

El Centro de Estudios de las Culturas en Guatemala –CECEG– de la Universidad de San Carlos de Guatemala fue creado en sus orígenes el 8 de julio de 1967. La ciencia, como la vida y la sociedad misma, están en constante cambio y desarrollo. La Universidad de San Carlos de Guatemala para responder a los nuevos retos de la investigación multidisciplinaria sobre las dinámicas culturales, el 24 de julio de 2019 inicia una nueva etapa de dicho centro, pues su mandato, que se aprobó por el Honorable Consejo Superior Universitario en el “punto SEGUNDO, Inciso 2.1 Subinciso 2.1.1 del Acta No. 18-2019 de sesión ordinaria celebrada el día 24 de julio de 2019”, tiene como finalidad estudiar la cultura desde una visión holística, dinámica, en constante construcción y como base del desarrollo de la sociedad guatemalteca, en un contexto contemporáneo, caracterizado por la interrelación global de las diferentes manifestaciones culturales. Esta finalidad la realiza potencializando toda la tradición heredada de los estudios denominados “folklóricos” en la época anterior, y respondiendo a la necesidad de entender y estudiar los entramados de las dinámicas culturales actuales.



Revista No. 95

TRADICIONES DE GUATEMALA



Nueva Guatemala de la Asunción, 2021



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

306

C397 Tradiciones de Guatemala/Centro de Estudios de las Culturas en Guatemala
Dirección General de Investigación, Universidad de San Carlos
de Guatemala.— Vol. No. 95 (noviembre 2021)— Guatemala.
Serviprensa, 2021, pág. 260. II. 21 cm.

Anual

ISSN 0564-0571

Disponible en www.ceceg.usac.edu.gt

1. Artesanías. 2. Zapotitlán. 3. Amatitlán. 4. Cuaresma. 5. Coronavirus.
6. Prevención. 7. Medicina tradicional. 8. Relatos.

Directorio Revista 95

Rector

Pablo Ernesto Oliva Soto

Secretario General

Gustavo Enrique Taracena Gil

Director General de Investigación

Félix Alan Douglas Aguilar Carrera

Director del Centro de Estudios de las Culturas en Guatemala

Mario Antonio Godínez López

Investigadores titulares

Aracely Esquivel Vásquez

Deyvid Paul Molina

Armantina Artemis Torres Valenzuela

Aníbal Dionisio Chajón Flores

Abraham Israel Solórzano Vega

Byron Fernando García Astorga

Investigadores interinos

Xochitl Anaité Castro Ramos

Erick Fernando García Alvarado

Ericka Anel Sagastume García

Diseño y diagramación de interiores

Portada y diagramación: Nancy Sánchez

Revisión de textos: Jaime Bran

Fotografía de cubierta y contracubierta

Portada: Ericka Sagastume

Contraportada: Cortesía de Asociación mujeres

emprendedoras de Zapotitlán, Jutiapa

PRESENTACIÓN

Somos **Tradiciones de Guatemala**, una revista del Centro de Estudios de las Culturas en Guatemala -CECEG- de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Tradiciones de Guatemala es de publicación anual y divulga los resultados de investigaciones multidisciplinarias sobre las distintas manifestaciones de las culturas en Guatemala. El Ceceg estudia las dinámicas culturales actuales desde una visión holística, dinámica, en constante construcción y como base del desarrollo de la sociedad guatemalteca en un contexto contemporáneo caracterizado por la interacción global de las diferentes manifestaciones culturales.

La revista **Tradiciones de Guatemala en su edición 95** es un producto del trabajo tesonero de nuestros profesionales investigadores, quienes en un contexto de pandemia –y las limitaciones que todo eso conlleva para la investigación antropológica, sociológica e histórica, caracterizada ésta por su exigencia de un trabajo de campo minucioso y una disciplinada

secuencia de acudir a las fuentes–, lograron un producto final que combina el mantener la tradición investigativa de nuestro Centro, de poner en valor la cultura tradicional y a sus protagonistas, con el análisis del impacto de la pandemia provocada por la Covid-19, en estos procesos socio-culturales.

El momento de nuestra publicación coincide con el año en el que se cumple el bicentenario, desde aquel día en que las élites criollas centroamericanas ejecutaron un proceso independentista de la corona española, que configuró un modelo económico, político, social que a su vez generó nuevos imaginarios socio-culturales que predominan hasta hoy, y que se reflejan en la cotidianidad de la sociedad guatemalteca.

Imaginarios que han sido en la actualidad cuestionados por múltiples sectores de esta sociedad y que han provocado que, la acción festiva del bicentenario se vea casi totalmente cancelada por las autoridades oficiales del país, pues la crítica social ve en ellas, un posible despilfarro de recursos del Estado, en un contexto en el que

la patria se acongoja por las miles de pérdidas humanas debido a la pandemia y a su cuestionable gestión por parte de las autoridades obligadas.

La Universidad de San Carlos de Guatemala a través de sus más altas autoridades representadas en el Consejo Superior Universitario, ha resuelto que nuestra tricentenaria casa de estudios no “celebra” el bicentenario. La USAC en el contexto de su misión y visión académica llama a la sociedad guatemalteca y a la comunidad sancarlista a “conmemorar críticamente” el bicentenario, y por ello para el Ceceg es importantísimo realizar publicaciones que constituyen el aporte de su grano de maíz al análisis de todo el contexto actual, y que corresponde a poner en valor elementos y características de las culturas guatemaltecas que se mantienen y dinamizan a través del tiempo y que de alguna manera se resistieron a desaparecer en un contexto de pandemia.

Es un verdadero gusto para el Ceceg entonces, presentar la publicación de nuestra revista **Tradiciones de Guatemala No. 95** que contiene el esfuerzo académico a través de 9 artículos de nuestros profesionales: Aracely Esquivel Vásquez, Artemis Torres Valenzuela, Anibal Chajón Flores, Erick Fernando García, Deyvid Molina, Byron García Astorga, Xochitl Anaité Castro, Ericka Anel Sagastume. Artículos producidos con un trabajo minucioso y que son de amena lectura, la cual esperamos disfruten y puedan ser estos escritos, un aporte significativo a la puesta en valor de la cultura tradicional guatemalteca para las generaciones presentes y futuras.

