



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Salud

Creencias y prácticas sobre la enfermedad de la diabetes en
un grupo de adultas mayores, en la comunidad zapoteca San
Cristóbal Lachirioag

Estudio cualitativo, descriptivo, interpretativo – comprensivo

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Ricardo Ambrosio Prado

Directora: Dra. Gabriela Eugenia Rodríguez Ceja

Dictaminador: Lic. Bernardo Ángel Delabra Ríos



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, a 23 de Noviembre del 2017



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.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

**Creencias y prácticas sobre la enfermedad de la diabetes en un grupo de
adultas mayores, en la comunidad zapoteca San Cristóbal Lachirioag**

T E S I S

Para optar por el grado de

Licenciatura en Psicología

Presenta

Ricardo Ambrosio Prado

Directora: Dra. Gabriela Eugenia Rodríguez Ceja

Oaxaca de Juarez, Oax. Noviembre 2017

Índice

Introducción	4
Planteamiento del problema	9
Objetivo	10
Método.....	10
Participantes	11
Instrumentos y procedimiento	11
Marco teórico.....	12
Diabetes	11
Delimitación y contextualización	18
Aspectos actuales de la realidad, social, económica, política y cultural	22
Medio ambiente	34
Resultados	35
Diagnóstico de la enfermedad	47
Tratamiento	49
Análisis	58
Conclusiones	63
Bibliografía.....	67
Anexos	71

Dedicatoria

A mi esposa Blanca, por su amor, comprensión y el tiempo que me ha dedicado a pesar de las ausencias.

A mis hijos, Shanti y Ricardito, que son el motor y motivo principal de mi familia.

Al equipo No. 7 de Prospera que con sus valiosos conocimientos han logrado dar vida a este trabajo.

Dedico este trabajo a mi comunidad de San Cristóbal Lachirioag, por mantener las raíces identitarias que nos han heredado nuestros ancestros y que aún siguen vigentes.

Agradecimientos

Quiero agradecer a la UNAM que es mi alma mater, por ofrecer la educación superior mediante esta modalidad y ayudar a personas que se encuentran en lugares lejanos.

A la Facultad de Psicología por abrir estos espacios educativos y pedagógicos que son un referente de crecimiento intelectual.

De manera especial agradezco a mi directora de tesis, Dra Gabriela Eugenia Rodríguez Ceja, por la calidez humana y la experiencia que tiene para dirigir este trabajo, sus atinadas observaciones, la paciencia y dedicación que tuvo para revisar este trabajo, sin duda es una muestra de su profesionalismo.

Al Lic. Bernardo Ángel Delabra Ríos, por su dedicación, tiempo y sugerencias para mejorar este trabajo.

A todos mis asesores y maestros que con su trayectoria impulsan la psicología desde lugares apartados, con ello muestran que la UNAM sigue siendo una de las mejores instituciones educativas, agradezco ese compromiso.

A mis paisanos de San Cristóbal Lachirioag, conocedores de la riqueza cultural y concretamente de la medicina tradicional, por brindarme sus puntos de vista, conocimientos y correcciones.

Introducción

Actualmente el tema de la salud pública es prioridad para muchos países que se preocupan por los altos índices de mortandad, la baja calidad de vida y de lo cual se derivan enfermedades de toda clase, que incluyen enfermedades crónicas y otras nuevas como la influenza, el sika, el dengue, la diabetes en sus diversas etapas, problemas cardiovasculares y aquellas relacionadas principalmente a malos hábitos alimenticios. Todo esto representa un alto costo social y económico que a su vez repercute en el sistema de salud en general. De ahí que la OMS (Organización Mundial de la Salud) se enfoque a la prevención y tratamiento de dichas enfermedades desde la niñez hasta la edad adulta, e insista en el seguimiento de la adherencia a los tratamientos para lograr una recuperación, o si se habla de una enfermedad crónica, el control de ella; tal es el caso de la diabetes. Esta enfermedad crónico degenerativa impacta de gran manera en la población a nivel mundial y nacional, ya que tiene una alta prevalencia en el mundo, y México no es la excepción, de ahí que exista un gran impacto en el área de la salud, además de que genera altos costos económicos, y por ende afecta la calidad de vida de los individuos. Por un lado afecta en gran medida al ser humano, porque el resultado de la diabetes se asocia mucho al estilo de vida de cada persona, esto es, al llevar una vida sedentaria, mala alimentación o una vida estresante, tienen consecuencias irreversibles en la salud con daño a los órganos del cuerpo, nervios y vasos sanguíneos, daña el corazón, los ojos; puede producir accidentes cerebrovasculares, infarto de miocardio, neuropatía de los pies, incremento de úlceras de los pies, ceguera, llegando hasta la amputación de extremidades; actualmente la diabetes no tiene una cura. Esto a su vez afecta su calidad de vida en la parte económica, dado que ya no tienen las mismas posibilidades de trabajar, ya que por un lado los egresos aumentan por el costo de medicamentos, mientras que los ingresos que tienen no son suficientes para cubrir esos costos, la enfermedad afecta también a la autoestima, alimentación en casos donde se limitan a ciertas dietas, pueden sufrir depresión y en general la vida ya no es la misma para ellos por vivir con un padecimiento crónico (Flores et al, 2013).

La diabetes también ha sido estudiada por la psicología, ya que dicha disciplina se interesa en problemas de salud y en las interpretaciones particulares que se dan en cada grupo social, pues se asocian a los sentimientos, emociones, valoraciones, creencias y prácticas; esto ha hecho que la psicología sea auxiliar en el campo de la medicina, aportando información relevante a otros campos que estudian las enfermedades en el ser humano (De la Paz Castillo et al, 2012).

En el campo de la psicología destaca la psicología de la Salud, la cual tiene entre sus objetivos investigar los procesos, causas y consecuencias de las enfermedades y la relación que guardan con la salud, a su vez se pueden explicar, predecir, o en su caso cambiar mediante conductas que resultan un riesgo para la población, por ello la diabetes se retoma como prioridad, y la psicología juega un papel fundamental para el estudio y la comprensión de dicha enfermedad (Gross, 2007). En el caso de los pueblos indígenas, resalta la visión que tienen hacia las enfermedades, su relación con la naturaleza y las principales formas de atención que se brindan, la forma de concebirlas desde su propia cultura, esto a veces contrasta con la medicina actual debido a los métodos y prácticas que desarrollan no han logrado ser reconocidas por la comunidad científica, aunque si es posible ampliar las investigaciones desde el punto de vista de la psicología al ser una ciencia que estudia la conducta y el comportamiento de los individuos desde cualquier cultura mediante técnicas y herramientas, de esta manera trata de encontrar la relación estrecha entre la salud y la enfermedad, de esta manera si se profundiza en estos temas se pueden analizar desde la óptica de otras culturas considerando el contexto y las características de cada población, de ahí reside la importancia de este tipo de estudios que buscan aportar en este campo de la psicología de la salud. Por ello este trabajo pretende abordar esa complejidad para comprender la relación hombre-naturaleza, salud-enfermedad desde el punto de vista particular de la cultura zapoteca y la manera de comprender y atender algunas enfermedades entre la población.

Por su parte, la OMS (2017) en su apartado de Datos y Cifras, informa que a nivel mundial, existían más de 347 millones de personas enfermas de diabetes, y así, en el año 2012 se registraron 1.5 millones de fallecimientos de personas por

el exceso de azúcar en la sangre en ayunas. Los principales países que registran en sus estadísticas más del 80% de sus muertes por esta causa, son los países de ingresos bajos y medios, entre los cuales se encuentra México, y se espera que en el año 2030 la diabetes sea la séptima causa de mortalidad en el mundo.

La Encuesta Nacional de Nutrición 2012 reveló que el 9.17 por ciento de la población adulta en México ha tenido un diagnóstico de diabetes, lo que se traduce en 6.4 millones de personas. En lo referente a las entidades de la República, la encuesta encontró que el Distrito Federal es la entidad con mayor porcentaje de hombres con diagnóstico de diabetes (12.7%), seguido del Estado de México (11.5%) y Veracruz (11.9%). En tanto que para las mujeres el primer lugar es Nuevo León (15.5%), seguido por Tamaulipas (12.8%) y el Distrito Federal (11.9%) (ENSANUT, 2012).

De acuerdo con CONEVAL (2017), en la última encuesta intercensal del 2015, Oaxaca ocupa el primer lugar a nivel nacional en rezago social¹ y de acuerdo a las últimas estadísticas de mortandad obtenidas por el INEGI en el año 2015 la diabetes Mellitus era la tercera causa de muerte a nivel estatal con 98 521 defunciones, haciendo de esta enfermedad un hecho preocupante en los últimos años, y aunado a ello es uno de los estados con mayores carencias en lo que se refiere a acceso a la salud, educación, vías de comunicación y servicios de vivienda.

En el siguiente cuadro comparativo (Cuadro 1), presento los datos obtenidos por el CONEVAL (2014), donde se observan en porcentajes, las diferencias entre la media nacional, la media estatal y la local, que se refiere a la comunidad zapoteca San Cristóbal Lachirioag, en relación con diversos indicadores.

¹ Es una medida ponderada que resume cuatro indicadores de carencias sociales que son: educación, salud, servicios básicos y espacios en la vivienda (CONEVAL, 2017).

Cuadro 1

Ámbito	Población total	Pobreza	Pobreza extrema	Pobreza moderada	Vulnerable por carencia social	Carencia por rezago educativo	Carencia por acceso a la salud	Carencia por acceso a la seguridad social
México	112,590,130	46.3	11.4	34.9	28.8	20.6	31.8	60.7
Oaxaca	3,808,686	67.4	29.8	37.6	22.4	30.3	39.9	79.7
San Cristóbal	1,230	75.9	37.7	38.2	23.1	45.1	95.2	92.6

Cuadro 1. Tabla comparativa de la comunidad de San Cristóbal Lachirioag con la media nacional y estatal. Datos presentados en porcentajes (CONEVAL 2017).

De esta manera en los niveles analizados existen indicadores que tienen que ver con el grado de pobreza que existe entre la población comparados con la media estatal y nacional. Mientras que otros conceptos tienen que ver con la pobreza extrema y la moderada, sobresaliendo la pobreza en el municipio que es más alto que la media estatal. En este sentido destacan las cifras altas (75.9%) en el tema de la pobreza dado que es un municipio que se encuentra con Alta Marginación y con carencia de diversos servicios como se especifican en las cifras que se muestran. Asimismo, resalta la carencia por acceso a centro a atención a salud con un 95.2 % con respecto a la media estatal es muy alto y aquí es donde las personas no cuentan con las facilidades para obtener un servicio básico o adecuado en estos centros. Al no haber condiciones y facilidades para los servicios de salud básicos desde una perspectiva biomédica, de ahí que la población opta por otras alternativas ya sea locales desde la medicina tradicional o en algunos casos en que sí pueden costear consultas se trasladan a la ciudad o en consultorios privados.

Por su parte, la Secretaría de Salud de Oaxaca (2012) en la presentación de su estrategia de salud integral planteó que existen 2,306,141 personas de 20 años y más en el estado, de las cuales alrededor del 12.9% padecen diabetes; esto significa que en el estado existen aproximadamente 297,497 personas

enfermas de diabetes. Con este panorama se buscaba definir acciones para disminuir las complicaciones, realizar detecciones oportunas y evitar el desarrollo de este padecimiento.

Lo anterior lleva a considerar nuevamente el papel de la Psicología de la Salud como lo menciona Gil-Roales (2004), pues ésta se ocupa de evaluar los problemas relacionados con la salud, a su vez el tipo de intervención que requieren y el seguimiento que se les debe hacer para obtener los cambios necesarios en el individuo, de esta manera la salud y la enfermedad se relacionan directamente e influyen en los sistemas biológico, psicológico y social, con ello se toman en cuenta estos factores para ser investigados y esto se hace a través de una evaluación que la Psicología de la Salud se encarga, de ahí la importancia que ocupa en este tipo de estudios.

Para el caso concreto de la Sierra Juárez, que aglomera tres grandes culturas como son: la cultura Zapoteca, Mixe y Chinanteca, han sido varios los intentos por promover la atención y el acceso a servicios de salud biomédicos; sin embargo condiciones como la lejanía o geografía del lugar, la falta de centros de salud y personal médico, han obstaculizado esta estrategia que solo ha quedado en las cifras, mientras tanto, las personas siguen utilizando las prácticas tradicionales y de atención a través de curanderos, yerberos, parteras, hueseros, que siguen preservando sus conocimientos, aplicando la medicina tradicional, y prueba de ello es la demanda de sus servicios entre la población que acude a ellos.

Desde el último Censo de Población y Vivienda 2015 del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), la población total del municipio era de 1,230 habitantes, siendo 566 hombres y 664 mujeres. El mayor número que integra la población es de mujeres, llegando a la conclusión de que por cada cien mujeres que hay en el municipio, existen 84 hombres considerando el alto número de emigrantes que salen a buscar mejores condiciones de vida principalmente hacia la Unión Americana. El municipio es considerado una localidad rural, y de los 570 municipios de Oaxaca, San Cristóbal Lachirioag está catalogado como municipio de alta marginación, considerando la geografía, el índice de

analfabetismo, la situación económica, la falta de acceso a los servicios educativos y de salud en la entidad. De acuerdo con la CONAPO (2010) el término “alta marginación” es un fenómeno estructural de carácter económico que se asocia a la carencia de oportunidades sociales, ausencia de capacidades y privación o inaccesibilidad de bienes y servicios para un bienestar, como son la falta de agua, drenaje, servicio sanitario, electricidad, servicios educativos, falta de ingresos monetarios, entre otras carencias, de esta manera una comunidad marginada presenta vulnerabilidad social y, de acuerdo a estos criterios, se establece si lo presenta en diversos grados que van desde muy alta, alta, media y baja marginación.

Planteamiento del problema

Derivado de los elementos descritos, este trabajo pretende dimensionar y relacionar la enfermedad denominada *we de* y la diabetes desde la perspectiva de los habitantes de San Cristóbal Lachirioag con el fin de explicar su relevancia, el tipo de atención y significados que se le atribuyen, así como el tratamiento que la biomedicina propone, esto para comprender las prácticas tradicionales, sus principales referentes, creencias, puntos de vista y la manera en que factores directos e indirectos como la economía, condiciones sociales, y la carencia en los servicios de salud que existen en la comunidad obligan a los habitantes a buscar alternativas de solución o de control sobre la enfermedad, lo cual resulta relevante dado que la diabetes en la comunidad ya alcanza un número significativo de pacientes, afectando a los adultos y personas de la tercera edad quienes en muchas ocasiones desconocen los efectos de la enfermedad y pueden asociarla a otros padecimientos con similares síntomas, de ahí la importancia de haber elegido el tema desde la perspectiva de la psicología de la salud, con lo cual se busca realizar una aportación abarcando contextos rurales, donde las enfermedades tienen otra connotación, con este panorama es posible ofrecer mayor información hacia la sociedad y brindar nuevos conocimientos en materia de prevención y atención sobre diversas enfermedades que tienen tratamiento o cura.

Objetivo: Describir las principales creencias y prácticas en torno a la enfermedad de la diabetes en un grupo de adultas mayores de la comunidad zapoteca de San Cristóbal Lachirioag, Oaxaca, para comprender cómo se relacionan con el tratamiento propuesto por la biomedicina.

Diseño: Estudio cualitativo, descriptivo, interpretativo – comprensivo.

Método

El presente trabajo se hizo desde la lengua zapoteca que es la lengua nativa del autor de este trabajo, como estudiante de la carrera de Psicología originario de la misma comunidad, por lo que conoce a la gente desde hace muchos años y con quienes se pudo trabajar, por ello se usó la lengua zapoteca que se habla en la Sierra Norte de Oaxaca como referencia para la obtención y descripción de datos, posteriormente su traducción al español para ofrecer una visión amplia y accesible hacia la población mexicana sobre la información que se obtuvo.

Se realizó una investigación cualitativa con un grupo de mujeres que participan en el programa Prospera² en la comunidad zapoteca del estado de Oaxaca, que actualmente reciben tratamiento dieto terapéutico y control médico de rutina en la Unidad Médica Rural a través de revisiones de peso, talla, consulta general y atención primaria. El contacto se estableció gracias a las pláticas e interpretación del español a la lengua zapoteca sobre temas de salud que se otorgan bimestralmente en la unidad médica rural y el grupo selecto accedió a compartir la información y los datos necesarios para llevar a cabo esta investigación.

