

Ra Ximhai

Revista de Sociedad, Cultura y Desarrollo
Sustentable

Ra Ximhai
Universidad Autónoma Indígena de México
ISSN: 1665-0441
México

2013

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DEL BAÑO DE TEMAZCAL EN DOS COMUNIDADES DE LA MIXTECA OAXAQUEÑA: SANTIAGO YOLOMECATL Y SAN ANDRÉS CHICAHUAXTLA

Alberto Valdés-Cobos y Anayelit Cruz-Galicia
Ra Ximhai, mayo - agosto, año/Vol. 9, Especial 2
Universidad Autónoma Indígena de México
Mochicahui, El Fuerte, Sinaloa. pp. 51-64.



e-revist@s

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DEL BAÑO DE TEMAZCAL EN DOS COMUNIDADES DE LA MIXTECA OAXAQUEÑA: SANTIAGO YOLOMECATL Y SAN ANDRES CHICAHUAXTLA

THE SOCIAL CONSTRUCTION OF BATH IN TWO COMMUNITIES TEMAZCAL OF THE MIXTECA REGION: SANTIAGO YOLOMECATL AND SAN ANDRES CHICAHUAXTLA

Alberto Valdés-Cobos¹; Anayelit Cruz-Galicia²

¹Profesor-investigador del Departamento de Estudios Culturales, Demografía y Política; Universidad de Guanajuato, Campus Celaya-Salvatierra. Cuerpo Académico Género y políticas públicas para el desarrollo social y humano. ²Egresada de la Licenciatura en Desarrollo Regional y Administración de los Recursos Naturales; Centro Superior de Estudios Tecnológicos de Teposcolula (CESETT), Oaxaca.

RESUMEN

El baño de temazcal es un saber de raíces prehispánicas que se sigue practicando en comunidades rurales e indígenas de nuestro país. Los estudios realizados sobre el temazcal se han enfocado a sus formas de construcción y funcionamiento, sin embargo, los múltiples beneficios terapéuticos que el baño de temazcal otorga al cuerpo humano, y a las mujeres en particular, no han sido suficientemente documentados. En este caso se estudiaron dos comunidades de la mixteca oaxaqueña: Santiago Yolomecatl y San Andrés Chicahuaxtla. En dicho estudio se aplicó un cuestionario al 20 % de familias de cada una de las comunidades, un cuestionario a médicos alópatas y seis historias de vida a temazcaleras. Los resultados señalan una coincidencia entre pacientes y médicos de las poblaciones de estudio respecto a los usos medicinales del baño de temazcal: después de un parto y para dolores musculares, sin embargo, las temazcaleras entrevistadas señalan que las enfermedades que cura este baño son: anginas, gripa, reumas, cicatrices, dolores musculares, después de un parto y cólicos. Por su parte, los médicos apoyan la idea de conservar el baño de temazcal porque es un medio curativo para tratar enfermedades a través del vapor y la recuperación más rápida del cuerpo. El análisis constructivista de las respuestas recabadas en cuestionarios e historias de vida pone de manifiesto que los usos medicinales del temazcal, antes de ser reconocidos como tales atraviesan por un proceso de valoración, filtración y construcción social. Este proceso de aceptación, percepción y reconocimiento se da por medio de reglas de conocimiento, connotaciones ideológicas, normas y símbolos sociales.

Palabras clave: Temazcal, Mixteca oaxaqueña, Análisis constructivista.

SUMMARY

The bathroom of temazcal is a knowledge of pre-Hispanic roots still practiced in rural and indigenous communities in our country. Studies on the temazcal have focused on its forms of construction and operation, however, the many therapeutic benefits temazcal bath attached to the human body, and women in particular, not have been sufficiently documented. In this case, two communities of the Oaxacan mixteca were studied: Santiago Yolomecatl and San Andrés Chicahuaxtla. In this study, a questionnaire was applied to 20 per cent of families in each of the communities, a questionnaire to allopathic doctors and six stories of life at temazcaleras. The results indicate a coincidence between patients and doctors in the study populations on the medicinal uses of the temazcal bath: after childbirth and for muscle aches, however, interviewed temazcaleras indicate diseases that cures this bath are: angina, flu, rheumatism, scars, muscle aches after childbirth and cramping. For its part, doctors support the idea of preserving the temazcal bath because it is a healing means to treat diseases through steam and faster recovery of the body. The constructivist analysis of the responses gathered in questionnaires and life stories shows that the medicinal uses of the temazcal, before being recognised as such go through a process of evaluation, filtration and social construction. This process of acceptance, perception and recognition occurs through rules of knowledge, ideological connotations, rules and social symbols.

Keywords: Temazcal, Oaxacan mixteca, Constructivist analysis.

INTRODUCCION

México es un país multiétnico, pluricultural y poseedor de tradiciones antiguas; en esta tierra, el conocimiento ancestral heredado de generación en generación ha mantenido la vigencia de prácticas y rituales prehispánicos como el baño de temazcal: una tradición significativa que representa un conjunto de simbolismos que nos remiten una y otra vez a la cosmovisión antigua. En la época precolombina fue empleado en el Anáhuac y en el resto de Mesoamérica; en el norte y en algunos lugares del sur del continente; el baño de vapor se utilizaba diariamente o se aprovechaba con mucha frecuencia tanto para finalidades higiénicas como para propósitos terapéuticos y como lugar de descanso, relajación y bienestar, finalmente, por ser una institución ceremonial de mucha importancia (Lillo, 1994).

El baño de temazcal se encuentra distribuido en 24 grupos étnicos, en 14 estados del país. Se le conoce como *chuj* en lengua mame; en matlatzinca, *in pite*; en totonaco, *sa 'ga*; en tzeltal, *pus*; en mixteco *kuchi nde i' ni''* y en triqui *gu'hua`a*. Sin lugar a dudas, la práctica del baño en temazcal es una costumbre del México antiguo que ha mostrado gran persistencia. Este elemento cultural ha sido estudiado por historiadores, arqueólogos, antropólogos y últimamente ha llamado la atención de los profesionales de la medicina y de los "neocuranderos". Sin embargo, casi todos los estudios conocidos han resaltado sus características constructivas, medicinales y terapéuticas, dejando de lado otras funciones importantes cumplidas por el temazcal como por ejemplo, los rituales previos (cantos, oraciones, rezos, entre otros) del temazcal. Este hecho que no es fortuito ha oscurecido su estudio de forma integral y simplificado su importancia en la vida de los grupos mesoamericanos.

El baño de temazcal es un saber médico-terapéutico practicado por comunidades campesinas e indígenas de nuestro país; es una actividad que proporciona bienestar a personas de diferente condición socioeconómica. Los estudios realizados sobre el temazcal se han enfocado a sus formas de construcción y funcionamiento, sin embargo, los múltiples beneficios que el baño de temazcal otorga al cuerpo humano, y a las mujeres en particular, no han sido suficientemente documentados en las comunidades de la mixteca oaxaqueña, además, de que algunos enfoques de las ciencias sociales (como el *constructivismo social*) han brillado por su ausencia en el análisis de esta práctica común a lo largo y ancho del México rural.