Mario Antonio Godínez López
Director

*Centro de Estudios de las Culturas
en Guatemala -CECEG-DIGI-
Universidad de San Carlos
de Guatemala.*

MEDICINA TRADICIONAL, PENSAMIENTO Y CREENCIA CON RELACIÓN A SU UTILIZACIÓN ANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

Byron Fernando García Astorga

Resumen

Las aplicaciones prácticas y benéficas de las alternativas médicas se observan en las experiencias y comentarios de las personas. La psicología individual y la teoría cognoscitiva ayudan en la comprensión de dinámicas mentales que se utilizan como recurso inconsciente para alcanzar información resguardada y llevarla a manifestaciones conscientes. Conocimientos de enfermedades curadas científicamente, sumados a motivaciones personales y creencias ancestrales, se entrelazan para poder entender la continuidad de la medicina tradicional y cómo las personas, utilizan una serie de recursos naturales de fácil acceso para enfrentar situaciones negativas relacionadas con la salud. Propiedades curativas y experiencias individuales y colectivas ayudan a

comprender tradicional y popular de los usuarios de la medicina tradicional. Los conocimientos encontrados dentro de los procesos de razonamiento mental de las personas son importantes en cuanto al por qué y para qué y las intenciones o motivaciones que establecen iniciativas para poder enfrentar la decreciente situación con relación al COVID-19. Beneficios utilizando jengibre, eucalipto, ajo y limón pueden ayudar y mejorar el estado físico de las personas y a su vez, sopesar de manera positiva el miedo ante una enfermedad la cual aún se desconocen tratamientos efectivos. Describir el pensamiento con relación a la orientación y búsqueda de una alternativa médica.

Palabras clave: Medicina tradicional, covid-19, plantas, psicología

Abstract

The practical and beneficial applications of medical alternatives can be seen in people's experiences and comments. Individual psychology and cognitive theory is based on the understanding of mental dynamics that are used as an unconscious resource to reach protected information. Personal motivations and ancestral beliefs intertwine in order to understand the continuity of traditional medicine and how people use a series of easily accessible natural resources to face negative situations related to health. Healing properties and experiences help shape the traditional and popular knowledge of the users of traditional medicine. The knowledge found within the mental reasoning processes of people is important as to why and for what and the intentions or motivations that establish initiatives to be able to face the decreasing situation in relation to COVID-19. Benefits using ginger, eucalyptus, garlic and lemon can help and improve the physical state of people and in turn, positively weigh the fear of a disease which is still unknown effective treatments to counteract its impact on people's health. Traditional medicine generates a series of benefits that helped to cope with this situation.

Keywords: Traditional medicine, covid-19, plants, psychology

Introducción

La medicina tradicional ha perdurado y continuado a través del tiempo en Guatemala, a pesar de las

innovaciones en medicina occidental y la accesibilidad que poseen las personas a esta. Continúa siendo una alternativa ancestral que guarda sabiduría y beneficios para los individuos que la utilizan continuamente.

En el año 2019, cuando se manifiesta la enfermedad COVID-19, y el mundo se ve desprovisto de los medios para combatir una pandemia de esta magnitud; las personas por primera vez en mucho tiempo experimentaron pérdida de control con relación a muchas áreas de su vida.

Se observó un efecto consecuente, manifestado en preocupación con relación a qué medidas podrían ser tomadas, el distanciamiento social, mascarilla, lavado de manos y utilización de desinfectantes en superficies.

La medicina tradicional jugó un papel importante, en cuanto al pensamiento relacionado con creencias inmediatas. El instinto orientó la mente de las personas hacia medidas alternativas que podían ser tomadas y que estuvieran al alcance económico e inmediato. Esta y otras conductas como la oralidad, será descrita a lo largo de este artículo.

La presente información se comenzó a documentar a partir del mes de abril finalizándose en el mes de octubre del año 2020. Como parte de los objetivos específicos de la información que a continuación se presenta, se estableció describir el pensamiento con relación a la orientación y búsqueda de una alternativa médica. Describir el

alcance de las personas, motivaciones y creencias en la utilización de medicina tradicional y su eficacia con el estado de bienestar manifestado por los individuos durante el encierro y pandemia del COVID-19.

Como parte de las medidas por el gobierno de Guatemala, se estableció una cuarentena en donde se afectaron las personas con relación a sus trabajos, los colegios y escuelas públicas se vieron en la situación de suspender la educación presencial e implementar modalidades virtuales.

Se establecieron toques de queda, restricción de movilidad, entre otras. Por lo que las personas que se entrevistó fueron a las que se logró tener acceso, breves comentarios adicionales de algunos individuos del área del municipio de Mixco específicamente zona 8 y zona 11 Colonia Mariscal, enriquecieron y confirmaron lo que se logró observar dado las medidas antes mencionadas.

Se utilizó la teoría fundamentada como metodología; las experiencias y testimonios de personas entrevistadas ayudaron a describir, el pensamiento y conducta con relación a esta pandemia y cómo fue manifestada las dinámicas relacionadas con la medicina tradicional.

Esta teoría menciona Murillo (1997), en sus inicios se encuentran en Chicago, dentro de la escuela de sociología y en los orígenes del interaccionismo simbólico a principios del siglo XX, describe la corriente como

una constitución derivada de las teorías fundamentalistas.

De la misma forma comenta brevemente sobre los trabajos de los autores Glaser y Strauss desarrollando la teoría fundamentada como base de un método para sistematizar hipótesis y teorías sobre el actuar humano, basándose en el empirismo dentro del mundo social.

Es una metodología de análisis, unida a la recogida de datos, que utiliza un conjunto de métodos, sistemáticamente aplicados, para generar una teoría inductiva sobre un área sustantiva. El producto de investigación final constituye una formulación teórica, o un conjunto integrado de hipótesis conceptuales, sobre el área sustantiva que es objeto de estudio (Murillo, 1997, pág. 1).

Los datos recolectados, como se menciona se incluyeron en esta información, por medio de observación del entorno mediante noticias, breves comentarios de personas de las zonas antes mencionadas, y de las entrevistas a individuos que enriquecieron con sus experiencias lo que a continuación se describe.

La Teoría Fundamentada tiene como procedimiento fundamental para el análisis de los datos el método comparativo constante por medio del cual el investigador codifica y analiza los datos de manera simultánea para el desarrollo progresivo de ideas teóricas que tengan una estrecha

correspondencia con los datos, mediante la puesta en escena de cuatro etapas: La comparación de incidentes aplicables a cada categoría, la integración de las categorías y sus propiedades, la delimitación de la teoría y la escritura de la teoría (Ochoa, 2013, pág 126.).

Por lo citado, la comparación de experiencias e ideas relacionadas a la situación de encierro y preocupación derivada de la crisis nacional, estructuró la información que a continuación se describe.

Referente teórico

La psicología dentro de sus diversas propuestas contempla las operaciones mentales y cómo estas afectan las dinámicas cerebrales que han ayudado al ser humano históricamente en su evolución, menciona Lucci (2006) sobre el psiquismo humano de Vygostky, cuyas propuestas psicológicas abordaron al individuo desde una perspectiva histórico-cultural y socio-interaccionista.

El mismo autor describe las aplicaciones psicológicas, las cuales se dividen en elementales y superiores dentro de los objetivos de estudio de Vygostky.