Se utilizó la técnica de recolección de datos mediante la observación participante sobre las prácticas de medicina tradicional que realizan algunas personas de la comunidad cuando llevan a cabo sus tratamientos con los especialistas entre los que destacan yerberos (*wen xmechhu*), adivinos (*wane ya*), rezaderos (*walla'a*) y que desempeñan un papel relevante y específico dentro de

² Programa de Inclusión Social PROSPERA

la cosmovisión de la comunidad al momento de realizar curaciones, pedimentos³, rituales. Estos datos fueron recopilados en un diario de campo acompañando a los maestros de rituales en algunas prácticas que realizaron durante dos ocasiones que accedieron compartir sus conocimientos y ser grabados durante la ejecución de sus rituales. Asimismo también se realizaron dos entrevistas a profundidad que fueron dirigidas a cada adulta mayor con una duración de una hora con treinta minutos aproximadamente, en esta misma dinámica se entrevistaron a dos maestros de rituales que también brindaron y complementaron información adicional sobre algunas creencias y enfermedades. Finalmente, se utilizó la técnica de grupo focal, la cual consiste en desarrollar discusiones abiertas. Se realizó un grupo focal con todas las mujeres participantes en el estudio. De esta forma la investigación mediante grupos focales aporta una enorme riqueza en conocimientos, valores y creencias en un grupo de personas (Hamui-Sutton, Varela-Ruiz, 2012).

Participantes

12 mujeres adultas y de la tercera edad con un rango de edad de entre 60 y 70 años que pertenecen al municipio de una zona indígena zapoteca denominada San Cristóbal Lachirioag, Oaxaca. En atención a los principios éticos de la investigación, los nombres de las participantes se mantuvieron en el anonimato y se emplearon seudónimos en la redacción del reporte final.

Instrumentos y Procedimiento

En este estudio se aplicó un cuestionario semi-estructurado con preguntas abiertas de elaboración propia para recopilar algunas variables sociodemográficas y clínicas, como la edad, número de hijos, ocupación, situación laboral, escolaridad, y una entrevista (anexo 1) para conocer el tipo de tratamiento que siguen, el conocimiento que tienen sobre la enfermedad, sus creencias sobre la

³ El pedimento es una expresión que utilizan los maestros de rituales para solicitar favores a las deidades sobrenaturales con el fin de recibir beneficios de toda clase al momento de acudir a los centros ceremoniales.

enfermedad. La investigación se desarrolló bajo consentimiento previamente informado sobre los fines del estudio, con su participación voluntaria, de forma anónima, y la información que se obtuvo se trató con sumo cuidado. Asimismo se tuvo la oportunidad de contactar y acompañar en sus prácticas a dos maestros de rituales que ofrecen servicios de curación y medicina tradicional con el apoyo de entrevistas abiertas y grabaciones en audio. Posteriormente se hizo un análisis de contenido que de acuerdo con Krippendorf (1990) representa una técnica de investigación que ayuda a relacionar de manera concordante los datos cuando se tienen diversas opiniones e información que cada participante brinda, a su vez tiene la ventaja de que el análisis de la información obtenida es amplia y se puede ir clasificando de acuerdo al interés del investigador, con ello se construyen interpretaciones y significados de los propios participantes en sus discursos y prácticas culturales.

Marco teórico

Diabetes desde la perspectiva médica

La OMS (2017) define la diabetes como una enfermedad crónica que *“aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente, o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. La insulina es una hormona que regula el azúcar en la sangre”* (p.1) de ahí que una de sus principales consecuencias cuando no existe un control adecuado es el aumento en la azúcar.

La diabetes se clasifica o se ubica en distintas categorías, pasando de una diabetes tipo 1 llamada juvenil o de inicio que se caracteriza por exceso de orina, sed, hambre constante, pérdida de peso, trastornos visuales y cansancio. Mientras que la diabetes tipo 2 o de inicio en la edad adulta que es la que representa la mayoría de los casos a nivel mundial; sus síntomas son casi los mismos que la diabetes tipo 1 aunque presentan una menor frecuencia y se debe más a un peso corporal excesivo y a falta de actividad física (OMS, 2017).

Existe también un tipo de diabetes denominado gestacional que aparece durante el embarazo, y se caracteriza por el aumento de azúcar en la sangre. Las mujeres que sufren de estos síntomas corren riesgo de complicaciones en el

embarazo y durante el parto; asimismo, sus hijos también corren el riesgo de padecer la diabetes tipo 2 (OMS, 2017).

La diabetes se puede diagnosticar de manera oportuna mediante un análisis de sangre; aunado a la aparición de los síntomas mencionados, las primeras visitas al médico son fundamentales para determinar si el paciente corre algún tipo de riesgo y esto se verifica con la revisión física, el peso, la talla, el estilo de vida, el historial médico familiar y posteriormente el médico da el seguimiento de los análisis para comprobar si está presente la enfermedad o se encuentra en fase inicial, mediante signos tempranos (OMS, 2017).

A través de los estudios que se han realizado, se ha comprobado que la diabetes afecta de muchas maneras a quien la padece, no solamente al enfermo, sino también a las personas que lo rodean. Por tal motivo se han abordado aspectos biológicos, físicos, psicológicos, médicos, de investigación, social, cultural, emocional, espiritual, y también del ámbito docente, ya que se debe preparar tanto al enfermo como a sus familiares sobre lo que es la enfermedad. Bajo estas premisas se retoma entonces el tema de la diabetes para poder entenderla y buscarle su causa y un sentido, como lo menciona Pereira y Valero (2009), ya que la enfermedad rompe la armonía y el equilibrio entre el cuerpo y el ambiente; esto es, que cada ser humano se encuentra relacionado con lo que le rodea, y al percibir una alteración entre estos factores surge un desequilibrio o se rompe ese orden planteado desde parámetros socioculturales. Las enfermedades han pasado por diferentes interpretaciones que van desde creencias en seres divinos que otorgan un castigo por algún incumplimiento, promesa o desobediencia, mientras que también se le puedan dar interpretaciones sobrenaturales por encantamientos, males de ojo, profanación de lugares sagrados, envidia, susto, encuentros con deidades naturales, seres espirituales, animales, asociación e interpretación con la luna y finalmente las propias interpretaciones que la ciencia le ha dado en la actualidad.

Por ejemplo, en el caso de la cultura mixteca del estado de Oaxaca, una enfermedad puede estar asociada a los entes espirituales o *mahulia*, los cuales son seres que influyen en el estado emocional de la persona y que se poseionan

de su alma, haciendo que este sentimiento genere cambios físicos que van desde la falta de apetito, falta o exceso de sueño, cambio de color de piel, agotamiento, aparición de manchas en la piel, y todo esto finalmente afecta el organismo de manera gradual, de esta manera le otorgan cargas valorativas que suponen un daño en planos físicos y emocionales, considerando también otros elementos que están esparcidos en el medio ambiente, o hacen que la persona no se sienta con la plenitud de la vida (Romero, 1999).

Ahora bien, para comprender esta complejidad y diversidad en las interpretaciones de la enfermedad es necesario retomar conceptos elementales para lograr comprender el tema de la diabetes como enfermedad, y aquí es donde juega un papel fundamental la cosmovisión. De acuerdo con López Austin (1980) la cosmovisión se entiende por un "conjunto articulado de sistemas ideológicos relacionados entre sí en forma congruente"; esto es, que cada persona tiene una manera de entender el mundo, y el pensamiento se refleja de manera personal; sin embargo, con la interacción de la misma sociedad surge entonces una cosmovisión compartida o a nivel colectivo. Esta cosmovisión a su vez se da bajo un sistema de comunicación en el que cada individuo comparte su forma de pensar y hasta cierto grado es compatible con el grupo social al que pertenece, de esta manera cuando las ideas se van transformando se traducen en una colectividad, y a su vez esto se convierte en una manera de interpretar el mundo. Esta llamada cosmovisión engloba una serie de pensamientos y prácticas que se transmiten generacionalmente mediante un sistema cultural que encierra significados e ideología de las personas que viven y han crecido en ese contexto, a su vez conllevan una serie de comportamientos que se adquieren a lo largo de la vida, desde el nacimiento hasta la misma muerte, de esa manera al comprender estos significados es posible comprender su alcance.

En un estudio realizado por Balderas et al. (2011) en la cultura Tzotzil, por ejemplo, las enfermedades se diagnostican a partir de problemas anímicos y fisiológicos, generando una preocupación ya que determinan los roles y las representaciones sociales que se observan en la cotidianidad; sin embargo, al momento de realizar una curación o control de la enfermedad juega un papel

determinante la creencia de esta cultura hacia la medicina tradicional y la asistencia con los curanderos, partiendo de factores económicos y de pobreza, lo que los ha orillado a confiar más en estas prácticas que en la que ejercen los médicos de los centros de salud, y solamente se cumple con asistir al centro de salud para recibir el programa gubernamental.

Cada cultura es distinta, tiene su forma de ver y entender el mundo desde su complejidad; así, en el caso de la cultura zapoteca, la cosmovisión ancestral sobre los seres sobrenaturales se ha mantenido durante siglos, asimismo ha integrado y adoptado a lo largo del tiempo aspectos y creencias religiosas occidentales que son parte del catolicismo, lo han relacionado en ocasiones con la ciencia a través de la medicina pero siempre conservando una matriz cultural que rige sus vidas, de esta manera y de acuerdo con Cruz (2007) resulta importante comprender las prácticas de la medicina tradicional que se relacionan con la armonía que se tiene hacia las deidades y el ser humano, ya que al no respetar los días señalados para ofrendar, el culto a la naturaleza, o realizar otras actividades que no sean religiosas, entonces los dioses no favorecen al hombre, sino más bien lo mantienen al margen y esto se refleja desde una mala cosecha hasta una grave enfermedad que no se puede remediar hasta que se logre redimir con sacrificios de animales, regalos y ofrendas a los seres sobrenaturales y el pago por las promesas incumplidas, éstas prácticas rituales deben de ser acompañadas con tratamientos a base de plantas medicinales que se siguen bajo cierto régimen para recuperar el equilibrio, o una parte espiritual del ser humano que se ha perdido, ha sido retenida por deidades de la naturaleza o los dioses a quienes se rinde culto.

Para la cultura zapoteca, desde tiempos ancestrales, la enfermedad ha estado ligada a situaciones de vida personal que a su vez se relacionan con el comportamiento del ser humano hacia sus deidades. Éstas son representaciones específicas de la naturaleza, y están en constante armonía con cada ser humano, ya que desde que nace es un ser especial que trae su propio *gras* o alma, mismo que está en comunión o unión con algún tipo de animal, es decir, se asocia el día en que nació con el día marcado con el antiguo calendario zapoteco que utilizan

algunos maestros de rituales, de igual manera se asocian elementos de la naturaleza como es el *bee* (viento), *yi'* (fuego), *waziu'* (trueno), *yia* (cerro) por mencionar algunos, por tanto al momento de nacer viene predestinado a vivir un cierto tiempo y un destino bien marcado, de esta manera se sabe cuál puede ser su tonal o nagual, algún don para curar, y que situaciones puede enfrentarse a futuro. De acuerdo con Cruz (2007) los zapotecos creen en los elementos de la naturaleza que se manifiestan en el ser humano y cada acción tiene un efecto positivo o negativo para él, ya sea que se manifieste de manera física, emocional o espiritual, pero siempre repercute en su vida y en su salud.

Dentro de las principales creencias que existen entre los zapotecos de la Sierra Norte, éstas se basan en la cotidianidad partiendo desde la cosmovisión que tienen hacia el significado del día en que se vive, ya que cada día se considera especial y tiene su propio simbolismo, así como el tipo de mes y año en que un ser humano nace, éste ya trae un don especial que la madre naturaleza le ha otorgado. Todo ello se relaciona, las enfermedades tienen un origen en el carácter espiritual de cada persona ya que éste al estar predestinado, tiene que prestar atención en las señales que recibe tanto físicas como emocionales, estos presagios a su vez al ser interpretados adecuadamente revelan mensajes que pueden afectar su salud, le previenen de algún tipo de problema personal o familiar, asimismo pueden representar bienestar en algunos casos y estas señales se manifiestan en el sueño, en algún mensaje de la naturaleza como el sentido del viento, la intensidad de un rayo, la aparición de una estrella fugaz, un temblor, de esta manera los especialistas en rituales expresan que estas condiciones naturales afectan a ciertas personas dependiendo de su fecha de nacimiento, lugar donde vive ya que algunos lugares se vuelven pesados y son propensos a sufrir algún tipo de daño espiritual si la naturaleza no les favorece por ese acontecimiento señalado en el sueño o la señal que recibe.

Por otro lado, se encuentran los mensajeros sobrenaturales, que se interpretan como seres que anuncian algún tipo de desgracia o favor para la persona que se los encuentra. Está el caso de los seres positivos que son los *bene yia'* o chaneques, los *kuelhan*, duendes o catrines, *xnax* o princesas y por su

parte están los seres negativos que pueden ser los *bxhiaj* o matlazihua, *bene yix* o salvajes y también los *bxin* o sombras, *beneya* o nahuales, que al verlos, encontrarlos o tener algún tipo de contacto visual con ellos presagian una desgracia o enfermedad, ya que la creencia es que cuando alguien se los encuentra es seguro que caerá enfermo en cualquier momento, tendrá problemas de toda clase y será necesario llevar un tratamiento lo más pronto posible para contrarrestar los efectos.

Lo mismo ocurre con algunos animales, que al encontrarlos accidentalmente presagian algún tipo de enfermedad o simplemente son mensajeros que previenen a la persona, por ejemplo para el presagio de la muerte de una persona está el águila que revolotea cerca de una casa, los aullidos constantes de un perro, el canto de un *bdid* o tecolote, ver un *winaj* o salamandra, *bsoga* o coralillo rojo son señales de una muerte, un zorro que se cruza en el camino, un correcaminos que se cruza en nuestro andar o una serpiente cruzada en el camino son algunos animales que están relacionados a desgracias o situaciones negativas y son éstas algunas creencias dentro de la cultura zapoteca.

En este sentido se retoma el término de “síndrome de filiación cultural” que de acuerdo con Urióstegui (2015) deriva de una antropología colonialista que hace referencia a enfermedades que no son reconocidas por la medicina occidental, sino que se observan en diversas partes y culturas del mundo con referentes exclusivos de dichas culturas.

Está generalizada también la creencia en situaciones que afectan al ser humano, como lo refiere Mendoza (2005) como el mal de ojo, malos aires, sombras que siguen a una persona, brujería, hechizos, maldades, encantamientos y rituales de maldición que todavía se practican mediante sacrificios de animales, rituales, cánticos y oraciones. De esta manera, estos temas de los augurios o vibras, han sido analizados desde tiempos ancestrales por los zapotecos, y en muchos casos dentro de la misma cultura zapoteca se han contrarrestado a través de diversas prácticas que van desde el uso de las plantas medicinales para curar los males, las enfermedades, y la prevención de las mismas, pasando por rituales,

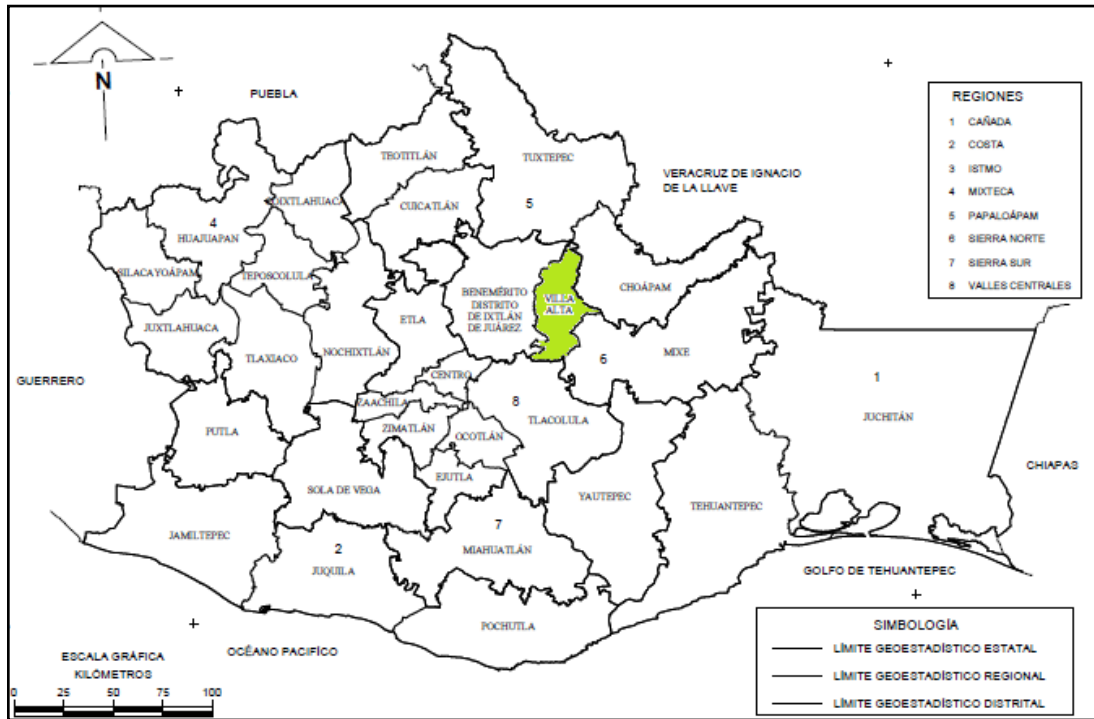
prácticas de adivinación y técnicas que la ciencia no ha podido profundizar o darle el reconocimiento a nivel científico.

