efecto desparasitante en la población.

En el artículo “Analgesic activity of *Heliopsis longipes* and its effect on the nervous system” Cilia López²⁰ determinó que la afinina y el extracto etanólico obtenidos de la *Heliopsis longipes* presentan actividad estimulante sobre el sistema nervioso y actividad analgésica; justificando su uso anestésico a nivel bucal y para la disminución del dolor muscular.

Hernández Ivones²¹ demostró en su investigación “Anti-inflammatory effects of ethanolic extract and alkaloids-derived from *Heliopsis longipes* roots” que el extracto etanólico de la *Heliopsis longipes* presentó un efecto antiinflamatorio en el edema inducido con Acido Araquidónico y PMA en la oreja de los ratones y menciona que podría tener relación con la presencia de afinina y alcaloides presentes en la *Heliopsis longipes*; ya que están

asociados con la inhibición de la COX y LOX. De igual forma menciona que presenta efectos similares a la indometacina y mayores a los de la nimesulida.

1.2.2.5. Composición química.

La afinina es la principal alcanida presente en las raíces de la *Heliopsis longipes* y es la responsable de los efectos biológicos como anestésico local, actividad insecticida y bactericida. Otros componentes de la *Heliopsis longipes* son las alcanidas las cuales García Chávez et al analizó y comparó con las demás especies de *Heliopsis*.¹³

Cuadro 3. Alcamidas y decanoato de bornilo presentes en raíces de algunas especies del género *Heliopsis* ($\mu\text{g/g}$ peso seco).

Metabolito	<i>H. longipes</i>		<i>H. novogaliciana</i>	<i>H. aff. novogaliciana</i>		<i>H. procumbens</i>	<i>H. annua</i>	<i>H. buphthalmoides</i>	<i>H. sinaloensis</i>
	Pto. Tablas	San Cristóbal	Coyotes	Chavarría	El Tablón	Los Azufres	Cuitzeo	El Machín	Imala
<i>N</i> -isobutil-decamida	t	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-2 <i>E</i> ,-mono <i>e</i> n-decamida	t	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-6 <i>Z</i> ,8 <i>E</i> -dien-decamida	t	1	-	1	8	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-2 <i>E</i> ,6 <i>Z</i> ,8 <i>E</i> -trien-decamida	7,827	3,968	1	111	382	1	8	-	t
<i>N</i> -isobutil-2 <i>Z</i> -en-8,10-diin-undecamida	173	29	-	-	-	-	-	-	-
<i>N</i> -(2-metilbutil)-2 <i>E</i> ,6 <i>Z</i> ,8 <i>E</i> -trien-decamida	430	262	-	46	66	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-2 <i>Z</i> ,4 <i>E</i> -dien-8,10-diin-undecamida	340	149	-	-	-	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-2 <i>E</i> -en-8,10-diin-undecamida	393	88	-	14	34	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-2 <i>E</i> ,4 <i>E</i> -dien-8,10-diin-undecamida	136	62	-	6	9	-	-	-	-
<i>N</i> -isobutil-2 <i>E</i> ,4 <i>Z</i> ,8 <i>Z</i> ,10 <i>E</i> -tetraen-dodecamida	-	12	-	177	594	23	-	-	-
2 <i>E</i> ,6 <i>Z</i> ,8 <i>E</i> -trien-decanoato de bornilo	70	21	9	-	-	-	-	-	-
<i>N</i> -(2-metilbutil)-2 <i>E</i> ,4 <i>Z</i> ,8 <i>Z</i> ,10 <i>E</i> -tetraen-dodecamida	-	-	-	9	16	-	-	-	-
Total	9,369	4,592	10	364	1,109	24	8	0	t

Imagen sobre la composición química de la *Heliopsis longipes* tomada del artículo “El género *Heliopsis* (Heliantheae; asteraceae) en México y las alcamidas presentes en sus raíces”: <http://www.ira.cinvestav.mx/portals/0/Labs/JMT/Garc%C3%ADa-Ch%C3%A1vez,%202004%20%231205.pdf>

1.3. Marco teórico referencial.

1.3.1 John Dewey y la experiencia.

En el artículo “La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo” Guillermo Ruiz²² menciona que ante la enseñanza tradicional, Dewey propone su educación progresiva; la cual se centra en el interés del niño, la libertad, iniciativa y la espontaneidad, en ésta, Dewey postulaba la experiencia como la clave de su propuesta pedagógica.

Dewey menciona 2 principios que se deben tomar en cuenta para comprender la experiencia: la continuidad y la interacción; el primero se refiere al vínculo entre experiencias anteriores, presentes y futuras lo cual supone un proceso constitutivo entre lo consciente y lo conocido; mientras que el segundo principio se menciona que “daba cuenta de la relación del pasado del individuo con el medio actual y que acontece entre entidades definidas y estables”²².

Se menciona que Dewey tenía una visión dinámica de la experiencia ya que suponía un intercambio de un ser vivo con el medio ambiente físico y social, y no solo un asunto de conocimientos. También mencionan que la “experiencia conlleva un esfuerzo por cambiar lo dado y en este sentido poseía una dimensión proyectiva, superando el presente inmediato”^{22, 23}.

Algo muy importante que menciona Guillermo Ruiz²² es que para Dewey “las experiencias no tienen valor por sí mismas, ni son un agregado de sensaciones o ideas simples; sino que, adquieren valor (diferencial) para las personas debido a que se conforman por un actuar de los individuos”.

Capítulo II. Planteamiento del problema.

2.1. Problemática identificada.

Una de las dolencias más frecuentes en la población adulta es la artritis; la cual es definida por La Real Academia Española¹ como la “inflamación de las articulaciones”; por otro lado, MedlinePlus² la define como “una inflamación o degeneración de una o más articulaciones”.

De acuerdo con datos de la OMS⁶ la artritis tiene alta prevalencia ya que afecta entre el 1 y el 1.5% de la población global; ahora bien, de acuerdo a cálculos realizados por el INEGI⁶, en México más de 1 millón de personas padecen artritis reumatoide: de las cuales el 75% se encuentra en edad productiva (entre 25 y 55 años); de igual forma, menciona que la artritis se presenta con mayor frecuencia en el sexo femenino ya que de la población total con esta dolencia solo el 25% corresponde a la población masculina. En relación con lo anterior, la OMS⁷ comenta que las mujeres son más longevas al representar el 54% de la población de 60 años o más; 60% en el caso de 75 años o más y el 70% en mayores de 90 años; por lo que tiene sentido que las mujeres presenten una mayor prevalencia de artritis.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS)⁶ comenta que en Latinoamérica existen alrededor de 34 millones de afectados con discapacidad permanente y 140 millones con discapacidad temporal a causa de dicha enfermedad.

Debido a la alta prevalencia e incidencia es importante centrarse en esta enfermedad; sin embargo, dado la situación económica y de salud que pasamos actualmente se prefirió centrarse en la medicina tradicional ya que es comúnmente utilizada por la población mexicana al ser de fácil y rápido acceso. Al indagar sobre esto, se encontró la Raíz de oro también conocida como Heliosis Longipes, Chilcuague, Rhodiola Rosea por mencionar algunos; la raíz de oro es muy conocida por sus propiedades analgésicas a nivel bucal y fungicidas; no obstante, también se ha encontrado mejoría en los casos de artritis, aunque en menor proporción.

El propósito de esta investigación es reunir y analizar las experiencias de las personas que han utilizado la Raíz de Oro en el tratamiento de la artritis reumatoide y con ello identificar si existe eficacia de la raíz de oro en casos de artritis; lo que impulsa uno de los puntos característicos de la enfermería: brindar una calidad de vida al pensar en una opción complementaria o bien, alternativa que ayudará a evitar la disminución de la movilidad y el dolor articular.

2.2. Pregunta de investigación.

- ¿Cuál es la experiencia de las personas de la Ciudad de México que utilizan la raíz de oro para disminuir los efectos de la artritis reumatoide en el año 2022?

2.3. Objetivos.

2.3.1. General:

- Reunir y analizar las experiencias de las personas de la Ciudad de México que utilizan la raíz de oro para disminuir los efectos de la artritis reumatoide en el año 2022.

2.4. Justificación.

La artritis es una de las principales dolencias presentes en el adulto que hasta el momento se desconocen sus causas. Por otro lado, la raíz de oro es conocida como un remedio tradicional para la artritis; sin embargo, no existe evidencia científica sobre esto, por lo que la presente investigación se realiza con el fin de documentar las experiencias de las personas que han utilizado la raíz de oro en el tratamiento de la artritis reumatoide para disminuir sus síntomas.

Dicha investigación se realizará mediante una serie de entrevistas a personas con artritis reumatoide que ya utilizan la raíz de oro para disminuir la sintomatología.

2.5. Supuesto de investigación.

La experiencia de las personas de la Ciudad de México que utilizan la raíz de oro en el tratamiento de la artritis para disminuir sus síntomas en el año 2022 fue positiva.

Capítulo III. Metodología.

3.1. Tipo de investigación.

Se realizará una investigación cualitativa; se caracteriza por su enfoque en comprender los fenómenos desde la perspectiva de los participantes, es decir, explora, describe y comprende las experiencias compartidas de los individuos en cuanto a un determinado fenómeno tomando en cuenta sentimientos, emociones, razonamientos, visiones, etc.²⁴

Se utilizó el método fenomenológico de Husserl, el cual menciona que la investigación fenomenológica es la descripción de los significados vividos durante la vida cotidiana del ser humano en su entorno social y cultural.²⁴

3.2. Universo, población y muestra.

3.2.1. Universo.

Personas que utilizan la raíz de oro en el tratamiento de la artritis reumatoide.

3.2.2. Población.

Personas que utilizan la raíz de oro en el tratamiento de la artritis reumatoide en la Ciudad de México entre febrero y marzo del 2022.

3.2.3. Método para determinar el número de informantes.

Se eligieron 10 sujetos para obtener la información, con los cuales se logró la saturación de datos.

3.3. Técnica de recolección de datos.

Se aplicó una entrevista semiestructurada (Anexo 1) a cada informante hasta llegar a la saturación de datos; cada entrevista tendrá una duración aproximada de 40 minutos, la cual será realizada mediante una sesión de zoom durante los meses de febrero y marzo del año 2022.

3.4 Método para el análisis de datos.

Para el análisis de datos se tomó como base a Taylor y Bogdan²⁵, los cuales mencionan que “el análisis de datos es un proceso dinámico y creativo. A lo largo del análisis, se trata de obtener una comprensión más profunda de lo que se ha estudiado, y se continúan refinando las interpretaciones”; para ellos el investigador juega un papel muy importante durante el análisis de datos dado la interacción con el entorno, sujetos de estudio y el objeto de estudio, ya que como mencionan “Los investigadores también se abrevan en su experiencia directa con escenarios, informantes y documentos, para llegar al sentido de

los fenómenos partiendo de los datos”. Para el análisis de datos se mencionan las siguientes etapas:

ETAPAS.	ACCIONES.
<p>DESCUBRIMIENTO.</p> <p>Se examinan los datos de todas las maneras posibles para encontrar temas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Leer repetidamente todos los datos. 2. Seguir la pista de temas, intuiciones, ideas e interpretaciones. 3. Buscar temas emergentes. 4. Elaborar tipologías. 5. Desarrollar conceptos y proposiciones teóricas. 6. Leer el material bibliográfico. 7. Desarrollar guía de la historia.
<p>CODIFICACIÓN.</p> <p>Modo sistemático de desarrollar y refinar las interpretaciones. Se reúnen y analizan todos los datos que se refieren a temas, ideas, interpretaciones, conceptos y proposiciones.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollo de categorías de codificación. 2. Codificación de datos. 3. Separación de datos pertinentes a las diversas categorías de codificación. 4. Ver los datos que han sobrado. 5. Refinar el análisis.
<p>RELATIVIZACIÓN DE LOS DATOS.</p> <p>Los datos se interpretan en el contexto en que fueron recogidos.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Datos solicitados o no solicitados. 2. Influencia del observador sobre el escenario. 3. ¿Quién estaba ahí? (Diferenciar entre lo que la gente dice y hace cuando la gente esté sola y cuando hay alguien más en el lugar). 4. Datos directos e indirectos. 5. Fuentes (distinguir entre la perspectiva de una sola persona y las de un grupo). 6. Nuestros propios supuestos (auto reflexión crítica).

Capítulo IV. Ética de la investigación.

4.1. Aspectos éticos de la investigación.

La investigación será realizada por Espinosa Maya Gabriela, egresada de la Licenciatura en Enfermería, asesorada por la Maestra Valadez Díaz Dinora.

Para fines de esta investigación uno de los principios bioéticos que se retoman es la autonomía; Beauchamp y Childress²⁶ centran el concepto en torno a las decisiones y acciones autónomas de las personas, al considerar que no todas las decisiones que toma una persona competente reúnen las condiciones para poder ser consideradas acciones autónomas, para ellos una acción autónoma debe ser intencionadamente, con comprensión y sin influencias controladas que determinen su acción.

La concreción más evidente de este principio es el consentimiento informado, el cual de acuerdo al Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación, artículo 20 del Título Segundo de los Aspectos Éticos de la Investigación en Seres Humanos, Capítulo I. Disposiciones Comunes es considerado “el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o, en su caso, su representante legal autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos y riesgos a los que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna”, por lo que se realizó un consentimiento informado (Anexo 2) el cual se les facilitará a los informantes para cumplir con la normatividad basados en el artículo 21 del Título Segundo de los Aspectos Éticos de la Investigación en Seres Humanos, Capítulo I. Disposiciones Comunes del Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud²⁷.

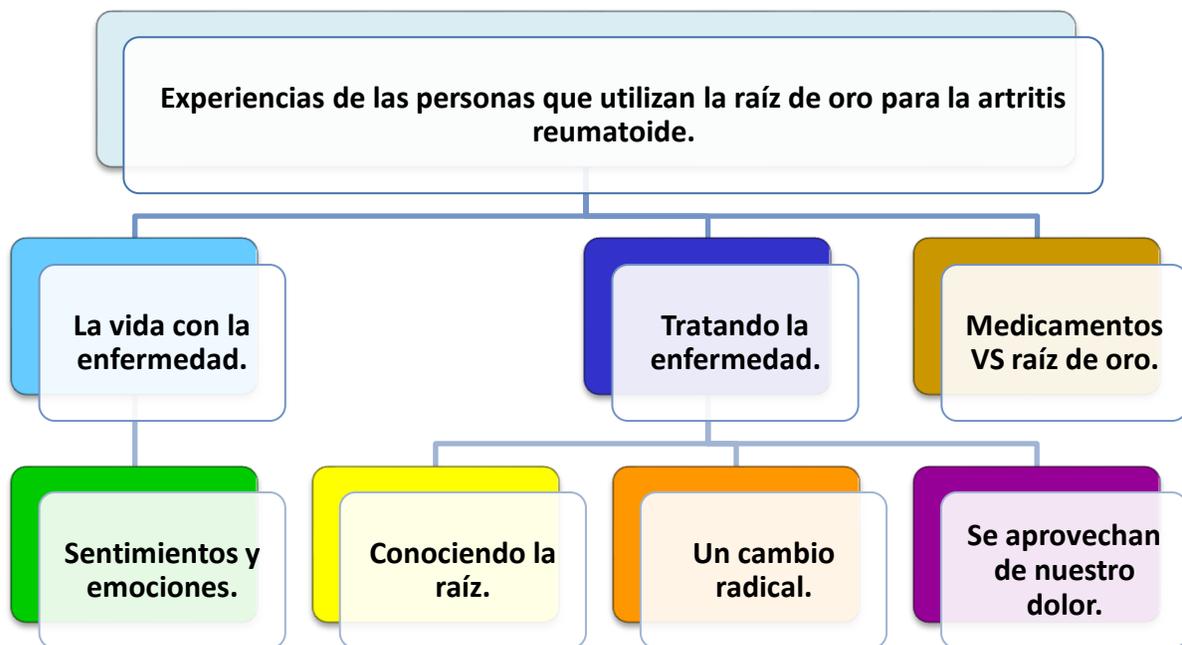
En el Código de ética para las enfermeras y enfermeros de México, apartado 5 menciona que se debe “guardar el secreto profesional observando los límites del mismo, ante riesgo o daño a la propia persona o a terceros”²⁸.

Capítulo V. Resultados/Hallazgos.

Para el análisis de datos se llevó a cabo la transcripción completa de todas las entrevistas (Anexo 3), posteriormente la reducción y codificación de datos (Anexo 4) etapa en la cual emergieron las siguientes 3 categorías:

- Categoría 1. La vida con la enfermedad.
 - Subcategoría 1.1. Sentimientos y emociones.
- Categoría 2. Tratando la enfermedad.
 - Subcategoría 2.1. Conociendo la raíz.
 - Subcategoría 2.2. Un cambio radical.
 - Subcategoría 2.3. Se aprovechan de nuestro dolor.
- Categoría 3. Medicamentos VS. Raíz de oro.

5.1. Esquema de categorías y subcategorías.



5.2. Descripción de las categorías y subcategorías.

Categoría 1. La vida con la enfermedad.

El Colegio Mexicano de Reumatología³ define la artritis reumatoide como “una enfermedad inflamatoria, crónica y autoinmune” presente generalmente en articulaciones, aunque se puede presentar en otros órganos como la piel, ojos y pulmones.

En voz de los participantes:

Edgar: “[...] me dolían muchísimo las manos, o sea había veces en las que despertaba y las sentía bien engarrotadas [...] las sentía hinchadas, tenía las manos como gruesas [...] no las podía mover y luego intentaba abrir frascos o botellas de refresco y no podía, yo sentía que ni siquiera hacía fuerza”

Alberto: “[...] sentía mucho cansancio, sobretodo dolor en mis articulaciones [...] de mis dedos y mis pies, [...] los pies los sentía [...] inflamados y como calientes [...] al ponerme mi calzado [...] sentía como si me apretara [...] al tratar de levantarme [...] me movía poco a poco hasta que me doliera menos y pudiera levantarme ya sin tanto dolor [...] al comer cierto tipo de alimentos al siguiente día amanecía [...] con más dolor de lo habitual lo que es el jamón, el queso, me provocaban mucho dolor al día siguiente”

Isabel: “[...] me dolían las articulaciones de ambas manos [...] las manos las sentía y las veía inflamadas [...] y como raras, en la mañana sentía los dedos como rígidos o entumecidos a tal grado que no podía abrir las manos [...] tenía que aplicar fuerza para poderlos abrir [...] en las noches igual sentía que me dolían las manos... otra cosa que sentía era que no podía apretar cosas para abrir no se frascos pues por el mismo dolor y algunas otras que causaran que tuviera que hacer mucha fuerza”.

Mónica: “[...] los dedos o las articulaciones se me quedaban atoradas y al lograr abrir las articulaciones de los dedos me tronaban demasiado, me dolían”

David: “[...] Sentía acalambramiento de los dedos, ya después estuve con fuertes ratos del engarrotamiento del dedo índice que es el que ocupo para la computadora y para el mouse”.

Carlos: “[...] me dolían mucho los tobillos, las manos las tenía como tiesas [...] yo escribo mucho a computadora y [...] cuando hacía frío no podía mover los dedos, como que se me agarrotaba la mano [...] los tobillos me dolían bastante, al grado de que tenía que caminar pues despacio [...] como me dolían los tobillos y no pisaba bien, al poco tiempo me empezaron a doler las rodillas de que no apoyaba bien el pie”.

Erika: “[...] antes a mí me dolían [...] las articulaciones en las manos, estas luego se me entumecían o se me iban [...] de lado y... me dolía mucho”.