La conciencia, la teoría del desarrollo vygostkyana parte de la concepción de que todo organismo es activo, estableciendo una continua interacción entre las condiciones sociales, que son mutables, y la

base biológica del comportamiento humano. Él observó que en el punto de partida están las estructuras orgánicas elementales, determinantes por la maduración. A partir de ellas se forman nuevas, y cada vez más complejas, funciones mentales, dependiendo de la naturaleza de las experiencias sociales del niño. En esta perspectiva, el proceso de desarrollo sigue en su origen dos líneas diferentes: un proceso elemental, de base biológica, y un proceso superior de origen sociocultural (Lucci, 2006, pág.8).

Por lo citado, los elementos psicológicos derivan de la naturaleza humana, presente a lo largo de la vida de los individuos. Los acontecimientos externos impactan en las acciones, las dinámicas individuales se ven orientadas por el ambiente.

La psicología humana por ende se divide en elementales y superiores en la propuesta de Vygostky, por lo que la psiquis se conforma con la cultura dado que son compuestos externos y la biología o naturaleza humana presente desde el nacimiento de los individuos.

Continuando con la misma propuesta psicológica mencionan Tomás y Almenara (2007-2008), las funciones superiores son todas aquellas que ayudan a desarrollar a las personas a través de dinámicas sociales, describen el impacto concreto de la cultura y la orientación que regirá el comportamiento de las personas.

Por lo descrito, es importante señalar que Vygostky y su propuesta en psicología cognitiva, establece la orientación para poder entender procesos de pensamiento y conducta de acuerdo con factores externos derivados de elementos sociales y culturales.

Pensamiento en alerta

Para poder explicar el proceso de pensamiento que atraviesa un individuo al verse inmerso ante una situación de alerta, se utilizó la teoría cognoscitiva dentro de la psicología. Como bien menciona Cobo (2003) la orientación estará impactada en las necesidades de las personas que provocan una conducta, la escasez es la causa básica de la búsqueda de un fin determinado para poder satisfacer o afrontar una situación en particular.

Por medio de la teoría cognoscitiva se pretende explicar el pensamiento de las personas en búsqueda de alternativas medicinales, que ayuden a sobrellevar situaciones e incluso síntomas relacionados al COVID-19.

Derivado de esta se explicó por qué y cómo las personas visualizan la medicina tradicional y la importancia que aún tiene vigencia en la actualidad, en la vida y cultura de las personas.

La psicología cognoscitiva: en términos generales, estudia procesos como la percepción, la memoria, la atención, la resolución de problemas, la psicología del lenguaje, y el desarrollo y el aprendizaje desde un

punto de vista cognoscitivo (Moya, 1997, pág. 17).

Por lo descrito, es necesario comprender, cuándo una persona busca un medio o un elemento para tratar síntomas o mejorar su salud, sin acompañamiento médico y cómo se desarrollan los procesos mentales que orientan al individuo a resoluciones positivas.

La utilización de medicina tradicional ha establecido una larga historia de beneficios y propiedades que han ayudado a controlar y curar en muchas ocasiones enfermedades graves. Es por ello por lo que durante la crisis de salud con relación al COVID-19, muchos guatemaltecos se inclinaron a estos conocimientos.

Como mencionan Llanga, Montesdeoca y León (2019) cuando se enfrenta situaciones apremiantes, la actividad mental y el procesamiento de información es fundamental, el razonamiento se utiliza para procesar lo aprendido o experimentado. Esto permite llevar a los individuos a resoluciones o percepciones positivas.

Como parte de la información que orienta la conducta individual y grupal, en ocasiones lamentablemente puede ser negativa o falsa, esto a su vez propicia dinámicas de pensamiento que pueden incidir en el actuar de las personas con relación a sus estados de ánimo.

Por lo mencionado, describe Ramón (2020) información importante con relación a noticias falsas durante

la crisis del covid-19, las “fake news” contienen elementos donde se sostiene ideas, pensamientos o afirmaciones sin bases sólidas, las cuales tienen como objetivo desinformar a la población. Manipulando o distorsionando la verdad para controlar dinámicas sociales a nivel masivo. Por lo descrito es necesario que el lector de esta información conozca que es necesario cerciorarse que algunos medios pueden poseer agendas ocultas para politizar y orientar a ciertos sectores comerciales, por lo que se hace la breve aclaración.

La oralidad como fenómeno cultural, se encuentra inmersa dentro de la psicología cognoscitiva. Existen diversas investigaciones con relación a este elemento transmisor de tradición, su aplicación dentro de esta información consiste en la transmisión de conocimiento de generación en generación por medio de experiencias y su importancia en los estados dinámicos individuales a generales de poblaciones.

Como menciona García (2019) en una investigación relacionada a elementos religiosos del Niño del Santísimo de la ciudad de Quetzaltenango, resalta contextos descriptivos sobre instintos, emociones y manifestaciones como mitos y leyendas basadas en la oralidad.

Lo anterior contribuye de manera indirecta para ejemplificar cómo por medio de este elemento transmisor cultural se difunde tanto tradición como conocimiento. Esto último es lo que muchas personas guatemaltecas recordaron por medio de procesos

cognoscitivos que a continuación se describen.

En síntesis, la oralidad y la escritura implican la capacidad de saber comunicar en el terreno del saber y el saber hacer, una correlación entre determinadas teorías cognitivas y de operación de esa cognoscibilidad en la actividad humana. Pensar en este sentido conduce a pensar en qué se dice y cómo se dice, el por qué se dice y el para qué se dice, tanto en la oralidad como en la escritura, lo que condiciona el tratamiento de intenciones y finalidades comunicativas adecuadas a la situación de comunicación que se le presenta al emisor (González, Hernández y Zea, 2013, pág. 267).

Por medio de estos procesos cognoscitivos es cuando la mente recuerda, analiza y actúa con relación a una determinada situación. En el estado de alerta al qué hacer en cuanto a prevenir y resguardar la salud. Los conocimientos y beneficios prácticos que propician las propiedades en cuanto al uso de la medicina tradicional es lo que ayuda a reforzar la utilización mediante la experiencia compartida por otras personas.

El lenguaje ha sido el elemento básico que ha facilitado la comunicación, que es su función fundamental. Es un hecho social que permite la adquisición de costumbres, creencias e historias propias y comunitarias, la relación con otras personas y grupos

y la transmisión de experiencias y saberes. Tal comunicación comprendida como intercambio de contenidos y experiencias, genera relaciones sociales, y, a través de ellas, configura sociedades humanas con identidades y culturas propias, basadas precisamente en el conocimiento compartido (Ultrera, Consuegra y Lóriga, 2019. pág.167).

