

*Utilización de  
remedios  
naturales por  
los usuarios de  
la consulta de  
enfermería*

**María Dolores Vallés Pinto**

*Curso Postgrado Medicina Natural*

*Universidad de Zaragoza*

Curso 2002-2003

# **UTILIZACIÓN DE REMEDIOS NATURALES POR LOS USUARIOS DE LA CONSULTA DE ENFERMERÍA**

## ***Indice***

INTRODUCCIÓN.....	2
OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	4
MATERIALES Y MÉTODO .....	5
CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN .....	6
DESARROLLO DEL ESTUDIO.....	10
RESULTADOS.....	11
CONCLUSIONES.....	17

## INTRODUCCIÓN

### **Palabras clave:**

**encuesta, remedios naturales y consulta de enfermería.**

Este trabajo nace de la curiosidad de conocer los remedios naturales que utiliza la población en general para paliar o aliviar dolencias o molestias leves.

En la sociedad actual la población, sobre todo, mayor de 65 años está poli medicada, hay personas que toman 5 ó 6 fármacos distintos para diversas patologías, prescritas por diferentes especialistas. Llama la atención el enfoque que hoy en día hace la sanidad de los pacientes, no consigue ver al paciente como un todo interrelacionado, sino como parcelas independientes sin aparente relación.

El usuario del Sistema Sanitario acude por un dolor de estómago e inmediatamente el médico es partidario de recetar un antiácido, un antiinflamatorio, un antiulceroso , pero son muy pocos los que se paran a pensar el por qué del dolor, o si existen factores que puedan desencadenarlo; a veces, basta con hacer una pequeña encuesta para sospechar que el problema puede no ser físico.

Por otra parte, habría que reflexionar por qué una persona se toma todo lo que el médico le receta sin pensar en ninguna otra cosa. Algunas personas que acuden actualmente a consulta lo hacen para que le solucionen un problema y quieren salir de ahí con una solución, medicamento, y así se evitan preocuparse de su salud, muchas veces piensan: ¡que se preocupe el médico que para eso le pagan!. Falta mucha autoresponsabilidad, las personas que padecen una enfermedad, en su inmensa mayoría, no quieren comprometerse con su salud, quieren que otra persona lo haga por ellos.

Sin embargo, sigue habiendo personas que buscan otras alternativas a esta polimedicación , sobre todo, en las plantas.

Es esperanzador ver como remedios naturales se transmiten de padres a hijos, de abuelos a nietos, etc., es aquí donde vemos la luz en este oscuro y largo pasillo en el que se convierte el cuidado de nuestra salud.

El sistema que se ha utilizado para la recogida de información acerca de los remedios naturales utilizados en esta población en concreto, se ha hecho a través de una pequeña encuesta que se rellenaba cuando las personas acudían a sus controles periódicos a la consulta de enfermería. No se ha

hecho ninguna selección de la muestra. La recogida de estos datos podría utilizarse para trabajos futuros, profundizando más en algunos aspectos de los remedios naturales.

Cabe resaltar la receptividad por parte de los usuarios de la consulta de enfermería a la hora de pasarles la encuesta. He pensado que sería interesante mostrar los resultados de este trabajo a los propios usuarios y dejar que sean ellos los que opinen sobre los datos recogidos y conclusiones.

En este informe del trabajo se detallan los objetivos, los materiales y método utilizados, las características de la población encuestada, el desarrollo del estudio, los resultados y las conclusiones. .

## **OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

Como ya se ha señalado en la introducción, el trabajo se presenta como una primera aproximación descriptiva de la utilización de remedios naturales por parte de la población usuaria de una consulta de enfermería

Los objetivos del presente trabajo son:

- Conocer el uso de remedios naturales dentro de una población concreta, que acude periódicamente a una consulta de enfermería.
- Recoger todo tipo de remedios naturales a través de una sencilla encuesta que se pasa a los pacientes cuando acuden a dicha consulta.
- Dar a conocer a los usuarios los resultados de dicho trabajo (exposición en la sala de espera de la consulta de enfermería), y recoger impresiones y comentarios.

Espero que este trabajo pueda ser punto de partida para otros trabajos de investigación.

## MATERIALES Y MÉTODO

**Diseño:** Se trata de un estudio descriptivo y transversal

**Emplazamiento:** Consultorio médico de Montañana.

**Participantes:** Pacientes que acuden periódicamente a consulta de enfermería para sus controles rutinarios. El tipo de muestreo utilizado para seleccionar a los pacientes fue el muestreo sistemático, que se utilizó conforme los pacientes fueron acudiendo a la consulta de enfermería durante los meses de febrero a mayo del 2002.

**Mediciones:** Todas las variables que utilizamos en este estudio son cualitativas, excepto la edad, que es cuantitativa..