Irma: “[...] en las mañanas yo amanecía con mucha rigidez en mis manos y me dolían mucho mis pies, [...] me daban crisis porque me dolía muy feo todo mi

cuerpo e inclusive en las noches el mismo dolor de la artritis y la rigidez luego me despertaba [...] había ocasiones en que no me podía ni peinar entonces cuando a mi me entraban esas crisis [...] lloraba del dolor [...] yo antes me sentía hasta sin ganas de trabajar [...] no tenía ganas ni de hacer ejercicio, [...] llegaba un momento en que yo ya no quería ni trabajar, por los dolores tan feos que tenía y tenía que [...] estarme hasta drogando [...] para poder aguantar mi día con día [...] si yo no tomaba el celebrex... 2 celebrex y 2 ibuprofenos yo no podía dormir por el dolor y entonces en las mañanas amanecía con mucha rigidez en mis manos y... me dolían mucho mis pies”.

Fernanda: *“[...] antes me sentía muy cansada me dolían las manos, las muñecas, se me hinchaban los pies [...] los zapatos sentía que me apretaban demasiado [...] cuando me despertaba, [...] me sentía muy adormecida de las manos y los pies y me dolía moverme, entonces me costaba mucho trabajo levantarme [...] algunas actividades ya no las podía realizar por lo mismo del dolor... y ya me limitaba más a hacer lo que sí podía [...] el dolor no se sentía en todo momento, sino que conforme hacía mis actividades [...] iba disminuyendo pero ya en la noche me sentía más adolorida y toda inflamada e hinchada de los pies y de las manos [...] cuando llegaba a comer carne o queso en la noche [...] al día siguiente me sentía mucho peor”.*

Karen: *“[...] me dolían las articulaciones, no podía agarrar las cosas bien con las manos [...] las sentía inflamadas [...] mis dedos por ejemplo si yo quería ponerme anillos o eso no podía porque estaban hinchados o [...] al momento de querer escribir me dolía porque no podía doblarlos y me dolían [...] o me dolían [...] al querer recargarme o algo así”.*

Subcategoría 1.1. Sentimientos y emociones.

Los sentimientos son considerados como “el estado afectivo del ánimo que es provocado por una emoción hacia una persona, animal, objeto o situación”. Por otro lado, una emoción es “el conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos” como una persona, objeto, etc. ^{29, 30}

En voz de los participantes:

Edgar: *“[...] el dolor era insoportable y pues si que no las puedas mover pues te desespera [...] sentía frustración de que no puedes hacer las cosas que antes hacías solo y [...] tienen que estarte ayudando, me sentía como si fuera una carga para mis familiares [...] cuando estaba solo y no podía me desesperaba”*

Alberto: “[...] un poco de enojo pero era más tristeza y frustración; tristeza porque no me podía mover como antes o como las otras personas y pues no podía estar bien y frustración porque tenía que esperar mucho tiempo incluso para levantarme que es algo fácil para alguien que está bien y pues sentía que me tardaba en hacer las cosas y no me gustaba y me frustraba el que no podía por más que tratara de hacerlo rápido y pues me dolía”.

Isabel: “[...] sentía mucha impotencia y frustración porque no podía hacer algo que antes hacía sin ningún problema y aunque mi familia me ayudaba no era lo mismo porque una que está acostumbrada a hacer las cosas sola y que de la nada me empiece a costar trabajo y luego con el dolor pues no es agradable, la verdad te llegas a sentir inútil”.

Mónica: “[...] me sentía frustrada y angustiada o preocupada porque no podía abrir mis dedos, me costaba mucho trabajo y aparte me dolía, la verdad llegue a pensar que mis dedos se quedarían así y pues si me asustaba”.

David: “[...] frustración porque como [...] trabajo con la computadora y el no poder mover mis dedos con normalidad [...] no me dejaba hacer mi trabajo, entonces [...] si llegaba a sentir enojo por lo mismo”.

Carlos: “[...] me sentía frustrado porque no podía moverme como antes, no podía por ejemplo subir rápidamente las escaleras o no era eficiente en mi trabajo, entonces [...] era complicado desarrollarme en el día a día y eso me frustraba”.

Erika: “[...] era un poco frustrante porque era como de no puedo mover las manos o de plano se veían medio gordas, inflamadas [...] entonces me imposibilitaban algunas cosas de mi vida diaria”.

Irma: “[...] a mi me entraba mucha desesperación, tenía mucho dolor, entonces yo decía pero porque me siento tan mal porque pus era un dolor inexplicable o sea pero fuerte, un dolor feo”.

Fernanda: “[...] muy triste acerca de y frustrada por todo el tiempo que tienes que... que hacer [...] o sea hacer todo un proceso para poderte levantar por lo mismo del dolor”.

Karen: “[...] me sentía muy [...] frustrada por no poder hacer las cosas [...] me ponía triste porque muchas cosas de las que yo quería hacer, por ejemplo escribir o [...] estar en el celular pues no podía porque me dolía”.

Categoría 2. Tratando la enfermedad.

El tratamiento de la artritis reumatoide varía según la gravedad, síntomas y el tiempo de evolución. Este va desde tratamiento farmacológico, no farmacológico y quirúrgico: en el farmacológico generalmente se receta metotrexato y AINE's para la sintomatología característica de la artritis; el no farmacológico consiste específicamente en el cambio de hábitos alimenticios, actividad física y descanso; mientras que el quirúrgico, en el reemplazo articular; sin embargo, existen algunos otros tratamientos alternativos de los cuales no hay evidencia científica. ^{2, 3, 8, 9}

En voz de los participantes:

Edgar: *"[...] el meto...metatroxato [...] todavía lo sigo tomando, lo complemento con la raíz".*

Isabel: *"[...] al principio tomé metro...texano y otro que no recuerdo el nombre y a veces diclofenaco para el dolor, [...] aparte de dejar algunos alimentos que me causaban más dolor como la carne".*

Mónica: *"[...] antes de conocer la raíz, tome el metrotexato pero ya después... me recomendaron la raíz y pues deje de tomarlo".*

David: *"[...] tomo metrotex...texato y la raíz ahora sí".*

Carlos: *"[...] medicamento como tal no, es más un suplemento, es este... para regenerar el colágeno en las articulaciones".*

Irma: *"[...] me mandaron el metrotexato, la cloroquina, este... el ácido fólico, el celebrex para el dolor, [...] antes tomaba este... 2 celebrex porque ya uno ya no era suficiente tomaba 2 celebrex en la mañana junto con un ibuprofeno con cafeína y ya en las noches para poder descansar igual yo tomaba la misma cantidad [...] cuando tenía las crisis me tenían que inyectar la ceftriaxona con la betametasona [...] tenía que doblar las dosis para aguantar los dolores o para que se me quitaran o que por lo menos me dejara trabajar el dolor [...] probé de todo e inclusive me hablaron del café del ganoderma, [...] unas pastillas de GNM o sea probé [...] cosas que me decían y la verdad nada me funcionaba y son medicamentos que cuestan carísimo".*

Fernanda: *"[...] el metrotexato y la raíz de oro [...] al principio lo había tomado... y ya después la raíz".*

Karen: *"[...] tomaba el metro... metrotrexato ... y luego ya lo deje de tomar porque me sentía mejor con la raíz".*

Subcategoría 2.1. Conociendo la raíz.

La raíz de oro es conocida por diversos nombres, como: chilcuague, chilcuán, pelitre, heliopsis longipes, rhodiola rosea, pelitre del país, falso pelitre, raíz de oro y raíz azteca; entre sus funciones en la medicina tradicional destaca su uso como anestésico en el dolor de muelas, desparasitante, insecticida y en enfermedades de vías respiratorias.^{10, 11}

En voz de los participantes:

Edgar: “[...] yo tenía un vecino que sufría lo mismo que yo [...] él fue el que me recomendó la hierba [...] me dijo en donde comprarla, qué cantidades poner en mi pocillo y todo [...] pongo de 4 a 5 ramitas en un pocillo más o menos como de un litro un litro y medio y lo dejo hervir y ya que empieza a hervir lo dejo 5 minutos y ya ese litrito de agua me lo voy tomando pues en todo el día. [...] intento tomarla diario pero [...] hay veces en las que se me pasa, [...] la procuro tomar mínimo cada tercer día”.

Alberto: “[...] un familiar que también la padece me la recomendó [...] me recomendó poner 4 ramitas en medio litro de agua, una vez que hirviera los 6 minutos que me recomendó era dejarla enfriar y tomar a lo largo del día”.

Isabel: “[...] fue por una amiga, ella me comento que un familiar la utilizaba [...] me dijo que hirviera las ramitas en agua de 5 a 10 minutos y que eso me lo tenía que tomar pero que la cantidad de las ramitas dependía de la persona, que podía probar con 4 ramas de la raíz y si no me dormía la lengua la tomara [...] en mi caso funcionó con las 4 ramitas [...] ahorita solo tomo la raíz [...] aparte de dejar algunos alimentos que me causaban más dolor como la carne y pues ahorita sigo como que una buena alimentación”.

Mónica: “[...] Me enteré por medio de una compañera de trabajo que ella lo usó también [...] ella misma me recomendó tomarlo eh... una tasa diaria hecha como un té, me lo tomo diario [...] y pues me resultó benéfico me... me ayudó mucho.

David: “[...] estoy en un grupo en facebook [...] para personas con artritis y... y pues me lo recomendaron [...] yo pongo [...] 3 o 4 ramitas dependiendo [...] la cantidad que voy a generar y lo pongo a hervir durante 5 minutos aproximadamente con agua [...] lo tomo ahora sí dependiendo [...] cómo esté en el día de las articulaciones”.

Carlos: “[...] usualmente voy [...] por las tiendas naturistas porque compro una pomada para dolor de articulaciones entonces ahí me dijeron que existía esta raíz, la raíz de oro y que esta me la podía tomar a manera de té y me iba a ayudar más

que la pomada [...] me dijeron que empezara poniéndole [...] unas 4 ramitas, 3 ramitas y pues que si veía que no me hacía efecto pues que ya le pusiera más... entonces este... eh pues lo prepare igual que un té normal... ponía eh unas 5 ramas [...] y lo ponía a hervir unos 10 minutitos y ya con eso este... pues ya me preparaba el té”.

Erika: “[...] tengo una vecina que [...] vende cosas naturistas y pues le comenté mi problema [...] y ella me dijo a pues utiliza la raíz de oro igual y te funciona y [...] la he comenzado a usar [...] ella me dijo que ponga más o menos de 4 a 5 ramitas más o menos y ya lo pongo a hervir como unos 5 - 6 minutos y que me la esté tomando a lo largo del día y [...] si no sentía que me estaba funcionando que le pusiera como otras ramitas [...] que no se pasaran de cómo 8 me parece más o menos que me había dicho”.

Irma: “[...] yo me enteré de la raíz del oro a través de Gaby, este ella lo publicó [...] en un grupo de personas con artritis entonces [...] a través de ella fue como me entere porque de hecho yo no conocía de la raíz del oro [...] en un litro de agua le puse [...] 5 - 6 pedacitos de ramita no muy chicos, no muy grandes y así lo preparé [...] la estoy tomando diario [...] antes de salir de aquí de de la casa tomo un vaso en la mañana y cuando regreso me tomo uno o dos vasos”.

Fernanda: “[...] entré a un grupo de facebook con personas que tenían el mismo problema que yo y... pues una persona recomendaba ahí que podíamos utilizar esta... esta raíz [...] pongo pues de 4 a 5 ramitas dependiendo el tamaño y lo pongo a hervir en agua durante 5 minutos más o menos y pues esta agua la tomo durante todo el día [...] llevo como 2 meses aproximadamente”.

Karen: “[...] me uní a un grupo de facebook con personas que pues tenían los mismos como los mismos problemas y así este... estuve leyendo [...] reportajes y eh... cosas que mandaron [...] según lo que leí lo que recomendaron es que... que se pongan unas 4 o 5 ramitas y pues hervirlas durante unos 5 o 10 minutos ehh... y tomar esta agua durante el día”.

Subcategoría 2.2. Un cambio radical.

La Real Academia Española³¹ define el cambiar como la acción de modificar o alterar la apariencia, la condición física o moral o bien el comportamiento.

En voz de los participantes:

Edgar: “[...] las manos pues ya las puedo mover un poquito más, siento que [...] se me ven más normales [...] he notado una mejoría en este año y medio que he

tomado la raíz [...] ya estoy más tranquilo me siento feliz porque ya puedo hacer las cosas por mí mismo y no me tienen que estar ayudando [...] me siento independiente ósea no dependo o no necesito que estén al pendiente de mí”.

Alberto: “[...] el zapato ya es muy rara la vez que me aprieta, también ya me puedo levantar sin tanta dificultad y puedo comer los alimentos que le comente, [...] sin amanecer con dolor al día siguiente [...] ya no siento la frustración que llegue a sentir de no poder hacer las cosas por el dolor [...] me siento feliz de poder hacer mis cosas como antes y moverme con más libertad [...] si me ayudo porque como le comento ya no siento tanto dolor en mis articulaciones”.

Isabel: “[...] he sentido mucha mejoría, la verdad es que las manos ya no me duelen, solo me duelen cuando como mucha carne o queso, ya veo mis manos como las recordaba que estaban más delgaditas, no las veo ni las siento hinchadas, ya me es muy rara la vez que despierto con los dedos rígidos, desde que despierto puedo mover bien mis dedos [...] ya puedo apretar pues más que antes y en la noche ya no me siento con ninguna molestia [...] me siento muy feliz la verdad, ya no me he sentido inútil o... ahora sí que como una carga para mi familia”.

Mónica: “[...] ya no siento... los síntomas es mas, ando perfectamente, ando bien [...] ya no tengo que estarme preocupando por... si se me quedan atorados los dedos y no los puedo abrir eh... me ha ayudado mucho, ando normal ya hago mi vida normal sin estarme preocupando porque no pueda agarrar las cosas o apretar... o aflojar frascos... ya ando bien [...] más tranquila, porque al despertar ya no veo mis dedos atorados y que ya no me truenan”.

David: “[...] he notado que ha disminuido he... y pues he seguido constante con tomarlo para bajar la situación de... de las articulaciones y tener una mejor movilidad en las manos y rigidez [...] hizo que redujera demasiado el consumo de alguno otro tipo de medicamento ehh... ya sean pastillas y ya solamente se limita a complementarlo con lo que le mencione ese rato que es el metrotexato [...] me siento más aliviado, ya puedo hacer mis actividades con más normalidad, el hecho de poder mover mis dedos con más fluidez o bueno con más libertad sin sentir dolor o ese... engarrotamiento pues [...] hasta me da gusto trabajar

Carlos: “[...] ya aunque haga frío no tengo esta... rigidez que me impedía por completo mover los dedos [...] recupere la movilidad en mis manos para escribir como anteriormente [...] los dolores en las articulaciones en los tobillos son menos frecuentes noto mis tobillos como menos hinchados, menos inflamados [...] ya puedo eh subir escaleras, no aventarme un edificio de 100 pisos ¿no? pero ya

puedo subir escaleras, [...] agarrar eh pequeños objetos con tranquilidad y cocer o... mis actividades cotidianas [...] ya la frustración empieza a irse, ya me siento más útil, ya no siento que en algún punto tendré que depender de alguien sino que yo mismo puedo valerme y esa independencia me hace sentir tranquilo, me hace sentir feliz, esperanzado”.

Erika: *“[...] ya casi no me duelen [...] es muy rara vez y es como... más como de si se me olvidaran algunos días [...] entonces... bueno los días que si lo llevo a tomar si he visto lo que viene siendo mejorías y cuando me pasa ya no es [...] como lo era antes [...] siento un gran alivio por lo mismo de que le comentaba de... que pues me imposibilitaba hacer algunas de mis actividades diarias y actualmente pues ya también me era una posibilidad que tuviera pues operarme de la artritis entonces [...] me tranquiliza bastante el no tener que ir a una operación mayor”.*

Irma: *“[...] ya ahorita ya no he consumido nada de... ibuprofeno y celebrex que son... el medicamento que me dieron para el dolor [...] ya me siento más tranquila ya amezco bien, de hecho duermo bien [...] si descanso bien porque a lo mejor antes lo que no me dejaba descansar era el mismo dolor [...] ha mejorado mucho [...] siento que me ha ayudado pues en... ahora sí que en mi rendimiento físico porque ahorita yo ya tengo ganas hasta de hacer ejercicio [...] yo si me he sentido muy bien y ahorita este... pues también me quiero meter al gimnasio porque te digo que ya tengo más energía y amezco con bastante energía gracias a Dios [...] ya no tenía esos dolores desde el segundo día [...] que empecé a consumirlo”.*

Fernanda: *“[...] durante estos 2 meses [...]ya no me siento tan cansada, ya ha disminuido [...] la hinchazón y el dolor en las manos, las muñecas [...] mis pies ya no siento que estén tan hinchados y pues ya no me aprietan tanto los zapatos, ya puedo utilizar los zapatos que utilizaba antes [...] ya se me ha quitado un poquito pues el cansancio y pues ya no tengo que esperar tanto tiempo a que pase el dolor para levantarme, ya me siento un poquito más ligera y puedo hacer todas mis actividades [...] el dolor ya disminuyó, entonces ya puedo hacer otras actividades que antes no podía entonces ya también eso te ayuda a tu estado de ánimo [...] lo de comer pues un poquito más de carne o queso pues eso también eso ayuda a que me sienta pues un poquito más contenta*

Karen: *“[...] ya no me duelen tan seguido las manos, [...] ya puedo agarrar mejor las cosas ya no me siento cansada, ehh... ya mis muñecas o incluso mis pies ya no me duelen, ya no los siento hinchados [...]el dolor al querer sostener o eso ya ha disminuido, ya puedo agarrar mejor un lápiz [...] ya me siento muchísimo mejor, eh [...]al ver que ya puedo pues hacer como más cosas me pongo más contenta y*

este... incluso ya no me siento con el ánimo decaído [...]o frustrada ya no, ya... ahora que puedo hacerlo mejor ehh... pues si me ha servido mucho porque antes yo veía como muy negativa toda esta situación y pues me enojaba conmigo pero ahora ya con estos cambios pues, pues me siento muchísimo mejor”.

Subcategoría 2.3. Se aprovechan de nuestro dolor.

La Real Academia Española³² define el aprovechar como “sacar provecho de algo o de alguien, generalmente con astucia o abuso”.

El dolor de acuerdo a la Real Academia Española³³ es una “sensación molesta y aflictiva de una parte del cuerpo por causa interior o exterior”.

En voz de los participantes:

Irma: *“[...] la gente mientras te venda ... se aprovechan de nuestro dolor ... y entonces este pues uno busca la alternativa y tú dices bueno pus lo voy a probar para ver si es cierto que me quita estos dolor y la verdad o sea yo siento que hay mucha gente abusiva, también me encontré igual en el face una señora que decía que quería que le depositara dinero y que ella me iba a decir de unos remedios para que yo me mejorara [...] la persona que te quiere ayudar te ayuda”.*

Categoría 3. Medicamentos VS. Raíz de oro.

La Real Academia Española³⁴ define a los medicamentos como sustancias que se administran ya sea en el interior o en el exterior de los organismos con el objetivo de prevenir, curar o aliviar alguna enfermedad o bien para corregir o reparar las secuelas que se puedan presentar después de alguna enfermedad.

La raíz de oro es una planta conocida por diversos nombres, como: chilcuague, chilcuán, pelitre, heliopsis longipes, rhodiola rosea, pelitre del país, falso pelitre, raíz de oro y raíz azteca. Entre sus funciones en la medicina tradicional destaca su uso como anestésico en el dolor de muelas, desparasitante, insecticida y de enfermedades de vías respiratorias.^{10, 11}

En voz de los participantes:

Isabel: *“[...] en lo personal no me gustaba estar tomando tanto medicamento, no sé si influya que ya deje ciertos alimentos pero aun así, siento que si ha sido más efectiva la raíz”.*

Mónica: “[...] yo siento que me ha funcionado igual porque las dos me quitaron lo que me tronaba de los dedos, lo que se me atoraban y pues igual el dolor”.

David: “[...] me ha funcionado más porque si con el medicamento disminuyeron pero si a veces sentía las molestias y ya ahorita ya las siento con menos frecuencia que cuando tomaba el medicamento solo”.