Por lo tanto, la psicología cognoscitiva, haciendo uso de la oralidad permite los procesos de conocimiento y estados de razonamiento lógico que llevaron a muchas personas a inclinarse a esta alternativa médica durante la pandemia del COVID-19.

De lo mencionado, la oralidad y la psicología cognoscitiva se entrelazan, puesto que, son procesos mentales que inician por medio de dinámicas mentales y se materializa al momento de comunicarlos. A lo largo de este artículo se describe lo comentado.

Creencias médicas ancestrales

La utilización de plantas medicinales ha establecido una serie de beneficios comprobados por diversas investigaciones, de la misma forma por medio del uso continuo de estas para tratar síntomas y enfermedades. Como parte del conocimiento ancestral que posee esta alternativa médica, es necesario comentar brevemente su difusión a lo largo de los años para poder comprender cómo se mantiene implícita esta información.

Con anterioridad se mencionó cómo por medio de la oralidad, se transmite de generación en generación los conocimientos y beneficios de la medicina tradicional. De la misma forma es necesario comprender la trascendencia que ha tenido a lo largo de la historia para establecer la continuidad de conocimiento en los hogares guatemaltecos.

Se puede establecer una diferenciación cronológica en los estudios de “antropología de la salud”: aquellos realizados desde fines del siglo XIX y comienzos del siglo XX hasta antes de la Segunda Guerra Mundial, y aquellos realizados después de esta. En la primera etapa, la información acerca de las prácticas médicas (en continentes colonizados) forma parte del conjunto de aspectos que se necesitaba conocer o colonial. En la segunda etapa, posterior a la Segunda Guerra Mundial, los estudios sobre la salud se ven influenciados por los drásticos cambios que produjo este conflicto tanto en términos epidemiológicos como sociales y culturales, pero ya en ámbitos más urbanos que rurales (Euzaguirre, 2016 pág.5).

Por lo mencionado, el estudio de la medicina tradicional ha estado presente por más de cien años, y es este conocimiento el que se ha transmitido y el que impera en la experiencia de las personas. Como lo menciona Pérez y Ponjuán (2016) el

conocimiento social es parte de las herramientas y recursos fundamentales como constante de información entre dinámicas de intercambio con relación a la información.

Para comentar un parámetro sobre la incidencia de la medicina tradicional en Guatemala, describe Albanés (2018) la importancia de la literatura Popol Vuh, como parte importante de la cultura maya. En el mismo se hace referencia al inicio del universo, el hombre, las enfermedades, donde se establece que rigen la espiritualidad, conducta y mente. La medicina tradicional establece una totalidad abarcando las tres partes del ser humano. Las características espirituales y mentales denotan la sabiduría de los pueblos originarios y cómo se puede visibilizar por medio de simbolismos en el actuar de las personas hoy en día.

Comenta el mismo autor sobre algunas consideraciones que continúan hoy en día con relación a las emociones y balance armónico que influyen en la salud de las personas. El elemento espiritual orienta al aprendizaje y trascendencia, según la literatura del Popol Vuh.

En lo espiritual se considera que existe una causa de aprendizaje y crecimiento personal durante un estado patológico, por lo que parte del proceso de curación en algunas enfermedades, implica el reconocimiento del porqué del padecimiento de dicha patología. En las comunidades, los especialistas

para curar enfermedades son altamente reconocidos y respetados por los conocimientos y habilidades terapéuticas que poseen. Estas cualidades o el “don” que tienen para curar, lo obtienen mediante su fecha de nacimiento y el lugar que esta tiene en el calendario maya, además de sueños o revelaciones que posteriormente son interpretadas. La etiología de las enfermedades está muy ligada entre sí, lo que refleja que la medicina maya tiene un carácter holístico. Las causas de las enfermedades pueden variar, desde el incumplimiento de normas, hasta un desequilibrio entre lo caliente y lo frío o la intervención de un ente sobrenatural (Albanés, 2018, pág. 8).

Por lo citado, se hace esta breve mención sobre la importancia y visión de la medicina tradicional desde la época prehispánica, para conocimiento del lector.

Teniendo en cuenta los elementos espirituales, mentales y físicos que implica la ancestralidad médica, se concentró en las características y procesos intelectuales con relación a la salud física y emocional de las personas. Esta información basada en la experiencia, observación y transmisión es lo que se describe como parte de una dinámica cognoscitiva en la utilización de uno o varios elementos culturales.

Continuando con esta descripción, se identificó dos tipos de conocimientos, tácitos y explícitos:

La dimensión tácita del conocimiento está enraizada a la acción, la experiencia y la inserción en un contexto determinado, formado por elementos técnicos y cognitivos. El elemento cognitivo se refiere a los modelos mentales de las personas, formados por mapas mentales, creencias, paradigmas y puntos de vista. El componente técnico consiste en un know-how concreto, y en habilidades que se relaciona con un contexto específico. La dimensión explícita está articulada, codificada y comunicada mediante símbolos y el lenguaje natural (Pérez y Ponjuán, 2016. pág.347).

Las personas que experimentan con medicina tradicional por medio de empirismo o por conocimientos compartidos mediante la oralidad, utilizan la dinámica cognoscitiva tácita. Las dinámicas mentales y el uso del razonamiento lógico utilizado por los individuos, es parte de una dinámica social que impacta en la continuidad de tradición y objetos populares.

Como se mencionó anteriormente, los elementos socioculturales según la propuesta de Vygostky, está implícita en la orientación y visión de las personas por ser parte de componentes externos. Sumado a la pandemia de covid-19, se visualizó aún más la importancia de esta alternativa médica.

Trabajo de campo

Como mencionan las personas entrevistadas, información que a

continuación se presenta, utilizaron sin conocer estos procesos mentales para recurrir a saberes tradicionales. Estableciendo que todo proceso manifestado, inicia en el inconsciente y en su materialización o acción se hace consciente.

Paola Aceituno de 23 años menciona sobre sus conocimientos:

Mi experiencia en todo esto... en mi caso [...] me han enseñado a cuidarme con medicinas naturales [...] poner a hervir ajo, cebolla morada, eucalipto [...] entre otras cosas más [...] para que nuestras defensas estén buenas a la hora que la enfermedad nos llegue [...] todo eso me han enseñado desde pequeña [...] más con los niños, para ellos, para que ellos tengan una protección buena...todo esto lo aprendí, es un cuidado, que viene de mis abuelos y más por mi mamá y ahora ya yo lo sé hacer (Aceituno, 2020).

Se comprende en el comentario anterior, que la utilización del conocimiento tácito es inconsciente. Por lo tanto, es importante comprender cómo el aprendizaje por medio de experiencias o sabiduría oral se desarrolla a nivel cognitivo significativamente. Se analizó, que, al momento de asimilar la información por medio de la oralidad, este proceso se enmarca a nivel del inconsciente, la ejecución puesta en marcha es consciente, y al momento

de experimentar un resultado positivo se establece un aprendizaje enraizado en ambos niveles.

