

MEDICINA POPULAR EN OIARTZUN (Gipuzkoa)

Xabier Susperregi

Etniker-Gipuzkoa

PRESENTACIÓN

El pueblo de Oiartzun está situado al Noroeste de la provincia de Guipúzcoa, dentro de la comarca de Oarsoaldea.

Se encuentra a 60 metros de altitud y ha pasado de los 4.000 habitantes de que constaba en 1900 a los casi 10.000 que tiene en la actualidad.



Parroquia de San Esteban. Fototeca Kutxa

Limita por el Norte con los pueblos guipuzcoanos de Lezo e Irun, por la parte Sur con el pueblo navarro de Goizueta, por el Este con Irun y Lesaca, mientras que por el Oeste limita con Errenteria y Goizueta.

Es un pueblo que a modo de corona tiene Aiako Harria, único conjunto granítico de Euskal Herria, formado hace unos 3.000 millones de años.

El pueblo lo conforman los barrios de Elizalde, Gurutze, Ergoien, Karika, Altzibar, Iturriotz, Ugaldetxo y Arragua.

El centro o núcleo principal es Elizalde donde se encuentran la Parroquia de San Esteban, iglesia gótica del siglo XVI y la Basílica de San Juan Bautista, actual sede de la Casa de Cultura Manuel Lekuona y de la Biblioteca Municipal. Antiguamente tuvo una doble finalidad, Basílica y a su vez, Santo Hospital.

Otros edificios de interés son:

El Ayuntamiento. Edificado por Maese Nicolás de Zumeta en el año 1678. Construido con piedra de sillería. De planta cuadrada y tejado a cuatro aguas. En la planta inferior, atrio muy espacioso con cinco arcos que acoge un pequeño frontón de mucho valor y muy utilizado por los oiartzuarras.

En la parte superior se localizan dos escudos del Valle, de los escultores cántabros Laincera.

Fuente de la plaza de San Esteban. Antiquísima fuente con estructura de ocho huecos, situada junto al Ayuntamiento.

Ozentzioko Ermita. Localizada en el barrio de Iturriotz. Edificio con un estilo muy marcado de arquitectura popular, ubicado en zona rural.

Casa Torre de Iturriotz. Casa Torre de estilo Gótico cuyas primeras referencias históricas datan del siglo XV. Es una de las edificaciones más antiguas del Valle, de similares características a las construcciones de carácter defensivo propias de la edad media.

Casa Torre Makutso, en el barrio de Iturriotz. Presenta dos grandes puertas góticas con hermosas dovelas.

Cuevas de Torres, en el barrio de Iturriotz. Pequeña cueva situada junto al caserío Torres. En ella se han encontrado restos que prueban que fue utilizada como vivienda por los habitantes del Paleolítico Superior.

Estela funeraria de Andearriaga o Anderregi. Data de la época romana y en el barrio de Gurutze se encuentra una réplica, pues el original permanece en el Museo San Telmo.

Ugarte. En el barrio de Altzibar. Molino que pasó a ser ferrería con su casa-fábrica.

Cabe destacar también la cantidad de monumentos megalíticos, más de cincuenta conocidos, tales como Egjar, Basate, Gainzabal, Elorritako Gaña, Urkullu, Txiki Egja, Munerre... Entre todos ellos destacan los *mairubaratzak de Oieleku*.

En el aspecto cultural debemos mencionar el recién inaugurado Centro de Interpretación de Arditurri, que nos permite conocer distintos aspectos del Valle.

Junto a él, además, se ha abierto al público una extensa mina que permite conocer cómo fueron explotadas aquellas minas desde la época romana hasta hace pocos años en que dejaron ya de utilizarse. Adentrándonos en la profundidad de la tierra podemos recorrer en tan sólo unos centenares de metros más de 2.000 años de historia.

Consideramos, sin embargo, que la parte más importante del patrimonio de Oiartzun se esconde tras las puertas de los caseríos. Son las gentes conocedoras de la cultura, creencias y tradición popular transmitidas por sus padres quienes conocen muy bien el valor que poseen y están siempre dispuestas, con amabilidad e incluso agradecimiento, a que otros también podamos gozarlas y transmitir las. Un auténtico tesoro que afortunadamente todavía no está del todo extinto y que creo puede quedar de alguna manera reflejado en este trabajo de Medicina Popular en Oiartzun.

Los primeros trabajos etnográficos que se hicieron en este pueblo de Oiartzun, datan de hace casi 90 años. Fueron realizados por Florencio Portu y Manuel de Lekuona. Ambos en estrecha colaboración con José Miguel de Barandiaran.

Manuel de Lekuona, en algunos casos ayudado por el propio Florencio Portu, realizó en aquella época interesantes trabajos que nos sirven para conocer mejor nuestro pueblo y nuestras raíces. Aquellos trabajos fueron publicados en el *Anuario de Eusko Folklore*, en sus primeros años de edición. Señalo, entre otros, los siguientes:

“Fiestas populares. Oyarzun”. “La religiosidad del pueblo. Oyarzun”. “Los establecimientos humanos”. “Creencias y ritos funerarios en Oyarzun”, además de otros trabajos sobre canciones populares o sobre el lenguaje.

Estas referencias me han servido para poner todo mi empeño a la hora de realizar este modesto trabajo, para el que he utilizado la Encuesta Etnográfica que preparó Don Jose Miguel de Barandiaran; teniendo la enorme suerte de contar para completarlo, con los testimonios y el trabajo de campo realizados hace años en Oiartzun por Arantxa Lekuona y Xabier Aierdikoa, a quienes junto con todos los informantes y cuantas personas me han ayudado, estoy también muy agradecido.

No se consignan las preguntas de la Encuesta que no han recibido respuesta por parte de los informantes.

El número entre paréntesis que aparece consignado tras las respuestas remite a las fuentes que figuran al final del artículo.

ENCUESTA ETNOGRÁFICA

Enfermedades que se conocen

* Se pueden conocer ciertas enfermedades a partir de los síntomas que muestra y señala el propio afectado. (16)

* Se pueden reconocer por el aspecto y color de la piel, más blanco o gris, así como por la brillantez de los ojos. Estos síntomas son más acusados las mujeres. (3)

* Los enfermos de cáncer son fácilmente reconocibles por su semblante, por el color de la piel del rostro, más blanca o grisácea. (3)

Reconocimiento de enfermedades por el color de los ojos

* Se puede saber que el enfermo ha cogido la gripe. (5b)

* Se pueden deducir problemas de hígado como la hepatitis por el color amarillento que se pone en los ojos.(5b) (3)

* Mirando el párpado se podía saber, por estar blanquecino, si había anemia. (49) (ERRETERIA)

Causas que producen los sueños

* Una mala digestión.(49)(ERRETERIA)

* Se suele soñar cuando se tiene alguna preocupación.(3)

* También se puede soñar con aquello que deseas si te lo propones.(3)

El estornudo

* En Oiartzun era costumbre al estornudar decir "Doministeku", porque en caso contrario las brujas entraban en el cuerpo, tal y como se refleja en este cuento de nuestro pueblo:

En un caserío había una cuna en la cocina con un niño pequeño, recién nacido. Al lado de la cuna estaba la cuadra, que en muchos caseríos suele estar al lado de la cocina. Entró un ladrón.

El ladrón robó una oveja de la cuadra y cuando ya se iba, el niño estornudó. En nuestro pueblo cuando un niño estornuda es costumbre decirle "Dominus tecum, Doministiku", porque si no, le entran las brujas en el cuerpo.

Resultó que el ladrón, era ladrón pero hombre bueno y al oír el estornudo del niño, tiró la oveja y dijo:

Doministiku, aunque no me lleve la oveja.(50)

* Mi madre solía decir que el estornudo era muy bueno; que había que estornudar porque limpiaba. *In, in, in (egín, egín, egín) hori ona da ta* –solía decir–. (3)

Remedios para quitar el hipo

* En Oiartzun, para curarse el hipo bastaba con colocarse la boina al revés, es decir, la parte interior hacia fuera.(32)

* En Oiartzun, antaño, cuando uno hipaba una o dos veces, se hacían tres cruces en la boca. La cruz no valía para más de tres hipos.(40)

* Decían que se quitaba dando un susto a quien lo tuviera.(5)(49-ERRENTERIA)

* Otro remedio era beber agua a sorbitos por el lado contrario sin que se derramara al suelo.(16)(49)(ERRENTERIA)

* También se quitaba estando un rato grande sin respirar.(49)(ERRENTERIA)

* Era igualmente eficaz beber tragos de agua sin respirar.(5)

¿Qué se juzga del aire de la noche?

* Se consideraba la noche de San Juan como una noche muy especial. Mi madre recordaba siempre ese día porque había que sacar la ropa blanca y tenderla al sereno para orearla. Podría ser que fuera para quitarle el olor a cerrado y evitar la polilla ya que era ropa que se usaba poco, sólo en caso de enfermedad.(3)

Medios empleados para mejorar el aire de la cámara

* Abrir las ventanas.(16)(3)

* Es importante que la habitación esté bien orientada al sol, hacia el sur.(16)

* No tener plantas en la habitación porque absorben el oxígeno.(49)(ERRENTERIA)

Vestidos que se tienen por sanos o insanos

* El calcetín de hilo hace que transpiren mejor los pies. Es el mejor y más sano, sobre todo si es blanco.(49)(ERRENTERIA)

* Antes, lo común fue usar tejidos de hilo, algodón o lana, considerándose el algodón como el más saludable mientras que la fibra, aunque actualmente abunde se considera peor.(3)

* Antiguamente cuando se tenía fiebre aconsejaban taparse bien con mantas y estar bien abrigado y ahora se dice que lo que realmente hay que hacer es

desabrigarse y darse una ducha con agua que templada para bajar la fiebre.(49)(ERRETERIA)

Enfermedades consideradas como signos de salud

* Los mocos decían que eran como las crecederas. Aparecían cuando el niño crecía. A los catarros no se les daba la importancia de ahora. No llamaba la atención ver a un niño con los mocos colgando hasta la boca. Recuerdo hace 35 años a niños que andaban descalzos y les caían los mocos, que se han convertido en adultos perfectamente sanos.

Otro proceso del crecimiento se manifiesta cuando a los niños les va a salir un diente. Aunque les duela la boca, se les escueza el culo y la orina, *pixa*, se vuelva más fuerte, no se consideran estas manifestaciones como enfermedad sino como un paso adelante. (3)

Alimentos que se tienen por sanos o por insanos

Alimentos sanos

* De las lentejas se decía que tenían mucho hierro y por eso eran consideradas un gran alimento; aunque al parecer no tienen tanto hierro como el que se creía.(49)(ERRETERIA)

* Las alcachofas.(3)

* La carne roja se tenía por muy buen alimento; aunque antiguamente había gran escasez de ella.(49)(ERRETERIA)

* La carne se consideraba buen alimento aunque también aquella carne era mejor que la de ahora, pienso yo que era más sana.(3)

* Las sardinas enlatadas en aceite eran buenas por el fósforo y es bueno darles a los niños por lo menos un vez por semana.(49)(ERRETERIA)

* Es saludable beber dos litros de agua al día.(49)(ERRETERIA)

* Para la falta de hierro es muy bueno tomar infusión de manzanilla todos los días. Con un poco de manzanilla en ayunas o con té o con tila.(4 5)

Reconstituyentes

* El ponche se tenía por un buen reconstituyente. Era vino quinado con yema de huevo y azúcar. Para ponerlo un poco más flojo se le añadía a la mezcla anterior la clara del huevo a punto de nieve.(49)(ERRETERIA) Mucha gente solía darles ponche a los niños.(3)

* El caldo de gallina, con mucha grasa, se ha considerado muy buen reconstituyente. Hoy en día se toma desengrasado.(3)

* Yo recuerdo que nos daban leche mezclada con una infusión de manzanilla cuando nos encontrábamos fastidiados, bien porque hubiéramos vomitado o porque estuviéramos inapetentes. Otras veces era leche aguada, es decir leche rebajada con agua, *urasnea*.(3)

* Otro reconstituyente considerado muy bueno era un preparado de huevos enteros con su cáscara, más limón. Se mantenía la mezcla varios días hasta que se deshicieran las cáscaras. A continuación se les quitaba la telilla y se añadía un poco de cognac. Se colaba el preparado y se tomaba. Hoy en día, como se dice que el huevo crudo es peligroso, se evita ese tipo de remedios.(49)(ERRENTERIA)

* Otro buen reconstituyente es el jamón serrano.(49)(ERRENTERIA)

* Para reponerse era muy bueno el aceite de hígado de bacalao.(3)(49 ERRENTERIA)

* *Lapaitza: Bijilla egiteko erabiltzen zuen minetako asturiar batek*.(18)

Refrán: Comida descansada y cena paseada. (Cena ligera). (49)(ERRENTERIA)

* *Janaria izan dadila zure sendagaia eta sendagaia izan dadila janaria*.(22)

* Comida afrodisiaca. La cebolla.(4 5)

Alimentos insanos

* Los que se prohíben para evitar el colesterol o el exceso de azúcar.(16)

* Para las personas nerviosas no es buena la carne de cerdo.(49)(ERRENTERIA)

* Las espinacas se tenían por muy buenas, de gran alimento y se ha comprobado que son buenas pero pueden resultar indigestas.(49)(ERRENTERIA)

* En el caserío Olatze había una higuera de cuyos frutos no nos atrevíamos a comer. De niños pasábamos mucho miedo al acercarnos a ese lugar pues se decía que allí vivía una bruja.(59)

* Cuando se está sudando, no se debe beber agua.(60)

Alimentos que calientan o refrescan el cuerpo

* Se decía que calentaba el cuerpo un trago de cognac o leche caliente con miel al ir a la cama. Se tomaba cuando se tenía catarro.(3)

* Se consideraba refrescante el agua con vino y azúcar. Incluso se les daba a los niños. Yo recuerdo haberlo visto hacer en el caserío Txarondo. Era usual llevarla al prado cuando se iba a trabajar.(3)

¿A quién se consulta en caso de enfermedad?

* Se va al médico y conocido el diagnóstico, se decide el remedio que necesitan.(5b)

* Depende de la enfermedad, aunque yo creo que lo habitual es consultarlo con el médico. Antes no sé lo que harían. Si se trataba de algo leve como un simple catarro o un grano, se remediaba con lo que había en casa, con los remedios caseros. Yo muchas veces consulto al médico y sabiendo lo que tengo, me pongo yo misma el remedio.(3)

Medios para conservar la salud

* Algunas informantes señalan que toman a veces, *pasmo belarra*, aunque no tengan síntomas de enfermedad ya que tanto *pasmo belarra*, *ozentzio belarra* o *pareta belarra*, ayudan a hacer limpieza.(5b)

Se han considerado la primavera y el otoño como las peores estaciones para la salud. Se tomaban entonces algunas hierbas medicinales que servían para prevenir enfermedades y también para curarlas.

Belar miña (Centaura mayor) era la principal hierba que había en algunas casas. Se guardaba colgada en cualquier esquina. Ayudaba a prevenir enfermedades y también servía para limpiar, por lo que era usual tomarla en primavera así como en otras épocas del año. Dicen que es muy fuerte y que no había que tomar demasiada cantidad porque debilita, aunque en primavera fuera usual tomarla tres días seguidos. Para muchos era una planta muy valiosa que ayudaba a evitar catarros y otras enfermedades. También era eficaz para combatir la tensión alta.

Para recoger *belar miña* se intentaba hacerlo en el primer corte de hierba que se hace a comienzos de junio, pero si debido al mal tiempo no se podía secarla para guardarla se intentaba hacerlo en el segundo corte, *bi belarra*, antes del invierno.

Existe una creencia por la que hay que tomar tanto las infusiones como las plantas empleadas en ellas en cantidad impar. Es decir el número de infusiones diarias debe ser de tres, cinco, siete, etc. así como el período de tratamiento que también debe de ser impar; muy habitual son tres días.(3)

* *Oiartzungo anbulatorioan bost sendagaile gara.*

Sendatzea gauza bat da eta sendatzeko modu asko dago. Nik, egokia dena egiten dut.

Sendabelarrak onak dira kasu batzuetan: gibela, giltzurdinak, odolbideak, arnasbideko gaitz kronikoak, giltzurdin eta behazun harriak, larru-azaleko gaixotasun luzeak eta abar.

Normalean, azeri buztana, plantina, tipula, limoia, berbena, arto bizarra, paretela belarra, kardabera, elorri txuria eta horiek erabiltzen ditut sendatzeko.

Nire esperientzia? Belarrak normalean ez du kalterik egiten, bere neurrian hartuta. Larru-azalekoetan %60a ez dut sendatzen lortu belarrekin (gaitz kronikoak izan ezik), baina ezta ere botikakin. Hori da esperientzaren alde txarra belarrekin, baina beste asko eta asko sendatu bai! Aldiz, medikuntza ofizialak ez ditu sendatzen amakina gaitz luze edo kroniko eta sendabelarrek, bai, tratamendu luzez.

Arnasezinetarako, adibidez, botikak oso fuerteak izaten dira eta, nik, belarrak ere erabiltzen ditut. Erreuma, artritis eta horrelakoak zailagoak dira tratatzeko, bai medikuntza ofizialean eta baita belarrekin. Normalean, kolpeak, bihurtuak, zauriak eta abar enplastorekin sendatzen ditut eta oso esperientzia ona daukat. Baita azido urikoa, gota eta horiek berbena eta aza enplastoak erabiltzen dira.(26)

* En el ambulatorio de Oiartzun somos cinco médicos.

Una cosa es curar, y otra son las muchas formas que existen para lograrlo. Yo intento, en cada caso, hacerlo de la forma más apropiada.

