



**“Proyecto Implementación de un Sistema de Atención Primaria en Salud
De Primer Nivel en tres Distritos, Con Carácter Piloto”
ONG/PVD/2003/062-816**

**GUIAS DE ABORDAJE
DE LA ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES DE 5 AÑOS,
POR LOS AGENTES DE SALUD COMUNITARIA
EN LAS CASAS DE SALUD COMUNITARIAS.**

Enfermedades comunes respiratorias, digestivas,
de piel y mucosas,
y de la mujer de 10 a 59 años.

**Programa Individual de Atención de Salud.
Proyecto Implementación/Clínica Maxeña/IDEI
Instancia Nacional de Salud.**

Dra. Anabella Florinda Pérez Consuegra

Mayo 2,006

CONTENIDO

	Paginas
1. Reconocimientos	3
2. Introducción	4
3. Algoritmos	6
4. Signos (señas) vitales	10
5. Enfermedades respiratorias más comunes	13
6. Enfermedades digestivas más comunes	26
7. Enfermedades más comunes de la mujer	39
8. Enfermedades más comunes de la piel	51
9. Enfermedades más comunes de ojos y boca	57
10. Anexos:	
▪ Formas de uso y preparación de plantas medicinales	61
▪ Recetas con plantas medicinales	65
▪ Guía rápida de alimentos frío – calientes	67
▪ Recomendaciones para problemas respiratorios	68
▪ Listado de medicamentos – paginas Buscando Remedio	69
▪ Nombres de plantas medicinales (español – Quiche y Mam)	70
▪ Gráfico de Digitopresión para cefalea	74
10. Bibliografía y entrevistas	75

CON ESPECIAL RECONOCIMIENTO

Por la participación en distintos momentos, y con sus aportes y esfuerzos en la construcción del presente documento.

A EAPAS PIAS:

Juan Poz Sop

Iris Adaly Champet

Maria Teresa Puac

Olga Estela Len

A EAPAS PCOS:

Venancia Dionisio Velásquez

A ECOS:

Clínica Maxeña:

Pablo Cuc, Domingo Guarchaj, Juana Guarchaj, Francisco Sac, Diego Tzaput,

Juana Choc, Tomás Chitic, Marta Cotiy, Pascual Tzep, Juan Carrillo, Manuela López,

Hingry Adela Sohom Tambriz, María Ixquiactap, Diego Chox.

Asociación IDEI:

Joaquina Vicente, Yolanda Ortega Díaz, Cristina Fuentes, Micaela Len Meza,

Elizabet Meza López, Gilda Aguilar Romero, Lucia Cortéz López, Jovita Morales,

Mirtala Cristina López Ramos, Edgar Lisandro Vail Díaz, Angélica Maria Vásquez

López, Simón Romero Vásquez, Santiago Morales Carreto.

Equipo San Lucas Sacatepéquez:

Lidia Cristina Morales López

Juan Carlos Verdugo Urrejola

Dalia Paola Sac Batzin

GUIAS DE ABORDAJE DE LA ATENCIÓN A LAS PERSONAS EN LAS CASAS DE SALUD DENTRO DEL PROGRAMA INDIVIDUAL DE ATENCIÓN DE SALUD (PIAS)

INTRODUCCION:

El propósito de éste Grupo de Guías de Atención de los adultos y niños mayores de 5 años, es el de ayudar a los Agentes de Salud Comunitaria (ASC) proveedores de servicios de salud en las Casas de Salud Comunitaria (CSC), a reconocer las enfermedades respiratorias, digestivas, de la piel y mucosas, y de la mujer (10 a 59 años) más comunes para tratarlas y dar un manejo apropiado; aquellas que quedan fuera de su capacidad de dar respuesta, poder identificarlas para hacer una referencia oportuna.

Este Grupo de Guías de Atención, es un documento donde el ASC puede consultar de manera rápida, y ha sido organizado por pasos de forma similar a el AIEPI (Atención Integrada de Enfermedades Prevalentes de la Infancia), por grupos de síntomas, signos y enfermedades de las más comunes en la atención en las CSC.

Iniciando el abordaje en una sección de Signos (Señas) Vitales que pueden indicar una Enfermedad Grave de los pacientes adultos, adolescentes, y en niños mayores de 5 años; y provoca la detección de embarazos aunque sea otro el motivo de consulta de Mujeres en Edad Fértil (MEF), con ello contemplar un manejo adecuado e integral. La sección de Signos (Señas) Vitales lleva a un chequeo rápido del estado general de la persona enferma.

Las enfermedades consideradas dentro de éste documento sufrieron una definición de caso y denominaciones dentro de las Normas de Atención del Primer Nivel y sus manuales de referencia (Incluyendo el 2,005) del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala (MSPAS) así como el manejo terapéutico con énfasis en medicamentos esenciales, la orientación a el enfermo-a y acompañantes, y el seguimiento de casos.

Integra la Medicina Maya y Tradicional con la utilización de sus recursos en éste momento el de las Plantas Medicinales, el Temascal, vapores y baños, etc.; y la incorporación al momento de la consejería o intercambio educacional del autodiagnóstico del paciente o su familia, y el concepto frío-caliente en las plantas medicinales como en los alimentos. Los Agentes Tradicionales de la salud (Curanderos, comadronas, componehuesos, sacerdotes y guías espirituales mayas, etc.) se encuentran considerados como parte de la referencia que puede realizar un Agente de Salud Comunitaria en determinados padecimientos.

El manejo terapéutico plantea que el ASC dispone de opciones terapéuticas con medicamentos químico-farmacéuticos del grupo de los esenciales (Listado de Organización Mundial de la Salud-OMS) como de el recurso de las plantas medicinales sea que disponga de ellas en la CSC ó en el área de influencia de las mismas (A nivel de familia o comunidades). Las Plantas Medicinales mencionadas en éste grupo de guías son aquellas que han sufrido un proceso de validación por estudios a nivel nacional y de la región Centroamericana y El Caribe (Y el acceso a ellas en las comunidades atendidas por ambos proyectos pilotos de la implementación, y el acceso en general en el resto del país); dentro de un amplio grupo de plantas medicinales de las que constituyen parte de la riqueza de nuestro bello país y sus pobladores.

En el actual proceso de la Atención a las Personas con un manejo Intercultural, se encuentran momentos que dan participación al paciente o familia en la selección de su tratamiento (Si el caso lo permite y no pone en riesgo al enfermo) entre la medicina natural y la medicina con químico-farmacéuticos, en el **Actué**

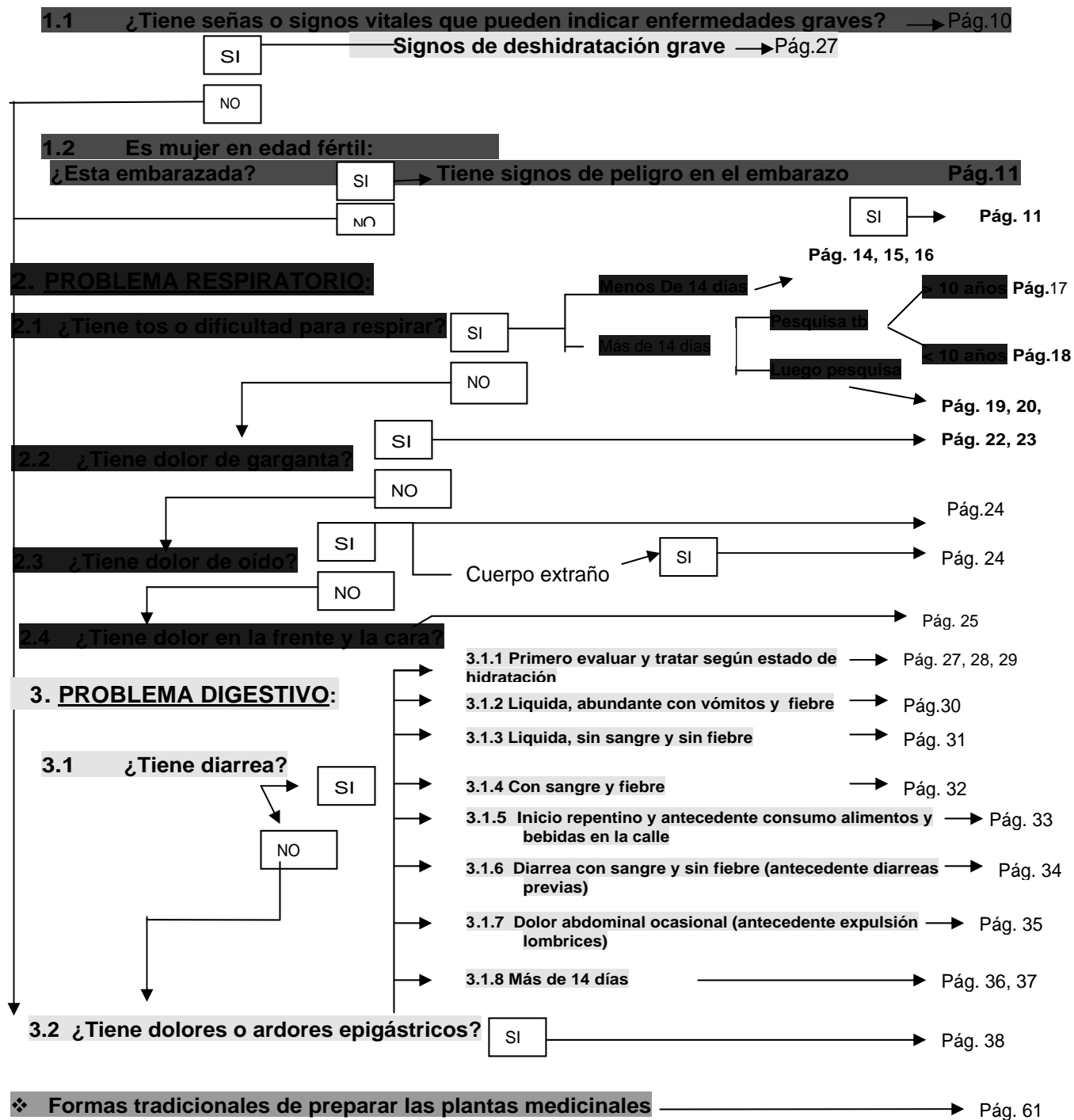
(Tratamiento y referencia), así como en el **Oriente y Aconseje**, debido a por lo menos una de las siguientes tres situaciones:

- 1) Dentro de las comunidades puede encontrarse población que no sea maya (mestizos);
- 2) La tendencia del paciente aunque sea maya pueda no ser hacia la Medicina Maya o Tradicional, ni la natural.
- 3) En el momento del evento problema de salud no se cuente con las plantas medicinales para dicho tratamiento indicado.

Se apegan las guías, a las destrezas y habilidades desarrolladas en la capacitación de ASCs (Intensiva de 6 meses de duración), y una formación y supervisión formativa que debe apoyarles.

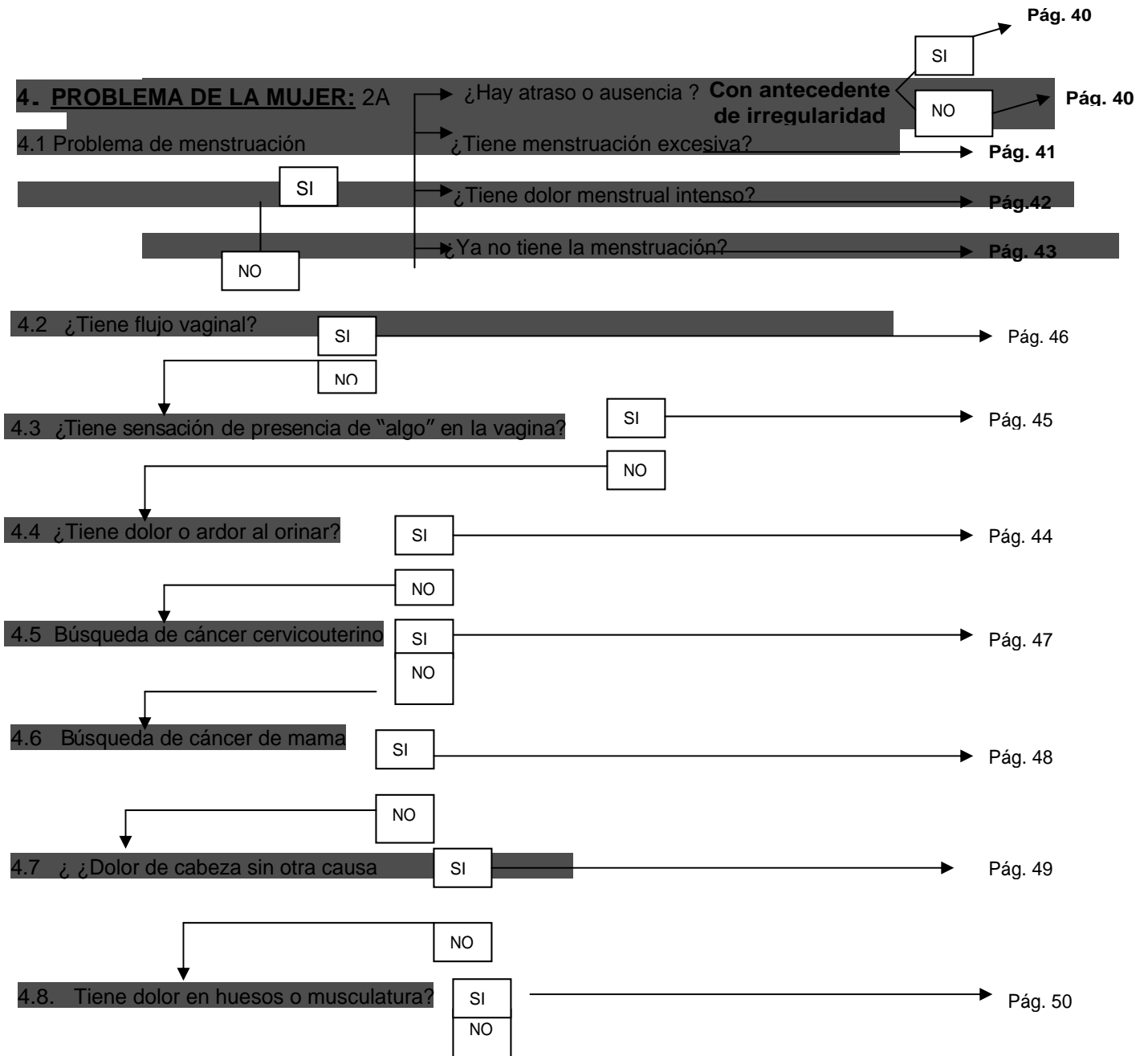
MANEJO INTERCULTURAL EN LA ATENCION DE PERSONAS MAYORES DE 5 AÑOS, EN LAS CASAS DE SALUD COMUNITARIAS.

ALGORITMOS DE GUIAS DE ABORDAJE



MANEJO INTERCULTURAL EN LA ATENCION DE LAS PERSONAS EN LAS CASAS DE SALUD COMUNITARIAS.

ALGORITMOS DE GUIAS DE ABORDAJE



MANEJO INTERCULTURAL EN LA ATENCION DE LAS PERSONAS EN LAS CASAS DE SALUD COMUNITARIAS.

ALGORITMOS DE GUIAS DE ABORDAJE

5. PROBLEMA DE LA PIEL: 2B

1.1 ¿Tiene ronchas?

SI

NO

5.1 Con picazón, y lo tiene alguien más en la familia → Pág. 52

5.2 Con costras amarillentas, en especial en niños → Pág. 53

5.3 Regadas en todo el cuerpo, y mucha picazón → Pág. 55

5.2 Tiene manchas rojas, mucha picazón entre dedos de pies o manos, pliegues, cabeza (o uñas) → Pág. 54

5.3 Tiene piel roja, irritada, ardor o dolor en zona que cubre el pañal o pliegues de cuello, cara → Pág. 56

6. PROBLEMA DE MUCOSAS: 2B Ojo y boca

6.1 Ojo → Rojo con ardor → Pág. 57

→ Rojo supurando y con picazón, párpados hinchados → Pág. 58

6.2 Boca → O en labios: Con llaguitas redondas, blancas, dolorosas → Pág. 59

→ Enrojecida, con manchitas blancas, malestar o dolor → Pág. 60

"Proyecto Implementación de un sistema de atención primaria en salud de primer nivel en tres distritos,
con carácter piloto" ONG/PVD/2003/062-816.- Clínica Maxeña y Asociación IDEI-

GUIAS DE ABORDAJE DE LA ATENCIÓN DE PERSONAS EN LAS CASAS DE SALUD COMUNITARIA

GRUPO 1: SIGNOS VITALES: Primer momento del abordaje o atención a adultos y mayores de 5 años.