Como menciona Rodríguez (2004) el aprendizaje significativo es un proceso generado a nivel mental, el cual impacta y se orienta en la conducta de las personas de manera sustancial. Esto dependerá de la predisposición, significado y estructura cognitiva de ideas que provea un beneficio o ventaja fundamental para el presente o futuras situaciones atenuantes.

De la misma manera comenta su experiencia Patricia Piril de 23 años con dos hijos de ocho y seis años:

En mi familia verdad [...] durante esta pandemia para cuidarnos [...] hemos utilizado el té de jengibre [...] que también le podemos echar miel, ajo, canela [...] es una medicina natural. Eso me lo enseñó mi suegra como cuidado en casa, yo viendo que funcionaba lo hago ahora con mis hijos más que todo para prevenir junto con el lavado de manos y el distanciamiento. La verdad ayuda un poquito [...] se toma usualmente cuando hay gripe [...] se toma en la mañana o todo el día [...] media vez sea calentito. Pero gracias a Dios no se me han enfermado (Piril, 2020).

Por tanto, es entendible que cualquier tipo de conocimiento cuando se observa y experimente una utilidad, queda inmerso en las funciones

cognitivas de las personas. Lo que conlleva a un factor multiplicador de acervo cultural que continuará siempre y cuando sea de beneficio.

Medicina tradicional

La medicina tradicional se encuentra presente en la historia y vida cotidiana de los guatemaltecos. Durante la pandemia del covid-19 se visualizó la importancia de los saberes ancestrales de los antepasados que aún imperan en las dinámicas habituales de las personas.

Dentro del universo de médicos y plantas medicinales, los guatemaltecos se inclinaron al conocimiento significativo que imperó dentro de su educación familiar.

En algunos de los hogares de los guatemaltecos mencionaron la utilización de limón, jengibre, ajo, cebolla, romero, eucalipto y miel. Las propiedades y beneficios en el uso prolongado permitieron una mejora en el estado de salud y bienestar emocional. En su mayoría los elementos mencionados no son de origen nativo de Guatemala, los beneficios y propiedades a nivel alimenticio serán descritos a lo largo de este artículo.

Con relación al COVID-19, aún es apresurado o inmediato concluir que la utilización de medicina tradicional pudo influir o incluso mejorar de manera permanente esta nueva

enfermedad. Es necesario que el lector comprenda que la intención de esta información es de carácter psicológico y cultural. En el sentido de describir los estados emocionales con relación a la visualización y sensación en el uso de la medicina tradicional y sus efectos positivos a nivel emocional y físico.

Comparte su experiencia María Alejandra Hernández de 28 años.

A nosotros nos enseñaron a usar jengibre, limón, ajo [...] incluso hasta canela y miel. Todo eso se pone a hervir con un poco de agua y se toma lo más caliente que aguante la persona. Esto me lo enseñó mi mamá [...] que así le decía mi abuelita [...] más cuando tiene uno tos, incluso hasta la coca cola caliente. Para cuando uno tiene mucha flema. Esto mi mamá lo usó cuando yo era chiquita y yo lo uso con mis hijos. Uno tiene doce la otra tiene nueve y el nene tiene año y medio. Y póngale esto si les mejora [...] incluso ahora se los doy en dos tomas al día y si los levanta bastante [...] y ya al tercer día ya amanecen mejor (Hernández, 2020).

El uso de medicina tradicional como es compartido por la entrevistada mejora el estado de salud. De la misma forma es transmitido por medio de la oralidad y procesos cognoscitivos, estableciendo una mejora tanto física como emocional.

Beneficios y propiedades

La medicina tradicional y su historia milenaria está basada en los beneficios y propiedades que han impulsado a su consumo habitual dentro de las personas especialmente las que viven en áreas rurales. Esta alternativa médica contiene una serie de elementos que son importantes para los guatemaltecos específicamente visibilizados durante la pandemia del COVID-19, su accesibilidad económica y fácil adquisición en mercados cantonales y establecimientos de productos naturales son de gran ayuda en adición a su utilidad con relación a la salud.

Derivado de lo anterior, se observó aumento en los precios de algunos productos de la canasta básica. Mencionó Gamarro (2020) un reporte de nueve quetzales en el alza de los alimentos esenciales, comparando los meses de mayo, junio y julio del año 2020, con una inflación de 1.80%. Dentro de los comestibles más utilizados por las personas entrevistadas, el jengibre fue notable en cuanto al incremento de su valor o costo económico y su utilización.

Valencia (2020) en Quetzaltenango comentó sobre un incremento notable del jengibre, puesto que la libra se encontraba alrededor de 12 o 15 quetzales por libra y durante los meses de confinamiento el precio se elevó

hasta los 50 quetzales. Ese es uno de los ejemplos que a continuación se describen que fue muy demandado por algunos de los guatemaltecos durante esta crisis de salud.

Dentro de las plantas y hierbas medicinales más destacadas por los individuos se encuentra el jengibre. Como menciona Zambrano (2015) utilizada como condimento, medicamento y aromatizante es cultivada en muchas regiones del mundo, proveniente de China e India.

El jengibre es conocido por sus propiedades desinflamatorias, antioxidantes. Mejoría en el aparato digestivo entre las más destacadas por los entrevistados y distintos estudios que promueven la utilización de este elemento de la naturaleza. Existen diversos estudios que avalan los beneficios que pueden ser obtenidos de este en su consumo diario. Teruel (2018) describe cómo la actividad pulmonar, específicamente los bronquios, se ven desinflamados al analizarse por medio de espectrometría de masas; las vías respiratorias mejoran considerablemente por ser un broncodilatador. Información que se utiliza en este artículo para dar a conocer sobre otras investigaciones al lector.

Las propiedades que componen el jengibre y la riqueza de sus nutrientes:

Está compuesto mayoritariamente por almidón (54%), agua (10%), proteínas (7,5%) y lípidos (3,5%) entre otros, el jengibre presenta una serie de principios activos y moléculas responsables de sus múltiples beneficios. Por un lado, contiene aceites esenciales como los monoterpenos y sesquiterpenos, responsables de su aroma. Por otro lado, aquellos constituyentes que le proporcionan su sabor picante y que junto a las enzimas proteolíticas favorecen sus propiedades analgésicas, antiinflamatorias y antioxidantes son los compuestos no volátiles conocidos como los gingeroles, los shogaoles y otros compuestos químicamente análogos (Bisbal, 2018, pág. 7)

Sus compuestos químicos hacen a esta planta un gran recurso para las personas, especialmente para tratar gripes o síntomas de resfrío. Como bien se mencionó en este artículo es de carácter cultural y psicológico, por lo que las propiedades químicas son mencionadas como información complementaria, se sugiere al lector buscar en revistas sobre farmacología si desea ampliar esta información.