Las plantas medicinales son buenas para curar algunas dolencias de hígado, riñón, vías circulatorias, enfermedades crónicas respiratorias, piedras vesícula, también de riñón, enfermedades prolongadas de la piel, etc. Habitualmente utilizo cola de caballo, plantina, cebolla, limón, verbena, barba del maíz, parietaria, cerraja, espino blanco entre otras.

Mi experiencia me dice que las plantas no hacen ningún daño, si las tomamos en su justa medida. En las enfermedades de la piel, en el 60% de los casos no he podido curarlas con plantas (salvo en las enfermedades crónicas), pero tampoco con medicamentos. Esa es la parte negativa de mi experiencia con las plantas, ¡pero también he curado a muchas otras personas! Por su parte, la medicina oficial no cura muchas de las enfermedades crónicas o que duran mucho tiempo, y las plantas medicinales, sin embargo, sí que lo hacen, al aplicar un tratamiento prolongado.

Por ejemplo, para los casos de respiración dificultosa, los medicamentos suelen ser demasiado fuertes, y yo utilizo plantas. El reuma, la artritis y demás enfermedades parecidas son más difíciles de tratar, tanto en la medicina oficial como con las plantas. Normalmente, los golpes, las torceduras, las heridas y demás las curo con emplastos, y tengo una muy buena experiencia en ese sentido. El ácido úrico, la gota y otras enfermedades se van muy bien utilizando verbena y emplasto de berza.(26)

* Es bueno abrazar descalzo un árbol para coger la energía buena y echar la mala.(45- DONOSTIA)

Remedios que se conservan de ordinario en casa

* *Pasmo belarra, berbena, ozentzio belarra, te, manzanilla, ebaki belarra.*(5b)

Las sangrías

* Una informante recuerda haber oído que se traían sanguijuelas para efectuar sangrías y que después de habérselas aplicado al enfermo se metían en ceniza para matarlas.(3)

Purgantes

* Cuando se estaba estreñido se aplicaban lavativas. Las había de hierro y de plástico.(49)(ERRETERIA)

Vomitivos

* El meter el dedo hasta la garganta produce arcadas y hace vomitar.(5b)(48-ERRETERIA)

* Manzanilla. Era la infusión más usada para producir el vómito y para lo contrario. Mi madre nos decía que ayudaba tanto a vomitar como a que se asentase el estómago

La mala gana se aliviaba con manzanilla. Si la devolvías tomabas otra y así hasta tres veces. Una vez asentada se tomaba leche con manzanilla antes de empezar a tomar poco a poco otras cosas. (3)

* Otro vomitivo era la manzanilla con bicarbonato. O se asienta o te ayuda a devolver.(49)(ERRETERIA)

Enfermedades provenientes de sortilegios o maldiciones y manera de inmunizarse contra ellos

* Es creencia que se puede enfermar por sortilegios y maldiciones.(5b)

* Para inmunizarse se hacían rezos.(5b)

* También se sacaban misas.(5b)

* Las maldiciones se lanzan principalmente pronunciando fórmulas o frases que han quedado fijadas por el uso.

Manuel Lekuona recogió las siguientes: (20)

- *Tximistak erreko al dik!* (Ojalá que te parta un rayo)
- *Ilko al duk. Amen.* (Así se muera. Amén)

- *Itoko al duk. Amen.* (Ojalá se ahogue. Amén)
- *Lertuko al duk. Amén.* (Así reviente. Amén)
- *Lepozurra autsiko al dik. Amen.* (Así se rompa el pescuezo. Amén)
- *Lupuak jango al dik. Amen.* (Que te lleve el lobanillo. Amén)

La rabia y su contagio

* Mi padre, cuando era niño, como monaguillo que era, acompañaba y ayudaba a su tío que había sido cura en Oiartzun. Como había ido mucho con él y había visitado muchos caseríos, relataba cosas que había oído. Contaba que en un caserío había una mujer con rabia a quien este sacerdote fue a darle la comunión. Lo intentó pero ella no pudo tragar la Hostia. El cura, antes de tirarla se la tragó. De la rabia que tenía o de aquella enfermedad que tenía la mujer se contagió y de eso murió. Mi padre era un chaval cuando murió aquel, pero aquello solía contar.(3)

Contra la rabia solían poner ajos por el olor.

Votos y peregrinaciones para curar enfermedades

* Se iba a Lourdes de peregrinación. Mi madre lo hizo en silla de ruedas con gran fe. (49)(ERRETERIA)

* También era costumbre rezar a la Milagrosa.(3)

Bendición de las casas

* Bendición del caserío Maradi, en el barrio de Ergoien en Oiartzun. La de veces que hemos bendecido esta casa, con la mala suerte que hemos tenido en esta vida.

Para la bendición solía venir un cura e iba bendiciendo habitación por habitación, toda la casa. Con su libro iba rezando y asperjando tres veces, con unas ramitas de laurel, el agua bendecida que se llevaba en un vaso.(5) (en 2007)

* Bendición del caserío Olaizar, en el Barrio de Ergoien en Oiartzun. Este caserío se bendijo por los problemas que habíamos tenido con las brujas. A partir de entonces y además porque falleció una bruja famosa de Ergoien, las cosas fueron mejor.(15)

Trasmisión de enfermedades a personas, animales y plantas por un simple acto intencional. Procedimientos utilizados para conseguirlo.

* Ha sido creencia extendida que había un momento en el transcurso del día, en que la maldición que se echaba tenía eficacia. En Oiartzun se creía que la maldición lanzada a las doce del mediodía solía ser eficaz, para lo cual era preciso que el maldiciente no supiera la hora.(31)

* Cuentan que en el caserío Olaizar del barrio oiartzuarra de Ergoien, vivía una bruja. Ésta tenía todo preparado para hacer un mal de ojo o *begizko* a un hombre del lugar.

Tenía el convencimiento de que el método a utilizar le daría buenos resultados.

Muy cerca de donde vivía la bruja había un molino llamado Zuloko Errota. En aquel molino molían maíz y si la bruja lanzaba pequeños perros a la presa del molino tres días seguidos, sin que nadie le viese, lograría el objetivo de causar el mal a aquel hombre.

Fue el primer día la bruja y lanzó un cachorro a la presa. Volvió al siguiente día e hizo lo mismo.

Cuando regresó al molino por tercera vez y cuando estaba a punto de lanzar el perrito al agua, alzó la vista y vio precisamente al hombre a quien quería causar el mal que se dirigía a ella diciéndole:

– ¿Pero se puede saber qué es lo que estás haciendo?

Al ser vista, la maldición había perdido su fuerza y creyendo que aquello no le iría a dar resultado, cuentan que ya no lo volvió a hacer.(8)

* Se cuenta que ocurrió algún *begizko* en el caserío *Garmendi Txiki* del barrio de Iturriotz.(10)

* En el barrio de Iturriotz había una bruja que era causante de enfermedades a sus vecinos. Solía salir por las noches a buscar bichos, sapos y demás para hacer sus brebajes.

También era la causante de la desaparición de muchos animales de caseríos de los alrededores. A su muerte las cosas empezaron a mejorar.(12)

* Desde niños hemos oído miles de veces que no nos acercáramos a la casa Zibola (Goizueta) porque estaba habitada por brujas. Si te acercabas y no les gustabas, eran capaces de arruinarte la vida.(13)(GOIZUETA)

* *Begizko* en el caserío Bordatxo del barrio de Iturriotz en Oiartzun. El padre de la abuela estuvo agonizando mucho tiempo y la familia lo pasó muy mal con su sufrimiento.

Finalmente alguien dijo que aquello debía ser un mal de ojo, que debía estar poseído por el primer amor que tuvo.

Cuando era soltero, dos hermanas le pretendían, sobre todo una de ellas que le quería mucho. El destino quiso que se casara con otra mujer.

Mandaron venir a las dos mujeres, con una vela bendecida encendida. Conforme la vela se iba consumiendo, el hombre también se iba apagando y al apagarse finalmente la llama, el hombre también murió.(14)

* *Begizko* en el caserío Maradi, del barrio de Ergoien, en Oiartzun.

Mi madre decía que si un joven estaba mal, tan mal como para morirse, había que mirar debajo de la almohada. Porque alguien podía haberle echado el mal de ojo.

Entre la lana de la almohada que en aquel entonces era de lana de oveja, a uno le cogieron una especie de hombrecito ya casi formado. Era la imagen de una persona que se iba formando poco a poco. Si lo encontraban antes de estar completo, el enfermo se salvaba, pero si aquel hombrecito acababa por formarse, el enfermo moría. Se iba completando echándole el mal de ojo.

Un hermano nuestro estuvo muy mal y por eso sabemos nosotras esto. Estaba tan mal que mi madre dijo que igual le había echado alguien el mal de ojo. Hizo deshacer la almohada y mirar por todo. Lo temía porque le había ocurrido lo mismo a alguien que conocían. No sé si la figura que se formaba tenía vida o no. En el suceso que conocían, lo habían encontrado cuando estaba a punto de formarse del todo, tan sólo le quedaban sus partes por aparecer. Así pudo salvarse.

Mi madre pensó que aquello mismo podía estar ocurriéndole mi hermano, pero no encontraron nada.

Mi hermano era joven, andaba con unas chicas y pensaron que alguna de ellas podía haberle echado el mal de ojo.(5) (En 2007)

* Había uno que tenía cantidad de canarios y por un mal de ojo de una mujer que vivía en Altzibar, se le murieron todos. Eso contaba el dueño, un gallego que vivía por allí.(16)

Hidropesia

Tropeziak. Hemen, gu umeak ginela. Beinberriko Kontxesi ibiltzen zen "tropeziyaren errezua" egiten eta paperakin dirua biltzen zun auzuan. Gero harekin meza atera ta hola sendatzen zen". Iturriotzen bizi dira bi adiskide hauek.(3 0)

(Hidropesía. Aquí cuando eramos niños, Kontxesi la de *Beinberriko* solía andar rezando el "rezo de la hidropesía" y recogía dinero en el barrio con los "papeltes". Y con ello sacaba una misa y se curaba. Estos dos amigos viven en Irurrioz).

Curar enfermedades frotándose con algún objeto o pasando debajo de alguna cosa

* Era muy común frotarse los orzuelos con una llave. Una informante señala que cuando les salía un orzuelo, *mintxingorra*, lo frotaban con la llave de la

casa hasta que desapareciera. Antiguamente estas llaves de los caseríos eran muy grandes y nos preguntamos hoy en día si las usábamos porque era el único remedio que teníamos o por el frío de la llave.

* Los chinchones se reducían aplicando una moneda. A veces la moneda se ponía untada con vinagre y azúcar y se envolvía la zona con una tela.

Era efectivo por zampar (aplastar, empujar) la moneda. De una sábana vieja se quitaba una tira con lo que se sujetaba la moneda para apretarla, con lo que el chinchón se iba.(3)

* Para los chinchones te ponían una moneda apretando durante un rato.(49)(ERRETERIA)

* Para los chinchones se usaba mantequilla.(47)(ERRETERIA)

* Para los chinchones se ponía un hielo encima del lugar donde te había salido.(47)(ERRETERIA)

Cura de enfermedades lanzando lejos algún objeto o dejándolo secar o pudrir

* Cuando “saltaba” el bazo, *barea*, solíamos coger una piedra y la tirábamos para atrás. El tirarla fuerte, lo más lejos que se podía, solucionaba el dolor producido en el bazo por un esfuerzo.(3)

Objetos o fórmulas para prevenir o curar enfermedades

* Para evitar el mareo cuando se iba de viaje, se ponía en una tela ajo y sal. Mi padre así lo hacía porque se mareaba.(5b)

* A los niños se les ponían *kutunak*. Mi madre tenía unas tías en Santander y de regalo, en cuanto nacía un niño, nos mandaban los *kutunak* (amuleto, detente), para ponerlos en la cuna. Se trataba de unas bolsitas muy bonitas que bordaban ellas mismas en las que se metía una estampita, la carita de la Virgen u otro motivo religioso. Eran una medida de protección para el niño.(3)

* Hubo un tiempo en que se puso de moda llevar pulseras magnéticas que todo el mundo compraba, pero no daban ningún resultado.(49)(ERRETERIA)

Medios para activar la transpiración

* Se tomaban vahos de eucalipto. Se ponía agua a hervir con sus hojas. Llegado el punto de ebullición se sacaba la cazuela del fuego. Quien necesitara los vahos se cubría la cabeza con una toalla a la vez que tapaba el recipiente del agua hirviendo para que el vaho durara el mayor tiempo posible.(48)(49)(ERRETERIA)

* Los vahos de eucalipto abrían la nariz y los bronquios.(43-DONOSTIA)

Enfermedades que se curan con fricciones. Objetos con los que se fricciona

* Para curar el catarro mi madre nos hacía friegas de ceniza en las piernas, desde el tobillo hacia arriba. La ceniza te dejaba rojo, rojo. No nos gustaba porque dolía mucho.(49) (ERRENTERIA)

* También para el catarro se daban fricciones de alcohol o de Vicks Vaporub en el pecho. Algunos sustituían el alcohol por colonia.(49)(ERRENTERIA)

Nuestros padres, en épocas anteriores más que fricciones usaban emplastos.(3)

Causas a las que se atribuye la fiebre

* A alguna pequeña infección.(49)(ERRENTERIA)

* A las anginas.(49)(ERRENTERIA)

* La fiebre puede haber sido causada por una deshidratación. El hijo estaba con cuarenta de fiebre. Llegó el médico e hizo preparar un biberón de agua. Lo tomó y en cinco minutos se le había desaparecido la fiebre. Se estaba deshidratando.(49)(ERRENTERIA)

* Catarros.(3)

* Algunos pillos para no ir a la escuela acercaban el termómetro a la lámpara para aparentar que tenían fiebre.(49)(ERRENTERIA)

Remedios aplicados contra la tos y los males de garganta

* Mi padre, cuando tenía catarro solía poner vino en una cazuela, al que añadía según la cantidad de vino seis o siete higos secos y algo de azúcar. Calentaba la mezcla y la quemaba con una cerilla. El alcohol se quema cuando está caliente y él tomaba la mezcla resultante para aliviar el catarro. Consideraba que no había nada mejor que aquello. Era un remedio universal, usado por mucha gente. Solía decir: Mira, mira, mira, qué rico es!, ze *goxua ta!* (3)

Otros remedios para curar el catarro son:

* Tomar una infusión de *iruntzi belarra* o verbena y *pasmo belarra* juntas.(5)

* Infusión de *osina*.(5)

* *Garaġar ur gozotua edan*.(7)

* *Tximeniko gedarra uretan nahastuta edan*.(7)

* *Esne beroa ronekin edan*.(7)

* Leche con ron o cognac antes de ir a dormir.(49)(ERRENTERIA)

* *Iuntzi belarra eta arrautz zuringoz tortilla egin zapi txurian erdian eta bularrean jarri.*(7)(23)

* *Astapola ura edan.*(7)

* *Eukalipto* (*Eucaliptus globulus lurrianak*).(7) Vahos para la garganta. Para el catarro de los niños, hervir las hojas y colocar el puchero en la habitación; con cebolla es bueno también.(5b) Es bueno para la tos el eucalipto con miel.(49)(ERRETERIA)

* *Errauts beroz xakito bat bete eta bularra ganean jarri.*(7)

* Alivia el catarro el limón con miel y un poquito de agua.(49)(ERRETERIA)

* En Oiartzun se considera que es buena la infusión o tisana elaborada con raíces de ortiga que llaman, *osina-zainak*.

* *Katarroa denean, plantin belarra.*(2 8)

* *Plantina ukendua. (Ikusi 171 ukenduak)*(25)

* Para dejar de toser se pone en la mesilla cebolla partida.(49)(ERRETERIA)(46,5 3-DONOSTIA)

* Para echar flemas. Cebolla cocida con leche.(4 3)

* Leche caliente con miel antes de ir a la cama, para toser menos.(49)(ERRETERIA)

* Para la tos y las flemas suele ser bueno *eztul belarra*, que se suele encontrar en el monte.(5)

* *Katarroa eta lo egiteko. Belar latsa (bi mota badira) guk bat ezagutzendugu; itsasten dena.*(17)

* *Xagu belarra: plantinakin nahastu katarrorako.*(24)

* Para la tos, catarro. Alcohol de romero en pecho y espalda.(54)

* *Katarroak. Santa Ines ermita. Eibar. San Blas egunean opilak bedeinkatzen dira. Opilaren ganean zintak eramaten dira. Zinta hoietako bat lepoan lotzen duenak ez du katarrorik izango urte guzian.*(7)

* Para el catarro; para em blandecer las flemas. Al ir a la cama se pone tres días seguidos. A los niños pequeños que por ese motivo no pueden dormir también les sirve salvo que tengan bronquitis.

Coges un trapo de cocina, de algodón y lo doblas de manera que queden cuatro partes. Lo metes en agua templada y escurres bien, dejándolo húmedo.

Después, al estar doblado en cuatro partes, quedan tres huecos. Metes buena cantidad de mostaza en el hueco de abajo. La mostaza se compra en farmacia o en herboristería. Son como polvos, semilla. Lo colocas en el pecho para arriba, de manera que la mostaza queda hacia el lado del pecho. Se coloca una bolsa de agua caliente encima y se mantiene de esa manera durante algunos minutos; 5 ó 6. Durante varias noches. Pica un poco.