El instrumento de recolección de datos empleado ha sido la encuesta, , ya que es un registro no permanente que tras una planificación adecuada de su contenido y de su forma de realización, son llevadas a cabo en una parte del total de la población (en raras ocasiones en el total de la población), con la finalidad de obtener información de la utilización de los remedios naturales, y que esta información pueda ser extrapolable al resto de la población.

Las encuestas recogidas han sido noventa y nueve. No es un número muy elevado por qué el método es costoso y la disponibilidad de tiempo pequeña, pero es el sistema más rápido y directo de obtención de datos.

Se combinaron las preguntas abiertas (seis) y cerradas (una). Se eligieron mayoritariamente las abiertas, por que aunque el tiempo requerido para la recogida es mayor, la información obtenida es más rica. El instrumento se acompañó de unas cuestiones: Fecha de nacimiento, sexo, utiliza remedios naturales, patologías y tratamiento farmacológico.

Para realizar el estudio estadístico se ha utilizado la hoja de cálculo Excel y la Base de datos Acces.

## CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN

La consulta de enfermería donde se ha desarrollado el trabajo se sitúa en un barrio periférico de Zaragoza, en el barrio de Montañana.

Está situado entre los barrios de Santa Isabel y Peñaflor. Pese a tener una población numerosa (aproximadamente tres mil quinientos habitantes), en comparación con otros barrios rurales, Montañana se ha quedado estancada entre el campo y la ciudad, en parte por la indefinición urbanística derivada de la no aprobación en esta área del Plan General de 1968, en el que se configuraba la misma como elemento básico de una ciudad satélite.

En el barrio podemos encontrar tres tipos de hábitat donde se agrupa la población: hábitat disperso, agrupado y concentrado.

El **hábitat disperso** está basado en una economía exclusivamente agrícola, este hábitat lo constituyen las torres, viviendas situadas sin ninguna disposición concreta, en el centro de las zonas de cultivo.

Separadas unas de otras, el contacto entre las personas que vivían en ellas era muy escaso, este hecho puede explicar el carácter distante de algunas personas, poco relacionadas con sus vecinos, que acuden a consulta de enfermería.

El **hábitat rural agrupado**, tiene una disposición lineal, formando un pueblo-calle, con las casas entorno a las vías de comunicación, edificándose las viviendas a ambos lados. Esta distribución le puede venir por constituir un núcleo de paso entre Zaragoza, Peñaflor, San Mateo, Zuera y Huesca.

El **hábitat concentrado**, se sitúa en la margen derecha de la carretera, en el centro de este núcleo se encuentra la Iglesia.

Tiene un carácter marcadamente rural que en la actualidad lo sigue manteniendo. Fue y es el centro administrativo y social del barrio. En él se encuentran los siguientes servicios: Iglesia, Grupo Escolar, Consultorio Médico, una de las dos farmacias existentes, Sindicato de Riegos, Casa de Juventud, Polideportivo, Club de la Tercera Edad y Alcaldía.

La bondad de sus tierras la aprovecha un invernadero que produce borraja de alta calidad en cantidades mucho más rentables que otros terrenos y numerosísimas huertas familiares que le dan un aspecto típicamente agrícola.

Lo más característico de Montañana es la papelera, si bien no es la industria preferida de los vecinos, ya que los vapores y olores malean el aire.

Tampoco es una fuente de trabajo para los lugareños, ya que la mayor parte de los setecientos empleados vienen desde distintos puntos de Zaragoza.

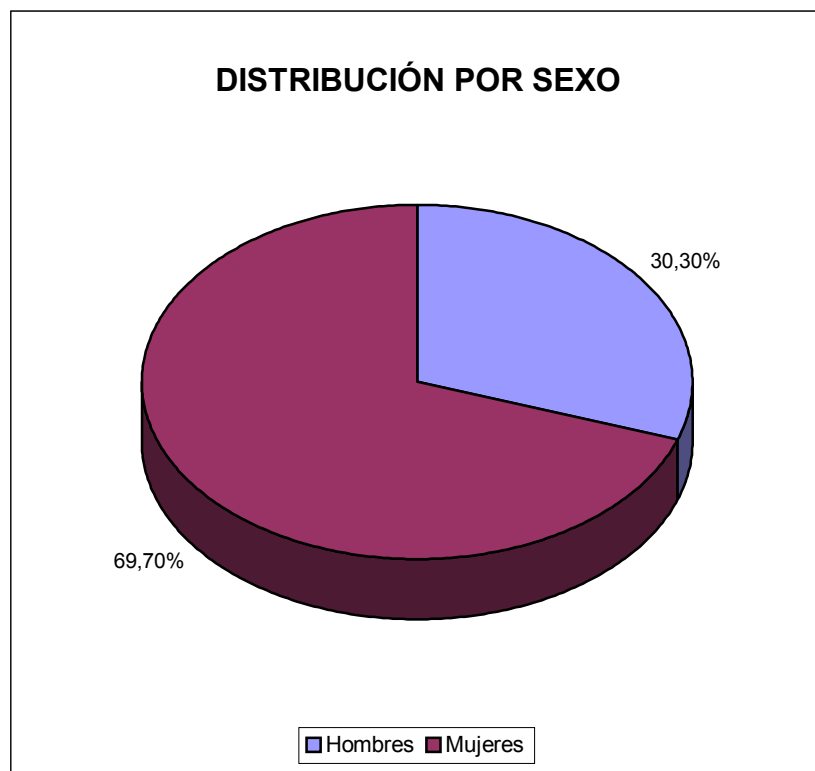
El grupo de población que ha sido sometido a la investigación (usuarios de la consulta de enfermería) reúne unas peculiaridades que conviene señalar:

- **Existencia de diferentes patologías**
- **Media de edad elevada**
- **Mayoritariamente mujeres**

Las siguientes gráficas nos describen las diferentes variables sociológicas que presentaban las personas que han aportado los datos para la presente investigación al contestar voluntariamente a la encuesta planteada.

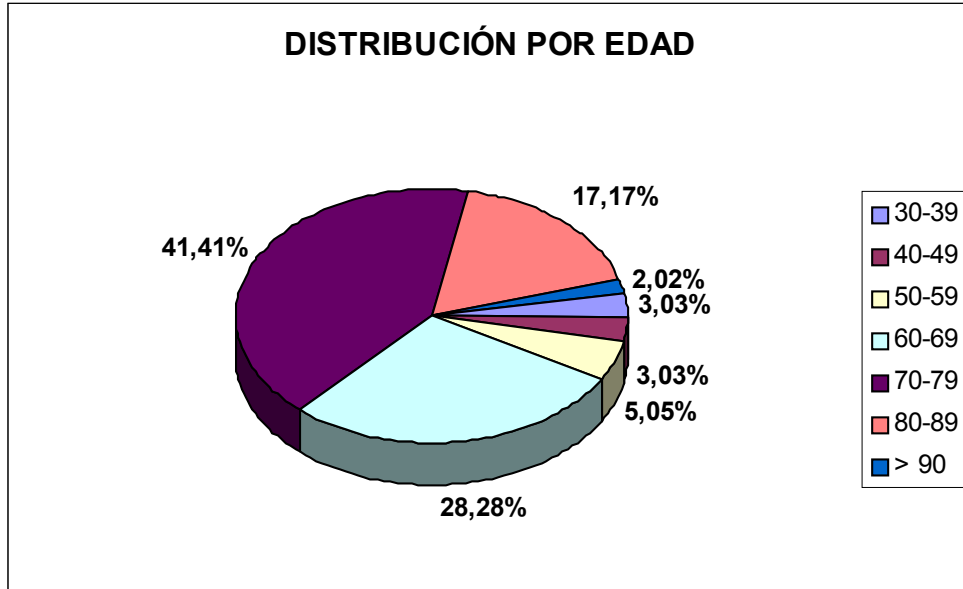
En total han sido 99 las personas que han sido objeto del presente trabajo exploratorio.

La distribución por sexos pone de manifiesto que se trata de un grupo mayoritariamente femenino (el 69,70 % de las personas encuestadas eran mujeres).