Se refieren a la **temperatura, pulso, frecuencia respiratoria, y presión arterial** (La **P/A**: En cada consulta, control ó visita domiciliaria en mayores de 11 años, en embarazadas, parturientas o pos parto)

GRUPO 1: SEÑAS (SIGNOS) VITALES QUE PUEDEN INDICAR ENFERMEDAD GRAVE					
PASO 1	PASO 2	PASO 3	PASO 4	PASO 5	
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actué	Oriente y aconseje	
En Mujeres en Edad Fértil (MEF) no olvides preguntar por la fecha de última regla (FUR) y/o realizar la prueba verbal de embarazo (Ver siguiente hoja)		Manejo intercultural	Referencia: Centro asistencial de siguiente nivel (Centro de referencia, centro de salud u hospital, etc.)	Intercambio educacional o consejería considerando el autodiagnóstico (Equilibrio caliente-frío, etc.)	Cita ó visita domiciliaria
<p>➤ Confusión mental P. ejemplo cuando se pregunta por los datos generales, etc. podemos conocer el nivel de conciencia del enfermo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lo trajo alguien cargado (a) en brazos hasta la Casa de Salud? (Posible signo de shock) ▪ Esta desmayado (a) o inconsciente? ▪ Respiración: Menor de 14 ó mayor de 30 respiraciones por minuto. ▪ Pulso menor de 50 o más rápido de 120 por minuto. ▪ Temperatura menor de 35°, o mayor de 40° Centígrados. ▪ Presión arterial: Menor de 90/60 mmHg. Ó Mayor de 140/90 mmHg. en 3 mediciones diferentes. 	<p>Enfermedad grave</p> <p>Engrave</p> <p>(Con uno o más de éstos signos)</p>	<p>Refiera urgentemente a CR o Centro asistencial (Hospital, Centro de Salud), para diagnóstico y tratamiento.</p> <p>Active Plan de Emergencia Comunitario.</p> <p>Evaluar administración de solución IV, según el caso, por ejemplo deshidratación ver hojas 2 y 3 del grupo de enfermedades digestivas.</p> <p>Si P/A: Mayor de 140/90 mmHg. Anotar en nota de referencia las cifras encontradas y fechas</p> <p>Estar alerta por dolor de cabeza, piernas hinchadas, dolor al lado izquierdo del pecho, dificultad para respirar, sudoración excesiva, palidez generalizada, anuria, convulsiones (Puede tratarse de una crisis)</p>	<p>Entregue boleta de referencia</p> <p>Oriente sobre Plan de Emergencia Familiar y comunitario.</p>	<p>Al regresar del Centro de Referencia (CR), u hospital haga cita. O evalúe Visita domiciliaria según el estado del paciente.</p> <p>Ver contrareferencia.</p> <p>De seguimiento según clasificación y manejo (Ver Manual de Referencia para la aplicación de las Normas de Atención 2005, Pág. 208.</p>

GRUPO 1: ENFERMEDAD MUY GRAVE EN EL EMBARAZO					
PASO 1		PASO 2	PASO 3	PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique	Actúe	Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			<p>Manejo intercultural Referencia: Centro asistencial de siguiente nivel (Centro de referencia, centro de salud u hospital, etc.)</p>	Intercambio educacional o consejería considerando el autodiagnóstico (Equilibrio caliente-frío, etc.)	Cita ó visita domiciliaria
<p>En Mujeres en Edad Fértil (MEF) no olvides preguntar por la fecha de última regla (FUR) y realizar la prueba verbal de embarazo (Ver siguiente hoja) buscando probabilidad de embarazo (prueba positiva)</p> <p>Nota: Recuerda anotar en ficha personal de Atención Pre y Posnatal.</p>	<p>Prueba de embarazo en orina positiva. (Realizar si tiene más de 21 días de retraso menstrual)</p>	<p>Embarazo</p> <p>Z34</p>	<p>Atiéndela considerando el motivo de consulta (y autodiagnóstico) además de su embarazo, los medicamentos naturales o químicos-farmacéuticos contraindicados.</p> <p>Llena la ficha personal de Atención PRE y POST NATAL.</p> <p>Referir a comadrona: Concientizar sobre la importancia de ser evaluada por la comadrona de su elección con visitas antes de el parto.</p>	<p>Iniciar suplementos de Ácido fólico y hierro semanal.</p> <p>Orientar sobre alimentación adecuada.</p> <p>Revisar esquema de toxoide tetánico iniciar o completar.</p> <p>Orientar sobre Plan de Emergencia Familiar. Dé consejería de PF.</p>	<p>Cita en 4 semanas si es normal o dependiendo de alguna enfermedad además del embarazo, por la que hubiere consultado.</p>
<p>Si está embarazada pregunta por:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Cefalea intensa, ➤ Fiebre, ➤ Dificultad respiratoria, ➤ Sangrado vaginal, ➤ Convulsiones o ➤ Pérdida de la conciencia, ➤ Dolores de trabajo de parto ➤ Dolor fuerte en boca del estómago. 	<p>Puede observarse:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fiebre, ➤ Dificultad respiratoria, ➤ Sangrado vaginal, ➤ Convulsiones, ➤ Pérdida de la conciencia, ➤ Dolores de trabajo de parto. <p>Presentación fetal anormal (Referir por ser signo de peligro en embarazo)</p>	<p>Enfermedad muy grave en el embarazo</p> <p>(Complicación especificadas relacionadas con el embarazo)</p> <p>026.8</p>	<p>Refiera con urgencia a hospital o Centro de Referencia (CR): SI TIENE O HA TENIDO RECIENTEMENTE cualquiera de estas señales de peligro.</p> <p>Si tiene cualquiera de éstos signos actualmente, inicie infusión IV utilizando una cánula o aguja de alto calibre. Infunda solución salina normal o lactato de Ringer a razón de 1 L en 8 horas. En CR u hospital evaluarán dosis de líquidos por vena y medicamentos.</p>	<p>Entregue boleta de referencia anotando el MOTIVO DE REFERENCIA.</p> <p>Oriente y active Plan de Emergencia Familiar y Comunitario.</p>	<p>Al regresar del CR, u hospital haga cita. O evalúe Visita domiciliaria según el estado de la paciente.</p> <p>Ver contrareferencia.</p>

PRUEBA VERBAL DE EMBARAZO

Después de preguntar la FUR, **haga todas las preguntas siguientes**, buscando las palabras más adecuadas según el idioma y cultura de la consultante, etc.:

Por ejemplo. Para preguntar por la FUR: **¿Cuándo vio o le vino su última menstruación ó costumbre?**

1. Esta usando correctamente un método para planificar su familia?	SI	NO
2. Le ha venido su regla en los últimos 7 días?	SI	NO
3. Ha tenido un aborto o perdida en los últimos 7 días?	SI	NO
4. Ha tenido un parto en el último mes?	SI	NO
5. Tiene un hijo o hija menor de 6 meses, le está dando sólo pecho y todavía no ha visto su regla (MELA)?	SI	NO
6. Ha evitado tener relaciones sexuales desde que le empezó su última regla?	SI	NO

Interpretación:

Responde NO A TODAS estas preguntas, **ES PROBABLE QUE ESTE EMBARAZADA**, si tiene la posibilidad de realizar la prueba de embarazo en orina, hágala para confirmarlo. Sino refiera a CR.

Responde SI A UNA O MAS de estas preguntas es seguro que **NO ESTA EMBARAZADA**.

GRUPO 2

RECUERDA VER SEÑAS (SIGNOS) VITALES DE PELIGRO: Siendo el primer momento de la atención del adulto y del niño mayor de 5 años.

AUTODIAGNÓSTICOS: (Mencionados en relación a los problemas respiratorios más comunes en mayores de 5 años o en adultos)

- Los alimentos: El consumo de ciertos alimentos especialmente aquellos fríos (Algunos grasos),
- Estados emocionales (Tristeza, preocupación, problemas familiares),
- El baño con agua fría después de actividad –caliente- del cuerpo.
- Por el clima (Frío, lluvia, viento, sol, y calor) especialmente cuando se produce un cambio brusco.

Los estados emocionales que se están relacionando con la enfermedad, como el susto (aún como impresión), y estados sicosociales al ser mencionados en el autodiagnóstico son ejemplos de aquellas enfermedades que podemos tratar y dar una solución definitiva si podemos referir con los agentes de salud tradicionales (Curanderos, componehuesos, sacerdotes y guías espirituales mayas; y otros casos a comadronas, etc.) que hay en nuestra comunidad o región, además de tratarlas en las CSC.

GRUPO 2: ENFERMEDADES RESPIRATORIAS MAS COMUNES						
<p>Neumonía. Resfriado. Sintomático respiratorio/ Pesquisa de enfermos con tuberculosis menores de 10 años. Asma/ Bronquitis reactiva a frío/ Enfermedad crónica de los pulmones o del corazón. Faringoamigdalitis bacteriana/ Faringitis viral. Otitis media aguda/ Cuerpo extraño/ Otitis media crónica. Sinusitis.</p>						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique	Actúe		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
En MEF no olvides preguntar por FUR	Puedes auscultar y percutir tórax.	ó Impresión Clínica	<p>Manejo intercultural y en base a normas del sistema oficial</p> <p>Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:</p> <p>A) Natural, B) Químico farmacéutico: Medicamento esencial. C) Complementario entre los dos.</p> <p>Referencia: Centro asistencial (Hospital, Centro de Referencia o Centro de Salud; ó agente tradicional de salud, etc.</p>		Intercambio educacional o consejería considerando el autodiagnóstico y equilibrio caliente-frío (En la enfermedad, medicamentos químicos y naturales, cuidados tradicionales del enfermo, etc.)	Cita (Ó visita domiciliaria si la condición del enfermo impide llegar a una cita a la CSC) Otras medidas de seguimiento.
		A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales			
			En Anexo 5: Información del medicamento y número de página en el libro Buscando remedio.			

GRUPO 2: ENFERMEDADES RESPIRATORIAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Tiene tos? ____</p> <p>Cuántos días a partir desde que inicio su enfermedad? ____</p> <p>(Más de 2 semanas vaya a cuadro de sintomático respiratorio o pesquisa de enfermos tuberculosos menores de 10 años)</p>	<p>Dificultad respiratoria severa, acompañado de cianosis, tiraje intercostal y aleteo nasal.</p> <p>Temperatura mayor de 38.5 C (Fiebre)</p>	<p>Neumonía</p> <p>J18.9</p> <p>(Neumonía grave)</p>		<p>En neumonía grave referir a hospital, abrigándolo durante el traslado.</p> <p>Dar única dosis de Acetaminofén Oral: De 5 a menores de 10 años: 10 ml. (frasco de 120mg/5ml.) Adolescente - adulto: 1 tableta de 500mg.</p>	<p>Activar plan de emergencia comunitario orientado a familiares para el traslado.</p>	<p>Al retornar de hospital dejar cita en la CSC sino hacer visita domiciliaria, según estado del enfermo.</p>

GRUPO 2: ENFERMEDADES RESPIRATORIAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Tiene tos? ____</p> <p>Cuántos días a partir desde que inicio su enfermedad?</p> <p>____</p> <p>(Más de 2 semanas vaya a cuadro de sintomático respiratorio o pesquisa de enfermos tuberculosos menores de 10 años)</p> <p>Cuando aparece la tos?</p> <p>Se mantiene todo el día y la noche.</p>	<p>Respiración rápida (30 respiraciones por minuto o más)</p> <p>No cianosis, no presencia de tiraje intercostal, posible sibilancia.</p> <p>Temperatura mayor de 38.5 C (Fiebre)</p> <p>Se observa al enfermo claramente con malestar general.</p>	<p>Neumonía</p> <p>J18.9</p>	<p>Lo Natural en éste caso es complementario al antibiótico.</p> <p>Efecto antimicrobiano general: Recetar una de las plantas medicinales en té (Ver anexo 1) 1 vaso 6 veces al día con: Canela (1 dedo/vaso), eucalipto (5 hojas/vaso), ocote (3 rajitas de un dedo/vaso), ajo (3 dientes/vaso), ó tomillo (1 ramita/vaso), Nota: el tomillo no tomar por las tardes y las noches.</p> <p>En caso de tos, ver la receta de JARABE CASERO EXPECTORANTE Y DEL SUAVIZANTE (Anexo 2) ó indicar 3 vasos al día de plantas medicinales según sea el caso con efecto:</p> <p>Para calmar la tos: Llantén(3hojas/vaso), manzanilla(3ramitas/vaso), hierbabuena(3ramas/vaso), buganvilea (1cucharada/v)</p> <p>Ó para sacar flemas: Eucalipto (5hojas/vaso), jengibre (1pulgada de raíz), ciprés (5 semillas/v), ocote(3 rajitas largo de un dedo/vaso)</p>	<p>En menores de 10 años dé la primera dosis en la CSC.</p> <p>De 5 a menores de 10 años: Amoxicilina Oral 7.5 ml. cada 8 horas por 7 días (Frasco de 250 mg/5ml) Acetaminofén: 10ml c/6hr. Por 3 días. (frasco de 120mg/5ml.)</p> <p>Adolescente - adulto: Penicilina procaina 800,000 UI vía IM c/24 hr por 10 días, previa prueba. Si presenta alergia dar Eritromicina 1 tab. De 500 mg. c/6 hr. Por 7 días. Acetaminofén Oral 500 mg. cada 6 horas por fiebre no mas de 3 días. Apoyarse con medios físicos (Si los familiares aceptan) y líquidos abundantes.</p> <p>En caso de sibilancia dar Salbutamol 1 tableta de 4 mg. Oral C/8 hrs. por 3 días.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tomar en cuenta el autodiagnóstico: La neumonía es una enfermedad fría que necesita ser recuperado el equilibrio del cuerpo, no exponer a chiflones luego del baño (De agua tibia o en temascal) cuando el paciente se sienta ya mejor, sino sólo limpiarlo con un trapo húmedo. ➤ No dar alimentos fríos o frescos (Ver Anexo 3) ➤ Aunque tal vez la persona no tenga muchas ganas de comer, es necesario que se alimente bien. ➤ Orientar sobre signos de peligro. ➤ Ver recomendaciones generales en problemas respiratorios (Anexo 4) 	<p>Cita en 2 días. Sino viene a la CSC hacer visita domiciliaria.</p> <p>Si la persona empeora en lugar de mejorar, referir de urgencia a el CR u hospital.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Malestar general, dolor del cuerpo y cabeza, secreción nasal.</p> <p>Le da a varias personas en los mismos días.</p> <p>La duración por lo general es menos de 1 semana.</p>	<p>No mucha calentura (No más de 38.5C)</p> <p>Posible sibilancia.</p>	<p>Resfriado</p> <p>J00.X</p>	<p>Para fiebre: Si hay y no sobrepasa los 38.5 C manejarla con medios físicos (Si los familiares aceptan) con un paño limpio empapado en agua a temperatura del ambiente o del cocimiento de Salvia sija sobre la frente y axilas. Y líquidos abundantes.</p> <p>E indicar plantas medicinales en té (Ver Anexo 1) 3 vasos/día con: Efectos sudoríficos: Verbena (3 ramitas/vaso), limón (1 fruto jugo/vaso), té de limón(3 hojas/vaso), café amargo (En adultos) ½ vaso; y otras utilizadas en la comunidad.</p> <p>En caso de tos, ver la receta DE JARABE CASERO EXPECTORANTE Y DEL SUAVIZANTE (Anexo 2) o dar en té, 4 vasos al día de las plantas con efecto</p> <p>Para calmar la tos: Llantén(3hojas/vaso), manzanilla(3ramitas/vaso), hierbabuena(3ramas/vaso), buganvilea (1 cucharada/v)</p> <p>Ó para sacar flemas: Eucalipto (5hojas/vaso), jengibre (1 pulgada raíz), ocote(3 rajitas del largo de un dedo/v)</p>	<p>Si existe fiebre, de medios físicos (Si los familiares lo aceptan) Y líquidos abundantes.</p> <p>De 5 a menores de 10 años: Acetaminofén: 10ml c/6hr. Por 3 días. (frasco de 120mg/5ml.) En caso de sibilancia: Salbutamol 5 ml. Oral c/8 hrs. no más de 3 días (Frasco 2 mg/5ml)</p> <p>Adolescente - adulto: Acetaminofén 500 mg. cada 6 horas hasta que no haya fiebre ó un máximo 3 días. En caso de sibilancia dar Salbutamol 1 tableta de 4 mg. Oral C/8 hrs. por 3 días.</p>	<p>➤ Recordar el autodiagnóstico del paciente: El resfriado es una enfermedad fría que necesita ser recuperado el equilibrio del cuerpo no exponer a chiflones luego del baño, etc. O a alimentos fríos ó frescos (Ver Anexo 3)</p> <p>➤ Ver recomendaciones generales en (Anexo 4)</p>	<p>Cita en 5 días.</p>

GRUPO 2: ENFERMEDADES RESPIRATORIAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Tos persistente durante 2 semanas o más. (Varios meses o años)</p> <p>Ha perdido peso y apetito ? _____</p> <p>Decaimiento, fatiga, cansancio.</p> <p>Sudor y calentura por la noche? ____</p> <p>Tiene dificultad para respirar o dolor de pecho? _____</p> <p>Es mayor de 10 años? _____</p>	<p>Expectoración (Saca gargajo) productiva, a veces sanguinolenta.</p>	<p>Sintomático respiratorio</p> <p>A16.9</p>	<p>Se puede administrar el jarabe casero expectorante y del suavizante además así contribuir con la expectoración para la toma de muestra de esputo o gargajo para el análisis.</p> <p>Ver la receta DE JARABE CASERO EXPECTORANTE, Y DEL SUAVIZANTE (Anexo 2)</p>	<p>Si mayor de 10 años:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pedirle a el paciente 3 muestras de gargajo o esputo ➤ La primera al momento de la primera consulta. ➤ Darle 2 vasitos más para dar otra a la mañana siguiente, con la expectoración acumulada durante la noche y el tercero al momento de entregar la segunda muestra. ➤ Entregar a CR o EAPAS encargado para realizar la baciloscopia. <p>Hacer manejo de contactos (Lactante, niño o adolescente menor de 15 años que sea conviviente de un adulto de TB pulmonar Bk+ que esté en tratamiento); para dar quimioprofilaxis no debe tener signos o síntomas de TB. (Ver Manual de Referencia para la aplicación de las Normas 2005, pág. 87 y 90)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tal vez la persona sintomática respiratoria no tenga muchas ganas de comer, pero es necesario que se alimente bien (Tomando en cuenta el equilibrio frío-caliente, ver Anexo 3) ➤ Es importante advertir que es preferible NO adelantar aún un diagnóstico debido a que ésta es una enfermedad que lleva a que las personas tuberculosas sufran de marginación y rechazo. ➤ Puede indicarse las recomendaciones generales para problemas respiratorios (Ver Anexo 4) 	<p>Si el BK es positivo, avisar a Centro de Salud para tratamiento y luego administrarlo y supervisarlos; y estudiar serología para VIH.</p> <p>Agregar en dispensarización, realizando visitas domiciliarias para apoyar al enfermo y que no abandone el tratamiento.</p> <p>Si el BK es negativo dar tratamiento como neumonía, sino mejora referir a CR para investigar (Ver Manual de Referencia para la aplicación de las Normas de Atención 2005, pág. 88 y 91)</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Tos persistente durante 2 semanas o más. (Varios meses o años)</p> <p>Ha perdido o no gana peso? ____</p> <p>No tiene apetito?__</p> <p>Sudor y calentura por la noche? ____</p> <p>Tiene dificultad para respirar o dolor de pecho? _____</p> <p>Es menor de 10 años? _____</p>		<p>Pesquisa de tuberculosis en enfermos menores de 10 años</p> <p>A16.9</p>	<p>Se puede administrar la receta DE JARABE CASERO EXPECTORANTE, y DEL SUAVIZANTE (Ver Anexo 2)</p>	<p>Referir a CR o Centro de Salud para pesquisa según el procedimiento de la Normas de Atención del MSPAS (Prueba tuberculínica estándar, radiología pulmonar, bacteriología, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tal vez el niño (a) no tenga muchas ganas de comer, pero es necesario que se alimente bien (Tomando en cuenta el equilibrio frío-caliente, ver Anexo 3) ➤ Es importante advertir que es preferible NO adelantar aún un diagnóstico debido a que ésta es una enfermedad que lleva a que las personas tuberculosas sufran de marginación y rechazo. ➤ Indicarse las recomendaciones generales para problemas respiratorios (Ver Anexo 4) 	<p>Realizar visitas domiciliarias y citas en la CSC para apoyar al enfermo y que no abandone el tratamiento (Administrar y supervisar); así como hacer manejo de contactos.</p> <p>Si es confirmada agregar en dispensarización.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue tos de más de 2 semanas</p> <p>Cuando aparece la tos?</p> <p>Tos seca (sin flema) al principio, y tos productiva (con flema) después.</p> <p>La enfermedad se repite.</p>	<p>Si cuesta mucho respirar</p> <p>Siente como que le falta el aire.</p> <p>Silbido o "pito" con las respiraciones (sibilancia).</p>	<p>Asma (Enfermedad crónica de los pulmones no infecciosa)</p> <p>J45.9</p>	<p>Puede usar el jarabe casero expectorante o suavizante según sea la etapa o fase como se encuentra la enfermedad (Ver anexo 2). Pudiendo indicarse de manera complementaria con medicamentos químico-farmacéuticos, cuando no se trata de enfermedad o neumonía grave.</p>	<p>Si hay sibilancia y hay dificultad para respirar o cualquier signo de peligro, referir y dar: Prednisona Oral en una sola dosis: Más de 10 Kg de peso dar 20 mg. Y tratar como una NEUMONÍA GRAVE (Ver página 2)</p> <p>Sólo hay sibilancia: Salbutamol nebulizado 1 dosis de broncodilatador de acción rápida cada 20 minutos y repetir hasta 3 veces (Ver presentación de fco. gotero para dilución en solución salina)</p> <p>De opción (es): Salbutamol en spray con espaciador , dejar que el paciente, respire hasta 6 veces.</p> <p>Ó Adrenalina Subcutáneo por dosis. Repetir en 30 minutos, si fuera necesario, a razón de 1mg/ml para inyección subcutánea en jeringa de 1ml. Niño-adolescente:0.3-0.4 ml. Adultos: 0.5 ml.</p>	<p>Orientar sobre el cumplimiento de tratamiento de manera continua y otros que se utilizaran sólo en caso de crisis.</p> <p>Orientar sobre medidas de prevención de crisis.</p> <p>Dar recomendaciones generales para problemas respiratorios (Ver Anexo 4)</p>	<p>Citar en 2 días.</p> <p>Si ha tenido varias crisis en los últimos 3 a 6 meses puede ser que necesite ser investigado o tratamiento continuo. Referir a CR o con doctor (a) para confirmar el diagnóstico.</p> <p>Si es confirmada la impresión clínica agregar en dispensarización.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue tos de mas de 2 semanas</p> <p>Si sólo aparece cuando uno está en el polvo o en el frío, puede ser un proceso alérgico.</p> <p>En niños tos esporádica en el día y persistente en la noche.</p> <p>Pueden referir silbido o "pito" con las respiraciones al "aparecer la enfermedad".</p>	<p>Al momento de la consulta: Puede haber 30 respiraciones por minuto o más.</p> <p>Puede haber silbido o "pito" con las respiraciones (sibilancia).</p>	<p>Bronquitis reactiva a frío, etc.</p> <p>J42.</p>	<p>Tratar la infección sumada a la bronquitis si ésta no compromete al paciente: Tratar con té (de administración oral), 6 vasos por 21 días con una de las plantas con: Efecto antimicrobiano general: Canela (1 dedo/vaso), eucalipto (5 hojas/vaso), ocote (3 rajitas de un dedo/vaso), ajo (3 dientes/vaso), tomillo (1 ramita/vaso), Nota: el tomillo no tomar por las tardes y las noches. Agregar una planta con Efecto cicatrizante: Llantén (3 hojas/vaso), malva (3 ramitas/vaso).</p> <p>Para la tos: Madurar la tos seca y productiva (expectoración) durante el día, ó calmar la tos seca durante la noche para favorecer el descanso del enfermo, según sea el caso. Ver la receta DE JARABE CASERO EXPECTORANTE, Y DEL SUAVIZANTE (Anexo 2)</p>	<p>Si tiene sibilancia dar Salbutamol Oral por 3 días: De 5 a 10 años: 2 mg. tres veces al día; Adolescentes - adultos: 4 mg. tres veces al día, y Prednisona Oral por 5 días: 20 mg. al día.</p> <p>Si además de bronquitis reactiva sospecha infección bacteriana (Respiración rápida) tratar como NEUMONÍA administre antibiótico (Ver página 3)</p>	<p>Orientar sobre medidas de prevención de crisis.</p> <p>Orientar sobre la alimentación, de acuerdo a el equilibrio frío-caliente (Ver Anexo 3)</p> <p>Dar recomendaciones generales en caso de problemas respiratorios (Ver Anexo 4)</p>	<p>Citar en 2 días.</p> <p>Si ha tenido varias crisis en los últimos 3 a 6 meses puede ser que necesite ser investigado o tratamiento continuo. Referir a CR o con doctor (a) para confirmar la impresión clínica.</p> <p>Citar al regresar de CR y ver contra-referencia.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue tos de mas de 2 semanas</p> <p>La tos aparece cuando hace esfuerzos (caminar en subida o correr)?</p> <p>Cuáles son las condiciones de la vivienda (Duerme la familia en un solo ambiente ósea dormitorio junto a la cocina)?_____</p> <p>Es fumador (a) ?__</p>	<p>Palidez o color de piel azulado (cianótico) ?</p>	<p>Otras: Enfermedad crónica de los pulmones J44.9</p> <p>Enfermedad crónica del corazón I51.9</p>	<p>Tratar la tos y si se sospecha infección sumada que no compromete al paciente: Tratar como se indico para bronquitis reactiva a frío (Con plantas medicinales con efecto antimicrobiano general y cicatrizante. Tratar la tos según sea la etapa de la tos)</p>	<p>Si tiene sibilancia y además se sospecha infección bacteriana (Respiración rápida) tratar como se indico para bronquitis reactiva a frío.</p> <p>Referir a CR o con doctor (a) para investigar y confirmar el diagnóstico.</p>	<p>Dar recomendaciones generales en caso de problemas respiratorios (Ver Anexo 4)</p>	<p>Cita en 2 días; si fue referido citar al regresar de CR, y ver contra-referencia.</p>