Las comunidades indígenas del estado de Oaxaca están sometidas a un proceso de transformación cultural y socio-económica constantes: siguen sumergidas en la pobreza y en una creciente pérdida de sus identidades. En muchas regiones del estado los indicadores en su calidad de vida son desfavorables: presentan desnutrición, vivienda inadecuada, falta de saneamiento, y alta marginación con respecto al acceso de los servicios de salud. La medicina tradicional sigue teniendo una fuerte presencia como recurso accesible y a la mano de las comunidades campesinas e indígenas. Sin embargo, poco o nada se ha hecho para explorar, investigar o recuperar ese tipo de saberes, sobre todo en la mixteca oaxaqueña, donde se carece de estudios que aborden los múltiples beneficios del baño de temazcal. De ahí la importancia de este trabajo de investigación, el cual se suma a los esfuerzos institucionales que otras dependencias del estado de Oaxaca (Unidad de Desarrollo Intercultural y Medicina Tradicional de los Servicios de Salud de Oaxaca, por ejemplo) están realizando para rescatar y refuncionalizar el baño de temazcal: saber ancestral, institución sanitaria y riqueza cultural al servicio de las nuevas generaciones de oaxaqueños.

Cabe destacar que este trabajo de investigación se llevo a cabo en 2009. La hipótesis que lo orientó fue la siguiente: el baño de temazcal presenta diferencias importantes entre Santiago Yolomécatl (municipio mixteco) y San Andrés Chicahuaxtla (agencia municipal triqui) respecto a la estructura física, rituales y beneficios curativos, de acuerdo a los procesos de construcción social de tres actores sociales clave: pacientes, médicos y temazcaleros. Los objetivos que acompañan a este trabajo son los siguientes: a) caracterizar físicamente la ubicación, los materiales, la construcción, los rituales y usos de las hierbas medicinales en el baño de temazcal de las dos comunidades de estudio; b) analizar las representaciones sociales del baño de temazcal de Santiago Yolomecatl y San Andrés Chicahuaxtla con base a la aplicación de cuestionarios a una muestra representativa del 20 % de sus poblaciones respectivas (que en este caso representamos como pacientes); y c) interpretar el proceso de construcción social de la práctica del baño de temazcal desde el punto de vista de pacientes, médicos y temazcaleros (as).

MATERIALES Y MÉTODOS

Oaxaca esta conformada por ocho regiones que por su extensión territorial se ordenan de la siguiente manera: Istmo, Mixteca, Sierra Sur, Costa, Sierra Norte, Valles Centrales, Tuxtepec o Papaloapan y Cañada. Los grupos étnicos que se encuentran en el estado son 16: amusgo,

chatino, chinanteco, chocho, chontal, cuicateco, huave, ixcateco, mazateco, mixe, mixteco, náhuatl, triqui, zapoteco, zoque y popoloca.



Figura 1.- Mapa 1. Ubicación de la región mixteca en el estado de Oaxaca.

Fuente: [http:// www.cdi.gob.mx/monografias/.html](http://www.cdi.gob.mx/monografias/.html)

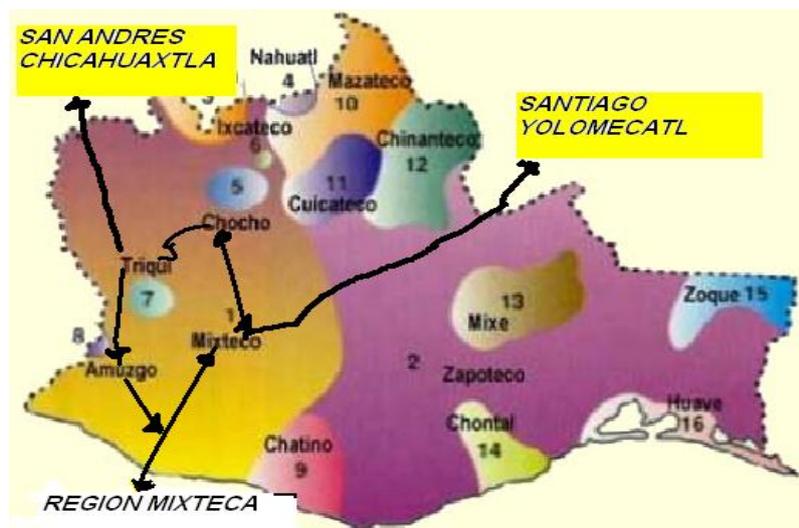


Figura 2.- Localización de Santiago Yolomecatl y San Andrés Chicahuaxtla

Fuente: [http:// www.cdi.gob.mx/monografias/.html](http://www.cdi.gob.mx/monografias/.html)

La presencia de los grupos étnicos permite al estado contar con una riqueza cultural, costumbres y tradiciones, conservadas hasta la fecha, sin embargo, casi en su totalidad, persiste el rezago, la marginación y la pobreza en sus 4,031 localidades de 30% y más hablantes de lengua indígena, ubicadas en 379 municipios. La mixteca se localiza en la parte noroeste de la capital del estado, colinda al norte con el estado de Puebla, al oeste con Guerrero, al sur y sureste con los distritos de Putla de Guerrero y Sola de Vega, pertenecientes a la región de la sierra sur, Zaachila y Etla, ambos correspondientes a la región de los valles centrales, Cuicatlan y Teotitlan, que conforman la región de la cañada y triquis, en la zona de Juxtlahuaca, conformando así, un panorama pluriétnico, cada uno con su propia lengua, costumbres y tradiciones. La mixteca esta compuesta por los distritos de Silcayoapan, Huajuapán, Coixtlahuaca, Juxtlahuaca, Teposcolula y parte de Tlaxiaco, la mixteca baja tiene dos cabeceras distritales es: Silcayoapan y Huajuapán.

El territorio del grupo etnolingüístico mixteco ocupa en Oaxaca una superficie de 18 759 kilómetros cuadrados. La región mixteca, al igual que otras de las ocho regiones en que se ha dividido el estado de Oaxaca, es pluriétnica. En ella conviven, junto con los mixtecos, los chocos, los ixcatecos, los triquis, los tacuates, los amuzgos y los “morenos” de la costa. La tradicional delimitación geográfica separa la Mixteca en Alta, Baja y de la Costa, que son espacios de gran diversidad ecológica y con un panorama económico y social heterogéneo. En este variado espacio geográfico habitan agricultores de clima frío, templado y cálido, pescadores, pastores de cabras, jornaleros migrantes, artesanos, comerciantes y un creciente sector de prestadores de servicios. En las últimas décadas un número significativo de mixtecos ha accedido a la condición de profesores de escuela y muchos incluso a profesiones universitarias. La principal actividad socioeconómica en la mixteca es la actividad agrícola, organizada bajo tres regímenes de propiedad de la tierra (ejidal, privada y comunal), gira en torno al cultivo básico del maíz asociado con el frijol, el haba y la calabaza; secundariamente se siembran en forma separada el frijol, el trigo, la cebada, el alpiste, cuyo cultivo se ha iniciado en algunos de los lugares de las mixtecas alta y baja. La agricultura los mixtecos son principalmente agricultores de milpa, aunque realizan otras actividades productivas. Todos los pasos del proceso agrícola del maíz están ritualizados (Bartolomé, 2008:73).