Erika: “[...] yo creo que me ha funcionado igual porque las dos me quitaron las molestias, lo que si es que [...] el medicamento me caía pesado entonces pues en ese sentido pues... mucho mejor la raíz”.

Irma: “[...] estas 3 semanas no he estado tomando el celebrex y el ibuprofeno porque yo una caja de ibuprofeno me la terminaba en menos de una semana [...] desde el segundo día o sea luego luego porque [...] amanecía a diario con esos dolores, [...] entonces yo desde el segundo día que empecé a consumirlo yo note que yo ya no tenía ya esos dolores [...] han sido muy notorios luego luego el cambio [...] yo me siento súper bien han sido para mi cuerpo una oportunidad de ya no sentir ese dolor ni ese cansancio ni esa rigidez”.

Capítulo VI. Discusión.

La presente investigación tuvo por objetivo describir las experiencias de las personas de la Ciudad de México que utilizan la raíz de oro para disminuir los efectos de la artritis reumatoide en el año 2022; con lo que se pretendía descubrir su efectividad para disminuir la sintomatología de la artritis reumatoide.

De los resultados obtenidos se puede determinar que la gravedad de la sintomatología de la artritis reumatoide varía según el tiempo de evolución de la enfermedad, afectando de diferente manera a cada uno de los informantes en su estilo de vida y con ello generando diferentes sentimientos y emociones como: frustración, desesperación, miedo, enojo, tristeza, impotencia, angustia y preocupación. El mismo deterioro en su estilo de vida los impulsa a buscar diferentes tipos de tratamiento que van desde el farmacológico, el no farmacológico o bien el quirúrgico; sin embargo, no todos son tan efectivos, por lo que surgen personas oportunistas vendiendo tratamientos “milagro” con el fin de aprovecharse de las personas que presentan dicha enfermedad.

En el caso de la raíz de oro se conoce por su eficacia para el dolor dental, desparasitante, dolor muscular por mencionar los más conocidos; sin embargo, existen muchos otros no tan conocidos entre los que se encuentra la artritis; he ahí la importancia de comprobar la efectividad de la raíz de oro en casos de artritis reumatoide. En el caso de los 10 sujetos entrevistados todos confirmaron la efectividad de la raíz de oro para la sintomatología de la artritis reumatoide refiriendo “un cambio radical” principalmente en la disminución del dolor, inflamación y mejoría en la movilidad articular.

Los resultados anteriormente mencionados confirman los hallazgos obtenidos por Cilia Lopez en su investigación “Etnobotánica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae)” donde mediante las entrevistas realizadas a recolectores, comerciantes y consumidores determina que el chilcuague se utiliza mayormente como desparasitante, calmante en dolores de muelas, dolores musculares y en menor proporción: reumas, desinflamantes, herpes bucal, diarrea, empacho, problemas de encías, infecciones bucales y el más importante para la presente investigación, la artritis. Además, ambas coinciden con lo que menciona Elbert L. Little en su artículo “El chilcuague. (*Heliopsis longipes*)” en cuanto a sus usos tradicionales.

En la presente investigación se obtuvo que la raíz de oro es efectiva para la sintomatología de la artritis reumatoide principalmente en la disminución del dolor, en la inflamación y mejoría en la movilidad. Existen varias investigaciones que coinciden con los resultados antes mencionados:

En el caso del efecto analgésico Cariño Cortés y colaboradores, en su investigación “Antinociceptive, genotoxic and histopathological study of Heliopsis longipes SF. Blake in mice” obtuvieron que el extracto etanólico de la H. longipes ejerce efectos analgésicos sin efectos genotóxicos in vivo. Un caso similar ocurre con Cilia López y colaboradores en su investigación “Analgesic activity of Heliopsis longipes and its effect on the nervous system” donde obtuvieron una analgesia similar al ketorolaco y estimulante comparable a la cafeína en el sistema nervioso de los ratones y concluyeron que el extracto de H. longipes presenta efectos analgésicos y estimulantes sobre el sistema nervioso lo que explica su uso como condimento y anestésico en la medicina tradicional. Además de estas 2 investigaciones, Bortolini Zavala Raquel en su investigación “Obtención de un extracto cuantificado a partir de las raíces de Heliopsis longipes con efecto analgésico” confirma que el extracto presenta un efecto analgésico a una dosis de 10 mg/kg que comparándolo con el ketorolaco tiene un efecto mayor; mientras que, al compararlo con el Tramadol fue menor. En cuanto a la toxicidad lo consideraron como medianamente tóxico.

En cuanto al efecto antiinflamatorio coincide con lo que mencionan Hernández Ivones y colaboradores en su artículo “Anti-inflammatory effects of ethanolic extract and alkamides-derived from Heliopsis longipes roots” donde obtuvieron que la H. longipes presenta un efecto anti-inflamatorio.

Por último, está la mejoría en la movilidad lo que coincide con Escobedo Martínez Carolina y colaboradores en su investigación “Heliopsis longipes: anti-arthritic activity evaluated in a Freund’s adjuvant-induced model in rodents” donde concluyeron que la H. longipes tiene utilidad potencial como agente anti-artrítico y que además, las ratas mostraron una mejor movilidad articular.

Aunque en las investigaciones anteriormente mencionadas sus resultados fueron obtenidos en modelos animales, la presente investigación confirma que también funciona en humanos.

Capítulo VII. Conclusiones.

Como se comentó al inicio, la artritis tiene un alta prevalencia a nivel global y existen alrededor de 34 millones de afectados con discapacidad permanente y 140 millones con discapacidad temporal a causa de dicha enfermedad; es por ello, la importancia de conocer y explicar la experiencia de las personas que sí han utilizado la raíz de oro para este fin.

Se logró describir las experiencias de las personas que utilizan la raíz de oro para la artritis reumatoide llegando a coincidir en sus discursos en que la raíz de oro les funciona para la sintomatología, ya que disminuyó el dolor, la inflamación y mejoró la movilidad articular. En el caso de la eficacia de la raíz comparada con la que obtenían con los medicamentos; algunos mencionaron que era mayor ya que tenían que doblar la dosis o ya no sentían tanta mejoría con el medicamento; otros refirieron que era igual; en el caso de quienes consumen ambas también comentaron mayor mejoría. De igual forma, todos coincidieron en que recomendarían el uso de la raíz de oro para casos de artritis reumatoide ya que ha mejorado su calidad de vida.

La evidencia que se presentó anteriormente, demuestra que la raíz de oro si es efectiva como tratamiento para disminuir la sintomatología de la artritis reumatoide; sin embargo, no descarta la necesidad de un tratamiento farmacológico ya que existe la posibilidad de que funcione para la sintomatología, pero que la enfermedad siga evolucionando en forma silenciosa, por lo que es importante consultarlo con el especialista y realizar las pruebas de laboratorio pertinentes para determinar si existe una remisión real. Esto último podría ser un tema a retomar en cuanto a la funcionalidad de la Raíz de oro.

Referencias.

1. Real Academia Española. Artritis. [Internet]. Madrid. Actualizado 2021. [Consultado: 12/Octubre/2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/artritis>
2. Medline Plus. Artritis. [Internet]. Actualizado Octubre 2021. [Consultado: 12/Octubre/2021]. Disponible: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001243.htm>
3. Colunga P.I., Lozada N.A.. Artritis Reumatoide. [Internet]. México. [Consultado: 22/Octubre/2021]. Disponible en: <https://www.reumatologia.org.mx/pacientes.php>
4. IMSS. GER. Diagnóstico y tratamiento de artritis reumatoide del adulto. [Internet]. México. Publicado: 2010. [Consultado: 20/Octubre/2021]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/195GER.pdf>
5. Sociedad Española de Reumatología. Guía de práctica clínica para el manejo de pacientes con artritis reumatoide. [Internet]. España. Publicado: 2018. [Consultado: 20/Octubre/2021]. Disponible en: <https://www.ser.es/wp-content/uploads/2018/09/Gu%C3%ADa-de-Pr%C3%A1ctica-Cl%C3%ADnica-para-el-Manejo-de-Pacientes-con-Artritis-Reumatoide.pdf>
6. Abbvie. La artritis reumatoide afecta al 75% de mujeres mexicanas en edad productiva. PMFarma. [Internet] México. Publicado: 12/Marzo/2020. [Consultado: 20/Octubre/2021]. Disponible en: <https://www.pmfarma.com.mx/noticias/16531-la-artritis-reumatoide-afecta-al-75-de-mujeres-mexicanas-en-edad-productiva.html>
7. OMS. Salud de la mujer. [Internet] Publicado: 25/Septiembre/2018. [Consultado: 20/Octubre/2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/women-s-health>
8. Mayo clinic. Artritis reumatoide. Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER) [Internet]. Actualizado: 2021. [Consultado: 22/Octubre/2021]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/diagnosis-treatment/drc-20353653>
9. Central ciudadano y consumidor. Reporte sobre artritis reumatoide en México. [Internet] Publicado: 29/Septiembre/2020. [Consultado: 23/Octubre/2021] pp.2-15. Disponible en: https://issuu.com/centralcyc/docs/reporte_artritis_2019-5-20#:~:text=Epidemiolog%C3%ADa%20Seg%C3%BAn%20datos%20del%20Instituto,que%20la%20presentan%20son%20mujeres.
10. Little Jr. EE. El chilcuague (Heliopsis longipes) planta insecticida. Boletín de la Sociedad Botánica de México 1948 7: 23-27

11. Cilia L.V., Reyes A.J., Aguirre R.R. y Juárez F.B. Ampliación de la descripción y aspectos taxonómicos de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae). Scielo. [Internet]. Publicado: 2013. [Consultado: 15/Octubre/2021] (36). Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-27682013000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es
12. CONABIO. Enciclovida. *Heliopsis longipes*. México, Tlalpan. [Consultado: 23/Octubre/2021]. Disponible en: <https://enciclovida.mx/especies/182065-heliopsis-longipes>
13. García C. A., Ramírez C. E. y Molina T. J. El género *Heliopsis* (Heliantheae; asteraceae) en México y las alcamidas presentes en sus raíces. *Acta botánica Mexicana*. [Internet] 2004. [Consultado: 23/Octubre/2021]. (69) pp. 115-131. Disponible en: <http://www.ira.cinvestav.mx/portals/0/Labs/JMT/Garc%C3%ADa-Ch%C3%A1vez,%202004%20%231205.pdf>
14. Integrated Taxonomic Information System. ITIS. *Heliopsis longipes*. [Internet]. Actualizado: 01/Septiembre/2021. [Consultado: 23/Octubre/2021]. Disponible en: <https://www.itis.gov/>
15. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO) y Secretaría del Medio Ambiente del Distrito Federal (SEDEMA). La biodiversidad en la Ciudad de México. [Internet]. México. 2016. [Consultado: 31/Octubre/2021]. Disponible en: <https://biblioteca.semarnat.gob.mx/janium/Documentos/Ciga/Libros2013/CD002458.pdf>
16. Rzedowski, G. C. de J. Rzedowski y colaboradores, Flora fanerogámica del Valle de México. [Internet]. Instituto de Ecología A. C. y Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, Pátzcuaro (Michoacán) [Consultado: 02/Noviembre/2021]. Disponible en: [https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/librosDig/pdf/Flora del Valle de Mx1.pdf](https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/librosDig/pdf/Flora%20del%20Valle%20de%20Mx1.pdf)
17. Cilia L.V. Biología y utilización del Chilcuague (*Heliopsis longipes* S. F. Blake). [Internet] San Luis Potosí. Universidad Autónoma de San Luis Potosí. Publicado: 2007 [Consultado: 29/Septiembre/2021]. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.uaslp.mx/xmlui/bitstream/handle/i/1807/DCA1BUC00701.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
18. Cilia L.V., Aguirre R.R., Reyes A.J. y Juárez F.B. Etnobotánica de *Heliopsis longipes* (Asteraceae: Heliantheae.) *Boletín de la Sociedad Botánica de México*. [Internet]. Publicado: 2008. n.83 [Consultado: 27/Septiembre/2021], Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0366-21282008000200007&lng=es&nrm=iso&tlng=es

19. Cárdenas O.N., Pérez G.S., Zavala S.M., Aguirre R.J. y Pérez G.C. Actividad antifúngica de seis plantas sobre *Aspergillus flavus* Link. Revista Mexicana de Ciencias Farmacéuticas. [Internet] 2005. [27/Septiembre/2021]; vol. 36 (No.3) pp.21-26 Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/579/57936304.pdf>
20. V.G. Cilia-López, B.I. Juárez-Flores, J.R. Aguirre-Rivera & J.A. Reyes-Agüero. Analgesic activity of *Heliopsis longipes* and its effect on the nervous system, Pharmaceutical Biology, [Internet] Publicado: 2010. [Consultado: 28/Septiembre/2021] vol. 48, No.2, pp:195-200, DOI: [10.3109/13880200903078495](https://doi.org/10.3109/13880200903078495) Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3109/13880200903078495>
21. Hernández I., Márquez L., Martínez I., Dieguez R., Delporte C., Prieto S., Molina T.J. y Garrido G. Anti-inflammatory effects of ethanolic extract and alkaloids-derived from *Heliopsis longipes* roots. Journal of Ethnopharmacology. [Internet] 2009. [28/Septiembre/2021] vol. 124 (No.3) pp:649-652 Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jep.2009.04.060>
22. Ruiz, Guillermo. La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo Foro de Educación [Internet], España 2013. [22/Abril/2022] vol. 11, núm. 15, enero-diciembre, 2013, pp. 103-124. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4475/447544540006.pdf>
23. Carreras P. C. John Dewey: "En el principio fue la experiencia" Utopía y Praxis Latinoamericana [Internet] Venezuela 2016, vol. 21, núm. 72, pp. 69-77. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/279/27946220007.pdf>
24. Hernández Sampieri, Collado y Lucio (2003) Metodología de la investigación. Mc Graw Hill Education. 6ta ed. 2014
25. S. J. Taylor y R. Bogdan. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados. [Internet]. España. PAIDÓS. [29/04/2022]. Disponible en: <http://mastor.cl/blog/wp-content/uploads/2011/12/Introduccion-a-metodos-cualitativos-de-investigaci%C3%B3n-Taylor-y-Bogdan.-344-pags-pdf.pdf>
26. Siurana A. J. "Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural". Scielo. [Internet]. (2010). [25/04/2022] Vol. 22. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-92732010000100006#:~:text=Beauchamp%20y%20Childress%20distinguen%20cuatro,los%20principios%20de%20la%20bio%C3%A9tica.
27. Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. [Internet]. (2014). [Enero/2022]. Disponible en: https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf
28. Código de ética para las enfermeras y enfermeros en México. [Internet]. México, D.F. (2001). [Enero/2022]. Disponible en: http://www.cpe.salud.gob.mx/site3/publicaciones/docs/codigo_etica.pdf

29. Sentimiento. Significados.com. [Internet] [26/04/2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/sentimiento/>
30. Emoción. Significados.com. [Internet] [26/04/2022]. Disponible en: <https://www.significados.com/emocion/>
31. Real Academia Española. Cambiar. [Internet]. Madrid. (2014). [23/04/2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/cambiar>
32. Real Academia Española. Aprovechar. [Internet]. Madrid. (2014). [23/04/2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/aprovechar>
33. Real Academia Española. Dolor. [Internet]. Madrid. (2014). [23/04/2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/dolor>
34. Real Academia Española. Medicamento. [Internet]. Madrid. (2014). [23/04/2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/medicamento>

Anexos.

Anexo 1. Guía de entrevista.

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA.
CARRERA DE ENFERMERÍA.

**GUÍA DE ENTEVISTA SEMIESTRUCTURADA PARA REALIZAR LA
INVESTIGACIÓN “EXPERIENCIAS DE LAS PERSONAS QUE UTILIZAN LA RAÍZ
DE ORO PARA LA ARTRITIS REUMATOIDE”.**

Objetivo: Identificar las experiencias de las personas de la Ciudad de México que utilizan la raíz de oro para disminuir la sintomatología de la artritis reumatoide en el año 2022.

Nota: Preguntar si está de acuerdo con que se grabe el audio durante la entrevista.

- 1) Platíqueme, ¿Cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?
- 2) ¿Usted cómo consume la raíz de oro?, ¿Qué la llevo a tomarla como lo hace?
- 3) Aparte de la raíz de oro ¿usted consume algún medicamento para la artritis?
- 4) En caso de que la respuesta a la pregunta anterior sea no: ¿cuál es la razón?
- 5) Dígame, ¿Cuánto tiempo lleva utilizando la raíz de oro?
- 6) ¿Cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de tomar la raíz?,
¿Que sentía emocionalmente?
- 7) ¿Cómo es ahora con el uso de la raíz; sus síntomas siguen igual o han
cambiado y como es que han cambiado?, ¿Que sentía emocionalmente?
- 8) ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que
tenía con los medicamentos que tomaba?

Anexo 2. Consentimiento informado.

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA.
CARRERA DE ENFERMERÍA.

CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Yo _____ de _____ años, acepto de manera voluntaria que se me incluya como sujeto de estudio en el proyecto de investigación denominado "Experiencias de las personas que utilizan la raíz de oro para la artritis reumatoide" donde se realizará una entrevista semiestructurada con una duración de 40 minutos aproximadamente. La investigación tiene por objetivo identificar las experiencias de las personas de la Ciudad de México que utilizan la raíz de oro para disminuir la sintomatología de la artritis reumatoide en el año 2022. Luego de haber conocido y comprendido la información sobre dicho proyecto, riesgos si los hubiera como se menciona en el Art. 117 de la Ley General de Salud y beneficios directos e indirectos de mi participación en el estudio y en entendido de que:

- a) Mi participación no repercutirá en mis actividades.
- b) Retomando el principio bioético de autonomía puedo retirarme del proyecto si lo considero conveniente a mis intereses, aun cuando el investigador responsable no lo solicite, informando mis razones para tal decisión; pudiendo si así lo deseo, recuperar toda la información obtenida de mi participación.
- c) No haré ningún gasto, ni recibiré remuneración alguna por la participación en el estudio.
- d) Se guardará estricta confidencialidad sobre los datos obtenidos producto de mi participación de acuerdo con el Art. 16 de la Ley General de Salud y el apartado 5 del Decálogo del Código de Ética para Enfermeras y Enfermeros Mexicanos.
- e) Puedo solicitar en el transcurso del estudio información actualizada sobre el mismo al investigador responsable.

Lugar: _____ Fecha: _____

Nombre y firma del participante: _____

Anexo 3. Transcripción de entrevistas.

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenos días señora Hilda, una vez leído el consentimiento le pregunto nuevamente; ¿está de acuerdo en que se grabe el audio durante la entrevista?

H: Si, estoy de acuerdo.

G: okey, muy bien. Primero que nada dígame ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

H: a mira pues este... yo me enteré de la raíz del oro a través de Gaby, este ella lo publicó y... bueno yo estoy en un grupo de personas con artritis entonces este... ahí bueno en en el grupo ya yo vi que ella había publicado entonces este pues me llamó la atención y ya le pregunté a ella que ¿cómo era esto de... de la raíz del oro? Este ya a través de ella fue como me entere porque de hecho ya a yo no conocía de la raíz del oro

G: aja... bueno y usted ¿cómo es que consume la raíz de oro?

H: Este... pues yo... el la la conseguí acá por donde yo vivo este... con una señora que vende este... hierbas de hecho pues o sea yo yo de hecho esta planta yo no la conocía... ni nada, sino que preguntándole a una señora que vende este hierbas y cosas este medicinales, le pregunté que si la tenía y ella me dijo que pues que si, si la tenía... entonces por una foto que esta Gaby este publicó pues yo más o menos me di idea de cómo era, entonces pues ya después le pregunté a Gaby que si... si era porque pues luego nos venden cosas que no son y ya ella me dijo que si se me entumía la la lengua... que comiera un pedacito y que si se me entumía la lengua es que si era

G: aja...

H: entonces así le hice y pues si, efectivamente con un pedacito que mastiqué eh luego luego sentí que la lengua se me dormía

G: y... ya para el uso de la... bueno para la artritis cómo es que la toma o sea ¿cómo la prepara?

