
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, 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**
Ahoguío, 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****Ano (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****Antiretrovirales, 397-399****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****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, 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, 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
 y anticonceptivos inyectables, 397
 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
- 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, 360, 379
- 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, 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
- 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)
- Diets para ciertas enfermedades**, 40, **124-130**
 - anemia, 124
 - bocio o buche, 130
 - diabetes, 40, 127
 - diarrea, 155-156, 159
 - estreñimiento, 16, 126, 383
 - 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, 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 tantee 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, 399
 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), 236-239, 290, 399-403, 428**Enfermedades venéreas (EV)** (Vea Enfermedades de transmisión sexual)**Enfisema**, 170**Enseñanza**, t2, t4-t5, t21-t28, 321

direcciones para materiales educativos, 435-438

Entablillados 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

Espermicida, 285, 290, 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, 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****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, 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, 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, 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, 58

algodoncillo, 232

jiotes y tiña, 205-206, 372-373

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,
 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

señas 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, 187, 373, 412-413, 429

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, 119, 4, 50

medicinas que no se deben inyectar, 51,
 56, 67

para no tener hijos, 285, 293, 397

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, 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, 7
 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, 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, 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, 399
- 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)

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, 395

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, 370, 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), 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, t8-t12

Nervios,

- y músculos, 37-38

'Nervios' o ansiedad (Vea Susto)

Neumonía (Vea Pulmonía)

Nevirapina, 249, 400

Niguas (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

Ombbligo,

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
 desgarrar 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
 señales que indican que se acerca, 258
 tres etapas del, 259-262
 uso correcto de oxicóticos, 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

'Peluzo', 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

señales 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
 dentro de contratapa, 410-411
- 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
- Quistes**, 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, 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

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, 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, t7, t11

Salvado de trigo, 16, 126, 383

Saneamiento t10, 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, 74, 153, 171, 236, 245, 286, 290, 396,

- 399-401, 416**

- y algodoncillo, 232

- y embarazo, 249, 399

- y herpes zona, 204

- y medicinas, 359, 397-399

- y tuberculosis, 179

Sífilis, 10, 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, 376

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, 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

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, 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, 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, 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

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, 398, 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, 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
 - pedritas 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)
- Vitíligo**, 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

