
ÍNDICE

Las palabras están apuntadas en este orden:

A B C D E F G H I J K L L L M N Ñ O P Q R R R S T U V W X Y Z

Los números de página que aparecen en **este tipo de letra**, le indican dónde encontrar la referencia principal en este libro. Las medicinas incluidas en las Páginas Verdes, se encuentran en el Índice de Medicinas, pág. 341.

A

- Abdomen** (vea Barriga)
Abertura del parto (Vea Vagina)
Aborto, 243, 284, **414-415**
 (Vea también Pérdida)
Aborto espontáneo (Vea Pérdida)
Absceso,
 causado por una inyección, 67, 69, 74
 de un diente, 230-231
 de un pecho (mastitis), 278
 debajo de la piel, 202
 del hígado, 144-145
Absceso de Delhi (Vea Leishmaniasis)
Aceite de ricino, 16
Aceite mineral, 16, 383
Acido fólico, 118, 321, **393**
Acné (espinillas), **211**, 395
Acupuntura, 74, 401
Adicción, 416-417
Afectado del pulmón (Vea Tuberculosis)
Afiches, t22
Agotamiento por calor, 81
Agricultura, t13, 412-413
Agruras,
 dieta para, 128-129
 durante el embarazo, 248
 medicinas para, 381-382
 medicinas que se deben evitar, 54
Agua, cómo curar con, 45-48
 para calentura o fiebre, 75
 para calmar dolor de quemaduras, 96
 para el aseo, 46, 131, 135, 137-139, 144,
 146
 respirar vapores, 47, 168, 384
 y transmisión de enfermedades, 146,
 188
Agujas, 74, 399, 401
Ahogo en agua, **79**
Ahogoú, 79, 314
Ajo, 12, 241, 242
Alacrán, piquete de, 11, **106**, 337, 388

- Alcohol (bebidas alcohólicas)**
 problemas que causa, 119, 148-149, 325,
 326, 400, 416
 y golpe de calor, 81
Alcohólicos Anónimos, 417, 435, 437
Alcoholismo, **148-149**, 416-417
Alergias (Vea Reacciones alérgicas)
Algodoncillo (moniliasis), 232, 242, 400
Alimentación, t11, t13-t16, **107-130**, 295
Alimentar con biberón, 120, 154, 296
Alimentos
 a precios bajos, 116-118
 dañados, 103, 135
 de origen vegetal, 116
 nutritivos, 110-111, 295
 para enfermos, 41
 para niños chiquitos, 120-122
 para una persona con diarrea, 155-156
 producción de, t11
 que dan energía, 110-111
 que forman el cuerpo, 110
 que protegen la salud, 110
 (Vea también Alimentación, Dieta)
Almidones, 110, 203, 408
Almorranas (hemorroides), 16, **175**
 durante el embarazo, 248
 medicinas para, 392
Aloe vera (zábila), 13, 129
Amarillos, ojos y piel, 30, **172**, 274, 318,
 321, 328-329, 393
Amibas (amebas), **144-145**, 336, 368-369
Amigdalitis (anginas inflamadas), 309
Ampollas
 causadas por medicinas, 358, 361
 causadas por tocar ciertas plantas, etc.,
 204
 con eczema, 216
 con viruela loca, 311
 de quemaduras, 96
Amputación, 409
Analgésicos (calmantes para el dolor),
 379-380

Anemia, 124

- causas de, 113, 124
- durante el embarazo, 248-249
- en niños, 307, 321
- tratamiento, 335, 392-394

Anestésico, 380-381**Anginas (amigdalitis), 309****Angina de pecho, 325****Año (fundillo), 233**

- con almorranas, 175
- con llagas, 238, 400, 402, 403

Antiácidos, 52, 64, 129, 248, 324, 381-382**Antibióticos, 52, 55-58, 156, 351-365**

- de alcance amplio, 56, 58, 353, 356-359
- de alcance reducido, 56

Anticoncepción, 284-294, 394-396**Anticonceptivos orales, 285-289, 394-395****Antidiarréicos, 156****Antiespasmódicos, 235, 329, 381****Antihistamínicos, 70, 165, 204, 386-387****Antitoxinas o antivenenos, 388-389**

- para tétano, 389
- y choque alérgico, 70, 105
- (Vea también Contravenenos)

Apéndice, 94**Apendicitis, 36, 94-95****Apoplejía, 37, 78, 288, 327****Aprender, t4, t21-t28, 322****Araña, piquete de, 106****Arrojadera (Vea Vómitos)****Arteriosclerosis, 326****Artritis (reuma), 173, 324**

- medicinas para, 51, 379-380

Artritis reumatoidea, 324**Ascaris (lombriz grande redonda), 140-141**

- y asma, 167

Aseo, 131-139

- al inyectar, 68, 74, 401
- consejos básicos para el, 133-139
- de la boca y la dentadura, 229-231
- de los niños, 136, 296
- de instrumentos, 74, 401
- durante y después del parto, 260, 263
- para evitar infecciones, 74, 84, 401, 414
- personal, 39, 41, 133-135
- público, 137-139

Asma, 167, 337, 385-386**Ataques (convulsiones), 23, 178**

- en meningitis, 185
- en niños, 307, 319
- en paludismo cerebral, 186, 367
- medicinas para, 336, 389-391
- por calentura o fiebre alta, 76
- por dificultades al nacer, 273, 319

(Vea también Espasmos)

Atención o ayuda médica

- cuándo conseguir, 43, 159
- enfermedades que siempre necesitan, 179-192

Autosuficiencia, t2, t11, t21**Azúcares, 110, 111, 382****Azul de la piel, labios y uñas, 30****B****B.C.G. (vacuna contra tuberculosis), 147,**

- 180, 185

Bacterias, 19, 55**Balanzas (para pesar bebés), 297****Balazos**

- en brazos o piernas, 90
- en la barriga, 15, 92-93
- en la cabeza, 91

Bañarse

- e higiene, 133
- madres después del parto, 8, 276
- personas enfermas, 7, 39
- recién nacidos y bebés, 7, 215, 263

Barbas de maíz (remedio casero), 12**Barriga**

- bolas o bultos en, 280
- cómo examinarla, 35-36
- dolor en el vientre, 12, 243
- 'panza peligrosa', 93-94
- (Vea también Barriga hinchada, Tripa)

Barriga hinchada

- diferentes causas de, 20
- en niños, 107, 112, 114, 321
- por desnutrición, 112, 114
- por embarazo, 248, 249
- por infección de giardia, 145
- por tripa tapada, 94
- (Vea también Tripa)

Barros, 211**Basca (Vea Vómitos)****Bazo hinchado, 186, 393****Bebés**

- cómo examinarlos, 34
- con diarrea, 159
- con enfermedades de la piel, 215
- su dieta ideal, 120-121
- (Vea también Niños, Recién nacidos)

Bebidas alcohólicas (Vea Alcohol)**Bell, parálisis de, 327****Béquicos (para tos), 52, 384****Bilharzia, 146****Bilis, 329****Bilmas o yesos caseros, 14, 98, 319****Boca, 107, 229-232**

Bocio, 10, **130**
Bolas y bultos
 en la barriga, 35, 243, 280
 en la cara y en el cuerpo, 191, 228
 en los pechos, 279
 que siguen creciendo, 196, 280
 (Vea también **Nodos linfáticos hinchados**)

Bolsa de aguas, 256, 258, **259-260**
Bolsa de lágrimas, infección de la, 217, **223**

Bolsas de arena, 100
Boquillas, 232
Borrachera, t6, 148-149, 318, 326, 328
Boticario, palabras al, 338
Botiquín de la comunidad, 336-337
Botiquín, 331-337
Bragueros, 315