Dentro de la Sierra Juárez del estado de Oaxaca se concentran tres grandes cultura que son la cultura Mixe, Zapoteca y Chinanteca, entre la cultura zapoteca comprende una zona de cuarenta y dos comunidades que se reconocen como municipios y agencias que está determinado por el estado de acuerdo al número de habitantes. De esta manera San Cristóbal Lachirioag forma parte de la cultura zapoteca y es uno de los 570 municipios que conforman el estado, resalta este municipio porque aun preservan muchas de sus tradiciones y costumbres, entre las cuales se encuentra la práctica de la medicina tradicional.

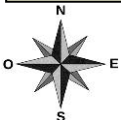
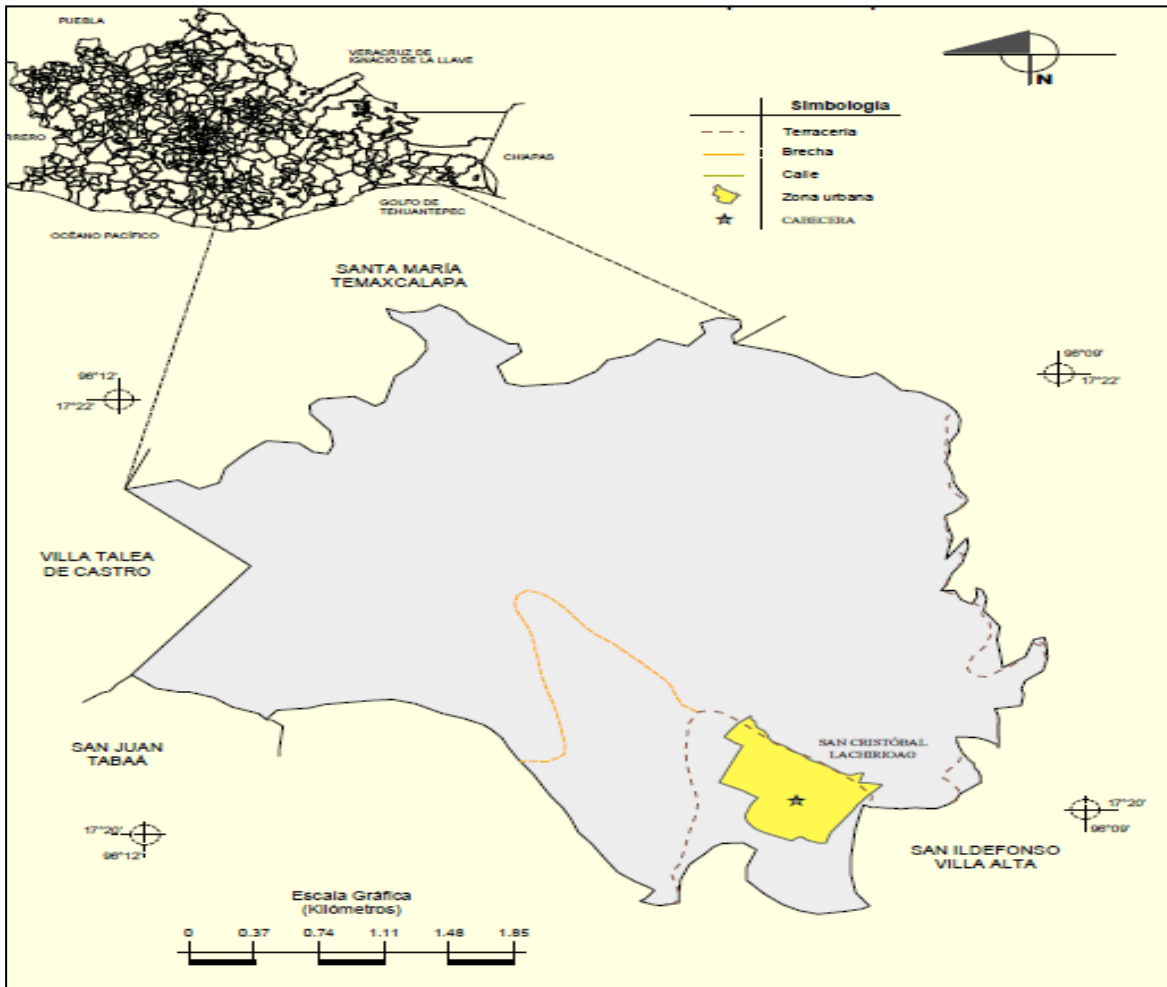
Delimitación y Contextualización

La siguiente información fue obtenida del Plan de Desarrollo Social Municipal (2013):

San Cristóbal Lachirioag proviene de la etimología zapoteca en zapoteco en la variante *xhon* de la Sierra Juárez que a su vez pertenece a la familia del otozapoteco se pronuncia “Lashechiaj”, siendo su significado *lashe*: llano, *chhiaj*: piedra, y se traduce como “Llano de piedra o pedregoso”. Su nombre oficial es San Cristóbal Lachirioag, municipio del mismo nombre.



Mapa del estado de Oaxaca



San Cristóbal Lachirioag

Se localiza en la parte noreste del Estado y al este de la cabecera de distrito que es San Ildefonso Villa Alta a una altura de 1,200 metros sobre el nivel del mar. Limita al norte con Villa Talea de Castro y Santa María Temaxcalapa; al sur con San Andrés Yaa y Totontepec Villa de Morelos, al este con San Ildefonso Villa Alta; al oeste con San Francisco Yatee. Su distancia aproximada a la capital del Estado es de 140 kilómetros.

Extensión

La superficie total del municipio es de 24.24 km² que en relación al Estado es del 0.03%.

Orografía

La montaña de más importancia que existe en este municipio es el cerro de Yawiz, donde se encontraba antes el pueblo; de acuerdo a la tradición oral de la comunidad, por falta de agua y la invasión de animales peligrosos, se vieron en la necesidad de trasladarse a la parte baja donde había suficiente agua, lograron recuperar sus cultivos, y decidieron quedarse ahí para fundar la comunidad. Es ahí donde se ha desarrollado hasta la fecha.

Hidrografía

Los principales ríos que recorren los terrenos de este municipio son: río Cajonos y Arroyo Tavinela.

Toponimia

San Cristóbal Lachirioag. Lachirioag significa: "llano de piedra o pedregoso", de las voces lashi: "llano", chhijaj: "grava"; San Cristóbal es por el santo patrón del pueblo.

Población indígena

El municipio de San Cristóbal Lachirioag es una población predominante indígena, tiene sus propios usos y costumbres, sus formas de entender al mundo y de relacionarse con él. Su lengua es un elemento cultural muy importante que le confiere identidad. Reconocer a los tres grupos étnicos que conviven en la población tanto zapotecos en su mayoría, mixes y chinantecos en una minoría, permite atenderlos con políticas pertinentes.

El recuento realizado en el año 2010 por el INEGI, indica que en la comunidad hay 1230 habitantes en donde 591 son hombres y 639 mujeres.

El grado promedio de escolaridad nivel básico de la población de 15 y más años, es de 5.2, lo que excluye a la población con escolaridad no especificada (INEGI 2010).

Aspectos Actuales de la Realidad, Social, Económica, Política y Cultural

Organización Política

La comunidad de San Cristóbal Lachirioag es uno de los 570 municipios que conforma el estado de Oaxaca. Es un municipio autónomo, sin agencias o rancherías. Está regido bajo la modalidad de usos y costumbres, de ahí que anualmente se elige a los miembros del cabildo municipal, y al igual que el presidente municipal, son nombrados por voto directo mediante la asamblea general, que es la máxima autoridad y donde solo asisten los jefes de familia o los varones mayores de 18 años quienes tienen derecho a voz y voto. Ocupan el puesto durante un año, entrando el primero del mes de enero y concluyendo el 31 del mes de diciembre. La autoridad municipal dirige a sus habitantes y tiene la facultad de velar, discutir, solucionar, gestionar, recursos externos de acuerdo con todas las necesidades y así fomentar el desarrollo de la población ya que los recursos asignados por el gobierno no son suficientes para cubrir las necesidades del municipio está considerado de alta marginación. De esta forma se dividen los servicios comunitarios de acuerdo a los grupos sociales existentes en la comunidad, atendiendo diferentes necesidades o demandas de la comunidad en aspectos relacionados con la cultura, la salud, educación, agua potable, bienes comunales, la iglesia católica, o directamente con la autoridad municipal que es un órgano político que se encarga de organizar, mandar, operar y tomar decisiones relevantes para el beneficio de la comunidad y de ahí se desprenden una serie de funciones que corresponden a cada ciudadano participar.

De esta manera, son 72 puestos o personas que velan por la comunidad durante un año, sin remuneración alguna, de acuerdo al sistema normativo por usos y costumbres por el cual se rigen y solamente los varones son quienes prestan este servicio, por ello la asamblea comunitaria es la que determina a quien le corresponde y el principal argumento es que al ser un servicio comunitario el jefe de familia están obligado a prestar dicho servicio y no puede estar su esposa o hijo si puede hacerlo personalmente, esto se ha dado desde tiempos coloniales y actualmente así se organizan.

A continuación se presentan de manera escalonada los servicios que tiene que realizar cada ciudadano a partir de los 18 años de edad o en cuanto se casan, son considerados ciudadanos activos y solo pueden prestar el servicio los hombres, mientras que la mujer no puede participar en la realización de estas actividades por decisión de la asamblea comunitaria. Estos cargos se dan de manera jerárquica o de importancia, ya que se empieza por el cargo que menos responsabilidades o gastos conlleva, hasta terminar con aquellos que absorben más tiempo, o en su caso representan un gasto personal, ya que no reciben remuneración alguna y requieren de un alto grado de responsabilidad para administrar dinero o cuidar de bienes inmobiliarios a su cargo.

1. Topil o policía municipal. Es el primer cargo o servicio que un ciudadano debe cumplir y consiste en la vigilancia y rondines en la comunidad diariamente durante la noche y en el día se turnan por grupos para estar pendiente del llamado de la autoridad municipal o en labores de vigilancia.
2. Mayor de vara. Este cargo equivale también al de policía municipal, sin embargo la diferencia es que quien ostenta este cargo es el responsable de anunciar las asambleas comunitarias, llevar el control o la lista de ciudadanos activos, acudir a los tequios o trabajos comunitarios y verificar que se cumplan las actividades.
3. Comité de educación, salud y agua potable. Este cargo es el segundo que le toca a un ciudadano después de ser policía municipal o mayor de vara, y consiste en prestar un servicio en alguna de las instituciones educativas (preescolar, primaria, secundaria) en labores de vigilancia de alumnos, del albergue escolar, revisión de inventarios escolares, limpieza de aulas, tequios en los terrenos que pertenecen a la escuela o apoyo logístico en eventos académicos.

4. Comisionados o mayordomos en la iglesia católica. Es el tercer servicio que debe cumplir el ciudadano y consiste en la organización y cuidado del templo católico, vigilancia en el perímetro de la iglesia, los bienes religiosos y la celebración de actividades litúrgicas de acuerdo a las festividades de la comunidad.
5. Regidor, síndico, regidores y suplentes. Se considera el cuarto servicio que un ciudadano debe realizar y lo realiza como parte del cabildo municipal o dentro del ayuntamiento, ya sea como síndico municipal, regidor o suplente del regidor. De acuerdo a servicio que le haya tocado lleva a cabo su función y por ejemplo el síndico se encarga de resolver problemas internos entre particulares, familias, delitos o asuntos que le competen al ministerio público primero pasan por sus manos y si éstos no son de su competencia de acuerdo a la ley orgánica entonces lo transfiere a las instancias correspondientes, mientras que quien ostenta como regidor tiene a su cargo cuestiones y atención de la salud para el caso de la unidad médica, vigilar la buena atención médica, abastecimiento de materiales o medicamentos, inventarios o temas de saneamiento comunitario. Por su parte existen otros regidores que se encargan de vigilar el cumplimiento de las obras públicas, de asuntos educativos y la administración de las finanzas, todos se apoyan de su suplente y se organizan para turnarse en estas actividades.
6. Comité de molino de nixtamal y comité de festejos. Es el penúltimo cargo que presta un ciudadano y consiste en atender los molinos de nixtamal que usan las mujeres para llevar la masa de sus tortillas que son hechas a mano y las hacen diariamente como es la costumbre de la comunidad. Por otro lado también existe el comité de festejos y equivale al mismo cargo de comité de molino ya que se encargan de organizar las fiestas comunitarias administrando los fondos de las cooperaciones económicas y se encargan de llevar el control de los gastos.

7. Finalmente después de haber servido durante 5 años la asamblea comunitaria evalúa la eficiencia de cada ciudadano y eligen a quien pueda servir cabalmente ya sea como presidente municipal, que es quien representará a la comunidad en las gestiones municipales, además de una gran responsabilidad o, en su caso, hay otro cargo que es equivalente a alcalde único constitucional, quien atiende los asuntos internos de la comunidad que son de mayor complejidad, como los territorios, linderos o bienes comunales, certificación de propiedades privadas, o la administración interna de fondos comunitarios. Finalmente la asamblea puede otorgar otro cargo, que es presidente de la iglesia católica, y es el máximo responsable de velar por los bienes y valores de la iglesia católica, además de organizar la fiesta patronal y llevar los gastos que se generan durante esta festividad en el mes de julio.

Este sistema de cargos es de mucha responsabilidad, una obligación y deber de cada ciudadano servir durante seis años diferidos de acuerdo al que le toque y en ese orden mencionado. Es una condición hacerlo personalmente, aunque para el caso de los migrantes o quienes no se encuentren en la comunidad, pueden contratar a una persona que lo haga en su lugar y le pagan sus honorarios; sin embargo, el último cargo sí es obligatorio o forzoso que lo hagan personalmente, y la asamblea no admite suplentes.

La organización comunitaria queda de la siguiente manera:

1. Un Presidente Municipal.
2. Un Síndico Municipal.
3. Un Alcalde Único Constitucional.
4. Cuatro Regidores
 - a) Regidor de Hacienda.
 - b) Regidor de obras.

- c) Regidor de Educación.
- d) Regidor de salud.
- 5. Cuatro Suplentes.
 - a) Suplente del regidor de Hacienda.
 - b) Suplente del regidor de Obras.
 - c) Suplente del regidor de Educación.
 - d) Suplente del regidor de Salud.
- 6. Dos mayores de vara equivalente a policías.
- 7. 16 policías
- 8. Un tesorero municipal
- 9. Comités
 - a) De educación
 - b) De salud y agua potable
 - c) Molino de nixtamal
 - d) De festejos

Para ser ciudadano de San Cristóbal Lachirioag se necesita solicitar un certificado de residencia en el municipio, y en caso de no solicitarlo la autoridad municipal los reconoce como ciudadanos activos después de permanecer por un periodo de dos meses en la comunidad, empezando a cumplir con los tequios, asambleas generales y ser electo para ocupar puestos públicos.

Algunos ciudadanos que a casi no viven en la comunidad prefieren cooperar con las mesas directivas de las ciudades donde radican a través de cooperaciones voluntarias, siempre y cuando exista una relación entre la autoridad municipal y dichas mesas directivas.

Promotoras comunitarias

Este servicio lo realizan las esposas de las personas que cumplen los siguientes servicios: cabildo municipal, comisión de festejos, comités de molino, de agua, veladores y presidente del templo católico. Su principal función es la vigilancia y limpieza de las calles principales de la comunidad, acompañadas de los policías

municipales, comités de agua o salud y el regidor de salud, esta limpieza se realiza cada dos meses. El médico encargado de la unidad médica rural y la enfermera son quienes organizan estas actividades, y también asignan a cada promotora un grupo de diez familias aproximadamente para que hagan una visita mensual a cada familia, y a través de encuestas verifiquen si asisten a la unidad médica, si cuentan con sus vacunas, si hierven el agua, si atienden oportunamente su salud, si hay embarazadas en el hogar, y preguntan si conocen los servicios con los que cuenta la unidad médica. Toda esta información la canalizan a la enfermera mediante informes que se vacían en un formato que previamente se les entrega.

Aspectos Sociales

Servicios públicos: De acuerdo a los datos estadísticos del INEGI (2010) los servicios públicos básicos con que cuenta este municipio se distribuyen de la siguiente manera:

Medios de comunicación: Los medios de comunicación más importantes en el municipio son: televisión, radios receptores, dos casetas telefónicas, Sky e internet siendo que una gran parte de la comunidad cuenta con televisión satelital ya que la mayoría de los hogares cuentan con un y televisor.