Dentro de la región mixteca se encuentra el grupo étnico triqui que se sitúa en el oeste del estado, cerca de los límites con Guerrero y se asienta entre el distrito político territorial de Juxtlahuaca, Tlaxiaco y Putla, a los cuales pertenecen sus escasas agencias municipales con sus rancherías y parajes. La región comprende dos zonas: la baja, cuya cabecera es San Juan Cópala y se extiende desde las cañadas de Juxtlahuaca hasta el valle de Putla; y la alta, con cabecera en San Andrés Chicahuaxtla. Si bien la región incluye porciones de la mixteca alta y de la baja, no conviven en ella grupos mixtecos o mestizos ni tampoco existen etnias de otras áreas, debido al tipo de tenencia comunal de la tierra y a su propia organización social.

Al hablar de la mixteca se tienen que desmontar varias imágenes simplistas de una región heterogénea y compleja, porque si bien es cierto que está caracterizada por presentar altos niveles de marginación y pobreza, también es rica en recursos naturales, culturales e históricos, ya que posee una gran diversidad botánica endémica, ruinas arqueológicas, iglesias dominicas, fiestas patronales, danzas, lengua, música, herbolaria, gastronomía y una rica vida simbólica sincrética. Sin embargo, la otrora próspera mixteca, actualmente es una de las mayores zonas de expulsión laboral del estado.

Santiago Yolomecatl. Yolomécatl significa "lugar de dos corazones" proviene de las voces *yolotl*- corazón, *ome*- dos y *can*-lugar. El municipio de Santiago Yolomécatl, pertenece a la región mixteca alta del Estado de Oaxaca, se encuentra en la parte noroeste del Estado. Se ubica en las siguientes coordenadas 97° 31' longitud oeste, 17° 28', latitud norte y una altura de 2080 m.s.n.m. (INEGI, 2005). La mayor parte de su población se dedica a las labores del campo entre las que destaca el cultivo del maíz, el frijol y el trigo; en la ganadería se distinguen algunas cabezas de ganado vacuno, bovino, ovino y porcino. El comercio de este municipio se realiza en domingos o “día de tianguis”. Los servicios de salud con que cuenta el municipio son el centro de salud rural, consultorios generales y dentistas. Santiago Yolomecatl es un municipio que con el paso del tiempo ha ido perdiendo sus raíces mixtecas, a tal grado que la lengua mixteca o sus hablantes han desaparecido, convirtiéndose prácticamente en un municipio mestizo.

San Andrés Chicahuaxtla. Esta agencia municipal triqui se localiza al occidente del estado de Oaxaca, esta situada en el municipio de Putla Villa de Guerrero, y tiene 2,723 m.s.n.m. La etnia triqui comprende dos zonas: la baja, cuya cabecera es San Juan Cópala; y la alta, con cabecera en San Andrés Chicahuaxtla. La agricultura es la actividad predominante, donde destacan los cultivos de maíz, frijol, haba y calabaza. La actividad pecuaria se sustenta en la cría y cuidado de animales como el chivo, el borrego y la gallina criolla. Mientras que su artesanía se ve reflejada en la confección y conservación de sus trajes tradicionales, lo que le permite subsistir como una comunidad productora de artesanías típicas. San Andrés Chicahuaxtla se rige por un sistema de gobierno de usos y costumbres. Con respecto al tema que ocupa a este trabajo debe

señalarse lo siguiente: en caso de enfermedad se recurre a los curanderos tradicionales, reconocidos en la región por sus amplios conocimientos de las plantas medicinales y de la naturaleza humana. Cuando se trata de enfermedades que ellos no pueden curar, recurren a los médicos alópatas de las ciudades cercanas. Aunque existe el Centro de Salud (Hernández y Ramos, 2006).

En otro orden de ideas, el proceso salud-enfermedad es un proceso biológico y sociocultural que ha acompañado a las sociedades humanas en su devenir histórico. En un primer momento la modernidad (a través de la medicina) hizo de la salud y la enfermedad objeto de atención exclusivo del modelo biomédico occidental, desdeñando el estudio de los aspectos socioculturales que rodean al proceso salud-enfermedad, así como el saber y las “prácticas médicas” de curanderos y chamanes. Sin embargo, los cambios demográficos, culturales y paradigmáticos experimentados en el siglo pasado, así como la “crisis del paradigma científico”, llevo al “auge rescatasta” del saber tradicional representado por curanderos, chamanes y temazcaleros.

El examen del uso del baño de temazcal para la curación de diferentes enfermedades y padecimientos somáticos (en tanto que práctica y saber popular), es objeto de estudio de una diversidad de disciplinas como la antropología cultural, la sociología de la cultura, la sociología del conocimiento y la sociología de la medicina. La especificidad del baño de temazcal como “cultura popular”, “conocimiento” y “solución a problemas de postparto” en las comunidades rurales de nuestro país, por ejemplo, amerita el abordaje de distintas disciplinas en el escrutinio de una misma práctica social.

La *sociología de la medicina*, por ejemplo, trata temas como la organización, las relaciones de rol, normas, valores y creencias de la práctica médica como una forma de conducta humana (Cockerham, 2002:15). Los sociólogos de la medicina exploran una diversidad de influencias culturales y ambientales que inciden en la enfermedad y la salud de las personas; además de hacer énfasis en el estudio de la profesión médica de las sociedades modernas, los sociólogos de la medicina también prestan atención a las medicinas alternativas, y al papel que juegan los chamanes o curanderos de distintas culturas en el tratamiento de enfermedades somático-espirituales.

En los últimos años el enfoque “científico” de la medicina occidental ha sido puesto en entredicho por una serie de *medicinas alternativas*, nuevos enfoques a la medicina que se caracterizan por poner un mayor énfasis en la prevención de enfermedades, y por prestar una mayor atención al entorno del individuo, tanto física como social (Plummer y Macionis, 1999: 542). Dentro de las medicinas alternativas se incluyen la homeopatía, la acupuntura y el baño de temazcal.