Brazos
 hormigueo o dolor de, 23, 325
 músculos y nervios de, 37

Bronquitis, 170
Brucelosis (fiebre de Malta), 27, **188**
Brujería, 5, 24
Bubones, **238**, 403
Buche, 10, **130**
Buena sugestión, 2-3

C

Cabello (Vea **Pelo**)
Cabeza
 golpes y heridas en la, 37, 78, 91
 infecciones de hongos en la, 205
 'secas' en la, 88

Cabeza, dolor de, **162**, 249, 410
Caca (Vea **Excremento**)
Caca-a-boca, transmisión de enfermedades, **131-133**, 140, 188

Caducidad, fecha de, 332
Caida de mollera, 6, 9, 151, 274

Calambres,
 en la barriga, 12, 35, 106, 145, 147, 243, 381
 por calor, 81

Calcio
 en cáscaras de huevo, 116
 para el piquete de araña (ubar), 106
 para huesos débiles, 246
 peligro al inyectarlo, 53, 67
 y raquitismo, 125

Cálculos en los riñones o la vejiga, 235
Calentura o fiebre
 cómo bajarla, 75, 76, 335
 cómo da la fiebre de diferentes enfermedades, 26-27, 30, 31

del parto, 27, 276, 283
 dieta para, 8
 en niños, 306
 en recién nacidos, 270, 273
 muy alta, 6, 15, 75-76, 335

Callos, 210

Calor
 agotamiento por, 81
 calambres por, 81
 golpe de, 78, 81

Calostro, 277

Camilla, 100

Camino de Salud, tarjeta del, t20, t24, **297-304**

Cáncer, **25**, 412
 de la matriz, 280
 de la piel, 211, 399
 de los pechos, 279
 y anticonceptivos inyectables, 396
 y anticonceptivos orales, 288-289
 y el fumar, 119, 149, 168

Cándida (Vea **Moniliasis**)

Cangrena, 213

Cansancio, 23, 124, **323**, 400

Cara
 bolas o mecates en la, 191
 hinchada y torpe, 318
 parálisis de la, 37, 327

Caracoles, 146

Carbohidratos (alimentos que dan energía), 110, 121

Cardón, 13, 232

Caries, 229-230

Carnosidad, 224

Cartulinas, t22

Cáscara sagrada, 16

Caspa, 215

Cataratas, **225**, 323,

Catarro y gripa, 45, 57, **163**, 308
 dieta para, 123

Causas de enfermedad, t6-t7, t10, t27, **17-19**

Cazabe (mandioca, yuca), **117**, 130
 para estreñimiento, 16, 126, 383

Ceguera, **221-222**, 412
 causada por golpes y heridas, 218
 ceguera del río, 227-228, 378
 ceguera nocturna, 113, 226-227, 337
 protección para bebés, 221, 237, 379

Celulitis, 212

Cepillo dental casero, 230

Cera en los oídos, 405

Cereal, 152, 382

- Cerebral, derrame o accidente**, 37, 78, 288, 327
- Cerebro, daño del**, 319-320
por calentura o fiebre alta, 76
por quistes de lombriz solitaria, 143
y ataques, 319
- Cerviz**, 288
- Cicatrices**
en la córnea, 224, 226, 228
en los párpados, 220
prevención en quemaduras, 97
- Cigarros** (Vea Fumar)
- Cintura, dolor de**, 173, 248
- Circuncisión**, 74, 401, 404
- Ciricua**, 207
- Cirrosis del hígado**, 108, 148, 328
- Cirugía** (Vea Operaciones)
- Clamidia**, 221, 234, 236-237, 255, 360
- Clima frío**, 408-409
- Climaterio (menopausia)**, 246
- Cíforis**, 233
- Cloro**, 74, 401
- Cocaína**, 416-417
- Coitus interruptus**, 285, 290
- Cólera**, 158
- Cólicos (torcijones de la tripa)**, 12, 35, 145, 157
- Coma**, 78
- Comedias**, t23
- Comezón**
causada por hongos, 205, 242
causada por lombrices, 140-142, 228
causada por medicinas, 68, 70-71, 166
causada por plantas, 204
con ronchas o salpullido, 68, 166, 203, 236, 238
con sarna, 199
con viruela loca, 311
en el ano (oxiuro), 141
en las manos con sífilis, 238
medicinas para, 335, 386
- Comidas** (Vea Alimentos)
- Comité de salud del pueblo**, t24
- Comodidad del enfermo**, 39
- Compartir**, t1-t2, 115
- Complicaciones del aborto**, 243, 414-415
- Compresas (lienzos)**, 193-195
- Condiciones sociales**, 283, 401, 415, 417
- Condón**, 239, 285, 290, 396, 401-403
- Congelación**, 409
- Congestión**, 23
- Conjuntivitis**, 219-221, 308
en recién nacidos, 221
(Vea también Recién nacidos)
- Conocimiento, pérdida del** (Vea Inconsciente)
- Conocimientos, cómo compartirlos**, t2, t4, t15, t21-t28
- Constipado de la nariz**, 164-165, 384
- Contacto, dermatitis de**, 204
- Contagio de enfermedades**, 131-137
- Contracturas**, 314
- Contravenenos**, 70, 388-389
para mordedura de víbora, 105, 388
para piquete de alacrán, 388
- Control de la natalidad** (Vea Planificación familiar)
- Convulsiones** (Vea Ataques, Espasmos)
- Cooperativas**, t24
- Coqueluche**, 313
- Coquetas**, 312
- Corazón**
ataques al, 23, 325
confusión con agruras, 128
mal de, 33, 310, 325, 410
- Cordón umbilical**,
cómo cortarlo, 262-263
enredado en el cuello del bebé, 268
infección del, 270, 272
y tétano (mozusuelo), 182
- Córnea del ojo**, 217, 218, 224, 225, 226, 228
- Cortadas**, 84-86
- Corticoesteroides**, 51, 129, 364
- Cortisona**, 51
- Costillas quebradas**, 99
- Costuras para cerrar heridas**, 86, 255, 269
anestésico para que no duela, 380
- Coyunturas**
dolorosas e hinchadas, 101-102, 173, 310, 324
torcidas o falseadas, 102
- Crecimiento de niños**, 107, 297-304
- Creencias**
que pueden hacer daño, 4, 5, 10-11
que pueden hacer provecho, 2
- Creencias populares**, 3, 6-8, 123
(Vea también Remedios caseros)
- Cretinismo**, 318
- Cuates**, 251, 256, 269, 289
- Cucharitas para medir**, 61
- Cuello**
quebrado, 99
tieso, 38, 182-185, 274
- Cuidado prenatal**, 250-253
- Cuidados de salud de la mujer**, 241
- Curaciones caseras** (Vea Remedios caseros)

CH

- Chagas, enfermedad de**, 406-407
- Chancro**, 237
- Chancro blando**, 236, 238, **403**
- Chichis** (Vea Senos)
- Chinches**, 200
- Choque**, 30, **77**, 325
 - alérgico, 70, 105, 166, 351, 386-387, 410
 - en la madre después del parto, 265
 - latidos del corazón durante, 33, 410-411
 - por quemaduras graves, 97
- 'Chorro'** (Vea Diarrea)