H: Yo la preparé en un litro de agua...

G: aja

H: este en un litro de agua y le puse este... más o menos le calcule unas 5 - 6 pedacitos de ramita porque viene como en trocito este bueno o sea así como... un montoncito este... amarrado con un lacito y entonces ya entre 5 y 6 pedacitos no muy chicos, no muy grandes y así lo preparé

G: y... ¿la toma diario o cada cuanto la toma?

H: si, la estoy tomando diario, un vaso en la mañana, uno en la noche porque como yo trabajo y este... bueno mi trabajo es estar dentro de áreas asépticas, trabajo en un laboratorio farmacéutico entonces cuando yo entro em no no puedo estar saliendo al baño, entonces antes de salir de aquí de de la casa tomo un vaso en la mañana y cuando regreso me tomo uno o dos vasos

G: okey y... ¿usted consume algún otro medicamento aparte de de lo que es la raíz pero para la artritis?

H: Si, de hecho me mandaron el metrotexato, la cloroquina, este... el ácido fólico, el celebrex para el dolor, pero yo ahorita la verdad desde que estoy consumiendo la raíz del oro la verdad eh... yo lo que sí me he dado cuenta que antes tomaba este... 2 celebrex porque ya uno ya no era suficiente tomaba 2 celebrex en la mañana junto con un

ibuprofeno con cafeína y ya en las noches para poder descansar igual yo tomaba la misma cantidad

G: aja

H: entonces este porque si yo no yo no tomaba este... el celebrex... 2 celebrex y 2 ibuprofenos yo no podía dormir por el dolor y entonces en las mañanas yo, yo... este amanecía con mucha rigidez en mis manos y... me dolían mucho mis pies, entonces ahorita este ya pues... gracias a Dios ya ahorita ya no he consumido nada de... ibuprofeno y celebrex que son... el medicamento que me dieron para el dolor

G: mja y... usted me menciona que tenía rigidez y tenía dolor en los pies eh... aparte de eso ¿Cuáles eran los síntomas que tenía o eran los únicos?

H: No este... de hecho luego de repente yo digo que me daban crisis porque me dolían muy feo todo mi cuerpo e inclusive este en las noches el mismo dolor de de la artritis y de la rigidez luego me despertaba

G: aja...

H: entonces ahorita ya si este... bueno yo tengo consumiendo la raíz del oro ya con esta es la tercer semana... entonces este ya ahorita pus si lo que he notado que a este a estas 3 semanas no he estado tomando el celebrex y el ibuprofeno porque yo una caja de ibuprofeno me la terminaba en menos de una semana

G: no pues sí, sí es bastante lo que me comenta

H: Si

G: Más o menos a ¿en qué tiempo empezó a notar que eh si le estaba funcionando la raíz?

H: pues yo este... mmm... la verdad luego luego casi empecé a notar al tercer día yo note que este... que yo ya no tenía esos dolores desde el segundo día yo no yo o sea luego luego porque pues era con algo de lo que amanecía a diario con esos dolores, se podría decir que ya hasta eran parte de mi entonces yo desde el segundo día que empecé a consumirlo yo note que yo ya no tenía ya esos dolores.

G: ¡Qué bueno!

H: Si

G: y... bueno si no es mucho... ehh... muchas molestias, ¿Cómo se sentía emocionalmente cuando... cuando tenía estas molestias o estos dolores?

H: este si... mira te repito este yo antes si me pus si me sentía muy mal porque de hecho yo no me podía, había coaliciones en que... yo no me podía ni peinar entonces cuando a mi me entraban esas crisis que yo me sentía muy mal hasta inclu... este... inclusive hasta chillaba del dolor o sea yo lloraba del dolor

G: mja...

H: y me tenía que inyectar cuando tenía las crisis me tenían que inyectar la ceftriaxona con la este... betametasona

G: aja...

H: combinadas las dos

G: y... o sea que en ese entonces ¿se podría decir que sentía desesperación o... qué es lo que sentía?

H: si, si o sea entraba a mi me entraba mucha desesperación, tenía yo mucho dolor, entonces yo yo decía pero porque me siento yo así, este tan mal porque pus era un dolor inexplicable o sea pero fuerte, un dolor feo

G: me imagino que ha de haber sido muy una sensación muy fea

H: si

G: y... bueno ahora que ya ya consume la raíz de oro eh... ¿ha tenido algunos otros cambios aparte de los que me ha mencionado?

H: este... no o sea te digo que ya me siento este... ahorita más más tranquila ya amanezco bien, de hecho duermo bien ehh... o sea siento que pus o sea si descanso bien porque a lo mejor antes lo que no me dejaba descansar era el mismo dolor.

G: ¡sí claro! pus era me imagino es un completo cambio ya una vez que que consume la raíz

H: si, la verdad que si Gaby, entonces este yo la verdad o sea si o sea la verdad te agradezco mucho gracias a Dios que... eh te puso en mi camino y que descubrí esto de la raíz del oro porque... o sea la verdad si yo me he sentido este... muy bien entonces este... pus bueno sería que ha todas las personas que tienen o padecen de artritis la probaran porque pues yo la verdad o sea soy de las personas que no cualquier medicamento me hacía entonces yo tenía que hasta doblar las dosis para... eh aguantar los dolores o para que se me quitaran o que por lo menos me dejara trabajar el dolor y... y la verdad este... ¿qué crees Gaby? Que la verdad este... eh yo probé de todo e inclusive me hablaron del café del ganoderma, este... me hablaron de unas pastillas de GNM o sea probe... este... de cosas que me decían y la verdad no nada me funcionaba y son medicamentos que cuestan carísimo porque... por ejemplo el... el las estas pastillas que a mí me recomendaron de GNMMX ¿qué crees? que yo las consumía y el frasquito con 30 pastillas me costaba 1600 pesos

G: ¡hay! ¡¿Enserio?!

H: si y nada más me duraba un mes Gaby entonces qué crees que la verdad...

G: ¡hay no, es mucho!

H: si y el café este el ganoderma este... una caja con 30 sobres me costaba 400 pesos entonces así estuve consumiendo cosas que la verdad yo no veía este... ora sí que mejoría en mi y entonces este... yo misma suspendí el los medicamentos y todo y yo decía no pus yo no voy a seguir gastando mi dinero porque este.. pues mira la gente mientras te venda y te quiera ora sí que se aprovechan de nuestro dolor, a la mejor está mal que yo lo diga pero se aprovechan de nuestro dolor y entonces este pues uno busca la alternativa y tú dices bueno pus lo voy a probar para ver si es cierto que me quita estos dolor y la verdad o sea yo siento que hay mucha gente abusiva, luego también me encontré igual en el face una señora que decía que quería que le depositara dinero y que ella me iba a decir de unos remedios para que yo me mejorara...

G: Mja...

H: y todo y tampoco o sea no no termine depositándole el dinero porque dije bueno la persona que te quiere ayudar te ayuda Gaby y y más sin embargo mira como contigo fue totalmente diferente porque mira tu publicastes lo de la raíz del oro y yo lo vi y yo en el momento en que eh yo a ti te lo pregunte este... tú luego luego me dijiste como se llamaba e inclusive me mandastes una foto de cómo era...

G: mja...

H: entonces este... eh pus más o menos me distes una idea de dónde podía eh este encontrarla y todo entonces este... eh pues yo vi que que tu no eras como esas personas

que se quieren aprovechar de nuestro dolor y sacarle provecho... en cuestión de dinero

G: y... eh...

H: y estas personas que te digo que a mí me o sea que me he encontrado este... luego luego te quieren vender productos

G: ¡si, si lo he notado mucho créame!

H: ¡aja! Y quieren que les estés depositando dinero en cuentas y eso, entonces yo digo no, de verdad o sea que que que gente tan fea porque pus como te digo nuevamente, se aprovechan de nuestra situación y de nuestro dolor.

G: Si, si hay gente... de todo tipo y en todos los... y créame que si la entiendo, si estoy en otro grupo y... si, si he visto muchas cosas

H: Si Gaby, la verdad o sea que buena onda de tu parte y de verdad o sea que Dios te bendiga...

G: ¿si me escucha?

H: y este... y pues muy buena eh! la raíz del oro y pues la verdad yo te lo agradezco mucho Gaby

G: no no, al contrario, que bueno que le ha, le ha funcionado. Eh... bueno una última pregunta...

H: Si Gaby.

G: Bueno dos... ehh... ¿Consideraría que los efectos de la raíz ahora comparándolos con los que tenía con el medicamento eh... cómo han sido?

H: han sido muy mejorables Gaby, la verdad han sido muy notorios luego luego el cambio y... como este como te mencionaba, la verdad o sea yo me siento súper bien este... han sido ahora si que para... mi cuerpo pues este... una oportunidad eh... de ya no sentir ese dolor ni ese cansancio ni esa rigidez.

G: ¡Qué bueno, me alegro, me alegro mucho!. Eh...

H: Si Gaby, gracias

G: eh... una cosa más...

H: Si.

G: ehh... ¿cómo considerar... consideraría que ha cambiado su día a día ya con el uso de la raíz?

H: pues... pues gracias a Dios Gaby y gracias a ti ha mejorado mucho, la verdad porque yo antes me sentía hasta sin ganas de trabajar entonces ahorita yo la verdad hasta siento que me ha ayudado pues en... ahora sí que en mi rendimiento físico porque ahorita yo ya tengo ganas hasta de hacer ejercicio y antes este... yo no tenía ganas ni de hacer ejercicio, ahorita yo estoy trabajando jornadas de 12 por 12

G: aja...

H: y... la verdad o sea son jornadas que aguanto porque este... no yo ya había un... yo llegaba un momento en que yo ya ya no quería ni trabajar, por los dolores tan feos que tenía y tenía tenía que ahora sí que estar me hasta drogando Gaby, para este... pues para poder aguantar mi día con día y ahorita con... esto del ra.. de la raíz del oro, la verdad pues yo si me he sentido muy bien y ahorita este... pues también me quiero meter al gimnasio porque te digo que ya tengo más energía y amanezco con bastante energía gracias a Dios.

G: ¡Hay que bueno que me dice eso, en verdad que bueno que...

H: Si, Gaby... si Gaby

G: Bueno pues ¿algo más que quiera agregar?

H: No pus.. ora sí que pues ya, te digo este... ora sí que gracias a ti Gaby y que bueno ojala y... y Dios quiera que sigas llevando, transmitiendo este mensaje a más gente que tiene el mismo padecimiento y de verdad o sea... yo sí, ya que lo probé y eso, la verdad yo si lo recomiendo y ojalá y mucha gente igual este se sane o por lo menos este... ehh... poco a poco porque pues todos los organismos son diferentes ¿verdad?

G: si, claro!

H: entonces este... pues este... yo digo que aunque a lo mejor a veces unos sentimos mejoría luego luego otros no pero pues yo digo que tengan mucha fe en Dios y que tengan mucha fe a la raíz del oro porque si, si si es muy buena Gaby y yo la verdad o sea te lo agradezco infinitamente este... que me hayas dado también a mí la oportunidad de brindarme esta información de la raíz del oro y pues te lo agradezco mucho Gaby, no me queda más que decirte que... que dios te bendiga y que sigas siendo ora sí que luz y mensajera para la gente que... que sufre de esta misma enfermedad.

G: ¡Hay no, muchas gracias al contrario muchísimas gracias a usted por, por prestarse a... a la entrevista y por animarse a probarla, a probar algo nuevo

H: si Gaby, si si...yo yo digo que si... este la verdad o sea que lo prueben y es algo realmente este... maravilloso que pus que la verdad o sea si, si cambia la vida en uno y pues seguirla consumiendo.

G: Bueno pues doy por terminada la entrevista, al menos la grabación.

H: Si

G: Bueno muchas gracias.

H: No gracias a ti Gaby, cuídate mucho Dios te bendiga, cualquier cosa por aquí andamos.

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenas tardes señor Eduardo, mi nombre es Gabriela. Le recuerdo que si...bueno me puede comentar si ¿está de acuerdo en que la llamada se grabe?

E: Si, estoy de acuerdo.

G: Muy bien, comenzamos. Platíqueme, ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

E: Bueno yo tenía un vecino que sufría lo mismo que yo, un dolorcito en las manos y ya después nos enteramos que era artritis y él fue el que... me recomendó la hierba una que podemos conseguir acá en el mercado de cerca de nuestras casas y pues bueno él fue el contacto directo con el que di a la hierba de raíz de oro.

G: ¡Perfecto! O sea que entonces ¿su vecino fue el que le dijo cómo consumirla o qué es lo que lo llevó a consumirla como lo hace?

E: Si!, si fue...mi vecino quien me aconsejó todo, me dijo en donde comprarla, qué cantidades poner en mi pocillo y todo.

G: Me podría decir ¿cómo es que usted la... la consume?

E: Si, yo pongo de 4 a 5 ramitas eh... en un pocillo más o menos como de un litro un litro y medio y lo dejo hervir y ya que empieza a hervir lo dejo 5 minutos y ya ese litrito de agua me lo voy tomando pues en todo el día.

G: Okey... ¿usted consume algún medicamento o lleva algún otro tratamiento aparte de lo

que es el la raíz de oro?

E: Si, eh...Pues la verdad es que yo tomaba meto...metatroxato...

G: okey...

E: ...tiene un nombre medio raro pero pues todavía lo sigo tomando, lo complemento con la raíz.

G: Perfecto... Y.... ¿Cuánto tiempo lleva utilizando o tomando la raíz de oro?

E: Bueno pues la verdad es que llevo unos....un año y medio más o menos como a la mitad de que empezó esto de la pandemia se me hizo un poquillo complicado este....pues también esto de andar consiguiendo los medicamentos andar saliendo a la calle entonces pues ya...

G: Sí claro!

E: ...si un vecino fue el que me dijo oye pues porque no lo intentas ¿no? Y pues ahora si que lo intentó complementar ¿no?, o sea no dejar el medicamento, si me cuesta un poco conseguirlo pero...pues también pues este consumir la raíz como tal.

G: Cuénteme, ¿la raíz la toma diario o cada cuanto la toma?

E: Intento, intento tomarla diario pero pues bueno hay veces en las que se me pasa, la verdad no le voy a a...no le voy a mentir..... pero ahora sí que la procuro tomar mínimo cada tercer día. Cada casi siempre que voy al mercado que voy una vez a la semana más o menos voy y me compro unas ramitas.

G: okey....eh....bueno me decía que presentaba síntomas antes, ¿Cuáles eran los síntomas que presentaba antes de que consumiera la raíz de oro?

E: si, la verdad es que a mí me dolían muchísimo las manos, o sea había veces en las que despertaba y las sentía bien engarrotadas...no sé si me doy a entender...

G: Si

E: ...si como que no las podía mover y luego este intentaba yo abrir frascos o abrir este... botellas de estas de refresco y no, pues no podía, yo sentía que ni siquiera hacía fuerza ¿no? En mis manos....

G: Aja....

E: ...y me causaba mucho dolor

G: Mmmm... ¿algo más que tuviera aparte del...del dolor y la rigidez?

E: Pues... pus ahora sí que gracias a dios solamente fue las manos o sea hasta donde yo me di cuenta fue ahora sí que en ambas manos pero pues sí, ahora sí que los síntomas más graves fueron esos el dolor es era insostenible y pues si que no las puedas mover pues te desespera un poco también ¿no?

G: bueno y usted ¿qué sentía en esos momentos?, o sea se sentía enojado o ¿cómo se sentía?

E: yo creo que más que enojo es frustración ¿no? O sea de que pues no puedes hacer las cosas que antes hacías solo y... pues... tienen que estarte ayudando... la verdad me sentía como....como si fuera una carga para mis familiares o... por ejemplo cuando estaba solo y pues no podía como que si me desesperaba ¿no?

G: Si, si claro!, es entendible que cuando no podemos algo que estamos acostumbrados a hacer por nosotros pues nos sentimos frustrados.... Bueno y cuénteme ahora ¿cómo es con...con el uso de la raíz?

E: Bueno pues la verdad es que las manos pues ya las puedo mover un poquito más, yo

siento que pues hasta eso se me ven más normales no de cómo....decirle porque hay...este porque yo antes de la raíz...si cierto se me olvidaba comentarle, las sentía hinchadas, tenía las manos como que...así....gruesas...

G: Aja...

E: ... y ahora las veo como.....como que más normales.... las puedo mover un poco más....

G: O sea ya las siente como antes de la artritis?

E: ¡exacto! Ya las siento mucho mejor la verdad.... a como empecé... verdad....

G: si..

E: si, si...si me... he notado una mejoría en este año y medio que he tomado la raíz y pues ahí vamos ahí vamos...

G: ¡Perfecto! ¿O sea que usted la recomendaría?

E: Si, la verdad es que yo si recomendaría la raíz, creo que me dio este....un muy buen resultado, a largo plazo la verdad no lo deje...no deje el medicamento ni nada...los complementos por así decirlo y creo que me ha dado un muy buen resultado, yo si la recomiendo.

G: Bueno y dígame ahora que ya no tiene estas molestias ¿qué siente? Ya está más tranquilo o ¿cómo se siente?

E: si... si ya estoy más tranquilo me siento feliz porque....pues porque ya puedo hacer las cosas por mí mismo y no me tienen que estar ayudando ¿no? O sea me siento... como le diré.... como independiente ósea que no dependo o no necesito que estén pendiente de mí.

G: Si, claro lo entiendo ya se vale por sí solo... pues sería todo, muchísimas gracias señor Eduardo.

E: De nada, de nada....

G: ¿Algo más que quiera agregar?

E: Mmm.... pues la verdad no, es una gran labor la que tú haces al entrevistarnos a nosotros para ver que.... puede ayudar a más personas a un futuro así que pues muchas gracias por la entrevista.

G: No, al contrario señor, muchísimas gracias a usted.

E: De nada, de nada....

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenas tardes señor Alfonso, una vez leído el consentimiento le pregunto nuevamente ¿está de acuerdo en que se grabe esta entrevista?

A: Si, si estoy de acuerdo.

G: muy bien vamos a iniciar. Platíqueme, ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

A: Pues....cuando fui diagnosticado con artritis este....un familiar que también la padece pues... me la recomendó, me recomendó empezar a usarla por lo cual pues....la busqué y...y pues la compré.

G: okey y bueno dígame, ¿usted cómo consume la raíz, o qué es lo que lo llevó a tomarla como lo hace?

A: Bueno, mi...familiar me recomendó poner 4 ramitas en medio litro de agua, una vez que hirviera los 6 minutos que me recomendó era dejarla enfriar...

G: aja...

A: ...y tomar de un poquito... o bueno traguito por traguito a lo largo del día, eso.... bueno ese medio litro de agua me dura pues... toda mi jornada de hasta dormir

G: okey, aparte de la raíz de oro ¿usted consume algún medicamento para la artritis?

A: Por... la pandemia este... no, no encontré medicamentos para la artritis entonces este... pues no, de hecho fue cuando me recomendaron la raíz y solamente pues, tomo eso

G: bien... eehhh.... Usted más o menos ¿cuánto tiempo lleva utilizando la raíz de oro?

A: Aproximadamente 11 meses, no...si, si como 11 meses.

G: Mmm... a ver bueno dígame ¿cuáles eran las molestias o cuáles eran los síntomas que tenía usted antes de que....le, le recomendaran la raíz de oro....o antes de que empezara a tomar la raíz de oro?

A: Mmmm... pues... sentía mucho cansancio, sobre todo dolor en mis articulaciones en las de mis dedos y mis pies, los zapatos.... bueno tan solo los pies los sentía... los sentía como inflamados y como... como calientes...

G: aja...

A: al ponerme los... al ponerme mi calzado pues... se... sentía como si me apretara este... aja... como si me apretara el zapato... también... cuando por ejemplo al estar sentado al tratar de levantarme pues... tenía que esperar lapsos a que pasara el dolor porque... al... al moverme pues... sentía mucho mucho dolor, entonces tenía que esperar lapsos de ratitos para poder terminar de levantarme, o sea... me movía poco a poco hasta que me doliera menos y pudiera levantarme ya sin tanto dolor... no sé si me explique...