Ahora bien, ¿Qué métodos y/o técnicas acompañaron a este trabajo de investigación en la mixteca oaxaqueña? Para llevar a cabo el análisis sociocultural de las medicinas alternativas como el baño de temazcal en la mixteca oaxaqueña, los científicos sociales se valen de paradigmas teórico-metodológicos como la teoría de sistemas, el funcionalismo, la teoría del conflicto, la perspectiva de género y el constructivismo social, entre otros. Se ha dicho que la elección del marco teórico condiciona la elección de los métodos de investigación. En ese sentido, el enfoque de la “sociología cualitativa” ha desarrollado numerosas estrategias metodológicas; por ejemplo, los investigadores cualitativos han hecho estudios de *observación participante*, *entrevistas a profundidad*, *historias de vida* y grupos de discusión, han construido biografías y analizado relatos personales (Schwartz y Jacobs, 2003). Muchos de estos métodos utilizados para “reconstruir la realidad social” han sido enmarcados dentro de esquemas teóricos como el interaccionismo simbólico, la etnometodología y el constructivismo social.

De acuerdo a Peter Berger y Thomas Luckmann (2003), “la realidad se construye socialmente”, y la sociología debe analizar los procesos por los cuales se produce esto. Los términos clave de

dicha tesis son “realidad y conocimiento”. La *realidad* la definen como una cualidad propia de los fenómenos que reconocemos como independientes de nuestra propia volición (no podemos hacerlos desaparecer), y el *conocimiento* como la certidumbre de que los fenómenos son reales y de que poseen características específicas (Berger y Luckmann, 2003: 11). El constructivismo social analiza los distintos significados asociados al proceso salud-enfermedad. El constructivismo social examina aspectos como las visiones cotidianas de la gente sobre la enfermedad, las connotaciones ideológicas que los médicos y el resto del personal sanitario adscriben a las distintas enfermedades, o el proceso de construcción y aplicación del conocimiento médico. El constructivismo social investiga un amplio margen de cuestiones como la construcción social de la enfermedad, la organización social del conocimiento médico, la construcción social del conocimiento médico, la organización social de la enfermedad, la consciencia de la enfermedad y los procesos de medicalización (Plummer y Macionis, 1999: 543-545). Lo que *es real* para un curandero triqui o mixteco puede no lo sea para un médico alópata. Lo que *define* como enfermedad el temazcalero puede que no coincida con el diagnóstico del médico. El *conocimiento del parto* que tiene una partera tradicional difiere del que tiene un ginecólogo. Es decir, *la realidad, el conocimiento y el saber sobre los usos medicinales del baño de temazcal*, por ejemplo, se construye socialmente por quienes “reconocen”, “niegan” o “ponen en entredicho” los beneficios del baño de temazcal.

Para llevar a cabo esta investigación se aplicó, en primer lugar, un cuestionario de 10 preguntas a una muestra representativa del 20 % del total de las familias de Santiago Yolomecatl y San Andrés Chicahuaxtla con la finalidad de comparar sus respuestas sobre las bondades del uso de temazcal. Después se entrevistaron a médicos residentes de cada una de las comunidades de estudio para conocer y evaluar “sus puntos de vista” sobre la práctica del baño de temazcal. En seguida se hicieron seis historias de vida de 30 preguntas a los (as) temazcaleros (as), como puede observarse en la siguiente página; además de la “observación participante” para identificar los materiales utilizados y rituales asociados al baño de temazcal en ambas comunidades.

Batería de preguntas que integran las historias de vida a los (as) temascaleros (as).

- 1) ¿Qué es el temazcal?
- 2) ¿Para qué sirve el temazcal?
- 3) ¿Se realiza algún tipo de ritual previo?
- 4) ¿Qué tipo de personas pueden o no pueden entrar al temazcal?
- 5) ¿Cuántas personas se permiten que ingresen al temazcal?
- 6) ¿Esta práctica se realiza con regularidad?
- 7) ¿Qué beneficios obtienen las personas con el baño de temazcal?
- 8) ¿En qué circunstancias recomienda el baño de temazcal?
- 9) ¿Existe alguna edad mínima para ingresar al temazcal?
- 10) ¿Qué opinión tiene respecto al temazcal como auxiliar en el embarazo, parto, puerperio?
- 11) ¿Ha tenido experiencias con embarazadas que utilicen el temazcal?
- 12) ¿Cómo fue que comenzó a utilizar el baño de temazcal?
- 13) ¿Con qué material se construye y qué medidas debe tener el baño de temazcal?
- 14) ¿Quién lo construye: a) el albañil; b) el temazcalero?
- 15) ¿Qué forma tiene el baño de temazcal?
- 16) ¿En qué área de su casa tiene ubicado su temazcal y por qué?
- 17) ¿Cómo se prepara el baño de temazcal y en qué tiempo se calienta el baño?
- 18) ¿A qué temperatura debe estar preparado el baño de temazcal?
- 19) ¿Qué materiales se utilizan para bañar a una persona en el temazcal?
- 20) ¿Qué tiempo utiliza o recomienda para bañar a las personas en el temazcal?
- 21) ¿Cómo y cuánto cobra por su trabajo?
- 22) ¿Cómo acostumbran a bañarse dentro del temazcal?
- 23) ¿Qué plantas medicinales se utilizan antes y después del temazcal?
- 24) ¿Por qué se utilizan dichas plantas?

- 25) ¿Qué plantas se usan para curaciones después del parto?
- 26) ¿Qué tipos de plantas utiliza para las diferentes enfermedades?
- 27) ¿Qué recomendaciones da a las personas antes de entrar al temazcal?
- 28) ¿Qué enfermedades se curan con el baño de temazcal?
- 29) ¿Cuántos baños se dan antes y después del parto en mujeres?
- 30) ¿Cuántos baños se le dan a una persona que padece alguna enfermedad?

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La construcción social del baño de temazcal en pacientes

El “baño de vapor” o “baño de temazcal” se define en Santiago Yolomécatl y San Andrés Chicahuaxtla como un espacio totalmente cerrado donde a partir del calentamiento de piedras se saca el vapor, se inhala y se usa para liberar las tensiones corporales; es curativo y terapéutico como medicina natural para el beneficio de la salud de las personas; en ambas localidades se sigue esta tradición.

En los cuestionarios se menciona que el baño de vapor en San Andrés Chicahuaxtla se construye a partir de varitas en forma de arco al igual que la hornilla, con la diferencia de que se utilizan piedras en forma de triángulo en la parte de adentro, en la cual esta el fuego y este lo cubren con petates y cobijas para mantener el calor. El baño de temazcal en Santiago Yolomécatl tiene la forma de una casa con una puerta pequeña, construida con adobe, piedra de “endique” y lodo en forma cuadrada o rectangular y el techo es de madera. En Santiago Yolomécatl se recurre al temazcal por recomendación de familiares: después del parto, por frialdad, dolores musculares, falseaduras, sobrepeso o insomnio, así como por relajamiento del cuerpo, cansancio, nervios (estrés); ayuda a bajar de peso, así mismo ha sido recomendado por los médicos de esta comunidad por problemas de reumatoide y después de un parto.