D

- D.P.T. (vacuna 'Triple')**, 147
- Dacriocistitis**, 223
- Debilidad, cansancio**, 23, 124, 323, 400
- Dedos extras**, 318-319
- Defectos del niño al nacer**, 6, 247, 272, 289, **316-321**, 412
- Deformidades**,
 - al nacer, 289, 316-321
 - con lepra, 191-192
- Delirio**, **24**
 - y paludismo, 186
 - y tifoidea, 189
- Dengue**, 187
- Dentadura**, 133, **229-232**
- Dermatitis de contacto**, 204
- Derrame o accidente cerebral**, 37, 78, 288, **327**
- Desaldillado** (Vea Hernia)
- Descongestionantes**, **164**, 165
- Desecho vaginal**, **241-242**, 370-371
- Deshabilidades** (Vea Discapacidades)
- Deshidratación**, **151-152**
 - medicinas que no se deben tomar, 52-53, 156
 - peligro al usar laxantes, 15, 383
 - prevención y tratamiento, 152, 156, 382-383
 - y caída de la mollera, 9, 274
 - y diarrea, 46, 155
- Desmayo**, 78, 79, 81, 325, 327
- Desnutrición**
 - causas de, 115, 283, 412
 - clases de, 112-114
 - durante el embarazo, 248
 - en niños, 107, 114, 305-306
 - mojada (kwashiorkor), 113
 - prevención y tratamiento de, 108, 109, 112-113, 155-156, 392-394
 - problemas que resultan por, 107, 306
 - prueba para, 109, 112-113, 297-304

- seca (marasmo), 112
- señas de, 30, 37, 108, 112, 113, 208-209, 305
- y diarrea, 153-155
- Diabetes**, **127**, 251, 410
- Diafragma (para no tener hijos)**, 285, **290**, 396
- Diarrea**, 151-160
 - bebés con, 159, 271
 - causas de, t7, 17, 107, 132-133, 135, 153, 399, 400
 - con lombrices, 142
 - con sangre, 144-145, 157-158, 306, 401
 - con vómitos, 151, 157
 - grave, 151, 160
 - prevención de, t7, 46-47, 154
 - remedios caseros para, 11, 12
 - tratamiento, 58, 152, 155-158, 384
 - y caída de la mollera, 9
 - y disentería, 144-145, 153, 306
- Días fértiles**, **244**, **291**
- Dientes picados**, **229-230**
- Dieta**,
 - con anticonceptivos orales, 286
 - congestión y, 23
 - cosas que se deben evitar, 119
 - creencias peligrosas sobre la, 123
 - mientras se toman medicinas, 123
 - para calentura, 8
 - para ciertas enfermedades, 40, 124-130, 154-156
 - para madres después del parto, 8, 123, 276
 - para mantener la buena salud, 110-111
 - para niños chiquitos, 120-122
 - para *personas enfermas*, 40, 123
 - (Vea también Alimentación, Alimentos)
- Dietas para ciertas enfermedades**, 40, **124-130**
 - anemia, 124
 - bocio o buche, 130
 - diabetes, 40, 127
 - diarrea, 155-156, 159
 - estreñimiento, 16, 126, 383
 - gente gorda, 126
 - indigestión ácida, agruras y úlceras, 128-129
 - presión alta de la sangre, 125
- Difteria**, 147, 296, **313-314**
- Digestión**, 13
- Dígito-presión**, 419-424
- Direcciones para conseguir materiales educativos**, 435-438

Discapacidades

cómo las inyecciones causan, 74, 314
 en niños, 74, 314, 318-321

Disco zafado, 173

Discusiones en grupo, t24-t27

Disentería, 144-145

(Vea también Diarrea)

Dislocaciones, 38, 101, 316

DIU (dispositivo intrauterino), 281, 285, 290, 396

Dolor

al orinar, 146, 235-236, 239, 242-243
 de espalda, 173-174, 248
 de las coyunturas, 101-102, 173, 310, 324
 de ijar, 22
 de muela, 165, 231
 de ojo, 217, 219, 221, 222
 del pecho, 179, 325
 en la barriga, 12, 35-36, 94-95, 128, 146, 243
 en la pierna, 288
 medicinas para, 19, 52, 75-76, 162, 335, 379-380
 preguntas sobre, 29
 (Vea también Cabeza, dolor de; Calambres)

Dosis, información sobre, 340

Down, mal de, 318

Drenaje de flema en los pulmones, 169

Drogadicción, 399, 401, 416-417

Dulces, 115, 119, 122, 229, 408

E

Eclampsia (toxemia del embarazo), 249

Eczema, 216

EIV (Vea Enfermedad inflamatoria del vientre)

Embarazo, 247-255

alimentación durante, 118, 250
 anemia durante, 124, 248-249, 392, 393
 cómo evitarlo, 284-295
 cómo mantener buena salud durante, 247
 cómo tantear la fecha de nacimiento del bebé, 252
 crecimiento y posición del bebé, 251-252, 257
 cuidado o visitas prenatales, t24, 250, 253, 410
 dificultad en salir embarazada, 244
 ectópico (fuera de la matriz), 36, 243, 249, 280, 414
 hemorragia durante, 249, 264, 281

lo que se debe tener listo antes del parto, 254-255

medicinas durante, 6, 54, 247
 problemas menores, 174, 248, 251
 registro de cuidado prenatal, 253
 rubéola durante, 247, 312
 señas de peligro, 249-251
 señas normales, 247
 (Vea también Planificación familiar)

Embolia, 37, 78, 288, 327, 410

(Vea también Golpe de calor)

Emergencias

causadas por calor, 81
 causadas por frío, 408-409
 de la barriga, 93-95
 en que es importante inyectar, 66
 reponer medicinas para, 332

Empacho, 22

Encías, 229-232

hemorragia de las, 107, 231
 hinchazón causada por medicina, 231
 pálidas, 124

Enfermedad de células falciformes, 30, 321, 393

Enfermedad inflamatoria del vientre, 237, 243, 244, 414

Enfermedades

causas de, 17-20, 107
 cómo distinguirlas, 20-21, 26-27
 comunes, 151-178
 contagio de, 131-137, 140, 188-189, 237-239, 399
 de gente mayor, 323-330
 de niños, 215, 272-275, 311-314
 de mujeres, 241
 'frías' y 'calientes', 119
 infecciosas, 18-19, 135
 no infecciosas, 18
 nombres caseros o 'populares', 21-26
 peligrosas o graves, t28, 42, 179-192
 prevención de, 131-150

Enfermedades de transmisión sexual (ETS), 237-239, 399-403

Enfermedades venéreas (EV) (Vea Enfermedades de transmisión sexual)

Enfisema, 170

Enseñanza, t2, t4-t5, t21-t28, 321

direcciones para materiales educativos, 435-438

Entablillado para huesos quebrados, 14, 98-99

Entumecimiento (Vea Pérdida de sensibilidad)