Vías de transporte: Para llegar a este municipio desde la Cd. de Oaxaca un tramo pavimentado parte desde la ciudad hacia San Pablo Ayutla o zona mixe hasta una desviación denominada Totontepec Villa de Morelos, a partir de esa zona empieza un camino de terracería que conduce hacia Villa Alta que es el distrito y es donde tiene su base los autobuses o el transporte donde se viaja. Existe otra vía por los Cajonos o zona zapoteca que pasa por la comunidad de Villa Hidalgo Yalalag que va hacia el distrito de villa alta y otra vía zapoteca que pasa por el distrito de Ixtlán. El servicio de transporte consta de 4 horarios que son dos por la mañana y dos por la tarde para trasladarse al municipio, el servicio lo proporciona la línea de autobuses denominada "flecha de Zempoaltépetl", un autobús de transporte mixe, y dos líneas de Suburvan que pasan por la sierra mixe. Al interior de la comunidad existe el servicio de taxis.

Servicios educativos: La comunidad cuenta con las siguientes instituciones educativas: Centro de educación inicial, Educación Preescolar, Educación Primaria, Educación Secundaria Técnica y Bachillerato Integral Comunitario, estas instituciones se encuentran operando, aunque su matrícula es baja, debido a que los jóvenes están emigrando hacia los Estados Unidos, pero gracias a las inscripciones de niños y jóvenes de comunidades circunvecinas han hecho posible de cumplir con el requisito para que se obtenga un asesor por grupo ya que de acuerdo con los directores de estas instituciones la normativa es que mínimamente deben estar 20 estudiantes por grupo, sin embargo no siempre se cuenta con este número y a veces atienden solo a 15 estudiantes por grupo y tratan de mantener esta matrícula para no disminuir la plantilla docente.. Así mismo la educación básica cuenta con un albergue escolar para la Educación Primaria y Secundaria que es apoyada por la “Comisión Nacional para el Desarrollo de los pueblos Indígenas (CDI)”.

Descripción de los servicios de salud

Dentro de la comunidad funciona una clínica rural que es el centro de salud No. 36 que atiende a una población de 1230 personas. La unidad depende de Hospital Rural, del Distrito de Villa Alta que se encuentra a 10 minutos del municipio, este hospital depende de la Secretaría de Salud del estado, la unidad médica del municipio cuenta con un médico y una enfermera que atiende a los pacientes en un horario de 8 am a 13 pm y de 15 a 17 pm de lunes a viernes, mientras que los sábados y domingos atiende otra enfermera de guardia en el mismo horario.

La unidad médica cuenta con un consultorio, sala de espera, una pequeña farmacia con medicamentos básicos, una sala de maternidad y un salón de usos múltiples donde se reúnen las integrantes del programa Prospera para recibir pláticas y asesorías.

Los principales servicios básicos que ofrece son atención a integrantes del programa Prospera, esquemas de vacunación y consultas. Los médicos que trabajan y han pasado a dar sus servicios en esta unidad en su mayoría prestan el servicio social como residentes temporales, y no hay médico de base ya que a 10 minutos se encuentra el Hospital Rural de Villa Alta, una institución que brinda

servicios médicos a la población de San Idefonso Villa Alta y San Cristóbal Lachirioag por su cercanía y a su vez a la región que comprende comunidades pertenecientes a la cultura zapoteca, mixe y chinanteca de la Sierra Juárez del estado de Oaxaca, atiende a la población en general y en áreas de cuidados intensivos, ginecología, psicología, laboratorio, urgencias, pediatría, nutrición, y servicios odontológicos. En esta institución los médicos son residentes que hacen sus prácticas o servicio social y provienen de la ciudad, solo algunas enfermeras son de comunidades aledañas que hablan la lengua zapoteca y el personal de servicios generales hay también algunos hablantes del zapoteco. El hospital tiene a su cargo también 24 unidades médicas rurales aproximadamente en un radio de 50 kilómetros aproximadamente y desde ahí se canalizan pacientes que requieren de otro tipo de intervención como es el caso de San Cristóbal Lachirioag. A su vez algunas de estas comunidades o municipios cuentan con una ambulancia para el traslado de sus pacientes cuando son situaciones de gravedad.

Aspectos Económicos:

En lo que respecta al área económica o productiva las actividades que generan algunos ingresos a las personas de la comunidad son las siguientes:

- Producción de maíz, frijol y calabaza (milpa), Son pocas las personas de la comunidad que se dedican a la siembra de milpa, para abastecer sus necesidades alimenticias, y la mayoría de las personas prefieren comprar el maíz que se vende en las tiendas ya que la producción en el campo solo ha sido para el autoconsumo y no es redituable como negocio para hablar de ingresos extras, por ello también es uno de los motivos para dejar el campo y buscar otras alternativas de trabajo.
- Producción de café: El café es otro de los productos más importantes para la comunidad pues la mayoría de los habitantes son productores de café, recolectan café en los meses de noviembre, diciembre, enero y parte del mes de febrero. Una parte de su café lo venden a las personas de otras comunidades o a quienes se dedican

a exportar estos productos, mientras que lo demás es para el autoconsumo, por lo que la venta de café es todavía una fuente de ingreso para las familias ya que una arroba de café (12 kilos) cuesta alrededor de 350 pesos y cada familia produce anualmente un aproximado de 20 arrobas.

- Remesas: Las remesas de los migrantes representan una parte sustancial del ingreso económico de la comunidad ya que muchas familias dependen del dinero que les mandan sus familiares desde los estados unidos y a su vez estos ingresos mueven a la comunidad ya que a través de ello se generan fuentes de trabajo para los demás en temas de construcción, apertura de negocios y contratación de personas que ofrecen sus servicios.
- Producción de caña: Existe un grupo de productores de panela que trabajan y producen aguardiente y panela, esto lo realizan en los cuatro primeros meses del año y después la venta se hace en la misma comunidad o en otras comunidades.
- Programas gubernamentales: Alrededor de 100 familias cuentan con el programa Prospera y reciben sus apoyos económicos que les ayuda a solventar gastos y a mejorar la calidad de vida.
- Comercio y transporte: La comunidad en la última década ha crecido económicamente con el auge del comercio y actividades que realiza un gran número de personas que tienen locales para venta de abarrotes, 3 cafés internet, una lavandería, una cremería, una tortillería, una panadería, una pirotecnia, una farmacia, dos consultorios médicos particulares, un consultorio dental, dos casetas telefónicas, 6 taxis, 4 mototaxis.
- Oficios y profesionistas: Existe un gran número de personas que saben de algún oficio para solventar a sus familias y se cuenta con albañiles, choferes o taxistas, dos electricistas, dos panaderos, tres carpinteros, tres herreros, un cerrajero, hay profesores, un abogado, dos arquitectos, dos ingenieros agrónomos, un ingeniero civil y dos

médicos. Otros oficios que existen en la comunidad son los llamados *walla* (maestros de rituales y rezanderos) quienes se dedican a llevar a cabo rituales en los cerros, en las iglesias o lugares sagrados, son rezanderos, y su trabajo se centra en abogar o ser intermediarios ante los seres sobrenaturales para calmar aflicciones, enfermedades, pedir por el bienestar de los demás, y la comunidad acude a ellos en momentos de necesidad personal y familiar. Son cuatro varones y tres mujeres los que realizan estas actividades. También existen 4 curanderos (dos hombres y dos mujeres) que manejan la medicina tradicional o la herbolaria, su trabajo consiste en hacer curaciones a través de las plantas medicinales. Ellos curan el susto o *sheb*, que es una condición temporal que tiene una persona que sufrió de alguna fuerte impresión emocional y esto afecta a su estado de salud, que a su vez se manifiesta en síntomas como la falta de sueño, adelgazamiento repentino, falta de apetito, orinado frecuente y constante temor.

- También pueden hacer limpias y rituales para curar alguna enfermedad y lo hacen en su propio domicilio, ya que cuentan con los materiales y plantas que ocupan, salen solo cuando los llaman en alguna emergencia. Otras dos mujeres y un hombre se les conoce como *wane yá* o los que dicen palabras sagradas, también se dedican a dar consultas personales sobre lo que depara el futuro, realizan adivinación con maíz, usando un huevo en agua, mediante lectura de un calendario esotérico, y sus actividades se centran en explicar el origen de las enfermedades, malestares, desgracias, predicciones y augurios.
- Otras fuentes de ingreso: En la comunidad también hay personas que se dedican a la venta de comida típica de casa en casa como son los tamales de varias clases, atole, semilla de calabaza, frutas de temporada, venden quelites, carne de pollo, de cerdo, pan, postres y por lo general son mujeres quienes realizan esta actividad.

Organización Social

Dos elementos importantes de identidad son el trabajo comunitario o *llinlaw* que consiste en realizar trabajos en alguna obra comunitaria, limpieza de caminos, colindancias, construcción y todo esto lo hacen sin remuneración ya que es una contribución o mano de obra que se presta para que las obras se lleven a cabo de una manera más rápida. Con el trabajo comunitario o *llinlaw* y la aportación económica de los emigrantes se ha podido construir la mayor parte de la infraestructura con que cuenta la comunidad y son: escuelas, mercados, caminos, centro de salud, cancha deportiva, comedor comunitario, molinos, capillas, ya que los recursos que reciben del gobierno no son suficientes para atender todas las necesidades de cada comunidad, y en el caso de este municipio no es la excepción, ya que se encuentra actualmente en un alto grado de marginación.

Mientras que también existe la ayuda mutua o *gun* que es una tradición que consiste en ayudarse entre sí para realizar una fiesta, un trabajo familiar o apoyarse en situaciones de muerte o enfermedad, y esto lo hacen entre familias llevando dinero, aportando algún material, o se ofrecen voluntariamente y cuando esa familia tenga algún tipo de necesidad la otra familia hace lo mismo en forma de retribución. Mientras que la ayuda mutua o "gwzon" (gozona en lengua zapoteca) es la colaboración particular que se dan los amigos, parientes o compadres, tanto en trabajo como en producto, durante las actividades agrícolas, culturales, las fiestas religiosas. Dar y recibir es un derecho y una obligación para los habitantes de la comunidad.

Aspecto Cultural

Costumbres: Las costumbres forman parte de la identidad cultural de cada comunidad y han sido heredadas por los antepasados para que se mantengan a través del tiempo. Existe un gran número de simbolismos que generan una identidad de la comunidad como expresión propia de los zapotecos. En San Cristóbal Lachiriooag la principal cosmovisión es aquella que se expresa

cotidianamente; desde el momento en que nace una persona está marcada por una serie de creencias por el día en que nació, la posición que ocupa la luna, el tipo de clima, algún tipo de señal de la naturaleza que marca su destino, y así hasta muerte puede acontecer en algún momento simbólico que es interpretado por los ancianos o concedores del tema. Dentro de estas diversas costumbres existen en el aspecto cultural con las pedidas de mano, rituales para la siembra, rituales para un nacimiento, inicio de festividades, elección de autoridades, velorios, novenarios, hasta abarcar temas de la salud y las creencias en la madre naturaleza cuando una persona se enferma, ya que la naturaleza controla las vibras que tiene una persona, y si no existe un equilibrio y comunión con ella es posible enfermarse o alterar el estado de salud. Asimismo, las creencias sobre los cambios bruscos de la naturaleza provocan un desequilibrio en la salud de las personas, y por consecuencia traen enfermedades que no se pueden curar con la medicina de los médicos ya que requieren de algún tipo de ritual para volver a estar en comunión con la naturaleza, por ello la costumbre de darle a la madre tierra ofendas antes de sembrar, construir, hacer alguna fiesta con el fin de pedir permiso para que en toda actividad a realizar no existan contratiempos, o sea favorable para quien lo hace.

Danzas: La comunidad tiene una amplia riqueza cultural donde sobresalen las danzas, mismas que se clasifican en 2 tipos, en primer lugar se realizan las danzas decentes llamadas así porque representan algún momento histórico o recreación de la sociedad como: la danza de los negritos colmilludos, la danza de la malinche, la danza del huenche nene, la danza de las tehuanas. En segundo lugar, se tienen las danzas satíricas o chuscas como: la danza de los tigres, la danza de la rosa maría, la danza de la conquista, la danza de la chinantla. Todas las danzas se bailan con música de viento o de banda.

Música: En la comunidad sobresale la música a través de agrupaciones que ejecutan instrumentos de viento denominadas banda filarmónica, de ahí que existen dos bandas de música: Una banda juvenil municipal y una banda infantil estudiantil fundada recientemente. Las bandas filarmónicas municipales prestan

sus servicios en actividades sociales, culturales o cívicas donde se requiere de sus servicios (fiestas patronales, particulares, bodas, velorios, semana santa, etc)

Gastronomía: En la gastronomía, el platillo tradicional de la comunidad son los tamales de tres picos con carne de puerco, carne de pollo o frijol, son elaborados con masa y se envuelven en hojas de platanal. También, se consume el caldo de res, el chintestle elaborado con chile guajillo, ajo y sal. Se preparan tortillas con nixtamal, éstas tortillas son variadas pues se cosecha maíz de color blanco, amarillo y morado. Entre las bebidas se consume el champurrado elaborado con cacao y canela, el aguardiente, mezcal atole blanco, y la bebida tradicional es el pozontle.

Indumentaria: La vestimenta tanto para hombres y mujeres es un huipil blanco, que es elaborado por las mismas mujeres y costureras de la comunidad. Las mujeres usan el huipil (blusa y falda) elaborado con manta, el cual utilizan con un ceñidor rojo (soyate), se amarran el cabello con dos trenzas negras, los hombres usan el calzón de manta, sombrero blanco, huaraches. En la actualidad, pocas son las señoras que siguen vistiendo con este traje típico debido a la aculturación que existe en la comunidad, porque ahora los jóvenes y personas adultas prefieren utilizar las nuevas ropas de moda.

Medio ambiente de la comunidad

Hidrología

En el municipio la principal fuente natural de agua es un manantial u ojo de agua, que es de agua dulce y brota en distintos lugares del territorio de la población, es así que los habitantes la emplean para consumo humano u otros. Y los principales ríos que recorren los terrenos de San Cristóbal Lachirioag sirven de límites con los pueblos circunvecinos, como son: Río Cajonos, que tiene sus raíces y brotes en los cerros de los pueblos Cajonos, que se encuentra al noroeste de la comunidad sirviendo de límite con la comunidad de San Juan Tabaa, siendo de agua dulce. El segundo río se denomina Río de Roayaga, porque tiene su nacimiento en los

montes de este municipio, y se localiza al norte de la comunidad, sirviendo de límite con la comunidad de San María Temaxcalapa; también es de agua dulce.

Resultados

De los datos anteriores la comunidad de San Cristóbal Lachirioag aún preserva muchos conocimientos, prácticas y costumbres relacionados a la medicina tradicional para atender las enfermedades que aquejan a la población, resaltando el hecho de que por cada enfermedad ellos le atribuyen un significado de acuerdo a su creencias y la asocian a su modo de vida y la relación que existe con la naturaleza, con ello se dan a conocer diversos datos que son relevantes para este estudio y aportan información relevante para comprender esa complejidad de las creencias en el término de la salud.

A las 12 mujeres se les aplicaron preguntas sobre el concepto de la salud y todas contestaron que la salud o "*sochhu xdan doyichaj dolhallchhu*" que significa estar bien desde nuestro cuerpo, pensar bien y tener el corazón en paz y no sufrir de algún mal en todo su cuerpo, por ejemplo doña Gertrudis comenta que "*dan nechhu kub dazed gata lo yichaj lalldochhu, sochhu xdan, gauchhu xdan, taschhu, xdan, nhigato nhia nhachhu kui chlan*", "lo que para mí es salud es no tener problemas con nuestro cuerpo, la mente, el corazón, comer bien, tener buen sueño, no sufrir algún tipo de dolor". Por su parte doña Celia considera que el término salud se asocia a "*sochhu xdan dogalhaj, nhigato yill we ku gata chechhu, shachhu lliá shaw, sin gauchhu xdan, ku ga so wadia chechhu*", (sentirse bien plenamente, estar bien en todo el cuerpo, no tener dolencias, tener la mente limpia, comer bien y de todo, no sufrir de alguna enfermedad).

Posteriormente se les hizo la pregunta sobre la diabetes, y 10 de ellas contestaron que no la conocían con ese nombre, sino la asocian a una enfermedad llamada *we de* del cual *we* quiere decir enfermedad o padecimiento, mientras que *de* significa interior, que no se ve o también de adelgazamiento repentino y consideran que se parece mucho al padecimiento que los doctores le

llaman diabetes, por ejemplo doña Isidora comenta que esa enfermedad ya existía desde que ella tiene memoria, *“ka nhaten deks di, kig dakobn, niaj nasten kate to bene chllebe ka zoze yelhase, welts chhiaje wella, ku chhawe, nha ku chhayeya gan nhak we, to chhanhis xchenhe”* (desde hace mucho tiempo existe, no es nuevo, desde antes las personas cuando recibían un susto o impresión luego empezaban a adelgazar sin motivo, iban cada rato al baño, dejaban de comer y donde tenían alguna herida ésta no cerraba o se empezaba a infectar). Para doña Alberta, *we de* tiene las mismas características que la diabetes:

youte dan neks medku nhak “diabetes” leksnan chhunan daxhinak kanha, lhauze lhatga benen guke da kanha, nhi ka nhakbiada, zelho nhegakben yue yillwe da wxhi sheb, ka zoze balhase, ku chzin gawe, babayexje kus, da ka gatgake nha nhi yeshon loxyengake

(lo que el médico dice que es la diabetes se parece mucho a lo que yo conozco desde hace muchos años atrás, es muy parecido a la enfermedad de antes que afectaba a pocas personas, casi no era muy común, pero decían que tenía la enfermedad del adelgazamiento por susto, ya no comía, bajaba mucho de peso y cuando la persona llegaba a morir decían que solo se desvanecía repentinamente, como si le hubieran dado un golpe en la nuca y se quedaba ahí).