El baño de temazcal tiene un costo de \$50 a \$100, (donde se lleva la leña de ocote o encino; hierbas de chichicaxtle, dependiendo de la planta medicinal que necesite cada paciente), también se cobra de \$150 a \$200 sin que pongan el material que necesita la temazcalera y puede que no les cobre a sus amistades; mientras que en San Andrés Chicahuaxtla se concurre por costumbre, ya que se tiene la creencia de que el baño de vapor es bueno para dolores musculares, estrés, dolor de cintura, inflamación de pies, de vientre y después de un parto, también favorece el relajamiento del cuerpo, hidrata la piel, cicatriza la varicela, el sarampión y el acné.

Los entrevistados destacan que los médicos los invitan a que asistan al temazcal porque mejora la circulación de la sangre y para después de un parto; en San Andrés Chicahuaxtla, el baño de vapor no tiene ningún costo porque están acostumbrados a invitar a su familia y a convivir con ellos ya que cada quien tiene su baño o a veces es voluntario por la que pueden llevar refrescos o aportar económicamente.

En Santiago Yolomécatl las personas entrevistadas conocen del baño de temazcal y las personas que asisten regularmente son mujeres, le siguen los hombres, las personas mayores (ancianos), los niños y jóvenes. En San Andrés Chicahuaxtla las personas entrevistadas señalan que conocen a pacientes que acuden al baño de vapor, principalmente las mujeres, enseguida los hombres, y finalmente niños y jóvenes. Asimismo, se menciona que es importante conservar la tradición porque es un método curativo e interesante para que se conozca y conserve un recurso valioso de su cultura, sobre todo en las nuevas generaciones de niños y jóvenes triquis. En San Andrés Chicahuaxtla se opina que es parte de su cultura que están acostumbrados a utilizar y porque es una herencia que heredaron de sus ancestros y que se debe transmitir de generación en generación.

La construcción social del baño de temazcal en los médicos

En la comunidad de Santiago Yolomécatl se encontró que los médicos han oído hablar sobre el baño de temazcal por lo que lo definen como un espacio diseñado para provocar vapor y a través del calor desintoxicar el organismo, eliminar toxinas, estimular y reactivar el cuerpo con el apoyo de hierbas como el chichicaxle; esta práctica se utiliza como hidroterapia para pacientes que sufren de alguna discapacidad. Las razones por las que se recurre al temazcal es porque sirve como antioxidante y relajante muscular, así como para curar ciertas enfermedades: estrés, obesidad, prevenir artritis reumatoide, enfermedades dermatológicas (acné, envejecimiento) y en la rehabilitación, previene enfermedades como la diabetes y la hipertensión arterial. A juicio de los médicos entrevistados, este baño también tiene ciertas ventajas: hidrata la piel, elimina toxinas, relaja el cuerpo, flexibiliza las articulaciones y tendones, regenera la piel, estimula la producción de la leche en la mujer. En Santiago Yolomecatl la mayoría de las personas recurre al temazcal, especialmente las mujeres que acaban de tener a sus hijos.

Los médicos recomiendan el baño a sus pacientes porque favorece una recuperación rápida del cuerpo y previene enfermedades del cuerpo y la mente. La consideran como una rama de la medicina alternativa, como las hierbas y los masajes, la cual va de la mano con la medicina alópata: tal vez en el futuro sea más eficiente la medicina natural que la farmacéutica, en este caso puede funcionar como terapia.

Una razón por la que consideran importante conservarla es porque forma parte de la cultura mexicana, principalmente en las áreas rurales; además, de tener un bajo costo, ya que es un tratamiento que han utilizado los antepasados. Los médicos de San Andrés Chicahuaxtla reconocen en el baño de temazcal una rutina terapéutica y tradicional utilizada en el medio indígena de las áreas rurales, especialmente en el estado de Oaxaca para tratar varios padecimientos.

De acuerdo a los médicos, uno de los motivos porque se ha acude al “baño de vapor” es por higiene, después del parto en las mujeres y padecimiento musculoesqueléticos. Los médicos mencionan que favorece las funciones fisiológicas del organismo así como muchas convalecencias, ayuda a curar el estrés, el periodo posparto, la artero esclerosis (inflamación en las reumas, articulaciones), dermatológicas (acné), gripa, reumatismo, artritis, frialdad, fracturas y diarrea, del mismo modo los beneficios que se obtienen es porque mejora la circulación de la sangre, elimina toxinas, relaja el cuerpo, hidrata la piel, cicatriza la varicela y el sarampión. Desde hace tiempo los médicos reconocen que las personas asisten al baño de vapor, pero señalan que hasta el momento no se conoce ningún estudio que hable sobre los beneficios del baño de temazcal, sin embargo, lo recomiendan a sus pacientes por todos sus beneficios terapéuticos: siempre y cuando este bajo vigilancia médica. Conciben la medicina alternativa como una ciencia que estudia los productos naturales y como conjunto de técnicas utilizadas para el problema de esta población. En San Andrés Chicahuaxtla es importante seguir la tradición del baño de vapor por ser parte de la cultura y un recurso natural que beneficia a la población y para que los niños se interesen en conocerla.

La construcción social del baño de temazcal en temazcaleros

En la comunidad de Santiago Yolomécatl existen tres personas que se dedican a practicar el temazcal por herencia de sus padres. Y no son precisamente hombres, sino mujeres “temazcaleras”, quienes lo utilizan como un lugar sagrado del parto; lo definen como algo que cura todo lo frío que se tiene en el cuerpo y que sirve para mejorar la salud de las personas. En esta práctica no se acostumbra algún tipo de ritual previo.

Las temazcaleras consideran que las personas pueden entrar al temazcal sin importar la edad: desde recién nacidos (8 días después de haber nacido), jóvenes, señoras, profesionistas y personas mayores; no permiten la entrada a personas que sufren del corazón, presión alta, asma o a personas que toman medicamentos.

Las temazcaleras de Santiago Yolomécatl también mencionan que los pacientes acuden al baño de temazcal en las vacaciones y que es bueno para el relajamiento del cuerpo, cicatriza la varicela, el sarampión, quita el paño, ayuda a bajar de peso y abre los poros; pero lo recomiendan especialmente para la frialdad del cuerpo, después de una operación, una herida, el cansancio o un parto, y para curar enfermedades como las anginas, las gripas, las reumas, el dolor de cuerpo o de espalda, la diarrea, los cólicos o la tos.

En Santiago Yolomecatl, el temazcal lo construye un albañil y el material que utiliza son piedras de endique, adobe, madera y lodo; tiene una forma de una casa con una puerta pequeña de manera rectangular, así como también el temazcal y la hornilla. Comúnmente las medidas que tiene el temazcal son aproximadamente de 2 m. de largo x 1.50 m. a 1.80 m. de ancho y entre 80 cm. a 1 metro de alto; la hornilla mide 1m. a 1.20 m. de largo x 50 cm. de ancho, y de alto entre 60 cm. a 85 cm, la puerta mide 85 cm de alto x 70 cm de ancho; el temazcal lo se ubica preferentemente al frente del patio porque es más fácil de adquirir los materiales que ocupan.