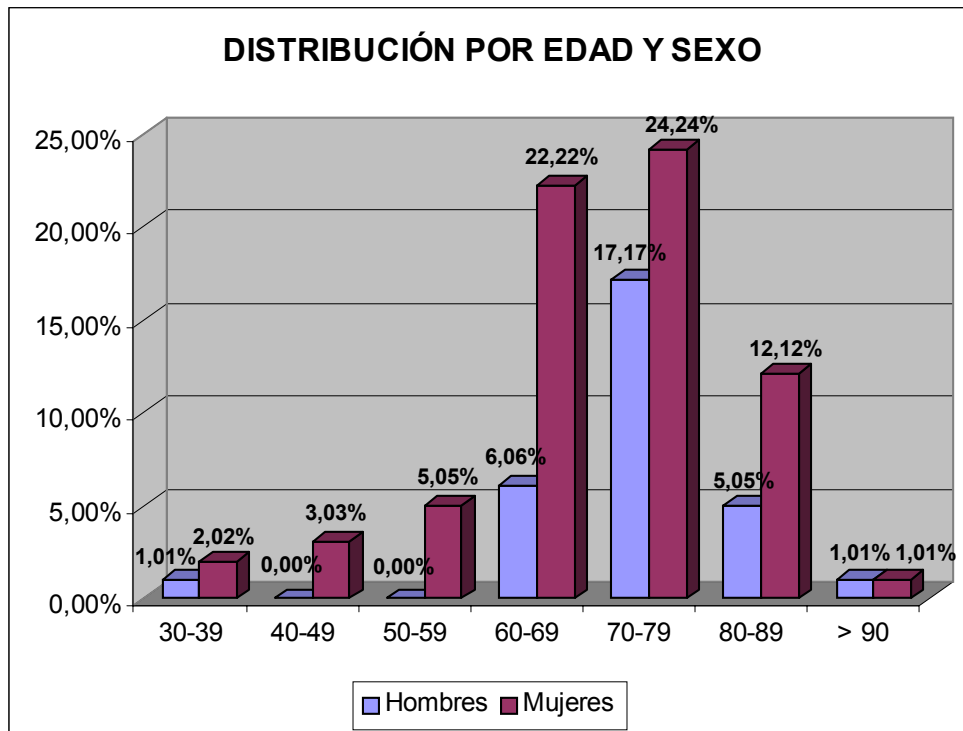


La siguiente gráfica nos muestra la distribución de la población encuestada en función de su edad. Se constata que el porcentaje de personas encuestadas mayores de 60 años alcanza el 88,89 %. La media de edad de

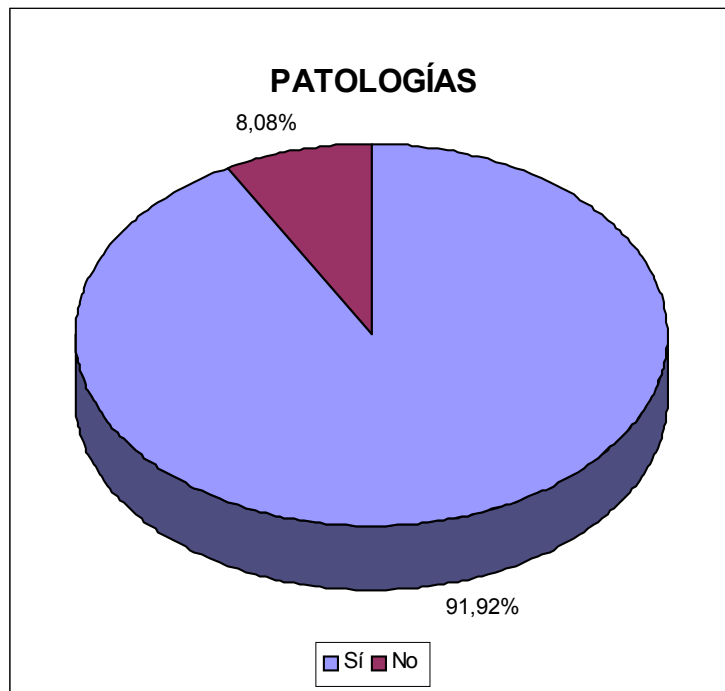
los encuestados es de 70,71 años con un rango inferior de 30 y superior de 97. La moda era de 71 años.



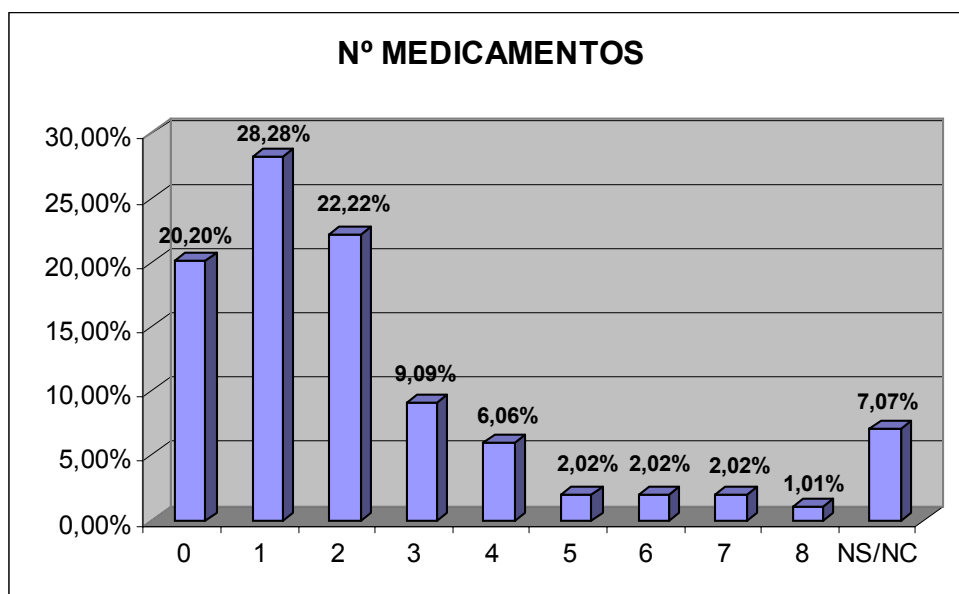
El cruce de las variables sexo y edad reflejado en la gráfica siguiente pone de manifiesto que la mayoría de encuestados, tanto hombres como mujeres se sitúan por encima de los 60 años.