Para los niños es lo mejor que hay para que puedan dormir bien a la noche. Bastante cantidad. Que el pecho se ponga rojito. Todos hemos hecho eso en casa. Los niños que llevan mucho tiempo de médico en médico y sin poder quitar las flemas. Después de hacer esto, en tres días o así se ha solido ir todo. Después pueden pasar muchos años antes de volver a coger.(5b)

Los dolores de garganta se trataban con diferente remedios:

* Era muy buena la infusión de *pasmo belarra*.(5)

* *Larrosto urez gárgarak egin*.(7)

* *Ezkerreko galtzerdia lepuan lotuta*.(7)

* *Zerrahauts beroa gáltzerdi edo zapi gorri baten jarri eta lepoan lotu*.(7)

* Gárgaras con miel.(3)

* Poner un pañuelo de seda en la garganta cuando dolía; era necesario que fuese de seda.(3)

* *Plantina infusioan*.(52)

* *Porrua txikia enplastoan*.(52)

Nombre y remedios utilizan para curar las anginas

Izena: angina.(7)

* *Zahi beroz betetako galtzerdia lepoan lotu*.(7)

* *Surtan berotutako zapi bat lepoan lotu*.(7)

* *Enara kabia oliotan eta enplaste bezela jarri*.(7)

* *Osín ur lau katilo edan eta malba urari eztiá eta binagra nahastu. Honekin gárgarak egin*.(7)

* Para la garganta es muy buena la miel.(5b)

* Para las anginas son muy buenas las gárgaras de limón con agua.(49)
(ERRENTERIA)

Tosferina

La tosferina recibía el nombre de *kukulutxa*.

* Para la tosferina recomendaban tomar aire puro Nos llevaban al monte a Lapas, en Errenteria, en la parte alta de Galtzaraborda, donde había dos caseríos y todo era monte y aire puro. Mi hermana Loli pasó tosferina. Daba mucha tos y flemas que ahogaban. Era muy común entre los niños. (49)(ERRETERIA)

* Yo recuerdo que en mi casa pasamos tosferina. Se tomaba *arbilla* (nabo o remolacha). A la noche quitaban la cáscara y la partían y ponían en un recipiente con azúcar. Después lo colocaban en la ventana para que macerara. A la mañana siguiente se podía recoger el líquido que se había producido y nos lo daban para combatir la tosferina, *kukulutxa*. Creo que se trataba de remolacha que había en el prado.(3)

Tisis pulmonar. Causas atribuidas y remedios para curarla

* Tuberculosis. *Tisikoa*.

En Oiartzun había un sanatorio para la tuberculosis. Se creía que para curarse había que tener aire sano, árboles. A Oiartzun acudía gente que venía a Bordazar, encima de Legarre.

Venían a estar tranquilos, algunos pasaban hasta varios meses. Gozaban de buena alimentación. Los de la casa podían quizá privarse pero a los enfermos había que darles más huevos, más carne, o lo que fuese. El descanso y la alimentación eran importantes.

También hubo un sanatorio, que se encuentra en dirección a Errenteria, donde MOSA. Fueron los responsables del mismo unos médicos de San Sebastián, que vieron que el aire era puro y bueno para curar la tuberculosis.

Había una señora adinerada de Estella, María Cañas, quien enfermó de tuberculosis y la trajeron a Oiartzun, donde murió. Estuvo en la casa Ollarriarre, que es la primera al empezar a subir hacia Gurutze. Eran varias las casas que cuidaban a gente tuberculosa. Había dado dinero para la traída de aguas a Estella, por lo que tiene una calle dedicada en su pueblo.(3)

Para desinfectar la habitación donde había estado un tuberculoso; se cerraba bien la habitación y se quemaba dentro azufre.

Muchos morían de tuberculosis. Si había un tuberculoso, se le ponían platos, cubiertos y todo aparte para que no contagiase.

Era muy importante dar al enfermo una buena alimentación y reposo absoluto. También se debe tener bien ventilada la habitación.(49)(ERRETERIA)

Remedios contra la hemorragia de nariz

- * Echar agua en la nuca.(5b)
- * Poner un trapo mojado en la nuca.(3)
- * Apretar un poco la nariz entre los ojos.(3)

* Antes se solía decir que era bueno echar la cabeza para atrás para detener la hemorragia; pero debe de ser malo porque puede dar una congestión. (49)(ERRETERIA)

* Es buena el agua fría en la nariz y en la frente. Baños de agua fría.(49)(ERRETERIA)

- * Se suele dar por los cambios de primavera a verano.(49)(ERRETERIA)

* *Lepaxerloa ur otzez busti edo giltza bat jarri. Obe ustekabeen egiten ba zaio.*(7) (Mojar la nuca con agua fría o aplicar una llave. Es mejor si se hace por sorpresa).

Remedios contra las impurezas de la sangre

- * Para rebajar la sangre gorda es buena la infusión de *osiña*.(5)
- * Para limpiar la sangre solían tomar *saingorria*.(5)
- * *Txikoria*. En ensalada es muy sana, limpia la sangre.(5)

* *Odola mehetzeko. Belarmina ura edan.*(7)(96) Contra las impurezas de la sangre, la *belar miña* era para limpiar la sangre. Era lo único que se utilizaba en nuestra casa.(3)

- * *Odola mehetzeko. Elorri zuria ura edan.*(7)
- * *Odola mehetzeko. Mihura (Viscum album) ura edan.*(7)
- * *Odola mehetzeko. Ezpela (Buxes sempervirens) ura edan.*(7)
- * *Odola mehetzeko. Usina (Urtica dioica) ura edan.*(7)
- * *Odola mehetzeko. Kearra uretan nahasia.* (7)

* *Odola mehetzeko. Osinak entsaladan jan urtean bi aldiz, udaberrian eta udazkenean.*(7)

* En Oiartzun empleaban el cocimiento de los granos de la raíz de la planta llamada *arrosario-belarra* como bebida que, según decían, adelgazaba la sangre con ventaja sobre el carrasquillo que atacaba la vista; también se tomaba

decocción de *belar-minak* a las que conocían como *odola mehetzeko belarra* (yerbas para adelgazar la sangre).(39)

* Para depurar la sangre es muy buena la cebolla cruda. Purifica la sangre.(49)(ERRETERIA)

* Para la circulación es muy buena la infusión de cola de caballo(49)(ERRETERIA)

* *Odola mehetzeko, Biurrundua, osina bezala.*(18)

* *Ilar azala: odolaren azukrea jeisteko.*(18)

* *Odola garbitzeko: apo mahatsa.*(24)

* *Xaingorria.* Para bajar el espesor de la sangre.(5)

* *Mahatsa.* Tomar en otoño, invierno, primavera. La hoja es muy buena para depurar la sangre.(5)

Diabetes. Azukrea pisa eta odolean

Osin haundiaren ura, intxaur hostoa, biok nahastu, litro bat uretan, hogeitamar gramo, amabost minutuan, irakiñerazi ta oztutzean edo bere garaiara datorrenean, eztiarekin gozatu eta hiru aldiz edan egunean. Alkatxofa edo orribururen adarrak uretan egosi, eta bi tazakada edan egunean, honek ere bere analisis bat behar du, alperrik edaten jardun gabe; gauza geihago ere badira hontarako, bañan hauek naikoak dira nere ustez.(Illarra edo babarrun azala ere bai)(63)

* *Aloe: azala kenduta, gauza askotako (diabetesa), likuadoran urtu eta ardo goxorekin edan.*(24)

* *Apio edo mando perrexila: entsaladan edo berdurkin odola mehetzeko.*(2 4)

* *Urkia.* Para muchas cosas. Depura la sangre.(5)

* *Baba.* Es bueno comer. Disminuye el volumen de la sangre.(5)

Causas atribuidas a las impurezas de la sangre

* Mi madre achacaba a los cambios de estación, y a los calores del verano algunos males.

Solía decir que hay ocho días de mucho calor al año y otros ocho de mucho frío. Recomendaba no hacer nada durante esos días y tumbarse en el suelo para estar más frescos cuando hacía calor.

Ahora decimos que las impurezas de la sangre se deben a la comida y bebida que tomamos. Antes se comía de distinta forma y tampoco todo lo que querías.

La primavera era la peor estación para mi madre. Si se sentía mal, tomaba *belar miña*, para limpiar la sangre.(3)

* Se dice que a veces con los disgustos se revuelve la sangre y salen granos.(49)(ERRETERIA)

Remedios para los desarreglos de estómago

* *Aza*. (Berza). Su caldo es muy sano, y bueno para la digestión. También sirve para hacer emplastos. .(5)

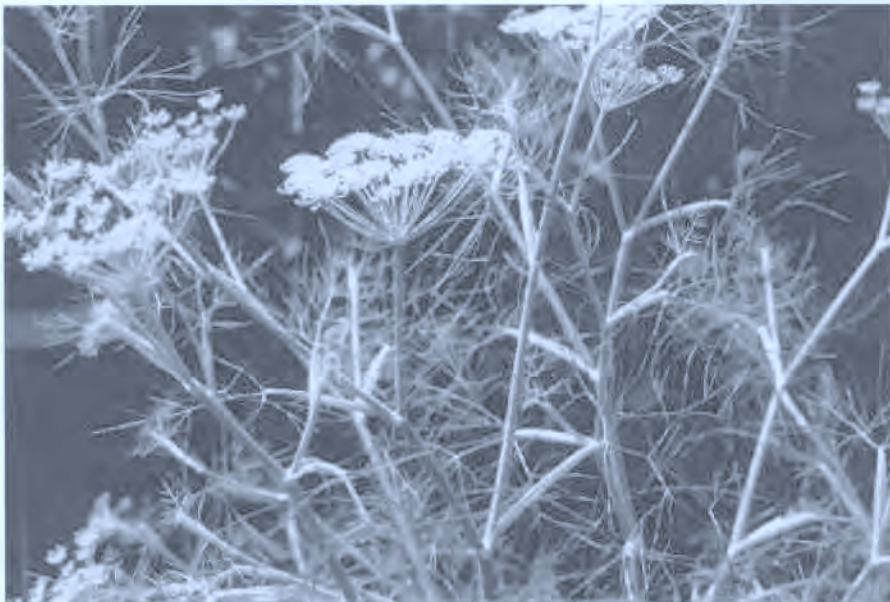
* Para el estreñimiento, antiguamente se tomaba agua de la cocción de hojas de sen, *ojasena*.(33)

* Para el dolor de estómago se utiliza *asentzio belarra*. No se encuentra en cualquier sitio. Hay que plantarlo. A nosotras nos ha quitado muchas veces el dolor de estómago.(5)

* Tomar la flor del naranjo porque es como la manzanilla.(45)

* *Tripako miña*. *Goizero eta gauero iturritik ekarritako ur baso bat edan eta egunean tepla zain ura hiru aldiz hartu*.(7)

* *Tripako miña*. *Kamamila (Matricaria Chamomilla) ura hartu*.(7)(3)(49 ERRETERIA)



Anix belarra. *Foeniculum vulgare*. Hinojo.

* *Tripako miña. Anix belarra (Foeniculum vulgare) ura hartu.*(7)

* *Tripako miña. Anixa erromeroaz edo gerezia nahastua.*(7)

* Hay un remedio que ayuda a los niños a que no les duela la tripa ni tengan pesadez de estómago. A mí me lo hacía la abuela Mikaela, que era prima de mi madre.

Consiste en ponerles boca abajo sobre una banqueta, apoyando sobre ella solo la tripa. Todo el peso del cuerpo debe incidir en la tripa, mientras que los pies, cabeza y brazos se dejan relajados. Una vez tumbados de esa forma hago que se tranquilicen, dándoles unos golpecitos en el culo al tiempo que les digo: *lasai, lasai, lasai*.

También les hago masajes. El masaje hace también mover la tripa.(3)

* Para una buena digestión es muy buena el agua con bicarbonato. O una cucharadita de bicarbonato revuelto en agua y leche.(49)(ERRETERIA)

* Para el ardor de estómago se utilizaba la sal de frutas. Se utilizaba menos porque era más cara que el bicarbonato. Sirve para hacer la digestión. (49)(ERRETERIA)

* *Estomarako, te belarra.*(18)

* Para ir al water y limpiar se tomaba en ayunas una cucharadita de aceite de oliva.(45-DONOSTIA)

* Para quitar el dolor de tripas se tomaba un puñado de arroz que se tragaba ayudado de agua.(45- DONOSTIA)

* El salvado del trigo y del cereal, se toma ahora para cagar porque es una fibra muy fuerte.(3)

* Estreñimiento. Se cuecen seis puerros con un litro de agua. Cuando esté fría se mete en lavativa.(9)

* Para cagar los niños. Mojar el rabo del perejil en aceite de oliva y una vez introducido en el ano darle vueltas. Cagan enseguida.(43, 45, 46-DONOSTIA)

* *Lehorreria. Azenzio belarra: haizeak eta lehorrerirako.*(17)

* *Erromero*: Se usa para muchas cosas. El romero con higos secos es bueno para quien tenga empacho. Hace mucho bien.(5)

* *Tripako miña. Santa Marina ermita. Legorreta. Santaren Kriselutik hartutako olio ztxilborra igurtzi umeei.*(7)

Diarrea

* A la diarrea en Oiartzun se le llama *bettikua*.(3)(5)

* Tomar infusión de manzanilla con anís.(5b) *Jan aurretik kamamiloa hartu, Botila batean bi eskubete estutu kamamiloa sartu eta anixa erantsi. Anixa arrunta, korrientea, behar du. Hartu ttotta edo kopa txiki bat.*(17)

* Arroz.(5b)(49, ERRETERIA)

* Hervir arroz en agua y tomarse el agua del arroz. Es bueno por el almidón que contiene.(49)(ERRETERIA)

* Para la diarrea es buena la zanahoria cocida.(49)(ERRETERIA)

* Es buena también la manzana rallada.(49)(ERRETERIA)

* Plátanos batidos o aplastados con limón.(49)(ERRETERIA)

* Es importante beber agua para no deshidratarse, o agua con limón.(49)(ERRETERIA)

* Para la diarrea normalmente mi madre hacía arroz con unas zanahorias o arroz sólo. Se tomaba aquello.

La punta de la zarza, *lar muturra*, la parte blandita de la misma se coge y cuece. Tomándola se te va la diarrea.

Lar muturra, tomar una infusión hecha con la punta de la zarza. Resulta además agradable para comer; tiene sabor a rosas.

También el vino blanco.(3)

* *Larramutturra. Beherako, deskompozizioak*.(24)

* Para la descomposición. Un puñado de arroz, empujado con un poco de agua.(43, 45, 54-DONOSTIA)

Medicinas o remedios vermífugos

* Para las lombrices se hacía un collar con dientes de ajo.(4)

* Para quitar lombrices solían llevar *errura*. Mirando a la luna cuando está llena, se tomaba dicha infusión.(5)

* *Errura: xixare txiki txikiak botatzeko*.(2 4)

* Nosotras tenemos y siempre hemos utilizado para las lombrices, *zizare belarra edo xixare belarra*, de ahí viene su nombre.(5)(7) Infusioan egin eta hartu hiru bat egunetan.(1 7)



Helleborus foetidus.
Eléboro fétido.

* *Kui* (Cucurbita pepo) *haziak jan.*(7)

* *Intxaur hosto hura edan.*(7)

* *Lupu belarraren* (*Helleborus viridis*) *edo plantina belarraren* (*Plantago major*) *xurtena zampotu eta uretan eduki gau guzian. Urrengo goizean baraurikan hau hartu.*(7)

* Las lombrices son contagiosas. Hay que limpiar bien el baño, las sábanas, no secarse con la misma toalla. (49)(ERRETERIA)

* Mi madre nos solía dar lombipur. Hay quien dice que con ajos se combaten.(3)

* *Errubera: xixareak eta oïlo zorriak kentzeko.*(18)

* Para las lombrices. Comer ajo crudo y para que no te quede mal aliento; un grano de café.(45-DONOSTIA)

* Para las lombrices: hacer un collar de ajos y poner al cuello. También en las muñecas.(9)

La solitaria y remedios para combatirla?

Izena. Solitaria.(7)

* Es un bicho muy largo y fino, si no se le hace la cabeza, no se va. Para que se la haga la cabeza hay que comer pipas de calabaza. Comer y luego tomar algo que te dé el médico para expulsarla. El médico mira entonces si tiene cabeza o no y si tiene, se acabó. Le ocurrió a mi padre y el médico entonces era Don Regino. Primero le hizo expulsar pero no tenía la cabeza. Por eso le hizo comer pipas de calabaza.(5b)

* *Kui haziak azala kendu eta gordinak jan.*(7)

* *Baratxuriak esnatan egosi eta esnea edan. Lehenengo egunean baratxuri bat egostenda, bigarrenean hiru, hirugarrenean bost, laugarrenean zazpi, bostagarrenean bederatzí.*(7)

* Para la solitaria dicen que las pipas de calabaza ayudan a expulsarla. Aunque nosotros no hemos solido tener.(3)

* Para la solitaria. Tomar un vaso de leche en ayunas. Mi madre tuvo.(4 5-DONOSTIA)

* Para que salga la solitaria, se pone un vaso de leche en la mesilla y va al vaso.(43- DONOSTIA)

Lombrices

* Los niños pueden coger lombrices por jugar en la tierra, por tener las manos sucias.(49)(ERRETERIA)

Enfermedades atribuidas a las lombrices

* Pueden provocar tos.(49)(ERRETERIA)

* Pueden provocar diarrea.(51)(ERRETERIA)

Vómito

Los vómitos se conocen con los siguientes nombres:

* *Mandoka, gottikoa.*(5b)(3)

* *Bottakarra.* En casa no le llamábamos así, pero he oído a mucha gente de Oiartzun decir:

- ¿Qué has hecho?