Mientras que dos de ellas manifestaron que no estaban tan seguras de que la diabetes es similar a *we de* ya que la palabra diabetes no existe en la lengua zapoteca y ésta no se puede curar mientras que para *we de* sí existe una cura y ésta ya existía antes de que llegara la diabetes y ahora hasta a los niños se les detecta. Doña Carmela opina sobre la diabetes:

“nhaken to yillwe kob, da nhak zedgol, kub xmechhu de nhe medku, dazangol ba nhuan, nhi nhas baden, kat bene ba wyuen, badeks gatben, ku sek bi gawe, kun zelhos xmechhu nhan yiaje, nha wede nhaken ka to shebs, chhiachhu xmechhu sla nhan yeyakchhu, o kat ba nhaksn wal wazidin gutn chho”,

(es una enfermedad reciente, con muchas dificultades, no tiene cura y que según el médico afecta a muchas personas en el mundo, porque cuando la persona tiene diabetes ya no se puede curar totalmente, tiene que tomar medicamentos y *we de*

es cuando se adquiere con un susto, se puede curar si toma tés amargos o solo que ya estén muy avanzados los síntomas puede morir la persona).

Referente al tema del susto dentro de la cultura zapoteca y concretamente en la Sierra Juárez es común la creencia del susto como un evento donde se le atribuye a la pérdida temporal del alma, esto significa que al momento de asustarse una persona en el lugar donde se da este suceso existe una entidad sobrenatural (chaneque, nagual, rayo, señor del agua, señor de la cueva, señor del cerro, señor del viento, entre otras entidades) que habita ahí, éste atrapa el alma, ya sea que la cuida, la retiene o se apodera de ella y no la soltará hasta que se le pague un tributo, se pida perdón o se lleve ofrenda hasta ese lugar de acuerdo con los maestros de rituales, en caso contrario el alma queda desprotegida y la persona puede enfermar o queda vulnerable a sufrir diversas enfermedades o alteraciones en su cuerpo.

Otra de las preguntas fue sobre su conocimiento acerca de la enfermedad *we de* y cómo se adquiere, la mayor parte coincidió que ésta se adquiere mediante el *sheb* o susto de cualquier clase; sin embargo, no se adquiere inmediatamente, sino que se van acumulando en el cuerpo una serie de acontecimientos o situaciones que una persona se enfrenta. Doña Alberta explica que

“to sheb nhegaken kate chledchhu to da walgol, chhallagchhu to beyix wsheb bachho, lhedchhu bxin, si waziu lhalldochhu, o gateze sichhu sheb, lo nhis, lo yag, lo yo’, youte din nechhun sheb, nha si benhi ku chhunhen bal, nhan solhon gunan zed, wshan, shixan li, xhante waziten gutin li”,

(un susto es cuando recibes una fuerte impresión, te asusta algo que ves y se queda en tu mente, eres testigo de un fuerte accidente, te encuentra con un nagual, algún animal o ser de la naturaleza que te transmite una mala energía, tu cuerpo no resiste esas condiciones, puede ser que caiga un rayo cerca de ti y absorbe tu energía, tu corazón recibe la impresión ya sea cuando te caes de un árbol, en el agua, en tu misma casa o ves una sombra que te sigue, entonces en ese momento la sangre corre muy rápido y sientes frialdad en todo tu cuerpo)

a causa de esa impresión, además es una enfermedad muy grave porque si no se atiende a tiempo esta persona puede llegar a morir ya que no come bien, se enferma de cualquier cosa y su cuerpo ya no responde igual que antes, se siente cansada y muy débil. Por ejemplo, cuando esta enfermedad la tiene un anciano, no dura mucho ya que se le van las fuerzas y no aguanta su cuerpo, otros se quedan ciegos y llegan a morir.

La siguiente pregunta fue acerca de cómo se dieron cuenta de que padecían esta enfermedad. De las 12 participantes dos de ellas (Doña Alberta y Trinidad) argumentaron que se debió a un gran susto que tuvieron en el campo cuando se les apareció la matlazihua (bxhiaj) que es un ser maligno sobrenatural que aparece repentinamente en el campo, en el camino y al principio toma la apariencia de un familiar, amigo o conocido, pero después cuando te acercas para ver bien su verdadero rostro te llevas una fuerte impresión porque no es lo que parece, esto pasó mientras iban a la leña y a dejar la comida al campo. *“- iba caminando por la vereda a dejar comida para mi esposo cuando sembraba, y encontré a mi sobrino que me dijo que le diera la comida para que él la llevara, pero al momento de verle los pies me di cuenta de que no era mi sobrino, sino la matlazihua, porque desprendía un olor feo, y se fue corriendo al barranco, gritando muy fuerte, de ahí que mi cabeza dio muchas vueltas, y con la impresión sentí que se me fueron las fuerzas. De ahí regresé a la casa y no supe que hacer, guardé el secreto, no hice nada, y al año empecé a sentirme mal, ya no me daba hambre, tenía dolores de cabeza constantes y no podía dormir, entonces fuimos al doctor con mi esposo, me mandaron al hospital de Villa Alta a sacarme sangre, y luego me dijeron que tenía azúcar en la sangre y debía de tomar pastillas, seguir un tratamiento, de eso ya llevo 12 años tomando pastillas, y algunos tés que me han recomendado”*.

Dos casos (Doña Modesta y Guillermina) fueron similares; comentaron que mientras iban por el camino a juntar leña vieron una *blhallaj* (gran víbora) que estaba entre la maleza, fue tanta la impresión que tuvieron, que a partir de ahí empezaron a tener insomnio, dolores de cabeza frecuentes, mareos, y decidieron

ir al doctor, que las mandó a hacerse un estudio de sangre, y al final les dijo que tenían azúcar en la sangre.

De acuerdo con don Moisés, quien es un curandero experto en plantas medicinales se le hizo la pregunta sobre el significado de la gran víbora *bsoga que* tiene diversos significados y a la creencia a la que se refieren algunas personas sobre el término *banhis xchenhe* (sangre que se hace agua) y si hay relación alguna con la enfermedad *we de*,

''kate lhedchhu to bsoga nha nhuaba to rson chechhu, to daxhinaj, to dazed, da kanxhe, yelazi, yelaya', kate nhakba to blhajilla nhan ba nsaba to yillwe, sheb wal, yellu dit o chziba chho chhen, nyankue nhak di, lhauze sheb zelho nhuaba nha din neschhun kanhate, da bsed xosxtochhu. Dan kate nhegake ba banhis xchengake kate zo to we kub chhen yollin, ku chhayeyan, walhas chhian chhen nha chhullun, nhis zelhos nhakin, youte dan ba wnhia nhi nhaksen to dazed da ku yezidchhu shiajnhidchhu kun ka lezen,m chhenden gunchhu to debalhen gapchhu balhan dan nhak che to yillwe, gakale yeyeakchhu, ba ziachhu do lo ydoo, do yia yegu, gç kun gan wxenlallchhu, deks de shiajchhu, bazachebchhu to da gunchhu, to da sekchhu, gatega sin len. ''

(ver una gran víbora presagia cosas malas para la persona o su familia, si te encuentras a una serpiente coralillo roja es una mensajera de grandes desgracias, te avisa de una enfermedad, un problema, una necesidad grande y debes de cuidarte, si es una gran víbora que ves en tu trabajo, entre la maleza o te está observando sin darte cuenta absorbe tu sangre, tus energías y cuando logras verla te puede dar un gran susto que con el tiempo se complica, requiere de un tratamiento, lo de la sangre que se hace agua es porque una persona que ya está enferma del *we de* nos damos cuenta de que cuando tiene una herida ésta no tiene sangre sino que tiene pus o agua y es muy difícil que cicatrice o cierre, se le da tratamiento pero la sangre que tiene ya no fluye igual y es más aguada, o sea que ya perdió el color y parece transparente, estos conocimientos me los han heredado desde pequeño, porque nuestros ancestros creían que las víboras no presagian cosas buenas y nos hacen daño y lo de la enfermedad y la sangre también me lo enseñaron).

Otro caso similar sucedió mientras la señora Isidora L* iba a vender tamales, y mientras bajaba por una vereda vio una víbora de gran tamaño que se encontraba tapando el camino, “fue tanta mi impresión que tiré mis canasto de tamales y me fui corriendo a buscar a alguien para que la matara, entonces encontré a otro señor y fue corriendo a ver, cuando llegó ya no estaba esa cosa, desde ahí me empecé a sentir mal y ya no pude dormir bien, mucho cansancio, me daba poca hambre, fuimos a consultar al *wane yá* (adivino) y me dijo que yo tenía un gran susto de víbora, que era grave lo que me pasaba, y si no me atendía podía empeorar, así que tenía que seguir un tratamiento, pero como mi familia no cree mucho en eso de tratar enfermedades con yerbas y rituales querían una segunda opción, lo dejamos así nomás y fuimos al doctor. Éste me dijo que me hiciera unos análisis en el hospital y luego me dijo que era pre diabética, tenía que tomar pastillas y seguir un tratamiento, pero no lo hice porque no me hacían bien las pastillas, me irritan el estómago, entonces lo dejé pasar hasta que fuimos otra vez al año y me dijeron que ya tenía diabetes, como no sabía lo que era no le di importancia, hasta que fui a dar al hospital porque me sentí muy mal y ahí entendí que ya tenía esa enfermedad que sí es grave”.

Otra paciente (doña Carmela), expuso que un día su marido “llegó muy borracho a la casa amenazando con un machete a todos. Entonces mi hijo el mayor se enfrentó a él, y se agarraron a golpes, yo empecé a gritar y me dio mucho miedo de que se mataran, grité de miedo porque se estaban revolcando y mis otros hijos se escondieron. Ya se estaban agarrando muy feo cuando llegó la policía y los separó, y mi esposo está todo ensangrentado. Al verlo así, me dio vueltas la cabeza y se me nubló todo. Fueron varias veces que llegó haciendo lo mismo, hasta que un día me correteó con machete en mano cuando no estaban mis hijos, de ahí me tropecé muy fuerte y pensé que me iba a matar, pero los vecinos me ayudaron y se calmó. De ahí empecé a tener dolores de cabeza constantes, de otros sustos de víbora, y cuando me caí en una vereda al campo con mi leña. Creo que desde ahí me enfermé, porque cuando mis hijos me llevaron al doctor, me regañó porque no había ido a consultas y ya tenía diabetes, me dijo”.

Cuatro pacientes (Doña Virginia, Juana, Justa, Petrona) comentaron que la enfermedad de *we de* les fue diagnosticada a través de un *wane ya* (adivino), ya que sus familias notaron que tenían susto y estaban adelgazando muy feo, además de que su mirada estaba perdida, y cuando fueron con el adivino éste les dijo que padecían de *we de* como consecuencia de los sustos que habían tenido y no se habían dado cuenta. En el primer caso fue que la señora Petrona estaba recogiendo ropa en plena lluvia, y un rayo cayó atrás de su casa, y se asustó tanto que recibió el susto del rayo o del trueno (*waziu*) llevándose su alma y por eso ya no pudo dormir bien, ya no le dio hambre, tenía miedo de todo y comenzó a adelgazar, por eso su sangre ya era como el agua y no podría vivir mucho si no se atendía. Al momento de hacerse un chequeo en la clínica le diagnosticaron la diabetes, “así fue como coincidió lo que dijo el adivino y entonces mi familia decidió seguir el tratamiento con plantas medicinales, ya que las pastillas me hacen daño me irritan el estómago, me dan náuseas y no las puedo tolerar, entonces cuido mi alimentación hasta la fecha no tomando o consumiendo cosas dulces, con mucha grasa, comer a la hora que es y no descuidar los tés que me da el curandero”. El otro caso fue similar y el adivino le dijo que había recibido un susto de agua cuando al cruzar el río se resbaló y tiró la canasta que traía, de ahí que el río se quedó con su alma y por eso no puede dormir bien, tiene que ir al baño cada rato a orinar y solo con un tratamiento con plantas medicinales puede curarse, sin embargo ella decidió ir al médico y después de hacerse los estudios le detectaron diabetes, estuvo por un tiempo llevándolo con pastillas pero no veía mejora y decidió dejarlo por los tés que le ha recomendado el curandero, aunque solo consume los tés no ha seguido el tratamiento como debe ser con los rituales y lo que conlleva.

Para explicar la naturaleza de los sustos y los lugares frecuentes se retoma la explicación de uno de los maestros de rituales de la comunidad,

‘‘kat to bene chhagane o chhake sheb nhechhu chhagane grass chi nhaz, di shi nhakin toz nhaz baganin, zo kate nyan grass chin nhan chhatobchhun, shaxhichhun, shi nhakin che to waziu nhan chhanabchhun, shi nhaken che yeu

nhan chhanabchhun, shi nhakin che lo yag nhan chhaxhichhun langaz baganin, che che sheb nhan nhua chen, dan chhunan debalhen shiajchhu shaxhichhun gan guk knha, o shiajchhu yawiz shanabchhun”,

(cuando una persona recibe un susto se entiende que su alma o una parte de ella que se queda ahí porque la naturaleza o los seres sobrenaturales que habitan en ese lugar se quedan con ella, sin embargo no todos los humanos somos iguales, algunos pueden tener poca energía que se concentra en su alma, pero hay personas que acumulan mucha energía y ésta se dispersa al momento del susto, por eso se hace el ritual para recuperar toda esa energía y completar su alma, dependiendo del susto se hace el ritual, si es un susto de rayo se pide que el rayo libere la energía o el alma, si es un río que lo devuelva, si cayó de un árbol es necesario ir al lugar donde cayó la persona, si fue en un lugar muy lejano entonces hay que ir al cerro sagrado de la comunidad y pedirle al cerro que interceda por su alma ante el viento, los demás cerros, los rayos y los elementos de la naturaleza que se conocen, Don Moisés).

Para comprender la naturaleza de un susto y los seres que intervienen en el suceso destacan los seres sobrenaturales como entidades que habitan en la naturaleza y desde tiempos ancestrales rodean al ser humano; ellos vigilan y cuidan del destino de cada persona, de esta manera cuando una persona recibe una impresión una parte de su *grass* o alma se queda atrapada ahí a su vez estas entidades la retienen en ese mismo lugar, entonces la persona pierde una parte de su alma, disminuye su capacidad física, se vuelve vulnerable y su condición denota tristeza, melancolía, su vista se pierde y también la voluntad de hacer las cosas cotidianas con la misma intensidad de siempre, de ahí que es necesario recuperar esa parte que esta retenida por las entidades a través de los rituales.

En los otros dos casos (Doña Gertrudis y Carmela), el adivino les dijo que estaban adelgazando y su cuerpo ya estaba enfermo porque una de ellas hizo una promesa al *bene yia'* o señor del cerro cuando su esposo estaba enfermo y entonces reclama la ofrenda que le prometieron, por eso retiene su alma y no la va a liberar hasta que le paguen, si no lo hacían entonces sería castigada con el *we de*, por eso se sentía cansada o débil, sin ganas de hacer nada, al preguntarle a doña Gertrudis sobre el tratamiento que ha llevado en la clínica argumenta que “sí

me ha dicho el doctor que tengo problemas de la presión y del azúcar, me ha dado las pastillas que en un principio estuve tomando como un año, pero no vi mejoría y me sentí igual, por eso fui con el curandero y los tés que me ha recomendado me hacen sentir mejor, puedo comer de todo y no tengo que ir a sacarme sangre al hospital”, mientras que doña Carmela se encuentra en tratamiento médico actualmente en la Cd. de México al momento de realizar el seguimiento de la investigación.

Por otro lado, doña Anastasia recuerda que hizo una promesa a *xnax yegu* o princesa de los ríos con el fin de obtener una buena cosecha de maíz en su terreno, y el adivino le dijo que ya lo había olvidado, y hasta ahora es que ya siente el castigo y tiene los síntomas de *we de* muy avanzados, por eso tenía que seguir con un tratamiento a base de rituales y tés si quería sanar.

Sobre la pregunta si tiene algún tipo de cura o control, seis de las participantes coincidieron que en la clínica cuando les dicen que ya tienen azúcar en la sangre, ya no se curan y solo pueden controlar la enfermedad, mientras que cuatro de ellas considera que con los yerberos o naturistas algunas personas sí se han curado mediante un tratamiento largo a base de tés y rituales que complementan el tratamiento, por ello piensan que acudiendo con los yerberos es posible obtener una mejoría cuando les toca revisión, el médico les dice que están muy bien de la presión y el azúcar.