GRUPO 2: ENFERMEDADES RESPIRATORIAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
Hay dolor de garganta? ____	Amígdalas inflamadas y enrojecidas. Ver y descartar la presencia de puntos de pus (Sépticos) en las amígdalas. Fiebre.	Faringoamigdalitis bacteriana (Proceso agudo) J03.9 (Proceso crónico) J35.0	Efecto antimicrobiano local (gárgaras cada 2/hrs.) por 2 días: Miltomate (1 puño de bolsitas) ó tomillo 3 ramitas) apagado en 1 vaso de agua. Agregar el jugo de 1 limón (Cr) ó 1 cucharada de vinagre (Efecto antiinflamatorio) Efecto antimicrobiano general: 6 vasos té/día, por 8 a 10 días: Canela (1 dedo/vaso), eucalipto (5 hojas/vaso), ocote (3 rajitas de un dedo/vaso), tomillo (1 ramita/vaso), Nota: el tomillo no tomar por la tarde y la noche. Endulzar con Miel de abeja (Efecto antiinflamatorio) Para fiebre: Si hay y no sobrepasa los 38.5 C manejarla con un paño limpio empapado en agua al tiempo sobre la frente y líquidos abundantes. Y usar plantas con: efectos sudoríficos: Verbena, limón, Té de limón, Café amargo (En adultos) y otras utilizadas en la comunidad.	Si hay presencia de puntos de pus en amígdalas administrar: De 5 a menores de 10 años: Amoxicilina Oral 7.5 ml. cada 8 horas por 7 días (Frasco de 250 mg./5ml) Acetaminofén: 10ml c/6hr. Por 3 días. (frasco de 120mg/5ml.) Adolescentes–adultos: Penicilina benzatínica inyectado IM profunda en la parte supero externa del glúteo (nalga), una sola dosis: 1,200,000 UI OJO: Ver presentación de frasco. En caso de alergia dar Eritromicina 1 tab. De 500mg. c/6 hrs. Por 7 días. Acetaminofén Oral 500 mg. cada 6 horas por fiebre no mas de 3 días. Apoyarse con medios físicos (Si los familiares aceptan) y líquidos abundantes.	➤ Tomar en cuenta el autodiagnóstico del paciente: La faringitis o amigdalitis es una enfermedad fría que necesita ser recuperado el equilibrio del cuerpo, no exponer a chiflones luego del baño (De agua tibia o en temascal), no dar alimentos fríos o frescos, ni exponer a cambios bruscos de clima, etc. ➤ Aunque tal vez la persona no tenga muchas ganas de comer, es necesario que se alimente bien (Ver Anexo 3) ➤ Dar recomendaciones generales en caso de problemas respiratorios (Ver Anexo 4)	Cita en 2 días; sino viene a la CSC hacer visita domiciliaria. Si la persona empeora en lugar de mejorar, es necesario referir a el CR con el doctor (a).

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE-10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue... Hay dolor de garganta?</p> <p>Cuando no hay resfriado u otro problema respiratorio.</p>	<p>Enrojecimiento en amígdalas (Puede ser también la garganta)</p> <p>Por lo general temperatura no mayor de 38.5 C</p>	<p>Faringitis viral</p> <p>J02.8</p> <p>(Faringo-amigdalitis viral)</p>	<p>Es indicado usar plantas medicinales con efecto antimicrobiano local, y con efecto antiinflamatorio local y general.</p> <p>Si hay fiebre indicar aquellas plantas con efectos sudoríficos. Ver página anterior.</p>	<p>Si hay fiebre dar De 5 a menores de 10 años: Acetaminofén: 10ml c/6hr. Por 3 días. (frasco de 120mg/5ml.)</p> <p>Adolescente–adulto: Acetaminofén Oral 500 mg. cada 6 horas, por un máximo 3 días.</p> <p>Y líquidos abundantes.</p>	<p>Oriente y aconseje igual que en faringo-amigdalitis (Ver hoja anterior)</p>	<p>Cita en 8 días.</p>

GRUPO 2: ENFERMEDADES RESPIRATORIAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE- 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
Si hay dolor de oído? Cuántos días? _____ Es menos de 14 días Le sale pus? ____	Dolor fuerte de oído al momento de la consulta. Hay presencia de pus en el oído.	Otitis media aguda H66.9		Dé la primera dosis en CSC. De 5 a menores de 10 años: Trimetropin+sulfametoxazol Oral 7.5 ml. 2 veces al día por 7 días (Frasco 240mg/5ml) Acetaminofén: 10ml c/6hr. por 3 días. (frasco de 120mg/5ml.) Adolescente–adulto: Trimetropin+sulfametoxazol 1 tab. 960mg Oral 2 veces al día por 7 días. Acetaminofén Oral 500 mg. cada 6 horas, por un máximo 3 días. Limpiar con mechas.	Tomar en cuenta el autodiagnóstico del paciente. Orientar sobre cuidados de oído e importancia de la limpieza cuidadosa.	Cita a los 2 días. Sino mejora referir a CR o doctor (a)
Sigue ... dolor de oído Ha tenido dolor más de 14 días? Le sale pus? ____	Presencia de pus en el oído	Otitis media crónica H66.1		Mantener el oído seco es el tratamiento más efectivo: Limpiar con mechas.	Orientar sobre cuidados de oído e importancia de la limpieza cuidadosa.	Cita en 5 días sino deja de gotear manteniendo el oído seco, referir a CR o médico (a).
Sigue ... dolor de oído	En niños de 5 a 10 años observar cuerpo extraño.	Cuerpo extraño en oído T16.9		Referir: Si al observar a través de la oreja no es fácil el retirar el cuerpo extraño. Tratar el dolor con Acetaminofén, según edad.		Cita para seguir la contrarreferencia.

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE-10	Actué		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales	Intercambio educacional	Cita
<p>Dolor en la frente o la cara.</p> <p>Cuántos días de dolor? _____ (Por lo general es más de 2 semanas)</p> <p>Le ha goteado pus por la nariz?</p>	<p>Fiebre y/o escalofríos.</p> <p>Gotea pus por la nariz.</p>	<p>Sinusitis Aguda</p> <p>J01.9</p> <p>Sinusitis crónica</p> <p>J32.9</p>	<p>Efecto antimicrobiano general: Recetar una de las plantas medicinales en té, 1 vaso 6 veces al día por 21 días: Canela (1 dedo/vaso), eucalipto (5 hojas/vaso), ocote (3 rajitas de un dedo/vaso), ajo (3 dientes/vaso), tomillo (1 ramita/vaso), Nota: el tomillo no tomar por las tardes y las noches.</p> <p>Hacer 4 veces al día un lavado de nariz, con 1 vaso de agua con sal (Del sabor a lagrimas), inhalando lo más profundo posible y dejar pasar por la garganta y salir por la nariz y la boca. Luego de cada lavado de nariz, si es mayor de 10 años respirar vapores del cocimiento de por lo menos 1 de las plantas antimicrobianas: Eucalipto (5 hojas sazonas), Ocote (3 rajitas de un dedo), Salvia sija (3 ramitas). Todo por 5 días.</p> <p>Para fiebre: Se aconseja el uso de plantas con efectos sudoríficos: Verbena (3 ramitas/vaso), limón (1 fruto jugo/vaso), té de limón(3 hojas/vaso), café amargo (En adultos) ½ vaso; y otras utilizadas en la comunidad.</p>	<p>Dé la primera dosis en CSC. De 5 a menores de 10 años: Trimetropin+sulfametoxazol Oral 7.5 ml 2 veces al día por 7 días (Frasco 240mg/5ml) Acetaminofen: 10ml c/6hr. por 3 días. (frasco de 120mg/5ml.) Si hay dolor, fiebre o escalofríos, con un máximo de 3 días.</p> <p>Adolescente—adulto: Trimetropin+sulfametoxazol 1 tab. 960mg Oral 2 veces al día por 7 días. Acetaminofen Oral 500 mg cada 6 horas, por un máximo 3 días. Si hay dolor, fiebre o escalofríos. Hasta que no haya dolor, con un máximo de 3 días.</p>	<p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico del paciente.</p> <p>Mantener las fosas nasales sin mocos que las obstruyan.</p> <p>Recomendar líquidos abundantes.</p> <p>Dar recomendaciones generales en caso de problemas respiratorios (Ver anexo 4)</p>	<p>Cita en 5 Días de realizar el tratamiento sino mejora referir a CR o doctor (a).</p>

GRUPO 3

RECUERDA VER SEÑAS (SIGNOS) VITALES DE PELIGRO, siendo el primer momento de la atención en mayores de 5 años:

AUTODIAGNÓSTICOS: Mencionados en relación a los problemas digestivos más comunes en niños mayores de 5 años, adolescentes y en adultos.

- Falta de higiene individual y en relación a la preparación de alimentos.
- En relación a los alimentos: El exceso o no suficientes, el consumo de ciertos alimentos especialmente aquellos fríos o calientes, y algunos que son irritantes. Alimentos en mal estado o no bien preparados –crudos. Consumo de galguerías.
- Por estados emocionales (enojo -coraje, tristeza, preocupación).
- El baño con agua fría después de actividad "caliente" del cuerpo.
- Por el clima (Frío, y la lluvia) especialmente cuando es brusco.
- Susto relacionado a falta de apetito y dolor de estomago (Mas como una impresión), ó como un antecedente.
- En menos medida se ha referido el empacho, y mollera caída (Entre 6 a 9 años aún).
- El alboroto de lombrices (Como antecedente).

Los estados emocionales que se están relacionando con la enfermedad, como el susto (aún como impresión), y el empacho, la mollera caída al ser mencionados en el autodiagnóstico son ejemplos de aquellas enfermedades que podemos dar un solución definitiva si podemos referir (Además de tratarlas en las CSC) con los agentes de salud tradicionales (Curanderos, comadronas, sacerdotes y guías espirituales mayas, etc.) que hay en nuestra comunidad o región.

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES				
Diarreas (Enfermedad Diarreica Aguda – EDA). Disentería (Enfermedad Diarreica Aguda Sanguinolenta). Diarrea persistente. Parasitismo intestinal. Enfermedad péptica (Gastritis).				
PASO 1	PASO 2	PASO 3	PASO 4	PASO 5

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES

Diarrea: Deposiciones más líquidas y frecuentes de lo normal (por lo general más de 3 deposiciones líquidas o blandas en un día)

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actué		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>TIENE DIARREA? __</p> <p>SI TIENE DIARREA, PRIMERO EVALUAR Y TRATAR SEGÚN ESTADO DE HIDRATACIÓN</p>	<p>Dos o más de éstos signos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Desmayado o inconsciente ➤ Bebe mal o no es capaz de beber ➤ Ojos muy hundidos ➤ Piel de barriga regresa muy lentamente (Signo de pliegue más de 2 segundos) ➤ Mucosas de ojos y boca muy secos 	<p>Diarrea con Deshidratación Grave</p> <p>A09.X1</p>		<p>Refiera urgente a centro asistencial de nivel superior. Y mientras se traslada, iniciar Plan C: Pesar y rehidratar IV con solución de Lactato de Ringer o Hartmann 100 ml/kg de peso para 3 horas, así:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 1ª. hr: 50 ml/Kg, ▪ 2ª. hr: 25 ml/Kg, ▪ 3ª. hr: 25 ml/Kg. <p>(Ver tabla Anexo 6).</p> <p>Son opciones: Solución Salina ó Mixta.</p> <p>Cuando la persona pueda beber (en 2 hrs.) probar si tolera suero oral, mientras continuamos con líquidos IV.</p> <p>Al completar la administración IV, evalúe a la persona para seleccionar Plan A, B ó C.</p>	<p>Incrementar todas las medidas de higiene necesarias (Reglas de oro de la higiene de OMS - Organización Mundial de la Salud) colectiva e individualmente, para su prevención.</p> <p>Activar plan de emergencia comunitario y apoyo de familiares para traslado (Excepción si sospecha cólera, ver página 31)</p>	<p>Cita o visita domiciliaria al regresar del centro asistencial.</p> <p>Vigilancia epidemiológica: Estar alerta con el apareamiento de más casos de diarrea en la comunidad (P. ejem: En mayores de 10 años, y en menores de 2 años), durante el transcurso de las semanas. Si hay algún aumento de diarreas reportar a Jefe inmediato superior (EAPAS) y/o Distrito de Salud.</p> <p>Promover la vacunación en niños (as).</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>TIENE DIARREA? __</p> <p>SI TIENE DIARREA, PRIMERO EVALUAR Y TRATAR SEGÚN ESTADO DE HIDRATACIÓN</p>	<p>Dos o más de éstos signos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Intranquilo ➤ Toma con mucha sed ➤ Ojos hundidos ➤ Mucosas de ojos y boca secos <p>El signo de pliegue que regresa lentamente es menos indicativo, en éste caso.</p>	<p>Diarrea con deshidratación</p> <p>(Anota el CIE-10 según la IC de la causa de la diarrea además de la deshidratación) ó como</p> <p>A09.X2</p>		<p>En la CSC inicie hidratación con Plan B: Sobres de Rehidratación Oral (SRO). La cantidad para 4 horas se saca multiplicando el peso en kilos por 75 ml. Se puede alternar con otros líquidos.</p> <p>Al cambiar el estado del paciente a Diarrea sin Deshidratación iniciar Plan A del que se puede administrar el Suero Casero de Rehidratación (De Plantas Medicinales. Ver Anexo 2) para 3 días. Ver Anexo 1 para la forma de preparación.</p>	<p>Enseñar a los padres o cuidador (a) a preparar los SRO y como darlos.</p> <p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados—crudos. ▪ Por el clima (Frío, y la lluvia) <p>Mantener la alimentación (Tomar en cuenta el equilibrio frío caliente ver Anexo 3)</p> <p>Incrementar todas las medidas de higiene (Reglas de oro OMS) colectiva e individuales, para la prevención.</p> <p>Reforzar costumbres saludables y explicar el peligro de otras como dar medicamentos para cortar la diarrea, etc.</p>	<p>Cita en 2 días. Si presenta signos de gravedad ó deshidratación, hidratar y reportar de urgencia a CR o doctor (a), para evaluar la referencia o traslado.</p> <p>Realizar vigilancia epidemiológica de diarreas.</p> <p>El paciente no ha mejorado ni empeorado a los 3 días del tratamiento general de diarreas (Suero de Plantas Medicinales. Ver Anexo 2) Evaluar el tratamiento para parásitos intestinales, ver hoja 9 de éste grupo.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>TIENE DIARREA? —</p> <p>SI TIENE DIARREA, PRIMERO EVALUAR Y TRATAR SEGÚN ESTADO DE HIDRATACIÓN</p>	Ninguna señal de deshidratación	<p>Diarrea sin deshidratación</p> <p>(Anota el CIE-10 según la IC de la causa de la diarrea además de la deshidratación) ó como</p> <p>A09.X4</p>	<p>Suero Casero de Rehidratación. Ver receta en Anexo 2 y más información de la forma de preparación en Anexo 1.</p> <p>Al preparar el cocimiento, se debe mezclar por lo menos una planta de cada efecto:</p> <p>Antimicrobiano: Guayaba o canela. Antiespasmódico: Pericón o manzanilla. Astringente: Mango o banano maduro. Cicatrizante: Llantén o banano verde. Otros ingredientes: Sal, Miel de abeja (Panela o azúcar), Naranja o limón (el jugo de los frutos), Agua (Hervida o clorada) 1 litro de preparación. Dosis: Adulto: Mínimo dos vasos después de cada evacuación. Niño: 1-10 años mínimo 1 vaso (250 ml.) después de cada evacuación.</p>	<p>Iniciar hidratación con Plan A.</p> <p>Aplicar las 3 reglas del tratamiento de la diarrea en casa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dar más líquido de lo que toma normalmente (SRO ó bebidas habituales, agua de arroz, atoles sin azúcar o agua limpia y hervida. Dosis: Dar después de cada evacuación. De 1 a menores de 10 años: ½ a 1 taza Mayor 10 años: Todo lo que desee. 2. Mantener la alimentación para acortar la enfermedad y prevenir la desnutrición. 3. Llevar a la CSC o CR sino mejora o tiene uno de los signos de alarma siguientes: No come ni bebe, evacuaciones más seguidas y líquidas o con sangre, fiebre alta. 	<p>Enseñar al cuidador (a) a preparar los SRO y darlos.</p> <p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados—crudos. ▪ Por el clima (Frío, y la lluvia) <p>Reforzar medidas de higiene.</p> <p>Mantener la alimentación (Tomar en cuenta el equilibrio frío caliente ver Anexo 3)</p> <p>Preguntar al familiar como trata habitualmente la diarrea en casa. Reforzar las costumbres saludables y explicar el peligro de otras como quitar alimentos, dar medicamentos para cortar la diarrea, etc.</p>	<p>Cita en 5 días.</p> <p>Realizar vigilancia epidemiológica de diarreas.</p> <p>El paciente no ha mejorado ni empeorado a los 3 días del tratamiento general de diarreas. Evaluar el tratamiento para parásitos intestinales (Consultando con EAPAS los criterios)</p>

