

Índice

Las palabras están apuntadas en este orden:

A B C CH D E F G H I J K L LL M N Ñ O P Q R RR 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, 203
 del hígado, 144-145
Absceso de Delhi (Vea Leishmaniasis)
Aceite de ricino, 16
Aceite mineral, 16, 381
Acido fólico, 118, 321, **391**
Acné (espinillas), **211**, 393
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, 379
 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, 383
 y transmisión de enfermedades, 146, 188
Agujas, 74, 399, 401
Ahogo en agua, **79**
Ahoguío, 79, 314
Ajo, 12, 241, 242
Alacrán, piquete de, 11, **106**, 337, 386

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, 390
Aloe vera (zábila), 13, 129
Amarillos, ojos y piel, 30, **172**, 274, 318,
 321, 328-329, 393
Amibas (amebas), **144-145**, 336, 367-368
Amigdalitis (anginas inflamadas), 309
Ampollas
 causadas por medicinas, 356, 359
 causadas por tocar ciertas plantas, etc.,
 204
 con eczema, 216
 con viruela loca, 311
 de quemaduras, 96
Amputación, 409
Analgésicos (calmantes para el dolor),
 377-378

Anemia, 124

- causas de, 113, 124
- durante el embarazo, 248-249
- en niños, 307, 321
- tratamiento, 335, 390-392

Anestésico, 379**Anginas (amigdalitis), 309****Angina de pecho, 325****Ano (fundillo), 233**

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

Antiácidos, 52, 64, 129, 248, 324, 379**Antibióticos, 52, 55-58, 156, 351-363**

- de alcance amplio, 56, 58, 353, 354-357
- de alcance reducido, 56

Anticoncepción, 284-294, 394-396**Anticonceptivos orales, 285-289, 394-395****Antidiarréicos, 156****Antiespasmódicos, 235, 329, 379****Antihistamínicos, 70, 165, 204, 384-386****Antiretrovirales, 396-398****Antitoxinas o antivenenos, 386-388**

- para tétano, 387
- 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, 377-378

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, 383-384**Ataques (convulsiones), 23, 178**

- en meningitis, 185
- en niños, 307, 319
- en paludismo cerebral, 186, 365
- medicinas para, 336, 388-389
- 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, 380****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, 146, 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****Billis, 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

Caída de mollera, 6, 9, 151, 274

Calambres,

- en la barriga, 12, 35, 106, 145, 147, 243, 379
- 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, 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 (cervix), 280, 288
- de la piel, 211, 399
- de los pechos, 279
- en el ojo, 33, 217
- y anticonceptivos inyectables, 395
- 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, 33, 217, **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, 381

Ceguera, **221-222**, 412

- causada por golpes y heridas, 218
- ceguera del río, 227-228, 376
- ceguera nocturna, 113, 226-227, 337
- protección para bebés, 221, 237, 377

Celulitis, 212

Cepillo dental casero, 230

Cera en los oídos, 405

Cereal, 152, 380

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
- Cérvix**, 280, **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**, 359, 377
- Clima frío**, 408-409
- Climaterio (menopausia)**, 246
- Clítoris**, 233
- Cloro**, 74, 401
- Cocaína**, 416-417
- Coitus interruptus**, 285, **294**
- 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, 384
- 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**, 394, 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**, 382
- Contacto, dermatitis de**, **204**
- Contagio de enfermedades**, 131-137
- Contracturas**, 314
- Contravenenos**, 70, 386-388
 para mordedura de víbora, 105, 387
 para piquete de alacrán, 387
- 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, 370, 384
- Cortisona**, 51
- Costillas quebradas**, 99
- Costuras para cerrar heridas**, **86**, 255, 269
 anestésico para que no duela, 379
- 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** (Vea Hipertiroidismo)
- 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, 201
Choque, 30, **77**, 325
 alérgico, 70, 105, 166, 351, 384-386, 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**, 369
Deshabilidades (Vea Discapacidades)
Deshidratación, **151-152**
 medicinas que no se deben tomar, 52-53, 156
 peligro al usar laxantes, 15, 382
 prevención y tratamiento, 152, 156, 380-381
 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, 390-392
 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, 329, 410

Diafragma (para no tener hijos), 285, **290**, 394

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, 382
 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, 381
 gente muy 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, 395**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, 377-378
 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**, 249**Eczema**, 216**EIV** (Vea Enfermedad inflamatoria del vientre)**Embarazo**, 247-255

alimentación durante, 118, 250
 anemia durante, 124, 248-249, 390-392
 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, 398

problemas menores, 174, 248, 251

registro de cuidado prenatal, 253

rubéola durante, 247, 312

señales de peligro, 249-251

señales 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 venéreas (EV) (Vea Infecciones de transmisión sexual)**Enfisema**, 170**Enseñanza**, t2, t4-t5, t21-t28, 321

direcciones para materiales educativos, 435-438

Establillados para huesos quebrados, 14, 98-99**Entumecimiento** (Vea Pérdida de sensibilidad)