La elevada media de edad, junto con el hecho de que todos los encuestados son usuarios de la consulta de enfermería explican el alto índice de patologías que se refleja en el gráfico siguiente.



Este alto índice de existencia de patologías se corresponde con unos datos elevados de utilización de medicamentos, describiéndose una población altamente polimedicada. Tan sólo un 20,20 % de los encuestados no utiliza ningún medicamento en el momento de rellenar la encuesta, sin embargo el 44,44 % utiliza dos o más medicamentos. Un 7,07 % no contesta a esta cuestión.



## **DESARROLLO DEL ESTUDIO**

Se realiza la encuesta a los usuarios de la consulta de enfermería que acuden a realizar sus controles periódicos de hipertensión arterial, obesidad, diabetes, EPOC , hipercolesterolemia, hiperuricemia.

No se realiza ninguna selección de la muestra, durante el desarrollo de la consulta se les pregunta si desean contestar a un breve cuestionario sobre la utilización de remedios naturales.

La receptividad por parte de los usuarios a esta consulta ha sido muy elevada.

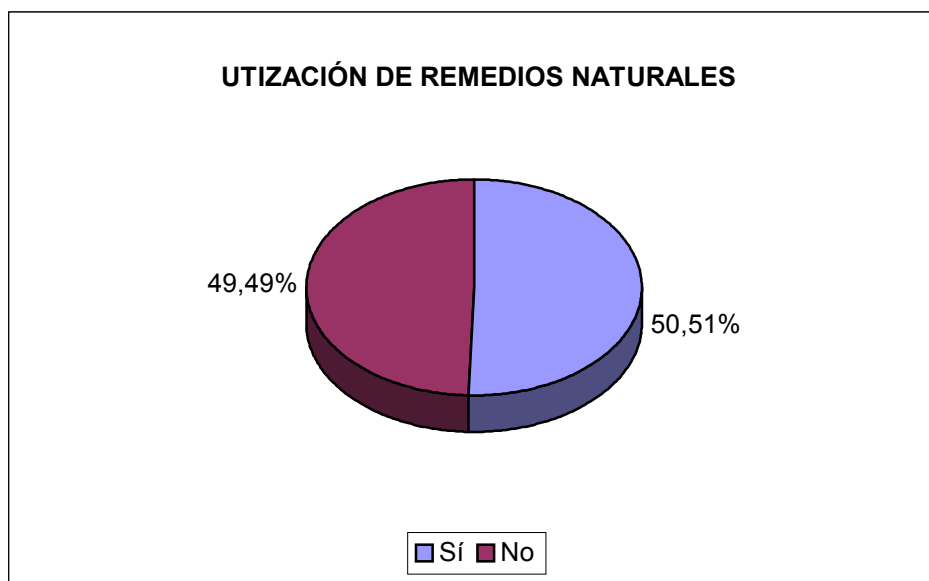
Se realiza la recogida de datos durante los meses de febrero a mayo del año 2002.

El número de encuestas recogidas es de noventa y nueve.

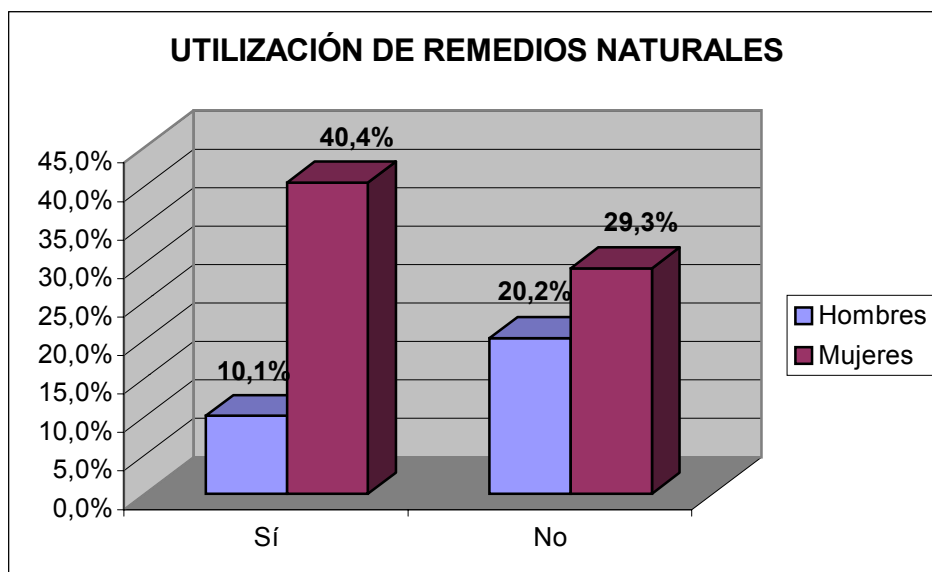
## RESULTADOS

De los datos obtenidos a través de las encuestas podemos señalar los que se reflejan a continuación como los más significativos.