- *Bottakarra!*(3)

Causas atribuidas a las enfermedades del hígado

* La infusión durante nueve días de *gibel belarra* es muy buena para el hígado. La hierba cortada tiene que estar en la pared y no en el suelo. Por eso recibe también el nombre de *pareta belarra.*(5)

Pareta belarra.
Gibel belarra.
Parietaria officinalis.
Parietaria



- * *Gibel belarra, belar mina eta kamamila batean egosi eta ura edan.*(7)
- * *Asta esnea edan.*(7)
- * *Min oria. luntzi belarra ardo txuritan eduki. Egunean hiru aldiz edan.*(7)
- * *Min oria. Mina duenak jakin gabe zorri bat eman behar zaio txokolatetan, pattatarretan, zopetan edo arto bizar uretan.*(7)
- * *Gibel belarra. Gibela garbitzeko, hepatitisia.*(21)
- * *Hepatitisia. "Anaia hepatitisekin eta ezin garbitu. Ametoeitako amonak erremedio eman eta harekin, gibela garbi. Zazpi klase belar: berbena belarra, pasmo belarra, baratxuria, plantina bi klase, karetxa belarra eta xaingorria. Bederatziurrenekoa egin. Egunetik egunera enplastua jarri eta sendatu.*(23)

* Yo recuerdo que mi madre decía que su padre se había muerto del hígado. De aquello hace 63 años, cuando yo tenía sólo un año. Ella siempre ha recordado con pena que no supieron tratarle debidamente para aliviarle el sufrimiento.

Practicó con él algunos remedios caseros como aplicarle calor o darle verdura que era lo que le recomendaban. En aquella época se comía poca, sólo berza y poco más. También probó darle acelgas pero el pobre no las podía comer. Luego ha sabido que son muy ácidas.

Alguien le dijo que calentara al fuego las suelas de unas alpargatas y que se las pusieran encima ya que el esparto conserva mucho el calor y que le haría mucho bien.

No se sabía cómo tratarle y se sentía mal. Son los años decía. Hoy en día hay mejores tratamientos y se ayuda más al enfermo.(3)

* El alcohol es perjudicial para el hígado.

* *Gibel belarra edo pareta belarra. Gibela eta sidarentzat.* Son buenas hierbas para aliviar las enfermedades del hígado y también para el sida.(2 4)

Ictericia

* La ictericia produce manchas amarillas.(49)(ERRETERIA)

Causas atribuidas a los dolores de costado

* Mi madre solía tener dolor de espalda y decía que se debía al frío.(3)

* Te pueden aparecer porque te ha dado una corriente y coges un frío.(48, 49)(ERRETERIA)

* Se atribuye también a un esfuerzo grande.(48, 48-ERRETERIA)

Remedios empleados para curar los dolores de costado

* Se solía poner calor, se ponía una toquilla o algo similar.(3)

* *Gerritako mina. Ijito batekin lo egin.*(7)

* *Apreta zola edo ladrillo bat berotu eta gerriko parean lotu.*(7)

* Es bueno aplicarse calor.(48, 49 -ERRETERIA)

* Calor. Se ponían unos parches que se compraban en la farmacia. Se aplicaba calor y se tapaba con una manta caliente. También se daban fricciones de alcohol.(49)(ERRETERIA)

Remedios contra los males de cabeza

Izena: buruko minak.(7)

* Suele calmar el dolor de cabeza, el oler un trapo mojado con amoníaco.(1)

* Para quitar el dolor de cabeza es buena la infusión de *pasmo belarra*.(5)

* *Karraskiko adarren ura edan. Hostoak ez dira erabili behar.*(7)

* *Esnetan edo binagretan zapiak busti eta kopetara lotu.*(7)

* *Ura eta almidoiez anak garbitu.*(7)

* *Sanjuanloreak talapadan erre eta haien lurrinak hartu.*(7)

* *Axeribustan edo osin uraz anakak garbitu.*(7)

* *Ur bero eta gatzez anakak garbitu.*(7)

* *Maiatz belarraren uda edan.*(7)

* *Eta urte guzian buruko minik ez izateko, mahiatzaren lehenengo egunean esnia edan.*(7)

* *Osina. Buruko karga kendu eta odola arindu.*(23)

* Para la sinusitis, el emplasto de verbena hecho tortilla.

Por ejemplo, si empiezas un jueves, ese día te lo colocas en la frente, toda la noche. Al día siguiente en la garganta o papada y el sábado o tercer día, de nuevo en la frente.

El jueves siguiente empiezas poniéndote el emplasto en la garganta, viernes en la frente y sábado en la garganta.

El tercer jueves comienzas poniéndolo en la frente nuevamente, viernes en la garganta, finalizando el sábado en la frente. Tres semanas seguidas.(3)

* *Paño de agua en la frente.*(49-ERRETERIA)

* *Permanecer en una habitación a oscuras y sin ningún ruido.*(49-ERRETERIA)

* *La aspirina. Se utilizaba pero puede producir úlcera de estómago, incluso perforación del estómago; por eso se toman cosas más suaves. Nunca había que tomarla entera, sino bien disuelta.*

Yo solía tener dolor de cabeza y tomaba aspirina. Era como si tuviera cables cruzados en la cabeza que me producían gran dolor y al tomar la aspirina parecía que esos cables se iban soltando y así desaparecía el dolor. Luego me salió úlcera de estómago y el médico lo achacó a la aspirina.(49)(ERRETERIA)

* *Lorentzo belarra: Buruko mina denean. Lore horikoa.*(18)

* Para la carga de la cabeza, buruko karga, se usa *belar mina*.(3)

* Para la sinusitis se utiliza verbena que ha de ser fresca. Se fríe con un poco de aceite y se le añaden dos claras de huevo. Este revuelto se envuelve en un pañuelo que se pone sobre la frente, toda la noche, durante ocho días. El preparado ha de renovarse a diario. Tapar los ojos con guatas para protegerlos y tomar vitaminas.

Preparar la cantidad de verbenas que cortadas con tijera entren en un platoondo.(12)

* *Xaingorria*. Para el dolor de cabeza.(5)

* *Perrexila*. El perejil en la tortilla es bueno para la memoria, ayuda a mantenerla.(5)

* *Andre-dena-Maria-Arantzako*.(7)

* *Huako Andra Mari ermita*. Altza(Donosti)(7)

* *San Pedro ermita*. Zegama. Aldarearen eskubitan zen zuloan burua sartu eta horrela Kredo bat errezatu.(7)

* *San Prudentzio ermita*. getari. Lur arriak beste arri batez arraskatu eta biltezen hautsa hartu.(7)

* *Zikuinago Andra Mari ermita*. Hernani. Ama Birjinaren anka azpian den zuloan burua sartu eta Kredo bat errezatu.(7)

* *San Esteban ermita*. Usurbil. Alderearen eskubitan den zuloan burua sartu eta Kredo bat errezatu.(7)

* *San Miguel ermita*. Aralar. Ermitan den zuloan burua sartu eta Kredo bat errezatu.(7)

* *Villafrancako Eliz Nagusia*. Ostiral Santo egunean burua Sagrarioan sartu eta Kredo bat errezatu.(7)

* *Antiguako Andra Mari*. Ondarroa. Burua kanpian sartu eta hiru Agur Maria errezatu kanpaia jotzen den bitartean.(7)

* *Yermoko Andra Mari*. Llodio. Han iturrian ura ahoan hartu eta Santa Luzia ermitaraino korrika joan ura irentsi gabe.(7)

* *San Vito ermita*. Gauna. Ermitari hiru Buelta eman behar zaizkio bakoitzean Aita Gure bat errezatuz.(7)

* *Santa Agüeda*. Alonsotegi. Santan imaginak burua gorputzetik aparte du. Burua eskuetan hartu eta sakristiako atetik sartu eta bestetik atera behar da, hiru aldiz.(7)

* *San Gregorio*. Sorlada. Santuaren buru ezurak zillarezko relikario batean jaoak daude. San Gregorio eginez, relikario hori urez betetzen dute eta ura hori edan behar da.(7)

* *San Guillen*. Obanos. Sorladako berdin.(7)

Remedios para los vértigos, el mareo

Izena: marioak.(7)

* Para el mareo es muy buena la infusión de *iruntzi belarra* o *berbena* y *pasmo belarra* juntas.(5)

* *Bakailoa mastekatu.*(7)

* *Gatza eta baratxuriak patrikan eraman.*(7)

En Oiartzun, si a uno, como consecuencia de una herida, temía que le sobreviniese algún vahído al viajar, llevaba en el bolsillo un diente de ajo junto con un poco de sal.(33)

* En Oiartzun las infecciones e hinchazones que provenían, según se decía, del mareo, se trataban de la siguiente forma: Se hacía hervir agua en un puchero de barro donde se hubieran introducido previamente cinco piedras blancas y cinco hojas de laurel. Se vaciaba el puchero, derramando su contenido en una caldera, y se ponía éste boca abajo en la caldera, de suerte que cubriera las piedras y las hojas. Sobre el puchero se colocaban tijeras en cruz o abiertas; sobre éstas, dos ramitas de laurel, también formando cruz; sobre el alurel, un peine; sobre éste, el miembro herido. Si el agua se retiraba introduciéndose espontáneamente en el puchero, era señal de que se retiraba la causa de la infección y ésta se curaría. Se repetía la operación varias veces, en número impar.(37)

* La infusión de *pasmo belarra* mezclada con verbena, quita los vértigos en un momento.(5b)

* *Tentsioa. Tentsioa edo odolaren indarrak, beratzeke edo jeisteko, bi dozena hosto (Oliondo), litro laurden bat uretan egosi, eta hori edan, aceituna arbolaren hostoak alegia; tazaka egunean, al bada beti jan ondoan.*(63)

* *Osinan ura: tentsioa jeisteko.*(18)(5)

* Para bajar la tensión se solía tomar *belarmina*. Como infusión debe ser muy mala para tomar.(5)

* *Xaingorria: Tentsioa jeisteko.*(24)

* *Mihura: tensiorako (errege-sagarrana)*(2 4)

Nombre que se da a los alienados

* Chalados, idos, tarados.(49)(ERENTERIA)

Causa de la enajenación mental

* Últimamente se atribuye muchas veces a la droga. La esquizofrenia puede ser hereditaria.(49)(ERENTERIA)

Baile de San Vito. Causas a las que se atribuye. Remedios

* Se le llama Parkinson y puede aparecer por trabajar mucho con materiales en trabajos de mecánica.(49)(ERENTERIA)

Remedios empleados contra la embriaguez

* Para que se pase la borrachera, es bueno dormir bien, y que pasen las horas.(5b)

* Para evitar la resaca, tomar Ibuprofeno.(16)

Espasmos nerviosos de los niños. Causas atribuidas a los mismos. Modos de combatirlos

* Cuando un niño es muy pequeño y no puede dormir, pega golpes y abren los ojo. Para el sueño es muy bueno el puerro, *porrua*. Se coge un puerro entero, con raíces y todo, se golpea y se aplasta y se le pone en el pecho.(5)

* La fiebre alta produce espasmos a algunos niños, por eso hay que controlarles mucho la fiebre.(49)(ERENTERIA)

* *Anix belarra*. Antiguamente, se les daba a los niños. Para echar los aires y para que estuvieran tranquilos cuando eran pequeñitos. Antes había plantas de *Anix belarra* en la carretera de Karrika. Aquí las tuvimos plantadas.(5)

Remedios para los nerviosos

* Para los nerviosos son muy buenas las manzanas.(1)

* *Lasaitzeko. Kamamiloa, anix hazia*.(3 0)

Causas a las que se atribuye la epilepsia. Remedios para curarla

* En Oiartzun el único nombre que recibe es el de epilepsia. No se conocen otros.(5b)

* Para la epilepsia se toma medicación y al enfermo se le prohíbe tomar bebidas alcohólicas.(49)(ERENTERIA)

¿Cómo se llaman las pecas? ¿A qué se atribuyen? ¿Cómo se quitan?

* Peca se denomina en Oiartzun, *peka*. Se quitan con el paso del tiempo.(5b)

* Para las pecas, para que no salgan, hay que evitar el sol.(49)(ERENTERIA)

Nombre que se le da a los lunares. Remedios.

* En Oiartzun a los lunares se les llamaba *Kristau-siñalea*.(38)(3)(5)

* Decían que los lunares salían por algún capricho de la madre, antojo no cumplido.

Causas atribuidas a las verrugas. Modos de quitarlas

Izena: kaetxak.(7)

* Creo que antes salían más verrugas. Yo de joven tuve muchísimas, las dos manos llenas, podrían ser treinta o más. No era por trabajar en el campo porque yo siempre he vivido en la calle, en la plaza de Oiartzun.

No sé si fueron debido al desarrollo, a la alimentación, o a otro motivo pero mi hermana que era cuatro años más joven no recuerdo las tuviera. No me molestaban pero me parecía feo y yo intentaba quitármelas con *iodo belarra*.(3)

Se quitaban además de con *iodo belarra*, con ajos, con *auntz zurrunbilloa* o *esne belarra*.(3)

* Para quitar las verrugas es muy bueno *karetx belarra*. Al romper tiene un líquido que es muy bueno.(5)(23)

* Para quitar las verrugas se utiliza *baratxuria* (ajo). Hay que frotar con ajo tres días en ayunas. Lo tiene que hacer otra persona y hay que guardar el ajo. Al día siguiente, siempre en ayunas, se vuelve a frotar y a guardar el ajo. Al tercer día después de frotar, la persona que lo ha hecho debe esconder el ajo en una pared vieja.

A nosotras nos hicieron cuando éramos pequeñas porque estábamos llenas.(5)

* Solían quitar las verrugas utilizando la planta *ihia*.(5)

* *Oilar odolez igurtzi*.(7)

* *Auntzpurrumuiluaren esniaz igurtzi*.(7)

* *Sagar puskaz igurtzi eta sagarra basaranpean utzi usteltzen*.(7)

* *Ihaz igurtzi eta gurutzatuk lurperatu*.(7)

* *Gari alez igurtzi eta arripean gorde*.(7)

* *Baratxuriz igurtzi, non eroritzen diren begiratu gabe korrika eskapo egin*.(7)

* *Xoxa batez igurtzi, eta bidegurutzeta baten utzi. Xoxa hartzen duenak, kaetxak ere hartzen ditu*.(7)

* *Meza latinez izaten zenian, apezak "orate, frates" esaten zuenian "fuera verrugates" erantzun*.(7)

* Para las verrugas es muy buena una planta que tiene una especie de iodo, que se echa sobre las verrugas para quitarlas. Hay que tener mucho cuidado porque la verruga se contagia; si se toca con la verruga en otro sitio, te puede salir también.(49)(ERRETERIA)

* Para quitar las verrugas dicen que sirve la manzana.(5)

* Para quitar las verrugas hay que echar limosna en la ermita de Nuestra Señora la Magdalena de Erreteria.(9)

* Santo Kristo. Alegria de Oria. *Kaetxak xoxa batez igurtzi eta ermita barrena bota.*(7)

* Santo Crucifijo. Errexil. *Kaetxak xoxaz igurtzi Kredoa errezatzen zen bitartean eta xoxa ermita barrena bota.*(7)

Yo tenía una verruga en el pie que me molestaba mucho pues se encontraba en la zona que me rozaba el zapato.

Cierto día llegó a nuestro caserío, Manuel de Añarre, quien me dijo que conocía un remedio para curar aquella verruga. Sacó una moneda y me hizo salir a la huerta. Me colocó la moneda en el lugar de la verruga y frotó. Luego me hizo esconder la moneda y me dijo que nadie debía encontrarla. Así desapareció la verruga y la moneda todavía debe estar por allí, junto a las gallinas.(9)

* En Oiartzun se tomaban tantos granos de sal como verrugas se tuvieran y después del consabido frotamiento, se colocaban dentro de un paño junto con una moneda y se depositaban en una encrucijada. Quien echara mano del envoltorio se quedaría con las verrugas cuyas representaciones iban con la moneda.(37)

* En Oiartzun, quien tuviera verrugas debía arrancar varios juncos con las manos cruzadas por detrás de su cuerpo de modo que no pudiera ver las plantas en el momento de arrancarlas. Después debía pasar los juncos por encima de las verrugas trazando cruces y colocarlos por fin en la chimenea del hogar para que se secaran. Según iban secándose las hierbas, hacían lo propio las verrugas hasta acabar por desaparecer.(37)

* Untar la verruga con una babosa, la pinchas con un palo y la dejas en el monte con una piedra encima. Cuando se seca la babosa, se seca la verruga.(44 DONOSTIA)

* La *pasmu belarra* es buena para las verrugas. Se abre y se pone sobre la verruga. Dos o tres veces.(45, 46 DONOSTIA) Hay que tener cuidado porque mancha mucho.(46 DONOSTIA)

* La leche del higo verde también es buena para las verrugas.(45 DONOSTIA)

* Para quitar verrugas. Coger un garbanzo y cocer. Después se coloca el garbanzo sobre la verruga. Igual es conveniente dejar el garbanzo primero un poco a remojo.(53-DONOSTIA)

* *Karetsak. Ahuntz kurrumiloa (esne txuria)*(24)

Callos de los pies. Manera de curarlos

* A los callos se les llama *kalluak* o *juanetik*. Los juanetes son los que salen por los zapatos.(3)

* Los callos de los pies se quitan con bisturí. (16)

* Se quitan con un parche que venden en farmacias. El calzado es muy importante para evitar que salgan.(16)

* Para ablandar los "padrastrós" (cuando se infecta la piel en los bordes de las uñas) se cura con agua con una gotita de lejía caliente. Aguantar tanto calor como se pueda, pero sin quemarse.(4 5)

Sabañones. Remedios para curarlos

Los sabañones reciben en euskera el nombre de *ozpelak*.(57)

* Para los sabañones, se parte un ajo por la mitad y se frota con él.(57)

* El hollín de la chimenea, si se mezcla con vinagre fuerte, sirve para curar los sabañones.(1)

* Mi tía suele contar que tenía sabañones y que en su casa vivía entonces el médico del pueblo.