G: si, si como que calentaba sus articulaciones para poderse mover ¿no?

A: ¡Ándele! Si, si, si... como que las calentaba para que no me dolieran tanto... también al comer cierto tipo de alimentos al siguiente día amanecía como...como con más dolor de lo habitual lo que es el jamón, el queso, el.... me provocaban mucho dolor al día siguiente...

G: Bueno y... ¿en esos momentos de dolor y que no se podía mover tanto que sentía? Enojo o... ¿qué era lo que sentía?

A: Si un poco de enojo pero era más tristeza y frustración, porque... eh... pues... pues tristeza porque no me podía mover como antes o como las otras personas y pues no podía estar bien y... frustración porque pues sí tenía que esperar mucho tiempo incluso para levantarme que es algo fácil para alguien que está bien y pues sentía que me tardaba en hacer las cosas y no me gustaba y me frustraba el que no podía por más que tratara de hacerlo rápido y pues me dolía.

G: Bueno y ahora que ya consume la raíz y que ya lleva tiempo consumiéndola ¿cuáles serían los síntomas que tiene? O ¿cree usted que hayan disminuido o cambiado?

A: Pues... de primeras... lo noto por el calzado como le comente antes sentía mucha inflamación, sentía mucho dolor, entonces en el calzado lo note porque el zapato ya es muy rara la vez que me aprieta, también ya me puedo levantar sin tanta dificultad y puedo comer los alimentos que... que le comente, pues ya los puedo comer sin, sin amanecer con dolor al día siguiente.

G: Y ahora con lo que me comenta de que ya no siente las mismas molestias que antes tenía... ¿cómo se siente?

A: No pues ya súper diferente, porque pues ya no siento la frustración que llegue a sentir de no poder hacer las cosas por el dolor.

G: Claro! Me imagino ha de sentir satisfacción y felicidad por el cambio.

A: si, como dice... si me siento feliz de poder hacer mis cosas como antes y moverme con más libertad...

G: Entonces para... dejarlo un poquito más claro, ¿cómo usted me diría que ha cambiado su estilo de vida para... sí ha cambiado para bien o para mal? O si lo ha ayudado la raíz de oro...

A: Pues yo diría que si me ayudo porque como le comento ya no siento tanto dolor en mis articulaciones, ya puedo moverme con un poco más de libertad.

G: Bueno y ya para terminar... ¿usted recomendaría la raíz de oro?

A: Pues si, a mi me ayudo, entonces yo sí la recomendaría.

G: Muy bien, ¿algo más que quiera agregar señor Alfonso?

A: No, nada más.

G: Okey, entonces doy por terminada la entrevista, muchísimas gracias.

A: De nada, gracias a usted.

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenas tardes señora Ana eh... nada más para corroborar, ¿está de acuerdo en que la entrevista se grabe?

An: Si, está bien.

G: Muy bien vamos a iniciar. Platíqueme, ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

An: Mmmm... esto fue un poco raro, pero fue por una amiga... ella me comento que un familiar la utilizaba

G: okey y ¿usted cómo es que la consume? Y ¿qué es o qué es lo que la llevó a a tomarla como lo hace?

An: eh... La persona que me la recomendó, me dijo que...hirviera las ramitas en... en agua de 5 a 10 minutos y que eso me lo tenía que tomar pero que la cantidad de las ramitas dependía de la persona, que podía probar con 4 ramas de la raíz y si no me... dormía la lengua la tomara ahora sí que... a lo largo del tiempo no notaba cambios que le pusiera... bueno osea que me hicieran que se me durmiera la lengua... en mi caso funcionó con las 4 ramitas, no hubo ningún problema.

G: y ¿la toma diario o... cada cuanto tiempo la toma?

An: Mmmm... si, ahorita solo tomo la raíz pero el pri... pero al principio tomé metro...texano y otro que no recuerdo el nombre y a veces diclofenaco para el dolor, aparte de dejar algunos alimentos que me causaban... me causaban más dolor como la carne y pues ahorita sigo como que una buena alimentación y tomo... el agua de raíz, pero... todo hasta el momento muy bien

G: okey y ¿cuánto tiempo lleva utilizando la... o bueno tomando la raíz de oro?

An: Mmmmm... pues... aproximadamente... eh... pues he tenido algunos problemas para conseguirla ya que no he tenido trabajo, entonces y es un poco cara y también se me ha olvidado tomarla entonces no ha sido un tiempo específico... yo creo que como unos... 8 meses... si, más o menos

G: pero... ¿le ha funcionado o... cómo?

An: si, si me ha funcionado... de momento

G: entonces dígame... ¿Cuáles eran los síntomas o las molestias que tenía antes de que empezara a tomar la... la raíz de oro?

An: Bien... antes de tomarme la raíz me dolían las articulaciones de ambas manos

G: aja...

An: las manos las sentía y las veía inflamadas bueno las articulaciones las veía inflamadas y como raras, en la mañana sentía los dedos como rígidos o entumecidos a tal grado que no podía abrir la mano eh... las manos ¿no? tenía que aplicar fuerza para poderlos abrir... o al poco rato ya se me empezaban a... se me empezaba a quitar ¿no? con el calor... en las noches igual sentía que me dolían las manos... otra cosa que sentía era que no podía apretar cosas para... para abrir no se frascos pues por el mismo dolor y algunas otras este... que causaran mucha fuerza o que yo tuviera que hacer mucha fuerza.

G: bueno y ¿en estos momentos que me comenta que era lo que sentía?... enojo, tristeza o ¿qué sentía?

An: Mmmm... sentía mucha impotencia y frustración porque no podía hacer algo que antes hacía sin ningún problema y aunque mi familia me ayudaba este... no era lo mismo porque pues... una que está acostumbrada a hacer las cosas sola y que de la nada me empiece a costar trabajo y luego con el dolor pues no es agradable, la verdad te llegas a sentir inútil la verdad...

G: Si, claro! Estoy completamente de acuerdo en que el cambio en poder hacer las cosas que antes hacíamos con normalidad pues... si nos llega a afectar emocionalmente y peor aún si sentimos dolor al querer hacerlas. Pero bueno y ahora que ya está tomando la... la raíz que... ¿Qué cambios ha notado?

An: Pues es... he sentido mucha mejoría, la verdad es que las manos ya no me duelen, solo me duelen cuando... como mucha carne o como mucho queso, ya veo mis manos como las recordaba que estaban más delgaditas, no las veo ni las siento hinchadas, ya me es muy rara la vez que despierto con los dedos rígidos, desde que despierto puedo mover bien mis dedos... para abrir los frascos a veces si me cuesta trabajo porque están muy apretados pero... ya puedo apretar pues más que antes y en la noche ya no me siento con ninguna molestia.

G: Y con respecto a lo que me comenta... ¿cómo se siente ahora que no tiene dolor, sus manos ya están a como las recuerda y que ya puede hacer las actividades sin problema?

An: Pues... muy feliz la verdad, ya no me he sentido... inútil o... ahora sí que como una carga para mi familia ¿no?

G: Muy bien, me alegro mucho que ya no se sienta así... entonces en pocas palabras... ¿cómo diría usted que ha cambiado su... su estilo de vida ya con el uso de la raíz?

An: Pues ha cambiado demasiado el... al hecho de que no he tenido que aumentar o seguir tomando algunos medicamentos ¿no? disminuirlos y mejorar este... eh mi movilidad en cuanto a los dedos.

G: ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que tenía con los medicamentos?

An: Ah... Pues a mi... me han funcionado mejor, digo en lo personal no me gustaba estar tomando tanto medicamento, digo... no sé si influya que ya deje ciertos alimentos pero aun así, siento que si ha sido más efectiva la raíz.

G: Muy bien, muchísimas gracias... ¿algo más que quiera agregar?

An: Ehh... no, eso sería todo.

G: Muy bien, muchas gracias señora Ana.

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenas tardes señora Yolanda, una vez leído el consentimiento le pregunto nuevamente... ¿está de acuerdo en que se grabe eh... el audio durante la entrevista?

Y: Si, estoy de acuerdo

G: Bueno, muy bien... platíqueme ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

Y: Me enteré por medio de una compañera de trabajo que ella lo usó también

G: Y... ¿usted cómo es que consume la raíz de oro o... qué es lo que la llevó a tomarlo como lo hace?

Y: Las molestias de la artritis y... me recomendó... ella misma me recomendó tomarlo eh... una tasa diaria eh.... Mmm... como hecha, hecha como un té... me lo tomo diario

G: okey y... aparte de la raíz... ¿usted consume algún medicamento para lo que es la sintomatología de la artritis?

Y: No, ahorita no... lo tomé eh... antes de conocer la raíz, tome el metrotexato pero ya después este... me reco... me recomendaron la raíz y pues deje de tomarlo y pues me resultó... benéfico me... me ayudó mucho.

G: okey, y... ¿Cuáles eran las molestias o cuáles eran los síntomas que usted tenía antes de que empezara a tomar la... la raíz e incluso antes de que empezara a tomar el metrotexato que me comento?

Y: Bueno los dedos o las articulaciones se me quedaban atoradas y al... al... al lograr abrir los dedos... las articulaciones de los dedos... lograra abrirlos me tronaban demasiado, me dolían...

G: ¿alguna otra molestia que tuviera?

Y: No, eso era todo

G: Bueno y dígame, cuando le pasaba esto... ¿qué sentía? O sea ¿se sentía frustrada o como se sentía?

Y: Mmmm... pues si un poco frustrada y angustiada o preocupada porque no podía abrir mis dedos, me costaba mucho trabajo y aparte me dolía, la verdad llegue a pensar que mis dedos se quedarían así y pues si me asustaba.

G: Bueno y ahora que ya está tomando la la raíz... ¿Cuáles son los síntomas o en qué le ha ayudado la raíz de oro?

Y: Me ha ayudado en mucho pues ya no siento los...los... los síntomas es más ando perfectamente, ando bien.

G: Y ahora que ya no presenta los síntomas... ¿cómo se siente emocionalmente?

Y: Más tranquila, porque al despertar ya no veo mis dedos atorados y que ya no me truenan.

G: ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que obtuvo con los medicamentos?

Y: Pues... yo siento que me ha funcionado igual porque las dos me quitaron lo que me tronaba de los dedos, lo que se me atoraban y pues igual el dolor.

G: Muy bien, ¿algo más que quiera agregar?

Y: No, sería todo... bueno en realidad si... que si las personas que... que tienen esas, esas molestias y logran encontrar la raíz que la tomen también es, es muy beneficiosa y les va a ayudar mucho.

G: Una cosa más... eh... en pocas palabras usted ¿cómo diría que ha cambiado su estilo de vida ya una vez con el uso de la raíz?

Y: Bastante porque ya no tengo que estarme preocupando por... si se me quedan atorados los dedos y no los puedo abrir eh... me ha ayudado mucho, ando normal ya hago mi vida normal sin estarme preocupando porque no pueda agarrar las cosas o apretar o desa... o aflojar frascos... ya ando bien.

G: Muy bien, me alegro mucho por lo que me comenta. Muchísimas gracias señora Yolanda

Y: De nada.

TRANSCRIPCIÓN

G: Buenas tardes señor Diego, una vez leído el consentimiento, le pregunto nuevamente... ¿está de acuerdo en que el audio se grabe durante la entrevista?

D: Si, estoy de acuerdo.

G: Muy bien, vamos a empezar. Platíqueme, ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

D: Pues... fíjese que estoy en un grupo en facebook eh...

G: aja...

D: para personas con artritis y... y pues me lo recomendaron ahora sí que... empezaron a decirme que funcionaba y podía mejorar la salud de... de personas o familiares que padecen esta enfermedad.

G: y... usted ¿cómo es que la consume o bueno qué es lo que lo llevó a tomarla como lo hace?

D: a pues... yo... por lo general eh... lo pongo en un... en un... un... 3 o 4 ramitas dependiendo el... el hora sí que la cantidad que voy a generar y lo pongo her... a hervir durante 5 minutos aproximadamente en... con agua eh a lo largo del día.

G: o sea que esta ¿la toma diario o... cómo es que la toma o cada cuanto?

D: Lo... lo tomo ahora sí dependiendo como... de cómo este eh...en el día de la... las articulaciones

G: okey y... aparte de la raíz de oro ¿usted toma algún otro medicamento?

D: Pues... si, tomo lo que es un complemento que se llama metrotex...texato y... la, la raíz ahora si

G: okey eh... ¿usted cuánto tiempo lleva tomando la raíz? Un aproximado.

D: Pues... ahora si mmm... tieneeee... un rato, como... unos... 2 meses y medio aproximadamente.

G: mmm... entonces si ya es un rato. Bueno y... ahora dígame ¿Cuáles eran las molestias o los, los síntomas que tenía antes de que empezara a tomar la, la raíz?

D: Pues... mmm.... Sentía acalambramiento eh... al principio de los... de... de los dedos, ya después estuve pues... eehh... con fuertes ehh... ratos del engarrotamiento del dedo eehh... índice que es el que ocupo para la computadora

G: aja...

D: y para el mouse y ya después empezaba más constante esta situación

G: okey esto... una vez que empezó... bueno aparte de esto... este... ¿sintió alguna otra molestia o síntoma?

D: eh... no, creo que ese es el predominante que he tenido.

G: y... cuando le pasaba esto... ¿qué sentía? O sea sentía enojo, frustración o ¿qué era lo que sentía?

D: eh... yo creo que frustración... si, frustración porque... como le comentaba pues trabajo con la computadora y el no poder mover mis dedos con normalidad pues... no me dejaba hacer mi trabajo entonces... yo creo igual si llegaba a sentir enojo por lo mismo...

G: si, claro... cuando no se puede hacer algo que en su momento se hacía sin ningún problema pues nos llega a frustrar pero... bueno ahora después de que empezó a utilizar o a tomar la raíz ¿Cuáles son los síntomas o ha notado que disminuyen o aumente o qué es lo que ha notado?

D: Pues... a rato he notado que ha disminuido he... y pues he seguido constante con... con tomarlo para bajar el situación de... de las articulaciones y tener un mejor... una mejor movilidad en las manos y rigidez.

G: bueno y... ahora que ha notado todos estos cambios ¿cómo se siente emocionalmente?

D: no pues ya más aliviado, ya puedo hacer mis actividades con más normalidad, el hecho de que... de poder mover mis dedos con más fluidez o bueno con más libertad sin sentir dolor o ese... engarrotamiento pues... ahora sí que... hasta me da gusto trabajar...

G: Me alegro mucho que me diga eso, con esto pues me doy cuenta de que la raíz si causa un cambio radical en el estilo de vida y que es para bien... digo el hecho de que me diga que ya le da gusto trabajar de nuevo pues que mejor... pero bueno ¿algo más que quiera agregar?

D: Pues... no que... eh siento que es un... un... un medicamento alternativo naturista que puede ayudar a las personas

G: Bueno y en pocas palabras, ya nada más para... para dejarlo un poquito más claro... ¿usted cómo es que diría que cambió su est... su estilo de vida ya una vez que... que comenzó a tomar la raíz?

D: Pues... creo que... hizo que redujera demasiado el consumo de alguno otro tipo de medicamento eh... ya sean pastillas y... ya solamente se limita a complementarlo con lo que le mencione ese rato que es el metro...

G: metrotexato

D: aja... exactamente y ya es un complemento eh... con el cual lo llevó.

G: una cosa más ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro usándolo en conjunto con los medicamentos comparado a cuando solo tomaba los medicamentos?

D: Pues... yo siento que me ha funcionado más porque si con el medicamento disminuyeron pero si a veces sentía las molestias y ya ahorita ya las siento con menos frecuencia que cuando tomaba el medicamento solo.

G: okey... pues sería todo, muchísimas gracias.

D: No, de nada

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenas tardes señor Cesar, eh... ¿está de acuerdo en que se grabe el audio

durante la entrevista?

C: Si.

G: okey. Muy bien, vamos a iniciar: platique... platíqueme ¿Cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

C: bueno es que yo... usualmente voy al mercado a hacer mi despensa o bueno al tianguis y y... voy a la... bueno me doy una vuelta por las tiendas naturistas porque eh tengo... compro una pomada para dolor de articulaciones entonces ahí me dijeron que existía eh... esta raíz, la raíz de oro y que esta me la podía tomar...o a a manera de té y me iba a ayudar más que la pomada.

G: entonces...

C: entonces me la recomendaron

G: y... eh, bueno me dijo que era en forma de té... más o menos ¿cómo es que se la toma y la prepara?

C: eh... me habían re... bueno me dijeron que empezara poniéndole poquito... o sea unas 4 ramitas, 3 ramitas y pues que si veía que no me hacía efecto pues que ya le pusiera más... entonces este... eh pues lo prepare igual que un té normal... ponía eh unas 5 ramas con eso me... me bastó y... lo ponía a hervir unos 10 minutos y ya con eso este... pues ya me preparaba el té.

G: okey... aparte de la raíz de oro ¿usted consume algún otro medicamento para... para la artritis?

C: pues medicamento como tal no, es más un suplemento, es este... para regenerar el colágeno en las articulaciones...

G: aja... a bueno aparte la pomada ¿la sigue... la sigue usando?

C: este... solo cuando me llega... cuando llego a sentir ya más molestias

G: oh ya... eh... en si ¿cuál es bueno...Cuál es la razón del... del que no consuma medicamento?

C: eh... lo que pasa es que no... este... son... tanto costosos como por el hecho de que ehhh... no quiero arriesgarme a consumir en exceso... sustancias este... que no conozco

G: si, lo entiendo es respetable... bueno eh dígame ¿cuánto es el el tiempo que... que lleva utilizando la raíz de oro?, más o menos así un aproximado

C: más o menos... tss... un año y medio

G: ¡uhh! ya es bastante tiempo...

C: Si

G: Bueno a ver dígame ¿cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de que... de que empezara a tomar la la raíz?

C: es que... bueno me dolían mucho los tobillos, las manos las tenía... como... tiesas ¿no? yo escribo mucho a... a computadora y... incluso las... cuando hacía frío no podía mover los... los dedos... como que se me agarrotaba la mano

G: aja...

C: y... los tobillos me dolían bastante, al grado de que tenía que caminar pues despacio

G: ¿alguna otra molestia que tuviera?

C: este... no pues eso y básicamente... pues como me dolían los tobillos y no pisaba bien, al poco tiempo me empezaron a doler las rodillas de que no apoyaba bien el pie

G: bue...

C: y pues esas eran las molestias

G: bueno y ahora que ya... ah bueno antes de que se me olvide, eh en ese momento que sentía las... las molestias ¿Cuál era su sentir? Por ejemplo si sentía enojo, tristeza... o ¿qué era lo que sentía?

C: Pues... me sentía frustrado porque no podía... eh... moverme como antes, no podía por ejemplo subir rápidamente las escaleras o no... era eficiente en mi trabajo... entonces este... era complicado desarrollarme en el día a día y eso me frustraba

G: Si, claro es entendible... y bueno ahora que... que ya consume la raíz de oro como... ¿Cómo siguen sus síntomas? O... ¿ha notado que han disminuido o qué ha cambiado?

C: Pues para empezar ya... este... ya aunque haga frío no tengo esta... rigidez eh... que me impedía por completo mover los dedos

G: aja...

C: ya este... recupere la movilidad en... en mis manos para pues para escribir como... como anteriormente también ya esté los dolores en las articulaciones en los tobillos son son menos frecuentes los noto... noto mis tobillos como menos hinchados, menos inflamados.

G: si, me imagino ha cambiado completamente su estilo de vida...

C: si, ya puedo eh subir escaleras ya... digo no aventarme un edificio de 100 pisos ¿no? pero ya puedo subir escaleras, ya puedo eh también agarrar eh pequeños objetos ¿no? con tranquilidad así y cocer o... mis actividades cotidianas.