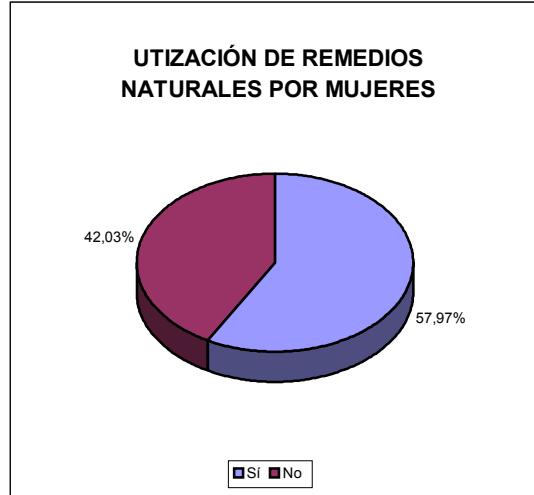
La siguiente gráfica refleja el porcentaje de utilización de remedios naturales entre los encuestados que alcanza el 50,51 %.



En la siguiente gráfica se observa la diferente utilización de remedios naturales por parte de los hombres y las mujeres.



La mayoría de las mujeres encuestadas (57,47%) declaran la utilización de remedios naturales, mientras que entre los hombres son mayoría los que no los utilizan, alcanzándose un porcentaje de utilización del 33,33 %.



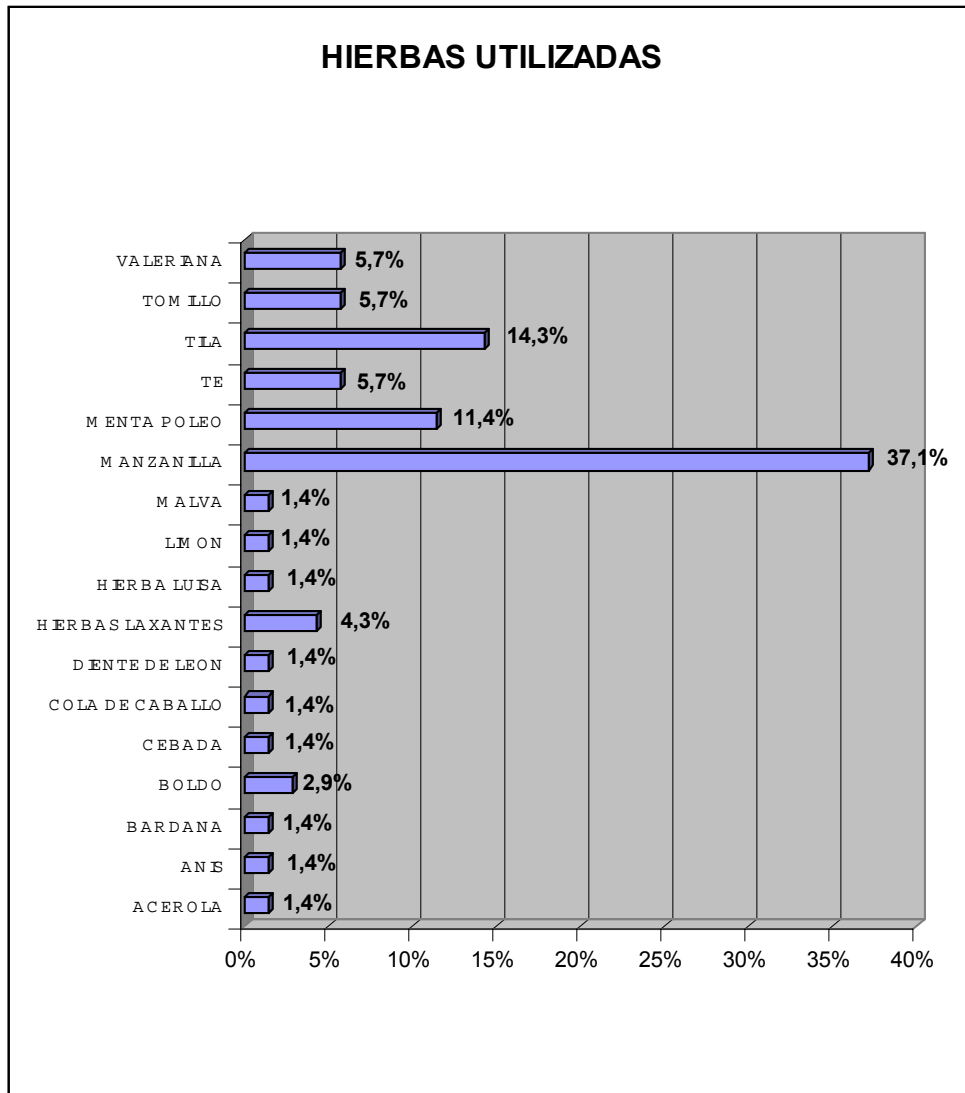
En relación a los tipos de remedios utilizados se constata una gran utilización de la fitoterapia (74,4 %) que destaca ampliamente sobre las demás tipologías.