Ella era una chavalita joven y ese invierno, alguien le dijo que los sabañones se curaban rociándolos con alcohol, al que se prendía fuego, momento en que había que taparlo con una toalla para no quemarse.

Ella se dijo:

-¡Jo! ¿Funcionará o no? Bueno, ya que tengo al médico en casa, voy a consultárselo.

Le preguntó:

-Tú eres médico... ¿qué me dices de este remedio que me han dado?

El médico le contestó:

-Si tú tienes fe, si tú crees que eso te va a curar, te curará. Depende de ti.

Mi tía hizo eso y dice que los sabañones se le recogieron, se le curaron.(19)(ZUGARRAMURDI)

* Los callos de los pies se limaban con piedra pómez.(47 y 49 ERRETERIA) Creo que la piedra pómez es lava de volcán.(49 ERRETERIA)

* Es importante utilizar zapato cómodo.

* Se curan con la flor del haba. Mi abuelo Juan solía decir que los sabañones se curaban con la flor del haba y no es que fuese el remedio el tomar dicha flor si no que cuando el haba florecía, en primavera, era cuando desaparecían los sabañones.(49- ERRETERIA)

* Nosotros solíamos tener muchos sabañones. Mi padre solía decir que se curaban con la flor del haba porque cuando ha salido la flor ya han desaparecido. Yo he preguntado por caseríos tratando de encontrar un remedio a base de hierbas y hay dos cosas que no han sabido decirme nunca: los sabañones y los flemones. Bueno, poner calor o frío, pero hierbas no.

Para los sabañones yo recuerdo en casa, agua fría y caliente. Baños de caliente y frío me solían decir. No se si sería el calzado. También tenía sabañones en las manos que llegaban a sangrar.

A mí se me fueron los sabañones, no sé si por esto que voy a contar o por la edad... Empecé a dar clases en una escuela a la que andando tardaba en llegar una hora y otra en volver. Fue en ese momento cuando desaparecieron. Supongo que el activar la circulación ayudó a la curación. (3)

* Para los sabañones, frotar con ajo crudo.(45-DONOSTIA)(56-HONDARRIBIA)

Remedios usados para la curación de las inflamaciones (cuello, ojos, etc.)

* Para que los golpes no se pongan morados es bueno aplicar aceite en la zona, mejor si es de oliva.(5)

* Mi hermano tuvo una inflamación grande. Yo recuerdo que le ponían emplastos y una vez, de regreso a casa, cuando iba corriendo, se le reventó y allí echó todo.

Entonces, con *pasmo belarra*...(3)

Remedios utilizados para curar las heridas

* Heridas en la rodilla. Eran muy frecuentes en los niños por lo mucho que se caían. Mi madre utilizaba un remedio que lo había visto hacer en Mondragón. Cogía una de las capas de la cebolla, el casco blanco, y lo ponía en la chapa del fuego a calentar. Después le echaba un poco de aceite y nos lo ponía en la rodilla; era doloroso.(2)(ERRETERIA-ARRASATE)

* *Tomatea: zaurietako zikina eta urratutako harritxo eta zikinak garbitzeko.*(52)

* Si te haces una herida y tomas infusión de *pasmo belarra*, se te cura enseguida.(5)

* Para las heridas es muy buena *karetz belarra*.(5)

* Para cortadas es muy buena *ebaki belarra*. No en infusión. A una hoja gordita se le quita el pellejo y se pone sobre la herida. Las heridas que tienen los diabéticos son muy difíciles de quitar y con esto se curan muy fácil.(5)

* *Ebaki-belarrari azala kendu eta ebakiaren gainean jarri sangra-sapiatz jarri.*(7)

* *Ebakiak. Armiarmasarez estali.*(7)

* *Ebakiak. Gatzatu gabeko gantzaz estali eta gainean Ama Birjinaren belarraren hosto bat jarri.*(7)

* *Oliotan bustitako suge-larraz lotu.*(7)

* *Elorriak edo basaranak egina bada zuhamuxkari barkapena eskatuz.*(7)

* Para los cortes y heridas va bien esta pomada, *ukendua*:

Ingredientes: 1 litro de aceite de oliva. Un buen montón de *pasmobelarra*, hasta tapar el aceite. 100 gramos de árnica. 100 gramos de cera virgen. 8 dientes de ajo. Unas verbenas. 100 gramos de resina. Unas pocas *mingain-belarrak*.

Limpiar las hierbas. Poner a cocer las hierbas, el aceite y los ajos. Cuando estén muy hechos quitar las hierbas, echar la cera y la resina; cuando se derritan, pasar por el colador a los frascos y cuando estén fríos, cerrar los frascos.(12)

* Para heridas, diviesos, forúnculos o cuando al depilarse se mete algún pelo, va bien esta pomada:

Verbena, mejor fresca. 3/4 de aceite de oliva puro. 150 gramos de cera virgen. Un buen puñado de verbenas. Saucó, *pasmo belarra* (Ajo, cebolla, si se desea).

En un sartén se echa el aceite, la verbena y todos los ingredientes. Se hace como si fuese una tortilla. Se cuela usando un trapo viejo de sábana. El aceite y la cera se echan a botes de cuajada antes de enfriarse. (45 DONOSTIA)

* *Pasmo belarra. Zauri eta pasmoa garbitzeko.*(23)

* *Karakola: izan leiken gauzarik onena pasmoa garbitzeko. Bi trapun tartin.*(24)

* *Belar latza: zauriak sendatzeko.*(24)

* Para la infección vaginal externa. Compresas de pomada de verbena.(45-DONOSTIA)

* Heridas infectadas. Cebolla frita. Coges un cachito y le haces unas rallitas y echas una gotita de aceite. Te pones en la herida infectada hasta el día siguiente. Te saca la porquería y te ablanda la infección.(4 5-DONOSTIA)

* Heridas. Con hierbas.

Limpiar bien la zona con agua oxigenada. Ahora se limpia con jabón y agua, pero antes no lo sabíamos. Se aplicaba a continuación alguna hierba como *ebaki belarra*.

Si se infectaba la herida se usaba cebolla que se calentaba, cuanto más caliente, mejor, se decía. También era común utilizar *ebaki belarra*.(3)

Enfermedades cutáneas. Remedios para curarlas

* Para quitar el eccema se toman infusiones de *belar latza*.(5)

* A los niños, como protector de piel, después de limpiarles el culo les echábamos polvos talco.(3)

* Para un tipo de eccema se decía que se solía tomar *sagu belarra*. Con la leche la planta.(5)



Xagu belarra (Se llama así por el olor que tiene). *Glechoma hederacea*. Hiedra terrestre.

* Herpes. Frotar con fuerza las manos hasta sentir calor y poner después las manos sobre el dolor. A continuación frotar con alcohol de 96 grados. Tres veces al día.(9)

* Para un eccema que produce una especie de ronchos en la cara, utilizamos bien *amore porrua* o *legen belarra*.(5)

* Las grietas que salen en las manos en invierno, por la acción del frío, se quitan con este ungüento: 12 gramos de cera virgen y 66 de aceite de oliva. Se derrite la cera en un cazo, lentamente y después se le añade el aceite.(1)

* Los diviesos se quitaban con cataplasmas de verbena.(49 ERRETERIA)

* La cebolla, *tipula*, es buena para reventar bultos . Se calienta un poco de aceite y se pone sobre el bulto. Antigüamente se hacía así.(5)

* El herpes normalmente es debido a estados nerviosos. A mí me apareció en las manos después de dar a luz con solo trece meses de diferencia. No se me quitó en muchos años a pesar de haberme tratado el médico con distintas cosas. La especialista decía que sólo me tenía que quitar los guantes para ver la televisión. También consulté con un naturista que me dijo que era algo muy usual. Luego, desapareció.(3)

* Para suavizar la piel de las manos es buena la orina lo más limpia posible.(45-DONOSTIA)

* Psoriasis. Una tía mía se daba todas las noches una crema con brea porque tenía psoriasis. También ponía debajo del colchón un jabón de la marca Lagarto que le habían recomendado porque decían era beneficioso. Yo creo que esas cosas son en realidad de dentro.(3)

* La piel mejora con un preparado que consiste en poner caracoles en un bote con azúcar durante 24 horas para que se mezcle el azúcar con el moco de caracol.(45 DONOSTIA)

* El amoníaco con un poco de agua, limpia y suaviza la piel.

* Para la psoriasis se usan verbenas maceradas en alcohol. Después hay que frotarse con el alcohol de la verbena.(43,44-DONOSTIA)

* Para suavizar la piel e usa la propia orina. Mi padre y su familia la solían utilizar para la cara y para las manos, para todo.(5)(16)

* Para suavizar la piel, también el *ukendu*. Mi marido trabaja en Luzuriaga y antes de trabajar se da el *ukendu*, tiene las manos de un pianista. Le va de maravilla.(61)

* *Intxaur hostoa*, para las costras en la cabeza.(5)

* *Intxaur* con manzanilla, hervir, para el picor en cualquier sitio.(5)

* Suele salir alrededor de la muñeca una mancha roja. Mi madre solía decir que si la mancha conseguía dar toda la vuelta, no se quitaba nunca. Para curarla utilizábamos *oillarren odola*. Esta sangre de gallo se conseguía haciéndole un corte en la cresta. Solo era necesario quitarle un poco de la piel. Pero había que seguir haciéndolo durante varios días.(5)

Sarna. Remedios para curarla

* *Izena: atza*.(7)

* *Sufre eta osin uraz eginean bi aldiz garbitu*.(7)

* *Azbelarra jo, pixakin nahatsu eta oheratzekoan ondo igurtzi*.(7)

* *Gantza eta sufrea nahastuaz igurtzi eta sutondoan ahalden denbora gehienian egon*.(7)

* *Suge bat egosi eta hura hori hartu*.(7)

* *Arrautz azalak hauts biurtu eta ondo igurtzi*.(7)

* Mi tía que era paralítica solía tener sarna. La ropa que usaba la limpiábamos con agua y jabón y después la hervíamos; era como esterilizarla. Se limpiaban del mismo modo las tiras de tela que se recortaban de sábanas viejas y servían para ponerlas sobre la piel enferma, al igual que hoy en día se usan gasas. Se evitaba meter la ropa en lejía porque se estropea.(3)

Tiña. Remedios para curarla

* *Izena: ezkabia*.(7)

* *Buru guzia bikezkatu eta hamabost egun eduki txapinaz lotuta*.

Larru-minak gaixtotzen zirenean. Enfermedades de la piel cuando se infectaban. Remedios para curarlas

* *Seboa, Erretxia, Oioa eta Argizaiaz okendua egin. Okendu horrekin estali eta gainean belar hoietako ostoa bat jarri eta sangra-zapiatz estali*:

- *Lapaitza*.
- *Belar-beltza* (*Serophularia Nodosa*)
- *Biurondokoa* (*Arum Italicum*)(7)

* *Pasma-belarra ura hartu*.(7)

* *Tipula zartaian pasada bat eman eta sangra-zapiatzlotu*.(7)



Arum italicum. Aro.

* Okendo Beltza: Olioa eta baratxuriak egosi (hamar buru). Irakitzen dagoe-nean argizari purua eta minio hautsa bota eta okendi honekin ebakia estali.(7)

* Ehun ostoko larrosan uraz garbitu.(7)

* Okendo Berdea: Oliua, Argizari purua, Erretxina, Maska belarra eta luntzi-belarrekin egiten da.(7)

La lepra. Remedios

Izena: legena.(7)

* Teilaz tarratu.(7)

* Legen-belarraren esneaz igurtzi.(7)

* Txori-mats zainaz igurtzi.(7)

* Baratxuriez igurtzi.(7)

* Anbolin porrua. Legena sendatzeko, mantxak aurpegian.(18)

* SASKAINOA, esateko, legena ateratzen denin. Mendi kontran ateratzen da eta mahatsa bezelako frutua botatzen du. Aihena luze eta indartsua egiten da ta, hondoan egiten zaio kozkorra, lur azpian eta hori da legēnaren kontrakoa. Noiz nahi jaso daiteke. Egunean 2-3 aldiz igurtzi, harekin, eta 3-4 egunetan hura desegitan da.(3 0)

Remedios para las enfermedades de la piel

* Larrua. San Juan Xar Iturria. Yantzi. Hango uretan garbitu eta legortzeko zapia bertan utzi.(7)

* Larrua. Arrosako Ama Birjina (Santa Eufemia elizan). Bermeo.(7)

* Larrua. San Pazifiko. Azkoitia.(7)

* Larrua. Santa Rosa. Markina.(7)

* Larrua. Ondarroako Ama birjina.(7)

* Sagrarioko Ama Birjina. Lizarza.(7)

* Santa Rosa. Amezketa. Imajinak hiru ume ditu besoetan. Aita semeak joan behar dute. Aitak santaren hiru umeak txapela batez ikuitzen ditu eta gero txapela jarri.(7)

* Argaineko San Anton ermita. Sara.(7)

Acerca del color de la piel

* Antes se consideraba que el que era moreno de piel era porque era trabajador y el que era blanco, era que estaba en casa. Por eso para las chicas de los caseríos era feo estar tan morenas y se echaban polvos para aparentar más blancura.

Menda txuri, menda beltza llevaban en el escote, por el olor, sustituto de colonia, antiguamente.(3)

Las uñas. Creencias.

* En Oiartzun, según se constató a principios del siglo XX, se creía que Adán y Eva, antes del pecado original tenían por vestido una pieza hecha de materia de uñas, *azkazalak*. Después que pecaron y como recuerdo de su estado anterior, llevamos, según dicen, esas cortezas en los dedos, *eriak*, por lo que las uñas son restos de las vestiduras originales.(31)

* En Oiartzun se creía que no debían de cortarse las uñas en viernes porque se pensaba que entonces el diablo las utilizaba para construir una calzada para el infierno.(31)

* También se decía en Oiartzun que si se cortaban las uñas en lunes, enseguida dolían las muelas.(31)

Granos en la lengua

* En Oiartzun se recogió a principios del siglo XX, si a una persona le salía en la lengua un grano, de los denominados *aupizarra* cuando se trata de vacas, tenía que trazar una cruz con la lengua en el lar de la cocina para curarse.(32)

Las almorranas

Izena. Amorranak.(7)

Para las almorranas es bueno comer comidas limpias y evitar el estreñimiento.(49)(ERRENTERIA)

* *Bostorri belar ura edan.*(7)

* *Ur otza edan, linazia, malba eta lo belarrez enplastoa egin, kalulatz lurri-
nak eta ur epel labatibak.*(7)

* *Almorranak sendatzeko. Intxaur fruitu eta azal berdea eta hostoak.*(52)

* *Almorranak botatzeko. Bostorria eta intxaur hostoa.*(23)

* *Almorranak: intxaur hosto eta bostorria.*(2 4)

Para los forúnculos

* Para los forúnculos son buenas las compresas de pomada de verbena.(45-DONOSTIA)



Remedios para el picor de las ortigas

* En Oiartzun se recogió en tiempos pasados que cuando picaran las ortigas, *osiñak*, era bueno aplicar hojas de menta, menta-belarar a la zona dolorida.(33)

Remedios para quitar la caspa

Contra la caspa. Tintura de pimienta de Cayena, dos partes, glicorina 8, agua de colonia, 2 y agua clara.(1)

Remedios para los labios cortados

* Para cuando se abren los labios, la orina propia o la de un niño pequeño cura.(45- DONOSTIA)

Causas atribuidas a la calvicie. Modos de impedir la

Izena. Soiltzea.(7)

* *Erromeroa* (*Rosmarinus officinalis*) *ardotan egosi eta honez burua igurtzi.*(7)

* Lo único que frena la caída del cabello es el suelo.(16)

* Para fortalecer el pelo. Poner un litro de vino bueno a hervir hasta que merme 250 ml. Cuando enfríe, colar con un trozo de sábana vieja. Una vez al día, darse masajes. Hay que tener cuidado porque mancha la ropa.(45 DONOSTIA)

Remedios para que renazca el cabello

* Es bueno frotarse la cabeza con sal y vinagre. Antiguamente así lo hacíamos. A mi madre se le caía el pelo pero se daba agua, vinagre y sal y le salía pelo nuevo.(5b)

Medios para que el cabello se ensortije o se rice

* Antiguamente los tirabuzones se conseguían poniendo bigudises en la cabeza. Más adelante se remplazaron con los rulos.(49 ERRETERIA)

* Si con el pelo mojado se hacían trenzas, a la mañana siguiente el pelo se había ondulado.(47 ERRETERIA)

El panadizo y su cura

* En Oiartzun, según se recogió en los años cuarenta, para curar el panadizo, *zingirija*, se aplicaba el siguiente remedio. Primeramente se realizaba este rezo: "O Jesus salbadorea, / zu zera, sendatzailea, / ni naiz eremizalea. / Grazia

eta faborea eskatzen dizkizut / arren komeni badui bada / trabaju ontatik izena libratzeko." Después se rezaban tres veces el Credo, la Salve y el Yo pecador. Con nueve hojas de laurel, *erramu hostoak*, se hacían tres cuces que se colocaban sobre el panadizo mientras se repetía por tres veces la siguiente fórmula: "*Sobra zingiri, zingiri gurutze, zingiri Salama*. Luego se quemaban las hojas de laurel con un poco de aceite y con el vaho que desprendían se rodeaba la zona enferma.(34)

* Hacia los años veinte, Barandiaran recogió también la siguiente fórmula para curar el zingirio: *Zingiri + gurutze / zingiri + Salomon / nik au + ziñtzen dedan bezela /N...ren miña+ senda dedilla*"(35)

Excesiva transpiración en los pies

* La transpiración puede evitarse andando con sandalias.(5b)

* Para que no huelan los pies es muy bueno el bicarbonato, remedio que vale tanto para los pies como para las axilas.(49 ERRENTERIA)

* Para evitar el sudor de los pies es importante usar calcetín blanco en lugar de negro y llevar calcetines incluso calzando sandalias. (47 ERRENTERIA)

* Nos lavábamos los pies con bicarbonato y agua para que sudaran menos.(3)

* Cuando sudaban los pies se echaba talco a los zapatos.