En la parte de la hornilla se le agregan la leña de ocote, encino o enebro, entre 3/4 de leña de una carga (20-30 leñas) y se deja que se queme hasta quedar totalmente en brasas en un tiempo aproximado de 2 horas.; finalmente se tapa la hornilla con el lodo mojado y endique; en la parte del piso se cubre con petates para que posteriormente entren la temazcalera y los pacientes, de dos a tres personas totalmente desnudos; una vez estando adentro se tapan la puerta con cobijas y petates; la temazcalera les rocía agua a las piedras para que salga el vapor y lo jale con la planta de elite hacia el cuerpo de la persona para que comience dando pequeños golpecitos de la cabeza hacia los pies cuando esta bocabajo; después se realiza el mismo procedimiento para cuando el paciente esta en posición bocarriba; también puede ser donde el paciente considere que siente más dolor en el cuerpo para que le pase las hojas jalando el vapor; posteriormente los pacientes salen del temazcal y descansan cinco minutos, vuelven a entrar dos veces y se repite el mismo procedimiento. La temperatura que manejan para entrar depende de las personas porque no todos acostumbran bañarse a una temperatura alta (entre 60 u 80 grados).

El baño de temazcal se recomienda media hora en las tres veces que se entra en un mismo día; para el caso del parto se recomiendan de cuatro a cinco cada tercer día; para una persona enferma son tres baños cada tercer día. Los materiales que se utilizan en el baño de temazcal son las plantas medicinales (elite y chamizo de monte), agua fría (20 litros de agua), cazuela de barro y jícara. Las plantas que se usan antes de entrar al temazcal son el chichicaxtle, la paletaria y la ruda: se revuelven con alcohol y aguardiente para untarlo al cuerpo, pero estas plantas se recomiendan en caso de que el paciente este estresado. Las sugerencias que hacen las temazcaleras a los pacientes antes de entrar al temazcal son las siguientes: bañarse con agua tibia, llevar cobijas o sabanas para que se cubran después de salir del temazcal, una toalla para que se tapen la cara y tomar agua. En Santiago Yolomecatl, se concibe al baño de temazcal como una costumbre de los antepasados, no se venera a ningún santo o divinidad; anteriormente los antepasados acostumbraban o tenían la creencia de venerar al dios del temazcal.

De acuerdo a las “Historias de vida” de las tres temazcaleras de San Andrés Chicahuaxtla entrevistadas, se destaca que comenzaron a manejar este baño porque se los inculcaron sus familiares; lo conocen como baño de vapor, una forma por la cual se curan diferentes enfermedades: fractura, gripa, después del parto, dolor de hueso, espalda y pies. Es preciso señalar que no realizan ningún tipo de ritual antes de que los pacientes entren al baño de vapor, en caso de que se trate de un parto se ponen siete pedazos de copal en un plato dentro del baño, las invitan a comer frijol, les dan tepache y dos vasos de aguardiente; posteriormente, al terminar entran al baño de vapor la temazcalera, la mujer embarazada y sus familiares.

En este baño acuden personas de diferentes edades y pueden entrar de dos en dos: mujeres, hombres, personas mayores personas y diabéticos, sin embargo, no permiten la entrada a personas que sufren del corazón o presión alta. Las temazcaleras han tenido experiencia con mujeres embarazadas que utilizan el baño porque es un medio que ayuda “mucho al cuerpo de

la mujer”. Es importante mencionar que a esta práctica asisten los pacientes casi todo el tiempo, ya que relaja el cuerpo, ayuda a la circulación de la sangre, cicatriza la varicela y el sarampión, e hidrata la piel, en algunas ocasiones lo utilizan después de una operación y cuando se sienten mal los pacientes.

Para el caso de San Andrés Chicahuaxtla se debe señalar que el (la) temazcalero (a) es quien construye el temazcal con varas delgadas enterrándolo en el suelo en forma de arco, emparejándolo con la hornilla, en la parte de la hornilla lleva piedras grandes en la parte de abajo y piedras chicas en la parte alta. Este baño mide entre 1.5 m. de largo a 2 m. de largo x 70 cm. a 1m. de ancho y a una altura de 1 ^{1/2} m. y la hornilla es de 50 cm. de largo x 30 cm. de ancho y de alto 1 metro. El baño de vapor lo ubican atrás de su patio para que no le tope el viento y para que las piedras no les hagan daño.

En la parte de la hornilla entre las piedras grandes y chicas dejan un orificio para agregarle leña de encino (20 leñas), se deja 1 ^{1/2} hr. para que caliente y quede totalmente en brasas, después se tapa con una lamina en el orificio donde se encuentra el fuego y alrededor de la hornilla se cubre con maguey, petates chicos, posteriormente cubren el baño con petates grandes, cobijas, huipil y naylon para conservar el calor. En el piso riegan hierbas de elite (*ko'os nihio'*) para que sea más curable y así puedan entrar el paciente y la temazcalera, esperan que termine de arder la leña y quede en brasas para que posteriormente entren totalmente desnudos: primero entran de lado para que con la planta de eucalipto (*naki'n chrudaa'*) y chamizal negro (*Ko'j ruguna' aj*), le empiezan a dar pequeños golpes de los hombros hacia los pies, en la posición bocabajo le dan pequeños golpes de la espalda hacia los pies y bocarriba son pequeños golpes de los pechos hacia los pies; si requieren golpes en la cabeza deben colocarse una cobija de lana para que no salga el vapor; en este baño se puede entrar hasta seis veces en un mismo día o depende de cuando se termine el vapor y se realizan la misma secuencia al bañar los pacientes, el tiempo recomendado es de media hora.

En San Andrés Chicahuaxtla, las temazcaleras recomiendan que antes del parto se entre al temazcal de dos a cuatro veces cada tercer día y después de un parto siete veces cada tercer día; las plantas que se utilizan para el parto son el anís (*Yugunee rian hio'o*), la hoja de aguacate (*ko'rune'*) y el té de laurel (*nee hiaj runa'aanj*); cuando una persona esta enferma se recomiendan de cinco a seis baños cada tercer día, utilizan las siguientes plantas de acuerdo a su enfermedad: la ruda (*ruda*), la albahaca (*hiala' ruguchii*) y la sábila (*hue gumaa*) para el aire; el eucalipto (*naki'n chrudaa'*) para la tos; la yerbabuena (*kò nun stila*), la lengua de león (*hia sigües*), la cola de caballo (*rihiu*), el oleo (*nun hiu*) y el carbonato (*carbonatun*) para la diarrea, y la árnica (*Kò anga'a*) para el dolor de estomago. En general, los materiales que se utilizan en el baño de temazcal son el ituñiñe (*Ituñiñe*), el laurel (*nee hiaj runa'aanj*), el chamizal negro (*Ko'os nihio'o*), agua fría, una cubeta y una jícara. Las recomendaciones que hacen a los pacientes antes de entrar al baño de vapor es que se bañen con agua fría para que no se quemee el cuerpo, llevar una gorra, cobijas, no utilizar agua fría después de salir del baño. El baño de vapor (*gu' hua'a*) es considerado una costumbre de sus antepasados y actualmente no existe un santo que tutele el temazcal en San Andrés Chicahuaxtla.