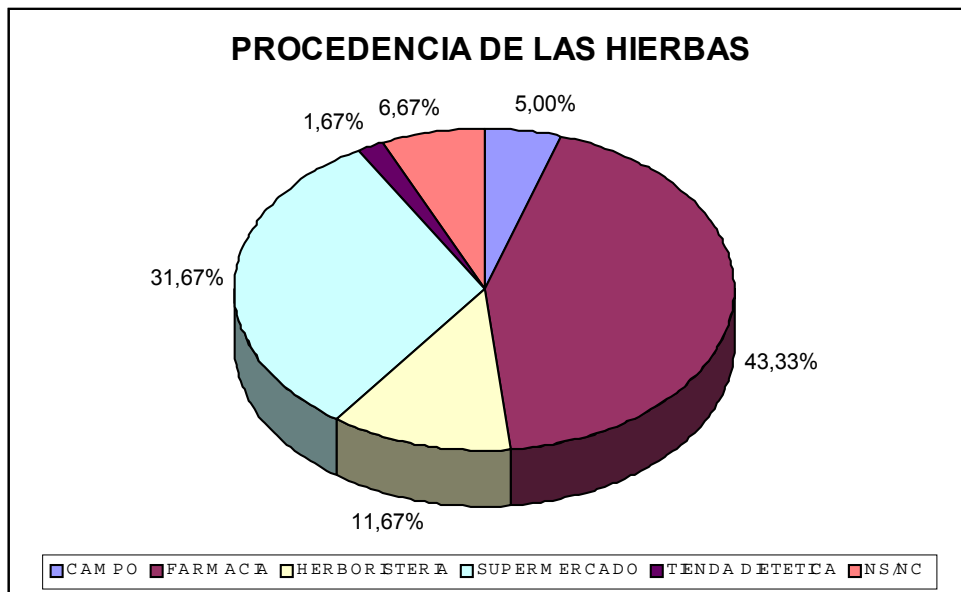




Dentro del apartado de la fitoterapia merece una mención especial la que ha sido en este trabajo la reina de las plantas: LA MANZANILLA.

Hay que destacar que el 37,1% de los que utilizan fitoterapia toman manzanilla diariamente desde “siempre” o desde hace mucho tiempo, la toman sola o acompañada con otras plantas, y la toman por propia iniciativa. La mayoría la adquieren en el supermercado.





Casi la mitad de los encuestados adquieren sus remedios en la farmacia, le sigue la adquisición en el supermercado y en tercer lugar destacamos la herboristería. Este resultado puede explicarse por la existencia en el barrio de Montañana de dos farmacias con dispensación de fitoterapia y la inexistencia de herboristería.

Se comentan los resultados con una de las farmacéuticas del barrio y conviene destacar sus impresiones sobre los remedios naturales que en su farmacia se dispensan.