Remedios empleados para evitar la giba

* Hace años existía la creencia de que la meningitis te podía dejar secuelas como el dejarte jiboso.(49)(ERRENTERIA)

Remedios para curar las ampollas originadas por las quemaduras

Izena: erredura.(7)

* Mi padre hacía todos los años un ungüento para las quemaduras. Cuando nevaba iba a la terraza de la casa. Subiendo las escaleras y levantando una trampilla, se encaramaba a lo más alto de la casa donde recogía unos puñados de nieve. Con ella terminaba de rellenar una botella que tenía con una parte de aceite.

Lo hacía todos los años y guardaba la mezcla en casa para untárnosla cuando nos quemábamos. Antes de usarla había que mezclarla bien porque el aceite quedaba abajo. Siempre se recogía la nieve de la primera nevada, y año tras año manteníamos la ilusión para recogerla y preparar el ungüento.

También se trataban las quemaduras con *ebaki belarra*.(3)

- * Las quemaduras originadas por las ortigas se curaban con menda salvaje.(3)
- * *Gorotzaz estali.*(7)
- * *Kare arriz eta olioiz egindako okenduaz igurtzi.*(7)
- * *Gatza, binagrea eta petroleoa nahastu eta oilo lumaz banatu.*(7)
- * *Gatzatu gabeko gantzaz estali eta zapiaz lotu.*(7)
- * *Ahalden denbora gehiena sutondoan edukita.*(7)
- * *Intsusa printzaz estali eta sangra- zapiaz lotu.*(7)
- * *Patata azalaz estali.*(7) *Frotar con patata y darse aceite.*(49 ERRETERIA)
- * *Erredura sendatzeko ukendua da. Intsusa ukendua. Urte bereko intsusamakilen barruko mintze edo axal berdea (metroko adar gazte bat, aski), etxeko pasmo belar sorta, oliba olioia (litro erdi bat) eta argizari naturala(200gr.) berotzen eduki 20 bat minutuz. Utzi egun bat bertan, nahi bada eta iraga-zi. Kriztakezko ontzian gorde.*(21)
- * *Plantina ukendua.*(Ikusi 171, ukenduak)(25)
- * *Erredurak. Lejiakin, erre eta segidan.*(1 7)
- * *Mariloka con aceite, para las quemaduras.*(3)

Enfermedades de la infancia. Forma de curarlas

- * Cuando cogían casquetas, rabetas, los niños, se les metía en la bañera con mucho vaho para que no se pusiesen morados.(4 5, 5 3- DONOSTIA)
- * Otros les metían con agua fría.(43- DONOSTIA)
- * Cuando cambia el tiempo los niños se alborotan.(49)(ERRETERIA)

Sarampión

- * Ahora hay pocos niños con sarampión porque se vacunan a la mayoría de ellos. En años anteriores se decía que era mejor pasarlo de joven que de mayor porque podía dejar mayores secuelas. Por eso los hermanos de los enfermos se metían con ellos en la cama para contagiarse.(49)(ERRETERIA)
- * Sarampión. La lámpara de la habitación se tapa con una prenda roja para que brote lo antes posible.(9)
- * Cuando se tenía sarampión había que guardar cama. Subía la fiebre. Se tapaban las bombillas con un trapo rojo porque la luz en la habitación era mala.(3)

Escarlatina

- * Se podía morir de escarlatina.(49)(ERRETERIA)

Meningitis

* Cuando tuve meningitis [año 1944] con cinco años, dos niñas del mismo barrio nos curamos a base de emplastos de ortigas y caracoles. Tanto a Mari Carmen como a mí nos trató un curandero de Erreteria, Petriquillo.(49-ERRETERIA)

Tosferina

- * Tosferina. Producía tos y flemas.(49)(ERRETERIA)

Poliomielitis

* La polio. Poliomilitis, que te podía dejar paralizado. Ahora se vacunan todos los niños.(49)(ERRETERIA)

La rubéola

- * La rubéola.(49)(ERRETERIA)

Enfermedades varias. Nombres y remedios.

Además de las enfermedades propias de los niños se señalan a continuación los nombres y remedios de enfermedades comunes entre los adultos

Remedios contra la neumonía y pulmonía

* Cuando se padecen neumonía o pulmonía, se toman para limpiar *iruntzu belarra* con *pasmo belarra*, durante tres días seguidos, y se nota gran mejoría, se cura todo.(5)

- * *Arnasbide bireikak. Gibel belarra edo pasmo belarra.*(28)

Remedios para el bazo

Izena. Barea.

* *Arri batean ixtua bota eta lurrean utzi, ixtua duen aldea beheraldea gelditzen dela.*(7)

Remedios para la vesícula

* Para que no se formen piedras en la vesícula hay que beber agua.(49)(ERRETERIA)

Remedios para la bronquitis

Izena. Bronkitis.(23)

* *Malma edo zigüña.*(23)

* Mi padre solía sufrir mucho de bronquitis y se trataba con emplastos de verbena.

También para la bronquitis mi madre solía hacer un emplasto con la cáscara que se quita al cereal, tanto al trigo como a la cebada, es decir con el salvado. Se calentaba éste en un cazo y se envolvía en un trapo que también estuviera caliente para que mantuviera el emplasto el calor.(3)

* Para limpiar los pulmones que a causa del tabaco estaban sucios, se preparaba una infusión de verbenas, se colaba, y se mantenía en el frigo para tomarla en ayunas. Nunca más de cinco días seguidos y cada seis meses.(45 DONOSTIA)

* *Bronkiotarako. Brunkio belarra. ¡Urria balio du! Infusioa bero eta kutxarakin hartu eta, denbora berin, esnasia hartuz.*(1 7)

* *Bronkiotako. Iruntzi belarra. Enplastoa, arrautz zuringoa, gainetik boltsa bero bat jarri: hiru egunez, deskantso eta berriro hiru egun.*(2 4)

* Para la bronquitis es bueno cocer las verbenas en leche y tomar esa infusión.(46-DONOSTIA)

* Para la bronquitis. Tortilla de verbenas.(46-DONOSTIA)

* Para el catarro de bronquios recuerdo que ponían un emplasto.(3)

Remedios para los riñones

Izena. Giltzurdinak.(7)

* Para los riñones es muy buena la infusión de *giltzurdin belarra*.(5)

* Es muy buena también la infusión de *apio*.(5)

* *Azeri buztana* (Equisetum telmatica) *ura hartu*.(7)(23)(5)

* *Bostorri belarra* (Patentilla reptans), *Arto bizarrak*, *Maragura* (Fragaria vesca) *eta Tramana. Denak batean egosita ura hartu*.(7)

* *Xangorria eta Tramana ura hartu*.(7)

* *Andura ura hartu*.(7)

* *Pixa belarra. Giltzurdin eta behezuna garbitzeko*.(21)



Azeri buztana. *Equisetum telmateia*. Cola de caballo.

* *Giltzurdinetarako. Arobizarra, ur irakinda.*(52)

* *Kardaberra: egosita, harriarentzako.*(2 4)

Remedios para orinar y para la infección de orina

* Es muy bueno tomar infusiones de *pixa belarra*. Esta planta ya no es muy fácil de encontrar.(5)

* *Pixabide, giltzurdinak, maskuria: pixa belarra.*(2 8)

* Para la infección de orina es muy bueno tomar infusión de *pasmo belarra*.(5)

* *Arto bizarra* se solía utilizar para orinar, para los riñones.(5)

* *Pixa belarra* y *arto bizarra*. Mi padre solía tomar mucho *arto bizarra*, es lo que conocían. Mi padre tomaba de vez en cuando.(3)

* Para la infección de orina. *La pasmo belarra* macho, seca. Hay que tomar en ayunas y esperar una hora, antes de comer.(12)

* *Axeri buztana*. Para la orina.(5)(24)

Urea eta azido urikoa

* *Zartza parrilla, <diente de leon>, kardabera, letxuğa, eskarolak, baratxuria, hauek entsaladan jan baiñon ugari; zartza parrilla ez da jatekoa, beraren ura edan behar da. Urkiaren hostoa eta lizarraren hostoa, eta hobea lizar emearen azia eta iru aldiz hartu leike egunean, hiru tazaka alegia. Gero badakizu txerri-rik eta arrain beltzik ez dezula jan behar sendatu arte.*(63)

* *Azido urikoaren kontra. Tipul ura. Tipula egositako ura noiznahi edan.*(1 7)

* *Azido urikoa. Txikito erdi ur, sagar ozipina goilaratxo bat eta beste bat ezti. Egunero behin, bederatzi egunez.*(52)

Remedios para curar la pleura

Izena: Pleura.(7). Es usual que se nombre el órgano en lugar de la enfermedad, en este caso pleuresia.

* *Iruntzi belarrez eta arrautz zuringoz tortila egin eta bizkarrean jarri. Se hace un preparado a modo de tortilla con iruntzi belarra y clara de huevo que se pone sobre el costado. .*(7)

La gripe

* *La gripe es muy contagiosa. Si había un enfermo de gripe en casa terminá- bamos todos cogiéndola.*(49) (ERRENTERIA)

La viruela

* *Antes había viruela, la propagaban sobre todo los viajeros y marineros que arribaban de otros puertos. Fue desapareciendo cuando se introdujeron las vacunas. (49)*(ERRENTERIA)

Cistitis

Para combatir la cistitis había que sentarse en un orinal con agua muy caliente y permanecer un buen rato. También es bueno el calor y abrigarse bien. Normalmente se coge por un frío.(49)(ERRENTERIA)

El cáncer

* *Detectarlo a tiempo es la mejor manera para poder curarlo.*(49)(ERRENTE- RIA)

* *Osina. Nire koinatak sarkoma edo hezurretako kantzerra izaki eta Nafarro- ako Egilor herriko apaiza zaharrena joaten ginen. Berak, osin lurrunak emateko eta egin genion. Hainbeste egin genion! (1 7)*

El corazón

* A veces los infartos vienen porque se obstruyen las venas por estar la sangre muy gruesa. Antes se tenía fe en la aspirina porque la aspirina adelgaza la sangre, pero perjudica al estómago. Se dice que para evitar los infartos es buena la aspirina.(49)(ERRENTERIA)

Embarazo

* Para abortar le metían a la embarazada una ramita de perejil en vagina. Hay que tener cuidado con el perejil cuando se está embarazada.(47)(ERRENTERIA)

* Embarazo. Un hombre de aquí que ya murió, solía contar que a cierto case-río fue un médico pues una mujer iba a dar a luz. La mujer dio a luz una criatura muerta que era mitad persona, mitad animal. No sé si la mataron. Después la enterraron.

Al cabo de un tiempo, ocurrió otra vez lo mismo.

El médico parece que le preguntó: ¿Pero qué pasa?

Parece ser que lo había hecho con algún animal.

El médico le amenazó con denunciarle si volvía a suceder.(3)

El dolor de ovarios

* Se curaba con un puñado de arroz, que había que empujar con agua.(45-DONOSTIA)

Remedios utilizados en las convalecencias

* Tanto para después de un accidente como en los postoperatorios o postpartos es muy buena la infusión de *pasmo belarra*.(5)

* *Familia izatean: Iturri belarra*.(24)

Remedios para la menopausia.

* Llenar una botella de cristal verde con un litro de vino blanco. Echar dos palos de canela. Macerarlo durante quince días en un lugar seco. Tomar un chupito bien a la mañana o a la noche todos los días entre dos reglas, exceptuando los tres últimos antes de la bajada de la regla. Haciéndolo así se tienen menos sofocos.(45-DONOSTIA)

Remedios para proteger los pechos durante la lactancia

* *Zinginarria edo utzagarria*. Amuleto para proteger los pechos. Era un amuleto que usaban las mujeres de Oiartzun contra los tumores y contra el endure-

cimiento de los pechos. *Zinginarria* era un vidrio rojizo de forma poliédrica con facetas cuadradas y con un orificio atravesado por una cuerda para colgarlo del cuello. Los había de uno y de medio centímetro. Los llevaban pendientes del cuello las mujeres que estaban criando y los consideraban como preservativos eficaces contra la enfermedad que llaman zingña.(41)

* A ese amuleto también se le llamaba en Oiartzun, *arraiarria*.(36)

* Otro problema que es habitual durante la lactancia son las grietas en los pezones. Se les denominaba en Oiartzun, *arraiak*.(36)

Gangailak o escrófulas del cuello

Izena Oiartzunen: gíngila.(36) *Gangilak*.(5)

* Para curar las las hinchazones o infartos de cuello llamados *gíngilak*, Barandiaran recogió este remedio. Consistía en que el paciente, estando en ayunas, tomara en la mano un grano de sal y se frotara con él la parte enferma formando cruces y diciendo al mismo tiempo, sin respirar, este conjuro:

" *Gaingillak dira bederatzí / bederatzíak zortzi / zortziak zazpi / zazpiak sei / seiak bost / bostak lau / lauak hiru / h iruak bi / biak bat / gaingillak egin deza-la zirt-zart*"

Al pronunciar estas últimas palabras lanzaba al fuego el grano de sal que al instante crepitaba, hacía *zirt-zart*. Tomaba otro grano y repetía la operación, acompañada siempre de la misma fórmula y así hasta que hubieran sido arrojados al fuego, nueve granos. Esto se debía de hacer durante nueve días consecutivos.(35)

* Antiguamente salían debajo de la barbilla, *gáingillak*. Se cogía con sal, se santiguaba y se decía una fórmula:

Bederatzí...(5)

Remedios utilizados para quitar bultos

* Antiguamente para quitar los bultos se golpeaban caracoles y luego se ponía encima del bulto.(5)

* Antiguamente, también se utilizaba para quitar los bultos *tipul ura*. Se calentaba con aceite y se ponía donde se tenía el bulto.(5)

Hidropesía. Remedios utilizados para curarla

Izena: tropesiak.

* *Auzoan eskian biltzen zen diruaz meza bat atera eta hiru emakume alar-gunek hiru errosario errezzatu behar zituzten hiru goizetan. Hortaz gainera minez*

zegoenak goizero gaileta eta ardodoxo bedeinkatuak jan behar zituen baraurik.(7)

El asma. Remedios utilizados para curarla

Izena: asma.(7)

* *Huntz ura eta intsusa sapa nahastu egunero bi kutxarada hartu.*(7)

* *Zapi bat ur otzetan busti eta lepoa, bularra eta esku muturrak pasa eta gero beste zapi batez, ur berotan bustia.*(7)

* *Malba ura edan.*(7)

* *Itsas gaztain irina beroa zapi gorritan jarri bular gainean.*(7)

Remedios para bajar el azúcar

* *Malma edo ziguña.*(23)

Remedios para tomar después de tratamientos con antibióticos

* La mezcla de *iruntzu belarra* y *pasmo belarra* es muy buena para tomarla una vez acabado el tratamiento con algún antibiótico.(5)

Remedios pulmones encharcados y catarro de pecho

Verbena fresca. Freirla en aceite un momento y echar dos claras de huevo. Hacer un revuelto y poner la mezcla en el pecho envuelta en un pañuelo, durante una hora.(12)

Bizipela edo flebitisa

* *Ihia.*(24)

Reumatismo y forma de curarlo

Izena. Erreuma.(7)

* Para el reumatismo, antiguamente, se tomaban vahos de *andura* en la parte que se tenía dolorida.(5)

* Se hacía una infusión con las raíces secas del tomate, a las que no se hubiese echado anti-roña. Aquí ha habido gente que se ha curado con eso.(5)

* Para curar el reumatismo se recogen ortigas frescas y se frotran con ellas tres veces al día.(9)

* *Osinaz jo.*(7)

* *Azkenarro gantzez igurtzi.*(7)

* *Hezurretako mina. Artsosirako baratxuria oso ona da.*(1 7)

* En Oiartzun, antaño, cuando alguno sentía los dolores causados por el reuma, para aliviarlos debía tomar sahumeros de hiedra, *untza*. Se ponía una teja curva con la parte cóncava hacia arriba y en la misma se depositaban unas cuantas brasas o tizones encendidos. Encima de los mismos se echaban hojas de esta planta y después se colocaba la parte del cuerpo dolorida, algo distante y cubierta con una manta para que no escapase el humo.(33)

* *Hezurretako mina. Artrosirako baratxuria oso ona da.*(1 7)

* *Zingiria-erreuma. Andura (intsusaren tipokoa baina belarrin) zainak egosi eta lurruna hartu, lurrun bainuak.*(1 7)

* *Zingiria edo erreumarako. Axeri buztana.*(2 8)

* *Erreuma edo mina dagoen lekuan. Erromeroa; 10-15 egun alkoioletan alkanfor eta piper beltz pikorrekin.*(2 4)

* Dolor de rodillas. Se aliviaba calentando una hoja de berza con la plancha y poniéndola en las rodillas. Servía para el reuma de rodilla.(4 5)

* Dolor en el codo. Una hoja de berza. Quitar lo del medio. Mitad verbena, mitad berza, con huevo batido. Poner el emplasto y en una noche se va.(44-DONOSTIA)

* *Erramua*. Antiguamente mi madre lo utilizaba para curar *zingiriya*. Haciendo vahos éstos te llegan a todas las juntas. También sirve para cuando se ponen las mamas mal al tener familia.

Con rezos primero y con vahos:

Padrenuestro, Gloria, *Nere Jesucristo Jauna*. Muchos Padrenuestros.