Por ejemplo doña Gertrudis manifiesta que cuando se acude al adivino, éste les dice qué procedimiento seguir, pero hay que hacerlo tal y como lo dice él, y confiar mucho en lo que se hace, “cuando nos manda con el *wen xmechhu* o yerbero, debemos pedir té especial para todos los sustos, porque no sabemos bien cuál es el que más nos afecta, entonces lo que hacen los tés amargos es cortar el azúcar y nivelar la sangre, de ahí debemos acudir al *walla* o maestro de rituales para que nos haga una limpia, lleve nuestras oraciones y ofrendas a todos los lugares sagrados, pidiendo que regrese nuestra alma y el cuerpo se recupere, untarnos con el lodo del lugar del susto y tomar los tés durante un tiempo hasta que el cuerpo siente que recupera la energía perdida, ya no se cansa y se puede comer a gusto cualquier cosa, en mi caso no consumo nada de refresco ni grasas

que es lo que dice el médico que hay que evitar, casi siempre consumo quelites y mis tortillas recién hechas aunque me las habían prohibido yo sí las consumo y afortunadamente no tengo problemas”.

“Shi ka nhada gukbeksa wzolho, wlha yichja, kun chhekda nha nha de nhia, nha wzolho kun nhen wtas, chhaka ka bene chzoll, nhan guta wneye, wyua di nha da nhechhu nha wnhi sha lo hospital, yeliaja xchenha, bwin, nha wnhi yiaja xmechhu, lhauze ku benchha bal, wa de nhan wzolho wia xmechhu sla you zil, beknsa bal kun zeho xmechhu sla nhan, chhiajan, knha wya to yia to yego nhazelho kun wdelhaza wya lo “clínica”, wa ka wde chop biu wya yitoks nha bwin, yeliaja xchenha, ka ballinha wnhe benha bin benha nhi sen ka de bin guka, banallialhe, nha chhabede chhape xmechhu chin han, le shi ku gulle knha nhaten chshashe lhen chho, wa de nhan zelhos nhi, na gunhu bal ku yiateku da xhix, gau belha kush, yet lla, dan nhak da xhix di ba guk ka do son yiz, zoksanda xdan”,

(de esto que te cuento fue hace más de diez años y en mi caso me di cuenta de que no andaba bien de salud, me empezó a doler la cabeza, me mareaba, estaba desganada, con mucho sueño, y eso me preocupaba, fui a la clínica y de ahí me mandaron al hospital a hacerme los estudios de sangre, después los vio el doctor y me dijo que podía tener azúcar, me dio algunas cajas de medicamentos, que los tomara diario y regresara en dos meses, al llegar a casa me puse a pensar en qué hacer, entonces decidí que no tenía caso confiar solo en medicamentos si nunca los había tomado en mi vida, ya que mis padres siempre me habían dado tés, entonces decidí que no iba tomarlos y mejor estuve tomando verbena, y otra planta que se consigue en la comunidad de Yalalag, tomaba los tés tres veces al día durante dos meses, además hice un ritual a los cerros y al término de todo esto regresé a la clínica para una revisión, el doctor me mandó nuevamente al hospital para los estudios y cuando vio los resultados se sorprendió porque notó que yo estaba muy bien en los niveles de azúcar y presión, me felicitó por el tratamiento que llevé, de ahí me recomendó llevar una buena alimentación, no consumir carne de cerdo, tortillas recién hechas, cosas muy dulces y refrescos).

Doña Alberta tiene la misma percepción, y argumenta que “lo primero que hay que hacer es acudir al adivino para saber qué tipo de sustos o deudas tenemos con la madre naturaleza. Ya sabiendo esto, entonces pedimos que nos preparen el té, después vamos con el maestro de rituales para que pueda llevarlo

a cabo y, si es necesario, acudir a los ríos, cerros, veredas, montes, campo, a la iglesia, al panteón o al lugar donde se han recibido los sustos, de ahí seguir el tratamiento, tomando el té para que la sangre se recupere, y a su vez el cuerpo siente cómo va recuperando la energía. Esto cuando la enfermedad no está muy avanzada, porque en otros casos solo se controla, pero ya no se puede curar porque ya se apoderó de todo el cuerpo y la persona ya está muy debilitada, y su alma ya no puede regresar”.

Doña Carmela cuenta que en su familia acostumbran ir al yerbero que ya sabe cuáles son los tés que hay que tomar durante un tiempo, y también van a la clínica para saber si los estudios que les hacen muestran que funciona el tratamiento, ya que en una ocasión fue testigo de que a su esposo “le diagnosticaron esta enfermedad y le dieron muchas pastillas para seguir un tratamiento, pero él no toma pastillas y las dejó en un rincón, entonces empezó a tomar el té que le dieron durante un mes, de ahí regresó a hacerse otro estudio porque el doctor no podía explicar cómo es que su sangre ya se había nivelado, entonces para no quedar mal con el doctor y no le quitaran el programa Prospera a su familia, le dijo que sí tomó las pastillas, que se sintió mejor, pero en realidad nunca las tomó, sino que fue solamente el té que le ayudó a curarse, además de que también hizo promesa al santo patrón de donar flores y velas para la fiesta con tal de curarse”.

De acuerdo a los datos presentados anteriormente se presentan a continuación un detallado de las diversas entidades sobrenaturales a quienes se les atribuye su relación con la enfermedad o forman parte de las causas de manera directa o indirecta, ya que al estar en contacto con las personas pueden provocar un desorden natural o alteración en el cuerpo humano de acuerdo a los maestros de rituales.

Cuadro No 2. Principales entidades sobrenaturales que provocan susto o se les rinde culto

Nombre en zapoteco	Nombre en español o traducción	Características o relación con la enfermedad
Bxhiaj	Matlazihua	Susto por ver o encontrarse con este ser
Xnax yia yegu	Virgen o princesa de los ríos y montañas	Si se les promete algo a cambio de un favor pueden ocasionar un daño por incumplimiento de lo que se les ha prometido
Bene yia yegu	Señor de los cerros sagrados	Si se les promete algo a cambio de un favor pueden ocasionar un daño por incumplimiento de lo que se les ha prometido
Bene yix	Seres salvajes	Recibe un gran susto quien los encuentra en su camino
Waziu	Señor del rayo	Ser sagrado que retiene el alma de quien ande cerca del rayo
Bsoga	Coralillo	Recibe un gran susto quien los encuentra en su camino
Bele	Gran serpiente	Recibe un gran susto quien los encuentra en su camino
Bene che chhua yiaj	Señor de las cuevas	Ser sagrado que retiene el

		alma de quien recibe un susto cerca del lugar
Bene chhe chhua nhis	Señor de los ríos o del agua	Ser sagrado que retiene el alma de quien recibe un susto en el río, fuente, ojo de agua o lugar cerca.
Beedoo belas	Señor del viento	Entidad que transmite el mensaje del maestro ritual hacia los seres sagrados o sobrenaturales

Fuente: elaboración propia

Diagnóstico de la enfermedad

El procedimiento que se sigue para la detección de la enfermedad y sus tratamientos consiste en lo siguiente:

De acuerdo con las versiones encontradas o que coincidieron que *we de* y la diabetes presentan algunos síntomas comunes que son: dolores de cabeza constantes, hinchazón de los pies, cansancio, mucho sueño en el día, sed constante y pérdida de apetito.

Cuando la persona se da cuenta de estos síntomas, entonces debe acudir primeramente al *wane yá* o adivino, contarle sobre estas dolencias y síntomas, dependiendo de la técnica que use el adivino puede hacer la interpretación de la enfermedad:

- a) Lectura de oráculo de Napoleón o de los destinos mediante una aguja o echar la aguja: consiste en que el adivino pone una hoja llena de símbolos y figuras egipcias (oráculo), entrega una aguja de cocer al interesado, éste debe lanzar la aguja sobre la hoja y en el lugar donde señale la punta de la aguja, el adivino interpretará su situación actual, ya sea su enfermedad, problemas, augurios o el tema de interés que haya expresado previamente

la persona, en este caso puede describir el origen de una enfermedad o por lo que está atravesando y las causas describiendo a detalle lo que observa en el oráculo, de ahí refiere los datos de fecha de nacimiento o año mediante una hoja con símbolos zapotecos para interpretar el día del nacimiento y su relación con la naturaleza. A decir de don Moisés es una forma de interpretar el tipo de *grass* o alma que tiene la persona, por ejemplo si su tonal se relaciona con alguno de los elementos de la naturaleza.

- b) Lectura del maíz: Este es un método que se caracteriza porque son pocos los adivinos que la utilizan, consiste en que el adivino pone un plato de barro extendido, agrega agua hasta la mitad del plato y entrega trece maíces al interesado, éste a su vez recibe los maíces con las dos manos, agita los maíces y les sopla durante tres veces, de ahí los lanza al plato con agua, entonces el adivino observa detenidamente la posición en que caen los maíces, explica la posición en que caen o quedan en el plato y hace su interpretación, ya sea el destino de la persona, si tiene alguna enfermedad, ha sufrido un susto y le indica donde es posible que surgió el problema que tiene y las causas.
- c) Lectura mediante un huevo en agua: Consiste en que el adivino le pasa un huevo en todo el cuerpo de la persona, parte el huevo en un vaso lleno de agua y realiza la lectura de acuerdo a la forma que tiene la clara y la posición que queda la yema, e interpreta la enfermedad, susto o lo que haya pasado, por ejemplo si la yema se queda en el fondo, a la mitad o flota completamente en la superficie adquiere un significado cada posición, de igual manera si la clara tiene muchas burbujas o presenta puntos blancos se le otorga una interpretación de acuerdo a esas características.

'Kate to llit chlachhun lo nhis, nhakbian shi nhapchhu to yillwe, de to dazed chechhu, shi zo to bene chyede chho, kate bi ba guk chechhu, youte di chlhidin chho bin gak, wa llit nhan chhunan sen, kate

chhazen gashalau wa nhan zo chechhu, nhan nhen ba de to dazed, chbezin chho”,

(Al momento de pasar el huevo y partirlo en el vaso es donde nos da una señal o problema que tenemos, si es una enfermedad, un problema, si es alguien que te desea algo malo, te hace mal de ojo, algún acontecimiento, por ejemplo si la yema flota o se queda en medio eso es una señal para la persona de que algo no anda bien, se interpreta el problema y se le va explicando) (Don Moisés).

El adivino, de acuerdo a la técnica que usa, hace una interpretación detallada del tipo de susto que recibió la persona, que a veces coincide que es reciente, o logra recordar el incidente cuando han pasado los años con ayuda del adivino que ubica un posible lugar, suceso o animal que lo asustó. Posteriormente el adivino explica el grado de avance de la enfermedad, si es solo el principio, si la enfermedad ya está avanzada, o se encuentra en un grado terminal y no hay mucho por hacer. Entonces, si existen condiciones favorables para el tratamiento, el adivino enlista una serie de actividades a realizar, fechas para los rituales o tratamientos, y también recomienda a los yerberos a los que hay que acudir, o en ocasiones ellos mismos llevan a cabo del tratamiento.

Tratamiento

Después de haber recibido la interpretación de la enfermedad, el paciente debe decidir su tratamiento ya sabiendo a las condiciones a las que se enfrenta, y debe acudir entonces al yerbero, solicitar los tés que se le han recomendado, seguir las instrucciones que se le han dado, y contratar los servicios de un *walla'* o maestro de rituales, que se encargará de realizar el ritual de acuerdo a las fechas marcadas en el calendario⁴ que le ha señalado el adivino al paciente. Entonces el

⁴ Como referencia utilizan el calendario del más antiguo Galván que señala el color del día, ya sea un día blanco que es neutral, día verde dedicado a las deidades sobrenaturales que requieren ofrenda y el día rojo que indica días negativos o malos que permiten recuperar

paciente debe comprar o reunir una lista de materiales o productos que se usarán para hacer el ritual, y engloba lo siguiente dependiendo al lugar que acudirá y el ritual que hará, por ejemplo, para tratar el susto de víbora ocupan lo siguiente:

Un cuarto de cacao, doce veladoras, una taza de barro, dos pedazos de ocote, trece granos de maíz, cuatro ramas de juquelite, dos litros de aguardiente, diez piezas de pan, dos cajas de cigarros, veinte huevos, una prenda de vestir del paciente y una botella de agua. El día señalado por el adivino o maestro de rituales, se empieza el ritual alrededor de la medianoche que de acuerdo a los maestros es el mejor horario para encontrar y comunicarse con los seres de la naturaleza, se les encuentra en los lugares que moran y existe una calma para realizar el ritual. El procedimiento consiste en colocar en la casa de la persona una taza de barro con agua. El paciente debe soplar los trece maíces, y lanzarlos al agua nuevamente, el maestro de ritual dice algunas palabras para pedir permiso a *yell liyu* (madre naturaleza) y coloca las ramas o pedazos de ocote en forma de cruz, y encima pone las ramas de juquelite para taparlo completamente. Posteriormente pide permiso a *yell liyu* (madre tierra), echando hacia los cuatro puntos cardinales un poco de aguardiente que simboliza el agua que da vida. De ahí el maestro de rituales se traslada hacia el lugar donde le indica el paciente o donde indica el adivino, ya que fue el lugar donde recibió el susto o quedó atrapada o retenida su alma. En el trayecto tiene que pasar por algunos lugares y parajes sagrados echando aguardiente (simboliza agua de vida), dos cigarros sueltos (el bien y el mal), dejar dos velas apagadas (la luz), cinco cacaos (dinero), estrellando dos huevos (semillas de renacimiento) en el suelo y un pan (comida), todo esto se hace como una ofrenda o pago del ritual que está llevando a cabo en cada lugar sagrado, pronunciando las siguientes palabras:

Nhi bazia, chhanaba gras che benhi, lhe nhakle bene ze chhua yeu chha nhez, bene chhe xhan yiaj, bene bagan donhi, gunle lhataj yeze'e yellinhe lhille, gunle lhataj yedi, kusi donha, ku gunhe shnhi, yelhaks yichaj lalldowe ku yegane donha, zo lhille, lla xhine, kub chi de nhi.

el alma perdida o que recibieron susto por animales, esto de acuerdo a la interpretación de los maestros de rituales.

“Aquí estoy, con el permiso de ustedes, vengo a ofrendarles y a pedir el alma y el ser de esta persona, a ustedes que cuidan estos lugares sagrados que cuidan de los ríos, las montañas, los caminos, que respetamos y ofrendamos cada día, reciban este pago a cambio de su alma, permitan que este señor pueda regresar a casa, que su alma no se detenga en algún lugar, que devuelvan su energía, que no se quede por ahí, deambulando, que entreguen su corazón y su mente para que pueda estar bien, ya que él tiene casa, tiene familia, y no debe enfermar por causa de no regresar a casa”).

Esta petición la repite en todos los lugares que pasa hasta que llega al lugar indicado, entonces ahí se realiza el mayor ritual y consiste en dejar dos huevos con una pequeña perforación en la parte superior, desmoronar dos panes, tirar diez cacaoas, cuatro cigarros, y lanzar aguardiente a los cuatro puntos cardinales, repitiendo la misma oración. Posteriormente enciende dos veladoras y deja que se consuman un rato, extiende la prenda de vestir de la persona en el suelo, toma dos sorbos de aguardiente, y sopla encima de la ropa, enciende un cigarro y exhala el humo sobre la ropa, este proceso lo repite y pronuncia lo siguiente:

Nhi bazia ka nhaklhe, le na nhi yezo lhillu, nhi yezua lhazu, shi baganu nhi, shi nhu bblebu, nhi yeyungakelhe, sheb, sheb, badaa, ba daa, gatez ziu, gatez lallu, yeboo, yeboo, kub chiu de nhi, badaa, badaa.

“Aquí ya estoy (nombre de la persona), ahora es momento de regresar conmigo. Aquí dejo la ofrenda que sustituirá tu alma que ha sido retenida. Si estás aquí, debes regresar a casa, si alguien te espantó, ahora debe liberarte, susto, susto, regresa, regresa, donde quiera que estés, donde quiera que andes, debes volver, debes regresar a casa, ya no hay nada que hacer aquí, regresa, regresa (nombre de la persona), es momento de irnos”).

Diciendo esto, deja las veladoras encendidas con sumo cuidado de que no provoquen algún incendio, ya sea escarbando o colocando piedras alrededor, recoge la prenda de vestir y agitándola en el aire pronuncia la frase: “*badaa, badaa*” (“vamos, vamos”) durante el trayecto de regreso y ondeando la ropa de

vestir que llevaba, de igual manera recoge un puño de tierra o agua del lugar del susto para llevarlo a casa y regresa hasta la casa de la persona.