Envenenamiento, 103, 389
 del embarazo, 249,
 por comida dañada, 23, 103, 135, 153,
 161
 por orines, 239-240
Epilepsia, 38, 178, 319, 389-391
Equilibrio natural, 58
Equipo
 para el parto, 254-255
 para el botiquín, 334, 336
Erisipela, 212
Escorpión, mordedura de, 106
Escrófula, 212
Escroto, 233
 con granitos y mucha comezón, 199
 hinchado, 317
Esfigmomanómetro, 410
Espalda, dolor de, 173-174, 248
Espasmos, 183
 con tétano, 182-184
 por piquete de ubar o viuda negra, 106
 (Vea también Ataques)
Espástico, 38, 319-320
Espermas, 233, 244
Espemicida, 396
Espinillas, 211
 (Vea también Viruela loca)
Espuma vaginal anticonceptiva, 285, 290,
 396
Esquistosomiasis, 146, 337, 377
Estériles,
 hombres y mujeres, 236, 244, 412
 vendas, 87
Esterilización,
 de instrumentos, 74, 401
 de jeringas, 69, 72, 74
 para no tener hijos, 284, 285, 293
Esteroides anabólicos, 51
Estetoscopio, 410
Estómago, dolor de, 12, 93
 (Vea también Barriga, Calambres)
Estrabismo, 223
Estreñimiento, 16, 126
 como seña de 'panza peligrosa', 94
 durante el embarazo, 248
 tratamiento y prevención, 126, 383
Estreptococo, infección de, 310
Evaluación, t20
Examinar
 a un enfermo, 29-38
 a una mujer embarazada, 250-253
 la vista, 223
 los ojos, 33, 217
 los pechos, 279

para apendicitis, 36, 95
 para hernia, 94, 317
 para reflejos de las rodillas, 183
Excisión, 404
Excremento,
 blanco o pálido, 172
 como agua de arroz, 158
 con sangre, 128, 146, 189
 e infecciones, 84, 96, 131
 en boca y nariz de recién nacidos, 268
 en casos de diarrea (disentería), 144-145
 en casos de esquistosomiasis, 146, 377
 en casos de 'panza peligrosa'
 (obstrucción), 94
 en casos de tifoidea, 189-190
 en casos de úlcera (excremento negro
 como alquitrán), 128
 en remedios caseros, 11
 (Vea también Estreñimiento)
Excusados, 137-139
Expectorantes (para tos), 52, 384
Experimentos, t15
Extracto de hígado, 65, 67

F

Farmacista, palabras al, 338
Fatiga, 23, 124, 323, 400
Fecha de caducidad, 332
Féculas, 315
Fetoscopio, 252, 255
Fiebre (Vea Calentura)
La Fiebre, 26
Fiebre de Malta (brucelosis), 27, 188
Fiebre del heno, 165
Fiebre del parto, 27, 276, 283
Fiebre Dumdum (Vea Leishmaniasis)
Fiebre ondulante (brucelosis), 27, 188
Fiebre reumática, 27, 310
Filminas, t22
Flebitis, 288
Floripondio (remedio casero), 12
Flujo vaginal, 241-242, 370-371
Flúor, para los dientes, 229
Folículos dentro de los párpados, 220
Forro (condón), 239, 285, 290, 396, 401-403
Fracciones, 59-60, 340
Fracturas de los huesos, 14, 98-99
Franelógrafos, t22
Fumar
 durante el embarazo, 318, 416
 problemas por, 119, 129, 149-150, 289,
 325, 326, 400, 416

G

Ganglios (Vea Nodos linfáticos hinchados)

Gangrena, 213

Garganta

algo atorado en la, 79

bulto en la, 10, 130,

dolor de, 163, 309-310

Garrapatas, 190, 201

Gaseosas, 115, 150, 155, 161, 229

Gelusil, 173

Gemelos, 251, 256, 269, 289

Genitales, 205, 232, 233-244

llagas en, 237, 402-403

Gente gorda, 126, 325-326, 329

Gente mayor, 83, 214, 235, 323-330

Gérmenes, 19

Giardia, 145, 336, 368-370

y diarrea, 153, 158

Glándula prostática, 233, 235-236

Glaucoma, 33, 222, 323

Golpe de calor, 78, 81

Golpes (Vea Heridas)

Goma (condón), 239, 285, 290, 396, 401-403

Gonorrea, 221, 236-237, 255, 360

(Vea también Enfermedades de transmisión sexual)

Gramos, medidas en, 59-60

Granos con pus, 201, 211

Grasas y aceites, 111, 121

Gripa (gripe), 45, 57, 163, 308

Guaco (huaco), 3

Guaguana (sarna), 34, 199-200, 335, 373

Guantes, de hule o de plástico, 255, 262, 264, 401

Güinas, 201

Gusanos (Vea Lombrices y gusanos en la tripa)

H

Hambre (Vea Desnutrición)

Hansen, mal de (Vea Lepra)

Heces, 132, 242

(Vea también Excremento)

Hechicería, hechizo, 2, 5, 6, 24

Hemorragia

cómo controlarla, 13, 82-83

de la nariz, 11, 83

de las encías, 107, 231

después del parto, 263-266, 337, 391

durante el embarazo, 249, 281

durante la menopausia, 246

en el recién nacido, 337, 394

en lo blanco del ojo, 225

en una persona inconsciente, 78

fuerte, 82, 243, 246, 264, 281, 404, 410, 414

y anemia, 124

(Vea también Sangre)

Hemorroides (Vea Almorranas)

Hepatitis, 26, 172, 416

Heridas

balazos y puñaladas, 89-93

cómo cerrarlas, 85-86

cómo controlar la hemorragia, 82

de una persona inconsciente, 78

en el ojo, 217-218

en el pecho, 91

en la barriga, 92

graves, 33

infectadas, 88-89, 213, 401

medicinas para, 93, 334

mover a un herido, 99-100

pequeñas, 84

por un hueso quebrado, 99

profundas, 89-92

que pueden causar tétano, 89, 182

Hernia, 177

del ombligo, 317, 318

durante el embarazo, 256

en la ingle de un recién nacido, 317

que tapa la tripa, 94

Heroína, 416-417

Herpe febril, 48, 171, 232, 402

Herpe simple o labial (Vea Herpe febril,

Llagas de fiebre)

Herpes genital, 402-403

Herpes zona (zoster), 204, 400

Hidrocele, 317

Hierbas (Vea Plantas)

Hierro

alimentos ricos en, 124

de clavos en jugo de limón, 118

ollas y sartenes de, 117

pastillas de, 118, 124, 307, 335, 393, 405

Hígado, 36

abscesos del, 144-145

enfermedad del, 172, 288, 328

infección del, 172

Higiene (Vea Aseo)

Hinchazón

causada por medicinas, 68, 70-71, 231

con infecciones, 194

con lastimaduras, 102

con quebraduras de huesos, 14

de las manos y la cara, 108, 239, 249

de los ojos, 144, 221, 313

de los pies, 113, 124, 144, 176, 248-249, 321
 de un pecho y bultos, 278-279
 del escroto o los testículos, 312, 317
 en la gente mayor, 323
 remedio casero para, 12
 (Vea también Barriga hinchada, Nodos linfáticos hinchados, Várices)
Hipema, 225
Hipertensión (Vea Presión alta de la sangre)
Hiperventilación, 24
Hipocondría, 329
Hipopión, 225
Hipotermia, 408
Histeria, 2, 24,
Historia clínica o médica, 20, 25, 29, 44, 250-253,
Historias y cuentos, t23
Hoja de sen, 16
Hombro zafado, 101
Hongos, infección de, 19, 232, 242, 370-371, 373
 algodóncillo, 232, 242
 jiotos y tiña, 205-206, 372-373
Hormonas, 244, 287, 394
Huaco, 3
Huesos
 calcio para, 246
 dañados por balazos, 90
 deformes, 125, 319
 zafados, 101
 (Vea también Quebraduras)