Tres laureles en cruz, uno encima de otro y una fórmula:

Zingiri gurutze...

Se dice hasta 21 hojas. Siete veces, cada vez tres hojas. Se santigua. Se amon-tona en una pala, se echa un poco de aceite. A cada laurel hay que rezarle.

Hacer tres días.(5)

* *Ernioko gurutzea. Gurutzearen ondoan bada burniezko aro bat; hartik pasa behar da minez den besoa edo anka. Gerritakoa balitz, gerrian argizari-bil-duma lotuta igó behar da eta argizari-bilduma gurutzetik zintzilik utzi.*(7)

Raquitismo. Causas que se le atribuyen y forma de curarlo

* Se atribuye a una mala alimentación. Antiguamente para poder alimentarse mejor, algunos tomaban aceite de hígado de bacalao, incluso en la escuela, y luego les daban un azucarillo para quitar el mal sabor que tenía. Había familias que ponían a todos los hijos en fila y les iban dando uno a uno una cucharada de ese aceite. Se solía tomar a media mañana. Creo que se compraba en las farmacias.(49 ERRETERIA)

Remedios contra la gangrena

* Para prevenir la gangrena es buena la *pasmo belarra*.(5b)

* La gangrena se puede coger por una herida mal curada que se acaba gangrenando.(49 ERRETERIA)

Enfermedades de los ojos y forma de curarlas

* Manzanilla. Se usaban manzanilla o agua de rosas para limpiar los ojos..(3)

* *Makarrak. Itsasoko urez garbitu*.(7)

* *Makarrak. luntzi belarra* (*Verbena officinalis*) *uraz garbitu*.(7)

* *Makarrak. Kamamilua* (*Matricaria chamomilla*) *uraz garbitu*.(7) (47, 48 ERRETERIA)



Intxusa. *Sambucus nigra*. Saúco.

* *Makarrak. Intsusa lorea (Sambucus nigra) uraz garbitu.*(7)

* *Makarrak. Ehun-ostoko larrosa uraz garbitu. Obe Santa Rita egunean bedeinkatua bada.*(7)

* *Makarrak. Lar hostoak uraz garbitu.*(7)

* Para proteger los ojos es importante evitar los rayos de sol.(49 ERREENTERIA)

* Para proteger los ojos son valiosas las gafas de sol. (47 ERREENTERIA)

* Para limpiar los ojos es mejor el agua hervida que la manzanilla y no se deben lavar los dos ojos con la misma gasa, para no pasar lo de un ojo al otro. Tampoco debe meterse de nuevo la gasa usada en el agua. (49)(ERREENTERIA)

* *Sanjose lilia: Begia garbitzeko.*(2 4)

* *Begiak. Huako Andra Mari ermita. Alza, Donosti.*(7)

* *Begiak. San Esteban Goiburuko ermita. Andoain. Han dagoen Santa Luzia-ri errezatu.*(7)

* *Begiak. Santa Luzia. Ermua. Plateran dituen begiei muxu eman eta gero pertsonak bere begiez arriskoak ikuitu behar ditu.*(7)

* *Begiak. Arpeko-Saindua. Bidarray.*(7)

Orzuelo. Causas que se le atribuyen y forma de curarlo

* Al orzuelo se le llama en Oiartzun, *mutxilloa*.(5b) Mitxingorra.(3) (7)

* *Giltza edo emakume alargun baten ezkon-eraztunaz bederatzu igurtzi.*(7)

* *Mats adar baten sapaz igurtzi.*(7)

* *Kare harri batez estali.*(7)

* *Oheratzekoan kentzen den galtzerdia gau guzian begi gainean eduki. Galtzerdia alde txarretik egon behar du.*(7)

* Se quita lavándose con la orina propia con una gasa; al final se quita.(5b)

* Para quitar el orzuelo se usa una llave de las antiguas. Se tiene al sereno de la noche y luego se pone sobre el orzuelo hasta que se aguante el frío.(45, 44, 46, 54-DONOSTIA)

Procedimiento para extraer del ojo un objeto extraño

* Para extraer del ojo algo, se intentaba sacarlo con la esquinita de un pañuelo.(3) (49, ERREENTERIA)

* Con un poco de suerte había veces en que se lograba sacar la porquería que se hubiera metido cerrando el ojo con fuerza. (49, ERRETERIA)

* También suele salir apretando los ojos y dejando que lloren, ya que con el lagrimeo desaparece. (51 ERRETERIA)

La ceguera

* La diabetes que es tener azúcar en la sangre puede provocar ceguera.(49)(ERRETERIA)

Enfermedades de oído. Formas de combatirlas

* El hollín de la chimenea, desleído en aceite hirviendo, y aplicado tiempo después al oído, acaba con los dolores agudos.(1)

* Para el dolor de oídos es buena la *belarri belarra*. Como tiene agua, se exprime y se echan unas gotas.(5)(21).

* *Belarri belarraren lurrinak*.(7)

* *Belarri belarraren sapa itoti batzuk belarrira berata bota*.(7)

* También se usaba para el dolor de oídos, la leche de vaca, recién ordeñada.(5)

* También se ha solido utilizar una cucharadita de aceite, unas gotitas para adentro y tenerlo ahí.(5)(7)

* La leche de mujer que está dando pecho. Echarse unas gotas al oído, es en verdad un buen remedio.(5)

* Para combatir ese dolor también es buena la *pasmo belarra*.(5)

* Era bueno para el oído poner calor. Se solían tapan los oídos con un trapo caliente o una bufanda. En mi época había una hierba de la familia de las crasas que aliviaba. Se tomaba una hoja en la mano para calentarla y se aplicaba una gota después de haberla exprimido.

Ahora, *belarri belarra*.(3)

* Otitis. Es una infección de oído.

* Los tapones que se hacen en el oído son una acumulación de cera. Para quitarlos se echan en los oídos unas gotas de aceite durante unos días para luego sacalos con una jeringuilla a presión. (47,49 ERRETERIA)

* Para el dolor de oídos, se pone aceite de oliva a calentar en la sartén, se echa manzanilla y una vez templado, se unta el algodón y se mete en el oído.(4 3,5 4- DONOSTIA)

* Otro remedio es calentar aceite a 36º y con una guata echarlo al oído.(9), (44, 46- DONOSTIA)

* San Gregorio ermita. Astigarreta. *Krisuiluarentzat oliua eraman eta dagoe-
netik pixka bat hartu. Mina denean olio hori belarrira bota.*(7)

Paperas

* Las paperas se trataban con calor. Se ponía un pañuelo de la cabeza a la barbilla para no enfriarse.(49 ERRETERIA)

* Las pasaban muchos niños.(5)

Remedios empleados contra el dolor de dientes

Izena: aginetako mina.(7)

* Para el dolor de boca se utiliza la planta *plantina belarra*. Se limpia o se hacen vahos con ella.(5)(23)

* También se toma *pasmo belarra* para la infección de boca.(5)

* Para el dolor de muelas, aplicar calor. Envolver la cara con un trapo para que no se enfríe la zona.

* *Ahoa binagrez irakutzi. Gatz ale batzuk ahoan sartu. Nahi izan ezker
baratzuri ale bat jarri daiteke agin minberatuan.*(7)

* *Ardoa, huntz hostoak, intsusa, piper haziak eta gatza nahastu eta honez
ahoa irakutzi.*(7)

* *Esne edo ur beroaren lurrinak.*(7)

* *Belar honetako lurrinak: Andura (Sambucus obulus)*(7)

* *Belar honetako lurrinak: intsusa (Sambucus nigra)*(7)

* *Belar honetako lurrinak: malba (Malva silvestris)*(7)

* *Belar honetako lurrinak: astigar haziak (Tilia platyphylles)*(7)

* *Piko puxka egin minberatuan jarri.*(7)

* *Aizkora lurrean jarri eta masaila gainean.*(7)

* *Ahuntzkurrumillioa.*(23)

* En Oiartzun se decía que el despedazar con los dientes un helecho recién brotado prevenía que se pudriesen.(31)

* En Oiartzun para curar un flemón se metían en la oreja un tallo de perejil.(32)

* Para el dolor de dientes es bueno limpiarse bien los dientes y darse cognac o una bebida fuerte.(49)(ERRENTERIA)

* Es bueno ponerse un trozo de aspirina dentro del diente para quitar el dolor.(49)(ERRENTERIA)

* Para los flemones es bueno el calor.(49)(ERRENTERIA)

* *Haginetako mina. Ahuntz kurrumiloa.*(24)

* Para el dolor de muelas, gárgaras de cognac.(53- DONOSTIA)

* Yo he solido ponerme cognac o tabaco, siguiendo consejos y cuánto más me ponía, más me dolía.(44- DONOSTIA)

* *Haginetako mina. Plantina egosi eta ahoan ibili.*(17)

* *Remediosko Andra Mari ermita. Urkiola. Ahoan ura hart eta ermitari zazpi buelta eman Santa Apolonia inbokatzuz.*(7)

* *San Antonio ermita. Urkiola. Ahoan ura hiru aldiz hartu eta santueran anka marka den zulora bota.*(7)

* *Langaricako Eliza. Burdinezko gurutzetik zintzilik dauden itziak kozkatu.*(7)

* *Lunoko Eliza.*(7)

* *San Miguel Arretxinagako. Hango monilitoei puxka bat kendu eta ahoan erabili.*(7)

* *Edozein eliza. Konsagrazioan Aita Gure bat errezatu.*(7)

Manera de facilitar la dentición a los niños

* Dándoles un objeto frío o un mordedor.(57)

Remedios contra las hemorragias. Cuando se echa sangre por la boca.

* En Oiartzun, según se recogió en los años 20, cuando uno echaba sangre por la boca, un remedio eficaz y de rápido efecto era beber la decocción de hojas de nogal negro, *intxaur beltzen ostoak.*(33)

Con agua oxigenada se lograba detener un poco la hemorragia.(49)(ERRENTERIA)

Arantza barruan gelditzen baldin bada (extracción de espinas, pinchos...)

- * Los pinchos se sacan aplicando *ebaki belarra*.

Es fácil de usar *ebaki belarra* porque para aplicarla sólo hay que quitarle la piel.

Ebaki belarra también sirve para hacer que salgan piedrecitas, astillas, etc. Mi hija jugando al fútbol se hizo daño y no dijo nada nada hasta que pasado un tiempo vi que le sangraba la rodilla y no tenía buen aspecto. Le puse *ebaki belarra*. Pasados unos días salió junto con la *ebaki belarra* una piedrecita y el agujero quedó perfecto, limpio, limpio.

También usan *ebaki belarra* los diabéticos para tratar sus heridas así como las personas a las que se les hacen llagas por la edad.

Una hija mía le facilitó a una amiga *ebaki belarra* para tratarse un pelo infectado. Le recomendé que lo metiera en el frigorífico y que se lo aplicara tres días.

* Los pinchos de cactus son más difíciles de sacar. Se coge un caracol, se envuelve en un trapito o gasa; se aplasta cáscara y todo con una botella. Se pone sobre el pincho y lo saca muy bien.(3)

- * Sacarlo con una aguja. *Orratz batez atera*.(7)

* Se extraían los pinchos con una aguja desinfectada. Con la punta se levantaba un poco la piel alrededor del pincho, se apretaba un poco la parte donde estaba clavado y salía sin más.(49)(ERRETERIA)

- * *Suge-larrua berala jarri*.(7)

* *Iratzea bada: zerrí gantzaz igurtzi. Zerrí arrena izan behar du, emearenak ez du balio*.(7)

- * *Gatzatu gabeko gantzaz igurtzi*.(7)

- * *Olio eta ardoa egosi eta harekin igurtzi*.(7)

* En Oiartzun, cuando alguno se clavaba un pincho en la piel y no podía sacarlo, aplicaba un trocito de hiel, *beazuna*, sobre la herida y la cubría con una venda. Al cabo de unos días extraía el cuerpo extraño.(33)

* En varias ocasiones se me ha introducido alguna viruta metálica en los ojos. Alguna vez logré sacarla bien con agua o haciendo llorar al ojo. También con algún pañuelo de papel. Mas cuando no lograba sacarla, iba al ambulatorio donde tenían herramientas especiales para ello.(51)(ERRETERIA)

* También pueden sacarse los pinchos con una pinza metálica especial para ello.(49)(ERRETERIA)

* Para extraer una espina que se ha quedado en la garganta. Dicen que es bueno comer trozos de pan.(51- 58ERRETERIA) (57)

* Para lo mismo otros dicen que hay que comer espárrago, a poder ser cuanto peor y más duro sea, mejor.(5 8-ERRETERIA)

Remedios usados en las mordeduras de perros

* En Oiartzun se decía que cuando un perro bebía sangre humana se volvía rabioso; también que los perros que tenían espolones, *ezproiak*, no se ponían rabiosos aunque les mordiese otro perro con esa enfermedad.(32)

* En Oiartzun, cuando un perro rabioso mordía a una persona sólo podía sanarla el séptimo hijo varón nacido de una misma madre, siendo condición necesaria que los siete hubiesen sido varones y que entre los mismos, no hubiese nacido ninguna hembra. Éste séptimo hijo solía tener una cruz en la lengua.(32)

* Si te mordía un perro había que ir a ponerse la vacuna contra la rabia por si el perro estaba rabioso. Antes se tenía mucho miedo a la rabia.(49)(ERRETERIA)

* Para las mordeduras de perros se usaba *pasmo belarra* y *ebaki belarra*.(5)

Remedios para picaduras de serpientes

* *Elorri beltza*. Cuando picaba la culebra se pinchaba con esa planta en el lugar donde había picado.(5)

* Mi madre con rezos... (5)(ver 157)

* Si te picaba una serpiente, se solía dar barro en la herida.(49)(ERRETERIA)

* Para curar la mordedura de culebra se hace una cruz con un cuchillo hasta que salga la sangre.(9)

Remedios para diversas picaduras

* Mi madre curaba las picaduras de culebra, abeja, avispa o cualquier bicho malo con rezos.

Cualquier bicho que te picara aunno sabiendo cuál había sido, haciendo un rezo se curaba. 21 salves. Yo misma lo he solido hacer y da resultado. No hacíamos ninguna otra cosa. Yo he solido curar a ovejas y a perros a los que había picado alguna culebra.(5)

* En Oiartzun, las picaduras de las abejas, se frotaban con plata para que no se inflamasen.(32)



Elorri beltza, elorria (mazakana). *Prunus spinosa*. Endrino.

- * Para las picaduras de mosquitos, abejas y abejorro, se solía poner vinagre.(3)
- * Las picaduras de mosquitos y bichos de campo se curan poniendo barro. (3)
- * Para las picaduras de insectos se daba vinagre.(49)(ERRENTERIA)
- * Para las picaduras de mosquito, dar vinagre.(43, 45-DONOSTIA) (57)
- * Para las picaduras de mosquito, dar amoniaco.(43-45 -DONOSTIA) (57)

Fracturas de los huesos

Las fracturas se entablillan hasta que el hueso solidifique. Suele ser el médico quien lo hace.(49)(ERRENTERIA)

- * *Hezur hautsiak. Andura.*(2 4)

Remedios empleados para curar luxaciones y distorsiones

Anka irauli (Torcer, dislocar, luxar la pierna, cuál es la idónea)

- * *Lurrean jarri eta errezpetozko emakume alargun batek bere orpoa ganian jarri eta hiru aldiz buelta eman behar dio.*(3)

* *Esne harriaz berotutako esniaren lurrinak.*(3)

* *Osinaz jo.*(3)

* *Gatza eta binagreaz igurtzi.*(3)

Zain tiratuak. Esguince, torcedura o tirón.

* *Zain tiratuaren ganién zapi bat jarri eta korapilo gabeko ari duen jostorraz baten josteko itxura egin ensalmoa esaten den bitartean. Atzekoa aurrera erretzen den Agur Mariaz bukatu.*

Ensalmoa: "Zain tirat, zain urratu zaña bere tokian sartu".(3)

* Para las luxaciones o distorsiones, ir al médico.(3)

* Cuando tengo alguna torcedura le doy alcohol de romero o trombicil.(3)

* *Kolpeak, ubeldurak, hezur irauliak. Pixa eta minagriakin, baita, osina minagriakin.*(1 7)

Remedios aplicados para dolores musculares

* Mezclar *aza hostoa* con verbena y poner donde se tengan los dolores musculares.(5)

Remedios contra el atragantamiento

* Cuando uno se atraganta, mejor que pegarle en la espalda es levantarle el brazo izquierdo.(1)

* Para el atragantamiento antiguamente decían que lo mejor era pegar en la espalda; pero ahora creo que recomiendan abrazar por detrás a quien esté atragantado y apretarle con fuerza debajo de las costillas.(16)

Antídoto para casos de envenenamiento

* *Goraka egiteko, benenoa sartu bada, kasu. Alka belarra.*(18)

Protección contra el rayo

* El Domingo de Ramos se bendecían las ramas de laurel y las palmas. Era usual que se adornaran éstas dándoles formas caprichosas como farolas, etc.

Esas palmas se colocaba en la puerta de la casa para que los rayos no atacaran.(49)(ERRENTERIA)

* El laurel, romero o palma. Laurel y romero solíamos tener en casa. Olivo y rusco tenían en Navarra.(3)

* Cuando empezaba la tormenta, nosotros solíamos echar laurel bendecido al fuego. Poníamos el fuego en una pala junto a la puerta.(5b)

* En el año 35, estando cayendo piedra, un fraile entró al molino lurríta y Carlos de lurríta le contó que llevaba cayendo piedra, ocho años seguidos. Entonces el fraile le contó que aquello le parecía normal, que en Goierri había un cruz en cada cima.

Carlos de lurríta contó a sus amigos lo que el fraile le había dicho y entre ellos estaba mi marido. Entonces él pensó poner en sus terrenos aquella cruz.