Llegando a la casa, pide a la persona que se ponga la ropa, el maestro de ritual bebe dos sorbos de aguardiente y le sopla en el pecho, la espalda, las plantas de los pies, las rodillas, palmas de la mano y encima de la ropa nuevamente de la persona, con ello termina el ritual y entrega el puño de tierra, o el agua que trajo del lugar del susto para que al día siguiente siga con el tratamiento para hacer la pasta con el juquelite y untarlo en el cuerpo, beber sus tés amargos y tirar los maíces, el agua y el juquelite del plato después de trece días, asimismo deben cuidar su alimentación y no consumir grasas, cosas dulces, la comida debe ser insípida, es decir no picosa o muy salada y tratar de no enfrentarse a situaciones de preocupación o estrés mientras dure el tratamiento.

Para el caso del susto de monte, de árbol o de cerro, a veces acostumbran hacer sacrificios de dos pollos, ya sea un gallo y una gallina o un guajolote o guajolota, que para los maestros de rituales representa el pago al bien y al mal y es el pago a *yell liyu* (madre tierra) en el lugar del susto para que a cambio se sustituya el alma de la persona que recibió el susto, de ahí sepultan las cabezas de los animales en el lugar del ritual, y lo demás se consume como alimento para la familia.

En cuanto a la pregunta de cómo cuidarse o prevenir esta enfermedad, las señoras comentaron que en ocasiones la diabetes no siempre empieza con el susto, sino también se asocia a situaciones que se combinan. Por ejemplo, doña Gertrudis argumenta que cuando se hace un enojo o coraje muy grande, hay que evitar inmediatamente comer cosas dulces, que contengan grasas, como el huevo o aguacate, ya que provocan hasta una *chhua lhew* o embolia, y llega hasta la diabetes como una acumulación de eventos desequilibrantes para el cuerpo. Ella refiere que lo mejor es que si se hizo un gran coraje, hay que beber algo muy amargo, incluso una cerveza, mezcal, té de cedrón o un té muy amargo para sacar el coraje mediante la orina, la sudoración, y no llegar a sufrir de alguna embolia, aunque cuando se toma el té algunas personas pueden llegar a vomitar o les

causa diarrea, esto es muy buen síntoma, ya que solo así desechan todo lo malo que les aqueja y sacan todo el mal que hay en sus cuerpos.

Otra forma de cuidarse es no comer cosas muy dulces, no abusar de la carne de puerco, ya que hace daño si se consume con frecuencia, y tratar de tomar tés amargos, aunque no se sufra de la enfermedad: "si pasas alguna vergüenza, ves o tienes un accidente, alguna pelea, te enojas o te estresas mucho, debes tomar inmediatamente algo amargo para que tu cuerpo lo saque después, y no se quede contigo, ya que a la larga te hará daño".

La pregunta obligada es si funcionan o han funcionados estos tratamientos. Diez de las doce participantes afirmaron que sí han funcionado en su caso y también les ha tocado ver que sus familiares se han curado de forma completa mediante estas técnicas, ya que en un primer momento les habían detectado *we de*, "pero tuvieron mucha fe con los adivinos, maestros de rituales, fe a los yerberos para curarse, y lo han logrado, a tal grado que cuando van a hacerse los estudios la enfermedad ha desaparecido, no hay molestias y los síntomas ya no han aparecido". Mientras que dos de las participantes se reservan para afirmar la cura, ya que actualmente reciben tratamiento alópata y solo es para controlar la enfermedad, y comentan que sí fueron con los yerberos e hicieron el ritual, pero no lograron curarse, por eso concluyen que no se puede curar, sino solo controlar.

En la pregunta sobre el origen y creencia de estas prácticas, las participantes piensan que la enfermedad en realidad es muy parecida a *we de*, que ya existía desde antes, solo que "antes no había hospital en la zona y tampoco laboratorios para detectarlo como lo hacen ahora mediante la sangre, pero siempre nos habían dicho nuestros padres y abuelos que cuando una persona se asusta o recibe una fuerte impresión se puede enfermar, y los síntomas son muy parecidos a la persona que llega a tener diabetes. Por eso decimos que ahora ya lo detectan a tiempo. Hay medicinas de la farmacia que lo controlan, pero no lo curan. Pero ya vimos que sí se puede curar cuando se sigue la medicina tradicional que nos han heredado nuestros ancestros, poniendo en práctica los rituales, a base de plantas y tés amargos se puede combatir esta enfermedad". "A mí me enseñaron a tomar tés, y las medicinas de la farmacia me

irritan el estómago. Prefiero ir con los yerberos, y conozco algunas plantas que pueden tomarse para no enfermarse, y por eso confío más en estos tratamientos con la gente que tiene ese don de predecir la enfermedad, y puede curar mediante rituales hacia la madre tierra” (Doña Gertrudis).

Otro factor que causa esta enfermedad es cuando “tu fecha de nacimiento marca que ya vienes con una enfermedad, y si tus padres o algún familiar sufrieron algo parecido, es probable que tú también llegues a tener la misma enfermedad” (Doña Alberta).

“Me enseñaron que un ser humano recibe muchos sustos constantemente, pero al momento de llegar a trece sustos es cuando se enferma de gravedad o le detectan *we de*, por eso es necesario prevenir y tomar algunos tés, vivir una vida sin muchas preocupaciones, sin hacer muchos corajes o comiendo moderadamente” (Don Moisés).

Finalmente, expresaron que las pláticas y orientación que reciben en la unidad médica rural son muy importantes, y hay que valorar la información que se brinda, ya que la alimentación actual ha cambiado mucho y la diabetes la padece mucha gente, “por eso respetamos mucho al doctor y lo que nos aconseja cuando nos recomienda seguir las dietas y tomar pastillas; sin embargo no a todos nos caen bien las pastillas porque nuestro cuerpo no está acostumbrado y preferimos nuestras hierbas, pero pensamos que para no perder nuestros derechos al programa Prospera, debemos ir a revisión y cumplir con lo que se pueda en el tratamiento, aunque no al pie de la letra, pero hacemos lo posible por cuidar ante todo la alimentación, aunque es difícil cuando se habla de los convivios o fiestas ya que se consume carne de cerdo, tortillas recién hechas, champurrado, refresco y es lo primero que nos prohíben, por eso lo que hacemos es consumirlo casualmente, sin exceso, sin descuidar los tés, ya que ayudan mucho a controlar el azúcar, entonces tratamos de no rechazarlo al momento que nos lo ofrecen , lo guardamos y lo consumimos después, poco se guarda para la familia que lo quiera comer.

En mi caso yo te diría que hago lo posible por cuidarme pero para que te voy a mentir, si consumo lo que prohíbe el doctor, no puedo dejar o privarme de

comer lo que se convive, lo que te ofrecen de corazón, yo lo comparto, no del todo pero trato de no quedar mal o rechazarlo porque sé que con eso crecí y llegar a no comer siento que eso me afecta más y me deja con sensación de hambre” (Doña Alberta).

Cuadro No. 3. Descripción de plantas medicinales para el tratamiento de distintos tipos de susto

Nombre de la planta	Enfermedad o susto	Forma de preparación	Cantidades de la planta para preparar	Forma de empleo para niños y adultos
Kuan sheb lo yia'	Para susto en el monte o en el cerro ya sea una caída, un accidente o recibir una fuerte impresión en ese lugar.	infusión	se hierven 2 hojas y sus flores	Con el agua se debe bañar la persona y pasarlo con una esponja alrededor del corazón.
Kuan sheb lo yu	Para susto de la tierra o un lugar específico donde se recibe una impresión.	té	se ponen dos ramitas en medio litro de agua	se toma media tasa en las noches
Xkuan bel	Para susto de víbora, cuando la ven, se tropiezan con ella, se atraviesa o la encuentran en su casa inesperadamente.	se licua con agua o jugo de piña o naranja	Cinco hojas en dos tazas de agua	se toma tres veces en ayunas diariamente durante una semana
<i>Laga presm</i> (hojas de fresno)	Ayuda a curar sustos fuertes que no se remedian con los tés normales ya que es el más amargo de todos.	Té	Se hierven cuatro hojas en dos tazas de agua	Se toma tres veces a la semana en ayunas durante el almuerzo
Kuan dola	Susto de fuego, cuando una persona se asusta en algún incendio, cae al fuego o se accidenta donde hay fuego.	se macera y se obtiene el jugo	10 cm de la rama	se aplica el jugo en la herida o quemadura

Kuan sheb lo yag	Para susto o caída en el árbol, ya sea por treparse, haciendo alguna actividad, cortando un árbol se le cae encima o la impresión que le causa la caída.	té	5 hojas en un litro de agua	como agua de tiempo
Wiaj (Juquelite)	Para todos los sustos esta planta la recomiendan para hacer el ritual ya que se cubre el recipiente de agua y los maíces que se usan durante el ritual.	Machacado y se obtiene el jugo	Una rama grande de hojas	Se unta en todo el cuerpo de los niños y para los adultos se mezcla con tierra del lugar del susto, agua del rio o con aguardiente.
Laga llia (Verbena)	Té para diabéticos, la recomiendan los yerberos para personas que ya tienen este padecimiento ya que por su amargura ayuda a controlar los niveles de azúcar y también para el colesterol.	Té	3 hojas en un litro de agua, se mezcla con una hoja de ruda y una ramita de santa maría	Como agua de tiempo en ayunas una vez al día
Yiaj lo (Hierba maestra)	Después de una fuerte impresión o coraje recomiendan preparar esta planta que contrarresta los efectos en el cuerpo.	Té	Tres hojas con dos tazas de agua	Se toma inmediatamente el té después de la impresión o haber hecho el coraje.
Kuan sla'	Todo tipo de impresiones o susto ya que al ser muy amargo el te ayuda a contrarrestar los efectos del susto.	Té	Las hojas hervidas en dos tazas de agua.	Como agua de tiempo en ayunas.
Kuan sheb waziu	Esta planta se usa especialmente para	se licua con agua o	La raíz de la planta con dos	se toma dos tazas en ayunas diariamente

<p>susto de trueno o rayos y los yerberos la consiguen en el monte o lugares alejados de la comunidad. El susto de rayo es cuando la persona le cae un rayo cerca de él o de su casa y se tiene la creencia de que absorbe su energía</p>	<p>jugo de piña o naranja</p>	<p>tazas de agua.</p>
---	-------------------------------	-----------------------

Acerca de las plantas que usan, la mayor parte coincidió en los nombres y la porción que usan en el tratamiento a manera de prevención, y en otros casos para tratar la diabetes cuando ya está detectada. Las plantas más efectivas son los “quelites del susto” o *kuan sheb* para todo tipo de susto; sin embargo, cuando no hace efecto y es muy fuerte el susto, entonces el yerbero busca la planta adecuada para cada susto, y existen diversos quelites como lo son:

- *Xkuan bele* o “quelite para víbora”. De esta planta se usan las hojas, aproximadamente unas 5, y se hierven con dos tazas de agua que rinden para un día. De ahí se toma durante una semana, tres veces durante el día, antes de cada alimento, y debe tomarse cuando coincida el ritual de ir a dejar ofrenda al sitio donde fue el susto.

- *Xkuan yes waziu'* o “quelite para el trueno”. Este quelite se prepara en te la raíz de una planta en dos tazas de agua, y también se toma durante una semana, dos tazas al día antes de cada alimento, que coincida con la fecha del ritual para recuperar la esencia que se ha llevado el trueno durante el susto, ya que para ellos el *gras* o alma están en poder del trueno.

- *Xkuan lo yag* o “quelite para susto de agua y caídas”. Esta planta se usa completa, incluida la raíz. En dos tazas de agua se hierve, se toma durante 3 días seguidos en ayunas dos veces al día.

- *Kuan sla* o “quelite para impresiones o accidentes”. Este tipo de quelite es muy común encontrarlo, y se preparan las hojas en dos tazas de agua. Se toma inmediatamente cuando se presenta algún accidente, o situaciones que generen mucho estrés. Se puede tomar por dos días antes de cada alimento; sin embargo, las señoras comentan que se puede tomar en cualquier momento, no hace daño y ayuda al organismo a estar bien.

- *Wiaj* o “Juquelite”. De esta planta se usan las hojas, y son variados los usos que se le da. Por ejemplo, dos ramas de hojas mezcladas con sal, aguardiente, cacao, hierba mora, pinole y mezcal, se machaca todo junto y se obtiene una especie de pasta, ésta se unta en todo el cuerpo de la persona que estará en tratamiento durante el día del ritual, en especial los niños, y en el caso de los adultos se mezcla con un poco de agua del río donde se asustó, un poco del lodo del lugar donde recibió el susto o la fuerte impresión, y esta pasta solo se unta en la planta de los pies, palma de las manos, alrededor del área del corazón y en la mollera o cabeza, de ahí se bañará al día siguiente.

Otro uso que tiene el *wiaj* o juquelite es para hacer el ritual de petición del alma o pago de ofrenda y se colocan dos ramas encima de la ofrenda que se hace en los cerros o el lugar de los sustos.

Análisis

Partiendo del concepto de la salud para las entrevistadas significa estar bien, física, mental y espiritualmente, no sufrir de alguna dolencia, mantener buenas condiciones de sueño y apetito son conceptos definidos para ellas, sin embargo al preguntar sobre la enfermedad de la diabetes, este término desde la lengua zapoteca no tiene una traducción o interpretación exacta, sino que la relacionan directamente con la enfermedad nativa denominada *we de* (enfermedad del

adelgazamiento) por los síntomas que se presentan y las condiciones de sobrellevar esta enfermedad, plantean que anteriormente ya existían casos que se habían manifestado con esas características antes de que llegaran los centros de salud a la comunidad, con ello relacionan los síntomas con algunas creencias que tienen sobre la enfermedad que les han heredado sus ancestros argumentando que la enfermedad la adquieren al momento de recibir una fuerte impresión o *sheb* (susto), que aunado a las creencias este suceso es el inicio de complicaciones y alteraciones en el cuerpo humano, con lo cual las personas si no llevan un tratamiento adecuado o de prevención la enfermedad avanza gradualmente hasta ocasionar la muerte.

La enfermedad nativa *we de* sin embargo para los habitantes de la comunidad tiene un origen de carácter ideológico y obedece a una serie de sucesos circunstanciales que contrastan con la medicina occidental, dado que los síntomas que se presentan obedecen a consecuencias que tiene un suceso de orden natural o sobrenatural, esto quiere decir que por la impresión o susto se adquiere la enfermedad y en otros casos es la acumulación de impresiones o sustos que tiene una persona y con el tiempo genera la enfermedad, mientras que para la medicina occidental el principal problema es por la mala alimentación y hábitos que con el tiempo afectan el organismo y el termino susto e impresión para los médicos no tiene la misma connotación que los habitantes del municipio referido.

De acuerdo con los resultados obtenidos de las entrevistas a las participantes y a los curanderos es posible comprender el concepto de la enfermedad *we de* como una enfermedad importante que tiene sus raíces en las impresiones o sustos que recibe una persona en un momento determinado, resultado de una combinación de eventos estresantes o de impacto que se relacionan con la ideología de un sueño, presagio, encuentro con seres sobrenaturales o animales que son mensajeros de la misma enfermedad, con el tiempo empieza una serie de síntomas similares a la diabetes que aquejan a la persona mediante un cansancio inexplicable, pérdida de apetito, de peso, sed y

orina constante, además del adelgazamiento repentino como se le conoce a la enfermedad existen otros factores que los habitantes señalan como posibles causas de la enfermedad y de acuerdo con los adivinos son parte de un castigo de las deidades católicas o sobrenaturales del entorno, debido a una promesa incumplida, pago de una ofrenda hacia la madre naturaleza y acumulación de los trece sustos que originan la enfermedad.

Por otro lado resalta el tratamiento que llevan los pacientes para tratar de curarse desde las practicas locales, esto incluye un diagnóstico previo consultando a los adivinos quienes predicen los sucesos venideros, preocupaciones, sueños, enfermedades y sus causas, posteriormente refieren a la persona con un maestro de rituales para llevar a cabo diversos rituales en los lugares señalados y en días específicos, asimismo recomiendan tomar durante cierto lapso algunos téis naturales y este procedimiento varía de acuerdo a la enfermedad, los síntomas o gravedad que presente la persona que consulta.

Otro aspecto relevante es la visión que se tiene hacia los servicios médicos que existen en la comunidad, por un lado la necesidad de afiliarse al programa Prospera para obtener beneficios económicos y de atención en la salud, sin embargo, los tratamientos y la orientación que reciben no son compatibles con sus creencias debido a que los médicos no comparten el mismo conocimiento y los síntomas que los adivinos o curanderos poseen, sino que se basan en la ciencia y estudios de laboratorio para iniciar el tratamiento a base de medicamentos alópatas para controlar la enfermedad, con ello se dejan a un lado los antecedentes ideológicos sobre la enfermedad local además de ciertos hábitos alimenticios que tienen los habitantes con respecto a su dieta que llevan y que consiste en el consumo básico de la tortilla, el frijol, chile, entre otros alimentos que pueden representar un riesgo para los pacientes o se recomienda su consumo moderado y ahí es donde contrasta con los hábitos que tienen ya que al evitarlos o moderarlos manifiestan que se sienten restringidas en su alimentación que ha sido la base familiar y además no se observan las mejorías y optan por dejar el tratamiento, aunado a ello los medicamentos en muchas pacientes tienen otras consecuencias como la irritación estomacal o el rechazo hacia los mismos y

deciden acudir o llevar los tratamientos tradicionales a base de tés y la ejecución de rituales con los expertos curanderos, dejando de lado la posibilidad de continuar el tratamiento y controlar la enfermedad desde la biomedicina.