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe		Oriente y aconseje Intercambio educacional o consejería	Dé seguimiento Cita ó visita domiciliaria. Otras medidas de seguimiento
			Manejo intercultural			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>LUEGO DE EVALUAR Y TRATAR SEGÚN EL ESTADO DE HIDRATACIÓN EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Tiene diarrea desde hace cuántos días? Aparecimiento e instalación rápida (menos de 12 horas)</p> <p>Persona de cualquier edad.</p> <p>Presencia de casos similares sospechoso o confirmado en los días anteriores, en la familia o cerca de la vivienda (Casos por nexos epidemiológico)</p>	<p>Diarrea acuosa abundante acompañada de vómitos y fiebre.</p> <p>Identificación de signos de deshidratación grave:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Desmayado o inconsciente ➤ Ojos hundidos ➤ Piel de barriga regresa muy lentamente (Signo de pliegue más de 2 segundos) 	<p>Rotavirus sospecha</p> <p>A08.6</p> <p>(Recuerda en el seguimiento hay que confirmar por un estudio de heces)</p>		<p>Refiera urgente a centro asistencial de nivel superior (CR, Centro de Salud u hospital), e iniciar Plan B. Si bebe mal o no es capaz de beber y tiene signos de deshidratación grave, la ubicación de la CSC es lejana al centro asistencial más cercano, y Ud. puede administrar hidratación IV, pesar e iniciar plan C para el traslado.</p> <p>Sólo si hay fiebre dar: Acetaminofen Oral: De 5 a menores de 10 años: 10 ml. (frasco de 120mg/5ml.) c/6 hrs. Adolescente - adulto: 1 tableta de 500mg. c/6 hr. No más de 3 días.</p> <p>Reportar a Jefe inmediato superior (EAPAS) y a Distrito de Salud.</p>	<p>Incrementar todas las medidas de higiene, especialmente de manejo de vómitos y deposiciones, en la CSC y en el hogar.</p> <p>Velar por mantener o reiniciar la alimentación (Ver Anexo 3)</p>	<p>Dar seguimiento a contrarreferencia.</p> <p>Vigilancia epidemiológica: Estar alerta con el apareamiento de más casos de diarrea en la comunidad (Por ejemplo: En mayores de 10 años, y en menores de 2 años), durante el transcurso de las semanas.</p>

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actué		Oriente y aconseje Intercambio educacional o consejería	Dé seguimiento Cita ó visita domiciliaria. Otras medidas de seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>LUEGO DE EVALUAR Y TRATAR SEGÚN EL ESTADO DE HIDRATACIÓN EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Hace cuántos días? Aparcimiento repentino, con menos de 5 días de evolución.</p> <p>Persona de cualquier edad.</p> <p>Presencia de caso similar sospechoso o confirmado en los días anteriores, en la familia o cerca de la vivienda (Casos por nexo epidemiológico)</p>	<p>Diarrea líquida y profusa (deshidratante), sin dolor, sin sangre, sin fiebre.</p> <p>Puede haber vómitos (ocasionales)</p> <p>Hay señas de deshidratación?</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Intranquilo ➤ Toma con mucha sed ➤ Ojos hundidos ➤ Mucosas de Boca y Ojos secas 	<p>Cólera sospechoso</p> <p>A00.9</p>		<p>Iniciar rehidratación según estado. No trasladar al paciente.</p> <p>Reportar a Jefe inmediato superior (EAPAS) y a Distrito de Salud. El EAPAS evaluará la adquisición de medicamentos e insumos para la atención de éstos casos.</p> <p>Antibiótico: Dé la primera dosis en la CSC.</p> <p>Tetraciclina. Oral por 3 días. El cólera es de las pocas indicaciones que tiene esté medicamento.</p> <p>Niños mayores de 8 años: 50 mg./Kg./día divididos en cuatro dosis diarias.</p> <p>Adolescente-adulto:500 mg. cuatro veces al día.</p> <p>Ó Doxiciclina</p> <p>Mayores de 12 años: Una dosis única de 300 mg.</p> <p>De opción: Oral por 3 días. Trimetropin+sulfametoxazol Oral 2 veces al día: Niño-adolescente: 480mg, Adulto: 960 mg.</p>	<p>Incrementar todas las medidas de higiene, especialmente de manejo de vómitos y deposiciones, en la CSC y en el hogar.</p> <p>Velar por mantener o reiniciar la alimentación (Ver Anexo 3)</p>	<p>Al hidratar y dar salida de manejo de la CSC dar cita o visitar en domicilio en 24 horas.</p> <p>Vigilancia epidemiológica: Estar alerta con el aparecimiento de más casos de diarrea en la comunidad (Por ejemplo: En mayores de 10 años, y en menores de 2 años), durante el transcurso de las semanas.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue... LUEGO EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Tiene diarrea desde hace cuántos días? (Por lo general menos de 1 semana de evolución)</p> <p>Hay sangre en el popo? _____</p> <p>Persona a cualquier edad.</p>	<p>Diarrea acuosa con sangre, moco, cólicos (Dolor abdominal).</p> <p>Puede haber fiebre (Temperatura mayor de 38.5 C)</p> <p>Hay señas de deshidratación?</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Intranquilo ➤ Toma con mucha sed ➤ Ojos hundidos ➤ Ojos y boca secos 	<p>Disentería de presunto origen infeccioso</p> <p>A09.1</p> <p>Sospechar Disentería Bacilar – Shigellosis; otras bacterias.</p>	<p>Como complementario al antibiótico se puede administrar el Suero Casero de Rehidratación. Ver receta en Anexo 2 y más información de la forma de preparación en Anexo 1.</p>	<p>Referir al hospital si el paciente está en muy mal estado o con Deshidratación Grave.</p> <p>Sino hay motivos para referir y es una disentería con deshidratación, hidratar primero con Plan B.</p> <p>Aplique Plan A si es disentería sin deshidratación.</p> <p>Antibiótico: Dé la primera dosis en la CSC. Trimetropin+sulfametoxazol Oral 2 veces al día, por 7 días: De 5 a menores de 10 años: 7.5 ml. (Frasco 240mg/5ml) Adolescente-adulto: 960 mg.</p> <p>De opción: Acido Nalidixico, ó Ampicilina, ambas por 5 días.</p> <p>Los EAPAS evaluarán la adquisición de los mencionados antibióticos de opción, según el comportamiento epidemiológico ó de resistencia, etc.</p>	<p>Enseñar al cuidador(a) a preparar los SRO y darlos.</p> <p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados. <p>Por el clima (Frio, y la lluvia).</p> <p>Reforzar costumbres saludables, y las medidas de higiene.</p> <p>Velar por mantener o reiniciar la alimentación (Ver Anexo 3)</p>	<p>Cita en 2 días, sino llega a CSC hacer visita domiciliaria (Por estado del paciente)</p> <p>Realizar vigilancia epidemiológica de diarreas.</p> <p>Si después del tratamiento por Shigella ha fracasado, o en el caso se identifican en las heces glóbulos rojos conteniendo trofozoítos de amebas, tratar por amebiasis intestinal aguda y anotar como CIE-10: A06.0</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue... LUEGO EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Tiene diarrea desde hace cuántos días? De inicio repentino, y de pocas horas de duración.</p> <p>Puede referir vómitos, y dolor abdominal.</p> <p>Persona de cualquier edad.</p> <p>Consumo reciente de alimentos y bebidas callejeras.</p>	<p>Puede encontrarse signos de deshidratación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Intranquilo ➤ Toma con mucha sed ➤ Ojos hundidos ➤ Ojos y boca secos. 	<p>Diarrea y gastroenteritis de presunto origen infeccioso</p> <p>A09.0</p> <p>Intoxicación por alimentos Bacterianas y no bacterianas: Bacterias que producen toxinas ó infecciones intestinales de períodos cortos de incubación. Otra causa: Intoxicaciones por contaminantes de químicos, etc.</p>	<p>Administrar suero casero sin efecto antiespasmódico al inicio de la administración (En las primeras 4 horas de la toma) en caso de Plan B ó A.</p>	<p>Hidratar según estado, con Plan C, B ó A.</p> <p>Hacer consulta o referir a EAPAS (Según el caso) ya que hay que evaluar el uso de antibióticos debido a que en la gran mayoría de éstas condiciones éstos son ineficaces y no deben darse.</p>	<p>Incrementar todas las medidas de higiene.</p> <p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos, en mal estado o no bien preparados—crudos. ▪ El empacho es un autodiagnóstico que puede estar relacionado y la importancia que tiene aquí es que en nuestra cultura algunos creen que no se debe dar antibiótico por lo que hay que explicar y lograr el mejor acuerdo con el cuidador (a). <p>Velar por mantener o reiniciar la alimentación (Ver Anexo 3)</p>	<p>Cita en 2 días, sino llega a CSC hacer visita domiciliaria, según el estado del paciente.</p> <p>Realizar vigilancia epidemiológica de diarreas.</p>

PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sigue... LUEGO EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Tiene diarrea desde hace cuántos días? (Con antecedente de diarreas previas con o sin sangre)</p> <p>Otros síntomas: Moco, pujo, tenesmo, deposiciones en ocasiones de poca cantidad, etc.</p>	<p>Diarrea con sangre por la regular sin fiebre.</p> <p>Otros signos: Cólicos, estomago timpánico (Embotado)</p> <p>Se identifican en las heces glóbulos rojos conteniendo Entamoeba histolytica.</p>	<p>Amebiasis aguda</p> <p>A06.0</p> <p>(Disenteria amebiana aguda)</p>	<p>Prevenir la deshidratación y tratar el dolor.</p> <p>Tratar vía oral con hierba de efecto amebicida: Jacaranda. 5 flores apagadas en 1 vaso de agua tomar 3 veces al día por 21 días.</p>	<p>Prevenir la deshidratación.</p> <p>Dar Metronidazol Oral por 7 días. Niños: 35-50 mg./Kg. en 3 dosis; Adultos: 500 mg. 3 veces al día.</p> <p>Ó Tinidazol Oral en una sola dosis diaria por 2 a 3 días. Niños: 50-60 mg./Kg., Adultos: 2 g. Tomarlo de preferencia después de las comidas.</p>	<p>Enseñar a los padres o cuidador (a) a preparar los SRO y darlos.</p> <p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados—crudos. ▪ Por el clima (Frío, y la lluvia) <p>Preguntar al enfermo o acompañante como trata habitualmente la diarrea en casa.</p> <p>Mantener la alimentación (Tomar en cuenta el equilibrio frío caliente, ver Anexo 3).</p> <p>Reforzar las costumbres saludables, y las medidas de higiene. Explicar el peligro de otras como quitar alimentos.</p>	<p>Cita en 5 días, sino llega a CSC evaluar la visita domiciliaria.</p> <p>Realizar vigilancia epidemiológica de diarreas.</p>

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES						
Diarrea: Deposiciones más líquidas y frecuentes de lo normal (por lo general más de 3 deposiciones líquidas o blandas en un día)						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales	Intercambio educacional o consejería	Cita Otras medidas de seguimiento.
<p>Sigue... LUEGO EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Tiene diarrea desde hace cuántos días?</p> <p>Asintomático, ó dolor abdominal por las mañanas, picazón en ano y nariz, diarrea ocasional, perdida de apetito.</p> <p>Pueden referir algunos alimentos que le producen mala digestión o diarrea.</p> <p>Se han comprobado los parásitos o huevos en las heces? Los han visto? ___ Han sido sacados (expulsados)? ___ Por examen de laboratorio? ___</p> <p>El paciente no ha mejorado ni empeorado a los 3 días del tratamiento general de diarreas.</p>	Abdomen (estomago) crecido	<p>Parasitismo intestinal</p> <p>B82.9</p> <p>Nematodos (Lombrices)</p>	<p>Prevenir deshidratación mientras hay diarrea. Preparar receta de Suero Casero de Plantas (Ver Anexo 2)</p> <p>Y Si hay dolor tratar vía oral con hierbas de efecto antiespasmódico: Manzanilla, Pericón ó Hierbabuena 3 ramitas de cualquiera de ellas apagadas en un vaso de agua.</p> <p>Desparasitación vía oral con hierbas de efecto vermífugos: Apazote: Apagar (Ver Anexo 1, sobre forma de preparación) 3 ramitas por vaso de agua; tomar 1 vaso en ayunas , 1 sola vez por día, durante 3 días. En embarazadas: Ajo vía oral. Cocer por 10 minutos 3 dientes bien pelados y picados, más una pizca de sal en 1 vaso de agua. Tomar un vaso 3 veces al día antes de comidas, por 3 días.</p>	<p>Mebendazol Oral 100 mg. 2 veces al día por 3 días (Para atacar varias clases de parásitos)</p> <p>Ó Albendazol Oral 400mg Dosis única. Si se sospecha con cierta seguridad de que se trata de oxiuriasis repetir dicha dosis única en 2 semanas.</p>	<p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados—crudos. ▪ Por el clima (Frío; aparece al inicio de la lluvia) <p>Mantener la alimentación (Tomar en cuenta el equilibrio frío- caliente ver anexo 3).</p> <p>Incrementar todas las medidas de higiene.</p> <p>De preferencia desparasitar a grupos de niños en luna tierna. Y reforzar la práctica del uso del apazote al cocinar como al agregar a los frijoles y algunos recados, etc.</p>	<p>Cita en 5 días.</p> <p>Si el enfermo pertenece a una familia que se sospeche de parasitismo en varios de ellos, se recomienda evaluar la desparasitación para toda la familia.</p>

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES						
Diarrea: Depositiones más líquidas y frecuentes de lo normal (por lo general más de 3 deposiciones líquidas o blandas en un día)						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Orienta y aconseje	
			Referencia: Centro asistencial, agente tradicional de salud, etc.		Intercambio educacional o consejería	
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales	Otras medidas de seguimiento.	
<p>Sigue... LUEGO EVALUAR Y TRATAR OTROS PROBLEMAS</p> <p>Tiene más de 14 días con diarrea?__</p> <p>Pueden referir algunos alimentos que le producen mala digestión o diarrea.</p>	<p>Rara vez hay señas de deshidratación.</p>	<p>Diarrea persistente</p> <p>A09.X3</p> <p>(A06.1 Amebiasis intestinal crónica)</p>	<p>El manejo de elección es de administrar el Suero Casero de Plantas (Ver Anexo 2)</p> <p>Si luego de administrar el anterior tratamiento general de diarreas por 3 días y el paciente no ha mejorado ni empeorado. Evaluar el tratamiento para parásitos intestinales.</p> <p>Sino responde a ello realizar examen de heces en busca de amebas o giardia.</p> <p>Si el examen de heces es positivo a amebas tratar como tal; si el examen es positivo a Giardia ver en la siguiente hoja.</p> <p>NOTA: En todo caso de diarrea de más de 14 días administrar el suplemento de multivitaminas (Ver siguiente columna)</p>	<p>De 5 a menores de 10 años: Dar una perla de vitamina A de 200,000 UI.</p> <p>Adolescente-adulto: Suplemento de multivitaminas y minerales (Dosis suficiente de ácido fólico, vitamina A, hierro, cobre y magnesio) diario por 2 semanas. ES LA UNICA DIARREA EN QUE SE INDICA.</p>	<p>Tomar en cuenta el autodiagnóstico:</p> <ul style="list-style-type: none"> Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados-crudos. Por el clima (Frío, y la lluvia) <p>Mantener la alimentación para prevenir la desnutrición (Tomar en cuenta el equilibrio frío caliente, Ver Anexo 3).</p> <p>Incrementar todas las medidas de higiene en el hogar e individuales.</p>	<p>Cita en 5 días.</p> <p>Realizar vigilancia epidemiológica de diarreas.</p>

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES						
Diarrea: Depositiones más líquidas y frecuentes de lo normal (por lo general más de 3 deposiciones líquidas o blandas en un día)						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actúe		Oriente y aconseje	
			Manejo intercultural			
			Referencia: Centro asistencial, agente tradicional de salud, etc.			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
					Dé seguimiento	
					Cita ó visita domiciliaria	
					Otras medidas de seguimiento.	
Tiene más de 14 días con diarrea?__ Pueden referir alimentos que le producen mala digestión o diarrea.	Se identifican quistes o trofozoítos de Giardia lamblia en heces, o aspirado duodenal.	Giardiasis A07.1		Metronidazol Oral 250 mg. tres veces al día, por 5 días. Ó Tinidazol Oral en una sola dosis. Niños: 50-60 mg./Kg., Adultos: 2 g. Tomarlo de preferencia después de las comidas. Si es una diarrea persistente: De 5 a menores de 10 años: Dar una perla de vitamina A de 200,000 UI. Adolescente-adulto: Suplemento de multivitaminas y minerales (Ácido fólico, vitamina A, hierro, cobre y magnesio) diario por 2 semanas.	Tomar en cuenta el autodiagnóstico: ▪ Falta de higiene individual y en la preparación de alimentos. ▪ Por los alimentos: El exceso, el consumo de ciertos alimentos fríos. Alimentos en mal estado o no bien preparados—crudos. ▪ Por el clima (Frío, y la lluvia) Mantener la alimentación (Tomar en cuenta el equilibrio frío caliente, Ver Anexo 3). Incrementar todas las medidas de higiene en el hogar e individuales.	Cita en 5 días

GRUPO 3: ENFERMEDADES DIGESTIVAS MAS COMUNES						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión clínica/ CIE 10	Actué		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural		Intercambio educacional o consejería	Cita
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Hay dolores o ardores epigástricos (Boca del estomago)? _____</p> <p>Más o menos coincidiendo con las comidas? _____</p> <p>Hay regurgitaciones ácidas, nauseas, estreñimiento? _____</p> <p>Parece ligada a situaciones de estrés o nerviosismo, y al consumo de sustancias irritantes (Café, tabaco, alcohol, chile, algunos medicamentos, etc.)</p> <p>Hace cuanto tiempo inicio su enfermedad? _____</p>		<p>Enfermedad péptica (Gastritis)</p> <p>K29.7</p>	<p>Hierbas con efecto antiinflamatorio y cicatrizante:</p> <p>Llantén y Banano verde. 6 hojas de Llantén bien picadas dejar reposar toda la noche en 2 vasos de agua, por la mañana, colar la preparación y agregar 2 vasos de agua con 2 cucharadas de Banano verde raspado. Tomar 1 vaso de la mezcla fría antes de cada comida. El tiempo de tratamiento será proporcional al transcurrido desde el inicio de los síntomas (1 mes de tratamiento por año de enfermedad)</p> <p>Otras plantas para combinar con Llantén:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Liga de la sábila (1 cucharada) 2. 1 papa cruda, reposar junto con Llantén <p>Después de comidas tomar un vaso de plantas</p> <p>Antiespasmódicas: Manzanilla, Pericón o hierbabuena. Tibio sin azúcar.</p>	<p>Hidróxido de Aluminio con o sin magnesio: Suspensión de 320 mg./5 ml. Dar una cucharadita (5 ml.) después de las comidas y durante el ataque de dolor.</p>	<p>Antes de recetar un antiácido (ó natural) recomendar las medidas higiénico dietéticas siguientes: Tomar en cuenta autodiagnóstico en general puede ir relacionado a situaciones de estrés, enojo, tristeza, etc. Por lo que hay que evitar.</p> <p>Oriente sobre evitar alimentos o situaciones irritantes: Café, licor, cigarrillos, chile, aguas gaseosas, mucha grasa, etc.</p> <p>Procurar comer más frecuente, repartiendo la comida en 5 ó 6 tiempos al día (pero no en cantidad), o comer "a las horas". Es importante evitar los ayunos mientras está en tratamiento.</p>	<p>Cita en 2 semanas.</p> <p>Evaluar la referencia a agente tradicional de salud para tratar al enfermo de susto si fuere el caso.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER

Atención de la mujer mayor de 10 años (adolescente y adulta). **Mujeres en Edad Fértil: 10 a 49 años, y mujeres de 50 a 59 años.**

CONTENIDOS EN ESTE GRUPO DE GUIAS:

Irregularidad menstrual (Incluye amenorrea, metrorragia).