I

Ictericia, 30, **172**, 274, 318, 321, 328-329, 393,
Ijar, dolor de, 22
Impétigo, 25, **202**
Implantes (control de la natalidad), 293, 397
Inconsciente, la persona, **78**
 cómo tiene los ojos, 33
 en estado de choque, 77
 problemas con la respiración, 32
Incordios (Vea Nodos linfáticos hinchados)
Indigestión
 dieta para, 128-129
 durante el embarazo, 248
 medicinas para, 381-382
 medicinas que se deben evitar, 54, 64
Infección bacteriana de la sangre, 273-275
Infecciones,
 de heridas, 88-89, 96, 213
 de la bolsa de lágrimas, 223

de la madre después del parto, 276
 de la tripa, 94-95, 135, 140-146, 243
 de las vías urinarias, 234-235
 de los genitales, 236-239, 241-242
 de los ojos, 217, 219, 220, 221
 del apéndice, 94-95
 en recién nacidos, 182-183, 275
 leves, 58
 medicinas para, 55-58, 335-336
 resistencia a, 108, 120, 271
 señales de infección grave, 88, 194, 272-275
 y diarrea, 154, 157
Infertilidad, 244
Informe sobre el enfermo, 44
Ingle, nodos linfáticos en la, **88**, 238,
 (Vea también Hernia)
Inhalar pegamentos y otros productos químicos, 416
Inmunizaciones (vacunas), 19, **147**, 296, 337
Insecticidas, 19, 103, 373, **412-413**,
Insolación (golpe de calor), 78, **81**
Insomnio (pérdida del sueño), 328
Intestinos (Vea Tripa)
Intoxicación, **103**, 389
 del embarazo, 249,
 por comida dañada, 23, 135, 153, 161
 por orines, 239-240
Intususcepción, 94,
Inyecciones, 65-73
 cuándo ponerlas, 65, 67
 de vitaminas, 118
 emergencias en que son importantes, 66
 equipo para, 336
 fe en ellas, t19, 4, 50
 medicinas que no se deben inyectar, 51, 56, 67
 para no tener hijos, 285, 293, 396
 que pueden discapacitar a los niños, 74, 314
 reacciones peligrosas, 54, 70-71
 riesgos y precauciones, 68-69
Iritis (infección peligrosa en el ojo), 33, 219, **221**

J

Jaqueca (migraña), **162**,
Jeringa, **72**, 74, 336, 399, 401, 405
Jiotos, 11, **205-206**, 372
Jiricua, 207

K

Kala-azar (Vea Leishmaniasis)
Kilogramos, medidas en, 62,
Kwashiorkor (desnutrición mojada), 30, **113**

L

- Labio leporino (partido), 318**
Ladilla, 143
Lastimaduras de coyunturas, 102
Latido del corazón, 32-33, 77
'Latido' del estómago, 23
Lavados, 15, 76, 92,
Lavados vaginales, 241, 247, 258, 281, 361
Laxantes, 15-16, 383
 mal uso de, 126
'Lazarín' (Vea Lepra)
Leche
 en polvo, 392
 y brucelosis, 188
 y diarrea, 156
 y úlceras, 129
 (Vea también Leche de pecho)
Leche de magnesia, 16, 383
Leche de pecho, t12, 120-122
 creencias tradicionales sobre, 2, 8
 y buena alimentación, 114, 116, 304
 y planificación familiar, 289, 294, 395
 y prevención de la diarrea, 154, 156
 y recién nacidos, 271, 277, 405
 (Vea también Senos)
Leishmaniasis, 406
Lengua, 232
Lepra, 10, 25, 191-192, 206, 337, 363-365
Letrina antimoscas perfeccionada, 139
Letrinas, 137-139, 153
Liderazgo, t5
Lienzos (compresas)
 calientes, 193-195, 406
 fríos, 193-194
 tibios, 193-195
Ligadura de trompas, 293
Límites, cómo conocerlos, t4
Limpieza (Vea Aseo)
Linfogranuloma venéreo, 238
Líquidos, 39-40, 151
Litros, medidas en, 61,
'Lo demás' (placenta), 262-264, 269
Lombrices intestinales, 13, 140-145
Lombrices y gusanos en la tripa, 140-146,
 227-228, 406-407
 cuando tapan la tripa, 94
 en niños, 308
 medicinas para, 335, 374-376
 prevención, 131-134
Luxaciones de los huesos, 38, 101, 316

LL

- Llaga tropical (Vea Leishmaniasis)**

Liagas

- con pus, 199, 201, 406
 crónicas, 20, 127, 212, 213, 236, 324, 406
 de cama o de presión, 41, 214
 en el pene o los genitales, 199, 205, 232, 237, 238, 242, 400, 402-403
 en la boca, 232
 en los pies, 324
 grandes, 127, 213-214
 que no duelen, 191, 237, 279
 que siguen creciendo, 127, 191, 211, 213, 214
 tratamiento de azúcar o miel para, 213, 214
 (Vea también Piel)
Liagas de cama o de presión, 13, 41, 214
Liagas de fiebre (herpe febril), 48, 171,
 232, 402
Liaguitas blancas, redondas y dolorosas,
 232
Llorona (conjuntivitis), 219, 221, 308

M

- Maalox, 173**
Madres
 cuidado prenatal, 250-253
 información para, 245-282
 salud después del parto, 276, 280
 salud y enfermedades de niños, 295-321
 (Vea también Planificación familiar)
Magia negra, 5, 24
Mala circulación de la sangre (Vea Várices)
Mala alimentación (Vea Desnutrición)
Malaria (Vea Paludismo)
Mala sugestión, 4-5, 24
Mal del corazón, 33, 310, 325, 410
Mal de Down (mongolismo), 318
Mal de Hansen (Vea Lepra)
Mal de Ménière, 327
Mal de ojo (conjuntivitis), 219, 221, 308
Mal de ojo, 5
Mal de pinto (pinta), 207
Mal de San Lázaro (Vea Lepra)
Manchas blancas en la piel, 206-207, 232
Manchas de Bitot, 226
Marasmo (desnutrición seca), 112
Mareos, 249, 327
 en la mañana, 248, 287
Marihuana, 416
Masajes
 en la abertura del parto, 269
 en la matriz, 264-265
 para lastimaduras o quebraduras, 99, 102

Máscara del embarazo, 207**Mastitis (absceso de un pecho), 278****Matriz,**

- cáncer de la, 280
- contracciones de la, 258, 266
- masajes en la, 264-265
- posición del bebé en la, 251, 257

Medicina preventiva (Vea Prevención)**Medicinas,**

- abusos peligrosos de, 50-53
- combinadas, 52, 385
- cómo escribir instrucciones para, 63-64
- cómo medir y dar, 59-64, 340
- con marca registrada, 55, 333, 339,
- cuándo no se deben tomar, 54-64
- curaciones sin medicinas, 45-48
- durante el embarazo, 54, 247
- durante o después del parto, 266
- genéricas, 333, 339,
- guías para su uso, 118-119, 49-73, 339-396
- para niños chiquitos, 62
- que no se deben inyectar, 56
- reacciones a, 68, 70-71, 351
- uso cuidadoso en recién nacidos, 54, 272
- uso limitado de, 118-119, 49
- usos, dosis y precauciones, 339-398

Medición

- de la presión de la sangre, 410-411
- de medicinas, 59-61, 340
- en libras y kilos, 62

Ménière, mal de, 327**Meningitis, 185, 274, 307****Menopausia, 246****Menstruación (Vea Regla de la mujer)****Método de la esponja, 285, 294****Método del moco, 285, 292****Método del ritmo, 285, 291-292****Métodos anticonceptivos combinados, 285, 292****'Mezquinos' (verrugas), 210, 212, 400, 402****Microbios, 19****Microscopio, 19, 144****Miembro del hombre (pene), 199, 232, 233, 235-240, 402-403****Migraña (jaqueca), 162****Minerales, 111, 116-118****Mini-píldora, 289, 294, 395****Moco, cómo sacarlo, 169****Modelos y demostraciones para enseñanza, 122****Mollera**

- caída o hundida, 6, 9, 151, 274
- hinchada, 274
- (Vea también Deshidratación)