Toda la labor se llevó a cabo entre los vecinos "*auzolanian*". Tomaron parte los de los caseríos: Mendibil, Arralde, Sasti, Torres, Sepulcro, Buenos Aires, Maixta Borda, Zulotiar, Amolatz, Aristizabal...

Desde entonces nunca más ha caído en Oiartzun una piedra como las de aquella época.(2)

* Aquí cerca murió una mujer por un rayo, al ir a recoger la ropa porque debía de tener allí algún alambre. Ha ocurrido también al caer el rayo quitarle a uno la guadaña de encima.(16)

* Al sentir la tormenta no coger la sega ni nada porque es de acero.(5b)

* Mi madre empezaba a rezar cuando estallaba la tormenta con relámpagos fuertes. No descansaba hasta que paraba o pasaba a otra zona.(5b)

* Los frailes en Oiartzun hacían conjuros cuando empezaba la tormenta, para que se fuera. (5b)

* Cuando empezaba a tronar, según contaba mi madre, se decía: ¡Ay, Santa Bárbara bendita!(3)

Remedios empleados contra las insolaciones

* Hidratarse y protegerse la cabeza.(5b)

* Permanecer a la sombra en las horas en que el sol más calienta. Darse cremas protectoras. Beber mucho agua. Ponerse gorro.(49)(ERRETERIA)

La corpulencia considerada como un signo de salud

* Antes se consideraba la corpulencia como signo de salud.(3)

* Si uno era corpulento se pensaba que era porque estaba bien alimentado, así decían:

– ¡Qué guapa estás! ¡Cuánto has mejorado!

Si alguien estaba gordito era señal de que vivía bien.(49)(ERRETERIA)

Remedios para adelgazar

- * Comer poco.(5b)
- * Agua y ajo: "agua y a joderse"(49)(ERRETERIA)
- * Comer variado, pero no en grandes cantidades y evitar la grasa.(49)(ERRETERIA)

Remedios utilizan para controlar el colesterol

- * Dicen que la *malma belarra* es muy buena para combatir el colesterol.(5)
- * *Kolesterol. Kolesterol menperatzeko badituğu, bat dugu orriburu, au da, alkatxofa, berdura ontatik jan lasai; bestea dugu, saġar gordina, jan bear da naiden ainbat; zarza parrilla edo askasatz, ori mendi ġeienetan ikusten da arbolari itxatxita.*(63)

Dichos y refranes relacionados con las enfermedades y su cura

- * Mujer enferma, mujer eterna.(51)(ERRETERIA)
 - * El melón: en el desayuno oro, en la comida plata y en la cena hojalata.(49)(ERRETERIA)
 - * El melón: en el desayuno oro, en la comida plata y en la cena mata.(49)(ERRETERIA)
 - * *Pillarren iritzian, osasunak hiru ditu: elikadura garbia, buru egoera eta kiro-la edo ariketa fisikoa.*(22)
 - * *Dirudienez antzinean norbait minez zegoenean bidegurutzera ateratzen zuten, pasatzen zen beste batek min bera izandua bazen esan zezan nola sendatua zen. Baina hori eġin gabe ere, baziran ia min guztientzat erremedio aski ezagunak.* (7)
 - * *Belar jasoberriak beti efektu hobea dauka.*(2 4)
 - * Había una abuela, una amujer de Erreterria que solía decir que la verberna había que cuidarla con *altzorra* de oro, por lo buena que era.(3)
- Máximas de higiene y consejos para conservar más fácilmente la salud corporal.(55)
1. Respirar es vivir cuando el aire es sano, respirar es morir cuando no lo es.
 2. Más mueren por falta de aire que por falta de carne.
 3. Pocos mueren estrangulados y muchos mueren por mal aireados.

4. Quien respira aire insuficiente, se axfisia lentamente.
5. Tres o cuatro veces comes pan y 20.000 el aire te dan. Sin aire purificado, se nos hace imposible la vida diaria.
6. En habitación mal aireada, nuestra vida será empeorada.
7. Nuestra salud será empeorada si respiramos atmósfera respirada.
8. Para alcoba un salón y para escoba el jabón.
9. El mejor de los perfumes es el olor a limpio.
10. No duermas en las flores, ni respires ni buenos ni malos olores.
11. Si la corriente no daña, abre puertas y ventanas.
12. El mejor aire es el de la montaña, si es que otra atmósfera está contaminada.
13. El ejercicio es muy saludable, descansando lo suficiente y no trabajar en exceso.
14. El sol "graduado" es el mejor microbicida y aquí, bien aprovechado alarga la vida.
15. Sin aire poco podemos vivir, sin agua o líquido, poco pero algo más. Se puede vivir mucho con agua potable y muchísimo si es de frutas, hierbas, etc, adecuadas.
16. Deseche preocupaciones y duerma en buenas condiciones; ocho horas por lo menos.
17. Puede vivirse muchos años, con jugos de frutas y hierbas adecuadas según los casos.
18. Nuestro mejor alimento son vegetales crudos y si no puede comerlos, beba sus jugos.
19. Con una alimentación cruda adecuada, toda enfermedad puede ser curada
20. Creó Dios a nuestros primeros padres en el Paraíso, para que comieran frutas, hierbas, etc. excepto del Árbol de la Ciencia del Bien y del Mal. Desobedecieron sus mandatos y fueron castigados. ¿Qué hacemos nosotros? Hacemos lo mismo. Buscamos recreos, nos encontramos vicios, y de no corregirnos... pronto, irremisiblemente, caeremos en el Abismo. Hombres de buena voluntad, cambiemos el "ritmo" para cambiar la "Tierra" en "Paraíso".(55)

Ukenduak eta beste

Ponemos algunas pomadas, *ukenduak*, o que sirven como remedio para varias enfermedades o problemas.

* *Plantina ukendua*

Erredurak, zauriak, barizeak, handituak, kozkorak edo bixikak, granoak eta harrotuak, baita katarroak sendatzeko. Larru-azaleko gora-behera askotarako.

Plantina ilgoran jaso. 1/4 litro oliba olioia, eskutada plantina hosto, 100 gr. argizari naturala. Bi orduz "bañomarian" berotzen eduki. Ura kontrolatu!

Gau osoa beratzen utzi. Biharamonean, berotu, iragazi eta botila ilun batean gorde.

Argizaria, gantza naturala edo koko olioia izatea, zure esku! (25)

* *Ukendua*

Lintxusaren mintze edo azal berdea, iruntzi belarra (verbena), pasmo belarra eta ardimingaina edo plantina luzea.

Denetik berdintsu eta denak txikitu. Zartagian jarri olioia berotzen, dena batera egin eta buelta bat eman. Gero, zutegitik atera eta argizaria poliki poliki erantsi behar adina sendatzeko. Pasadorian pasa eta gorde. Pasma eta heridantzako. Fraskotan ondo gorde.(27)

* *Millorri ukendua*

Pasma belarra gisa erabiltzen millorria. Argizari naturala, oliba olio ona, landarea eta loreak. Intsusa makil berriaren berruko azal berdea. Hiru eskutada landare banatik, litro oliotan, su apalean berotzen eduki ordu bete eta erdiz. Gau osoa bertan beratzen utzi. (Erretxina edo txerri gantzaz egin daiteke)(42)

** Joxepak enplastotarako erabiltzen duena aza ostoa eta iruntzi bedarra (verbena) dira, oliba oliotan jarrita, hori bai. Hortik goilarakada bat hartu eta arrautza zuringotan pixka bat frijitu baina gogortu gabe. Erremedio hau edozein minetarako baliagarria duzu: kolpeak, oinazeak, haundituak eta bestelakoak laister sendatuko dituzu.(28)*

* *Baratxuri tindura*

Baratxuri hau ez da baratzekoa, hartza belarrarena baizik. (Alium ursinum) Larru-azalekoak, hazkura, gorrituak sendatzeko aproposa. Aguardientea edo 40ºko alkohola erabili. Botila txikia aski duzu. Eguzkitan jaso landarea eta sartu botilan gehiegí estutu gabe, noski. 15-18 egunez beratzen eduki leku egokian, ilun eta airetsua.(42)

* *Pasmo belarra*

Bī klase badira: bat, lurrean zabaltzen dena, lore laranja-gorriska koloredu-na eta, bestea, behatz luze urtsua eta puntan bukatua. Hau da pomada egiteko balio duna. Oliba oliotan landare sorta jarri, poliki poliki egin, gero, irazi eta eman argizaria. Erremedio ona.(27)

* *Osina*

Hanka irauli, esateko, osina bildu, zatarrean jarri ondo-ondo zanpatua eta "diretamente" oinazia don tokian jarri.

Oinazeak kentzeko ere litro bat esnetan limoi baten ura jarri eta mamitzen zenin, bere hortan jarri bero-bero zola enplasto gisa.(17)

* La verbena tiene mucha más fuerza cuando aún no le ha salido la flor.(46-DONOSTIA)

* Antes de meterse al agua para bañarse es conveniente mojarse las muñecas y la nuca.(48, 49 -ERRENTERIA)

* La *plantina belarra* en Lezo se llama *mingain belarra*.(12)

Fuentes de la información

- (1) Manuscrito de Florencio Portu. Hacia 1920.
- (2) Contado por Josefa Antonia Olaziregi, en 1978. Recogido por Iñaki Arbe-laiz.
- (3) María Jesú Aranburu, 1945, 12 de junio de 2008. Recogido por Xabier Susperregi.
- (4) Anttoni Mitxelena, 1922. Recogido por Xabier Susperregi en 2007.
- (5) María Jesús y Pepita. Caserío Maradi, en el barrio de Ergoien. 12 de abril de 2008. Recogido por Xabier Susperregi.
- (7) Recogido por Arantza Lekuona en la propia familia Lekuona en 1983.
- (8) Contado por Jesús Perurena, el 18 de noviembre de 2006. Recogido por Xabier Susperregi.
- (9) Contado por M. Garmendia, del barrio de Iturriotz, en Oiartzun, el 13 de enero de 2007. Recogido por Xabier Susperregi.
- (10) Contado por Joxepi Sanzberro de Oiartzun, el 18 de noviembre de 2006. Recogido por Xabier Susperregi.
- (11) Comunicado el 16 de diciembre de 2006 por un informante que desea mantener su anonimato. Recogido por Xabier Susperregi.
- (12) Contado por Maite... Recogido por Xabier Susperregi.

- (13) Contado por Miren Terese Huici, de Goizueta, el 10 de enero de 2007. Recogido por Xabier Susperregi.
- (14) Comunicado el 13 de enero de 2007 por Joxe Mari Mitxelena y su madre Mari Karmen, del caserío Bordatxo en el barrio de Iturriotz, en Oiartzun. Recogido por Xabier Susperregi.
- (15) Comunicado por Sebas, mujer del caserío Olaizar en el barrio de Iturriotz, en Oiartzun, en noviembre de 2006. Recogido por Xabier Susperregi.
- (16) Los hijos del Pepita y Maria Jesus, caserío Maradi. Recogido por Xabier Susperregi.
- (17) Maradi baserriko, Maria Jesux. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (18) Maradi baserriko Pepita. Recogido por Xabier, Aierdikoa.
- (19) Comunicado por Koro Irazoki, de Zugarramurdi. 17 de mayo 2008. Recogido por Xabier Susperregi.
- (21) Portugal baserriko Erramona kontakua, Xabier Aierdikoa jasota.
- (22) Bordatxiki baserriko Pilar. Xabier Aierdikoa jasota.
- (23) Txarondo baserriko Prantxiska kontakua. Recogido por Xabier, Aierdikoa.
- (24) Contado por Pepita. Otegi-Enea en Perurena. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (25) Karmele Meaka-berroa baserriko kontakua. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (26) Beinberri baserriko Patxi kontakua. Xabier Aierdiko jasota.
- (27) Peñeneko Margarita kontakua. Xabier Aierdiko jasota.
- (28) Contado por Joxepa del caserío Portuberri. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (29) Contado por Xixili, del caserío Portuberri. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (30) Contado por Bittori y Nicolax, del caserío Xagu-Erreka. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (31) Azkue. *Euskalerraren Yakintza I.*
- (32) Recogido por José Miguel de Barandiaran. Archivo del Departamento de Etnografía del Instituto Labayru.
- (33) Recogido por Florencio Portu. Archivo del Departamento Etnográfico del Instituto Labayru.
- (34) Archivo del Padre Donostia.
- (35) Barandiaran. *Paletnografía vasca.*
- (36) Azkue.
- (37) Barandiaran. *Mitología vasca.*
- (38) Barandiaran. Comunicado por Manuel Lekuona en 1923. Archivo del Departamento de Etnografía del Instituto Labayru.

- (39) Atlas Etnográfico de Vasconia. *Medicina Popular en Vasconia*.
- (40) Azkue. *Euskalerrriaren Yakintza*. IV.
- (41) Barandiaran. Algunos amuletos del pueblo vasco, in RIEV XVIII (1927)
- (42) Contado por Esteban, del caserío Bizkarrondo Ohioko. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (43) Arantxa. de Donostia, 54 años. Recogido por Xabier Susperregi. 2008.
- (44) "Karpi" Macias. De Donostia, 57 años. Recogido por Xabier Susperregi. 2008.
- (45) Ester Gabán. De Donostia. Recogido por Xabier Susperregi. 2008.
- (46) Ramón Izargaray de Donostia. Recogido por Xabier Susperregi. 2008.
- (47) Miriam Susperregui, 32 años. Errenteria. Recogido por Xabier Susperregi en 2008.
- (48) José Manuel Susperregui, 79 años. Errenteria, recogido por Xabier Susperregi en 2008,
- (49) Milagros Gutierrez, 69 años, Errenteria. Recogido por Xabier Susperregi en 2008.
- (50) Contado por Joxepa Labandibar y recogido por Arantxa Lekuona en 1979.
- (51) Xabier Susperregi, 37 años, Errenteria. Anotado en 2008.
- (52) Son cosas que sus familiares aprendieron de Anttoni, del caserío Araburu. Recogido por Xabier Aierdikoa.
- (53) Iñigo Izargaray, 1971, Donostia. Recogido por Xabier Susperregi.
- (54) Olatz Macias, 1971, Donostia. Recogido por Xabier Susperregi.
- (55) Mi abuelo, Gonzalo Gutiérrez Urbina, nacido en 1900, firmó estos consejos en 1974, en Errenteria. Los encontré mientras realizaba este trabajo e imaginando que eran tuyas pues pasó la vida investigando el beneficio de las plantas y de los modos de conservar la salud, creí interesante incluirlas. Xabier Susperregi.
- (56) Dolores Lizarraga, 1928- Hondarribia. Recogido por Xabier Susperregi.
- (57) Josune Garmendía, 1976- Oiartzun. Recogido por Xabier Susperregi.
- (58) Contado por una doctora del ambulatorio de Errenteria. Recogido por Xabier Susperregi.
- (59) Contado por Koxme Galdós, Ameztoieta zaharra. En 2006. Recogido por Xabier Susperregi.
- (60) Maite Susperregi, 1930. Recogido por Xabier Susperregi.
- (61) La hija de Pepita, del caserío Maradi. Recogido por Xabier Susperregi.

(62) Ricardo Cortés, de 57 años y de Barcelona. Recogido por Xabier Susperregi.

(63) Mariano Ostolaiz kontakua.

Créditos fotográficos

Fotografías cedidas al autor por Pedro Montero.



RESUMEN

Se trata de una investigación etnográfica sobre medicina popular en Oiartzun, localidad situada al noroeste de Gipuzkoa. Se describen las causas que la gente atribuye a las enfermedades así como los remedios para curarlas. Los alimentos que tienen la consideración de sanos e insanos. En particular se estudian las causas y los métodos de curación de la fiebre, los males de garganta, las enfermedades relacionadas con la sangre, los males de estómago, de cabeza, de piel, las enfermedades cutáneas, los problemas de la vista, oído, dientes y boca, las dolencias de los huesos, y las enfermedades infantiles.

LABURPENA

Oiartzungo (Gipuzkoako ipar-mendebaldeko herria) herri-medikuntzari buruzko ikerketa etnografikoa da. Bertan, jendeak gaixotasunen kausei buruz dituen usteak eta gaixotasunak sendatzeko erremedioak deskribatzen dira. Osasungarritzat eta kaltegarritzat hartzen diren elikagaiak. Batez ere, honakoak aztertzen dira: sukarra, eztarriko gaitzak; odolarekin erlazionatutako gaixotasunak; sabeleko, buruko eta azaleko gaitzak; gaixotasun kutaneoak; ikusmen, belarri, hagin eta ahoko arazoak; hezurretako minak eta umeen gaixotasunak, bai eta denen kausak eta berauek sendatzeko metodoak ere.

RÉSUMÉ

Il s'agit d'une enquête ethnographique sur la médecine populaire réalisée à Oiartzun, dans le nord-ouest du Gipuzkoa. Elle décrit les causes que les gens attribuent aux maladies ainsi que les remèdes pour les soigner et les aliments considérés comme sains et malsains. L'étude insiste sur les causes et les méthodes de traitement de la fièvre, des maux de gorge, des maladies du sang, des maux d'estomac, de tête, de peau, des maladies cutanées, des troubles de la vue, de l'ouïe, des maux de dents et de la bouche, des affections des os et des maladies infantiles.

SUMMARY

An ethnographical article on popular medicine in Oiartzun, a town in northeast Guipúzcoa, describing the causes people find for illnesses and the remedies used and the kinds of food the locals believe are healthy or unhealthy. Particular attention is given, among other things, to the causes of, and cures for, high temperatures, sore throats, blood-related illnesses, stomach and headaches, skin infections, problems with eyesight, hearing, teeth and mouth, and bone-related illnesses.