Envenenamiento, 103, 386-388
 del embarazo, 249,
 por comida dañada, 23, 103, 135, 153,
 161
 por orines, 239-240

Epilepsia, 38, 178, 319, 388-389

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

Espermicida, 285, 290

Espinillas, 211
 (Vea también Viruela loca)

Espuma vaginal anticonceptiva, 285, 290,
 394

Esquistosomiasis, 146, 337, 376

Estériles,
 hombres y mujeres, 236, 244, 412
 vendas, 87

Esterilización,
 de instrumentos, 74, 401
 de jeringas, 69, 72, 74
 para no tener hijos, 285, 293

Esteroides anabólicos, 51

Estetoscopio, 410

Estómago, dolor de, 12, 93
 (Vea también Barriga, Calambres)

Estrabismo, 223

Estreñimiento, 16, 126
 como señal de 'panza peligrosa', 94
 durante el embarazo, 248
 tratamiento y prevención, 126, 381

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, 376
 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, 382****Experimentos, t15****Extracto de hígado, 65, 67****F****Farmacista, palabras al, 338****Fatiga, 23, 124, 323, 400****Fecha de caducidad, 332****Férulas, 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, 369****Flúor, para los dientes, 229****Folículos dentro de los párpados, 220****Forro (condón), 239, 285, 290, 394, 401-403****Fracciones, 59-60, 340****Fracturas de los huesos, 14, 98-99****Frambesia tropical, 198, 202****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, 367-368

- 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**, 394, 401-403

Gonorrea, 221, **236-237**, 255, 358

- (Vea también Infecciones 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, 371

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, 429

- (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, 389
- 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, 391, 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**Hipotiroidismo**, 318**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, 58

algodoncillo, 232

jiotes y tiña, 205-206, 370-371

moniliasis, cándida, 242, 370

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 (anticonceptivos)**, 285, **293**, 395**Inconsciente, la persona**, **78**

calentura alta, 76

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, 379

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
 señas de infección grave, 88, 194,
272-275
 y diarrea, 154, 157

Infecciones de transmisión sexual**(ITS)**, 236-239, 290, 399-403, 428**Infertilidad**, 244**Informe sobre el enfermo**, 44**Ingle, nodos linfáticos en la**, **88**, 238,
(Vea también Hernia)**Inhalador de rescate**, **167**, 383-384**Inhalar pegamentos y otros productos**
químicos, 416**Inmunizaciones (vacunas)**, 19, **147**, 296,
337**Insecticidas**, 19, 103, 187, 371, **412-413**, 429**Insolación (golpe de calor)**, 78, **81****Insomnio (pérdida del sueño)**, 328**Intestinos** (Vea Tripa)**Intoxicación**, **103**

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, 395

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**Jiotes**, 11, **205-206**, 371**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, 369
Laxantes, 15-16, 382
 mal uso de, 126
‘Lazarín’ (Vea Lepra)
Leche
 en polvo, 390
 y brucelosis, 188
 y diarrea, 156
 y úlceras, 129
 (Vea también Leche de pecho)
Leche de magnesia, 16, 381
Leche de pecho, t12, 120-122
 creencias tradicionales sobre, 2, 7
 y buena alimentación, 114, 116, 304
 y planificación familiar, 289, 294, 393
 y prevención de la diarrea, 154, 156
 y recién nacidos, 271, 277, 405
 (Vea también Senos)
Leishmaniasis, 406
Lengua, 232
Lepra, 10, 25, 38, 191-192, 206, 337,
 361-362
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, 47, 131-134
Luxaciones de los huesos, 38, 101, 316

LL

- Llaga tropical** (Vea Leishmaniasis)
Llagas
 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)
Llagas de cama o de presión, 13, 41, 214
Llagas de fiebre (herpe febril), 48, 171,
 232, 402
Llaguitas 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
- 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, 398
- durante o después del parto, 266
- genéricas, 333, 339,
- guías para su uso, t18-t19, 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, t18-t19, 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)

Metanfetamina, 416-417

Método de días fijos, 285, 291-292

Método de la esponja, 285, 294

Método del moco, 285, 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, 393

Moco, cómo sacarlo, 169

Modelos y demostraciones para enseñanza, t22

Mollera

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

Mongolismo, 318

Moniliasis (algodoncillo), 232, 242, 369, 400

Mordeduras

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

Moscas

- y enfermedad, t23, 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), 203

Nacimiento (Vea Parto)

Nariz, constipado y escurrimiento de la, 164-165, 382

Náuseas (Vea Vómitos)

Necesidades que la gente siente y necesidades a largo plazo, t8-t12

Nervios,

- y músculos, 37-38

'Nervios' o ansiedad (Vea Susto)

Neumonía (Vea Pulmonía)

Nevirapina, 249, 400

Nigunas (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
- retraso mental o sordera en, 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, 377, 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

Ombbligo

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

Oncocercosis, **227-228**, 376

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, 376

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

Orines (Vea Orina)