G: y... ahora que ya se siente muchísimo mejor... ¿Cuál es su sentir emocionalmente?

C: Pues ya... me siento más útil ¿no? ya la frustración me empieza a irse, ya me siento más útil, ya no siento que en algún punto tendré que depender de alguien sino que yo mismo puedo valerme y... eso esa independencia ese... eso me hace sentir tranquilo, me hace sentir feliz, esperanzado.

G: Que bueno, me alegro que se sienta así, que sienta esa tranquilidad... bueno ya para terminar... ¿usted recomendaría la raíz de oro?

C: Si, si lo recomendaría... este y que se... que la tome quien no la ha tomado, que la pruebe para que vivan estos cambios ellos mismos ¿no?... porque eh este... escuchar es diferente a ya comprobarlo ya uno mismo.

G: si, completamente de acuerdo... Bueno pues sería todo, ¿algo más que quiera agregar señor Cesar?

C: no pues que... que siempre estén abiertos a nuevas ideas jaja y eso creo que... a nuevas ideas y que si los va a mejorar les ayude para mejorar su estilo de vida, ¡adelante!

G: ¡Que mejor!... Bueno pues sería todo, muchísimas gracias señor Cesar.

C: Si, de nada.

TRANSCRIPCIÓN

G: Buenas tardes señora Elsi ehh..

E: Buenas tardes

G: Una vez leído el consentimiento le pregunto nuevamente: ¿está de acuerdo en que se grabe el audio durante la entrevista?

E: Si, está bien.

G: Bueno... primero que nada platíqueme ¿Cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

E: Am... bueno yo tenía bueno... tengo una vecina que se pone bueno en un mercado la señora y esta vende cosas naturistas y pues... le comenté mi problema en algún punto y ella me dijo a pues utiliza la... la raíz de oro igual y te funciona y pues... ya desde entonces este... pues la he comenzado a usar.

G: Mmm... okey, y ¿Cómo es que la la toma?

E: A bueno ella me dijo que ponga más o menos de 4 a 5 ramitas más o menos ehh y pues ya lo pongo a hervir como unos 5 - 6 minutos y que me la esté tomando a lo largo del día y que bueno pues... si no sentía que me estaba funcionando que le pusiera como otras ramitas como... pues que no se pasaran de cómo 8 me parece más o menos que me había dicho

G: aja...

E: y pues... ya con eso pues en el día me la fuera tomando

G: okey y... ¿usted consume algún medicamento aparte para la artritis?

E: este... antes si pero me cayó un poco pesado entonces... por eso entonces fue que comencé a preguntar por algo más naturista

G: aja...

E: entonces ya ahorita solo tomo lo que viene siendo la raíz

G: okey y... ¿Cuál es...? Bueno ¿me dijo que la razón en sí de que no toma medicamento es porque se le hacía un poco pesado?

E: aja

G: okey... eehh... más o menos un aproximado... ¿Cuánto es el tiempo que lleva utilizando la raíz?

E: este... yo más o menos... amm... yo creo que han de ser unos... mmm... poco menos de 1 año, como unos 10 meses más o menos

G: okey, bueno ya ehh... platíqueme ¿cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de que empezara a tomar la raíz?

E: ah... bueno pues antes a mí este me dolían lo que vendría siendo las articulaciones en las manos, estas luego se me entumecían o se me iban por ejemplo de lado y... me dolía mucho y pues luego era un poco este... frustrante porque el... era como de no puedo mover las manos o de plano se veían medio gordas, inflamadas

G: mja...

E: entonces me imposibilitaban algunas cosas de mi vida diaria

G: okey y... ¿Cómo es ahora que ya está utilizando la raíz de oro? ¿Ha notado algunos cambios o en que ha... o en que ha mejorado?

E: eh... pues bueno... actualmente pues ya casi no me duelen es casi... bueno es muy rara vez y es como... más como de este... si se me olvidaran algunos días porque jaja... soy un poco despistada

G: aja...

E: entonces... bueno los días que si lo llego a tomar si he visto lo que viene siendo mejorías y pues... ya no al menos cuando me pasa ya no es tan en parte como lo era antes.

G: okey y ¿cuál es su sentir ahora que ya no, ya no siente esas molestias?

E: ah pues en parte es un gran alivio por lo mismo de que le comentaba de... que pues me imposibilitaba hacer algunas de mis actividades diarias y actualmente pues ya también me era una posibilidad que tuviera pues operarme de la artritis entonces ya con esto ya es

como me tranquiliza bastante el... no tener que tener que ir a una operación mayor.

G: si, claro, es completamente entendible eso, a cualquiera nos espanta llegar al hospital o bueno al quirófano.

E: ¡sí!

G: eh... ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que obtuvo con los medicamentos?

E: aahh... yo creo que me ha funcionado igual porque las dos me quitaron las molestias, lo que si es que pues... como le dije el medicamento me caía pesado entonces pues en ese sentido pues... mucho mejor la raíz.

G: Me alegro, bueno ya para terminar... eh... ¿usted recomendaría la raíz de oro?

E: yo ¡sí!, definitivamente yo si digo... quizás como es un producto naturista, a la mejor no... no a todo el mundo le funcione pero al menos a mi si me ha funcionado así que pues tampoco le veo el problema de si alguien más quiere ver si le funciona o no igual y si le funciona y pues... le hace el cambio también como a mí.

G: Bien, ¿algo más que quiera agregar?

E: este... no, realmente no.

G: Bueno, muchísimas gracias señora Elsi.

E: De nada.

TRANSCRIPCIÓN

G: Buenos días señora Fanny, una vez leído el consentimiento le pregunto nuevamente: ¿está de acuerdo en que se grabe el audio durante la entrevista?

F: si, estoy de acuerdo

G: Bueno primero que nada, platíqueme ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

F: Pues derivado de mis... pues de todos mis síntomas y de mis problemas eh... entre a un grupo de facebook con personas que tenían el mismo problema que yo y... pues una persona recomendaba ahí que podíamos utilizar esta... esta raíz

G: y... ¿usted cómo es que la toma?

F: pongo pues de... de 4 a 5 ramitas dependiendo el tamaño y lo pongo a hervir en agua durante 5 minutos más o menos y pues esta agua la tomo durante todo el día

G: ¿aparte de la raíz usted consume algún otro medicamento para la artritis?

F: si el... metrotexato y la raíz de oro

G: okay y... ¿los consume así a la par?

F: eh... pues no al principio lo había tomado... y ya después la raíz

G: okey eh... bueno dígame más o menos ¿cuánto tiempo es lo que lleva utilizando la raíz de oro?

F: pues yo llevo como 2 meses aproximadamente

G: ¿recuerda más o menos cuales eran los síntomas o las molestias que tenía de que empezara a tomar la raíz?

F: si, antes pus me sentía muy cansada me... dolían las manos, las muñecas, se me hinchaban los pies y... pues también por lo mismo que se me hinchaban los pies eh... los zapatos también sentía que me apretaban demasiado y... pues normalmente cuando me despertaba, me costaba mucho trabajo levantarme y me sentía como... muy adormecida

de las manos y los pies y me dolía moverme, entonces me costaba mucho trabajo levantarme y pues tenía que levantarme poco a poco y para poder levantarme completo en... pues no no el dolor no se sentía en todo momento, sino que iba... conforme a hacia mis actividades pues se iba disminuyendo pero ya en la noche me sentía más adolorida e y y toda inflamada e hinchada de los pies y de las manos y... pues también cuando llegaba a comer carne o queso en la noche pues se... al día siguiente me sentía pues mucho peor

G: aja y... ¿en estos momentos que me menciona que era lo que sentía así como emocionalmente no sé si enojo o tristeza frustración o... o qué era lo que sentía?

F: pues todo... mmm... en general pues cansancio y pues eso ayuda a o no ayuda a que te sientas mejor ¿no? a que te sientas muy... muy triste acerca de y frustrada por todo el tiempo que tienes que... que hacer para pues para... hacer o sea hacer todo un proceso para poderte levantar por lo mismo del dolor

G: bueno y ahora que toma la raíz de oro ¿Cuáles han sido sus síntomas o que es lo que ha cambiado?

F: pues durante estos 2 meses más o menos eh pues... al como consumo bastante la raíz a lo largo del día pues ya no me siento tan cansada, ya ha disminuido lo... pues la hinchazón y el dolor en las manos, las muñecas y en mis pies eh... ya también pues ha mejorado como la circulación en en mis pies porque ya no siento que estén tan hinchados y pues ya no me aprietan tanto los zapatos, ya puedo utilizar los zapatos que utilizaba antes y pues... por lo mismo que estoy mucho tiempo de pie pues ya... se me ha quitado poco, un poquito pues el cansancio y pues ya no tengo que esperar tanto tiempo a a que pase el dolor para levantarme, ya me ya me siento un poquito más ligera y puedo hacer todas mis actividades

G: ¡hay que bueno!... bueno y ahora con todo ese cambio que me comenta, ¿cómo se ha sentido emocionalmente?

F: pues ya... un poquito más con ánimo de hacer las actividades ya... puedo... hacer lo que no lo que no hacía antes o sea ya algunas actividades ya no las podía realizar por lo mismo del dolor

G: aja...

F: y ya me limitaba mas a a hacer o que si podía y... pues también pues por lo del dolor ya... ya disminuyó entonces ya puedo hacer otras actividades que antes no podía entonces ya también eso te ayuda a tu estado de ánimo

G: ¡sí, claro un cambio tan radical!

F: lo de comer pues un poquito más de carne o queso pues eso también eso ayuda a que me sienta pues un poquito más contenta

G: ¡ah qué bueno! Jaja eh... bueno ya para terminar... ¿cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que... tenía al tomar el medicamento así solito?

F: pues eh... yo creo que también a la mejor porque no... los hábitos del de de estar tomándote la medicina y pues los efectos que también causaba esta medicina y pues la raíz la puedo estar tomando como agua o té

G: aja

F: entonces... yo creo que eso pues a ha ayudado también a... a contrarrestar ¿no? porque también los medicamentos nos... pues ayudan pero también dañan otra cosa

G: si bueno.... ¿Algo más que quiera agregar?

F: mmm....no, creo que pues es como tomar agua entonces si no, es también como también un hábito ¿no?

G: ¡hay que bueno que lo vea así!... bueno pues sería todo, muchísimas gracias

F: gracias.

TRANSCRIPCIÓN

G: Muy buenas tardes señora Karina ehh... una vez leído el consentimiento le pregunto nuevamente; ¿está de acuerdo en que se grabe el audio durante la entrevista?

K: si estoy... este... de acuerdo.

G: Muy bien, bueno primero que nada, platíqueme ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

K: ahh... pues este, con los problemas que tengo bueno que tenía y que sentía pues estuve investigando y y me uní a un grupo de facebook con personas que pues tenían los mismo como los mismos problemas y así este... estuve leyendo varias varias... como his... este reportajes y eh... cosas que mandaron.

G: mja... y... ¿usted cuánto... bueno más bien cómo es que consume la raíz de oro?

K: ah pues... según lo que leí lo que recomendaron es que... que se pongan unas 4 o 5 más o menos ramitas y... pues hervirlas durante unos 5 o 10 minutos ehh... y tomar esta agua durante el día

G: Okey y... ¿usted aparte de... de la raíz consume algún otro medicamento para la artritis?

K: ehhh... a bueno si, antes, ahorita ya como he sentido un poquito más de mejoras

G: aja...

K: ya no me lo he tomado, tomaba el metro... metrotrexato

G: aja...

K: y pues... luego ya lo deje de tomar porque me sentía mejor con la raíz

G: o sea que ¿ya no lo toma por lo mismo de que ha notado que funciona la raíz?

K: aja lo he dejado o... de vez en cuando, pero ya no muy seguido.

G: okey y... ¿más o menos recuerda cuánto tiempo lleva utilizando la raíz?

K: aahh... pues ya... ahh.. más o menos... mm... ya como unos este... 3 meses

G: ya es algo de tiempo...

K: si

G: bueno pero a ver dígame, ¿cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de que empezara a tomar la raíz? Aunque este... pus si estaba tomando medicamento

K: ahh... pues me dolían las articulaciones, ehh... no podía agarrar las cosas bien ehh... con las manos

G: mja

K: ehh... luego las sentía inflamadas este... mis dedos ehh... pues por ejemplo si yo quería ponerme anillos o eso no pus no podía porque estaban hinchados o se o... o al momento de querer escribir me dolía porque no podía doblarlos o... y me dolían...

G: si, siga...

K: o me dolían este... al al querer recargarme o algo así

G: y bueno en en ese entonces que tenía todas las molestias que me comenta ¿Qué era lo que sentía así emocionalmente?

K: ahh... pues emocionalmente me sentía muy... muy como frustrada por no poder hacer las cosas ehh... pues si me ponía triste porque... muchas cosas de las que yo quería hacer, por ejemplo escribir o... o no se... estar por ejemplo en algo muy básico como el celular pues no podía porque me dolía

G: okey... y bueno ahora que ya está tomando la... la raíz de oro ¿cuál... cuáles han sido los cambios que ha tenido?

K: ahh... pues ya no me duelen tan... ehhh... tan seguido las manos, a veces le... mmm... así muy rara la vez pero ya no me duelen, ya puedo agarrar mejor las cosas ehh... ya no me siento cansada, ehh... ya mis muñecas o o incluso mis pies ya no me duelen, ya no los siento hinchados

G: aja...

K: ehh.... Porque antes pasaba que pues me sentía que los zapatos me apretaban o así

G: aja

K: emm... y pues si, más que nada el el dolor al querer sostener o eso ya ya... ya ha disminuido, ya puedo agarrar mejor un lápiz este... y pues ya

G: y... emocionalmente ahora con todos estos cambios que me comenta, ¿cómo se ha sentido?

K: ah.. pues ya me siento muchísimo mejor, eh la verdad es que si al... al ver que ya puedo... pues hacer como más cosas me pongo más contenta y este... incluso pues... ya no me siento con el ánimo decaído como... como estaba de... o frustrada ya no, ya... ahora que puedo hacerlo mejor ehh... pues si me ha servido mucho porque antes yo veía como muy negativa toda esta situación y pues me enojaba conmigo pero ahora ya con estos cambios pues, pues me siento muchísimo mejor.

G: ¡hay que bueno, me alegro mucho Sra. Karina!... y bueno ya por último ehh... ¿usted recomendaría la... la raíz de oro ya una vez que tuvo su... todo este cambio en su... su día a día?

K: pues sí, de hecho este... en mi experiencia bueno en... por lo que he vivido yo sí la recomendaría porque si me ha ayudado he... visto una mejoría he visto cambios que me han beneficiado y... tanto en lo físico como en... lo emocional y todo

G: mja...

K: y pues yo sí la recomiendo para... un a la mejor acompañarla no se con... con... un poco de paciencia porque pues no es tan rápido como a veces creemos

G: aja... bue...

K: pero si, si la recomiendo.

G: bueno pues muchísimas gracias, ¿algo más que quiera agregar señora Karina?

K: este... no... es..eso sería todo

G: bueno pues muchísimas gracias, doy por este... terminada la... la entrevista

K: si, hasta luego.

Anexo 4. Reducción de entrevistas.

¿Cómo conoce la	¿Cómo consume	¿Consume algún otro	¿Qué lo llevó a	síntomas y emociones	síntomas y emociones	Med. VS. raíz

raíz de oro?	la raíz de oro?	medicamento?	tomar la raíz?	antes de la raíz	después de la raíz	de oro./ juntos
--------------	-----------------	--------------	----------------	------------------	--------------------	-----------------

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

E: Bueno yo tenía un vecino que sufría lo mismo que yo, un dolorcito en las manos y ya después nos enteramos que era artritis y él fue el que... me recomendó la hierba una que podemos conseguir acá en el mercado de cerca de nuestras casas y pues bueno él fue el contacto directo con el que di a la hierba de raíz de oro.

G: ... ¿qué es lo que lo llevó a consumirla como lo hace?

E: ... fue... mi vecino quien me aconsejó todo, me dijo en donde comprarla, qué cantidades poner en mi pocillo y todo.

G: Me podría decir cómo es que la consume?

E: Si, yo pongo de 4 a 5 ramitas eh... en un pocillo más o menos como de un litro un litro y medio y lo dejo hervir y ya que empieza a hervir lo dejo 5 minutos y ya ese litrito de agua me lo voy tomando pues en todo el día.

G: ¿usted consume algún medicamento o lleva algún otro tratamiento aparte de lo que es el la raíz de oro?

E: Si, eh...Pues la verdad es que yo tomaba meto...metatroxato...

G: okey...

E: ...tiene un nombre medio raro pero pues todavía lo sigo tomando, lo complemento con la raíz.

G: Perfecto... Y.... ¿Cuánto tiempo lleva utilizando o tomando la raíz de oro?

E: Bueno pues la verdad es que llevo unos...un año y medio más o menos como a la mitad de que empezó esto de la pandemia se me hizo un poquillo complicado este.... pues también esto de andar consiguiendo los medicamentos andar saliendo a la calle entonces pues ya...

G: ¡Sí claro!

E: ...si un vecino fue el que me dijo oye pues porque no lo intentas no? Y pues ahora sí que lo intento complementar no?, o sea no dejar el medicamento, si me cuesta un poco conseguirlo pero...pues también pues este consumir la raíz como tal.

G: Cuénteme, ¿la raíz la toma diario o cada cuanto la toma?

E: Intentó, intento tomarla diario pero pues bueno hay veces en las que se me pasa, la verdad no le voy a...no le voy a mentir... pero ahora si que la procuro tomar mínimo cada tercer día.

G: ¿Cuáles eran los síntomas que presentaba antes de que consumiera la raíz de oro?

E: ... me dolían muchísimo las manos, o sea había veces en las que despertaba y las sentía bien engarrotadas... no sé si me doy a entender...

E: ...si como que no las podía mover y luego este intentaba yo abrir frascos o abrir este botellas de estas de refresco y no, pues no podía, yo sentía que ni siquiera hacía fuerza ¿no? En mis manos....

E: ...y me causaba mucho dolor... los síntomas más graves fueron esos el dolor es era insoportable y pues si que no las puedas mover pues te desespera un poco también ¿no?

G: ... usted ¿qué sentía en esos momentos?, o sea se sentía enojado o ¿cómo se sentía?

E: ... Más que enojo es frustración ... de que ... no puedes hacer las cosas que antes hacías solo y... tienen que estarte ayudando... me sentía ...como si fuera una carga para mis familiares o... cuando estaba solo y ... no podía ...si me desesperaba ...

G: Si, si claro!, es entendible que cuando no podemos algo que estamos acostumbrados a hacer por nosotros pues nos sentimos frustrados.... Bueno y cuénteme ahora ¿cómo es con...con el uso de la raíz?

E: Bueno pues la verdad es que las manos pues ya las puedo mover un poquito más, yo siento que pues hasta eso se me ven más normales no de cómo... decirle porque hay... este porque yo antes de la raíz... si cierto se me olvidaba comentarle, las sentía hinchadas, tenía las manos como que... así... gruesas...

E: ... y ahora las veo como que más normales... las puedo mover un poco más...

...

E: si, si... si me... he notado una mejoría en este año y medio que he tomado la raíz y pues ahí vamos ahí vamos...

E: ... la verdad es que yo si recomendaría la raíz, creo que me dio este....un muy buen resultado, a largo plazo la verdad no lo deje...no deje el medicamento... los complementos por así decirlo y creo que me ha dado un muy buen resultado, yo si la recomiendo.

G: ahora que ya no tiene estas molestias que siente? Ya está más tranquilo o cómo se siente?

E: si.. si ya estoy más tranquilo me siento feliz porque....pues porque ya puedo hacer las cosas por mí mismo y no me tienen que estar ayudando ¿no? Osea me siento...como le diré... como independiente ósea que no dependo o no necesito que estén pendiente de mí.

G: ¿Algo más que quiera agregar?