Mongolismo, 318**Moniliasis (algodoncillo), 232, 242, 370, 400****Mordeduras**

- de animales bravos (rabia), 181
- de animales venenosos, 104-106
- que pueden causar infecciones, 89
- tratamiento, 86

Moscas

- y enfermedad, 123, 135, 227-228, 406

Moscas volantes (problema de la vista), 227, 323**Moscas negras (*Simulium*), 227-228****Mosquitos, 186-187****Mover a un herido, 99-100****Mozusuelo, 182-183, 273****Muela, dolor de, 231****Muerte, aceptando la, 330****Muletas, cómo hacerlas, 315****Músculos**

- cómo examinarlos, 37-38
- falta de control de, 320

N**Nacido (absceso), 202****Nacimiento (Vea Parto)****Nariz, constipado y escurrimiento de la, 164-165, 384****Náuseas (Vea Vómitos)****Necesidades que la gente siente y necesidades a largo plazo, 18-112****Nervios,**

- y músculos, 37-38

'Nervios' o ansiedad (Vea Susto)**Neumonía (Vea Pulmonía)****Niñas (güinas, piques), 201****Niños**

- cómo inyectarlos, 73
- cómo tener el número que quiere, 283-294
- crecimiento de los, 107, 297-304
- desnutridos o mal alimentados, 112-114, 154, 303, 305-306
- diarrea en los, 151-153, 159
- dieta ideal para los, 112, 113, 120-122, 295
- enfermedades infecciosas de los, 311-315
- muy enfermos, 214
- que nacen con problemas, 316-321
- 'tontos', sordos o 'eclipsados', 318
- vacunas para, 147, 296
- (Vea también Bebés o Recién nacidos)

Nodos linfáticos hinchados ('secas'), 88, 317

causados por un absceso, 202
 en la ingle, 238, 403
 señas de infección, 194
 TB de, 212
 y brucelosis, 188, o tifo, 190
 y cáncer de los pechos, 279
 y rubéola ('peluza'), 312
 y sarna o piojos, 199, 200
 y SIDA, 400

Nutrición, t11, t13-t16, 107-130, 295
 (Vea también Desnutrición)

O

Obstrucción de la tripa, 22, 94
 (Vea también Tripa)

Oídos

cómo examinarlos, 34
 infecciones de, 309
 'secas' detrás de, 88
 zumbido en, 107, 327

Ojos, 217-228

amarillos, 30, 172, 274, 328, 329
 basura, espinas o ácido en los, 48, 218
 bizcos, 223, 318
 cómo examinarlos, 33
 de recién nacidos, 221, 270, 379, 392
 extraviados, 223
 problemas de la vista en gente con lepra, 192
 problemas de la vista en gente mayor, 323
 rojos y dolorosos, 219, 225
 secos, sin brillo, 107, 113, 226, 392
 señas de peligro para la vista, 33, 217

'Ojos de pescado', 210

Ombligo,

cómo cortar el cordón, 262-263
 infectado o con tétano, 182, 272
 salido (hernia), 317, 318

Oncocercosis, 227-228, 378

Operaciones

necesidad posible de, 102, 175, 177, 211, 222, 225, 235, 243, 279, 280, 293, 317, 319, 329
 necesidad urgente de, 91-95, 177, 222, 267

Opio, 416

Organización Mundial de la Salud, 49

Orina

de color amarillo oscuro, 151
 de color café, 172
 demasiada o muy seguida, 127, 234
 menos de lo normal, 151, 236

pus en la, 236
 sangre en la, 146, 234, 377

Orinar, dificultades al, 234-236, 239-240, 324, 403, 410

Orines (Vea Orina)

Orzuelo (perrilla), 224

Ovarios, 36, 280

Oxitócicos, 50, 265-266, 319, 391

Oxiuro (lombriz chiquita afilada), 141

P

Paladar partido (fisura palatina), 318-319

Paludismo, 186-187

cerebral, 30, 178, 186, 367
 cómo da la fiebre, 26
 con enfermedad de células falciformes, 321
falciparum, 158, 186, 365
 medicinas para, 337, 365-368

Pannus, 220

'Panza peligrosa', 15, 93-94

(Vea también Barriga hinchada, Tripa)

Paño (máscara del embarazo), 207

Papanicolau, 280

Papaya, 13

Paperas, 312

Parálisis

cerebral, 320
 de Bell, 327
 de la cara, 37, 327
 en embolia, 37, 327
 en lepra, 191
 en polio, 314-315
 en TB del espinazo, 180
 en un niño espástico, 320
 examen para, 37
 infantil (poliomielitis), 314
 por garrapatas, 201
 por pesticidas, 412

Parásitos, 19

de la piel (externos), 19, 199-201
 intestinales (internos), 19, 140-145, 308

Parteras

cuidado prenatal, 250
 información para, 245-282
 lo que no se debe hacer, 260
 lo que se debe tener listo antes del parto, 254-255
 riesgo especial en el parto, 256
 señas de peligro en el embarazo, 249

Partes ocultas (genitales), 205, 232, 233-244

Parto, 258-262

cómo cortar el cordón, 262-263

- desgarro de la abertura, 269
- falso, 258
- hemorragia después del, 264-265
- infección del, 260, 276
- lo que se debe tener listo antes del, 254-255
- posición de la madre, 260
- posición del bebé, 257, 261, 267
- prematureo, 262
- problemas con el, 267-269, 319
- señas que indican que se acerca, 258
- tres etapas del, 259-262
- uso correcto de oxitócicos, 265-266
- Pasta dental**, 230
- Pastillas anticonceptivas**, 285, **286-289**, 394-395, 410
- Pecho**
 - dolor, 179, 325
 - heridas, 91
- Pechos** (Vea Senos)
- Pelagra**, 114, **208-209**
- Pelo**
 - cambios por desnutrición o mala alimentación, 107
 - examen para piojos, 200
 - pérdida de, 107
- 'Peluza'**, 247, **312**, 320
- Pene**, 199, 232, 233, 235-240, 402-403
- Pérdida (aborto espontáneo)**, 246, 249, 266, **281**, 414
- Pérdida de la vista**, 225, 412
- Pérdida de peso**
 - cómo perder peso, 126
 - crónica, 179, 180, 400
 - diferentes causas, 20
 - en recién nacidos, 273
 - repentina (deshidratación), 151
 - (Vea también Desnutrición)
- Pérdida de sangre** (Vea Hemorragia, Sangre)
- Pérdida de sensibilidad**, **38**, 127, 162, 173, 191, 192, 279
- Pérdida del conocimiento** (Vea Inconsciente)
- Pérdida del sueño**, 328
- Perilla**, 84, **255**, 262, 268
- Período menstrual** (Vea Regla de la mujer)
- Peritonitis**, **94-95**, 129, 189
- Perrilla en el párpado del ojo (orzuelo)**, 224
- Persona Inconsciente** (Vea Inconsciente)
- Personas mayores**, 83, 214, 235, 323-330
- Pertussis** (Vea Tos ferina)
- Peso**
 - aumento de peso durante el embarazo, 247, 250
 - aumento de peso en niños, 297-304
 - balanzas caseras, 250
 - decidir dosis según, 340
 - en libras y kilos, 62
 - importancia de perder, 125-127, 325-326
 - medir medicinas, 59-61
 - y dieta, 110-111, 127
- Pesticidas**
 - mal uso de, 412-413
 - que causan defectos al nacer, 247
 - quemaduras en los ojos, 219
- Picadura de los dientes y muelas**, 229-230
- Pie de atleta**, 205
- Piedras en los riñones o la vejiga**, 235
- Piel**
 - cáncer de la, 211, 399
 - cómo examinar la, 34
 - congelada, 409
 - enfermedades de la, 193-216, 406
 - llagas o bolas que no duelen, 191, 237, 279
 - medicinas para la, 334-335, 371-374
 - problemas en niños, 215, 308
 - resequedad de la, 107, 208
 - TB de la, 179, 212
 - úlceras de la, 212-213
 - una guía de enfermedades de la, 196-198
- Piernas**
 - cómo examinarlas, 37
 - cruzadas como tijeras, 320
 - dolor en las, 288, 321
- Pies**
 - entumidos, 127, 162, 173, 191-192
 - hinchados, 113, 124, 144, 176, 248-249, 323
 - zambos, 319
- Píldora (para control de la natalidad)**, **285-289**, 394-395
- Pinta (mal de pinto)**, 207
- Piojos**, 134, 190, **200**, 373
- Piorrea (mal de las encías)**, 231
- Piquete**
 - de abeja, 70
 - de alacrán, 106
 - de araña, 106
- Placenta ('lo demás')**, **262-264**, 269
- Placenta previa**, **249**
- Planificación familiar**, t16, 246, **283-294**, 394-396, 415
- e infertilidad, 244
- Plantas**
 - medicinales, 12-13
 - que causan comezón, 204
 - venenosas, 204
- Población**, t10, 115, 283-284