En relación a los tratamientos y efectos que llevan las participantes solo dos de ellas lo han seguido durante estos años de acuerdo a la prescripción médica que se les ha dado y manifiestan que han controlado la enfermedad, sin embargo consideran que consumir tés o combinar el tratamiento con la medicina tradicional es posible contrarrestar los efectos y les ha ayudado en el tratamiento. Mientras que las otras participantes consideran que han optado por seguir la medicina tradicional ya que ésta les permite llevar un mejor control, además no tienen las mismas prohibiciones alimenticias, los tés no les hacen daño y sienten que han mejorado físicamente en el tiempo que llevan recibiendo el tratamiento.

Cuadro No. 4. Principales características de la enfermedad *we de*

Participantes	Nombre en zapoteco	Causas de la enfermedad	Tratamientos comunes	Motivos principales para tratarse	Resultados
10	Sheb che bxhij Sheb bele Sheb che yelaudil Sheb washachaz Xyia che bene yia'	Susto de matlazihua Susto de la gran víbora Susto por impresión de ver una pelea Susto por caída en el camino Promesa a los cerros sagrados	Consulta con el adivino Rituales Consumo de té	Fe en los tratamientos locales Por tradición heredada Las pastillas irritan el estómago No hay tantas restricciones en la alimentación	Más de 10 años controlando la enfermedad a base de tés amargo
2	Sheb lo nhis Sheb bele	Susto de río Susto de la gran víbora	Tratamiento médico en la UMR Consumo de tés	Recomendación familiar Consideran que el tratamiento biomédico sí funciona	Más de 10 años recibiendo el tratamiento biomédico y combinado con tés para controlar la enfermedad

Fuente: elaboración propia.

Conclusiones

La diabetes es una enfermedad que aún no tiene cura, la información que existe se ha dado a conocer por diversos medios y solo en los centros de salud es donde se detallan sus causas y consecuencias, además de los estudios de laboratorio que son necesarios para confirmarla, sin embargo, en el ámbito rural es donde existe un contraste con esta visión, dado que por la inaccesibilidad, condiciones sociales e ideológicas muchas comunidades no tienen el acceso a esta información y mucho menos a los estudios y pruebas que se requieren para detectar a tiempo la enfermedad, aunado a ello las condiciones económicas de cada contexto dificultan que los habitantes tengan un acceso básico de estos servicios y en el caso de los pueblos zapotecos de Oaxaca existe un gran rezago en ese ámbito y esto ha imposibilitado brindar una cobertura y calidad de vida hacia los habitantes. En este punto es necesario retomar el tema de la salud intercultural de acuerdo con Lerín, et al. (2015) porque se requiere que las instituciones oficiales de salud reconozcan y consideren las nosologías tradicionales que se relacionan con las enfermedades que se conocen y entre estas prácticas y creencias, destaca por ejemplo los males de ojo, los sustos, empachos, por mencionar algunos, mientras que el trabajo de las parteras, yerbateros, sobadores o hueseros son claros ejemplos de un tipo de tratamiento que se debe considerar al momento de realizar los diagnósticos pertinentes para identificar sus características y por ende ofrecer una mejor atención que sea de manera integral hacia los pacientes. De esta manera es necesaria una capacitación dentro de los centros de salud de manera técnica y científica para tomar en cuenta patrones de conducta entre la población considerando ante todo al paciente quien es el principal beneficiario, solo así será capaz de modificar sus hábitos y creencias cuando sea necesario. Al respecto la psicología no solo debe abarcar estos temas, sino profundizar en las nosologías tradicionales que forman parte de las creencias de un grupo o una cultura, que a su vez se relacionan y afectan o contribuyen al desarrollo de una enfermedad porque se les atribuye cierto significado y aquí es donde la psicología debe ser capaz de explicar este tipo de fenómenos como parte de las creencias y prácticas culturales que los

grupos sociales han adoptado o siguen desarrollando como parte de su ideología y cosmovisión.

Por otro lado la diabetes es vista como un sinónimo de *we de* o enfermedad del adelgazamiento que los habitantes relacionan por sus síntomas y causas de mortalidad, que a decir de los mismos habitantes son muy similares, sin embargo el presente estudio no fue para profundizar o confirmar esa similitud, sino acercar al lector a la visión que tienen desde la cultura zapoteca hacia las enfermedades, que a su vez tienen un carácter ideológico que se vinculan con aspectos mítico-religiosos, sobrenaturales y vistos desde la comunión hombre naturaleza, retomando de esta manera las primeras suposiciones que desde la antigüedad la humanidad ha tenido, con ello se busca demostrar que estas creencias siguen vigentes y son parte de la cotidianidad entre los habitantes que siguen con las tradiciones y costumbres que les han heredado sus antepasados. Para entender esta complejidad requiere situarse en el contexto, analizar situaciones e historias de vida y reflexionar en las prácticas que los habitantes atribuyen a un ritual, los alcances que puede tener así como la interpretación de sucesos que para los nativos representan un susto o *sheb* repercuten directamente en su vida y marcan el inicio de una enfermedad, una desgracia o padecimientos que suelen ser diagnosticados a través de los maestros de rituales, curanderos o llamados adivinos que se encargan de hacer las interpretaciones mediante diversas técnicas. El tratamiento que ofrecen o las alternativas con las que cuentan para tratar la enfermedad ofrecen la oportunidad de abrir nuevas líneas de investigación para comprender los remedios como son los tés, además de que es posible llevar a cabo estudios científicos orientados al estudio de estas plantas, sus propiedades medicinales y su relación con la diabetes, todo ello sin duda enriquecerá todavía las prácticas tradicionales en el uso de las plantas y que en la actualidad aun no son reconocidas por la biomedicina.

En el caso de los rituales y las creencias en los seres sobrenaturales se hace énfasis en el trabajo que realizan los maestros de rituales, yerbateros y adivinos ya que forman parte fundamental en el diagnóstico y tratamiento de la

enfermedad *we de*, ya que ellos son quienes determinan el grado de avance que tiene la enfermedad, asimismo conocen las circunstancias por las cuales se adquirió el susto o *sheb* y esto determina el tipo de ritual a seguir, destaca además la creencia sobre la pérdida o retención del alma como primera manifestación del *sheb*, de ahí que es necesario identificar el tipo de susto para iniciar el tratamiento y mediante el ritual llevar las ofrendas o hacer el pago correspondiente hacia estas entidades para que regresen o suelten el alma de la persona, una vez hecho el ritual la recomendación es seguir con el tratamiento a base de tés que de acuerdo a los maestros de rituales éstos ayudan a purificar el cuerpo y desechar los signos y síntomas que forman parte de la enfermedad, de ahí que el papel de estos especialistas locales sea un factor determinante en el tratamiento de las enfermedades.

Es importante hacer énfasis sobre las características culturales de la población zapoteca ya que en este contexto es común que los adultos mayores preserven distintas tradiciones y costumbres hacia el tema de la salud y de ahí que la mayor parte de las participantes en el presente trabajo muestre su preferencia hacia el tratamiento tradicional y manifiestan a través de prácticas rituales, consumo de tés y seguir la indicaciones de los expertos curanderos les ha ayudado a controlar la enfermedad, de igual manera han obtenido un resultado deseado ya que se sienten bien física y emocionalmente, de esta manera no se sienten tan limitadas en su alimentación.

Por otro lado el tratamiento biomédico les resulta restrictivo en el tema de la alimentación y por los medicamentos que les recetan no están acostumbradas a consumirlo ya que les provoca ciertas molestias o irritación, por ello su preocupación se centra más en seguir perteneciendo al programa Prospera y tratar de cumplir con sus citas a la Unidad Médica Rural para no perder sus derechos, sin embargo la enfermedad es viable tratarla con medicina tradicional de acuerdo a los testimonios recabados.

Con respecto a la Psicología de la Salud un aporte significativo que hay que considerar en este estudio es una visión integradora de la enfermedad, retomando todos aquellos conocimientos tradicionales, el sistema de creencias, valores o significados que se le otorgan a una enfermedad o padecimiento y las posibilidades que se tienen para curarse mediante técnicas o prácticas rituales. Si estas condiciones se toman en cuenta sin duda ayudarán a ofrecer un mejor diagnóstico y tratamiento de la enfermedad vista desde una óptica distinta a la biomedicina, a su vez si se toman en cuenta estos elementos que son vitales para los pueblos indígenas sin duda los centros de salud tendrían la oportunidad de ofrecer una mejor atención y calidad en los servicios médicos, además abrirían posibilidades de darle formalidad y seriedad al tema de la medicina tradicional que demuestra que cuenta con los argumentos y elementos necesarios para erradicar o tratar enfermedades desde hace tiempo.

Este tipo de estudios abren nuevas vías de investigación, por ejemplo la efectividad de las plantas medicinales, la calidad de vida que llevan a partir de practicar la medicina tradicional, el impacto que tiene las creencias en torno a la salud, con ello se pueden ir enriqueciendo para fundamentar y construir nuevas teorías sobre la medicina tradicional, dando pie al reconocimiento que deben tener los pueblos indígenas acerca de sus tradiciones y costumbres, además de sus prácticas y cosmovisión sobre las enfermedades, de esta manera un psicólogo tendrá una óptica integral sobre la enfermedad y puede ofrecer una mejor calidad en atención hacia la salud que los pueblos originarios demandan. Por último es de vital importancia retomar este tipo de estudios para profundizar la enfermedad nativa *we de* con el fin de ampliar sus características, tratamientos y comparar su relación directa con la diabetes, esto sin duda será posible añadiendo datos relevantes que suponen un avance para comprender esa complejidad y a su vez relacionarlos con las creencias locales que son una fuente fiable porque sus habitantes han sobrevivido a través de sus prácticas.

Bibliografía

- Balderas, E., Huicochea, L. & Evangelista, A.(2011).Representaciones sociales y prácticas curativas de las madres y padres de familia en la atención a la salud en Paraíso del Grijalva, Chiapas, México. *Medicina social*. 6 (1). 14-23
- Comisión Nacional de Población (2010). Índice de marginación por localidad 2010. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/112592/Indice_de_marginacion_por_localidad_2010.pdf [Consultada el 19 de octubre de 2017].
- CONEVAL (2017). Anexo estadístico de pobreza en México. Recuperado de http://www.coneval.org.mx/Medicion/MP/Paginas/AE_pobreza_2014.aspx [Consultada el 19 de octubre de 2017].
- Cruz, V. (2007). El pensamiento de los biniguila'sa: cosmovisión, religión y calendario con especial referencia a los binniza. México. CIESAS
- De la Paz, K., Proenza, L., Gallardo, Y., Fernández, Z. & Mompié Lastre, A. (2012). Factores de riesgo en adultos mayores con diabetes mellitus. *MEDISAN*, 16(4), 489-497. Recuperado en 11 de septiembre de 2017, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192012000400001&lng=es&tlng=es
- Flores, M. Colunga., C., González., M., Vega., M. & Cervantes., G (2013). Salud mental y calidad de vida en adultos mayores. *Uaricha*, 10(21). Recuperado de http://www.revistauaricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/107/105

Gil-Roales (2004). Psicología de la salud: Aproximación, histórica, conceptual y aplicaciones. Madrid. Pirámide. 149-187

Gross, R (2007) Psicología. La ciencia de la mente y la conducta. México. Manual Moderno

H. Ayuntamiento San Cristóbal Lachirioag (2013) Plan municipal de desarrollo. Disponible en https://www.finanzasoxaca.gob.mx/pdf/inversion_publica/pmds/11_13/128.pdf [Consultada el 20 de octubre de 2017].

Hamui-Sutton, A. & Varela-Ruiz, M. (2012). Metodología de investigación en educación médica. La técnica de grupos focales. Inv Ed Med 2013. 2(1). 55-60

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2017). Defunciones por diabetes mellitus por entidad federativa, grupo quinquenal de edad, año y sexo. Disponible en http://www.beta.inegi.org.mx/app/tabulados/pxweb/inicio.html?rxid=75ada3fe-1e52-41b3-bf27-4cda26e957a7&db=Mortalidad&px=Mortalidad_4

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2017). San Cristóbal Lachirioag. Disponible en <http://www.beta.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=san+crisobal+la+chirioag+> [Consultada el 19 de octubre de 2017].

Instituto Nacional de Salud pública (2012). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados nacionales. México. 108-115. Recuperado de <http://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf> [Consultada el 19 de octubre de 2017].

Instituto Nacional de Salud Pública. (2013). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados por Entidad Federativa, Oaxaca. Cuernavaca, México. Instituto Nacional de Salud Pública. <http://ensanut.insp.mx/informes/Oaxaca-OCT.pdf> [Consultada el 20 de octubre de 2017].

Krippendorff, K. (1990). Metodología de Análisis de Contenido. España. Paidós

Lerín, S., Juárez, C. & Reartes, D. (2015). Creencias de indígenas chiapanecos en torno a la diabetes y posibilidades de atención intercultural. En *Salud Problema / Segunda época*. 2 (17). 37-41

López A. (1980) Cuerpo humano e ideología. Las concepciones de los antiguos nahuas. México. UNAM

Mendoza, Z. (2009). Saberes médicos, tradicionales y religiosos en interacción permanente. *Desacatos*, 29 (enero-abril). 185-190.

OMS (2017). Diabetes. Recuperado de http://www.who.int/topics/diabetes_mellitus/es/ [Consultada el 19 de octubre de 2017].

Organización Mundial de la Salud (2017, Julio). "Diabetes". Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/es/> [Consultada el 20 de octubre de 2017].

Organización mundial de la salud. (2016). Informe mundial sobre la diabetes. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/204877/1/WHO_NMH_NVI_16.3_spa.pdf?ua=1 [Consultada el 19 de octubre de 2017].

Pereira, C. & Valero, F. (2009). La comunidad indígena de El Paramito: Creencias y prácticas en torno a la salud y la enfermedad. *Fermentum. Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 19() 497-517. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70517761005>

Romero, C. (1999). Creencias y consecuencias sociales de la tuberculosis pulmonar en dos comunidades indígenas del estado de Oaxaca: una aproximación cualitativa. *Rev Inst Nal Enf Resp Mex.* 12 (4) Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/iner/in-1999/in994b.pdf>

Servicios de Salud Oaxaca. (2012). Estrategia estatal para la prevención y el control del sobrepeso, la obesidad y la diabetes del estado de Oaxaca. Recuperado de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/23762/EstrategiaSODOaxaca.compressed.pdf> [Consultada el 21 de octubre de 2017].

Uriostegui, A. (2015) Síndromes de filiación cultural atendidos por médicos tradicionales. *Rev. salud pública.* 17 (2). DOI: <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v17n2.42243>

Anexo 1
Cuestionario y entrevistas

Ficha de identificación

Nombre

Edad:

Sexo:

Edo civil:

Escolaridad

¿Sabe leer y escribir?

¿Qué lengua(s) habla?

No. de hijos

Religión

Preguntas empleadas para entrevistas y en grupo focal

1. Bidan nechhu so xdan (¿Para ud. que es la salud?)
2. Bidan nechhu we de (¿Para significa la enfermedad we de?)
3. Gaten za dan nechhu we de. (¿Qué piensa ud. sobre esa enfermedad?)
4. A lhebte nhak we de lhen diabetes. (¿Cuál cree que sea la diferencia entre we de y diabetes?)
5. Gazo chen (¿Por qué?)
6. Gakan guk gukbedu bgwyo'o yillwe nhi. (¿Cómo se dio ud. cuenta de que padecía esta enfermedad?)
7. A chhayak bene bayo yilwe nhi. (¿Tiene cura o algún tipo de control?)
8. Bida chhizengake kate chhayakgake yillwe nhi. (¿Usan algún tipo de producto o planta para esta enfermedad?)
9. Biz chungake gakale yeyake yillwe nhi. (¿Qué tratamiento usan o siguen para curar esta enfermedad o que es lo que hay que hacer?)

10. Bin gunchhu gakale ku shochhu yill we nhi. ¿Como se cuidan o que han hecho para evitar esta enfermedad?
11. A chhilhin. (¿Funciona o da resultados lo que hacen?)
12. Gaten bxhe dan chungake nhi. (¿De dónde vienen o surgieron estas prácticas?)
13. Gakan chhak chhogake yillwe nhi (¿Qué otras creencias tiene con respecto a esta enfermedad?)
14. A lheb chhun di lhen dan ne bene wen xmechhu chhe lo "clínica. (¿Qué piensa ud de lo que le dicen en la clínica sobre esta enfermedad?)