Amenorrea: Ausencia anormal o retraso de flujo menstrual de más de 15 días de lo habitual en la mujer atendida.

Metrorragia: Menstruación excesiva con ciclo irregular.

Dismenorrea: Dolor que acompaña a la menstruación; así como otras molestias comunes: los pechos más duros, tristeza, cambio de humor, dolor de cabeza. El dolor puede ir con mareos, ganas de vomitar, diarrea.

Climaterio: Período de la vida que precede y sigue al cese de la actividad sexual.

Menopausia. f. Cesación natural y definitiva de la menstruación en la mujer. // Época en que esta se produce.

Síndrome de flujo vaginal (leucorreas). **Leucorrea:** Flujo (blanquecino, o de otras características) en las vías genitales de la mujer.

Infección urinaria no específica.

Cistocele: Caída de la vejiga de la orina.

Prolapso uterino: Caída de el útero o matriz.

Pesquisa cáncer uterino y de mama: Búsqueda de cáncer uterino o de los pechos de la mujer.

Problemas osteo-musculares: Dolor en articulaciones (gonces), espalda, cintura, hombros, brazos, etc. Que pueden estar acompañados de hinchazón, calor local, o limitación de movimiento.

Cefalea: Dolor de cabeza. (De diversos origen emocional, nerviosismo, tensión nerviosa; anemia)

AUTODIAGNÓSTICOS: Más frecuentemente mencionados en relación a los problemas más comunes de la mujer.

- Los alimentos: El consumo de ciertos alimentos especialmente aquellos fríos; grasos; no comer lo suficiente o "a la hora"; relacionados con suciedad o sucios.
- Estados emocionales: Tristeza, preocupación, pensar mucho, problemas familiares, por coraje, enojo, "bilis", nerviosismo.
- Por susto, asustarse.
- Debilidad; disminución de sangre.
- Desequilibrio frío caliente: Por el clima (Frío, lluvia, viento, sol, y calor) o cuando se produce un cambio brusco; se puede relacionar con polvo, lodo, humo. El desequilibrio frío caliente es un componente transversal porque es un autodiagnóstico presente en varios daños a la salud.
- Aire o calambre.
- Relacionado con el parto, aborto, tener hijos o muy seguidos.
- Físicos: Cargas pesadas, mucho trabajo; criar o cargar a los niños o hijos.

RECUERDA VER SEÑAS (SIGNOS) VITALES DE PELIGRO: Siendo el primer momento de la atención de la mujer mayor de 10 años (adolescente, adulta joven y adulta).

GRUPO 4: ENFERMEDADES MÁS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>RETRASO MENSTRUAL: De 15 días de retraso de la fecha que se esperaba la menstruación a menos de 3 ciclos menstruales seguidos. Estos serán los casos que tratarán los ASC en las CSC.</p> <p>AMENORREA: Más de 3 ciclos menstruales ausentes, o la ausencia de menstruación en adolescentes mayores de 14 años referir a EAPAS PIAS.</p> <p>Realice prueba verbal de embarazo: Si positivo, utilice Ficha personal PRE y POST NATAL.</p> <p>Si negativo, pregunte además de FUR y edad, el número de embarazos, año último embarazo, abortos, fecha último papanicolau.</p>	<p>Realice prueba de embarazo en orina. (Consulte al EAPAS PIAS)</p>	<p>Retraso menstrual</p> <p>Retmens</p> <p>Amenorrea</p> <p>N91.0</p>	<p>No está embarazada. CON HISTORIA DE IRREGULARIDAD: Preparar como infusión (ramitas) o cocimiento (raíz) de por lo menos 2 de las siguientes plantas medicinales por taza de agua: Albahaca (7 hojas) Altamisa (3 ramitas) Apazote (1 ramita) Mirto (3 ramitas) Orégano (1 hoja - si es grande - o 2 ramitas) Salvia sija (2 ramitas) Tomar una taza tres veces al día por 9 días.</p> <p>NO HAY ANTECEDENTE DE IRREGULARIDAD PREVIA. Preparar por lo menos 2 de las siguientes plantas medicinales por taza de agua, en forma de: Infusión: Ajenjo (1 ramita) Hierbabuena (3 ramitas), ó Cocimiento: Aguacate (3 hojas) Ruda (2 ramitas) Tomar 1 taza en ayunas y otra taza al acostarse, por 9 días.</p>	<p>Es evaluado por los compañeros EAPAS PIAS.</p>	<p>Se recomienda combinar con el baño de las plantas medicinales ruda, salvia santa o albahaca en el temascal, tuj o chuj durante el tratamiento</p>	<p>Cita en 15 días.</p> <p>Si no hay mejoría referir al EAPAS o CR, para evaluación de tratamiento de seguimiento, y todo caso de AMENORREA.</p>

Nota: Promoveremos la utilización de calendarios de bolsillo o en un papel donde las mujeres puedan anotar la fecha de el primer día de la menstruación, regla o costumbre; cada año.

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Recuerda la edad de la enferma, y pregunta la historia Ginecológica-obstétrica general:</p> <p>Fecha de última regla (FUR):</p> <p>Número de embarazos:</p> <p>Año del último embarazo:</p> <p>Abortos:</p> <p>Fecha de último papanicolao.</p> <p>Días de duración y cantidad de hemorragia, que es mayor de lo normal de la mujer.</p> <p>Debilidad ó decaída.</p> <p>Perdida de peso.</p>	<p>Presencia de palidez palmar, uñas, lengua, conjuntiva.</p> <p>Hemorragia vaginal.</p> <p>Recuerda evaluar estado de hidratación.</p>	<p>Metrorragia</p> <p>N92.1</p> <p>Nota: Recuerda anotar la IC de anemia si se encuentra en el paso 1.</p>	<p>El ASC puede consultar con el EAPAS, y dar indicaciones para preparar:</p> <p>Infusión por taza de agua:</p> <p>Bolsa de pastor (1 cucharada de la planta entera echa pedacitos)</p> <p>Manzanilla (4 ramitas y flores)</p> <p>Cocimiento por taza:</p> <p>Apio (1 dedo de raíz echo pedacitos, o 3 tallos ó 3 ramitas con sus hojas),</p> <p>Cardo Santo (1 hoja)</p> <p>Limón (Cortar en rodajas 1 fruto)</p> <p>Tomar 3 tazas al día (1 taza en ayunas y las otras dos después de las comidas):</p> <p>Si la enferma tiene menstruación excesiva tomar por 3 días.</p> <p>Repetir por 3 ciclos (o meses).</p> <p>Tomando por 5 días de preferencia antes de la fecha que venga la menstruación, se deja de tomar al venir o bajar la misma.</p>	<p>Sulfato ferroso, 1 tableta de 300 mg., semanal.</p> <p>Ácido Fólico, 1 tableta de 5 mg., semanal.</p> <p>Referir a Centro de Referencia con Médico-a para evaluación (Y realizar papanicolao); o referencia a hospital, si la hemorragia es excesiva (Mancha varios cortes ó necesita cambiarse más toallitas de tela o desechables por día que lo normal).</p> <p>Nota: Si hay signos de deshidratación indica Sobres de Rehidratación Oral, según sea el caso.</p>	<p>Entrar al temascal bañándose con plantas medicinales como Salvia Santa cada 3 días durante el tratamiento.</p> <p>Orientar sobre alimentación especialmente aquellos que sean ricos en hierro como las hierbas (Orienta sobre aquellos alimentos que no sean fríos. Ver anexo 3)</p> <p>Si hay hemorragia orienta sobre estado de prevención de la deshidratación.</p>	<p>Cita en 15 días. Sino viene a la cita realizar visita domiciliar</p> <p>No olvides dar seguimiento o continuar el suplemento con hierro y ácido fólico.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Por dolor de mes, puede estar acompañado con uno o más síntomas: Los pechos más duros, tristeza, cambio de humor, dolor de cabeza, mareos, náusea y a veces diarrea.</p> <p>Y que no exista una enfermedad que produzca o incremente el dolor.</p> <p>Recuerda y relaciona la edad con la historia Obstétrica y Ginecológica general: Fecha de última regla (FUR): Número de embarazos: Año del último embarazo: Abortos: Fecha del último papanicolao.</p>		<p>Dismenorrea</p> <p>N94.6</p>	<p>Preparar como infusión (ramitas) o cocimiento (raíz) de las siguientes plantas medicinales por taza de agua: Antiespasmódico: Pericón (3 ramitas), Manzanilla (3 ramitas)</p> <p>Emenagogo: Altamisa (3 ramitas) Alcotán (3 rajitas delgadas de la raíz) Apazote (2 - 3 ramitas)</p> <p>Tomar 3 tazas al día por 7 días antes de la fecha que se espera venga la menstruación o al iniciar los primeros dolores y molestias.</p>	<p>Ibuprofen 400mg. cada 8 horas por dolor, máximo 3 días. Puede ser utilizado por 3 ciclos seguidos.</p>	<p>Enfermedad fría por la que hay que cuidar el equilibrio frío o caliente del cuerpo, por ejemplo no hay que bañarse con agua fría durante esos días.</p> <p>Por lo anterior buscar que los alimentos en los días de la menstruación no sean fríos. Ver anexo 3.</p> <p>No excederse en el trabajo ó cargas pesadas.</p> <p>Por la noche ponerse lienzos calientes en la cintura y bajo vientre.</p>	<p>Cita en 2 meses.</p> <p>Si persiste a pesar de revisarse que las indicaciones se hallan cumplido, referir a EAPAS o CR.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Edad: (Mayor de 45 años)</p> <p>Fecha de última regla (FUR):</p> <p>Presencia de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Calores o bochornos, ➤ Resequedad vaginal. ➤ Cambio de carácter o temperamento. ➤ Fracturas espontáneas. <p>Puede haber sangrado uterino excesivo, o Prolapso uterino (Salida de la matriz por sus partes de la mujer)</p>		<p>Estados menopáusicos y climaterio.</p> <p>N95.1</p>	<p>Preparar como infusión (ramitas con flor y hojas) o cocimiento (raíz, semillas) de por lo menos 1 de cada planta medicinal calmante y 1 apoyo cambios hormonales, siguientes por taza de agua:</p> <p>Apoyo en cambios hormonales: Fenogreco (1 cucharadita semillas), Salvia sija (3 ramitas). *</p> <p>Calmantes: Anís (1 cucharadita de semillas), Bretónica (3 hojas), Valeriana (1 dedo raíz, hecho pedacitos), Manzanilla (1 cucharadita flores), Romero (2 ramitas), Ruda (1 ramita), Té de limón (3-4 hojas), Verbena (3 ramitas).</p> <p>Tomar 3 tazas al día hasta tener alivio de los nervios, ó 21 días. Descansar 1 semana y repetir otros 21 días.</p>	<p>Referir a Centro de Referencia con Médico-a para evaluación, iniciar tratamiento, o referencia a hospital.</p>	<p>Recomendar ejercicios como caminar 2 a 3 veces por semana, por 30 minutos.</p> <p>Alimentos sanos y especialmente ricos en calcio como pescaditos (Quiché: Sa'y, Ch'u; Mam: Catz), o camarón, etc.</p> <p>* Hacer la observación de que Salvia sija es una planta caliente, evaluar si se receta en casos de gastritis o enfermedad péptica.</p>	<p>Cita en un mes.</p> <p>Sino hay mejoría evidente referir a CR o EAPAS PIAS.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural			
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Tradicional	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Si al orinar:</p> <ol style="list-style-type: none"> Hay ardor o dolor antes o durante el orinar, Cómo es el color, La orina tiene un olor fuerte. <p>Hay fiebre o escalofríos?</p>	<p>Al realizar puño-percusión: positivo.</p> <p>Si tiene una alta sospecha y dispone de tira reactiva, realizar (Con autorización de el-la EAPAS)</p>	<p>Infección urinaria (no específica)</p> <p>M39.0</p>	<p>Preparar como infusión (ramitas) o cocimiento (raíz) de por lo menos 1 planta medicinal antiséptica urinaria y 1 diurética, siguientes por vaso de agua:</p> <p>Antiséptica: Tamarindo (3-4 frutos, crudo previo remojo), se toma como fresco. Zarzaparrilla (1 dedo raíz hecha pedacitos), Caña real (3 hojas), Palo jiote (3 pedacitos corteza), Culantrillo del pozo (3-4 ramitas), Hierba del cáncer (3 ramitas).</p> <p>Diurética, antiinflamatoria: Rosa de jamaica (9 flores), se toma como fresco. Cola de caballo (3-4 ramitas), Malva (3 ramitas). Otros: Cebada, pelo de maíz, calaguala, jilipliegue.</p> <p>Tomar 3 vasos al día como agua del tiempo, por 9 días.</p>	<p>Indicar según edad, p. ejemplo:</p> <p>Adulta: Trimetropin-sulfametoxazole: 1 tableta de 960 mg. cada 12 horas por 8 días.</p> <p>Nota: Si hay embarazo dar Amoxicilina 1 tab. 500 mg. cada 8 horas por 8 días.</p>	<p>Evitar alimentos calientes (Equilibrio frío caliente en Anexo 3) o irritantes como café, chile, aguas gaseosas y exceso de grasas.</p> <p>Tomar 4 a 6 vasos de agua pura (hervida y enfriada) por día, la cantidad depende del clima donde se encuentre la persona.</p> <p>Orientar sobre la medida correcta (dirección, etc.) de la limpieza del área femenina.</p> <p>* Observación: El Tamarindo es una planta irritante, evaluar si se receta en casos de gastritis o enfermedad péptica.</p>	<p>Cita en 8 días.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Tradicional	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Por problema para contener la orina (Incontinencia urinaria), diferenciando entre incontinencia urinaria y flujo. (Tomar en cuenta el motivo de la consulta)</p> <p>Dolor en el vientre del estomago.</p> <p>Por si siente "algo" que le sale o está en su parte vaginal.</p>	Si la paciente lo permite: Al examen de las partes de la mujer, para observación se mira una masa saliendo por la vagina.	<p>Cistocele N81.1</p> <p>Prolapso útero vaginal N81.4</p>	<p>Siempre refiere a consulta con el EAPAS, e indica: Preparar como cocimiento (hojas, ramitas, semillas) de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales de cada propiedad, por cada litro de agua (la cantidad de litros necesarios para hacer un baño de asiento):</p> <p>Emolientes: Ricino (3-4 hojas), Linaza (4 cucharaditas semillas), Cebada (4 cucharaditas semillas), Llantén (12 hojas).</p> <p>Astringente: Albahaca (12 ramitas),</p> <p>Antiinflamatoria: Rosa silvestre (Los pétalos de 3 rosas) de preferencia blanca.</p> <p>Baño de asiento diario por 9 días. Y tomar 1 copita del cocimiento de albahaca o llantén.</p>	Referir a Centro de Referencia con Médico-a para evaluación, iniciar tratamiento, o referencia a hospital.	<p>Entrar al temascal cada tercer día del tratamiento, con baños del cocimiento de albahaca y llantén (Otra a usar: Santa Maria – hojas) Durante el baño de temascal la misma enferma puede empujar suavemente con sus propios dedos para arriba el órgano prolapsado.</p> <p>Se puede indicar el fajado de bajo vientre.</p> <p>Orientar sobre ejercicios al orinar.</p> <p>Si hay en la región o comunidad una curandera de caída de matriz, esta es una enfermedad que se refiere pronto para un éxito en el tratamiento.</p>	<p>Cita en 15 días, haciendo coincidir con un examen de la mujer que haga el EAPAS, y a la par realizar el papanicolao.</p> <p>Evaluar conjuntamente con el EAPAS la referencia a la comadrona que trate caída de matriz.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Cómo es el flujo: Color, Olor.</p> <p>Hay dolor o ardor.</p> <p>Si la enferma tiene pareja (para considerar tratamiento)</p> <p>Recuerda hacer Prueba Verbal de Embarazo</p>		<p>Síndrome de flujo vaginal.</p> <p>N89.8</p> <p>(Enfermedades de Transmisión Sexual)</p> <p>Nota: En caso de embarazo referir a Centro de Referencia con el-la EAPAS PIAS.</p>	<p>Preparar por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales como cocimiento <u>por litro de agua</u>, según el flujo de que se trate;</p> <p>Flujo verde o amarillo: Achiote (2 hojas y 1 dedo de corteza), Guayaba (3 hojas y la cáscara de 1 fruto picado), Limón (1 taza -200 ml.- del jugo), Nance (1 dedo corteza y 5 flores), Manzanilla (12 ramitas). Flujo blanco con mal olor, ardor y comezón: Vinagre (2 cucharadas), Hierbamora (12 ramitas), Nance (1 dedo corteza y 5 flores), Guayaba (3 hojas y la cáscara de 1 fruto picado), puede ser usada como lavado por la pareja si tiene ardor y picazón en sus partes de él. Limón (1 taza del jugo), Palo jiote (1 puño descascarado de la corteza y 6 hojas).</p> <p>Usar el cocimiento enfriado y colado, como lavado, ducha o último desagüe de las partes de la mujer durante el baño diario por 7 días seguidos.</p>	<p>Cervicitis: Flujo verde o amarillo. Ciprofloxacina* 1 tableta dosis única, más Doxiciclina* 1 tableta de 100 mg. cada 12 horas, oral por 7 días. (No olvides el tratamiento a la pareja de la enferma)</p> <p>Vaginitis: Flujo blanco con mal olor, ardor y comezón. Metronidazol (2 gr.), 4 tab. de 500 mg. oral dosis única, más Clotrimazol 1 óvulo vaginal de 500 mg. dosis única</p> <p>*: En caso de embarazo referir a Centro de Referencia con EAPAS PIAS.</p>	<p>Orientar sobre higiene personal de las partes femeninas.</p>	<p>Cita en 15 días.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Sangrado vaginal anormal.</p> <p>Sangrado al tener relaciones sexuales.</p> <p>Flujo de color café, parece agua de sangre con mal olor.</p> <p>Perdida de peso.</p>	<p>Bajo peso, delgada.</p>	<p>Búsqueda de Cáncer uterino</p>	<p>Referir para papanicolao en Centro de Referencia con EAPAS PIAS.</p> <p>Apoyo a nuestras pacientes: Preparar como cocimiento por lo menos 2 plantas medicinales de las siguientes por taza de agua: Zarzaparrilla (1 dedo raíz hecha pedacitos), Albahaca (3 ramitas), Uña de gato (3 ramitas).</p> <p>Tomar 1 taza 3 veces al día por 1 mes.</p>	<p>Referir para papanicolao en Centro de Referencia con EAPAS.</p>	<p>Recomendar buscar apoyo o actividades que ayudaran a fortalecerse espiritualmente: Como asistir a actividades de su iglesia según su inclinación religiosa o espiritual, etc.</p>	<p>Dar seguimiento a resultado de papanicolao.</p> <p>Apoyo coordinado con el PFAS.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Bolitas o masas en los pechos.</p> <p>Dolor en los pechos a la palpación.</p> <p>Perdida de peso.</p>	<p>Masas o nódulos en los pechos.</p>	<p>Búsqueda de Cáncer de mama.</p>	<p>Referir a Centro de Referencia con EAPAS PIAS.</p> <p>Apoyo a nuestras pacientes: Preparar como cocimiento por lo menos 2 plantas medicinales de las siguientes por taza de agua: Zarzaparrilla (1 dedo raíz hecha pedacitos), Albahaca (3 ramitas), Uña de gato (3 ramitas).</p> <p>Tomar 1 taza 3 veces al día por 1 mes.</p>	<p>Referir a Centro de Referencia con EAPAS PIAS.</p>	<p>Es importante orientar y enseñar a las mujeres a como realizar el autoexamen de los pechos.</p> <p>Recomendar la búsqueda de apoyo o actividades que ayudaran a fortalecerse espiritualmente: Como asistir a actividades de su iglesia según su inclinación religiosa o espiritual, etc.</p>	<p>Apoyo coordinado con el PFAS.</p>