Fotografías representativas del trabajo de investigación en el orden de las manecillas de reloj: a) entrevista a médico alópata; b) hierba de chichicastle; c) baño de temazcal triqui en San Andrés Chicahuaxtla, y d) Baño de temazcal mixteco en Santiago Yolomecatl (Anexo).

CONCLUSIONES

1) Las temazcaleras de San Andrés Chicahuaxtla construyen el baño de temazcal con varas delgadas, enterrándolo en el suelo en forma de arco, la hornilla lleva piedras grandes en la parte de abajo y piedras chicas en la parte alta; además este baño es pequeño por el material que ocupan en su construcción, lo ubican atrás de su patio para que no le tope el viento y para que las piedras no les hagan daño; sin embargo, en Santiago Yolomécatl lo construye un albañil, el

material que utiliza son: piedras de endique, adobe, madera y lodo, tiene forma de una casa, con una puerta pequeña de manera rectangular tanto el temazcal y la hornilla, el temazcal lo tienen ubicado al frente de su patio porque es más fácil de adquirir sus materiales que ocupan. Otra diferencia que se observó es sobre el tiempo que utilizan al dejar quemar la leña: dos horas máximo en Yolomécatl y una hora y media en Chicahuaxtla; el baño de temazcal de Santiago Yolomécatl lo único que cubre es la hornilla con lodo y piedra de endique, ya que en la entrada de la puerta es cubierta con cobijas. En San Andrés Chicahuaxtla se tapa con una lamina en el orificio donde se encuentra el fuego y alrededor de la hornilla se cubre con maguey, petates chicos, posteriormente cubre el temazcal con petates grandes, cobijas, huipil y nailon para conservar el calor, en la cual solamente se usan cobijas para la entrada del baño.

2) Existe una coincidencia entre las percepciones de *pacientes* y *médicos* de las dos poblaciones de estudio respecto a los usos medicinales del baño de temazcal: después de un parto y para dolores musculares (dolor de cintura, espalda, hueso y cabeza), sin embargo, se puede tener un desacuerdo con respecto a la opinión que tienen los médicos y pacientes ya que los temazcaleras señalan que las enfermedades que cura este baño son: anginas, gripa, reumas, dolor de espalda, de cuerpo, después de un parto y cólicos. En ambas poblaciones pacientes, médicos y temazcaleras coinciden en que relaja el cuerpo e hidrata la piel, pero los dos últimos actores sociales destacan por presentar un mayor conocimiento sobre los beneficios terapéuticos: flexibiliza las articulaciones, regenera la piel, mejora la circulación de la sangre, cicatriza la varicela, el sarampión, las heridas y quita el paño.

3) Las temazcaleras de Santiago Yolomécatl y San Andrés Chicahuaxtla se dedican a practicar el temazcal por herencia de sus padres y por necesidad, ya que no acudían al médico cuando iban a parir, y el temazcalero lo utilizaba como un lugar sagrado del parto; las personas que pueden entrar al temazcal son de diferentes edades: recién nacidos, jóvenes, personas mayores, diabéticos y profesionistas; además, no permiten la entrada a personas que sufren del corazón, presión alta, asma o a personas que toman medicamentos.

4) En cuanto a la temperatura que utilizan en el baño de temazcal o baño de vapor en Santiago Yolomécatl es dependiendo de la temperatura que tolere cada paciente, por lo regular se maneja un rango de entre 60 y 80 grados; en San Andrés Chicahuaxtla, no se prescribe ninguna temperatura estándar sólo se espera que termine de arder la leña y que quede en brasa para posteriormente entrar al temazcal.

5) Algo en común que tienen las temazcaleras de ambas comunidades al bañar a los pacientes es que entran totalmente desnudos, y una vez dentro se rocían con agua las piedras para que salga el vapor; con la diferencia de que las temazcaleras de Santiago Yolomécatl utilizan la planta de elite y en San Andrés Chicahuaxtla la planta de eucalipto (*naki'n chrudaa'*) y chamizal negro, (*Ko'j ruguna' aj*); por otro lado, en Santiago Yolomécatl se recomienda entrar tres veces al día en el temazcal, mientras que en San Andrés Chicahuaxtla se recomienda entrar hasta seis veces en un mismo día o dependiendo de cuando se termine el vapor.

6) De las historias de vida se observó que las temazcaleras de San Andrés Chicahuaxtla recomiendan el baño de temazcal antes de un parto en la que acostumbran dar de dos a cuatro veces cada tercer día, y también después de un parto siete veces cada tercer día; utilizan las plantas de anís (*Yugunee rian hio'o*), hoja de aguacate (*ko'rune'*) y té de laurel (*nee hiaj runa'aanj*); mientras que las temazcaleras de Santiago Yolomécatl aconsejan que después de un parto se den de cuatro a cinco baños cada tercer día y se utilicen plantas de chichicastle, hierba mora y paletaria; así mismo utilizan el baño para una persona enferma de tres baños cada tercer día; en contraste con San Andrés Chicahuaxtla, donde a la persona enferma se le recomiendan de cinco a seis baños cada tercer día, y utilizan plantas medicinales como la ruda (*ruda*), la albahaca (*hiala' ruguchii*), la sábila (*hue gumaa*) que son utilizadas para el aire; el eucalipto (*naki'n chrudaa'*) para la tos; la yerbabuena (*kò nun stila*), la lengua de león (*hia sigües*), la cola

de caballo (*rihiu*), el oleo (*nun hiu*) y carbonato (*carbonatun*) para la diarrea, y la árnica (*Kò anga'a*) para el dolor de estómago.

7) No existe ningún ritual previo que se realice antes de entrar al temazcal en ambas localidades. Los pacientes consideran que el baño de temazcal es una tradición curativa que beneficia al cuerpo y es parte de su cultura, sobre todo para las mujeres. Los pacientes de Yolomecatl mencionan que al asistir al temazcal tiene un cierto costo económico, no obstante en Chicahuaxtla se le considera como una forma de convivencia familiar ya que la mayoría de sus habitantes posee su propio baño. Los habitantes de las dos localidades coinciden en que es importante rescatar esta tradición e inculcarla en niños y jóvenes.

9) Los médicos entrevistados señalan que es importante conservar el baño de temazcal porque es un medio curativo en el medio rural para tratar enfermedades a través del vapor para la recuperación más rápida del cuerpo de la persona.