Menciona en entrevista, Carlos Higueros de 58 años:

Yo uso jengibre para todo [...] le hecho a todo, desde pequeño en mi casa mi mamá se lo ponía como condimento a las comidas. Pero

también nos hacía té de jengibre [...] la verdad es que si es bueno porque se siente como lo hace sudar a uno cuando uno lo toma dos o tres veces al día [...] yo sé que es bueno para el estómago, para la tos y gripe [...] En esta pandemia del covid, yo desde que supe que era como una gripe lo he estado tomando [...] gracias a Dios no me he enfermado, ni tos me da. Lo que sí de propiedades que yo sé que ayuda a sacar y a desinflamar bastante [...] creo que por eso es que nos lo daban más cuando nos poníamos malos del estómago (Higueros, 2020).

Como se menciona, una de las propiedades que se le atribuyen al jengibre es el desinflamatorio. Conocimiento transmitido de generación a generación. Por la misma acción que posee en el cuerpo, la creencia de algunas personas es que puede ayudar en situaciones de contagio. El limón es parte importante con relación a las motivaciones y creencias populares de las personas como herramienta natural para mantener y mejorar la salud. Como antioxidante, reforzador del sistema inmunológico y desintoxicante. Muchos de los guatemaltecos recurrieron al consumo diario de este producto de la naturaleza para enfrentar la necesidad de resguardar y fortalecer el estado físico.

Las propiedades y valor nutricional como menciona la Fundación española de la nutrición en una investigación

sobre las ventajas y beneficios del consumo del limón:

Aporta una gran cantidad de vitamina C (50 mg/100 g de porción comestible), potasio y cantidades menores de otras vitaminas y minerales. La vitamina C interviene en muchas reacciones enzimáticas, es indispensable en la producción del colágeno, el cual es necesario para el crecimiento y reparación de células, tejidos, encías, vasos sanguíneos y huesos. Además, tiene la propiedad de mejorar la cicatrización, y la función del sistema inmunitario fortaleciendo las defensas generales del organismo, también colabora en el transporte de hierro, posee capacidad antioxidante que ayuda a reducir el riesgo de algunas enfermedades, así, por ejemplo, neutralizar sustancias cancerígenas como las nitrosaminas, por lo que parece ejercer un papel importante en la prevención frente al cáncer (Fundación española de la nutrición, SF, págs. 10-11)

Dentro de la misma información, se describe sobre el impacto con relación a la importancia de la vitamina C y relevancia en algunas enfermedades.

Por otro lado, diversos estudios han mostrado que las personas con altas ingestas de vitamina C tienen un menor riesgo de desarrollar otras enfermedades crónicas como enfermedad cardiovascular, cataratas o enfermedades neurodegenerativas.

La pulpa, contiene ácidos orgánicos, fundamentalmente ácido cítrico y en menor cantidad málico (que se consideran responsables del sabor ácido de este alimento), acético y fórmico. Algunos estudios han indicado que estos ácidos potencian la acción de la vitamina C y poseen un notable efecto antiséptico. Existen también compuestos fenólicos como los ácidos cafeico y ferúlico, que son potentes antioxidantes e inhiben la actividad carcinogénica (Fundación española de la nutrición, SF, pág.11).

Por estas razones las personas han experimentado mejorías a nivel físico y sensaciones en cuanto al bienestar emocional cuando su uso es habitual. Muchos individuos comentaron sobre la importancia de vitamina C y cómo adaptaron su dieta diaria a esta.

Menciona Nelson Macario de 34 años quien ha utilizado limón junto a otros remedios populares:

Últimamente lo que se ha estado consumiendo en mi casa, cuando se tiene dolor de cuerpo o síntomas de una infección en la garganta. Lo que nos han dado de consejo y consumiéramos o tomáramos es... hervir agua, exprimir tres limones y poner en un vaso aparte... en el agua se pone la cáscara de limón, la mitad de una cebolla blanca o morada, tres dientes de ajo y media rodaja de canela. Bien hervido se le deja caer el puro jugo de limón. Y se

le agrega media cucharada de miel y al día siguiente ya uno se siente mejor. A mí me ha funcionado [...] se debe tomar en las noches antes de dormir. Esto nos lo ha sugerido una señora llegada a la casa y desde entonces lo hemos hecho para uno y para los niños más ahora que estamos en tiempo de pandemia. Y se lo he recomendado a otras personas y sí les ha funcionado (Macario, 2020).

Por lo comentado, las propiedades y beneficios del uso de limón se ven acompañadas por otros ingredientes. Esto a su vez por lo descrito por el entrevistado ayuda a mejorar y reforzar el sistema inmunológico. El ajo es otro aliado de los guatemaltecos al momento de mejorar y reforzar el sistema inmunológico. Comenta Ramírez, Castro y Martínez (2016) que procede de Asia Central, puede ser encontrado y cultivado en diversas partes del mundo específicamente India y Egipto. Mencionan que contiene vitaminas, minerales y aminoácidos.

De la misma manera que el jengibre y el limón, es un antioxidante para la salud física. Popularmente en los hogares guatemaltecos se conoce como un compañero para combatir resfriados y síntomas de gripe e incluso como desintoxicante.

Los beneficios medicinales del ajo:

Entre sus propiedades nutricionales cabe destacar que 100 g de ajo contienen los siguientes nutrientes: 1,20 mg de hierro, 4,30 g de proteínas, 17,80 mg de calcio, 1,20

g de fibra, 446 mg de potasio, 4,70 mg de yodo, 1,10 mg de zinc, 24,30 g de carbohidratos, 24,10 mg de magnesio, 19 mg de sodio; trazas de vitamina A, 0,16 mg de vitamina B1, 0,02 mg de vitamina B2, 1,02 mg de vitamina B3, 0,60 mg de vitamina B5, 0,32 mg de vitamina B6, 4,80 mg de vitamina B9, 14 mg de vitamina C, 0,01 mg de vitamina E, 1,40 mg de vitamina k, 134 mg de fósforo, 119 kcal, 0,23 g de grasa y 2,21 g de azúcar (González, Guerra, Maza y Cruz, 2014, pág.63).

Lo anterior confirma que, las propiedades del ajo son altamente beneficiosas para la prevención de las enfermedades y, de manera puntual su consumo se ha incrementado desde que la pandemia del Covid-19 afectó a la población guatemalteca.

De lo citado, menciona Alejandra Domínguez de 34 años.