- Poder de sugestión o poder de la fe, 2-5,**
24
- Poliomielitis (parálisis infantil), 314**
señas de, 37
vacuna para, 147, 296, 314
- Posición de drenaje, 169**
- Postparto, 426**
dieta, 123
hemorragia, 266, 391
- Pre-eclampsia (toxemia del embarazo), 249**
- Preguntas que se hacen a un enfermo, 29,**
44
- Presentación de nalgas o pies, 257, 268**
- Presentación de un brazo, 268**
- Preservativo (condón), 239, 285, 290, 396,**
401-403
- Presión alta de la sangre, 125, 249, 288,**
325-326, 395, 411
- Presión baja de la sangre, 411**
- Presión de la sangre,**
alta, 125, 249, 288, 325-326, 395, 411
baja, 77, 411
cómo medirla, 410-411
(Vea también Choque)
- Presión directa, 82**
- Prevención, t17, 17, 131-150**
aseo, 131-136
cómo evitar muchas enfermedades, 108,
148-150, 242, 326
enfermedades de transmisión sexual,
239, 401-403
lombrices y otros parásitos intestinales,
140-146
saneamiento, 137-139
vacunas (inmunizaciones), 147
- Primeros auxilios, 75-106,**
- Problemas hereditarios, 18, 318-319, 321,**
- Problemas mentales, 18, 114, 318**
- Profiláctico (condón), 239, 285, 290, 396,**
401-403
- Programa Niño-a-niño, 322**
- Programa para los Menores de Cinco**
Años, t20, t24, 297
- Prolapso del recto, 142**
- Próstata, enfermedad de la, 235**
- Proteínas, 110, 111, 112, 113, 116-118, 121**
- Prueba de la vista, 223**
- Psoriasis, 216**
- Pterigión (carnosidad en el ojo), 224**
- Pulgas, 190**
- Pulmones, enfermedades de los**
asma, 167
bronquitis, 170
pulmonía, 171
tuberculosis, 179
y el fumar, 149
- Pulmonía, 27, 41, 171, 399, 400, 413**
- Pulso, 32-33, 410-411, dentro de contratapa**
- Puntos o costuras con hilo (suturas), 86,**
255, 269
anestésico para que no duelan, 380
- Pupilas de los ojos, cómo examinar, 217**
- Purgantes, 15-16**
mal uso de, 92, 126
- Q**
- Quebraduras, 14, 98-99**
- Quemaduras, 13, 96-97**
en los ojos con productos químicos, 219
y lepra, 192
- Quiistes, 143, 243**
en un ovario, 280
- R**
- Rabia, 181**
- Raquitismo, 125**
- Rayos X, 102**
- Reacción leprosa, 191, 364**
- Reacciones alérgicas, 23, 54, 166**
causadas por medicinas, 54, 56, 68, 70-
71, 351
en la piel, 203
medicinas para, 337, 386-387
- Rebote, prueba y dolor de, 35, 95**
- Recién nacidos**
alimentación, 120, 263, 271
bañarlos, 7, 263, 270
el cordón, 262-263, 270
enfermedades de, 272-275
gemelos (cuates), 269
hernia, 317
infección bacteriana de la sangre, 275
medicinas para, 54, 272, 337
ojos, 221, 237, 270
pequeños, prematuros y de bajo peso,
405
problemas con el parto, 268
y mozusuelo (tétano), 182-183
(Vea también Deshidratación)
- Recto**
prolapso del, 142
- Recursos, t8, t12, 115, 283**
- Reflejos, cómo examinarlos, 183**
- Refrescos, 115, 150, 155, 161, 229**
- Regla de la mujer, 245-246, 281, 394-396**
- Rehidratación (Vea Suero para Tomar)**
- Remedios caseros, 1-3**
cómo saber si sirven o no, 10-11

lavados y purgas, 15
 para infertilidad, 244
 preguntas y respuestas sobre, 6-8
 uso sensato de, 12, 24

Resistencia,

a antibióticos, 119, 57-58, 237, 351
 a infecciones, 108, 120, 271

Respiración, 426

de un enfermo, 32
 dificultad con la, 23, 57, 168, 181, 274,
 325, 410
 frecuencia, 32
 paro de la, 80
 vapores de agua caliente para la tos, 47,
 168

(Vea también Pulmones, enfermedades
 de los; Respiración de boca a boca)

Respiración de boca a boca, 78-80, 413
 con recién nacidos, 262

Retirarse

de drogadicción, 417
 para no embarazar, 285, **290**

Retraso mental, 114, 306, 318, **320-321**

Reuma (Vea Artritis)

Rinitis alérgica (fiebre del heno), 165

Riñones, 233-234

Riñones con comezón, 68, 166, **203,** 238
 (Vea también Salpullido)

Rotación de siembras, 113, 115, 117

Rozadura (piel roja) en niños, 215, 421

Rubéola, 247, **312,** 320

S

Sal

cuándo usar poca, 120, 125, 176, 249,
 325, 326
 purgantes de, 16
 yodada, **130,** 247, 318

Salpullido, 34, 216, 236, 400

como moretones pequeños (tifo), 190
 con comezón, 199-200, 203
 por reacción alérgica, 68, 166, 203-204,
 358

por rozadura, en niños, 215

por rubéola, 312

por sarampión, 30, 311

por sífilis, 238

por tifoidea, 189

por viruela loca, 311

prevención de, 133

Salud, 17, 111

Salvado de trigo, 16, 126, 383

Saneamiento 10, **137-139,** 153

Sangrado (Vea Hemorragia)

Sangre

cuajarones, 288
 en el excremento, 128, 144-146, 157-158,
 306, 377, 401

en el vómito (cirrosis), 328

en el vómito (úlceras), 128

en la orina, 146, 234

tos con sangre, 168

trematodos de la, 146

y SIDA, 399, 401

(Vea también Hemorragia)

'Sangre mala' (sífilis), 10, **237-238,** 403

San Lázaro, mal de (Vea Lepra)

Sarampión, 30, 108, 226, **311,** 392

vacuna para, 147, 312, 321

Sarna, 199-200, 335, 373

Seborrea (caspa), 215

'Secas' (Vea Nodos linfáticos hinchados)