E: ..., es una gran labor la que tú haces al entrevistarnos a nosotros para ver que.... puede ayudar a más personas a un futuro así que pues muchas gracias por la entrevista.

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

A: ... un familiar que también la padece... me la recomendó,... la busqué y... y pues la compré.

G: ... ¿usted cómo consume la raíz, o qué es lo que lo llevó a tomarla como lo hace?

A: ... mi familiar me recomendó poner 4 ramitas en medio litro de agua, una vez que hirviera los 6 minutos que me recomendó era dejarla enfriar... y tomar... a lo largo del día, ...

G: aparte de la raíz de oro ¿usted consume algún medicamento para la artritis?

A: Por... la pandemia no encontré medicamentos para la artritis entonces no, de hecho fue cuando me recomendaron la raíz y solamente pues, tomo eso

G: ... ¿cuánto tiempo lleva utilizando la raíz de oro?

A: Aproximadamente 11 meses,

G: ... ¿cuáles eran las molestias o cuáles eran los síntomas que tenía usted antes... de que empezara a tomar la raíz de oro?

A: ... sentía mucho cansancio, sobre todo dolor en mis articulaciones en las de mis dedos y

mis pies, los zapatos... bueno tan solo los pies los sentía... los sentía como inflamados y como... como calientes...

G: aja...

A: al ponerme mi calzado pues... se... sentía como si me apretara... al estar sentado al tratar de levantarme pues... tenía que esperar lapsos a que pasara el dolor porque... al... al moverme pues... sentía mucho mucho dolor, entonces tenía que esperar lapsos de ratitos para poder terminar de levantarme, o sea... me movía poco a poco hasta que me doliera menos y pudiera levantarme ya sin tanto dolor... no sé si me explique...

G: si, si como que calentaba sus articulaciones para poderse mover ¿no?

A: ¡Ándele! Si, si, si... como que las calentaba para que no me dolieran tanto... también al comer cierto tipo de alimentos al siguiente día amanecía como...como con más dolor de lo habitual lo que es el jamón, el queso, el... me provocaban mucho dolor al día siguiente...

G: ¿en esos momentos de dolor y que no se podía mover tanto que sentía? Enojo o... ¿qué era lo que sentía?

A: Si un poco de enojo pero era más tristeza y frustración,... tristeza porque no me podía mover como antes o como las otras personas y pues no podía estar bien y... frustración porque pues sí tenía que esperar mucho tiempo incluso para levantarme que es algo fácil para alguien que está bien y pues sentía que me tardaba en hacer las cosas y no me gustaba y me frustraba el que no podía por más que tratara de hacerlo rápido y pues me dolía.

G: Bueno y ahora que ya consume la raíz y que ya lleva tiempo consumiéndola ¿cuáles serían los síntomas que tiene? O ¿cree usted que hayan disminuido o cambiado?

A: Pues... de primeras... lo noto por el calzado como le comente antes sentía mucha inflamación, sentía mucho dolor, entonces en el calzado lo note porque el zapato ya es muy rara la vez que me aprieta, también ya me puedo levantar sin tanta dificultad y puedo comer los alimentos que... que le comente, pues ya los puedo comer sin, sin amanecer con dolor al día siguiente.

G: Y ahora con lo que me comenta de que ya no siente las mismas molestias que antes tenía... ¿cómo se siente?

A: No pues ya súper diferente, porque pues ya no siento la frustración que llegué a sentir de no poder hacer las cosas por el dolor.

G: Claro! Me imagino ha de sentir satisfacción y felicidad por el cambio.

A: si, como dice... si me siento feliz de poder hacer mis cosas como antes y moverme con más libertad...

G: ¿Cómo usted me diría que ha cambiado su estilo de vida ... ¿ha cambiado para bien o para mal? O si lo ha ayudado la raíz de oro...

A: Pues yo diría que si me ayudo porque como le comento ya no siento tanto dolor en mis articulaciones, ya puedo moverme con un poco más de libertad.

G: ¿usted recomendaría la raíz de oro?

A: Pues sí, a mi me ayudo, entonces yo sí la recomendaría.

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

An: ... fue por una amiga... ella me comento que un familiar la utilizaba

G: ... ¿usted cómo es que la consume? Y ¿qué es lo que la llevó a tomarla como lo hace?

An: ... La persona que me la recomendó, me dijo que... hirviera las ramitas en agua de 5 a 10 minutos y que eso me lo tenía que tomar pero que la cantidad de las ramitas dependía de la persona, que podía probar con 4 ramas de la raíz y si no me... dormía la lengua la tomara ... en mi caso funcionó con las 4 ramitas ...

G: y ¿la toma diario o... cada cuanto tiempo la toma?

An: Mmmm... si, ahorita solo tomo la raíz... al principio tomé metro...texano y otro que no recuerdo el nombre y a veces diclofenaco para el dolor, aparte de dejar algunos alimentos que... me causaban más dolor como la carne y pues ahorita sigo como que una buena alimentación y tomo... el agua de raíz, ...

G: okey y ¿cuánto tiempo lleva... tomando la raíz de oro?

An: ... he tenido algunos problemas para conseguirla ya que no he tenido trabajo, ... y es un poco cara y también se me ha olvidado tomarla entonces... no ha sido un tiempo específico... yo creo que como unos... 8 meses... si, más o menos

G: pero... ¿le ha funcionado...?

An: si, si me ha funcionado ...

G: ... ¿Cuáles eran los síntomas o las molestias que tenía antes de que empezara a tomar la... la raíz de oro?

An: ... me dolían las articulaciones de ambas manos

An: las manos las sentía y las veía inflamadas bueno las articulaciones las veía inflamadas y como raras, en la mañana sentía los dedos como rígidos o entumecidos a tal grado que no podía abrir la mano eh... las manos ¿no? tenía que aplicar fuerza para poderlos abrir... o al poco rato ... se me empezaba a quitar con el calor... en las noches igual sentía que me dolían las manos... otra cosa que sentía era que no podía apretar cosas ... para abrir no se frascos pues por el mismo dolor y algunas otras ... que causaran ... que yo tuviera que hacer mucha fuerza.

G: ... ¿en estos momentos que me comenta que era lo que sentía?... enojo, tristeza o ¿qué sentía?

An: ... sentía mucha impotencia y frustración porque no podía hacer algo que antes hacía sin ningún problema y aunque mi familia me ayudaba... no era lo mismo porque... una que está acostumbrada a hacer las cosas sola y que de la nada me empiece a costar trabajo y luego con el dolor pues no es agradable, la verdad te llegas a sentir inútil la verdad...

G: ahora que ya está tomando la... la raíz... ¿Qué cambios ha notado?

An: ... he sentido mucha mejoría, la verdad es que las manos ya no me duelen, solo me duelen cuando... como mucha carne o como mucho queso, ya veo mis manos como las recordaba que estaban más delgaditas, no las veo ni las siento hinchadas, ya me es muy rara la vez que despierto con los dedos rígidos, desde que despierto puedo mover bien mis dedos... para abrir los frascos a veces sí me cuesta trabajo porque están muy apretados pero... ya puedo apretar pues más que antes y en la noche ya no me siento con ninguna molestia.

G: ... ¿cómo se siente ahora que no tiene dolor, sus manos ya están a como las recuerda y que ya puede hacer las actividades sin problema?

An: ... muy feliz la verdad, ya no me he sentido... inútil o... ahora sí que como una carga para mi familia ¿no?

G: ... ¿cómo diría usted que ha cambiado su... su estilo de vida ya con el uso de la raíz?

An: Pues ha cambiado demasiado el... al hecho de que no he tenido que aumentar o seguir tomando algunos medicamentos ¿no? disminuirlos y mejorar este... eh mi movilidad en cuanto a los dedos.

G: ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que tenía con los medicamentos?

An: Ah... Pues a mi... me han funcionado mejor, digo en lo personal no me gustaba estar tomando tanto medicamento, digo... no se si influya que ya deje ciertos alimentos pero aun así, siento que si ha sido más efectiva la raíz.

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

Y: Me enteré por medio de una compañera de trabajo que ella lo usó también

G: Y... ¿usted cómo es que consume la raíz de oro o... qué es lo que la llevó a tomarlo como lo hace?

Y: Las molestias de la artritis y... ella misma me recomendó tomarlo eh... una tasa diaria... hecha como un té... me lo tomo diario

G: ... ¿usted consume algún medicamento para lo que es la sintomatología de la artritis?

Y: No,... lo tomé... antes de conocer la raíz, tome el metrotexato pero ya después... me recomendaron la raíz y pues deje de tomarlo y pues me resultó... benéfico me... me ayudó mucho.

G: ... ¿Cuáles eran las molestias o cuáles eran los síntomas que usted tenía antes de que empezara a tomar la... la raíz...?

Y: Bueno los dedos o las articulaciones se me quedaban atoradas y... al lograr abrir... las articulaciones de los dedos... me tronaban demasiado, me dolían...

G: ... cuando le pasaba esto... ¿qué sentía? O sea ¿se sentía frustrada o como se sentía?

Y: ... un poco frustrada y angustiada o preocupada porque no podía abrir mis dedos, me costaba mucho trabajo y aparte me dolía, la verdad llegue a pensar que mis dedos se quedarían así y pues si me asustaba.

G: ... ahora que ya está tomando la la raíz... ¿Cuáles son los síntomas o en qué le ha ayudado la raíz de oro?

Y: Me ha ayudado en mucho pues ya no siento... los síntomas es más ando perfectamente, ando bien.

G: Y ahora que ya no presenta los síntomas... ¿cómo se siente emocionalmente?

Y: Más tranquila, porque al despertar ya no veo mis dedos atorados y que ya no me truenan.

G: ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que obtuvo con los medicamentos?

Y: Pues... yo siento que me ha funcionado igual porque las dos me quitaron lo que me tronaba de los dedos, lo que se me atoraban y pues igual el dolor.

G: Muy bien, ¿algo más que quiera agregar?

Y: ... si las personas que... que tienen esas, esas molestias y logran encontrar la raíz que la tomen también... es muy beneficiosa y les va a ayudar mucho.

G: ... ¿cómo diría que ha cambiado su estilo de vida ya una vez con el uso de la raíz?

Y: Bastante porque ya no tengo que estarme preocupando por... si se me quedan atorados los dedos y no los puedo abrir eh... me ha ayudado mucho, ando normal ya hago mi vida normal sin estarme preocupando porque no pueda agarrar las cosas o apretar... o aflojar frascos... ya ando bien.

REDUCCIÓN

G: ... Platíqueme, ¿cómo se enteró de la existencia de la raíz de oro?

D: Pues... fijese que estoy en un grupo en facebook eh...

D: para personas con artritis y... y pues me lo recomendaron ahora sí que... empezaron a decirme que funcionaba y podía mejorar la salud de... de personas o familiares que padecen esta enfermedad.

G: y... usted ¿cómo es que la consume o bueno qué es lo que lo llevó a tomarla como lo hace?

D: a pues... yo... por lo general eh... lo pongo en un... en un... un... 3 o 4 ramitas dependiendo el... el hora sí que la cantidad que voy a generar y lo pongo her... a hervir durante 5 minutos aproximadamente en... con agua eh a lo largo del día.

G: o sea que esta ¿la toma diario o... cómo es que la toma o cada cuanto?

D: Lo... lo tomo ahora sí dependiendo como... de cómo este eh...en el día de la... las articulaciones

G: ... aparte de la raíz de oro ¿usted toma algún otro medicamento?

D: Pues... si, tomo ... metrotex...texato y... la, la raíz ahora si

G: eh... ¿usted cuánto tiempo lleva tomando la raíz? Un aproximado.

D: ... como... 2 meses y medio aproximadamente.

G: mmm... entonces si ya es un rato... ¿Cuáles eran las molestias o los, los síntomas que tenía antes de que empezara a tomar la, la raíz?

D: Pues... Sentía acalambamiento eh... al principio de los... dedos, ya después estuve ... con fuertes ehh... ratos del engarrotamiento del dedo eehh... índice que es el que ocupo para la computadora

D: y para el mouse y ya después empezaba más constante esta situación

G: y... cuando le pasaba esto... ¿qué sentía? O sea sentía enojo, frustración o ¿qué era lo que sentía?

D: ehh... yo creo que frustración... si, frustración porque... como le comentaba pues trabajo con la computadora y el no poder mover mis dedos con normalidad pues... no me dejaba hacer mi trabajo entonces... yo creo igual si llegaba a sentir enojo por lo mismo...

G: si, claro... cuando no se puede hacer algo que en su momento se hacía sin ningún problema pues nos llega a frustrar pero... bueno ahora después de que empezó a utilizar o a tomar la raíz ¿Cuáles son los síntomas o ha notado que disminuyen o aumente o qué es lo que ha notado?

D: Pues... a rato he notado que ha disminuido he... y pues he seguido constante con... con tomarlo para bajar el situación de... de las articulaciones y tener un mejor... una mejor movilidad en las manos y rigidez.

G: bueno y... ahora que ha notado todos estos cambios ¿cómo se siente emocionalmente?

D: no pues ya más aliviado, ya puedo hacer mis actividades con más normalidad, el hecho de que... de poder mover mis dedos con más fluidez o bueno con más libertad sin sentir

dolor o ese... engarrotamiento pues... ahora sí que... hasta me da gusto trabajar...

G: Me alegro mucho que me diga eso, con esto pues me doy cuenta de que la raíz si causa un cambio radical en el estilo de vida y que es para bien... digo el hecho de que me diga que ya le da gusto trabajar de nuevo pues que mejor... pero bueno ¿algo más que quiera agregar?

D: Pues... no que... eh siento que es un... un... un medicamento alternativo naturista que puede ayudar a las personas

G: Bueno y en pocas palabras, ya nada más para... para dejarlo un poquito más claro... ¿usted cómo es que diría que cambió su est... su estilo de vida ya una vez que... que comenzó a tomar la raíz?

D: Pues... creo que... hizo que redujera demasiado el consumo de alguno otro tipo de medicamento ehh... ya sean pastillas y... ya solamente se limita a complementarlo con lo que le mencione ese rato que es el metro...

G: metrotexato

D: aja... exactamente y ya es un complemento ehh... con el cual lo llevo.

G: una cosa más ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro usándolo en conjunto con los medicamentos comparado a cuando solo tomaba los medicamentos?

D: Pues... yo siento que me ha funcionado más porque si con el medicamento disminuyeron pero si a veces sentía las molestias y ya ahorita ya las siento con menos frecuencia que cuando tomaba el medicamento solo.

REDUCCIÓN

G: ... ¿Cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

C: bueno es que yo... usualmente voy al mercado a hacer mi despensa o bueno al tianguis y ... me doy una vuelta por las tiendas naturistas porque ... compro una pomada para dolor de articulaciones entonces ahí me dijeron que existía eh... esta raíz, la raíz de oro y que esta me la podía tomar...o a a manera de té y me iba a ayudar más que la pomada.

...

G: ... me dijo que era en forma de té... más o menos ¿cómo es que se la toma y la prepara?

C: ... bueno me dijeron que empezara poniéndole poquito... o sea unas 4 ramitas, 3 ramitas y pues que si veía que no me hacía efecto pues que ya le pusiera más... entonces este... eh pues lo prepare igual que un té normal... ponía eh unas 5 ramas con eso me... me bastó y... lo ponía a hervir unos 10 minutitos y ya con eso este... pues ya me preparaba el té.

G: okey... aparte de la raíz de oro ¿usted consume algún otro medicamento para... para la artritis?

C: pues medicamento como tal no, es más un suplemento, es este... para regenerar el colágeno en las articulaciones...

G: aja... a bueno aparte la pomada ¿la sigue... la sigue usando?

C: este... solo cuando me llega... cuando llego a sentir ya más molestias

G: ... ¿cuál es bueno... Cuál es la razón del... del que no consuma medicamento?

C: ehhh... lo que pasa es que ... son... tanto costosos como por el hecho de que ehhh... no quiero arriesgarme a consumir en exceso... sustancias este... que no conozco

G: ... bueno eh dígame ¿cuánto es el el tiempo que... que lleva utilizando la raíz de oro?,

más o menos así un aproximado

C: más o menos... tss... un año y medio

...

G: ... ¿cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de que... de que empezara a tomar la raíz?

C: es que... bueno me dolían mucho los tobillos, las manos las tenía... como... tiesas ¿no? yo escribo mucho a... a computadora y... incluso las... cuando hacía frío no podía mover los... los dedos... como que se me agarrotaba la mano

C: y... los tobillos me dolían bastante, al grado de que tenía que caminar pues despacio

G: ¿alguna otra molestia que tuviera?

C: este... no pues eso y básicamente... pues como me dolían los tobillos y no pisaba bien, al poco tiempo me empezaron a doler las rodillas de que no apoyaba bien el pie

G: ... en ese momento que sentía las... las molestias ¿Cuál era su sentir? Por ejemplo si sentía enojo, tristeza... o ¿qué era lo que sentía?

C: Pues... me sentía frustrado porque no podía... eh... moverme como antes, no podía por ejemplo subir rápidamente las escaleras o no... era eficiente en mi trabajo... entonces este... era complicado desarrollarme en el día a día y eso me frustraba

G: ... y bueno ahora que... que ya consume la raíz de oro como... ¿Cómo siguen sus síntomas? O... ¿ha notado que han disminuido o qué ha cambiado?

C: Pues para empezar ya... este... ya aunque haga frío no tengo esta... rigidez eh... que me impedía por completo mover los dedos

C: ya este... recupere la movilidad en... en mis manos para pues para escribir como... como anteriormente también ya esté los dolores en las articulaciones en los tobillos son son menos frecuentes los noto... noto mis tobillos como menos hinchados, menos inflamados.

C: si, ya puedo eh subir escaleras ya... digo no aventarme un edificio de 100 pisos ¿no? pero ya puedo subir escaleras, ya puedo eh también agarrar eh pequeños objetos ¿no? con tranquilidad así y cocer o... mis actividades cotidianas.

G: y... ahora que ya se siente muchísimo mejor... ¿Cuál es su sentir emocionalmente?

C: Pues ya... me siento más útil ¿no? ya la frustración me empieza a irse, ya me siento más útil, ya no siento que en algún punto tendré que depender de alguien sino que yo mismo puedo valerme y... eso esa independencia ese... eso me hace sentir tranquilo, me hace sentir feliz, esperanzado.

G: ... ¿usted recomendaría la raíz de oro?

C: Si, si lo recomendaría... este y que se... que la tome quien no la ha tomado, que la pruebe para que vivan estos cambios ellos mismos ¿no?... porque eh este... escuchar es diferente a ya comprobarlo ya uno mismo.

G: ..., ¿algo más que quiera agregar señor Cesar?

C: no pues que... que siempre estén abiertos a nuevas ideas jaja y eso creo que... a nuevas ideas y que si los va a mejorar les ayude para mejorar su estilo de vida, ¡adelante!

REDUCCIÓN

G: ... ¿Cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

E: ... tengo una vecina que se pone bueno en un mercado la señora y esta vende cosas naturistas y pues... le comenté mi problema en algún punto y ella me dijo a pues utiliza

la... la raíz de oro igual y te funciona y pues... ya desde entonces este... pues la he comenzado a usar.

G: Mmm... okey, y ¿Cómo es que la la toma?

E: A bueno ella me dijo que ponga más o menos de 4 a 5 ramitas más o menos ehh y pues ya lo pongo a hervir como unos 5 - 6 minutos y que me la esté tomando a lo largo del día y que bueno pues... si no sentía que me estaba funcionando que le pusiera como otras ramitas como... pues que no se pasaran de cómo 8 me parece más o menos que me había dicho

E: y pues... ya con eso pues en el día me la fuera tomando

G: okey y... ¿usted consume algún medicamento aparte para la artritis?

E: este... antes sí pero me cayó un poco pesado entonces... por eso entonces fue que comencé a preguntar por algo más naturista ... entonces ya ahorita solo tomo lo que viene siendo la raíz

G: ... ¿Cuánto es el tiempo que lleva utilizando la raíz?