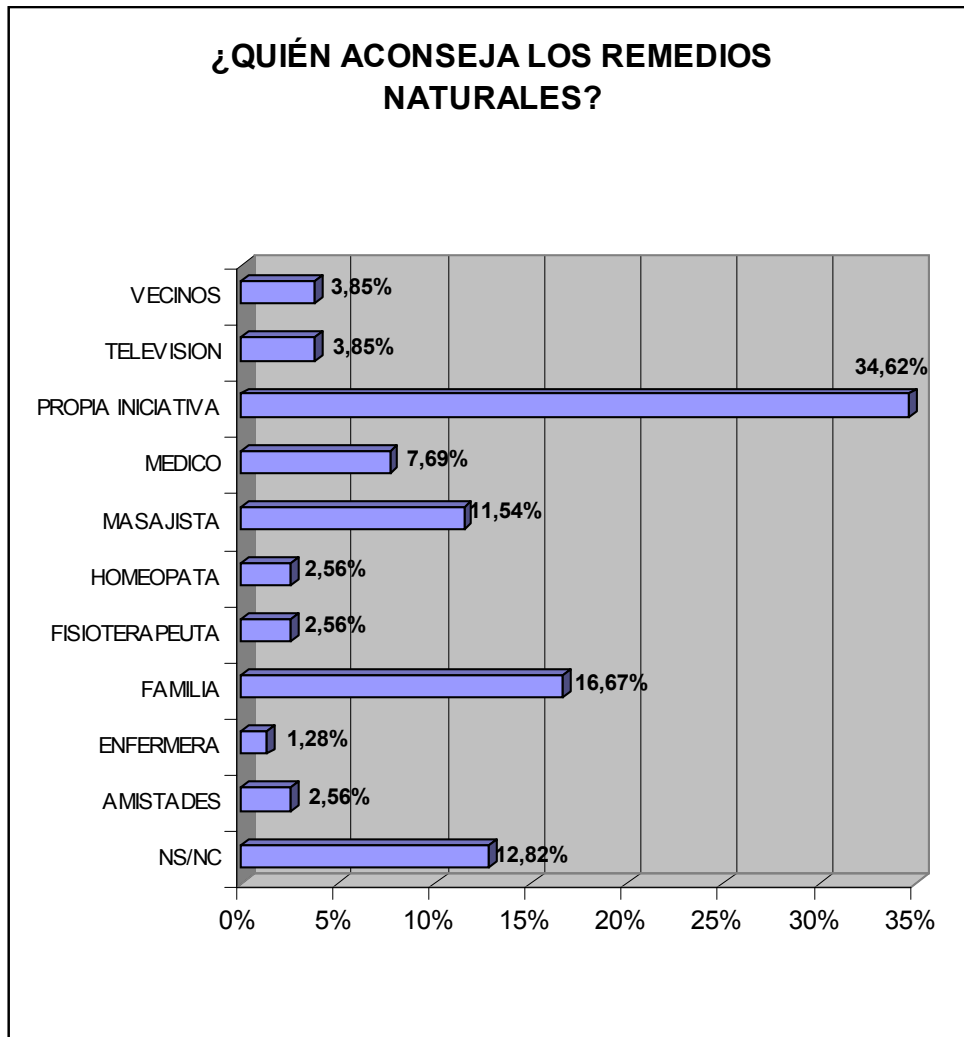
La forma de presentación más utilizada son los comprimidos seguida de las bolsitas preparadas para realizar infusiones. Destacar la poca utilización de tinturas, debido a su sabor poco agradable, según manifiestan los usuarios.

Las plantas que más demandan tienen en la farmacia son:

1. Valeriana (en comprimidos). Para nerviosismo e insomnio.
2. Laxantes (mezcla de hierbas ya preparadas).
3. Manzanilla, tila y té. (para infusión).
4. Plantas diuréticas (rabos de cerezas...), como hipotensoras.
5. Eucalipto (para vahos).
6. Anís en grano ( para flatulencias y digestiones pesadas).

En la farmacia no han recogido ningún efecto secundario derivado de las plantas.

La eficacia de los tratamientos los relacionan con la continuidad de ellos.



Hay que señalar que la mayoría de los usuarios (34,6%), consumen los remedios naturales por propia iniciativa. Esto podría explicarse como ya dijimos en la introducción, que los usuarios que no están satisfechos con los tratamientos alopáticos buscan otra alternativa en los remedios naturales, y los que los utilizan, mayoritariamente la fitoterapia, obtienen una elevada eficacia, sin efectos secundarios.

## CONCLUSIONES

Quizá las conclusiones más importantes no se puedan reflejar por escrito en este trabajo, ya que al elaborar las encuestas los comentarios y algunos datos que facilitaban los encuestados no constan en ningún ítem de las preguntas, y sin duda son los más enriquecedores.

- Escribir con mayúsculas lo gratificante que ha sido la elaboración de las encuestas con los voluntarios.
  
- Resaltar que el 50% de los encuestados utilizan algún remedio natural y que el 80% de los que los utilizan son mujeres, con una edad media de 69,6 años , siendo el resto hombres con una edad media de 74,9 años.
  
- Resaltar o señalar que la mitad de los encuestados si utilizan algún remedio natural. Parece un resultado muy positivo y alentador a favor de la medicina natural y sus tratamientos.
  
- Apuntar que ningún encuestado manifestó haber presentado ningún efecto secundario tras la toma del tratamiento y señalar la elevada eficacia de estos tratamientos.
  
- En la mayoría de los encuestados los tratamientos tienen una pauta diaria.
  
- La mayoría adquieren los productos en la farmacia, seguido del supermercado y a continuación en la herboristería. Quizá pueda explicarse por que en el barrio de Montañana no hay herboristería.
  
- Otro apunte que podría hacerse es que la mayoría de los encuestados utilizan los remedios naturales por propia iniciativa, seguido de la indicación por un especialista.

- Dentro de los remedios naturales los más utilizados son:
  1. Fitoterapia.
  2. Hidroterapia.
  3. Acupuntura.
  4. Homeopatía.
  
- Por último destacar que los usuarios utilizan conjuntamente tratamientos alopáticos con tratamientos naturales, seguramente sin conocer que muchas veces sus efectos se pueden potenciar o interaccionar. Sería este punto muy importante de tratar.

En futuros trabajos se podría profundizar para qué tipo de patologías utilizan los usuarios estos remedios naturales. Queda abierta una puerta para seguir investigando.