El ajo es bueno para todo [...] para todo [...] yo no padezco gracias a Dios de nada, porque siempre a todo le echo ajo, además, usted viene y come ajo crudo en ayunas y eso le ayuda a regular el estómago bastante [...] más ahora con esto de la enfermedad que hay que estar lo más bien posible, me como un diente de ajo todos los días y si se nota cómo levanta, uno hasta se siente con más energía. El ajo es recomendable para todo [...] es de eso que siempre se debe tener en casa para las enfermedades más ahora con este clima y la pandemia [...] yo a todo el que puedo le digo

que coma ajo crudo y viera que cómo se mejoran (Domínguez, 2020).

Por lo mencionado, las personas utilizan ajo, entre otras plantas medicinales sin conocer el valor a nivel vitamínico y mineral que posee, la experiencia y la observación en cuanto a resultados positivos en otras personas, conlleva un efecto multiplicador que consiste en replicar actividades como la ingesta diaria con fines preventivos y curativos.

El eucalipto es otro recurso utilizado por los guatemaltecos, durante la pandemia de covid-19 se observó las gentilezas y bondades de este, al conocer los saberes ancestrales con relación a la utilización, se denota el conocimiento relacionado con beneficios específicamente a nivel pulmonar.

La utilización de eucalipto se ha conocido concretamente en la inhalación del humo proveniente de sus hojas para descongestionar las vías respiratorias. Posee efecto depurante, desinflamante y relajante.

Menciona Petronila Farfán de 49 años, sobre el uso de eucalipto.

Lo pone a hervir... para lo que es [...] lo que está el caso ahorita, esto se [cuece] con jengibre, manzanilla y té de limón [...] con un poco de romero, esto todo junto se [cuece] y se toma todo junto un su vaso [...] en la mañana. Ahora si hubiera sinusitis o dolor de cabeza se hierva el eucalipto [...] y lo aspira [...] en una olla [...]

antes de dormir. Se cubre con una toalla para un resfriado para limpiar los pulmones [...] esta sabiduría medicinal viene de los abuelos [...] para eso están nuestros abuelos. También se puede poner ahí en la regadera [...] si hay agua caliente lo puede amarrar ahí y así le va cayendo a uno. Pero para la enfermedad se debe tomar una vez en la mañana y una vez en la noche para protección de lo que hay ahorita (Farfán, 2020).

La información anterior es consistente con conocimiento de otras regiones del mundo. Como se menciona en la investigación Plantas medicinales usadas para las afecciones respiratorias en Loma Alta, Nevado de Toluca, México:

La preparación en infusión y la administración por vía oral de *Eucalyptus globulus* y *Gnaphalium canescens* para el tratamiento de la tos coincide con lo reportado. De acuerdo con el uso de estas especies está relacionado con la presencia de principios químicos activos y con la propiedad antitusiva que se les atribuye. Por ejemplo, el eucalipto (*E. globulus*) contiene terpenos como el alcanfor, y el gordolobo *Gnaphalium* sp. saponinas y terpenos. Entre las formas de preparación destacan la infusión (46.2%), seguida de la cocción y la maceración; con poca frecuencia la planta se consume cruda (7.7%). De las especies registradas, 69.2% se usan sin mezcla alguna

y en la mayoría de los casos se les agrega algún endulzante como azúcar o miel, el resto de ellas se combina principalmente con canela, ocote, limón, buganvilia, gordolobo y manzanilla (Soltero, Ghenó, Martínez y Arteaga, 2006, pág.61).

De lo citado, es importante destacar la sabiduría ancestral que poseen las personas por medio de la práctica y la tradición oral. En cuanto a la relación que guarda la continuidad de una pervivencia medicinal ancestral, es observable que perdurará por los resultados positivos que son visibles por experiencia de las personas en situaciones de crisis. Como se mencionó anteriormente con relación al jengibre, este artículo es de carácter cultural y psicológico por lo que se recomienda al lector consultar trabajos académicos en farmacología si desea ampliar información sobre los componentes químicos.

Conclusiones

Por medio de la teoría cognoscitiva se pueden comprender los diferentes procesos mentales y lógicos por los cuales las personas llegan a creencias y aseveraciones. Estas motivaciones y pensamientos se encuentran inmersos dentro de las distintas actividades populares y tradicionales de los guatemaltecos.

La propuesta sobre el objeto de estudio de Vygostky y su teoría socio-cultural, con relación al impacto como elementos externos en la conducta y

orientación de las personas, se observó manifestada en el pensamiento, aprendizaje y utilización de medicina tradicional.

Los saberes ancestrales se encuentran inmersos en los patrones de conducta familiar, en la educación de las personas y como dinámicas habituales. Estos a su vez permiten por medio de la observación y experiencia personal la confirmación sobre los beneficios y propiedades en el uso de medicina tradicional, propiciando un efecto multiplicador a nivel conductual con relación a dinámicas sociales.

La comprensión de los fenómenos culturales y populares continúan por medio de la tradición oral y la experiencia personal. Esto a su vez enriquece el valor de los elementos y utilización de medicina tradicional, importancia y relevancia en la vida de las personas siendo esto último de gran utilidad en época de pandemia.

La psicología individual, en este caso la teoría cognoscitiva ayudó a comprender las dinámicas mentales, inmersas en las inclinaciones hacia una medicina tradicional en lugar de las corrientes occidentales. Esto es muy importante, puede abordarse como los saberes ancestrales de los pueblos originarios frente a una lógica del mercado que involucra a las farmacéuticas, aquí se encuentra un punto de referencia de la resistencia cultural que se plantea desde una práctica de la medicina tradicional. Además, revela cómo la economía del mundo capitalista retoma elementos

naturales, los procesa o industrializa para colocarlos en el mercado como mercancías poco o nada accesibles a los grandes sectores de la población, sobre todo de países periféricos tercermundistas como Guatemala.

De la misma forma la psicología permite la comprensión de fenómenos culturales de forma general, partiendo de lo individual para entender cómo se vinculan los procesos de pensamiento con relación a uno o varios elementos tradicionales y poder establecer parámetros para estudios sobre poblaciones.

La psicología individual presenta una nueva estrategia de aproximación con relación al estudio de comportamiento e inclinaciones sobre conocimiento ancestral, y cómo este continúa reproduciéndose a pesar de innovaciones médicas. Esto a su vez es aplicable a otros elementos culturales y populares, pero con la finalidad de enriquecer la pervivencia de la ancestralidad médica se hace este artículo.

La medicina ancestral o conocimiento de los abuelos como es mencionado por la mayoría de las personas mantiene una serie de conocimientos y beneficios que se ha demostrado en impacto positivo a nivel emocional y físico. Proveyendo de apoyo emocional a las personas ante una enfermedad emergente, ante la cual aún se desconoce una cura definitiva.