10) El análisis constructivista de las respuestas recabadas en cuestionarios e historias de vida de pacientes, médicos y temazcaleras de Santiago Yolomecatl y San Andrés Chicahuaxtla pone de manifiesto que los usos medicinales del baño de temazcal, antes de ser reconocidos como tales atraviesan por un proceso de valoración, filtración y construcción social. Este proceso de aceptación, percepción y reconocimiento se da por medio de reglas de conocimiento, connotaciones ideológicas, normas y símbolos sociales (en el caso de los médicos: recordemos que el conocimiento es poder, y la medicina, como ciencia de la modernidad representa una forma de poder). Es a través de estas mediaciones que los individuos, grupos y comunidades están en condiciones de “definir”, “saber” o “ignorar” el papel que juega el baño de temazcal como tradición cultural en el proceso salud-enfermedad. Por otra parte, dentro del contexto de la medicina moderna algunos médicos han aceptado las bondades de la medicina tradicional; mientras que otros la rechazan o de plano dudan de sus bondades; otros más, señalan que la medicina moderna se puede complementar con el tratamiento de los baños de temazcal, las plantas medicinales y otros remedios de la etnomedicina indígena. Este trabajo es tan sólo un acercamiento representativo del baño de temazcal en dos comunidades mixtecas, por ello sería recomendable que se profundizara en el estudio de esta tradición en otras comunidades y regiones del estado de Oaxaca, así como en otros grupos étnicos del territorio nacional, no sólo desde la perspectiva constructivista o antropológica, sino también desde la perspectiva teórico-metodológica de la sociología de lo imaginario, el pensamiento complejo, la etnometodología, los estudios culturales o la perspectiva de género.

A continuación se enlista una serie de recomendaciones para rescatar y difundir los múltiples beneficios terapéuticos y socioculturales del baño de temazcal en la mixteca oaxaqueña así como en otras regiones y estados del país.

- 1) Qué las temazcaleras (os) reciban cursos sobre medicina tradicional y se les incentive para seguir conservando sus recursos naturales y medicinales.
- 2) Involucrar a las nuevas generaciones de mixtecos en el aprendizaje y usos del baño de temazcal para que no se pierda la tradición.
- 3) Promover el diálogo epistémico y el intercambio intercultural entre médicos alópatas y temazcaleros para enriquecer el acervo de la medicina moderna, vía el rescate de saberes y prácticas milenarias como el baño de temazcal.
- 4) Gestionar proyectos de investigación interdisciplinarios entre universidades, centros de investigación, Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (CDIs), organizaciones de la sociedad civil, Secretaría de Salud y otras dependencias del Estado mexicano para rescatar y difundir la práctica del baño de temazcal en todas las regiones, municipios, ciudades y estados del país.
- 5) Proponer al presidente o agente municipal de las dos comunidades subir la información por internet acerca del baño de temazcal y sus bondades medicinales. Así mismo, solicitar a dichas autoridades organizar una exposición y demostración del baño de temazcal en la feria anual o

fiestas patronales para que los visitantes y turistas nacionales y extranjeros conozcan los beneficios terapéuticos de esta tradición oaxaqueña.

8) Promover encuentros entre médicos tradicionales y temazcaleros de las ocho regiones y dieciséis grupos étnicos del estado de Oaxaca para que se refuercen sus lazos identitarios y el rescate multicultural de sus respectivas tradiciones medicinales, como es el caso del baño de temazcal.

LITERATURA CITADA

- Bartolomé, Miguel Alberto y Mabel, Alicia. 2008. **El pueblo ñu savi. Los mixtecos**. En *Arqueología Mexicana*, vol. XV, núm. 90, Marzo-abril, México, pp. 68-73.
- Berger, Peter y Luckmann, Thomas. 2003. **La construcción social de la realidad**. Amorrortu Editores. Buenos Aires, Argentina.
- Cockerham, William. 2002. **Sociología de la medicina**. Octava edición. Prentice Hall. Madrid, España.
- Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas. Monografías, disponible en: www.cdi.gob.mx/monografias/html, (Fecha de consulta: 24/febrero/2012).
- Mindek, Dubravka. 2003. **Mixtecos**. Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas-PNUD. México.
- Hernández, Fidel y Ramos, Víctor Manuel. 2006. **Yuma' Niko Ni Nej Si A'min Nanj Nin'in Chicahuaxtla y los Pueblos Trikis**. Monografía. Escuela Normal Bilingüe de Oaxaca. México.
- INEGI. 2005. II Conteo de Población y Vivienda 2005. México.
- Lewin, Pedro y Sandoval, Fausto. 2007. **Triquis**. Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas-PNUD. México.
- Lillo, Vincensa. 2007. **El temazcalli mexicano. Su significación simbólica y su uso psicoterapéutico pasado y presente**. Plaza y Valdez. México.
- Plummer, Ken y John, Macionis. 1999. **Sociología**. Prentice Hall. Madrid, España.
- Schwartz, Howard y Jarry, Jacobs. 2003. **Sociología cualitativa**. Método para la reconstrucción de la realidad, Trillas, México.

Agradecimientos

A los habitantes y médicos de las comunidades de Santiago Yolomecatl y San Andrés Chicahuaxtla que respondieron los cuestionarios, al igual que a las temazcaleras Dionisia Gabriela Dolores, Cresencia Hernández Cubas, Andrea Santiago Juárez, Isabel Bautista Santiago, María Galicia Sánchez y Carmen Méndez Bautista, por haber permitido conocer sus temazcales e historias de vida.

Dr. Alberto Valdés Cobos

Doctor en Ciencias Agrarias por la Universidad Autónoma Chapingo (UACH). Realizo sus estudios de licenciatura y maestría en Sociología Rural en la UACH. Ha impartido los cursos de Sociología General, Sociología de las Organizaciones, Sociología Rural, Teorías del Desarrollo, Desarrollo Sustentable y Prospectiva, entre otros, en la Universidad del Valle de México (UVM), campus Texcoco; la Universidad Autónoma Chapingo; el Centro Superior de Estudios Tecnológicos de Teposcolula (CESETT), Oaxaca; y la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), unidad Azcapotzalco. Asimismo ha participado como conferencista y ponente en una diversidad de eventos académicos. Ha publicado una diversidad de artículos y entrevistas de temática sociológica. Su libro *Hacia la sociología de los futuros. Una aproximación al Homo futurus complexus* fue publicado por la editorial Pearson en 2011. Actualmente es profesor-investigador de tiempo completo de la División de Ciencias Sociales y Administrativas de la Universidad de Guanajuato, campus Celaya-Salvatierra. Es miembro del Cuerpo Académico Género y Políticas Públicas para el Desarrollo Social y Humano.

Lic. Anayelit Cruz Galicia

Egresada de la Licenciatura en Desarrollo Regional y Administración de los Recursos Naturales, Centro Superior de Estudios Superiores de Teposcolula (CESETT), Oaxaca. Actualmente radica en el municipio de Santiago Yolomecatl.

ANEXO