E: ... yo creo que han de ser unos... mmm... poco menos de 1 año, como unos 10 meses más o menos

G: ... ¿cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de que empezara a tomar la raíz?

E: ah... bueno pues antes a mí este me dolían lo que vendría siendo las articulaciones en las manos, estas luego se me entumecían o se me iban por ejemplo de lado y... me dolía mucho y pues luego era un poco este... frustrante porque el... era como de no puedo mover las manos o de plano se veían medio gordas, inflamadas

E: entonces me imposibilitaban algunas cosas de mi vida diaria

G: okey y... ¿Cómo es ahora que ya está utilizando la raíz de oro? ¿Ha notado algunos cambios o en que ha... o en que ha mejorado?

E: ... actualmente pues ya casi no me duelen es casi... bueno es muy rara vez y es como... más como de este... si se me olvidaran algunos días porque jaja... soy un poco despistada

...

E: entonces... bueno los días que si lo llego a tomar si he visto lo que viene siendo mejorías y pues... ya no al menos cuando me pasa ya no es tan en parte como lo era antes.

G: okey y ¿cuál es su sentir ahora que ya no, ya no siente esas molestias?

E: ah pues en parte es un gran alivio por lo mismo de que le comentaba de... que pues me imposibilitaba hacer algunas de mis actividades diarias y actualmente pues ya también me era una posibilidad que tuviera pues operarme de la artritis entonces ya con esto ya es como me tranquiliza bastante el... no tener que tener que ir a una operación mayor.

G: eh... ¿Cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que obtuvo con los medicamentos?

E: aahh... yo creo que me ha funcionado igual porque las dos me quitaron las molestias, lo que sí es que pues... como le dije el medicamento me caía pesado entonces pues en ese sentido pues... mucho mejor la raíz.

G: ... ¿usted recomendaría la raíz de oro?

E: yo ¡sí!, definitivamente yo si digo... quizás como es un producto naturista, a la mejor no... no a todo el mundo le funcione pero al menos a mí si me ha funcionado así que pues tampoco le veo el problema de si alguien más quiere ver si le funciona o no igual y si le

funciona y pues... le hace el cambio también como a mí.

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

H: a mira pues este... yo me enteré de la raíz del oro a través de Gaby, este ella lo publicó y... bueno yo estoy en un grupo de personas con artritis entonces este... ahí bueno en en el grupo ya yo vi que ella había publicado entonces este pues me llamó la atención y ya le pregunté a ella que ¿cómo era esto de... de la raíz del oro? Este ya a través de ella fue como me entere porque de hecho ya a yo no conocía de la raíz del oro

G: aja... bueno y usted ¿cómo es que consume la raíz de oro?

H: Este... pues yo... el la la conseguí acá por donde yo vivo este... con una señora que vende este... hierbas ... de hecho esta planta yo no la conocía... ni nada, sino que preguntándole a una señora que vende este hierbas y cosas este medicinales, le pregunte que si la tenía y ella me dijo que pues que si, ... ya después le pregunté a Gaby que si... si era porque pues luego nos venden cosas que no son y ya ella me dijo que si se me entumía la la lengua... que comiera un pedacito y que si se me entumía la lengua es que si era

H: entonces así le hice y pues si, efectivamente con un pedacito que mastiqué eh luego luego sentí que la lengua se me dormía

G: y... ya para el uso de la... bueno para la artritis cómo es que la toma o sea ¿cómo la prepara?

H: este en un litro de agua y le puse este... más o menos le calculé unas 5 - 6 pedacitos de ramita ... no muy chicos, no muy grandes y así lo preparé

G: y... ¿la toma diario o cada cuanto la toma?

H: si, la estoy tomando diario, un vaso en la mañana, uno en la noche porque como yo trabajo y este... bueno mi trabajo es estar dentro de áreas asépticas, trabajo en un laboratorio farmacéutico entonces cuando yo entro em no no puedo estar saliendo al baño, entonces antes de salir de aquí de de la casa tomo un vaso en la mañana y cuando regreso me tomo uno o dos vasos

G: okey y... ¿usted consume algún otro medicamento aparte de de lo que es la raíz pero para la artritis?

H: Si, de hecho me mandaron el metrotexato, la cloroquina, este... el ácido fólico, el celebrex para el dolor, pero yo ahorita la verdad desde que estoy consumiendo la raíz del oro la verdad eh... yo lo que sí me he dado cuenta que antes tomaba este... 2 celebrex porque ya uno ya no era suficiente tomaba 2 celebrex en la mañana junto con un ibuprofeno con cafeína y ya en las noches para poder descansar igual yo tomaba la misma cantidad

H: entonces este porque si yo no... tomaba ... el celebrex... 2 celebrex y 2 ibuprofenos yo no podía dormir por el dolor y entonces en las mañanas yo ... amanecía con mucha rigidez en mis manos y... me dolían mucho mis pies, entonces ahorita este ya pues... gracias a Dios ya ahorita ya no he consumido nada de... ibuprofeno y celebrex que son... el medicamento que me dieron para el dolor

G: mja y... usted me menciona que tenía rigidez y tenía dolor en los pies eh... aparte de eso ¿Cuáles eran los síntomas que tenía o eran los únicos?

H: No este... de hecho luego de repente yo digo que me daban crisis porque me dolían muy feo todo mi cuerpo e inclusive este en las noches el mismo dolor de de la artritis y de la rigidez luego me despertaba

H: entonces ahorita ya si este... bueno yo tengo consumiendo la raíz del oro ya con esta es la tercer semana... entonces ... ahorita lo que he notado ... estas 3 semanas no he estado tomando el celebrex y el ibuprofeno porque yo una caja de ibuprofeno me la terminaba en menos de una semana

G: no pues sí, sí es bastante lo que me comenta

H: Si

G: Más o menos a ¿en qué tiempo empezó a notar que eh si le estaba funcionando la raíz?

H: ... casi empecé a notar al tercer día yo note que este... que yo ya no tenía esos dolores desde el segundo día yo no yo o sea luego luego porque pues era con algo de lo que amanecía a diario con esos dolores, se podría decir que ya hasta eran parte de mi entonces yo desde el segundo día que empecé a consumirlo yo note que yo ya no tenía ya esos dolores.

G: ... ¿Cómo se sentía emocionalmente cuando... cuando tenía estas molestias o estos dolores?

H: ... yo antes ... me sentía muy mal porque de hecho yo no me podía, había ocasiones en que... yo no me podía ni peinar entonces cuando a mi me entraban esas crisis que yo me sentía muy mal hasta inclu... este... inclusive hasta chillaba del dolor o sea yo lloraba del dolor

G: mja...

H: y me tenía que inyectar cuando tenía las crisis me tenían que inyectar la ceftriaxona con la este... betametasona

G: y... o sea que en ese entonces ¿se podría decir que sentía desesperación o... qué es lo que sentía?

H: si, si o sea entraba a mi me entraba mucha desesperación, tenía yo mucho dolor, entonces yo yo decía pero porque me siento yo así, este tan mal porque pus era un dolor inexplicable o sea pero fuerte, un dolor feo

G: y... bueno ahora que ya ya consume la raíz de oro eh... ¿ha tenido algunos otros cambios aparte de los que me ha mencionado?

H: este... no o sea te digo que ya me siento ... más tranquila ya amanezco bien, de hecho duermo bien ehh... o sea siento que pus o sea si descanso bien porque a lo mejor antes lo que no me dejaba descansar era el mismo dolor.

H: ... o sea la verdad si yo me he sentido ... muy bien entonces ... pus bueno sería que ha todas las personas que tienen o padecen de artritis la probaran porque pues yo la verdad soy de las personas que no cualquier medicamento me hacia entonces yo tenía que hasta doblar las dosis para... eh aguantar los dolores o para que se me quitaran o que por lo menos me dejara trabajar el dolor ... yo probé de todo e inclusive me hablaron del café del ganoderma, ... de unas pastillas de GNM o sea probe... este... de cosas que me decían y la verdad no nada me funcionaba y son medicamentos que cuestan carísimo porque... por ejemplo el... el las estas pastillas que a mí me recomendaron de GNMMX ... las consumía y el frasquito con 30 pastillas me costaba \$1600 pesos ... y nada más me duraba un mes Gaby ... y el café este el ganoderma este... una caja con 30 sobres me costaba \$400 pesos

entonces así estuve consumiendo cosas que la verdad yo no veía este... ora sí que mejoría en mí y entonces este... yo misma suspendí el los medicamentos y todo ... la gente mientras te venda ... se aprovechan de nuestro dolor ... y entonces este pues uno busca la alternativa y tú dices bueno pus lo voy a probar para ver si es cierto que me quita estos dolor y la verdad o sea yo siento que hay mucha gente abusiva, luego también me encontré igual en el face una señora que decía que quería que le depositara dinero y que ella me iba a decir de unos remedios para que yo me mejorara ... no termine depositándole el dinero porque dije bueno la persona que te quiere ayudar te ayuda Gaby y y mas sin embargo mira como contigo fue totalmente diferente porque mira tu publicastes lo de la raíz del oro y yo lo vi y yo en el momento en que eh yo a ti te lo pregunte este... tu luego luego me dijiste como se llamaba e inclusive me mandastes una foto de cómo era...

G: ... Eh... bueno una última pregunta ... ¿Consideraría que los efectos de la raíz ahora comparándolos con los que tenía con el medicamento eh... cómo han sido?

H: han sido muy mejorables Gaby, la verdad han sido muy notorios luego luego el cambio y... como este como te mencionaba, la verdad o sea yo me siento súper bien este... han sido ahora sí que para... mi cuerpo ... una oportunidad eh... de ya no sentir ese dolor ni ese cansancio ni esa rigidez...

G: eh... una cosa más ... ¿cómo considerar... consideraría que ha cambiado su día a día ya con el uso de la raíz?

H: pues... pues gracias a Dios Gaby y gracias a ti ha mejorado mucho, la verdad porque yo antes me sentía hasta sin ganas de trabajar entonces ahorita yo la verdad hasta siento que me ha ayudado pues en... ahora sí que en mi rendimiento físico porque ahorita yo ya tengo ganas hasta de hacer ejercicio y antes este... yo no tenía ganas ni de hacer ejercicio, ahorita yo estoy trabajando jornadas de 12 por 12 ... y... la verdad ... llegaba un momento en que yo ya ya no quería ni trabajar, por los dolores tan feos que tenía y tenía tenía que ahora sí que estarme hasta drogando Gaby, para este... pues para poder aguantar mi día con día y ahorita con ... la raíz del oro, la verdad pues yo si me he sentido muy bien y ahorita este... pues también me quiero meter al gimnasio porque te digo que ya tengo más energía y amanezco con bastante energía gracias a Dios.

G: ... ¿algo más que quiera agregar?

H: No pus.. ora sí que pues ya, te digo este... ora sí que gracias a ti Gaby y que bueno ojala y... y Dios quiera que sigas llevando, transmitiendo este mensaje a más gente que tiene el mismo padecimiento y de verdad o sea... yo sí, ya que lo probé y eso, la verdad yo si lo recomiendo y ojalá y mucha gente igual este se sane o por lo menos este... ehh... poco a poco porque pues todos los organismos son diferentes ¿verdad? ... entonces este ... a lo mejor a veces unos sentimos mejoría luego luego otros no pero pues yo digo que tengan mucha fe en Dios y que le tengan mucha fe a la raíz del oro porque si, si si es muy buena Gaby y yo la verdad o sea te lo agradezco infinitamente este... que me hayas dado también a mí la oportunidad de brindarme esta información de la raíz del oro y pues te lo agradezco mucho Gaby, no me queda más que decirte que... que dios te bendiga y que sigas siendo ora sí que luz y mensajera para la gente que... que sufre de esta misma enfermedad ... yo digo que si... este la verdad o sea que lo prueben y es algo realmente este... maravilloso que pus que la verdad o sea si, si cambia la vida en uno y pues seguirla

consumiendo.

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

F: Pues derivado de ... todos mis síntomas y de mis problemas ehh... entre a un grupo de facebook con personas que tenían el mismo problema que yo y... pues una persona recomendaba ahí que podíamos utilizar esta... esta raíz

G: y... ¿usted cómo es que la toma?

F: pongo pues de... de 4 a 5 ramitas dependiendo el tamaño y lo pongo a hervir en agua durante 5 minutos más o menos y pues esta agua la tomo durante todo el día

G: ¿aparte de la raíz usted consume algún otro medicamento para la artritis?

F: si el... metrotexato y la raíz de oro ...

al principio lo había tomado... y ya después la raíz

G: okey eh... bueno dígame más o menos ¿cuánto tiempo es lo que lleva utilizando la raíz de oro?

F: pues yo llevo como 2 meses aproximadamente

G: ¿recuerda más o menos cuales eran los síntomas o las molestias que tenía antes de que empezara a tomar la raíz?

F: si, antes pus me sentía muy cansada me... dolían las manos, las muñecas, se me hinchaban los pies y... pues también por lo mismo que se me hinchaban los pies ehh... los zapatos también sentía que me apretaban demasiado y... pues normalmente cuando me despertaba, me costaba mucho trabajo levantarme y me sentía como... muy adormecida de las manos y los pies y me dolía moverme, entonces me costaba mucho trabajo levantarme y pues tenía que levantarme poco a poco ... el dolor no se sentía en todo momento, sino que iba... conforme a hacia mis actividades pues se iba disminuyendo pero ya en la noche me sentía más adolorida e y y toda inflamada e hinchada de los pies y de las manos y... pues también cuando llegaba a comer carne o queso en la noche pues se... al día siguiente me sentía pues mucho peor

G: aja y... ¿en estos momentos que me menciona que era lo que sentía así como emocionalmente no sé si enojo o tristeza frustración o... o que era lo que sentía?

F: pues todo... mmm... en general pues cansancio y pues eso ayuda a o no ayuda a que te sientas mejor ¿no? a que te sientas muy... muy triste acerca de y frustrada por todo el tiempo que tienes que... que hacer para pues para... hacer o sea hacer todo un proceso para poderte levantar por lo mismo del dolor

G: bueno y ahora que toma la la raíz de oro ¿Cuáles han sido sus síntomas o que es lo que ha cambiado?

F: pues durante estos 2 meses más o menos eh pues... al como consumo bastante la raíz a lo largo del día pues ya no me siento tan cansada, ya ha disminuido ... la hinchazón y el dolor en las manos, las muñecas y en mis pies eh... ya también pues ha mejorado como la circulación en en mis pies porque ya no siento que estén tan hinchados y pues ya no me aprietan tanto los zapatos, ya puedo utilizar los zapatos que utilizaba antes y pues... por lo mismo que estoy mucho tiempo de pie pues ya... se me ha quitado ... un poquito pues el cansancio y... pues ya no tengo que esperar tanto tiempo a que pase el dolor para levantarme, ya me ya me siento un poquito más ligera y puedo hacer todas mis

actividades

G: ... bueno y ahora con todo ese cambio que me comenta, ¿cómo se ha sentido emocionalmente?

F: pues ya... un poquito más con ánimo de hacer las actividades ya... puedo... hacer lo que no lo que no hacía antes o sea ya algunas actividades ya no las podía realizar por lo mismo del dolor... y ya me limitaba mas a a hacer lo que sí podía y... pues también pues por lo del dolor ya... ya disminuyó, entonces ya puedo hacer otras actividades que antes no podía entonces ya también eso te ayuda a tu estado de ánimo ... lo de comer pues un poquito más de carne o queso pues eso también eso ayuda a que me sienta pues un poquito más contenta

G: ... ¿cómo consideraría los efectos de la raíz de oro comparándolos con los que... tenía al tomar el medicamento así solito?

F: pues eh... yo creo que también a la mejor porque no... los hábitos del de de estar tomándote la medicina y pues los efectos que también causaba esta medicina y pues la raíz la puedo estar tomando como agua o té ... entonces... yo creo que eso pues a ha ayudado también a... a contrarrestar ¿no? porque también los medicamentos nos... pues ayudan pero también dañan otra cosa

REDUCCIÓN

G: ... ¿cómo es que se enteró de la existencia de la raíz de oro?

K: ahh... pues este, con los problemas que tengo bueno que tenía y que sentía pues estuve investigando y y me uní a un grupo de facebook con personas que pues tenían los mismo como los mismos problemas y así este... estuve leyendo varias varias... como ... reportajes y eh... cosas que mandaron.

G: mja... y... ¿usted cuánto... bueno más bien cómo es que consume la raíz de oro?

K: ah pues... según lo que leí lo que recomendaron es que... que se pongan unas 4 o 5 más o menos ramitas y... pues hervirlas durante unos 5 o 10 minutos ehh... y tomar esta agua durante el día.

G: Okey y... ¿usted aparte de... de la raíz consume algún otro medicamento para la artritis?

K: ehhh... a bueno si, antes, ahorita ya como he sentido un poquito más de mejoras ... ya no me lo he tomado, tomaba el metro... metotrexato ... y pues... luego ya lo deje de tomar porque me sentía mejor con la raíz

G: o sea que ¿ya no lo toma por lo mismo de que ha notado que funciona la raíz?

K: aja lo he dejado o... de vez en cuando, pero ya no muy seguido.

G: okey y... ¿más o menos recuerda cuánto tiempo lleva utilizando la raíz?

K: ... más o menos ... 3 meses

G: bueno pero a ver dígame, ¿cuáles eran las molestias o los síntomas que tenía antes de que empezara a tomar la raíz? Aunque este... pus si estaba tomando medicamento

K: ahh... pues me dolían las articulaciones, ehh... no podía agarrar las cosas bien ehh... con las manos ... ehh... luego las sentía inflamadas este... mis dedos ehh... pues por ejemplo si yo quería ponerme anillos o eso no pus no podía porque estaban hinchados o se o... o al momento de querer escribir me dolía porque no podía doblarlos o... y me dolían ... o me dolían este... al al querer recargarme o algo así

G: y bueno en en ese entonces que tenía todas las molestias que me comenta ¿Qué era lo que sentía así emocionalmente?

K: ahh... pues emocionalmente me sentía muy... muy como frustrada por no poder hacer las cosas ehh... pues si me ponía triste porque... muchas cosas de las que yo quería hacer, por ejemplo escribir o... o no se... estar por ejemplo en algo muy básico como el celular pues no podía porque me dolía

G: okey... y bueno ahora que ya está tomando la... la raíz de oro ¿cuál... cuáles han sido los cambios que ha tenido?

K: ahh... pues ya no me duelen tan... eehh... tan seguido las manos, a veces le... mmm... así muy rara la vez pero ya no me duelen, ya puedo agarrar mejor las cosas ehh... ya no me siento cansada, ehh... ya mis muñecas o o incluso mis pies ya no me duelen, ya no los siento hinchados ... antes pasaba que pues me sentía que los zapatos me apretaban o así ... emm... y pues sí, más que nada el el dolor al querer sostener o eso ya ya... ya ha disminuido, ya puedo agarrar mejor un lápiz este... y pues ya

G: y... emocionalmente ahora con todos estos cambios que me comenta, ¿cómo se ha sentido?

K: ah.. pues ya me siento muchísimo mejor, eh la verdad es que si al... al ver que ya puedo... pues hacer como más cosas me pongo más contenta y este... incluso pues... ya no me siento con el ánimo decaído como... como estaba de... o frustrada ya no, ya... ahora que puedo hacerlo mejor ehh... pues si me ha servido mucho porque antes yo veía como muy negativa toda esta situación y pues me enojaba conmigo pero ahora ya con estos cambios pues, pues me siento muchísimo mejor.

G: ... ¿usted recomendaría la... la raíz de oro ya una vez que tuvo su... todo este cambio en su... su día a día?

K: pues sí, de hecho este... en mi experiencia bueno en... por lo que he vivido yo sí la recomendaría porque sí me ha ayudado he... visto una mejoría he visto cambios que me han beneficiado y... tanto en lo físico como en... lo emocional y todo ... y pues yo si la recomiendo para... un a la mejor acompañarla no se con... con... un poco de paciencia porque pues no es tan rápido como a veces creemos