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica	Actué		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural			
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
		CIE 10	A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Alternativa	B) Atención con medicamentos esenciales		
Dolor de cabeza sin causa relacionada. Puede haber en el motivo de consulta o antecedente de una situación de tensión emocional personal, familiar o comunitaria.	Nota: Puede haber o no presión arterial elevada.	Cefalea R51	Preparar como infusión (flores ramitas) o cocimiento (raíz machacada) 2 de las siguientes plantas medicinales por taza de agua: Chipilin (3 ramitas sin semillas), Granadilla (3 flores y 3 hojas), Manzanilla (3 ramitas con flores), Naranja (1 dedo de pedacito de corteza) Romero (3 ramitas), Ruda (1 ramita), Té de Limón (2 hojas), Tilo (3 ramitas con flores), ó Valeriana (1 dedo pedacito raíz). Tomar 3 tazas al día, hasta calmar el nerviosismo o tensión emocional. El ASC puede hacer presión con el dedo pulgar y/o índice de su mano sobre los puntos de DIGITOPRESION en la paciente: Ver gráfico 1 P-7 : 1.5 c. p. sobre el carpo, en la parte del radio, PC-6 : 2 c. p. sobre el carpo, entre los tendones del músculo palmaris longus y músculo flexor carpi radialis, T-21 : Junto al borde exterior de las cejas en la orbita. VF -14 : 1 c. p. sobre el entrecejo.	Acetaminofen 500mg. Cada 6 horas por dolor.	Recomendar actividades que ayudaran a relajarse y la fortalecerán física como espiritualmente: 1) Caminar 2 a 3 veces por semana, por 30 minutos. 2) Asistir a actividades de su iglesia (Según sea su religión), etc. El ASC puede enseñar a hacer presión sobre los puntos de Digitopresión de paso 3.	Cita en 15 días. Si persiste la cefalea refiera a el EAPAS PIAS (para investigar otro problema como visual o si se tiene elevada la P/A, etc.) ó existe una causa de tensión emocional evaluar la referencia al EAPAS PFAS ó hacia un apoyo o guía espiritual de acuerdo a sus creencias religiosas, etc.

GRUPO 4: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA MUJER						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Alternativa	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Puede haber el antecedente de cargas o trabajos pesados.</p> <p>Es importante siempre buscar problemas urinarios, otros.</p>	<p>Tensión de musculatura de la región adolorida: espalda, cintura y brazos, etc.</p> <p>Puede haber hinchazón.</p> <p>En alta sospecha de infección urinaria consultar con el EAPAS PIAS la utilización de la tira reactiva.</p>	<p>Dolores Osteomusculares Escribe solo una IC:</p> <p>Lumbago M54.5</p> <p>Mialgia M79.1</p> <p>Artritis no especificada M13.9</p>	<p>Preparar como machacado 1 de las siguientes plantas medicinales con efecto Rubefaciente: Achiote (3 ramitas), Albahaca (9 ramas fresca), Cola de caballo (9 ramitas como cocimiento para lienzos), Jengibre (2 dedos de raíz fresca), Romero (6 ramas) Emoliente: Ricino (5 hojas previo lavado con agua caliente) Tabaco (4 hojas), Té de limón (9 hojas). El jugo usar para frotar. Frotar o colocar en trapos limpios sobre la parte adolorida 3 veces al día. De preferencia entrar al temascal utilizando como el eucalipto, el Romero o Santa Maria para hacer el baño; y hacer un frote con una de las plantas rubefacientes al salir del temascal.</p>	<p>Ibuprofen 400mg. Cada 8 horas por 3 días.</p>	<p>Bañarse entrando al temascal.</p> <p>Recuerda y relaciona el autodiagnóstico que puede ser aire o calambre, cargas pesadas, etc.</p> <p>Tomar 4 a 6 vasos de agua pura (hervida y enfriada) por día, la cantidad depende del clima donde se encuentre la persona.</p>	<p>Cita en 15 días.</p> <p>Según la mejoría o el autodiagnóstico es aire evaluar la referencia al terapeuta tradicional sobador- a, curandero-a.</p>

GRUPO 5: PROBLEMAS MAS COMUNES DE LA PIEL Y MUCOSAS (OJOS, BOCA)

CONTENIDOS EN ESTE GRUPO DE GUIAS:

Sarcoptiosis: O llamada también como escabiosis o sarna; es la infestación de la piel por el parásito *Sarcoptes scabiei* más parecido a un pequeño insecto (parecido a la pulga).

Impétigo costroso: Infección de la piel por bacterias (el más común el del tipo del estreptococo).

Micosis: Hongos en la piel.

Alergia: Estado de una persona provocado por una sustancia, a la que es muy sensible, que causa en la persona diferentes trastornos como picazón y ronchas, eccemas, etc. (En este caso se mencionan los producidos en la piel).

Dermatitis por contacto (Por el pañal , por el sol).

Conjuntivitis: Inflamación de la mucosa conjuntival de los ojos, con o sin infección.

Ojo rojo: Inflamación de la conjuntiva del ojo de causa diversa como irritación por contacto físico o reacción alérgica a sustancias de diversas.

Herpes simple: Enfermedad viral con manifestación muco cutánea en la boca.

AUTODIAGNÓSTICOS: Más frecuentemente mencionados en relación a los problemas más comunes de la piel de todas las edades.

- Los alimentos: El consumo de aceite.
- Desequilibrio frío caliente: Por el clima (Frío, lluvia, sol, y calor) la humedad, o cuando se produce un cambio brusco.
- Daño físico ocasionado por: El sol, el polvo, el humo, el lodo, por usar zapatos,
- Por contagio, por lavar ropa en cualquier parte como lavadero público, visitar a familiares varias noches, ó contagio de un familiar.
- Por alergia, usar ciertas ropas como de lana, por usar aretes, por tomar algunas medicinas.
- Por piquete de mosquito o zancudo.
- Por falta de sangre o sangre mala.
- Por suciedad, por no bañar a diario. O usar agua sucia.
- Por hongos o mazamorras.

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL.						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Tradicional	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Por prurito o picazón (Tiene una hora que da más fuerte por lo general es en las noches), Donde se localizan: Aparecieron primero en los pliegues y luego en todo el cuerpo.</p> <p>Por ronchas pequeñas.</p> <p>Puede haber granos infectados.</p> <p>Lo tiene alguien más en la familia.</p>	<p>Ronchas y costras pequeñas en el cuerpo.</p> <p>Puede haber granos infectados.</p>	<p>Sarcoptiosis</p> <p>B86.</p>	<p>Preparar el cocimiento (hojas, ramitas, semillas) de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada 2 litros de agua para hacer un baño. Dobra la cantidad según sea necesario por el tamaño del enfermo: Frijolillo (4 cogollos de hojas), Jaboncillo (12 cogollos y flores) Nance (4 dedos de corteza o 12 racimitos de flores) Palo de jote (8 dedos de corteza picada), Hierbamora (20 ramitas con hojas y semillas)</p> <p>Baño diario por 5 días.</p>	<p>Si hay granos infectados, lavar bien con agua y jabón y aplicar Povidona yodada por 2 a 3 días.* Luego aplicar: Benzoato de bencilo, loción de uso exclusivo en piel: En todo el cuerpo desde el cuello hasta brazos, y pies. Repetir la aplicación para completar 3 días. Bañarse a la mañana siguiente. Repetir en 1 semana.</p> <p>Si hay alguien más en la familia con la misma enfermedad hay que tratarlo.</p> <p>* Nota: Puede indicarse en vez de Povidona la Violeta genciana.</p>	<p>Asolear la ropa de cama durante 5 días seguidos; y de preferencia lavar la ropa de cama al tercer día de cada tratamiento (Puede usarse los frutos del jaboncillo).</p> <p>Durante el tratamiento preferible mantener cortas las uñas de las manos para evitar el rascado.</p> <p>Debe haber aseo personal y cambiarse la ropa.</p>	<p>Cita en 15 días.</p>

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL.						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina natural y Alternativa	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Tiempo de duración de los granos o llagas.</p> <p>Ha habido fiebre o calentura.</p> <p>Da principalmente a los niños, alrededor de la boca, nariz, orejas, etc.</p>	<p>Granos o llagas con costras vidriosas o amarillentas.</p> <p>Puede haber fiebre o fríos en los niños.</p>	<p>Impétigo costroso</p> <p>L01.</p>	<p>Preparar el cocimiento de por lo menos 3 de las siguientes plantas medicinales por cada 2 litros de agua para hacer un baño. Dobra la cantidad según sea necesario por el tamaño del enfermo:</p> <p>Antiséptico o antimicrobiano: Apazin (12 ramitas), Apazote (12 ramitas) echar unos granitos de sal, Flor de muerto (16 ramitas), Guayaba (8 dedos corteza -u hojas) echar unos granitos de sal, Hierba del cáncer (20 ramitas); Tomillo (16 ramitas) * Pericón (20 ramitas) * Astringente: Albahaca (20 - 24 ramitas), Llantén (20 hojas). Anti-inflamatorio: Escobillo (16 ramitas), Manzanilla (20 ramitas) *</p> <p>Baño diario por 5 días, de preferencia sumergiendo el cuerpo del enfermo. (*): Puede usarse juntamente como machacado en frotos.</p>	<p>Lavar bien con agua y jabón hasta que no haya pus, luego aplicar Povidona yodada* por 3 días.</p> <p>Sino mejora o hay fiebre dar: Antibiótico con dosis acorde a edad: por ejemplo en adolescente-adulto Eritromicina 1 tab. de 500 mg. c/6hr. Por 7 días. Ó Trimetropim+sulfametoxazole: 1 tab. 960 mg. oral cada 12 hrs. por 7 días. (En embarazadas dar Amoxicilina).</p> <p>El ASC en la CSC puede curar (haciendo limpieza) con Povidona yodada.</p> <p>* Nota: Puede indicarse en vez de Povidona la Violeta genciana.</p>	<p>Que se corte las uñas el enfermo-a.</p> <p>Es muy contagioso especialmente en condiciones de poca higiene.</p> <p>Es importante mejorar la limpieza personal.</p>	<p>Cita en 10 días.</p>

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL.						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Alternativa	B) Atención con medicamentos esenciales		
Da mucha picazón. Tiempo de duración de la enfermedad.	Manchas en forma de rueda en la piel (especialmente cara y cuello de niños-as), tienen las orillas rojas y escamas blancas en el centro. Otros lugares en donde se encuentran entre los dedos de los pies y manos, y en el pliegue de la pierna, las uñas y la cabeza. Cuando están en los pliegues de la piel, pueden ser manchas rojas, muy colorada, con "cuajada" blanca.	Micosis B49	Preparar el cocimiento (Excepto el ajo) de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada 2 litros de agua para hacer un baño ó lavado del área enferma por 20 minutos. La cantidad del cocimiento depende el tamaño del enfermo: Antimicóticos: Ajo (Machacar 10 dientes y exprimir con un trapo limpio obteniendo el jugo), Apazin (12 ramitas), Guayaba (25 hojas), Palo de jote (8 dedos de corteza picada), Hierbamora (20 ramitas con hojas y semillas). Y hacer en frotos. Nance (4 dedos de corteza o 12 racimitos de flores). Nota: Recuerda que el Ajo, el Apacin y el Nance además tienen propiedades antisépticas o desinfectantes. Achiote (en polvo como talco para los pies después del baño) Si la enfermedad es de muchos meses tratar con depurativo de la sangre como Lengua de vaca (1 dedo raíz/taza), Zarzaparrilla (1 dedo camote/taza) 3 tazas al día, 1 mes de tratamiento por año de enfermedad.	Clotrimazol en crema para la piel. Aplicar en la parte enferma 3 veces al día por 3 semanas.	Orientar sobre que debe evitar la humedad en su ropa o zapatos, etc.	Cita en 3 semanas. Si no hay mejoría ó es una enfermedad de muchos meses refiere al EAPAS para que evalúe el tratamiento a seguir.

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL.						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Alternativa	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Da picazón. Este síntoma puede ir solo, y en ese caso se tiene que preguntar adecuadamente para verificar que no exista otra causa relacionada.</p> <p>Ronchas enrojecidas que pueden provocar hinchazón y aparecer o desaparecer de repente.</p> <p>Puede tener un antecedente de algún alimento, ropa, etc., que puede provocar la enfermedad.</p>	<p>Ronchas por lo general en todo el cuerpo.</p> <p>Puede haber señas de rascado.</p>	<p>Alergia</p> <p>T78.4</p>	<p>Preparar el cocimiento (hojas, ramitas, semillas) de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada 2 litros de agua para hacer un baño. La cantidad del cocimiento depende del tamaño o edad del enfermo:</p> <p>Achiote (16 hojas o 6 dedos de corteza), Frijolillo (4 cogollos de hojas), Hierba del cáncer (20 ramitas), Mosh (avena molida 1 puño), Rosa jamaica (3 a 4 onzas de la corola de la flor, molidas hechas una masa, usar como frote), Salvia santa (2 cogollos).</p> <p>Realizar los lavados o baños 2 a 3 veces por día por 5 días.</p> <p>Si la enfermedad es de muchos meses tratar con depurativo de la sangre como Lengua de vaca, Zarzaparrilla 3 tazas al día, 1 mes de tratamiento por año de enfermedad.</p>	<p>Clorfeniramina 1 tab. de 4 mg. oral cada 6 a 8 horas, por 5 días.</p>	<p>Si se ve una relación con un alimento, ropa, animal, etc. que da las ronchas es importante orientar para evitarlo.</p> <p>Esto es ayudar a buscar la causa de la reacción alérgica.</p>	<p>Cita en 15 días.</p>

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural Si el manejo indicado lo permite , pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural y Alternativa	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Tiempo de duración.</p> <p>En niños de brazos: El enfermo puede estar muy molesto o irritado.</p> <p>En adultos: Antecedente de exposición a el sol.</p> <p>Pregunta por el antecedente de exposición o uso no adecuado a insecticidas u otros químicos utilizados en el campo.</p>	<p>Piel roja, irritada como si se hubiera quemado, entre las piernas y la zona que cubre el pañal; y puede haber en pliegues del cuello, axilas.</p> <p>Puede haber salida de líquido.</p> <p>Puede haber ardor o dolor.</p>	<p>Dermatitis por contacto</p> <p>L30.9</p>	<p>Preparar el cocimiento de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada 2 litros de agua para hacer un baño. La cantidad del cocimiento dependerá de la edad o tamaño del enfermo:</p> <p>Antialérgico: Achiote (16 hojas o 6 dedos de corteza), Apazin (12 ramitas), Escobillo (16 ramitas), Hierba del cáncer (20 ramitas –o puede usarse la hierba entera), Antiinflamatorio: Malva (20 ramitas), Manzanilla (20 ramitas), Mosh (1 puño del cereal).</p> <p>Realizar los lavados o baños 2 a 3 veces por día por 5 a 7 días.</p> <p>Si la enfermedad es de muchos meses tratar con depurativo de la sangre como Lengua de vaca, Zarzaparrilla 3 tazas al día, 1 mes de tratamiento por año de enfermedad.</p>	<p>Si la piel está seca aplicar Oxido de Zinc (Pasta Lassar) 3 a 4 veces al día.</p> <p>Si la piel está húmeda aplicar Maicena (polvo) 3 veces al día.</p> <p>Si la enfermedad lleva más de 3 días en el área donde va el pañal del nene-a aplicar Clotrimazol crema 3 veces al días por 3 semanas.</p> <p>Si la causa es por contacto con el sol evaluar el uso de protector solar habitualmente.</p>	<p>Mantener la limpieza.</p> <p>Si la causa es por contacto a el sol evaluar el uso de protector físico como sombrero o gorra, etc.</p>	<p>Cita en 15 días.</p> <p>Evaluar el seguimiento coordinado con el PFAS si existe la sospecha de que la dermatitis se deba a el uso no adecuado de químicos.</p>

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL Y MUCOSAS						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Manejo intercultural Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
Ardor en los ojos. Ojo (s) rojo (s).	Ojo (s) enrojecidos, sin supuración.	Ojo rojo (Incluye irritación por contacto físico o reacción alérgica a sustancias diversas)	Hacer limpieza de ambos ojos. Preparar con mucha limpieza el cocimiento de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada taza de agua para hacer lavados: Manzanilla (3 ramitas), Pétalos de Rosa Blanca (De 1 a 2 flores), Otra preparación: Lima (3 gotas del jugo en cada ojo) Otra opción antiinflamatoria: Agua de arroz (1 cucharada en remojo) Realizar los lavados 3 veces por día por 5 días.	Limpieza de los ojos.	Promover la limpieza de el área de la cara y ojos.	Cita en 3 días. Sino hay una mejoría evidente referir a el EAPAS PIAS o CR.