Aunque esta información no es concluyente como recomendación para tratar COVID-19, es del

conocimiento de carácter cultural con relación a elementos tradicionales que demuestran mejoría en la salud de los usuarios de esta alternativa médica, cómo la psicología cognoscitiva y los paradigmas propuestos por Vygostky en cuanto al impacto de la cultura en las personas establecen orientación y predisposiciones ante uno o varios elementos tradicionales.

Pese a las posturas oficiales del Gobierno de Guatemala que alineado a lo que dictamina la Organización Mundial para la Salud (OMS) promueve medicamentos como la ivermectina para prevenir el Covid-19, la vacuna y prácticas como el distanciamiento social, el uso de mascarilla, el lavado de manos y en algunos casos la burbuja social, los sectores mayoritarios de la población demuestran cómo sus conocimientos y prácticas ancestrales basadas en productos naturales continúan siendo una constante en sus vidas cotidianas. La utilización del limón, el jengibre, el ajo y el eucalipto entre otros, son actualmente muy valorados en los mercados populares ya que, las creencias y conocimientos sobre sus propiedades y efectos han sido y siguen siendo altamente efectivos para contrarrestar la enfermedad que sigue masivamente proliferando.

Por otro lado, estos recursos naturales tienen un fuerte impacto en la psicología colectiva ya que, con su consumo, aportan seguridad y, por consiguiente, dan tranquilidad a quienes los consumen. De tal manera que, los sectores mayoritarios que conforman el

pueblo de Guatemala se distancian de las posturas científicas y de los fármacos para plegarse a los medicamentos naturales propios de sus ancestros, parte fundamental de sus dietas alimenticias y de las prácticas médicas tradicionales y, en sentido cultural más amplio de su identidad.

Referencias

- Albanés, C. (2018). Conocimientos y actitudes sobre medicina tradicional en estudiantes de medicina. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Tesis-Facultad de Medicina.
- Bisbal, Y. (2018). Análisis de los beneficios del consumo regular de jengibre en personas con dolor lumbar crónico con diagnóstico de hernia discal. Tesis. Baleares: UNIVERSITAT DE LES ILLES BALEARS - maestría en nutrición y alimentación humana.
- Cobo, C. E. (2003). El comportamiento organizacional. Cuadernos de administración, Universidad del Valle Vol. 29, 115-182.
- Eyzaguirre Beltroy, C. F. (2016). El proceso de incorporación de la medicina tradicional y alternativa y complementaria en las políticas oficiales de salud. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, tesis de maestría en antropología.
- García, E. (2019). Fiestas populares del Niño del Santísimo de la ciudad de

- Quetzaltenango. La tradición popular No. 325, 1-16.
- González, E., Hernández, M. d., y Zea, J. (2013). La oralidad y la escritura en el proceso de aprendizaje. *Contaduría y Administración* No. 58, 261-268.
- González, M., Guerra, G., Maza, J., y Cruz, A. (2014). Revisión bibliográfica sobre el uso terapéutico del ajo. *Revista Cubana de Medicina Física y Rehabilitación*, 61-71.
- Lucci, M. (2006). La propuesta de Vygotsky; la psicología socio-histórica. *Currículum y formación del profesorado* No. 10 Vol.2, 1-11.
- Murillo, J. (1997). *Teoría Fundamentada o Grounded Theory*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Moya, J. (1997). *Teorías Cognoscitivas del aprendizaje*. Santiago de Chile: Universidad Católica BLAS CAÑAS.
- Ochoa, D. (2013). La Teoría Fundamentada como metodología para la integración del análisis procesal y estructural en la investigación de las representaciones sociales. *CES psicología*, 122-133.
- Pérez, Y., y Ponjuán, G. (2016). Aproximación al conocimiento social como activo imprescindible para las sociedades. *Revista Cubana de Información en Ciencias de la Salud* Vol. 27 No.3, 345-360.
- Ramírez, H., Castro, L., y Martínez, E. (2016). Efectos Terapéuticos del Ajo. *Salud y Administración* Vol. 3 No. 8, 39-47.
- Ramón, F. (2020). Comunicación y noticias falsas en relación al covid-19: algunas reflexiones sobre la información, la desinformación y propuestas de mejora. *Revista española de comunicación en salud*, 253-264
- Rodríguez, L. (2004). La teoría del aprendizaje significativo. *Centro de Educación a distancia C.E.A.D.*, 1-10.
- Soltero, A., Gheno, Y., Martínez, Á., y Arteaga, T. (2006). Plantas medicinales usadas para las afecciones respiratorias en Loma Alta, Nevado de Toluca, México. *Acta Botánica Mexicana*, 51-68.
- Teruel Ballesta, M. d. (2018). Beneficios del consumo de jengibre en personas con asma bronquial. *Islas Baleares: Universitat de les Illes Balears - Tesis - maestría en nutrición y alimentación humana*.
- Tomás, J., & Almenara, J. (bienio 07-08). *Master en Paidopsiquiatría*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Ultrera, M., Consuegra, M., y Lóriga, J. (2019). El rescate de la oralidad como fuente del conocimiento. *Revista Conrado* Vo.15 No.69, 166-170.

Zambrano, E. (2015). Diversidad Genética del jengibre. *Entramado*, 190-199.

Documentos en línea

Gamarro, Ú. (9 de Julio de 2020). *www.prensalibre.com.gt*. Obtenido de *www.prensalibre.com.gt*: <https://www.prensalibre.com/economia/coronavirus-los-productos-que-mas-subieron-en-guatemala-desde-que-rigen-las-restricciones/>

Valencia, A. (9 de junio de 2020). *www.lavozdexela.com*. Obtenido de *www.lavozdexela.com*: <https://lavozdexela.com/noticias/jengibre-sube-al-triple-de-su-precio-antes-del-covid-19/>

Fundación española de la nutrición. (15 de septiembre de SF). Fundación española de la nutrición. Obtenido de http://www.ailimpo.com/documentos/Valores_nutricionales_Limones.pdf: http://www.ailimpo.com/documentos/Valores_nutricionales_Limones.pdf

Llanga, E., Montesdeoca, D., & León, S. (8 de agosto de 2019). *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. Obtenido de

Revista Caribeña de Ciencias Sociales: http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:wk-Arcc2_oQJ:https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/06/pensamiento-razonamiento-ideas.html&hl=es-419&gl=gt&strip=0&vwsrc=0

Entrevistas

Aceituno, P. (19 de agosto de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.

Farfán, P. (16 de septiembre de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.

Hernández, M. A. (13 de septiembre de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.

Macario, N. (18 de septiembre de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.

Piril, P. (15 de septiembre de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.

Higueros, C. (11 de septiembre de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.

Domínguez, A. (4 de septiembre de 2020). Entrevista. Entrevistador: B. García.