Orzuelo (perrilla), 224

Ovarios, **36**, 280

Oxitócicos, 50, **265-266**, 319, 390

Oxiuro (lombriz chiquita afilada), 141

P

Paladar partido (fisura palatina), 318-319

Paludismo, **186-187**

cerebral, 30, 178, 186, 365
 cómo da la fiebre, 26
 con convulsiones (ataques), 307
 con enfermedad de células falciformes,
 321
falciparum, 158, 186, 363
 medicinas para, 337, 363-367

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 plaguicidas, 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
 desgarró 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
 prematuro, 262
 problemas con el, 267-269, 319
 señas que indican que se acerca, 258
 tres etapas del, 259-262
 uso correcto de oxitóxicos, 265-266

Pasta dental, 230

Pastillas anticonceptivas, 285, **286-289**,
 394-395, 410

Pecho

cáncer de, 279
 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

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, 369-371
 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**, 371

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**

Plaguicidas

mal uso de, 412-413
 que causan defectos al nacer, 247
 quemaduras en los ojos, 219

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, 389

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**, 394, 401-403
Presión alta de la sangre, 125, 249, 288, 325-326, 393, 411
Presión baja de la sangre, 411
Presión de la sangre,
 alta, 125, 249, 288, 325-327, 393, 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
 infecciones 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, 318
Profiláctico (condón), 239, 285, **290**, 394, 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
 dentro de contratapa, 410-411
Puntos de presión, 82
Puntos o costuras con hilo (suturas), 86, 255, 269
 anestésico para que no duelan, 379
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
Quistes, 143, 243
 en un ovario, 280

R

Rabia, 181
Raquitismo, 125
Rayos X, 102
Reacción leprosa, 191, 361
Reacciones alérgicas, 23, 54, **166**
 causadas por medicinas, 54, 56, 68, 70-71, 351
 en la piel, 203
 medicinas para, 337, 384-386
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, 392-396
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, t2, 24
Resistencia,
 a antibióticos, t19, 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, **294**

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

Reuma (Vea Artritis)

Rinitis alérgica (fiebre del heno), 165

Riñones, 233-234

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

Rotación de siembras, t13, 115, 117

Rotavirus, 147

Rozadura (piel roja) en niños, 215, 421

Rubéola, 247, 312, 320

S

Sábila (Vea Zábila)

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, 356

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, t7, t11

Salvado de trigo, 16, 126, 381

Saneamiento t10, 137-139, 153

Sangrado (Vea Hemorragia)

Sangre

cajarones, 288

en el excremento, 128, 144-146, 157-158, 306, 376, 401

en el vómito (cirrosis), 328

en el vómito (úlcera), 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, 371

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, 357

SIDA, 74, 153, 171, 236, 245, 286, 290, 396, 399-401, 416

y algodoncillo, 232

y embarazo, 249, 399

y herpes zona, 204

y medicinas, 357, 396-398

y tuberculosis, 179

y vacunas, 147

Sífilis, 10, 202, 237-238, 403

Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida

(Vea SIDA)

Síntomas, 29

Sinusitis, 165

Sobadas (Vea Masajes)

Sociodrama, t23

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, 374

Solución endovenosa (E.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, 380-381, 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, 356

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
Tecuda, 204, 311
Temperatura, 30-31, 272
dentro de contratapa, 409
(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
Tétanos (trismo), 182-184
en el recién nacido (mozusuelo o 'moto'), 182-183, 273
medicinas para, 336-337, 387
por heridas, 84, 89, 105, 108, 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
pulso en casos de, 33
resistencia a medicinas, 58
Tiña, 11, 205-206, 371
Tiña versicolor, 206
Tisis (Vea Tuberculosis)
Tomadera (alcohol), 148-149, 318, 325, 326, 328, 400, 416
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, 382
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, 376
Tricocéfalo (lombriz de látigo), 142
Tricomonas, 241
Tripa
calambres y dolor, 12, 106, 145, 157, 243
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 (espinas dorsal), 173
de la piel, 212
de los nodos linfáticos, 212
medicinas para, 359-361
señas de, 30, 37
vacuna para, 147
y niños, 136
y sarampión, 311
y SIDA, 396, 402
Tumores (Vea Cáncer)

U

Ubar, piquete de, 106
Úlcera,
de la piel, 20, 212, 213, 324
del estómago, 13, 36, 53, 128-129, 149, 380
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, 369
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, 372, 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, 387
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, 390-392, 405

inyecciones de, 65, 67, 118
la mejor forma de obtener, 52, 118
vitamina A, 226, 392
vitamina B, 208
vitamina B₆, 360, 394
vitamina B₁₂, 51, 65, 393
vitamina C, 248, 335, 393
vitamina K, 337, 394
(Vea también **Hierro**, **Zinc**)

Vitiligo, 207

Viuda negra, piquete de, 106

Vivienda, t10

Vómitos, 161

cómo provocarlos, 103, 387
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, 384-386
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, 155, 232, 242

Yuca, 117, 130

Z

Zábila 13, 129

Zafados, huesos, 101, 316

Zambos, pies, 319

Zancudos, 186-187

Zinc, 155, 159, 381

Zumbido de los oídos, sordera y mareos, 107, **327**, 361, 378