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL Y MUCOSAS						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:			
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
Picazón en los ojos. Los ojos están pegados por la supuración en las mañanas.	Ojo (s) enrojecidos, supurando. Párpados hinchados.	Conjuntivitis H10.3 (Casos agudos)	Hacer limpieza de ambos ojos. Preparar con mucha limpieza el cocimiento de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada taza de agua para hacer lavados: Manzanilla (3 ramitas), Pétalos de Rosa Blanca (De 1 a 2 flores), Otra preparación: Lima (3 gotas del jugo en cada ojo) Otra opción antiinflamatoria: Agua de Arroz (1 cucharada en remojo) Realizar los lavados 3 veces por día por 5 días.	Limpieza de los ojos. Cloranfenicol , unguento o solución. 5 veces al día por 5 días. Si hay antecedente de previa herida en el ojo, referir a Centro de Referencia.	Promover la limpieza de el área de la cara y ojos.	Cita en 7 días. Sino hay una mejoría evidente y en especial en casos crónicos referir a el EAPAS PIAS o CR.

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL Y MUCOSAS						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actúe Manejo intercultural		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
Antecedente de fiebre o calentura. Duración de 1 a 3 semanas.	Llaguitas blancas, redondas y dolorosas en la boca y puede haber en los labios.	Herpes simple B00.9	Preparar el cocimiento (hojas, ramitas, corteza) de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por taza de agua para hacer lavados o buches: Encino (1 dedo de la corteza machacada), Nance (1 dedo de la corteza machacada o 3 racimitos de flores), Llantén (3 hojas). Realizar los lavados 3 veces por día, de preferencia luego de las comidas principales y del lavado de dientes y boca, por 7 días. Otra preparación: El fruto del Tomate machacado para hacer frote en el área de la boca, para desinflamar disminuyendo el dolor.	Acetaminofen: Menores de 5 años: Adecuar a edad. De 5 a menores de 10 años: 10 ml. C/6hr. por 3 días (frasco de 120 mg./5ml.) ó Adolescente-adulto: 500mg. cada 6 hrs., por máximo de 3 días. Bicarbonato de sodio: Con la solución de ½ cucharadita de bicarbonato en 1 taza de agua tibia, hacer lavados o enjuagues 3 veces al día por 3 días.	Promover la limpieza de la boca. Orientar evitar el contagio a través de los trastos (apartarlos) durante los primeros 7 días.	Cita en 7 días. Sino hay una mejoría evidente referir al CR ó EAPAS PIAS para evaluar el tratamiento a seguir.

GRUPO 5: ENFERMEDADES MAS COMUNES DE LA PIEL Y MUCOSAS						
PASO 1		PASO 2	PASO 3		PASO 4	PASO 5
Pregunte	Observe/ escuche	Clasifique ó Impresión Clínica/ CIE 10	Actué Manejo intercultural Si el manejo indicado lo permite, pregunte al paciente por su disposición y elección de tratamiento:		Oriente y aconseje	Dé seguimiento
			A) Atención con recursos de la Medicina Natural	B) Atención con medicamentos esenciales		
<p>Frecuente en personas que toman antibióticos como Ampicilina o Tetraciclina, ó en niños que usan la pacha.</p> <p>Se refiere malestar y dolor en la boca.</p> <p>Por lo general hay dificultad para comer o tomar los alimentos.</p>	<p>Manchitas blancas al fondo de la boca o lengua y paladar.</p> <p>La (mucosa) boca puede estar enrojecida.</p>	<p>Moniliasis oral</p> <p>B37.0</p>	<p>Preparar el cocimiento (hojas, ramitas) de por lo menos 1 de las siguientes plantas medicinales por cada taza de agua para hacer lavados o buches:</p> <p>Hierbamora (3 ramitas con hojas y semillas). Y hacer en frotos con la planta fresca machacada,</p> <p>Nance (1 dedo de la corteza machacada o 3 racimitos de flores),</p> <p>Llantén (3 hojas),</p> <p>Albahaca (3 ramitas),</p> <p>Manzanilla (3 ramitas).</p> <p>Otra preparaciones: El fruto del Tomate machacado para hacer frote en el área de la boca, para desinflamar disminuyendo el dolor. Ó la Miel de abeja (De preferencia blanca) aplicar como frote en el área de la boca.</p>	<p>Lavar la boca con agua y Bicarbonato de sodio 3 veces al día.</p> <p>Nistatina. Oral 1 gotero 4 veces al día por 7 días.</p> <p>Nota: el uso de Violeta genciana es opcional y se aplicaría en el área de la boca 1 vez al día por 3 días.</p>	<p>Mantener la limpieza oral.</p>	<p>Cita en 3 días.</p>

ANEXO 1

FORMAS DE USO Y PREPARACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES:

En el presente documento se utiliza un grupo de plantas medicinales (Hierbas ó zacates) básicas que serán utilizadas en las CSC, y son para enfermedades comunes.

En la presente guía las formas de preparación y medidas sobre todo son de forma tradicional. Dependiendo de la enfermedad, de la planta y que parte se utilizará, así será la forma de preparación y de uso. Se recomienda hacer las preparaciones tal como se indican para aprovechar mejor las propiedades curativas de las plantas ó hierbas medicinales.

USO DE LA PLANTA FRESCA O SECA:

En ésta guía las medidas y recetas se dan con plantas secas o frescas. La planta seca es aquella cosechada hace ya un tiempo y secada. Y la Planta fresca es aquella recién cosechada.

Hay que prestar atención a las cantidades que se usan de las plantas, según sea seca o fresca. Normalmente 1 cucharada de la planta seca es igual a 3 cucharadas de una planta fresca, esto ya picadas o cortadas.

Las plantas secas conservan las propiedades medicinales de las plantas frescas si las hemos secado bien.

MEDIDAS:

Las cantidades están referidas al enfermo en particular, así:

1 puño	lo que agarra la mano del enfermo
1 ramita	del largo de la palma de la mano del enfermo
1 dedo	del largo del dedo índice del enfermo
1 pulgada	del largo de la última falange del dedo pulgar del enfermo.

Las medidas se dan por vaso de agua (250 ml.) utilizado en la preparación.

NOTA: El agua con la que se preparan las plantas debe ser hervida o clorada (1 gota de cloro por litro de agua).

PARTES DE UNA PLANTA:

Flores: Es la parte de la planta que se encuentra formada por un conjunto de hojas modificadas (pétalos, que componen la flor. La función de la flor es la reproducción de las plantas. Existen diferentes tipos de flores de acuerdo a su disposición o si forman grupos o no.

Hojas: Son vegetaciones o crecimiento del tallo y de las ramas. Por las hojas las plantas respiran y procesan sus alimentos.

Ramas: Es el crecimiento del tallo que al dividirse forma una serie de ramificaciones.

Ramitas: Son las divisiones finales de un tallo, las cuales sostienen las hojas, flores y frutos.

Tallo: Es la parte de la planta que sostiene a las ramas, hojas, flores y frutos, así también les lleva los nutrientes, y de regreso las sustancias que elaboran las hojas a la raíz. Una de las partes que lo componen es la corteza, por ejemplo, la corteza del pino.

Raíz: Parte de la planta que crece en la tierra.

Raíz tuberosa: Es la raíz que presenta una forma gruesa y carnosa. Ejemplo: La papa y el jengibre.

HIGIENE O ASEO EN LA PREPARACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES:

Es muy importante lavar con agua y jabón las manos y los trastos (utensilios) que se utilizan para la preparación de las plantas medicinales. La planta que se utiliza se lava con agua limpia (ya hervida o desinfectada con cloro) y la raíz se debe lavar con agua y jabón (pashteandola).

PARA ENDULZAR EL TÉ:

Si la forma de uso es un té, se recomienda para endulzarlo con miel de abeja o un pedacito de panela. De preferencia en la preparación de las plantas medicinales no usar azúcar.

NOTA:

Para las personas que padecen de gastritis no endulzar el té, porque empeora la gastritis.

Para niños menores de 1 año no endulzar el te con miel (Ni panela, ni azúcar).

En diabéticos solo usar miel de abeja (No más de la cantidad indicada en las recetas).

FORMAS DE USO Y PREPARACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES UTILIZADAS EN LA GUÍA:

En ésta guía sobre todo usamos las formas de uso en té, inhalado o baños.

TE

La palabra té se refiere a la forma de uso, en éste caso tomado. El té puede prepararse en forma de apagado o cocimiento.

APAGADO

Se prepara una planta medicinal en forma de apagado, cuando la parte de una planta que se va a usar es muy suave y frágil como las flores y hojas tiernas. Teniendo las plantas ya medidas se les hecha agua hirviendo, se tapa y deja reposar no menos de 5 minutos, luego se cuela y se puede tomar.

Partes de las plantas que se preparan en apagado:

Las partes suaves: hojas tiernas, flores.

COCIMIENTO

Se prepara una planta medicinal en forma de cocimiento cuando la parte de la planta que se va a usar son hojas maduras, ramas, corteza, raíces, o semillas. Esto consiste en hervir la planta medicinal en agua por 7 minutos si son hojas o ramas, o hasta por 15 minutos si son cortezas, raíces o semillas.

Partes de las plantas que se preparan en cocimiento:

Las partes duras: Hojas duras, raíces, semillas, cortezas.

JARABES

Hay dos tipos de jarabes, según las características de las plantas a utilizar:

El que se prepara con las plantas en Apagado.

El que se prepara con las plantas en cocimiento.

En cualquier caso, los jarabes siempre se preparan con:

El jugo de 2 naranjas y 1 limón (no se añade agua)

Se endulzan con 5 cucharadas de miel de abejas que, además, proporciona otros principios medicinales muy eficaces (Antimicrobiano, antiinflamatorios). Si no se dispone de miel de abejas, se puede añadir azúcar o panela.

Preparación:

Exprimir el jugo de 2 naranjas y 1 limón

Poner el jugo a hervir, en una olla tapada, a fuego lento. Mejor si es en Baño María.

Cuando está hirviendo el jugo, hay dos posibilidades:

1. Apagar las plantas: Sacar la olla con el jugo del fuego, echar las plantas bien lavadas y picadas, tapar la olla y esperar 5 minutos.
2. Cocer las plantas: Echar las plantas bien lavadas y picadas en el jugo hirviendo, tapar la olla y dejar cocer por 10 minutos a fuego lento.

Colar la preparación (estilando la tapadera) con un trapo limpio encima de otro recipiente (O con un colador)

Echar 5 cucharadas de Miel de Abeja, removiendo hasta que todo esté disuelto.

Dejar enfriar el jarabe en la olla bien tapada.

Plantas que se preparan en jarabe:

Las plantas indicadas en enfermedades respiratorias, pues esta forma de administración contribuye a aumentar la acción terapéutica.

INHALACIÓN

Se pone a hervir agua en una olla, de ser posible que no sea de aluminio.

Mientras tanto, se lavan las plantas, se pican y se echan en un guacal.

Cuando ya ha hervido el agua, se echa sobre las plantas en el guacal.

Sin esperar, se pone la cabeza sobre el guacal, con una toalla limpia por encima de la cabeza para guardar el vapor.

Se respira el vapor por la nariz, expulsándolo por la boca, hasta agotar la fragancia.

Plantas que se preparan en inhalación: Las plantas aromáticas que se indican en enfermedades respiratorias agudas, pues respirar sus vapores permite que los principios medicinales actúen directamente sobre las vías respiratorias.

NOTA:

Tradicionalmente en las comunidades de poblaciones predominantemente Mayas, se sigue usando el baño de vapor en **TEMASCAL** (Chuj, tuuj) para prevenir y favorecer la recuperación de varios problemas de salud incluyendo y muy especialmente los respiratorios; equilibrando la temperatura del cuerpo cuando es descontrolado por el frío y provoca enfermedades por tal desequilibrio.

BAÑOS

Las formas de preparación de las plantas medicinales son en apagado o en cocimiento (Ver preparación en página 62)

El baño como uso puede ser:

Al entrar al temascal (Ayudándose además con una palangana),

Al no tener temascal en la vivienda al entrar a un baño tipo ducha (Ayudándose con una palangana),

Al realizar un baño de asiento (Sumergir la región genital y caderas del enfermo-a).

LAVADOS

Con las formas de preparación de las plantas medicinales en apagado o en cocimiento (Ver preparación en página 62). El lavado es sobre la parte enferma del cuerpo.

CATAPLASMAS

Las plantas medicinales a usar deben estar frescas, se machacan, y se colocan en la parte enferma y se tapan con un trapo limpio o pañuelo por 3 a 4 horas. Se va cambiando, utilizando por varios días.

Se puede usar en partes adoloridas o golpeadas o para enfermedades de la piel.

LIENZOS

Llamadas también compresas, es para un uso externo en caso de dolores, como de espalda o cabeza, manos o pies. Se hace cociendo las plantas, luego se cuele, y se busca una toalla o trapo limpio para mojarlo con el cocimiento tibio a caliente, y se coloca en la parte adolorida o golpeada tapándolo. Al enfriarse se repite y coloca de nuevo el lienzo. Todo durante 10 a 15 minutos.

ANEXO 2

RECETAS CON PLANTAS MEDICINALES INDICADAS EN EL PRIMER GRUPO DE GUIAS DE ABORDAJE DE LA ATENCIÓN A PERSONAS EN LAS CASAS DE SALUD COMUNITARIAS.

RECETA 1

JARABE CASERO EXPECTORANTE Y DEL SUAVIZANTE

PREPARACIÓN DE BASE: Calentar a fuego lento (mejor si en Baño Maria) el jugo de 2 naranjas y 1 Limón en una olla que no sea de aluminio.

Elegir los ingredientes y forma de preparación según sea el efecto deseado por el tipo (ó etapa) de tos del enfermo, así:

EFFECTO	PREPARACION:
EXPECTORANTE: Fluidificar la flema (durante el día)	Quando esté a punto de hervir, echar las hierbas bien lavadas y picadas, por lo menos 2 de las siguientes: Eucalipto 5 hojas sazanas, 3 rajitas de Ocote del tamaño de un dedo, Jengibre 1 pulgada de raíz. Tapar la olla y dejar cocer por 10 minutos más A FUEGO LENTO Y SUAVE. Quitar del fuego y dejar enfriar. Estilar la tapadera, colar y agregar miel de Abeja (o panela o azúcar)

ó

EFFECTO	PREPARACION:
SUAVIZANTE: Calmar la tos (Durante la noche)	Quando empiece a hervir sacar del fuego y echar las hierbas bien lavadas y picadas, por lo menos 2 de las siguientes: Buganvilea 1 puño flores, Llantén 3 hojas, Malva 3 hojas, Manzanilla 3 ramitas. Tapar la olla y dejar apagar durante 5 minutos. Estilar la tapadera, colar y agregar miel de Abeja (o panela o azúcar. Sólo agregar miel de abeja en pacientes diabéticos)

Tomar cada hora durante el día o la noche (si el paciente se despierta y no puede dormir) según el caso:

Adolescente-adulto: 1 cucharada

De 1 a menores de 10 años: 1 cucharadita

Menor de un año: Media cucharadita.

NOTA: Este jarabe sólo se puede usar el mismo día que se ha preparado.

Ver en la siguiente hoja la receta de SUERO CASERO DE REHIDRATACIÓN.

RECETA 2

SUERO CASERO DE REHIDRATACIÓN

COMPOSICIÓN. Se debe mezclar por lo menos una planta de cada efecto:

Efecto antimicrobiano: Guayaba 5 hojas/ vaso (C) o Canela 1 dedo/vaso (C),

Efecto antiespasmódico: Pericón 3 ramitas/vaso (A) o Manzanilla 3 ramitas/vaso (A),

Efecto astringente: Mango 3 hojas/vaso (C) o Banano Maduro 1 fruto machacado (Cr),

Efecto cicatrizante: Llantén 3 hojas/vaso (C) o Banano verde 1 cda. del fruto raspado (Cr).

Otros ingredientes:

- Sal 1 tapita rasa,
- Miel de abeja (Panela o azúcar) 6 tapitas rasas,
- Naranja o limón el jugo de 1 o 2 frutos,
- Agua (De la más limpia posible) hervida o clorada 1 litro de preparación.

PREPARACIÓN:

- Hervir 4 vasos de agua.
- Cuando esta hirviendo echar las plantas que se cuecen (Guayaba y/o canela, y mango), bien lavadas y picadas. Cocer por 10 minutos a fuego lento y con la olla tapada.
- A los 10 minutos apagar el fuego y echar las plantas que se apagan (Pericón y/o Manzanilla, y Llantén), bien lavadas y picadas. Tapar y esperar 5 minutos.
- A los 5 minutos estilar la tapadera, colar la preparación y agregarle el resto de los ingredientes: Banano verde, Banano maduro, Naranjas y Limones, sal, miel (Azúcar o panela).

DOSIS:

Adolescente- adulto: Todo lo que desee, alternando con otros líquidos, como mínimo dos vasos después de cada evacuación, lentamente.

Niño: 1-10 años: Sorbos frecuentes de un vaso; como mínimo 1 vaso (250 ml. después de cada evacuación)

Bebé: (Menor de 12 meses): A cucharaditas continuamente; como mínimo 50-100 ml. después de cada evacuación.

NOTA:

Esta solución sólo puede usarse el mismo día de su preparación; si sobrara, se bota y se prepara de nuevo al día siguiente.

ANEXO 3

GUIA RAPIDA DE ALIMENTOS MAS ENCONTRADOS EN LA DIETA DE LA POBLACION Y SU RELACION CON EL EQUILIBRIO FRIO-CALIENTE, EN COMUNIDADES DE LOS PROYECTOS DE IMPLEMENTACION DE LA INS. (Boca Costa de Sololá/San Juan Ostuncalco)

FRIOS	FRESCOS	CALIENTES
Fríjol blanco y piloy	Habas	Fríjol: Negro.
Aguacate	Ejotes	Huevo (Duro)
Cerdo y sus derivados: Manteca, carne, etc.	Cebolla	Gallina y gallo criollos
Leche y sus derivados	Papa	Carne de res, caldo de res
Pollo de granja		Maíz, atol de masa
Chompipe	Agua de arroz	Arroz
Pescado		Rábano
Huevos		Zanahoria
Tomate		Malanga
Coliflor		Camote
Nabo		Ayote
Yuca		Pacaya
Repollo		Brócoli
Lima, Limón		Chile
Nance		Naranjas
Jocote		Guineo morado y de seda
Mango		Plátano
Cushin		Piña
Papaya		Zapote
Sandía		El ajo
Melón		Cacahuete
Chilacayote		Achiote
		Incaparina
HIERBAS: Punta de güisquil, punta de ayote, Bledo, berro, Quilete, Mostaza, hierba de flor amarilla, hierba de tes	HIERBAS: 7 camisas, lechuguilla, Buj uwi	HIERBAS: Quixtan, apazote, chipilin, hierbamora, hierba de Xub, hierba de T'u, hierba de raq'nak'al (pie de paloma)
Coco		Chocolate

NOTA: En las últimas 3 líneas se puede ir escribiendo otros alimentos clasificándolos según el equilibrio frío-caliente desde la forma de concebirlas los grupos socioculturales a los que atendemos.

ANEXO 4

5 RECOMENDACIONES GENERALES PARA PROBLEMAS RESPIRATORIOS

(En especial para personas -y su familia- con Neumonía y Sintomáticos Respiratorios, etc.)