Senos

cáncer en los, 279

cuidado de los, 277, 279

hinchazón de los, 278-279

Señas, 20, 29

vitales, 41, dentro de contratapa

Septicemia, 275

Shigella, 145, 158, 354, 359

SIDA, 236, **399-401,** 416

y algodoncillo, 232

y herpes zona, 204

y tuberculosis, 179

Sífilis, 10, **237-238,** 403

Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida
 (Vea SIDA)

Síntomas, 29

Sinusitis, 165

Sobadas (Vea Masajes)

Sociodrama, 123

Sodas, 115, **150,** 155, 161, 229

Sol

y acné, 211

y problemas de la piel, 195

y raquitismo, 125

Solda con solda (para hacer una bilma
casera), 14

Solitaria (gusano tableado), 143, 376

Solución intravenosa (I.V.), 40, **53,** 67, 152

Sonda, 239-240, 336

Sordera

con zumbido y mareos, 327

en niños, 318

remedio casero para, 11

Suciedad (Vea Excremento)

Sueño, pérdida del, 328

Suero para Tomar, 152, 311, 382-383, 400
lavados con, 15
para deshidratación, 9, 46, 158, 306
para 'panza peligrosa', 95
para personas muy enfermas, 40, 53
para recién nacidos, 273
para vómitos, 161

Sugestión, buena y mala, 2-5, 24

Sulfonamidas, 55, 358

Susto, 24

Sutura (Vea Puntos)

T

T.A.L.C., 297, 437

Tabaco, 129, 416-417

Tabú, 23

Talasanemia, 393

Tarjeta del Camino de Salud, t20, t24, 297-304,

TB (Vea Tuberculosis)

Teatro campesino, t23

Tecunda, 204, 311

Temperatura, 30-31, 272, 409, dentro de
contratapa

(Vea también Calentura)

Temperatura del cuerpo baja, 409

Tendero del campo, 338

Tepeguaje (para hacer una bilma casera),
14

Termómetro, 31, 334

Tés de hierbas, 1, 8

Testículos, 233

hinchazón de los, 312, 317

Tétano (trismo), 182-184

en el recién nacido (mozusuelo o 'moto'),
182-183, 273

medicinas para, 336-337, 389-390

por heridas, 84, 89, 407

vacuna para, 147, 184, 296

Tiempo frío, 408-409

Tierra

distribución de la, t7, t11, 413

uso de la, t11, t13-t16, 115

Tifo (tifus), 26, 190

Tifoidea, 158, 188-190

cómo da la fiebre, 26

medicinas para, 357-358

pulso en casos de, 33

resistencia a medicinas, 58

Tiña, 11, 205-206, 372

Tiña versicolor, 206

Tisis (Vea Tuberculosis)

Tomadera (alcohol), 148-149, 318, 325,

Torcijones (Vea Cólicos)

Torpeza (Vea Defectos del niño al nacer,
Problemas mentales)

Tos, 168-169

causas frecuentes, 168

con sangre, 140, 171, 174, 179

crónica, 168, 324, 400

medicinas para la, 52, 384

por fumar, 149

Tos ferina (pertussis, tos ahogona,
coqueluche), 168, 313

medicinas para, 336

vacuna para, 147, 296

Toxemia del embarazo (eclampsia), 249

Trabajador de la salud, t1-t7, t29, 43, 246,
340

Trabajar juntos, t5, t24

Tracoma, 220

Tradiciones, t3, t11, 1, 2, 21

Transfusión de sangre, 401

Transmisión de enfermedades, 131-137,

140, 190, 237-239, 399-403

Trastornos alérgicos (Vea Reacciones
alérgicas)

Trematodos de la sangre, 146, 377

Tricocéfalo (lombriz de látigo), 142

Tricomonas, 241, 243

Tripa

calambres y dolor, 12, 106, 145, 157,
243, 381

emergencias de la, 35, 93-94

heridas en la, 92

infección de la, 47, 131, 144-145, 153,
189

que sale de una herida, 92

que sale por el ano (prolapso), 142

tapada (obstrucción) 22, 94

(Vea también Barriga, Barriga hinchada)

Triquinosis, 144

Trismo (Vea Tétano)

Tuberculosis, 108, 179-180, 337

del espinazo (espina dorsal), 173

de la piel, 212

de los nodos linfáticos, 212

medicinas para, 361-363

señas de, 30, 37

vacuna para, 147

y niños, 136

y sarampión, 311

y SIDA, 400

Tumores (Vea Cáncer)

U

- Ubar, piquete de**, 106
Úlcera,
 de la piel, 20, 212, 213, 324
 del estómago, 13, 36, 53, 128-129, 149, 381-382
 en la córnea del ojo, 224-225
Uncinaria (lombriz de gancho), 133, 142
Unidades, medidas en, 60
Uremia (intoxicación de orín), 239-240
Uréteres, 233
Uretra, 233, 235
Uso de este libro,
 dentro de la tapa delantera, t28
Uso peligroso de medicinas, 50
Uta (Vea Leishmaniasis)

V

- Vacunas**, 19, 147, 180, 250, 296, 321, 337, 405
Vagina, 233,
 desgarro durante el parto, 269
 infecciones de la, 241-242, 370
 tapada (obstrucción), 249
Vapores de agua caliente para la tos, 47, 168
Varicela, 204, 311
Várices, 175, 213, 288, 410
 durante el embarazo, 248
 y llagas crónicas, 20, 212, 213, 324
Vasectomía, 293
Vejiga, 233
 infección de la, 243
 piedritas o cálculos en la, 234, 235
Venas inflamadas, 288
 (Vea también Várices)
Venas varicosas (Vea Várices)
Vendas, 85, 87, 101-102, 336
Venenos
 de mordeduras o piquetes, 104-106
 químicos, 412-413
 de plantas, 204
Ventosas, 22
Verrugas, 210, 212, 400, 402
 en los genitales, 374, 402
 plantares, 210
Vesícula biliar,
 dolor de, 36
 problemas de, 329
 remedio casero para, 12
Vías urinarias, 36, 233-234
Víbora, mordedura de, 104-105
 contraveneno para, 105, 337, 388
 remedio casero para, 3

- VIH** (Vea SIDA)
Viruela, 147
Viruela loca, 204, 311
Virus, 19, 399-401
Virus de inmunodeficiencia humana (Vea SIDA)
Visión (Vea Ojos)
Visión doble, 227
Visitas a las casas, t24
Vista (Vea Ojos)
Vista doble, 227
Vitaminas, 110, 111, 116-118, 392-394, 405
 inyecciones de, 65, 67, 118
 la mejor forma de obtener, 52, 118
 vitamina A, 226, 392
 vitamina B, 208
 vitamina B₆, 361, 394
 vitamina B₁₂, 51, 65, 393
 vitamina C, 248, 335, 393
 vitamina K, 337, 394
 (Vea también Hierro)
Vitiligo, 207
Viuda negra, piquete de, 106
Vivienda, t10
Vómitos, 161
 cómo provocarlos, 103, 389
 con mucha fuerza, 151
 con sangre (cirrosis), 328
 con sangre (úlcera), 128
 cuando tiene diarrea, 151, 157
 durante el embarazo, 248, 249
 en el recién nacido, 273
 medicinas para controlar, 161, 335, 386-387
 por intoxicación de orín (uremia), 239
 uso de lavados y laxantes, 15

X

- Xeroftalmía**, 113, 226, 306, 337, 392
Xerosis (Vea Xeroftalmía)

Y

- Yesca**, 11
Yesos, 14, 98, 319
Yogur, 57, 232, 242
Yuca, 117, 130

Z

- Zábila**, 13, 129
Zafados, huesos, 101, 316
Zambos, pies, 319
Zancudos, 186-187
Zumbido de los oídos, sordera y mareos, 107, 327, 359, 363, 379