1. Se contagia por medio de la tos, saliva y los mocos; para no contaminar a toda la familia es bueno taparse la boca cuando el enfermo tose; y hacer conciencia de lo importante de **NO** escupir en el piso del hogar o lugar donde hay otras personas.
2. Lavarse las manos seguido con agua (Tibia de ser posible) y jabón.
3. Cuidar que la toalla que usa el enfermo no la usen los niños y otras personas.
4. Si la persona con Neumonía está tosiendo en el mismo lugar donde todos duermen, puede contagiarse. Alejar la cama del enfermo lo más que sea posible del resto de la familia.
5. No es bueno respirar aire con polvo, o con humo (De leña o camionetas), o con mucho frío. Si la persona va a estar en lugares con aire contaminado, es bueno que se tape la nariz y la boca con un pañuelo.

NOTA ESPECIAL:

Como ASC es de gran importancia orientar a el enfermo o acompañantes sobre los signos de peligro en casos de neumonía y resfriado (Respiración rápida, no bebe o no bebe bien, desmayado o inconciencia, etc.)

ANEXO 5

LISTADO DE MEDICAMENTOS QUE SE MENCIONAN EN LAS GUÍAS DE ABORDAJE, SEGÚN LOS NÚMEROS DE PÁGINA EN EL LIBRO BUSCANDO REMEDIO.

Acetoaminofen. Pág. 379

Adrenalina Pág. 415

Albendazol. Pág. 396

Amoxicilina. Pág. 383

Bemzoato de bencilo. Pág. 405

Ciprofloxacina. Pág. 275

Cloranfenicol (Oftálmico). Pág. 255

Clorfeniramina. Pág. 387

Clotrimazol. Pág. 409

Doxiciclina. Pág. 392

Eritromicina. Pág. 393

Hidroxido de Aluminio con o sin magnesio. Pág. 382

Ibuprofén. Pág. 395

Mebendazol . Pág. 396

Metronidazol. Pág. 397

Multivitaminas. Pág. 431

Nistatina. Pág. 120, y 304

Penicilina benzatínica. Pág. 422

Penicilina procaina. Pág. 423

Prednisona Pág. 133

Salbutamol Pág. 399

Sal de hierro. Pág. 394

Tinidazol. Pág. 401

Trimetropin+sulfametoxazol. Pág. 402

Violeta genciana. Pág. 413

Yodo povidona. Pág. 414

PLANTAS MEDICINALES Y RECURSOS DE FUENTE ANIMAL UTILIZADAS EN ESTE GRUPO DE GUIAS DE ATENCIÓN, Y OTROS NOMBRES CON LOS QUE SE LES CONOCE EN CASTELLANO, EN K'ICHE' Y EN MAM.

Conoces otro nombre local, ¡escríbelo!

Planta Medicinal	Valor tradicional	Nombre			
		Científico	Otros nombres en castellano	Mam (San Juan Ostuncalco)	K'iche' (Boca Costa Nahualá e Ixtahuacán)
ACHIOTE	Caliente	Bixa orellana L.	Achiotillo	Ox	K'oshob
AGUACATE	Frío	Persea americana Mill.		Txaq oj	Oj
AJENJO	Caliente	Artemisia absinthium L.	Té ruso	Terus	K'a a q'ayes
AJO	Caliente	Allium sativum L.		Anx(')	Axu'x
ALBAHACA	Caliente	Ocimum basilicum		Albahaca	Albahaca
ALTAMISA	Caliente	Chrysanthemum parthenium L.	Artemisa	Xujq'en	Altamis
ALHUCEMA	Caliente			Alucem	
ALCOTAN	Caliente	Cissampelos pareira	Guaco	Guac	Qui'
AMARGON	Fresco	Taraxacum officinale	Diente de león		
ANIS	Caliente	Pimpinella anisum L.		Anis	Anix
APACIN		Petiveria alliaceae L.	Anamú, Zorrillo		Sk'aj par
APAZOTE	Caliente	Chenopodium ambrosoides L.	Epazote	Suq'en	Sk'aj
APIO	Fresco	Apium graveolens		Apio	Apio
ARROZ	Fresco			Arroz	
AVENA (grano molido o mosh)	Fresco	Avena sativa		Aven	
BANANO	Frío	Musa paradisiaca L.			
BOLSA DE PASTOR	Fresco	Capsella bursa-pastoris		Titzaj bix	Lotz
BRETONICA	Caliente			Tzok ojen	
BUGAMBILIA	Caliente	Bougainvillea Glabra		Bugambilia	Bombilia
CAFÉ (amargo)	Caliente	Coffea arabica L.		Cape	Café
CALAHUALA	Fresco	Polypodium aureum L.		Calahuala	
CANELA	Caliente	Cynnamomun zeylanicum Breyne			Canela
CAÑA REAL	Fresco				Exjatzi'
CARDOSANTO	Caliente	Cirsium mexicanum			Tú
CEBADA	Fresco	Hordeum vulgare		Cebad	
CIPRES	Caliente	Cupressus lusitanica Miller			K'isis
CHOCOLATE (cacao)	Caliente	Theobroma cacao L.			

Conoces otro nombre local en español o idioma maya, ¡escríbelo!

Planta Medicinal	Valor tradicional	Nombre			
		Científico	Otros nombres en castellano	Mam (San Juan Ostuncalco)	K'iche' (Boca Costa Nahualá e Ixtahuacán)
COLA DE CABALLO	Fresca	Equisetum giganteum		Teje chej	Uje Kej
CULANTRILLO DEL POZO	Fresco	Adiantum andicola	Culandrillo	Culandriy	
CHIPILIN	Fresco	Crotalaria guatemalensis Benth ex Oerts		Chipilin	Much'
ENCINO	Caliente	Quercus Sp.		Bansi'	
ESCOBILLO	Caliente			Escoby'	Tzy'sb'yl k'ul
EUCALIPTO	Caliente	Eucalyptus sp..			
FENOGRECO	Caliente			Fenogreco	
FLOR DE MUERTO	Caliente	Tagetes erecta L.		X'chu's	Ráxwash coxwa
FRIJOLILLO		Senna occidentalis (L.) Link.	Comida de murciélago	No identificaron	Kina'q uwaseck
GUAYABA	Caliente	Psidium guajaba L.		Guayab	Kek', Kia kiej
GRAMA	Frío	Digitaria sp.		Gram	Rixquiatap
GRANADILLA	Frío	Passiflora ligularis	Flor de pasión	Granadiy	Carnát
HIERBABUENA	Caliente	Mentha arvensis L.	Hierbabuena de comer	Yerbabuen te chibij	Arruwén, Al'wawén
HIERBA DEL CANCER		Acalypha guatemalensis	Paloma		No identificaron
HIERBAMORA	Caliente	Solanum americanum Mill.		Moch	Imut'
HINOJO	Caliente	Foeniculum vulgare Miller			Hinoj'
JABONCILLO		Pluchea symphytifolia (mill)	Siguapate	Pendiente	Tzaj'on
JACARANDA	Fresco	Jacaranda mimosifolia			
JENJIBRE	Caliente	Zingiber officinale		Xen Xiuj, Xiurj	Xip, Ship
JILIPLIEGUE	Fresco	Lepidium virginicum	Mastuerso	Titzanvix	
LENGUA DE VACA	Caliente	Rumex obtusifolia L.	Acedera	Tak' waq'x	Ra'q'wakaj
LIMON	Frío	Citrus limonium	Limón real	Lmunch	Alamnax, Limonash
LINAZA	Fresco	Linum usitatissimum L.		Linas	Linaza

Conoces otro nombre local en español o idioma maya, ¡escríbelo!

Planta Medicinal	Valor tradicional	Nombre			
		Científico	Otros nombres en castellano	Mam (San Juan Ostuncalco)	K'iche' (Boca Costa Nahualá e Ixtahuacán)
LIMA	Fresco	Citrus limeta		Lim	
LLANTÉN	Fresco	Plantago major L.	Lanten	Llantén	Uxkin imul
MALVA	Fresco	Malva parviflora L.		Malva	Tzelej
MANGO	Frío	Manguifera indica L.			
MANZANILLA	Caliente	Matricaria recutita L.		Manzaniy	Manzaníl
MAIZ, pelo de	Fresco	Zea mays		Xchu méx	
MIRTO	Caliente	Salvia microphylla H.B.K.		Mir, Mirt	Mirtt
NANCE	Caliente	Byrsonima crassifolia		Chapal	Tapal
NARANJA	Frío	Citrus, Citrus aurantifolia	Naranja y Naranja agria		
OCOTE	Caliente	Pinus montezumae Lambert			Chaj'
ORÉGANO	Caliente	Origanum vulgare		Orégano	
OROZUZ	Caliente	Limpia dulces	Hierba dulce		
PALO JIOTE		Busera simaruba (L.) Sarg.		Chilub'	Ja kamic
PERICON	Caliente	Tagetes lucida		Jaq' maq'	Iyá qáyes
PINO	Caliente	Pinus montezumae Lambert			Chaj
RICINO	Caliente	Ricinus communis	Higuerillo	Ma'x	Kowil' che', tzite'
ROMERO	Caliente	Rosmarinus officinalis L.		Romer	K'isisaq'ayes
ROSA JAMAICA	Fresca	Hibiscus sabdariffa L.		Rosa jamaica	Xkoq'abaq'ayes
ROSA SILVESTRE	Fresca	-----		Rojs	
RUDA	Fría	Ruta chalepensis		Rud	Ru ra'
SABILA	Fresco	Aloe vera			
SALVIA SIJA	Caliente	Lippia alba	Salvia santa	Salve, smacon	Ru k'a chij
SALVIA SANTA	Caliente	Buddleja americana L.	Salvia, árnica	Kiak Koc te'; Hoja santo	Ru k'a chij
SARSA DORMILONA	Fresco	-----			
TABACO	Caliente	Nicotiana tabacum L.		Sii'c	Met'
TAMARINDO	Fresco	Tamarindus indica		Tamarindo	
TE DE LIMON	Fresco	Andropogon citratus	Zacate limón	Lmon ch'iim; Te limonich	K'ma juyup
TILO	Caliente	Tilia platyphyllos		Tilo	

Conoces otro nombre local en español o idioma maya, ¡escríbelo!

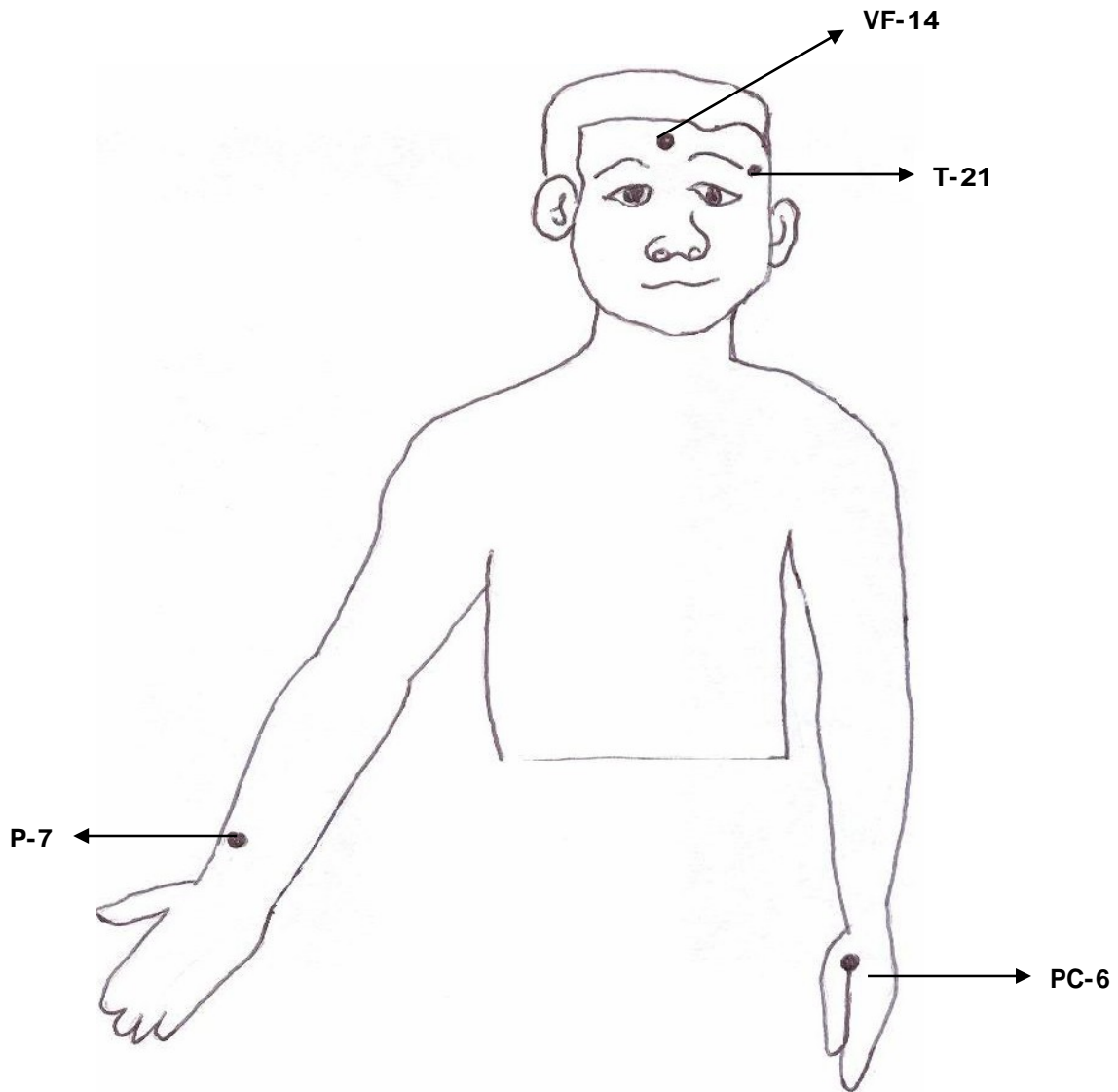
Planta Medicinal	Valor tradicional	Nombre			
		Científico	Otros nombres en castellano	Mam (San Juan Ostuncalco)	K'iche' (Boca Costa Nahualá e Ixtahuacán)
TOMATE	Fresco	Lycopersicum esculentum		Tomat	
TOMILLO	Caliente	Thymus vulgaris		Tomiy	
UÑA DE GATO	Fresca	Martynia Annu L.			
VALERIANA	Fresca	Valeriana urticaefolia H.B.K, Valeriana sp.		Txib'	Uxe 'ulew
VERBENA	Caliente	Verbena carolina Mich		Verben	
ZARZAPARRILLA	Fresca	Smilax regelii		Qúl	

Conoces otro nombre local en español o idioma maya, ¡escríbelo!

Recurso de fuente animal (ZOOTERAPIA)	Valor tradicional	Nombre		
		Otros nombres en castellano	Mam (San Juan Ostuncalco)	K'iche' (Boca Costa Nahualá e Ixtahuacán)
Miel de abeja	Fresco-caliente		Tmiel onim	
Vinagre	Fresco		Vinagr	

GRAFICO 1

Puntos de digitopresión para cefalea



BIBLIOGRAFIA

1. ASECSA 1,998. Las Plantas Medicinales en la Salud de la Comunidad. Guatemala.
2. Atención Integral por la Salud/Ministerio de Salud/Centro de Investigación y Estudios de la Salud/OPS 2001. Buscando remedio. Atención básica y uso de medicamentos esenciales. Nicaragua.
3. CEMAT-FARMAYA. Series de Fichas Populares sobre Plantas Medicinales. 1ª. Edición (1,981), 2ª. Edición (1,990-2). Guatemala.
4. Clínica Maxeña 1,998. Memoria de cursillos de promotores, giras educativas en las comunidades e intercambio de conocimientos entre gente que cura tradicionalmente. Programa Plantas Medicinales y Dental. Guatemala.
5. Fundación Defensores de la Naturaleza 1,997. Salud Familiar y Plantas Medicinales en la Sierra de Las Minas. Rebeca Orellana Ayala (Investigadora). 1ª. edición.
6. Instancia Nacional de Salud 2002. Hacia un Primer Nivel de Atención en Salud Incluyente –bases y lineamientos. Guatemala.
7. Instancia Nacional de Salud 2003. Documentos de capacitación y entregados a ASC, Módulo 3/PIAS. Proyecto de implementación. Guatemala.
8. Instancia Nacional de Salud 2004. CIE-10 Listado de Enfermedades según Clasificación. Compilación de Cooperativa El Recuerdo, Mauricio Van Huesden. Guatemala.
9. Instancia Nacional de Salud 2004. Documento de listado de medicamentos de Casas de Salud Comunitaria /PIAS. Proyecto de implementación. Guatemala.
10. Instancia Nacional de Salud 2004-5. Informes de morbilidad de la atención en las Casas de Salud Comunitaria de la Clínica Maxeña e IDEI a enero del 2,005. Proyecto de implementación.
11. Instancia Nacional de Salud 2004. Informes mensuales de la actividad de el Dr. José Luis Albizú.
12. Larousse usual 2003. Diccionario Enciclopédico (Guatemala, nueva edición). 9ª. edición y 9ª. reimpresión.
13. Médicos del Mundo España, Jardines del Mundo y Rxiiin Tnamet 2002 . Plantas Medicinales y Comadronas: Manual para el personal de salud. Guatemala.

14. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social 1997. Manuales de referencia para la aplicación de las Normas de Atención: En Enfermedades Diarreicas y Cólera, y Tuberculosis. Sistema Integral de Atención en Salud. Guatemala.
15. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social 1998. Normas de Atención. Sistema Integral de Atención en Salud. Guatemala.
16. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social 2,001. Protocolos de la Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia. Guatemala.
17. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social/Grupo Técnico Interinstitucional 2,003. Protocolos y material IEC de la Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia (AIEPI) y la Atención Integral de la Niñez y la Mujer a nivel comunitario (AINM-C). Guatemala.
18. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social 2004. Protocolos de Vigilancia Epidemiológica. Guatemala.
19. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social 2005. Manual de Referencia para la aplicación de las Normas de Atención, Primer Nivel. Guatemala.
20. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social/ Médicos Descalzos Guatemala/OPS/OMS/ASDI 2000. Guía terapéutica Para uso de los Servicios de Salud. Guatemala.
21. Pro Redes Salud/AID 2,004. Sistema de Información AIEPI AINM-C. Guatemala.
22. Revista Ciencias Médicas Holguin (Suplemento especial). 1,990. Manual Practico de Acupuntura. Cuba.
23. Salud Materna Neonatal/JHPIEGO/AID. Octubre 2,003. Atención Obstétrica de Emergencia. Guía de referencia rápida para proveedores en el campo.
24. Tradiciones Mayas 2001. Manual de Plantas Medicinales. Panajachel, Sololá. Guatemala.
25. World Health Organization 2004. Acute Care. Integrated Management of Adolescent and Adult Illness Project. WHO HIV Department.
26. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala. SIAS. Protocolos de Atención Área materno Infantil: Obstétrica, alto Riesgo Obstétrico, Ginecología, Oncología. Guatemala, Diciembre 1,997.

ENTREVISTAS:

- Alimentos clasificados como calientes y fríos. Entrevista realizada a comadronas de la Boca Costa de Sololá. Marzo 2,005. por Dr. Juan Poz.
- Plantas medicinales del Municipio de San Juan Ostuncalco del Departamento de Quetzaltenango. Entrevista realizada a el Sr. Pedro Antonio Vásquez, en oficina IDEI, Quetzaltenango. Mayo 2,005.
- Nombres de plantas medicinales en Mam local de área rural del Municipio de San Juan Ostuncalco del Departamento de Quetzaltenango. Entrevista realizada al Sr. Simón Romero Vásquez y a la Sra. Cristina Fuentes, Agentes de Salud Comunitaria Proyecto San Juan/IDEI, Enero 2006